وزارة التعليم العالـي والبحـث العلمي
جـامعة محمد بوضياف المسيلة
معهدعلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

القسم: التربية البدنية
الشعبة: النشاط البدني الرياضي التربوي
التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

الرقم التسلسلي:
الرمز :

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة
(ماستر)

الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط

دراسة ميدانية ببعض متوسطات مدينة المسيلة

إعداد الطالب:
كرميش الحسن

إشراف الأستاذ:
د.كرميش عبد المالك فريد

السنة الجامعية: 2022/2021

شكر وعرفان

قـال الله تعـالى:(لـَـئِنْ شَكَـرْتُـمْ لأَزِيــدَنَّـكُمْ) سـورة إبراهيـم الآيــة "07"

نحمد الله حمدا كثيرا ونشكره شكرا جزيلا الذي كان له الفضل وعطاءه كريما بحمده لأنه سهل لي المبتغى وأعانني على إتمام هذا العمل الذي نسأله أن يكون خالصا لوجهه الكريم كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى أستاذي الفاضل والمشرف: "د.كرميش عبد المالك فريد"

والذي لم يبخل علينا بنصائحه وإرشاداته

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل أساتذتنا

بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة

وإلى دفعة 2022/2021 ولكل من ساهم في إنجاح هذا العمل من قريب أو من بعيد

كما نتقدم بجزيل الشكر إلى عمال وإداريي

قسم التربية البدنية

إهـــداء

بسم الله الرحمان الرحيم

قال تعالى: [وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيراً]

[الإسراء: 24]

إلى التي أوصاني بها المولى خيرا وبرا، إلى التي حملتني وهنا على وهن، إلى التي سهرت الليالي لأنام ملئ أجفاني إلى منبع الحب والحنان، إلى رمز الصفاء والوفاء والعطاء، إلى أمي الغالية

(جربوع دليلة) حفظها الله

إلى رمز العز والشموخ إلى من وطأ الأشواك حافيا ليوصلني إلى ما وصلت إليه اليوم، إلى والدي العزيز (جمـال) حفظه الله

وإلى إخوتي وأخواتي الأعزاء وأبنائهم

إلى من وجهني عند الخطأ وشجعني عند الصواب ولم يبخل بشيء الأستاذ المشرف

""كرميش عبد المالك فريد"

وإلى أصدقائي الأوفياء وكل من قدم لي عونا ومساعدة وإلى كل من درسني من الابتدائية إلى الجامعة وأخص بالذكر أساتذة قسم التربية البدنية بالمسيلة

إليهم جميعا أهدي هذا الجهد المتواضع عرفانا مني لهم بالجميل والإحسان.

الحسن كرميش

قائمة المحتويات

الرقم	المحتويات	الصفحة
–	شكر	–
–	إهداء	–
–	قائمة المحتويات	–
–	قائمة الجداول	–
–	الملخص باللغة العربية	–
–	الملخص باللغة الإنجليزية	–
–	مقدمة	أ – ب
الجانب المنهجي		
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة		
1-1	إشكالية الدراسة	5 – 6
1-2-	فرضيات الدراسة	6 – 7
1-3-	أهمية الدراسة	7
1-4-	أهداف الدراسة	7- 8
1-5-	تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة	8 – 9
1-6-	الدراسات السابقة	9 – 16
1-7-	مميزات الدراسة الحالية	16
الجانب النظري		
الفصل الثاني: الصحة النفسية (مفهومها، أهميتها، أهدافها، وأهم مستوياتها...)		
–	تمهيد	19
2-1	مفهوم الصحة النفسية	20- 21

2-2-	المفاهيم المرتبطة بالصحة النفسية	21
2-3-	علاقة علم الصحة النفسية ببعض العلوم الأخرى	21- 23
2-4-	مظاهر الصحة النفسية	23 - 25
2-5-	النظريات المفسرة للصحة النفسية	25 - 28
2-6-	أهمية الصحة النفسية للفرد والمجتمع	28 - 29
2-7-	معايير الصحة النفسية	29 - 30
2-8-	مستويات الصحة النفسية	30 - 31
-	خلاصة	32
الفصل الثالث: الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية		
-	تمهيد	34
3-1-	مفهوم الأداء	35
3-2-	مفهوم التدريس	35
3-3-	مفهوم الأداء التدريسي	35 - 36
3-4-	أبعاد التدريس	36
3-5-	العوامل المؤثرة في التدريس	36 - 40
3-6-	الوظائف البيداغوجية لأستاذ التربية البدنية والرياضة	40
3-7	محاور أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية	40 - 45
3-8-	معالم التدريس الفعال	45 - 46
3-9-	مفهوم وصفات وخصائص أستاذ التربية البدنية و الرياضية	46 - 48
3-10-	دور أستاذ التربية البدنية والرياضية	48
-	خلاصة	49

الجانب التطبيقي		
الفصل الرابع: منهجية الدراسة		
-	تمهيد	52
4-1-	الدراسة الاستطلاعية	53
4-2-	منهج الدراسة	54 – 53
4-3-	متغيرات الدراسة	54
4-4-	مجتمع وعينة الدراسة	54
4-5-	أساليب جمع البيانات	57 – 56
4-6-	الخصائص السيكومترية لأداة القياس	58 – 57
4-7-	تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية	59 – 58
4-8-	خطوات إجراء الدراسة الميدانية	59
-	خلاصة	60
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج		
5-1	عرض وتحليل النتائج	70 – 62
5-2-	مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات	72 - 71
الفصل السادس: الاستنتاجات والاقتراحات		
6-1-	الاستنتاج العام	74
6-2-	الاقتراحات والفرضيات المستقبلية	74
-	قائمة المصادر والمراجع	79 - 76
-	قائمة الملاحق	-

قائمة الجداول

عنوان الجدول	رقم الجدول	الصفحة
يوضح توزيع أساتذة ت ب ر على متوسطات مدينة المسيلة	1	54- 55
يوضح أرقام العبارات التي يتضمنها مقياس الصحة النفسية	2	56
يوضح محاور مقياس الأداء التدريسي	3	56-57
يوضح الصدق البنائي لمقياس الصحة النفسية	4	57
يوضح الصدق البنائي لمقياس الأداء التدريسي	5	57-58
يوضح درجة ثبات الاستمارة بمعامل ألفا كرونباخ	6	58
يمثل توزيع العينة حسب الجنس	7	62
يمثل توزيع العينة حسب السن	8	63
يمثل توزيع العينة حسب الخبرة المهنية	9	64
يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات الأولية	10	65
يوضح مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة ت ب ر	11	66
يوضح مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة ت ب ر	12	67
يوضح نتائج الفرضية الثالثة للكشف عن الفروق في مستوى الصحة النفسية تبعا لمتغير الخبرة المهنية	13	69
يوضح نتائج الفرضية الرابعة للكشف عن الفروق في مستوى الأداء التدريسي تبعا لمتغير الخبرة المهنية	14	70

قائمة الأشكال

عنوان الشكل	رقم الشكل	الصفحة
يمثل توزيع العينة حسب الجنس	1	62
يمثل توزيع العينة حسب السن	2	63
يمثل توزيع العينة حسب الخبرة المهنية	3	64

الملخص باللغة العربية

عنوان الدراسة: " الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط "

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى كل من الصحة النفسية والأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، بالإضافة إلى الكشف عن الاختلافات الموجودة في مستوى الصحة النفسية لدى الأساتذة تبعا لمتغير الخبرة المهنية، وأخيرا الكشف عن الاختلافات الموجودة في مستوى الأداء التدريسي لدى الأساتذة تبعا لمتغير الخبرة المهنية. وهذا من خلال الإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي: " هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط؟" وقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي باستخدام مقياس كل من " الصحة النفسية " و" مقياس الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية "، على عينة تم اختيارها بطريقة عشوائية قدرت ب(20) أستاذ من أصل (63) أستاذ كمجتمع للدراسة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هو أن مستوى كل من الصحة النفسية والأداء التدريسي مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، وأنه توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تبعا لمتغير الخبرة المهينة، بالإضافة إلى وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

Abstract

Study title:"Mental health and its relationship to school performance of physical and sport education professors at the middle school level"

The study aimed a identifying the level of mental health and teaching performance of physical and sport education professors. In addition to revealing the differences in the level mental health of the professors according to the variable of professional experience, and finally at revealing the differences in the level of teaching performance of the professors according to the variable of professional experience, this is done by answering the following main question: " is there a statistically significant correlation between mental health and the teaching performance of middle school physical and sport education"?in this study researcher relied on the descriptive method using the "mental health" and "physical education and sport professor educational performance scale", based on a randomly selected sample of (20) out of (63) professors as a community for the study, one of the most important findings of the level of both mental health and teaching performance high among physical and sport education professes, and there is a statically significant correlation in the level of mental health according to the variable of professional experience, in addition to a statically significant correlation in the level of teaching performance according to the variable of professional experience.

مقدمة

تعد المدرسة إحدى المؤسسات التربوية، التي تساهم مع غيرها من المؤسسات في تربية الإنسان ومساعدته على النمو، في جميع جوانب شخصيته الجسمية والعقلية والنفسية والروحية والاجتماعية إلى أقصى درجة ممكنة من النمو وفق قدراته، واستعداداته، وميوله، واتجاهاته، مع توجيه هذا النمو وجهة اجتماعية. **(دويكات فيصل، عبد الجليل سعادة، 2000)**.

حيث تعتبر المدرسة المؤسسة التعليمية والتربوية الأولى التي تكسب المتعلمين المعلومات والمعارف والخبرات الضرورية للحياة العلمية والعملية، وتعمل على تنمية استعداداتهم وميولهم وتوجيهها توجيها اجتماعيا صالحا للفرد والمجتمع، بل إن وظيفة المدرسة كذلك إعداد المتعلمين اجتماعيا عن طريق تعديل سلوكهم وإكسابهم المهارات والخبرات التي تساعدهم على التكيف الناجح في جميع المجالات المختلفة، وكذلك المدرسة كمؤسسة تعليمية وتربوية تقوم بتطبيق برامج تربوية وخطط دراسية من أجل تحقيق أهدافها.**(أحمد إبراهيم، 2000)**.

ويعتبر المعلم هو القائد الثاني في أي مجتمع بعد الوالدين، لأنه يشرف على تنمية شخصية أبنائها تنمية كاملة متزنة، بقدرته على التأثير فيهم، لأن أي نهضة لن تقوم لها قائمة إلا إذا تركزت على أساس تربوي يتناول المجتمع في جميع صفوفه وفئاته، وأول ما يجب الاهتمام به هو الأستاذ لأنه العنصر الرئيسي في العملية التربوية، فالتدريس أصبح مهنة لها أصولها وعلومها معارفها وتكنولوجياتها مما يستدعي ضرورة الإلمام بها والاطلاع عليها، لذا يجب أن تضع السياسات الحكومية هذا العنصر المهم في أرفع مكانة حتى يساهم في تربية النشء وبذلك يثبت ذاته، ولن يتحقق هذا الأمر إلا إذا تهيأت له ظروف نفسية واجتماعية واقتصادية. حيث يؤكد **(بهاء الدين عرباوي 1997)** أن التركيز على أهمية دور المعلم في إصلاح التعليم ليس مجرد شعار نرفعه وإنما حقيقة عملية، حيث أنه لا إصلاح للتعليم بدون المعلم، وأن كل ما يمكن أن يؤدي إلى تحسين أحوال المعلمين ماديا وأدبيا ومهنيا، إنما هو خطوة عملية في سبيل إصلاح التعليم وتطويره تحت سياسة قومية لمصلحة عليا.

وكثيرا ما يواجه المعلمون في المدرسة مواقف وظروف عديدة يتعرضون خلالها لحالات من الاضطراب، والقلق، والخوف، والإحباط، والغضب، مما يؤثر سلبا على حالتهم الصحية والنفسية وينعكس بدوره على مستويات أدائهم،**(فرحات بن ناصر، بوجمعة حريزي،2017)**، وبالتالي فقدان الاهتمام بالتلاميذ ونقص الدافعية والأداء وفقدان الابتكار مما يؤثر على صحته النفسية وعلى أدائه التدريسي، ولكي يقوم الأستاذ بأداء واجباته ومهامه على أكمل وجه لا بد من أن يكون متمتعا بصحة جسمية و نفسية عالية تخلو من الاضطرابات والمشاكل التي تؤثر بشكل سلبي في بذله وعطائه وإنجازاته، حيث تعتبر الصحة النفسية من العلوم التي توليها الدول اهتماما خاصا حتى تعمل على الاستقرار النفسي لهم والذين سيكونون سبب

رئيسي في نهوض دولهم ورفع الإنتاجية، وبالتالي يمكن تعريف الصحة النفسية بأنها "حالة من الاستقرار النفسي العام والدائم والتوافق الاجتماعي بجانب الشعور بالسلام النفسي الداخلي والمحيط الخارجي، ومن خلال تقدير الذات يستطيع الإنسان استخدام مهاراته الشخصية بكفاءة عالية".

فالصحة النفسية تجعل الأساتذة قادرين على التحكم في عواطفهم وانفعالاتهم ويتصفون بالسلوكات السوية ويبتعدون عن السلوكات الخاطئة، بالإضافة تجعل حياتهم خالية من التوترات والصراعات المستمرة مما تجعلهم يشعرون بالسعادة وتجعل شخصيته متكاملة تؤدي وظائفها بشكل متكامل ومتناسق.

وعندما يمس موضوع الصحة النفسية للأستاذ يكون الموضوع أكثر أهمية لأنه أمل الأمة في أن تصل إلى التقدم والتطور، وهو ما نسعى لمعرفته من خلال هذه الدراسة حيث رأينا لزاما أن نساهم في إثراء هذا الموضوع ودراسته ألا وهو الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط، بحيث قسمت الدراسة إلى جوانب وفصول هي:

الجانب المنهجي: يحتوي عل فصل واحد.

الفصل الأول:الإطار العام للدراسة. (إشكالية الدراسة، فرضيات الدراسة، الأهمية والأهداف، بالإضافةإلىمفاهيم ومصطلحات الدراسة، وكذلك عرض الدراسات السابقة وأخيرا مميزات الدراسة الحالية.)

الجانب النظري: يحتوي على فصلين.

الفصل الثاني: الصحة النفسية (مفهومها، مظاهرها، وأهميتها، وأهم مستوياتها)

الفصل الثالث: الأداء التدريسي لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية.

الجانب التطبيقي: يحتوي على ثلاثة فصول.

الفصل الرابع: الجانب المنهجي (احتوى على الدراسة الاستطلاعية، المنهج المستخدم في الدراسة، أداة الدراسة، متغيرات الدراسة، مجتمع وعينة الدراسة،أساليب جمع الأدوات، الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة)

الفصل الخامس: وتضمن عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

الفصل السادس: ثم ختمنا دراستنا ببعض الاقتراحات والفرضيات المستقبلية.

الجانب المنهجي

الفصل الأول:
الإطار العام للدراسة

1-1- إشكالية الدراسة

لم يعد التدريس مهنة من لا مهنة له، بل أصبحت مهنة لها أصولها التي تقوم على كثير من الحقائق والمبادئ العلمية والنفسية والتربوية التي لا تكتسب بالممارسة فقط، وإنما بالدراسة المنظمة أيضا، والمعلم هو الركيزة الأساسية للتعليم والمحرك الأساسي للتفاعل التعليمي إيجابا أو سلبا.**(خالد طه زبار،2019،ص38)**، والمعلم الناجح هو الذي تبرز شخصيته على تلاميذه وذلك بكفاءته وأدائه التدريسي الفاعل.

وكما نعلم أن الأستاذ كغيره من أفراد المجتمع تؤثر فيه عدة عوامل نفسية كالضغط والقلق أو ظروف العمل خاصة مع نقص الوسائل التعليمية، وقد يرجع إلى مهنة التدريس باعتبارها مهنة علاقات بالدرجة الأولى، فالأستاذ لا ينشط بمفرده وسط المؤسسة التربوية بل يعمل مع التلاميذ ومسئولين وزملاء تربطه علاقات عملية وإنسانية.

ويؤكد الخبراء على أن معلم التربية البدنية والرياضية يعتبر أهم الشخصيات التربوية والاجتماعية المدرسية، وباعتبار أستاذ التربية البدنية والرياضية عنصر هام من العناصر المكملة للعملية التربوية، والنظرة الحديثة التي انبعثت من الأفكار الموضوعية والدراسات التربوية أقرت بأن دور معلمي التربية البدنية والرياضية أكبر من أنه ناقل للمعرفة ومكسب للمهارات الحركية المدرجة بالبرنامج التنفيذي لمناهج التربية البدنية والرياضية المقررة، فمعلم التربية البدنية والرياضية مطالب بعمل الكثير من الأدوار في عصر المتغيرات السريعة، ومطالب بأن يكون ذو ثقافة رياضية واسعة أن يكون طبيب نفسي واجتماعي ومربي **(السايح، 2010)**، ولهذا فإن معظم الدول حاليا أصبحت تركز بالخصوص على تكوين مربيين حقيقيين لاستمرار تقدمها وتطورها بما أصبح هذا المربي له من دور ذو أهمية كبيرة في مصير الأمم والمجتمعات وخاصة في مجال التربية البدنية والرياضية، فتتطور هذه الأخيرة بتطور دور هذا المربي الذي أصبحت مهامه تتطلب بذل المزيد من المجهودات لتوصيل الرسالة والمعلومة بشكل صحيح وواضح، ورغم بذل كل المجهودات إلا أنه ظهرت بعض الصعوبات والعراقيل التي تعمل على تقليل من عزيمة هذا الأستاذ في حياته المهنية وبالأحرى في مجال التربية والتعليم، ومن بين هذه العراقيل هي مستوى الصحة النفسية للأستاذ والتي لها تأثير وتأثر في حصة التربية البدنية والرياضية، ولهذا فإن الصحة النفسية لها أهمية كبيرة للأستاذ لأنها تساعده في أدائه التدريسي، وذلك من خلال إخلاصه في عمله وحبه له، والجدية والعزم والإبداع إلى جانب سلوكه وأخلاقه وكيفية التعامل مع المتعلمين وغيرهم، فيكون بذاك قدوة حسنة ونموذجا صالحا لهم.

وتشير الدراسات التي أجريت في هذا المجال منها دراسة **(فرحات بن ناصر، بوجمعة حريزي،2017)**. والتي هدفت إلى معرفة كل من مستوى الصحة النفسية والأداء الوظيفي لدى أساتذة التعليم المتوسط،

والتي دلت النتائج أن كل من الصحة النفسية والأداء الوظيفي لعينة الدراسة مرتفع، بالإضافة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين متغيري الدراسة. كما دلت دراسة **(عاشوري فاتح،2017)**.والتي هدفت إلى معرفة أهمية الصحة النفسية في الأداء الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي، حيث أسفرت النتائج أن الحالة النفسية مهمة في الأداء الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

ولذا يجب النظر إلى صحته النفسية بعين الاعتبار من أجل تحقيق نظام تربوي فعال، وبمعنى آخر أن الجانب النفسي للأستاذ أمر ضروري لا ينبغي التهاون فيه، حتى لا يتعرض إلى أية ضغوط تعيقه عن أداء مهامه بأي شكل من الأشكال، ونظرا للاهتمام القليل بهذا الأستاذ من ناحية وظيفته وظروف عمله وخصوصا بحالته النفسية، جاءت دراستنا هذه محاولين تسليط الضوء على الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء التدريسي لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط، وعلى هذا الأساس نطرح التساؤلات التالية:

التساؤل عام:

- هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط؟

التساؤلات الجزئية:

1- ما مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط ؟

2- ما مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط ؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية ؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية ؟

1-2- فرضيات الدراسة

الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

الفرضيات الجزئية:

1- مستوى الصحة النفسية مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

2- مستوى الأداء التدريسي مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

1-3- أهمية الدراسة

تتمثل أهمية دراستنا في أنها تعالج أحد أهم المواضيع المتمثلة في الصحة النفسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالأداء التدريسي لديه، والدور الذي تلعبه في إنجاح حصة التربية البدنية والرياضية، كما تكمن أهمية الدراسة في أنها تتطرق لدراسة بعدين مهمين لأستاذ التربية البدنية والرياضية، وهي الصحة النفسية، ومستوى أدائه، و بالرغم من أن الدراسات النفسية لم تحض بمكانتها في مجتمعنا الجزائري مقارنة بالدول المتقدمة، جاءت هذه الدراسة التي نرى بأن الاهتمام بالجانب النفسي للأستاذ التربية البدنية والرياضية الذي له أهمية كبيرة لهم لمساعدتهم في إجراء الحصة بشكل مثالي و كذلك الدور الأساسي الذي تساهم به الصحة النفسية في تحسين الأداء التدريسي لدى الأستاذ، كما تسهم هذه الدراسة في وضع بعض الحلول للمشكلات التي تواجه أستاذ التربية البدنية والرياضية في أداءه التدريسي، وأيضا الرفع من مستوى الصحة النفسية لديه وبالتالي تحسين الأداء لديه من خلال النتائج التي تصل إليها هذه الدراسة، بالإضافة إلى الرصيد المعرفي التي يمكن أن يضيفها البحث إلى الجانب العلمي.

1-4- أهداف الدراسة

تهدف دراستنا إلى مايلي:

1- التعرف عن مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

2- التعرف عن مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

3- الكشف عن الاختلافات الموجودة في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية باختلاف الخبرة المهنية.

4- الكشف عن الاختلافات الموجودة في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية باختلاف الخبرة المهنية.

1-5- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة

أولا: الصحة النفسية

اصطلاحا: تعرف الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبيا، يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا (شخصيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته)، ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه عاديا بحيث بعيش في سلامة وسلام.**(زهران، 1987، ص87).**

إجرائيا: هي قدرة الإنسان على الشعور بالسعادة وإيمانه بقيمته وقيمة الآخرين كي يمكنه من التعامل مع المواقف المختلفة وقدرته على إحداث التوافق بين قدراته وطموحاته وعواطفه من أجل تلبية متطلبات الحياة.

ثانيا: الأداء التدريسي

اصطلاحا: هو ما يصدر عن الفرد من سلوك لفظي أو مهاري وهو يستند إلى خلفية معرفية ووجدانية معينة، وهذا الأداء يكون عادة على مستوى معين يظهر منه قدرة الأستاذ أو عدم قدرته على أداء عمل ما. **(الجمل، 1999، ص81).**

إجرائيا: هو كل ما يقوم بهأستاذ التربية البدنية والرياضية قولا أو فعلا من أنشطة وعمليات وإجراءات ومهاراتعند تدريسه لمادة التربية البدنية والرياضية،ويتم قياسه عن طريق مقياس الأداء التدريسي وأبعاده المختلفة.

ثالثا: أستاذ التربية البدنية والرياضية

اصطلاحا: هو قوام عملية التعليم وهو المسئول عن عملية التعليم وتربية الأجيال بحكم اتصالاته اليومية بالتلاميذ فأنه بهذا يؤثر في شخصيتهم، فهو ليس مجرد معلم ينقل المعلومات للتلاميذ وإنما وظيفته اشمل من ذلك بكثير لكونه مربي شخصيات التلاميذ جسميا وعقليا وخلقيا. **(محمد خالفية بركات،1995، ص47)**

إجرائيا: هو صاحب الدور الرئيسي في عملية التعليم حيث يقع على عاتقه اختيار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية، حيث يستطيع من خلاله تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وتطبيقها على أرض الواقع.

رابعا: مرحلة التعليم المتوسط

اصطلاحا: هي المرحلة المتوسطة من مراحل المراهقة الأولى وهي المرحلة الممتدة ما بين 11-15 سنة، و تعتبر أهم المراحل في مسيرة التلميذ الدراسية، حيث يتعلم في هذه المرحلة كل المقررات الدراسية والأسس في كل المواد، تتكون هذه المرحلة من السنة أولى متوسط إلى السنة الرابعة متوسط.

إجرائيا: هي المرحلة التي تتوسط الطورين الابتدائي والثانوي وتتكون من أربعة مراحل أساسية، مدة كل مرحلة سنة دراسية كاملة.

1-6- الدراسات السابقة والمتشابهة

يمكن تعريف الدراسات السابقة بأنها "الأبحاث السابقة التي يرجع إليها الباحث من أجل الحصول على البيانات والمعلومات المتعلقة بموضوع البحث، ومن ثم القيام بدراستها بشكل جيد ثم تحليلها بالطرق العلمية والمنهجية المستخدمة في البحث العلمي".

وفي حدود علم الطالب فإن الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع البحث تتمثل في:

- **الدراسات التي تناولت الصحة النفسية:**

الدراسة الأولى:

طويل عماد الدين،(2021)، **الصحة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي**، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة.

أهداف الدراسة:

- ❖ معرفة درجة الضغوط لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.
- ❖ معرفة العلاقة بين الضغوط المهنية والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.
- ❖ التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية والإمكانيات المادية للمؤسسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة 20 أستاذ في التربية البدنية والرياضية.

أداة الدراسة: اعتمد الباحث على مقياس الضغوط المهنية وكذا مقياس الصحة النفسية.

أهم النتائج المتوصل إليها:

- ❖ وجود ضغوط مهنية فيما يخص الإمكانيات المادية للمؤسسة لدى الأستاذ أثرت في انخفاض مستوى الصحة النفسية لديه.
- ❖ عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين أبعاد الصحة النفسية وبعدي الضغوط المهنية(العمل مع التلاميذ، التوجيه التربوي).
- ❖ وجود ضغوط ضعيفة بعد الراتب الشهري للأستاذ راجع للمستوى المعيشي المكلف الذي يؤثر على الحالة النفسية له.
- ❖ عدم تعرض أستاذ التربية البدنية والرياضية لضغوط مهنية في مرحلة التعليم المتوسط.

الدراسة الثانية:

محمد قوارح، (2019)، **مدى مساهمة الصحة النفسية والجسمية في تحسين كل من الأداء التدريسي الدافعيةللإنجاز لدى أساتذة التعليم المتوسط**، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، (الجزائر).

أهداف الدراسة:

- ❖ معرفة العلاقة بين الصحة النفسية للأستاذ التعليم المتوسط وأدائه التدريسي.
- ❖ الكشف عن العلاقة بين الصحة النفسية لأستاذ التعليم المتوسط والدافعيةللإنجاز لديه.
- ❖ البحث في الاختلافات الموجودة في الأداء التدريسي للأستاذ التعليم المتوسط باختلاف الأقدمية.
- ❖ التعرف على الاختلافات في الدافعية للإنجاز للأستاذ التعليم المتوسط باختلاف الأقدمية.
- ❖ التنبؤ بالاختلافات الموجودة في الصحة الجسمية لأستاذ التعليم المتوسط باختلاف الجنس.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي المقارن

عينة الدراسة: تم اختيار العينة بطريقة عشوائية، حيث بلغ عدد العينة 120 أستاذ وأستاذة موزعة على بعض مؤسسات التعليم بالطور المتوسط.

أداة الدراسة:

1-مقياس الصحة النفسية معد من طرف محمد عماد إسماعيل وسيد عبد الحميد مرسي سنة (1980).

2-مقياس الأداء التدريسي

3-مقياس الدافعية للإنجاز أعده عبد الرحمان الأزرق سنة (2000).

أهم النتائج المتوصل إليها:

- ❖ وجود علاقة ارتباطيه بين كلمن الصحة النفسية والجسمية والأداء التدريسي والدافعية للإنجاز لدى أستاذ التعليم المتوسط.
- ❖ يوجد اختلاف في الأداء التدريسي للأستاذ باختلاف الأقدمية لصالح الأقل من 12 سنة خبرة.
  عدم وجود اختلاف في الدافعية للإنجاز للأستاذ يعزي لمتغير الأقدمية.

الدراسة الثالثة:

فرحات بن ناصر، بوجمعة حريزي، (2017)، **الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى أساتذة التعليم المتوسط.** مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، العدد 19، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

أهداف الدراسة:

- ❖ التعرف على مستوى الصحة النفسية لأساتذة التعليم المتوسط العاملين ببعض متوسطات مدينة المسيلة.
- ❖ التعرف على مستوى الأداء الوظيفي لأساتذة التعليم المتوسط العاملين ببعض متوسطات مدينة المسيلة.
- ❖ التعرف عن طبيعة العلاقة بين درجات الصحة النفسية ودرجات الأداء الوظيفي لدى أساتذة التعليم المتوسط العاملين ببعض متوسطات مدينة المسيلة.

المنهج المستخدم: استخدم الباحثان المنهج الوصفي ألارتباطي.

عينة الدراسة: بلغ عدد أفراد عينة الدراسة ب**(176)** أستاذ من التعليم المتوسط بمدينة المسيلة

أدوات الدراسة: استخدم الباحثان كل من مقياس الصحة النفسية واستبيان الأداء التدريسي.

أهم النتائج التي المتوصل إليها:

- ❖ أظهرت نتائج أن كل من مستوى الصحة النفسية والأداء الوظيفي لعينة الدراسة مرتفع.
- ❖ وأنه توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين متغيري الدراسة.

الدراسة الرابعة:

عطا الله الطاهر،(2016)، **بعض جوانب الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ودورها في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية**، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة بسكرة.

أهداف الدراسة:

- ❖ معرفة دور الجوانب النفسية لدى الأستاذ في تفعيل وتطوير مستوى حصة التربية والرياضية.
- ❖ التعرف على دور الثقة بالنفس لدى الأستاذ في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية.
- ❖ التعرف على دور الصحة العقلية لدى الأستاذ في فعالية حصة التربية البدنية والرياضية.
- ❖ التعرف على دور وأهمية حسن التصرف لدى الأستاذ في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية.

المنهج المستخدم في الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي

عينة الدراسة: أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية الوادي بالمرحلة الثانوية وعددهم (30) أستاذ.

أداة الدراسة: استخدم الباحث أداة الاستبيان.

أهم النتائج المتوصل إليها:

- ❖ أن الثقة بالنفس لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية لها تأثير إيجابي على حصة التربية البدنية والرياضية.
- ❖ أن حسن التصرف لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية لها نتائج إيجابية على سير الحصة وفعاليتها.
- ❖ أن للصحة العقلية لدى الأستاذ دور كبير في حسن تسيير حصة التربية البدنية والرياضية.

الدراسات التي تناولت الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية:

الدراسةالخامسة:

بوساق بدر الدين وآخرون، (2020)، **واقع الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي**، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

أهداف الدراسة:

- ❖ إدراك الفروق في الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية حسب متغير السن.
- ❖ إدراك الفروق في الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية حسب متغير المؤهل العلمي.
- ❖ إدراك الفروق في الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية حسب متغير الاقدمية في التدريس.

منهج الدراسة: استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تمثلت عينة الدراسة الأساسية في أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة وقد بلغ عددهم 40 أستاذ.

أداة الدراسة:اعتمد الباحثون في دراستهم على أداة من أدوات البحث العلمي المعروفة وهي **بطاقة الملاحظة** لقياس الأداء التدريسي.

أهم النتائج المتوصل إليها:

- ❖ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي بين الأساتذة يعزي لمتغيرات الدراسة. (السن، المؤهل العلمي، الأقدمية في التدريس)

الدراسة السادسة:

بالجوهرفيصل، (2016)، **تقويم الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية في ضوء معايير الجودة الشاملة في التعليم**، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، العدد الأول، جامعة الشلف.

أهداف الدراسة:

- ❖ التعرف على مستوى أداء الكفاءات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في ضوء معايير الجودة الشاملة في التعليم.
- ❖ التعرف على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أداء الكفاءات التدريسية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزي لمتغير الجنس.

منهج الدراسة:استعمل الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة:(23) أستاذ التربية البدنية والرياضية موزعين على بعض ثانويات مدينة وهران.

أداة الدراسة: استعمل الباحث بطاقة ملاحظة الأداء التدريسي كأداة لجمع البيانات.

أهم النتائج التي توصل إليها الباحث:

- ❖ يتراوح مستوى أداء الكفاءات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في ضوء معايير الجودة الشاملة في التعليم بين الجيد والمقبول في كفاءات تنفيذ الدرس وإدارة القسم وينخفض هذا الأداء في كفاءات التخطيط والتقويم.
- ❖ وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أداء الكفاءات التدريسية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزي لمتغير الجنس.
- ❖ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أداء الكفاءات التدريسية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزي لمتغير الخبرة المهنية.

- ✓ **التحليل والتعليق على الدراسات السابقة:**

من خلال استعراضنا للدراسات السابقة وتحليلها نستخلص مايلي:

أولا: التحليل والتعليق من حيث الهدف:

اختلفت الدراسات السابقة في تناولها للصحة النفسية من حيث الأهداف تبعا لتباين أهداف الباحثين، فمن الدراسات ما هدفت إلى التعرف عن العلاقة بين الضغوط المهنية والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، بالإضافة إلى الكشف عن درجة الضغوط لديهم، كدراسة "**عماد الدين طويل**" **(2021)**، والبعض الآخر منها ما هدف إلى معرفة العلاقة بين الصحة النفسية لأستاذ التعليم المتوسط، إضافة إلى الكشف عن العلاقة بين الصحة النفسية لأستاذ التعليم المتوسط والدافعية للإنجاز لديه كدراسة "**محمد قوراح**" **(2019)**، ومنها ما هدف إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية والأداء الوظيفي لأساتذة التعليم المتوسط ببعض متوسطات مدينة المسيلة، إضافة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين درجات الصحة النفسية ودرجات الأداء الوظيفي لدى أساتذة التعليم المتوسط ببعض متوسطات مدينة المسيلة، كدراسة "**فرحات بن ناصر**" و "**بوجمعة حريزي**" **(2017)**، ومن الدراسات ما هدفت إلى معرفة دور الجوانب النفسية لدى الأستاذ في تفعيل وتطوير حصة التربية البدنية والرياضية، **و** التعرف على دور الثقة بالنفس لدى الأستاذ في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية، إضافة إلى التعرف على دور الصحة العقلية لدى الأستاذ في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية، كدراسة "**عطا الله طاهر**" **(2016)**.

أما فيما يتعلق بموضوع الأداء التدريسي فقد تشابهت الدراستين (الدراسة الخامسة والسادسة) وأيضا تشابهت مع الدراسة الحالية من حيث الأهداف، منها ما هدفت إدراك الفروق في الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية حسب متغير كل من (السن، المؤهل العلمي، الأقدمية في التدريس)، كدراسة "**بوساق بدر الدين وآخرون**" **(2020)**، ومنها ما هدف إلى التعرف على مستوى أداء الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في ضوء معايير الجودة الشاملة في التعليم، بالإضافة إلى التعرف على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أداء الكفايات التدريسية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزي لمتغير الجنس، كدراسة "**بلجوهر فيصل**" **(2016)**.

وإن اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة "**فرحات بن ناصر**" و "**بوجمعة حريزي**" من حيث الموضوع ومن حيث الأهداف، ولكنها اختلفت من حيث مجتمع وعينة الدراسة.

ثانيا: التحليل والتعليق من حيث عينة الدراسة:

هناك اختلاف وتباين في حجم العينة من دراسة إلى أخرى، فمن الدراسات ما تم تطبيقها على أساتذة التربية البدنية والرياضية في كلا الطورين المتوسط والثانوي، ومن الدراسات ما تم تطبيقها على أساتذة التعليم المتوسط، كدراسة "**محمد قوارح**" **(2019)**، وكذلك دراسة "**فرحات بن ناصر**" و "**بوجمعة حريزي**" **(2017)**.

أما الدراسة الحالية تم تطبيقها على عينة من أساتذة التربية البدنية والرياضية**(20)أستاذا** الذين يدرسون في مرحلة التعليم المتوسط بمدينة المسيلة.

ثالثا: التحليل والتعليق من حيث المنهج:

تتفق الدراسة الحالية مع جميع الدراسات السابقة في استخدامها للمنهج الوصفي، باعتباره المنهج الملائم لمثل هذه الدراسات ويظهر ذلك جليا في أغلبية الدراسات التي تناولت الصحة النفسية وكذلك الدراسات التي تناولت الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

رابعا: التحليل والتعليق من حيث الأداة:

اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات التي تناولت موضوع الصحة النفسية في استخدامها لمقياس الصحة النفسية، باستثناء دراسة "**عطا الله طاهر**" **(2016)** استخدم الباحث أداة الاستبيان، أما فيما يتعلق بموضوع الأداء التدريسي فقد استخدمت الدراسات السابقة بطاقة ملاحظة الأداء التدريسي، كدراسة "**بوساق بدر الدين وآخرون**" **(2020)**، ودراسة "**بلجوهر فيصل**" **(2016)**، ولهدا فقد اختلفت الدراسة الحالية مع هذه الدراسات لإعتماد الباحث على **مقياس الأداء التدريسي** لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

خامسا: التحليل والتعليق من حيث النتائج:

اختلفت نتائج الدراسات من دراسة إلى أخرى بحيث توصلت نتائج دراسة كل من "**عماد الدين طويل**" **(2021)** ودراسة "**فرحات بن ناصر**" و "**بوجمعة حريزي**"**(2017)**.

- بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصحة النفسية وبعدي الضغوط المهنية.

- أن مستوى كل من الصحة النفسية والأداء الوظيفي لعينة الدراسة مرتفع.

وأظهرت نتائج دراسة "**بوساق بدر الدين و آخرون**" **(2020)** عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي بين الأساتذة لمتغيرات (السن، المؤهل العلمي، الأقدمية في التدريس)، كما أظهرت نتائج دراسة "**بلجوهر فيصل**" **(2016)**.

- بأنه توجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أداء الكفاءات التدريسية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزي لمتغير الجنس،

- ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أداء الكفاءات التدريسية بين أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزي لمتغير الخبرة المهنية.

1-7- مميزات الدراسة الحالية

تعتبر من أول الدراسات التي تناولت موضوع الصحة النفسية وعلاقته بالأداء التدريسي في قسم التربية البدنية بجامعة المسيلة، قلة الدراسات في هذا الجانب التي تناولت الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، ودورها في تحسين الأداء التدريسي لديه، حيث أغلب الدراسات تطرقت إلى دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحسين الصحة النفسية والاجتماعية للتلاميذ في كلا الطورين المتوسط والثانوي، وأهملت الجانب النفسي للأستاذ الذي يعتبر أحد عناصر العملية التربوية، بالإضافة أنها تميزت الدراسة الحالية في أنها تتناول أحد الموضوعات الحديثة وهو الصحة النفسية، وهو أن تناولته الدراسات الأجنبية ومازالت بالبحث والتجريب، إلا أنه في البيئة العربية مازال في طور النمو والبحث، واختلاف نتائج الدراسات التي تناولت هذا المفهوم تؤكد أن المجال مازال بحاجة إلى المزيد من الدراسات النظرية والتطبيقية التي تعمل على التحقق من أصالة هذا المفهوم، والتأصيل النظري له ومدى تباينه عن المفاهيم الأخرى.

كما نتوقع أن تكشف نتائج الدراسة الحالية عن عامل مهم من العوامل المؤثرة في أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية وهو الصحة النفسية، الأمر الذي قد يلفت اهتمام المسؤولين إلى أهمية هذا النوع من الصحة، ومن ثم اتخاذه بعين الاعتبار في المناهج التربوية وبرامج إعداد وتكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية.

الجانب النظري

الفصل الثاني:
الصحة النفسية

تمهيد

تعتبر الصحة النفسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية لا تقل أهمية عن الصحة الجسدية، فالصحة النفسية تعتبر عنصرا هاما في حياة الناس عامة، فتحقيقها يساعد في تحقيق أهداف الحياة وغايتها، ونظرا لما تمثله الصحة النفسية من أهمية كبيرة للعمال وللأساتذة نجد أن العديد من الدراسات والبحوث اهتمت بالصحة النفسية، والدور الذي تلعبه في زيادة وتحسين الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، وهذا ما سنتطرق إليه في هذا الفصل باعتباره المتغير المستقل للدراسة.

بحيث تطرق الباحث إلى بعض التعريفات التي تتعلق بالصحة النفسية والمفاهيم المرتبطة بها، بالإضافة إلى علاقة علم الصحة النفسية بالعلوم الأخرى، وتناول أيضا بعض المظاهر ونظريات الصحة النفسية، بالإضافة إلى أهميتها بالنسبة للفرد والمجتمع وأخيرا مستويات الصحة النفسية.

1- مفهوم الصحة النفسية

يعد مصطلح الصحة النفسية من المفاهيم التي ارتبطت بالطب النفسي، وورد مصطلح الصحة العقلية لأول مرة عام **1908**م في كتاب" **عقل قد وجد نفسه** " ل:"**كليفورد بيرز**" ثم انتقل المصطلح إلى اللغة الألمانية إلا أنه تغير إلى الصحة النفسية **Psychogenic**على أساس أن الاضطراب النفسي أشمل من الاضطراب العقلي، ويعتبر كتاب الصحة النفسية عام **1931م** لمؤلفيه "**Brezina**"و"**Stransky**" أول كتاب يذكر فيه مصطلح الصحة النفسية بشكل صريح بدلا من الصحة العقلية.

ويعرفها"**علاء الدين كفافي**" **(1997)** بأنها حالة من التوازن والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد، تؤدي به أن يسلك طريقة تجعله يتقبل ذاته ويتقبله المجتمع، بحيث يشعر من جراء ذلك بدرجة من **الرضا** والكفاية.**(فقيه، 2007، ص276-277)**.

يعرفها "**مصطفى فهمي**" نقلا عن "**عبد الغني**" بأنها التوافق النفسي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية ووحدتها، وتقبل الفرد لذاته وتقبل الآخرين له، بحيث يترتب على هذا كله شعوره بالسعادة والراحة النفسية.**(عبد الغني صلاح الدين،2000، ص33)**.

تعريف "**منظم الصحة العالمية**" بأنها حالة عقلية انفعالية مركبة دائما نسبيا من الشعور وبأن كل شيء على ما يرام، والشعور بالسعادة مع الذات ومع الآخرين، والشعور بالرضا والطمأنينة والأمن وسلامة العقل والإقبال على الحياة والشعور بالنشاط والقوة والعافية ، ويتحقق في هذه الحالة درجة مرتفعة نسبيا من التوافق النفسي والاجتماعي، ويتسم الشخص ذو الدرجة المرتفعة من الصحة النفسية بسمات عدة منها الكفاءة والخلق القويم، والاتزان الانفعالي والسلوك السوي وتكامل الشخصية والقدرة على مواجهة مطالب الحياة وضغوطها والتغلب على أزماتها، ومن بين المؤشرات الأساسية لصحة الفرد النفسية هي التحرر النسبي من الاضطرابات النفسية والأمراض العقلية والتأخر العقلي وانحرافات السلوك.**(الخالدي أديب،2002،ص31)**.

وعرفت **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي** الصحة النفسية بأنها التوافق السليم والشعور بالصحة النفسية والرغبة في الحياة.

ويتحدث "**القوصي**"عن مفهوم الصحة النفسية ويعرفها بأنها التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة، مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ عادة على الإنسان ومع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية. **(عبد السلام عبد الغفار،20117، ص 24-24)**

كما عرفت "**إجلال محمد سرى**"الصحة النفسية بأنها حالة يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا ويشعر بالسعادة والكفاية والراحة النفسية، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال واستثمار قدراته ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة، وإدارةالأزمات النفسية، وتكون شخصية سوية متكاملة ويكون سلوكه عاديا. **(سرى، 2000، ص28)**

2- المفاهيم المرتبطة بالصحة النفسية

التوافق الشخصي: هو مجموعة من الاستجابات المختلفة التي تدل إلى تمتع الفرد وشعوره بالأمن الشخصي، ثم يتمثل في اعتماده على نفسه وإحساسه بقيمة، وشعوره بالحرية في توجه السلوك دون سيطرة الغير والشعور بالانتماء والتحرر من ميل إلى الانفراد والخلو من الأمراضالعصبية وكذاك الشعور بذاته أو برضاء عن نفسه وبخلوه من علامات الانحراف النفسي.

الإحباط: يعتبر الإحباط من المفاهيم الأساسية في مجال الصحة النفسية وهو مواجهة الفرد لما يعيق في تحقيق أهدافه وإشباع دوافعه، وهو أيضا انفعالية ودافعية يشعر بها الفرد عندما يحول دون إمكانياته لتحقيق ذاته أو غاياته.

العدوان: هو سلوك يوجه نحو الغير الغرض منه إلحاق الضرر المادي والنفسي وقد يوجه نحو الذات.

القلق: نوع من الانفعال المؤلم يكتسبه الفرد ويكون خلال المواقف التي يصادفها فهو يختلف عن بقية الانفعالات غير الشاذة (كالشعور بالإحباط أو الغضب والغيرة) لما يسببه من تغيرات جسمية داخلية يحس بها الفرد وأخرى خارجية تظهر على ملامحه بوضوح.

الصراع النفسي: هو تعرض الفرد لقوى متساوية تدفعه باتجاهات متعددة مما تجعله عاجزا عن اختيار اتجاها معينا ويترتب عليه الشعور بالضيق وعدم الارتياح وكذلك القلق وهو ناتج عن صعوبة اختيار واتخاذ القرار بشأن الاتجاه الذي يسلكه. **(أديب، محمود الخالدي،1999، ص134)**

3- علاقة علم الصحة النفسية ببعض العلوم

3-1- علاقتها بالعلوم الإنسانية:

هناك علاقة وثيقة تربط علم الصحة النفسية بالعديد من العلوم الإنسانية التي تسهم في هذا العلم وتسعى معه في تنمية الإنسان، وإرشاده إلى درب السعادة والرفاهية والحياة الفاضلة وفي وقايته من الانحراف والشقاء وسوف نناقش فيما يلي أكثر من العلوم الإنسانيةصلة بالصحة النفسية وهي: علم النفس، والطب والأخلاق، والاجتماع ونبين كيف يستفيد منها اختصاصي الصحة النفسية.

3-2- علاقته بالعلوم النفسية:

تعتبر أهداف علم الصحة النفسية بمثابة غايات يسعى علم النفس إلى تحقيقها من خلال دراسة الإنسان وسلوكياته بشكل عام، وتهدف فروعه النظرية إلى الوصول للنظريات والقوانين والمبادئ التي تفسر سلوك الإنسان، وتساعد على ضبطه والتحكم فيه والتنبؤ بما ينبغي عمله في سبيل السمو بإنسانيته. أما فروعه التطبيقية فتهدف إلى تطبيق هذه النظريات والقوانين والمبادئ في تنمية الإنسان وتحسين علاقته بالناس والبيئة التي يعيش فيها، ووقايته من الانحراف وعلاج مشاكله واضطراباته وهذا يعني أن جميع الاختصاصيين والمرشدين والمعالجين النفسيين هن اختصاصيون في علم الصحة النفسية، والاختصاص النفسي المدرسي أو المرشد النفسي أو المرشد النفسي التربوي يعمل على تنمية الصحة النفسية للتلاميذ في المدرسة ومن خلال مساعدتهم على اختيار المجال الدراسي المناسب لقدراتهم وميولهم وطموحاتهم، وصعوبة التعلم والنطق والمشكلات السلوكية ومساعدة المدرس على رعاية التلاميذ ككل من خلال تقديم الاستشارات بشأن تطوير البرنامج ، وتحسين طرق التدريس وتنمية العلاقة الإنسانية في الفصل لتحقيق أفضل النتائج المرجوة.**(مصطفى خليل قاوي، 2008، ص89).**

3-3- علاقته بعلم الأخلاق:

يهدف علم الأخلاق إلى جذب النفس الإنسانية إلى التحلي بالفضائل والبعد عن الرذائل لتصبح الأخلاق حسنة والغاية سامية، فتسعد النفس في الدنيا والآخرة ومن الموضوعات التي يعالجها علم الأخلاق موضوع الضمير والواجب والخير والشر وغايات الناس والالتزام الخلقي بها في القول والفعل، وإن هدف علم الأخلاق وموضوعاته تجعله وثيق الصلة بعلم الصحة النفسية الذي يدعوا إلى الفضائل ويبين الطريق إليها، ويوضح ما ينبغي أن يكون من القيم والأخلاق الفاضلة لسلوك الإنسان في هذه الحياة لأنه بدون الأخلاق الفاضلة والغايات السامية يضل الإنسان ويشقى.

3-4- علاقته بالعلوم الاجتماعية:

تنصب اهتمامات العلوم الاجتماعية على البحث في نشأة الجماعات والتنظيمات الاجتماعية، وفي النظم والمعايير والأشكال لهذه الجماعات وفي عوامل نموها وتطورها وتماسكها، وفي مشاكلها وآفاقها الاجتماعية وفي أسبابها وطرق علاجها والوقاية منها، وفي توافق الفرد مع الجماعة التي يعيش فيها وفي عوامل خضوعه لمعايرها وفي عوامل تنمية العلاقات الاجتماعية بين الناس.

وتهدف هذه العلوم إلى تنمية الفرد من خلال الجماعة وتنمية الجماعات من خلال تحقيق الرفاهية الاجتماعية لأفرادها، إرشادهم إلى طرق الحياة الفاضلة فيسعدوا في الدنيا والآخرة.

وهذا الهدف وثيق الصلة بعلم الصحة النفسية كما أن الحاجات والمنظمات والمجتمعات التي تدرسها العلوم الاجتماعية هي عضد الصحة النفسية ومصدرها، لأن حاجة الفرد الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية لا تشبع إلا في جماعة، فالفرد لا يشعر بالأمن والطمأنينة، ولا يحب ولا يشعر بالاستحسان والتقدير والكفاية إلا في جماعة ينتمي إليها ويتفاعل معها الجماعة هي التي تربي الفرد وتعلمه وتشكل شخصيته، وتنمي اتجاهاته وميوله وقيمه وسلوكه،فالجماعات التي تدرس العلوم الاجتماعية هي المسئولة إلى حد كبير عن تنمية الصحة النفسية بحسب كفاءتها في إرضاء حاجات الفرد، وبحسب طريقتها في تنمية شخصيته وقدراته وما توفره له من رعاية وحماية، فقد أشارت دراسات عديدة إلى أن الصحة النفسية مرهونة بصلاح الجماعات التي ينتميالفرد إليها.**(مروان أبو حويج، 2009، ص91)**

4- مظاهر الصحة النفسية

تتميز الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية بعدة خصائص تميزها عن الشخصية المريضة تتمثل في:

الراحة النفسية: من العوامل التي تؤثر على حياة الفرد وعلى عملية التوافق هو شعور الفرد بعدم الاتزان النفسي في أي جانب، أو مشاعر الذنب والأفكار والوسواس وتوهم المرض،وعدم الإقبال على الحياة والتحمس لها ولا يتضمن معنى الراحة النفسية وأن لا يصادف الفرد أي عقبات أو موانع تقف حاجزا في طريق إشباع حاجاته المختلفة، وفي تحقيق أهدافه في الحياة وإنما الشخص ذو الصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة هذه العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاها نفسه ويقرها المجتمع، ومن ذلك فإن سمات الفرد المتمتع بالصحة النفسية قدرته على الصمود حيال الأزمات والشدائد دون أن يلجأ إلى أساليب ملتوية غير ملائمة لحل أزمته كالعدوان والغضب. **(الداهري،2005، ص44)**

تقبل الذات: ويقصد به أن يتقبل الفرد ذاته بضعفها وقوتها وان يشعر بالرضا عن الحياة التي يعيشها في الحاضر، ويخطط للمستقبل بما هو عليه حقيقة. **(الأحمد، 1999، ص41)**

مواجهة مطالب الحياة: ويتضمن ذلك مواجهة الواقع ومواجهة مواقف الحياة اليومية والمشكلات وحلها، وتحمل المسؤولية الاجتماعية في مجال الأسرة والعمل والعلاقات الاجتماعية.

المرونة: وتتضمن القدرة على التوافق والتعديل لمواجهة الصراع والإحباط وذلك لحل المشكلات بدلا من تجميدها على النظم القديمة والحرية في التعلم والتعبير والتجريب.**(سرى، 2000، ص30)**

التوافق: ويتضمن التوافق النفسي والشخصي والرضا عن النفس، الاتزان الانفعالي، التوافق الاجتماعي والأسري والمهني.

الشعور بالسعادة مع الآخرين: حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم والاعتقاد في ثقتهم المتبادلة ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين، والتكامل الاجتماعي والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة، والانتماء للجماعة والقيام بالدور الاجتماعي المناسب والتفاعل الاجتماعي السليم والقدرة على التضحية وخدمة الآخرين والسعادة الأسرية والتعاون وتحمل المسؤولية الاجتماعية. **(الزهران، 2005، ص13)**

التفاؤل: ويتصف الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية بالتفاؤل لكن دون إفراط أو إسراف، لآن الإسراف يدفع الفرد إلى عدم أخذ الحيطة والحذر في مواقف حياته، ويعتبر التشاؤم في الوقت نفسه مظهرا من مظاهر انخفاض الصحة للفرد، ومن هنا فالتفاؤل المعتدل أحد مظاهر الصحة النفسية. **(الشاذلي، 2001، ص34)**

تقبل الفرد لحدود إمكانياته: إحدى مظاهر على التعرف علة الصحة النفسية هي إدراك الفرد لنفسه حقيقة وجود فوارق أو فروق فردية بين الناس، وحدود قدراته وما يستطيع وما لا يستطيع، ونجد أن بعض الناس لديهم بصيرة بأنفسهم ويفهمون ذواتهم فهما واقعيا، وهذا لا يهيئ لهم تجنب الكثير من الإحباط والفشل ويساعدهم على الإنجاز والتوافق السليم، ولكن كثيرون من يبالغون في تصور قدراتهم ويتوهمون في أنفسهم أكثر مما يستطيعون فعلا، كما يحاول البعض الآخر يهون من شأن نفسه ويركز على عيوبه ولا يستطيع لسبب ما أن يرى إمكانياته وقابليته، وبالتالي فهذا التصور لا يساعد كثيرا على التوافق أو على التعامل الناجح مع الآخرين. **(علي وأشرف، 2004، ص51)**

قدرة الفرد على تحمل المسؤولية: لا شك أن الشخص المتمتع بقدر كبير من الصحة النفسية هو ذلك الفرد الذي يستطيع أن يتحمل المسؤولية ويستطيع اتخاذ القرارات، لآن الهروب منها دليل على عدم النضج الانفعالي والشخصية غير المتمتعة بالصحة النفسية. **(الداهري، 2005، ص46)**

وقد وضع بعض علماء النفس قوائم من المؤشرات التي يتصورون أنها تعبر في مجموعها عن الصحة النفسية للفرد ومن بين هذه القوائم:

أ- قائمة **جودة (2005)** وجاء في القائمة المظاهر التالية:

- تقبل الذات واحترامها.
- الشعور بالوجود.
- الاستقلالية.
- التلقائية.
- تكامل الشخصية.
- مرونة الأنا.

- القدرة على تحمل الإحباط.
- الاعتماد على النفس.
- الحساسية الاجتماعية.
- الكفاءة في العلاقات الاجتماعية.
- الكفاءة في العمل والقدرة على التكيف.

ب- كما يذكر "**سنايدرز**" تسع نقاط يعتبرها من المعايير أو المظاهر الأساسية للصحة النفسية وهي كالآتي:

- الكفاية العقلية.
- التحكم في الأفكار والتكامل بينها.
- التكامل بين العواطف والتحكم في الصراع والإحباط.
- العواطف والمشاعر السليمة والايجابية.
- المواقف السليمة.
- المفهوم السليم بين الذات.
- وعي الذات المناسب.

5- النظريات المفسرة للصحة النفسية

5-1- نظرية التحليل النفسي:

يرى "**فرويد**" أن الجهاز النفسي يهدف إلى تحقيق حالة من الاتزان ومستوى منخفض من الاستثارة، فإذا تعرض الفرد إلى مثير داخلي أو خارجي فإن حالة الاستثارة التي يشعر بها الفرد تدفعه إلى القيام بنشاط جسمي أو عقلي معين، لكي يتخلص من هذه الحالة ويعود إلى حالته الأولى قبل تعرضه للمثير ،ويرى"**فرويد**"أن حالة الاستثارة وعدم الاتزان الناشئ عنها يضايق الفرد ويجعله يشعر بحالة من الضيق والتوتر، وأن نشاط الفرد من اجل تخفيض مستوى الاستثارة هي حالة سارة،فالفرد لا بد أن يكون في حالة نشاط في سبيل إطفاء مصدر استثارته إذ كلما تزداد لديه الاستثارة قابلها زيادة في معدلات عدم الاتزان فيشعر الفرد بالضيق والتوتر وعدم الرضا، وكلما انخفضت حالات الاستثارة ازدادت معدلات الاتزان فيشعر بالارتياح والاستقرار النفسي وهذا الأمر مرهون بما يبذله الفرد من نشاط لكي يحقق لنفسه أهدافه وحاجاته، ويعيد اتزانه الانفعالي أي يحقق لنفسه مستوى جيد من الصحة النفسية فالاتزان ليس ثابتا مطلقا والنشاط يفسر الاتزان وعدمه.

ويعتقد "**فرويد**" أن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية والشخصية المتوافقة مرهونة بقوة الأنا، وإن الأنا وضيفتها الدفاع عن الشخصية والعمل على توافقها مع البيئة وحل الصراع بين الفرد والواقع أو بين

الحاجات المتعارضة، والعمل على إحداث التوازن بين الهو (ID) التي تتطلب الإشباع والاناالأعلى التي تعارض الإشباع إلا في ظل الإطار الاجتماعي، فإذا فشلت الأنا (Ego) في هده الوظائف وخاصة في إحداث التوازن بين الهو والانا والأنا الأعلى فإن الفرد يكون الفرد معارضا لسوء التوافق.

ويرى "**فرويد**" أن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد القادر على ضبط غرائزه ودوافعه البدائية، وعندما لا يسمح للقيم المثالية بعزله عن الواقع، وهو عند إشباع دوافعه وتحقيق مستوى معين من تطلعاته المثالية فأنه لا يبالغ في الإشباع، إنما لابد أن يكون إشباعا متزنا وأن يكون وسائل الإشباع عن الآليات الدفاعية اللاشعورية، وتكون وسائل واقعية وهو على وعي تام بأدائها وأبعاد هذا الأداء.

(محمود كاظم، محمود التميمي، 2013، ص 85-86)

في أواخر القرن التاسع عشر بدأ علم الاجتماع وعلم الأنثروبولوجيا في الظهور كعلمين مستقلين، وقد وجد الباحثون في هذين المجالين أن الأفراد لديهم القابلية على التشكل والتطبع إلى حد كبير، وأن الإنسان هو نتاج المجتمع الذي يعيش فيه وشخصية اجتماعية أكثر منه بيولوجية، وبالتدريج بدأت المبادئ الاجتماعية والحضارية الجديدة في التسرب إلى علم النفس ومدرسة التحليل النفسي، للتخفيف من تبنينها للأسس الفطرية وشرعت في إعادة صياغة نظرية التحليل النفسي وفقا للاتجاه الجديد من العلوم الاجتماعية ومن أبرزه منظري هذه الاتجاه الجديد **(يوند، الفريد أدلر، أريك فروم، كارين هورني،وسوليفيان، و اريك سون)** وقد ابتعد كل منهم عن التفكير الفرويدي الكلاسيكي الذي يركز بالأساس على الدوافع والغرائز الفطرية والتكوينية.

5-2- النظرية المدرسية:

تبدو الصحة النفسية عند المفكرين الإنسانيين في مدى تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقا كاملا ويختلف الأفراد فيما يصلون إليه من مستويات من حيث الإنسانية الكاملة، وهذا يخالفون في مستويات صحتهم النفسية ومن رواد هذه المدرسة "**أبراهم ماسلو**" و "**كارل رودرز**" فيما يلي وجهن نظر كل منهما في هذا المجال:

يرى "**ماسلو**" أن للإنسان حاجات متنوعة، وأن هذه الحاجات تتنوع بصورة هرمية منها ذات المستوى الأدنى والأخرى ذات المستوى الأعلى، يضم المستوى الأول الحاجات الفسيولوجية والحاجة للأمن والسلامة، فإشباع الحاجات الجسمية تشعر الفرد بالأمان وعندها سيحاول إشباع المستوى الأعلى من الحاجات التي يطلق عليها الحاجات الاجتماعية منها الحاجة إلى الصداقة والعطف والحنان والتحصيل وتحقيق الذات الذي يعد الغاية العظمى في هرم "**ماسلو**"وتتحقق الصحة النفسية عندما يتمكن الفرد من

إشباع هذه الحاجات بطريقة سوية ويحقق إنسانيته الكاملة كما قدم "**ماسلو**" قائمة طويلة من خصائص الإنسان الذي يحقق أقصى حالات الذات وهي:

- الإدراك الفعال للوقائع والتعامل الإيجابيمعه،ومجابهة الصعوبات بدلا من الانسجام في الأوهام والأحلام.
- درجة عالية من تقبل الذات والآخرين.
- القدرة على إقامة علاقات حميمية.
- القدرة على المرح والدعابة والاستمتاع بمناهج الحياة.
- القدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية.
- الأصالة والابتكار في العمل والمواقف.

بينما يرى"**روجرز**" وهو واضع نظرية الذات في علم النفس أن كل فرد قادر على إدراك ذاته وتكوين مفهوم أو فكرة عنها، وينمو مفهوم الذات نتيجة التفاعل الاجتماعي جنبا إلى جنب مع الدافع الداخلي لتحقيق الذات، ولكي يحقق الإنسان ذاته لابد أن يكون مفهومه عنها موجبا وحقيقيا، فالإنسان المتمتع بالصحة النفسية هو الشخص القادر على تكوين مفهوم إيجابي عن نفسه، والذي يتفق سلوكه مع الاجتماعية ومع مفهومه عن ذاته.**(مصطفى حجاوي، 2000، ص41)**

5-3- النظرية السلوكية:

ترى هذه المدرسة أن السلوك متعلم من البيئة، أن عملية التعلم تحدث نتيجة لوجود الدافع والمثير والاستجابة، بمعنى إذا وجد الدافع والمثير حدثت الاستجابة **(السلوك)** ولكي يقوي الربط بين المثير والاستجابة لابد من التعزيز، أما إذا تكررت هذه الأخيرة دون تعزيز كان ذلك عاملا على إضعاف الربط بينها وبين المثير أي إضعاف التعلم، وتقرر هذه المدرسة أن الناس يقومون بسلوك سوي معين لأنهم تعلموا أن يتصرفوا بهذا الشكل نتيجة التعزيز، لذلك فإن مفهوم الصحة النفسية عند السلوكيين يتحدد باستجابات مناسبة للمثيرات المختلفة حيث تكون هذه الاستجابات بعيدة عن القلق والتوتر،ويتلخص مفهوم الصحة النفسية وفقا لها في القدرة على اكتساب عادات تتناسب مع البيئة التي يعيش فيها الفرد ومتطلباتها،

5-4- النظرية المعرفية:

تتضمن الصحة النفسية من وجهة نظر أصحاب هذه النظرية القدرة على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكن الفرد من المحافظة على الأمل واستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الأزمات وحل المشكلات، وعليه فالشخص المتمتع بالصحة النفسية قادر على استخدام استراتيجيات معرفية مناسبة

للتخلص من الضغوط النفسية، ويحيا على فسحة من الأمل ولا يسمح لليأس بالتسلل إلى نفسه، فالإنسان يقع صريع المعاناة والاضطراب نتيجة لخلل في نظام المعتقدات أما الشخص المعافى فهو ذلك الذي يتمتع بنظام معتقدات واقعي في النظرة إلى الذات والآخرين والدنيا، وينتج عن هكذا نظام واقعي عقلاني سيادة التفكير الإيجابي في المواقف الحياتية، كما في الموقف من الذات.**(مصطفى حجازي،ص43-44)**

6- أهمية الصحة النفسية

إن للتنشئة الأسرية دور في تحقيق الصحة النفسية للأفراد لذلك يتفاعل الفرد في المجتمع مع الآخرين، وذلك قصد تحقيق التوافق الاجتماعي والرخاء والراحة النفسية لهذا تعود أهمية الصحة النفسية للفرد والمجتمع إلى ما يلي: **(الشاذلي، 2001، ص31)**

6-1- أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد:

إن الصحة النفسية مهمة جدا للفرد وذلك لعدة أمور نوجزها فيما يلي:

- فهم الذات فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد المتوافق مع ذاته، فهو يعرف ذاته ويعرف حاجاته وأهدافه.
- الصحة النفسية تجعل حياة الفرد خالية من التوتر والاضطراب والصراعات المستمرة مما يجعله يشعر بالسعادة مع نفسه.
- الصحة النفسية تجعل الفرد قويا اتجاه الشدائد وتجعل شخصيته متكاملة تؤدي وظائفها بشكل متكامل متناسق.
- الصحة النفسية تجعل الأفراد قادرين على التحكم بعواطفهم وانفعالاتهم مما يجعلهم يتصفون بالسلوكات السوية، ويبتعدون عن السلوكات الخاطئة. **(الداهري، 2005، ص202)**
- تمكن الفرد من التعلم الجيد.
- تحافظ على الصحة البدنية للفرد.
- تساعد الفرد على تحقيق النجاح المهني والنفسي والاجتماعي.

6-2- أهمية الصحة النفسية للمجتمع:

إن الصحة النفسية مهمة بالنسبة للمجتمع بمختلف مؤسساته لأنها تهتم بدراسة وعلاج المشكلات الاجتماعية التي تؤثر على نمو شخصية الفرد، ويمكن أن نورد بعض النقاط الهامة لأهمية الصحة النفسية للمجتمع.**(الداهري، 2005، ص202)**

- تؤدي إلى زيادة الإنتاج وكفاية المجتمع.

- تحقق تماسك المجتمع.
- تؤدي إلى زيادة التعاون بين أفراد المجتمع.
- تحافظ على الصحة البدنية لأفراد المجتمع.
- تؤدي إلى خفض عدد الأفراد السلبيين والعدوانيين.
- تؤدي إلى اختفاء الظواهر المرضية في المجتمع.
- تحقيق السعادة والأمان والراحة النفسية لأفراد المجتمع.

7- معايير الصحة النفسية

إن اختلاف وجهات نظر الباحثين فيما يخص مفهوم الصحة النفسية أدى من جهة إلى إيضاح بعض الجوانب، التي كانت من قبل أقل أهمية بينما من جهة أخرى أدى إلى صعوبة ضبط مفهوم الصحة النفسية في عناصر محددة، لهذا كان من الضروري على الباحثين والعلماء أن يضعوا معايير محددة متفق عليها نسبيا من اجل توحيد أو على الأقل تقريب وجهات نظرهم عن الصحة النفسية **(السواءوالمرض)** ومن هذه المعايير ما يلي:

7-1-المعيار الإحصائي:

أي ظاهرة نفسية عند قياسها إحصائيا تتوزع وفقا للتوزيع الإعتدالي، بمعنى أن الغالبية من العينة الإحصائية تحصل على درجات متوسطة في حين تحصل فئتان متنا ضرتان على درجات مرتفعة(أعلى من المتوسط)، ودرجات منخفضة (أقل من المتوسط)، وبهذا المعنى تصبح السوية هي المتوسط الحسابي للظاهرة، في حين يشير الانحراف إلى طرفي المنحنى إلى اللاسوية، فالشخص اللاسوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام للتوزيع الإعتدالي.

ومن المأخذ على هذا المعيار أنه قد يصلح عن الحديث عن الناس العاديين من حيث الصفات الجسمية مثل الطول والوزن، بينما لا يصلح هذا المعيار في حالة القياس النفسي، لأن القياس النفسي يقوم على أسس معينة إن لم يتم مراعاتها يصبح الرقم الذي تخرج به رقما مظلا ولا معنى له، لأن القياس النفسي هو قياس نسبي غير مباشر، فمثلا عند قياس الذكاء فنحن نفترض وجود الذكاء ولكنه بشكل واقعي غير ملموس ولكن نستدل عليه من صفات الفرد. **(عبد الغفار، 2001، ص58-61)**

7-2- المعيار الشخصي:

يعتبر من المعايير الحديثة لتحديد طبيعة السلوك (سوي أو غير سوي)،ويقوم هذا المعيار على التقدير الذاتي للفرد، فإذا كان الشخص راضيا عن حياته إلى حد ما ولا توجد لديه خبرات تعكر صفو حياته فإننا نعرفه أوتوماتيكيا بأنه شخص سوي طبقا لهذا المعيار. **(الداهري، 2005، ص38)**

7-3- المعيار الاجتماعي:

إن العيش مع الجماعة أو في مجتمع معين يتضمن وضع قواعد للسلوكيات والتصرفات التي تهدف إلى السماح بالتعايش بأقل صراع ممكن بين الأشخاص الأكثر اختلافا، إذا شيد بحرية التفكير، الكلام والفعل، فهو متفق أن كل هذا يجب أن يحترم عدد من الحدود، مثلا ليس لدينا الحق الإخلال بالنظام العام،وكل شخص في حالة تهيج خارج حدث شرعي(حفل عام مثلا)،قد يعني أنه بعد غير مقبول ومستهجن لسلوكه هذا التعريف للسواء يكشف عن مفهوم الانحراف للسلوك الذي لا يدخل في الخط المستقيم الذي وضعه المجتمع.**(Chabert,2008,7)**

7-4- المعيار النفسي:

ويتمثل في أن الشخص السوي هو الشخص المتوافق مع نفسه ومجتمع، بينما الشخص غير السوي هو الذي يكون عكس ذلك. **(الداهري والكبيسي، ص208).**

من خلال ما سبق نستنتج أن للصحة النفسية معايير مختلفة تعبر عن رأي أصحابها وفق مدارسهم وميولهم.

8- مستويات الصحة النفسية

بما أن الصحة النفسية حالة غير ثابتة تتغير من فرد إلى آخر ومن وقت إلى آخر لدى نفس الفرد ومن مجتمع إلى آخر، فإن ذلك يعني أن للصحة النفسية تتوزع على درجات ومستويات مختلفة، وفيما يلي خمسة مستويات تميز الصحة النفسية وهي كالتالي:

8-1- المستوى الراقي:

هم أصحاب الأنا القوية والسلوك السوي والتكيف الجيد، إنهم الأفراد الذين يفهمون ذواتهم ويحققونها وتبلغ نسبة هؤلاء **(25%)**، تقريبا (يقعون على أقصى الطرف الإيجابي في البعد والمنحنى الاعتدالي)

8-2- المستوى فوق المتوسط:

وهم أقل من المستوى السابق، سلوكهم طبيعي وجيد ونسبتهم **(13.5%)**.

8-3- المستوى المتوسط:

وهم في موقع متوسط بين الصحة المرتفعة والمنخفضة، لديهم جوانب قوة وجوانب ضعف يظهر أحدها أحيانا ويترك مكانه للآخر أحيانا أخرى،وتبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي **(80%)**.

8-4- المستوى أقل من المتوسط:

هذا المستوى أدنى من السابقين من حيث مستوى صحتهم النفسية وأكثر ميلا للاضطراب وسوء التكيف، فاشلون في فهم ذواتهم وتحقيقها ويقع في هذا المستوى الأشكال الانحرافية النفسية والاضطرابات السلوكية غير الحادة، نسبة هؤلاء **(13.5%)**.

8-5- المستوى المنخفض:

ودرجاتهم في الصحة النفسية قليلة جدا وعندهم أعلى درجة من الاضطراب والشذوذ النفسي، فهم يمثلون خطرا على أنفسهم وعلى الآخرين ويتطلبون العزل في مؤسسات خاصة وتبلغ نسبته **(25%)**تقريبايظهر من خلال هذه المستويات أن الأفراد يتوزعون على مستويات مختلفة من الصحة النفسية، كما أن الاضطراب النفسي يأخذ أشكال متدرجة من الخطورة.

خلاصة

ما يمكن استخلاصه من هذا الفصل أن الصحة النفسية علم يستطيع أن يقدم الكثير نحو تحقيق شخصيات إيجابية متكيفة مع نفسها ومع مجتمعها، قادرة على تجنب كل ما يعصف بحياتهم ويسبب لهم الاضطراب والقلق، كما أنها تعنى بمساعدة الأفراد على تأدية أدوارهم في الحياة في أحسن صورة مما يجعلهم في حالة الرضا والسعادة والثقة بالنفس.

الفصل الثالث:
الأداء التدريسي لدى أساتدة ت ب ر

تمهيد

لقد أثبتت البحوث التربوية أن التدريسيعتمد بالدرجة الأولى على شخصية المعلم وذكاءه ومهاراته التدريسية التي يتمتع بها، لأن المعلم الناجح لا يتوقف دوره عند حدود التعليم فقط إنما يتخطاها إلى مجالات التربية.**(أبو الفتوح رضوان، 1975، 17)**. ويعرض الباحث في هذا الفصل بعض التعريفات التي تتعلق بالأداء التدريسي، تلهيا أبعاد التدريس والعوامل المؤثرة فيه، بالإضافة إلى الوظائف البيداغوجية للأستاذ، ثم محاور أداء الأستاذ ومعالم التدريس الفعال،و أخيرا تطرق الباحث إلى الحديث عن أستاذ التربية البدنية والرياضية.

1- مفهوم الأداء :

لغة: هو الاتصال والقضاء والإتيان. **(عبد الغفار حنفي وحسين قزاز،2007،ص200)**

ويستمد مصطلح الأداء أصله من اللغة الإنجليزية وبالذات من الفعل **Perform**والذي يعني تنفيذ أتأدية عمل. **(الداوي الشيخ، 2008، ص11)**

اصطلاحا: يقصد به النظامية والرسمية التي تعبر عن مكامن القوة أو الضعف التي يعطيها الأفراد **الذين** كلفوا بإنجازها والقيام به. **(عبد الغفار حنفي وحسين قزاز، 2007، ص200)**

2- مفهوم التدريس:

يعرفها "**عبد الرحمان عبد السلام جامل**" بأنه كافة الظروف والإمكانات التي يوفرها الأستاذ في موقف تدريسي معين، والإجراءات التي يتخذها في سبيل مساعدة التلاميذ على تحقيق الأهداف المحددة لذلك الموقف.**(عبد الرحمان عبد السلام جامل، 2000، ص16)**

ويرى"**عبد الرحمان الخطيب**" أن التدريس هو عبارة عن سلسلة منظمة من الفعاليات يديرها الأستاذ، ويسهم فيها المتعلم عمليا ونظريا بقصد تحقيق أهداف معينة.**(عبد الرحمان الخطيب، ص17)**

وتضيف "**عفاف عبد الكريم**" أن التدريس هو تلك الإجراءات التي يقوم بها الأستاذ مع تلاميذه لإنجاز مهمة معينة لتحقيق أهداف سبق تحديدها. **(عفاف عبد الكريم، بدون سنة، ص149)**

3- مفهوم الأداء التدريسي:

تناول التربويون الأداء التدريسي بتعريفات عدة منها: "كل ما يصدر عن الفرد من سلوك لفظي أو مهاري وهو يستند إلى خلفية معرفية ووجدانية معينة، يكون على مستوى معين يظهرمنه قدرته أو عدم قدرته على أداء العمل" **(اللقائيوالجمل، 1999،ص12)**.

ويقصد بالأداء التدريسي كل ما يقوم به عضو هيئة التدريس من أنشطة، وعمليات، وإجراءات،وسلوكات تعليمية، تتعلق بعملية التدريس داخل الصف أو خارجه. **(الجعفري،2002، ص115)**

يشمل الأداء التدريسي معظم النشاطات والمهمات التي يقوم بها أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء الحصة التعليمية أو الدرس، وهو مرتبط بعدة تغيرات منها: شخصية المربي، تكوينه البيداغوجي، طبيعة النشاط المدرس، مميزات التلاميذ ومستواهم التعليمي، البيئة الدراسية...الخ وهو الشيء الذي أدى إلى تنوع الأداءات التدريسية للأستاذ واختلافاتها من حالة بيداغوجية إلى أخرى.

ولا يخفى على كل باحث في هذا الميدان أن مهارات التدريس تشغل الحيز الكبير من الأداء التدريسي في مختلف المستويات التعليمية والمراحل الدراسية، فالأداء التدريسي إذا أطلق إنما يراد به كفاءة الأستاذ في إنجاز مهارات التدريس المتعلقة بالتخطيط والتنفيذ واستخدام الوسائل التعليمية وإدارة الصف وكذا التقويم.

4-أبعاد التدريس:

يذهب البعض إلى أن مصطلح التدريس تشترك فيه جملة من الأمور أو بالأحرى فهم أبعاد التدريس يجعلنا ندرك معناه جيدا، ولولا هذه الأبعاد ما استوفينا حق الكلمة، كما أننا أيضا لا نعرف المسئول القريب أو حتى البعيد عن العملية، وفي هذا الشأن يذكر"**ساعدزغاش**" مدير المركز الوطني للبحث في التربية أربعة أبعاد لعملية التدريس هي:

4-1- البعد المهني: هو الذي يخول لنا النظر لعملية التدريس على أنها مهنة يمارسها القائمون على تعليم المتعلمين (تلاميذ، طلبة).

4-2- البعد الاتصالي: هو الذي يمكننا من النظر للتدريس على أساس أنه علمية اتصال إنساني بين المعلم كراشد له خبرة، وبين الطالب والتلميذ الذي هو في مستوى أقل خبرة من الراشد، وهنا يقول أيضا "**مجدي إبراهيم عزيز**" أن التدريس سواء في النظام التقليدي الذي كان ينظر فيه التدريس على أساس أنه أنشطة وعمليات يقوم بها المعلم منفردا، أو في النظام التقدمي الذي يقوم على أنشطة وعمليات ينفذها المعلم والمتعلم معا هو نشاط إنساني.

4-3- البعد الأكاديمي: من خلال البعد الأكاديمي نرى أن التدريس مجال من مجالات المعرفة أو ميدان من ميادين الدراسة التي تقدم ضمن برامج تكوين المعلمين وإعدادهم لمهنة التدريس عن دراية بأصوله الفنية والعلمية.

4-4- البعد المنظومي: التدريس عملية منظمة متكونة من كيانات تربطها علاقة شبكة تبادلية تعمل ككل متكامل لتحقيق أهداف معينة، شريطة أن يكون هناك تأثير وتأثر من المعلم، المتعلم، مادة التعليم، بيئة التعلم.

5-العوامل المؤثرة في التدريس:

هناك عوامل عدة تؤثر في التدريس يمكن عدها إن أحكمنا التحكم فيها بصورة مناسبة كانت ذات تأثير إيجابي، ولكن ما إن أغفلنا عن بعض الجوانب فيها انقلبت حتما إلى تأثير العكسي.

5-1- المنهج: يعتبر المنهج الأساسي الذي ينبغي أن ينبثق منه كل الأعمال، وتسير وفقه كل الواجبات كما تعود إليه أسباب الفشل، وعدم تحقيق الأهداف المنشودة هذا ما يفسر الأصوات التي تنادي من حين إلى آخر بعدم جدوى المناهج، وهنا نفتح قوس لكي نقول إن تقويم المناهج يستلزم النظر فيه إلى زاويتين هما:**(إبراهيم أحمد سلم الحارثي،1998، ص258)**

- **زاوية الجدارة:** هل يحقق المنهج الأهداف،وهل خططه اختصاصيون (قيمة أصلية).

- **زاوية الجدوى:**بالرغم من جدارته هل يمكن تطبيقه بالفعل في الواقع؟ مما أدى بعلماء النفس والتربية إلى ضرورة الحديث بشيء من التفصيل عن المناهج بين الأصالة والمعاصرة، المناهج بين النظر والتطبيق...الخ

لذلك فإننا سنورد هنا المفهوم السابق والضيق وصولا إلى المفهوم الحديث للمنهج ومكوناته، وكذا نعطي الفرق بينه وبين البرنامج.

كان قديما يعرف المنهج بأنه"المقرر الدراسي" الذي يدرسه التلميذ في صفه.**(علي راشد،1997،ص48)**

وبأنه مجموعة المعلومات والحقائق والمفاهيم والأفكار التي يدرسها التلاميذ في صورة مواد دراسية.**(إبراهيم محمد عطا،1992،ص 05).**

بينما "علي أحمد مدكور" يقول أن المنهج التربوي هو مجموعة الخبرات والأنشطة التي تقدمها المدرسة للتلاميذ بقصد تعديل سلوكهم وتحقيق الأهداف المنشودة.

يعتبر هذا التعريف كلاسيكيا لافتقاره لصفة المنظومة واقتصاره على الخبرات والأنشطة فقط.

بعد هذه التعاريف يمكن القول إنها قاصرة لعدة أسباب أهمها:

- تهمل حاجات التلاميذ وحاجات المجتمع.
- تعطي المعلومات والمعرفة جاهزة وما على التلميذ إلا أن يحفظها دون أن تتاح له الفرصة للتأمل والتفكير والبحث.
- اقتصار وظيفة المؤسسة التربوية على الجانب المعرفي وإهمال الجوانب الأخرى في تربية الأجيال.
- إهمال الجوانب العملية والتطبيقية.
- عدم مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.

بينما حديثا فقد تغير مفهوم المنهج نتيجة الأبحاث التربوية، فأصبح ذلك "النظام المتكامل للحقائق والمعايير والقيم الثابتة والمعارف والخبرات والمهارات الإنسانية المتغيرة التي تقدمها المؤسسة التربوية إلى المعلمين فيها بقصد إيصاله إلى مرتبة مقبولة، وتحقيقا للأهداف المنشودة فيهم.

ولكي يكون كذلك ينبغي علة المنهج أن يؤدي دوره كاملا من خلال:

- تفاعل عناصره بعضها البعض لدرجة أن كل جزء منه يؤثر في الكل ويتأثر به.
- المنهج لا يعتمد في طرائقه وأساليبه على التلقين، بل يهتم بالدرجة الأولى بالتعليم عن طريق الأحداث وعن طريق الممارسة والعمل.
- المنهج وسيلة لتحقيق غاية،وهي تنمية شخصية الإنسان المتعلم في الاتجاه المرغوب وليس غاية في حد ذاته.
- أن يتعدى المنهج مفهوم إعداد الفرد للمواطنة الصالحة،بل يذهب به إلى أبعد الحدود أي الإنسان الذي يستطيع أن يعيش في كل مكان.

5-2- المحتوى:

يعرف المحتوى بأنه "المادة التي تؤدي إلى تحقيق النتائج التي نسى إليها، ويضم أفكارا وقيما وحقائق ومعاني وقواعد يقوم بتحصيلها الفرد لتصبح بالنسبة له معارف وقناعات وأنواع من السلوك. **(علي أحمد مدكور، ص205)**

ويحدد "**علي أحمد مدكور**"ثلاثة أسس عن اختيار المحتوى نذكرها على التوالي:

1- تحديد حاجات الدارسين ومشكلاتهم والمعارف التي يحتاجون إليها في حياتهم وأعمالهم.
2- اهتمام ينصب في تحديد مطالب المادة التعليمية(أي مادة كانت علم النفس، التربية البدنية والرياضية، الأدب واللغة...الخ) أكثر من الدراسيين أنفسهم.
3- اتجاه آخر عند اختيار المحتوى يعتمد على الاختيار النابع من خبرة الخبراء والاختصاصيين كل في ميدان تخصصه.

ولكي يكون المحتوى غني ومتوازن لا بد أن يهتم بالدراسيين في المقام الأول، وبما تتطلبه المواد التعليمية ثانيا، يشترط أن يعده اختصاصيون في الميدان (المراد تدريسه) مع إمكانية الاسترشاد أيضا بمن لهم علاقة متعدية بالاختصاص.

ويرتبط تحقيق أعلى مستوى من نتائج التربية والتعليم ارتباطا وثيقا بالتخطيط الجيد للمدرس، وكل خطة للدرس يجب أن تشتمل على تخطيط لمحتوياته، وعلى المدرس أن يختار الأنشطة الرياضية التي يراها

مناسبة لتحقيق الأهداف وكيفيات تشكيل هذه المحتويات، لأن خطط التدريس لا تشمل مثل هذه التفصيلات، ولا شك أن نجاح مدرس التربية البدنية والرياضية في اختيار محتويات أو مادة الدرس وطريقة تدريسها، وإخراجها يعد من أهم العوامل التي تعمل على تحقيق الأهداف المرجوة.**(عنايات محمد فرج،1998، ص17)**

5-3- الطرق:

لقد شهدت الطريقة تطورا ملحوظا جراء البحوث المتقدمة في التربية وعلم النفس، حيث كانت قديما تعني توصيل المعلومات من المعلم إلى المتعلم وما على هذا الأخير سوى تلقي هذه المعلومات دون أي اعتراض، وإظهارها وقت ما طلب منه ذلك، ولهذا أصبح دور التلميذ دور سلبيا في العملية التعليمية، وصار متلقيا أعمى لكل ما يريده المعلم أن يكون. فلم يكن له أي اعتبار إيجابي لقدراته أو ميوله أو لمبدأ مشاركته في التعليم.

بعدها وضحت الرؤية نوعا ما، فبعدما كان المعلم سيد المواقف صار للمتعلم إمكانية قيادة عملية التعليم، وبمعية المعلم دوما وذلك ما جسدته الطريقة الحوارية، ثم تحسن الحال فأصبح بإمكان الطلبة أن يقدروا بأنفسهم عملية التعليم(عن طريق المهام أو المشروع).

أما حديثا فقد اختلف الأمر مما سمح للمتعلم من دور ريادي، حيث أصبح يشكل محور اهتمام العملية التعليمية، وتدور حوله كل الممارسات. وعليه أخذت طريقة التدريس مفهوما آخر هو "مساعدة كل تلميذ لنتعرف على خصائصه وإمكاناته الذاتية الفذة، وتطويرها لديه، ثم تهيئة الظروف له للمشاركة بها وتوظيفها في انجاز ما هو خير ومفيد" **(محمد زيدان حمدان، 1989، ص24)**

أما عن دور المعلم فتغير ليصبح الموجه والمرشد والمساعد للتلاميذ على الاستجابة للممارسة نشاطاتهم بحرية كاملة مستغلين مواهبهم وقدراتهم.**(خير الدين هني، 1989، ص24)**

5-4- الأهداف:

تعتبر الأهداف نقطة البداية والنهاية في نفس الوقت لكل عمل تدريسي، فبدونها تصبح العملية التدريسية عشوائية وبدونها لا يمكن القيام بعملية التقويم.

إن الأهداف تعتبر مؤشرات جيدة تنير الطريق أمام العملية التعليمية وتجعل منها عملية واضحة وهادفة، كما تضمن الأهداف تحقيق تقويم دقيق وفق أسس معينة للعملية التعليمية وإلى مدى يكون النجاح أو الفشل إذ من المستحيل أحيانا أن تنجح في تقويم شيء ما دون وجود أسس لتقويم العملية التعليمية ككل، وبدونها تصبح هذه العملية التعليمة غير هادفة.**(علي أحمد مدكور،ص47)**

إن الأهداف هي المشترك بين عناصر الفعل التعليمي والتعلمي، وهي بمثابة البوصلة التي تقود مجموعة من الاختبارات والإجراءات المقارنة بين هذا وذاك المحتوى، وبين هذه أو تلط الطريقة.

هذا عن أهميتها أما المقصود بالهدف فيقول "**علي أحمد مدكور**" هو وصف للسلوك المتوقع من المتعلم نتيجة احتكاكه بمواقف التعلم.

أما**(R. MAGER)** فيعبر عن الهدف بأنه "وصف المجموعة من السلوك والإنجازات التي سيبرهن المتعلم من خلال القيام بها على قدرته.**(عبد اللطيف الفارابي، عبد العزيز الغرضاف، 1989، ص30)**

6-الوظائف البيداغوجية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

من أبرز الوظائف البيداغوجية لأستاذ التربية البدنية والرياضية والتي تمثل المراحل الأساسية لعملية التدريس أو الأداء التدريسي، وهو ما أوضحه "**أمين أنور الخولي**" في النقاط التالية:

- التخطيط الواعي للتدريس بدءا من المستوى اليومي مرورا بالمستوى قصير المدى وصولا إلى مستوى طويل المدى.
- صياغة الأغراض التعليمية والإجرائية السلوكية التي تحقق أهداف المنهج.
- انتقاء المحتوى من ألوان الأنشطة البدنية والحركية والرياضية المختلفة والتي تحقق الأغراض التعليمية.
- اكتساب التلاميذ للتحصيلات السلوكية.
- التقويم المستمر للتلاميذ من مختلف الجوانب السلوكية، وكذلك تقويم البرنامج وطرق التدريس في ضوء الأهداف الموضوعة للبرنامج.
- اختيار وتنفيذ طرق وإستراتيجية مناسبة للتدريس وكذلك الوسائل التعليمية الملائمة لتحقيق الأغراض التعليمية بكفاءة عالية.

ولكي يستطيع الأستاذ تأدية هذه الوظائف أو المهام بشكل فعال يجب عليه الاستعانة بكل قدراته الفكرية والتصويرية للمعارف، وكذلك قدرته على إيصالها وتكييفها مع مختلف مستويات التعليم.**(العرباوي، 1998، ص337)**

7-محاور أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية:

7-1-تخطيط الدرس:

يقصد بالتخطيط حسب "**عايش محمود زيتون**" مجموعة من الإجراءات والتدابير التي يتخذها الأستاذ لضمان نجاح العملية التعليمة وتحقيق أهدافها، وتوصف بأنها خطة مرشدة وموجهة لعمل الأستاذ.

التخطيط الجيد للدرس يضمن قدرا كبيرا من نجاحه عند التنفيذ، لأنه يتجنب الأستاذ العشوائية والارتجالية وعدم وضوح الخطوات والمراحل والأهداف، ويعتبر نشاطا يعتمد على حد كبير من العمليات الفكرية التي جرت في عقل الأستاذ قبل الدرس، فمن خلاله يتصور الأستاذ الدرس والأنشطة والطريقة التي يجب أن يقدم بها.

درس التربية البدنية والرياضية يعتبر حجر الزاوية في كل مناهج التربية البدنية والرياضية، ويتوقف نجاح مادة التربية البدنية والرياضية وتحقيق أهدافها على حسن تحضيره وإعداده وإخراجه حيث يشمل:

- ❖ الجزء التمهيدي (الإعدادي)
- ❖ الجزء الرئيسي
- ❖ الجزء الختامي

ولنجاح درس التربية البدنية والرياضية يجب أن تشمل خطته:

- مجموعة مركبة من التمرينات الحركية والأنشطة الرياضية والألعابوالمسابقات والمنافسات.
- مجموعة مركبة من القيم والمثل والاتجاهات التي تتناسب وأساليب السلوك السوي.
- مجموعة مركبة من المفاهيم والمعايير والحقائق التي تكسب التلاميذ المعارف والمعلومات.
- مجموعة مركبة من أساليب الأداء الرياضي يكتسبها التلاميذ وتساعدهم علة ممارسة النشاط الرياضي بصورة مستقلة.

كما على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يلتزم في إعداده لخطة الدرس بالشروط التالية:

- ❖ تتضمن خطة الدرس الأهداف التربوية العامة والأهداف السلوكية.
- ❖ تحتوي خطة الدرس على الجدول الزمني لتنفيذ مراحل الدرس (مثلا: الإحماء 5 د والإعداد البدني 10 د).
- ❖ تتضمن تحضير والوسائل التعليمية المستخدمة في الدروس.
- ❖ توضح البيانات التالية في الخطة: رقم الدرس والقسم والحصة واليوم وهدف الدرس).
- ❖ وضع الرسومات والتشكيلات المساعدة.
- ❖ يتخيل الأستاذ شكل ومضمون الحصة وما يمكن أن يحدث فيها من أخطاء، وما يمكن تصحيحه.

- ❖ يضع في تفكيره أساليب التدريس التي سوف يستخدمها أثناء الدرس.
- ❖ مراعاة العمل والراحة عند إعداده لخطته.

وأكدت البحوث العلمية أن التخطيط من أهم العوامل التي تؤثر في أداء الأستاذ، ويظهر ذلك لدا المعلمين الذين يخططون لدروسهم مقارنة بالذين لا يخططون لها، وأهمية خطة الدرس تكمن كذلك في الوظائف التي تسعى إلى تحقيقها:

- **الوظيفة الأولى:** تساعد الأستاذ على تنظيم أفكاره وترتيبها وكتابتها وتيسر عملية المراجعة والتعديل.
- **الوظيفة الثانية:** خطة الدرس تعتبر سجلا لنشاط التعليم ويتم الرجوع إليها في حالة النسيان، كما تسمح فيما بعد من معرفة النقاط التي تمت تغطيتها أو دراستها في الدرس.
- **الوظيفة الثالثة:** تعتبر وسيلة يستعين بها الأستاذ في متابعة الدرس وتقويمه.

للأسباب السابقة يعتبر التخطيط للدرس الخطوة الأولى والأساسية التي تسمح بالوصول إلى الأهداف، كما تسمح بضبط وتسجيل كل جزئيات الحصة مما ينعكس إيجابا على أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية، ومهما كانت قدرات الأستاذ وخبرته الطويلة في التدريس لا بد من التخطيط الجيد لأن إهماله يعرضه لمواقف سيئة وإلى الارتجالية والعشوائية.**(جابر عبد الحميد وآخرون، 1994، ص107)**.

7-2-تنفيذ الدرس:

التنفيذ هو الترجمة الميدانية لما وضعه الأستاذ في خطته، ويمثل مجموعة من المهارات تتمثل في تقديم الدرس والاستحواذ على الانتباه والتعزيز يسعى من خلاله الأستاذ إلى تحقيق الأهداف التالية:

- ❖ تنمية الصفات البدنية كالقوة العضلية والتحمل والسرعة والرشاقة والمرونة والتوازن.
- ❖ تنمية الأنشطة الرياضية الأساسية كسباقات الميدان والمضمار والألعاب الرياضية والجمباز.
- ❖ اكتساب المعارف والمعلومات الرياضية والصحية.
- ❖ تكوين الاتجاهات الوطنية والقومية والأساليب المناسبة للسلوك. **(عنايات محمد أحمد فرج، 1998، ص12)**.

وفي بداية الدرس يقوم الأستاذ بتهيئة تلاميذه، ويهدف من خلال هذه المرحلة إلى:

- ❖ الاستحواذ على انتباه التلاميذ وتزويدهم بإطار الدرس.
- ❖ مساعدة التلاميذ على ربط المادة الجديدة بما تعلموه من قبل.

- تحديد مستوى معرفة التلاميذ قبل تقديم المحتوى الجديد.**(جابر عبد الحميد جابر، 2000، ص50)**

بعد هذه المرحلة تأتي المرحلة الميدانية، فيبدأ الأستاذ بالإحماء ليؤثر في الدورة الدموية والعضلات والعمليات البيوكيماوية وتبادل التمثيل الغذائي، ويشترط أن يكون حمل الإحماء تدريجيا.

الجزء الرئيسي أو المرحلة الموالية الهدف منها تنمية الصفات البدنية وتعلم النواحي الفنية والخططيةواكتساب المعارف والمعلومات الرياضية، أما الجزء الختامي من درس التربية البدنية والرياضية فتكون مدته قصيرة وإيقاعه بطيء، يهدف إلى تهدئة سرعة التنفس والدورة الدموية من أجل إزالة التعب من العضلات.**(فايز مهنا، ص164)**

7-3- التقويم:

يعتبر التقويم الوسيلة الأساسية لتطوير التعليم، فمن خلاله يتم التعرف على أثر كل ما تم التخطيط له وتنفيذه ومن ثمة اقتراح الحلول التي تساهم في التأكيد على نقاط القوة وتدعيمها، وتجنب مواطن الضعف أو علاجها.

يعرف"**Wiley**" التقويم بأنه تجميع واستخدام البيانات التي تختص بالتغيرات في سلوك التلاميذ، كما يقصد به اتخاذ القرارات من برنامج التعليم بعد الحكم على مدى النجاح في تحقيق الأهداف.**(فكري حسين ريان،1985، ص417)**

يعتبر استخدام التقويم في ميدان التربية البدنية والرياضية ضروريا لتحفيز التلاميذ على الدراسة. وأهميته حسب "**قاسم المندلاوي**" وآخرون تكمن في الوظائف التالية:

- يتعين على التلاميذ معرفة جوانب الخطأ والصواب والقوة والضعف في تعليمهم وأسبابها.
- يساعد التلميذ على الرضا وتحقيق الإشباع عندما يؤدي عمله بنجاح.
- يساعد الأستاذ على الحكم على مدى كفاية طرحه وأساليب تدريسه.
- يساعد الأستاذ على إصدار الأحكام التي تتخذ أساسا للتنظيم الإداري.**(قاسم المندلاوي وآخرون، 1989، ص319)**

يمكن حصر ثلاثة أنواع من التقويم:

- التقويم التشخيصي
- التقويم التكويني
- التقويم التحصيلي

يعرف "**ويستر**" **التقويم التشخيصي** الذي يكون قبل البدء في عملية التعلم والتعليم على أنه "الفحص الدقيق المعمق للحقائق في محاولة لفهم شيء وتفسيره، ولاتخاذ قرار أو التوصل إلى رأي يستند إلى هذا الفحص.**(جابر عبد الحميد جابر وآخرون،1977، ص42)**، وهذا النوع من التقويم يهدف إلى تحديد مستوى التلاميذ، ومدى قدرتهم على الاستجابة لاكتساب المهارات.

التقويم التكويني فهو الذي يجري أثناء عملية التعلم والتعليم للتأكد من سلامة سير هذه العملية، ويعرفه "**هاملين**"**1979**"**Hamelin**" في قوله "يكون التقويم تكوينيا إذا كان الهدف منه أن يقدم بسرعة للمتعلم معلومات تكون مفيدة عن تطوره أو ضعفه، وهو وسيلة من وساءل معالجة هذا الضعف. ويساهم التقويم التكويني في تزويد الأستاذ والتلميذ بالتغذية الراجعة المتعلقة بالنجاح والفشل، فالتلميذ يشعر بنجاحه أو يعرف أخطاءه، أما الأستاذ فيعدل برنامجه التدريسي أو يبقيه حسب النتائج المحققة. **(Hamelin Daniel,1979,p19)**

أما النوع الثالث هو **التقويم التحصيلي** الذي يحدد نواتج التعلم في نهاية وحدة أو فصل أو سنة دراسية، هو حسب "**برلاو**""**Barlow**" الحكم على مجموعة أعمال نهائية ويهدف إلى تشخيص صعوبة التعلم وتحديد جوانب القوة والضعف في مستوى التحصيل الدراسي.**(Barlow Michel,1999, p102)**

من أهم وسائل التقويم في مجال التربية البدنية والرياضية:

- ❖ الاختبارات
- ❖ الملاحظة
- ❖ المقابلة الشخصية
- ❖ الاستبيان
- ❖ مقاييس التقويم المدرجة
- ❖ مقاييس العلاقات الاجتماعية
- ❖ دراسة الحالة
- ❖ المقاييس المورفولوجية

7-4 - تنظيم وإدارة الفصل:

عرف "**حمدان**" إدارة الفصل على أنها مجموعة من الاستراتيجيات والأنشطة التربوية التنظيمية التي تتولى تنسيق معطيات وعوامل التدريس بأساليب مختلفة، بغرض تسهيل عملية التربية داخل الصفوف.**(حمدان زياد، ص100)**.

يعتبر محور تنظيم وإدارة الفصل من العوامل الهامة لنجاح التدريس لأنه يساهم في اكتساب التلاميذ القدرة على فهم الدرس وتتبع مراحله وتعديل سلوكهم، ويتحدد تنظيم وإدارة الفصل من خلال الواجبات والمحتويات التعليمية والتربوية ومراعاة الإمكانات المادية والإجراءات التنظيمية التمهيدية، مثل الانتقال إلى مكان الدرس وخلع الملابس وتجهيز الأدوات وإسناد واجبات معينة لبعض التلاميذ.**(عنايات محمد أحمد فرج، ص93)**.

ويرى "**مروان عبد الحميد إبراهيم**" أنه يمكن وضع قواعد تساعد على ضبط الصف منها:

- العمل على الانتفاع من وقت الدرس بحيث يصبح كله كتلة واحدة منسجمة.
- يجب أن يعنى الأستاذ بتقسيم الصف الدراسي إلى جماعات معتدلة القوى.
- توزيع الاختصاصات والمهام على التلاميذ، بحيث يعرف كل تلميذ نصيبه من العمل التنظيمي أثناء الدرس.
- صوت الأستاذ وطرقة إلقائه وحركاته لها وزن كبير في العمل على استتاب النظام.
- دراسة الإمكانات المتوفرة للوصول إلى الغرض من الدرس.**(عنايات محمد أحمد فزج، ص93)**

لا يمكن لأستاذ التربية البدنية والرياضية من ضبط صفه وحسن إدارته إلا إذا تميز بشخصية قوية وبأسلوب مميز في تعامله مع تلاميذه داخل الفصل، مع ضرورة خلق جو تسوده العلاقات الاجتماعية الإيجابية بينه وبين التلاميذ، وبين التلاميذ أنفسهم، وإدارة الفصل وتنظيمه فن تبرز فيه شخصية الأستاذ وتظهر قدراته ومهاراته ومعارفه.

8-معالم التدريس الفعال:

- التدريس الجيد هو ما كان فيه التلميذ هو محور العملية التعليمية بدليل أنه كلما شارك التلميذ في العملية بدور إيجابي كلما زادت إمكانية نجاح عملية التدريس.
- التدريس الجيد يتحقق بالعوامل الداخلية أكثر منه بالعوامل الخارجية مثل عدد التلاميذ في القسم، ومستواهم والإمكانيات المادية التي يراها معلمو اليوم المعيار الحقيقي لنجاح تدريسهم.
- من معالم التدريس الجيد هو توجيه عملية التدريس بأكملها ليكون لها تأثير تربوي.**(عطاف عبد الكريم، ص156)**
- لكي يكون التدريس جيدا لا بد أن يحصل تطابق بين القصد وما يحدث في الدرس.
- التدريس الفعال هو عادة سلوك ديمقراطي بين المعلم وتلاميذه داخل الفصل.
- التدريس الجيد يتطلب إدارة هادفة موجهة نحو تنمية مقدرات كل تلميذ حتى يتم التعلم على أكمل وجه.

- التدريس الجيد هو ما عمل على تهيئة مواقف تعلم يمكن من خلالها تحقيق كل تلميذ أهداف التربية البدنية والرياضية.
- لكي يكون التدريس جيدا وفعالا لا بد أن يكون هناك تفاعل تام بين أركان التدريس، إذ يتحقق التفاعل بين المعلم والمتعلم من جهة، وبين كل من قادة التعلم وبيئة التعلم من جهة ثانية.**(مجدي إبراهيم، ص07)**

الجزء الثاني:

9-أستاذ التربية البدينة والرياضة وأهم صفاته وخصائصه:

9-1- تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية أو المربي الرياضي صاحب الدور الرئيسي في عمليات التعليم والتعلم، حيث يقع على عاتقه اختيار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في الدرس وخارجه، بحيث يستطيع من خلاله تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وترجمتها وتطبيقها على أرض الواقع.**(أكرم زكي خطايبية،1997، ص173)**

وللأستاذ دور كبير في إنجاز الأعمال الإجرائية في درس التربية البدنية والرياضية، فهو يخطط وينظم ويرشد التلاميذ في الدرس، ومن الضروري أن تكون العلاقة بينه و بين التلاميذ إيجابية مما يقود نشاطهم بشكل إيجابي وهذا من خلال مشاركة الأستاذ للتلاميذ في أفكارهم وطموحاتهم ومشاعرهم بثقة، وصدق، ويتفهم مشاكلهم ويحترم أرائهم في نفس الوقت، ولا يقتصر دور الأستاذ علة تقديم أوجه النشاط البدني الرياضي المتعدد، بل له دور أكبر من ذلك فهو يعمل على تقديم واجبات تربوية من خلال الأنشطة الرياضية التي تهدف إلى تنمية وتشكيل وزرع القيم والأخلاق الرفيعة لدى التلاميذ، مما يساعدهم على اكتساب قدرات بدنية وقوام معتدل وصحة عضوية ونفسية ومهارات حركية وعلاقات إيجابية ومعارف واتجاهات وميولاتإيجابية.**(أكرم زكي خطايبية، 1997، ص174)**

إن المعلم مربي وظيفته تمكين التلاميذ من الحصول على المعارف والعادات الصالحة والمثل العليا وإتقان المهارات وتعويدهم على السلوك الاجتماعي ودوره أيضا مساعدة التلميذ على أن يوفق بين نفسه وبين البيئة المحيطة به، فالمعلم الكفء هو الذي يستطيع بمهاراته وكفاءته استغلال كل الوسائل والأدوات المنتهجة في خدمة عملية التعليم وتطويرها.**(بدور المطوع، 2006، ص266)**

9-2- صفات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

أن المسؤولية الكبيرة لأستاذ التربية البدنية والرياضية هي تنفيذ المنهاج ونجاح العملية التعليمية التربوية وتحقيقها للأهداف المنشودة، وحتى يتم ذلك الدور الفعال لا بد أن يتصف بصفات متعددة ومتنوعة فيما يلي:

الصفات الشخصية:وتتمثل في الآتي:

- خالي من العاهات وخاصة في الحواس والأعضاء.
- أن يكون كلامه واضحا من العيوب التعبيرية كالتأتأة أو التلعثم وحسن اللسان.
- صحته جيدة ونشاطه واضح خال من الأمراض المزمنة كالهزال العام والربو وغيرها.

الصفات النفسية:وتتمثل في الآتي:

- الصبر والتحمل وضبط النفس.
- أن يكون حازما في إدارته لمجموعته.
- المحبة والعطف واللين علة التلاميذ.
- القدوة الصالحة.
- قوة الشخصية.

الصفات العقلية: تتمثل في الآتي:

- الذكاء ضروري للنجاح في أي مهنة.
- الكفاءات العلمية أو التمكن العلمي شرط أساسي في عمله.
- الخبرة التدريسية الطويلة.
- ثقافة علمي واسعة.

الصفات الاجتماعية: تتمثل في الآتي:

- الود والابتسام وعدم الخلط بين الجد والعزل.
- عدم الاستهزاء بمشاعر الآخرين واحترام خصوصياتهم.
- إظهار ميول قيادي وقوة الإدارة.
- سداد الرأي وعدم الانفعال. **(عبد الله عمر الفراء،عبد الرحمان عبد السلام حامل، ص35-40)**

9-3- خصائص أستاذ التربية البدنية والرياضية:

في دراسة مجلس المدارس بإنجلترا أفادت النتائج أن صفات أستاذ التربية البدنية والرياضيةالتي نالت أعلى ترتيب بين عينة كبيرة من المدرسين والمدرسات كانت بالترتيب التالي:

الخصائص المهنية:

- تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة.
- يهتم بآراء التلاميذ ويشارك في التطبيق الميداني.
- ينظم البطولات الرياضية المدرسية.
- يوضح فائدة التمرين الجيد.

الخصائص الشخصية:

- مرح ومحب للعمل ولطيف دائما.
- مهذب وذو أخلاق ولديه سمعة رياضية جيدة.
- يتفهم ميول وحاجة التلاميذ.**(أمين أنو الخولي، 1996، ص156)**

10- دور أستاذ التربية البدنية والرياضية:

10-1- الدور النفسي لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

أستاذ التربية البدنية والرياضية عن طريق حصته يولي اهتماما بالصحة النفسية للتلاميذ، والتي تعتبر بمثابة أهم العوامل لبناء الشخصية السوية الناضجة.

فالأستاذ أو المربي يمكنه أن يقوم بزرع الصفات الجيدة في نفسية التلاميذ وذلك عن طريق النشاطات التي يقدمها وطريقة تقديمها كالثقة بالنفس وتحمل المسؤولية وروح التعاون الجماعي وتقبل الهزيمة وتقبل الذات.**(سعد جلال ومحمد علاوي،1676،ص147)**

10-2- الدور التربوي لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

المربي أو الأستاذ الناجح هو ذلك الذي لا يعمل فقط على تزويد التلاميذ بمختلف التمارين والأنشطة الحركية فقط، بل أنه مسؤول وواجب عليه أن يحقق للتلاميذ القدرة على التوافق الاجتماعي والانفعالي وعليه أن يسلط الطريقة المثلى لنقل المعلومات للتلاميذ التي تناسبهم وتساير مدى نضجهم ووعيهم.**(سعد جلال ومحمد علاوي،1979، ص147)**

خلاصة

إن الأداء التدريسي من أبرز العوامل والأساسيات التي يجب أن يتدرب عليها الأستاذ قبل الخدمة وأثناءها، وخاصة منها كفايات التخطيط للدرس والتنفيذ والتقويم، فهي تساعد في إنجاح العملية التعليمية كما تمكنه أيضا من مواجهة كل الصعوبات التي تقف في طريقه وتعرقل التدريس لديه.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:
منهجية الدراسة

تمهيد

يوضح الباحث خلال هذا الفصل الخطوات والإجراءات التي تمت في الجانب التطبيقي أوالجانب الميداني للدراسة، حيث تعد الدراسة الميدانية وسيلة هامة من أجل الوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة عن طريق الميدان، حيث يمكننا من جمع البيانات وتحليلها هذا كله لتدعيم الجانب النظري وتأكيده، وفي هذا الفصل نستعرض الإجراءات المنهجية التي اتبعناها ويتضمن تحديد منهجها والمجتمع الأصلي والعينة، وتتضمن كذلك أدوات الدراسة وإجراءات تطبيق المقياس وتحديد الأسلوب الإحصائي المستخدم في الدراسة.

4-1- الدراسة الاستطلاعية

تعتبر الدراسة الاستطلاعية البوابة الأساسية والمدخل الرئيسي عند إعداد كل البحوث العلمية من منطلق الوقوف على عينة الدراسة، وكذا معرفة مدى ملائمة أداة البحث لعينة الدراسة ومدى مناسبتها لخصائص هذه العينة من حيث سهولة ووضوح العبارات عند الأساتذة، والهدف من الدراسة الاستطلاعية هو التحضير الجيد للدراسة الأساسية، حيث قام الباحث بزيارة المتوسطات الموجودة عل مستوى بلدية المسيلة.

حيث قام الباحث بدراسة استطلاعية وذلك بتطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية تقدر ب **(07)** أساتذة للتربية البدنية والرياضية، وهذا بغرض تجريب أدوات الدراسة والتأكد من ثباتها، حيث تم توزيع أدوات الدراسة **(مقياس الصحة النفسية ومقياس الأداء التدريسي)**، ومن خلال الدراسة الاستطلاعية توصل الباحث إلى ما يلي:

- ضبط عينة البحث، حيث شملت **(20)** أستاذا للتربية البدنية والرياضية الذين يدرسون في مرحلة التعليم المتوسط بمدينة المسيلة.

- التأكد من أدوات القياس المستعملة في الدراسة الحالية (مقياس الصحة النفسية، مقياس الأداء التدريسي)، حيث بلغ معامل الثبات لمقياس الصحة النفسية **(0.70)** ومعامل الثبات مقياس أداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية **(0.75)**، وهذا ما يدل على توفرهما على الخصائص السيكومترية التي يتطلبها البحث العلمي الجيد وهي **الصدق والثبات**، أي أنها ثابتة وتقيس ما وضعت لقياسه.

- التأكد من السلامة اللغوية لوسائل القياس، حيث تمت الإجابة على جميع فقرات المقاييس من طرف المستجوبين، وبالتالي التأكد من أن عينة الدراسة لم تجد صعوبة في فهم المطلوب منها، وفي التعامل مع المقاييس وبالتالي الحصول على معطيات صحيحة.

وقد تمت الدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة بين **10/أفريل/ 2022 و17/أفريل/2022**

4-2- المنهج المتبع في الدراسة

إن استخدام الباحث لمنهج معين يرتكز على طبيعة الموضوع الذي يود دراسته، بحيث من المفروض في دراستنا الحالية وتبعا للإشكالية المطروحة نرى أن **المنهج الوصفي** هو المنهج الملائم لدراستنا.

الذي يعرفه "**أحمد بدر**" "بأنه ذلك المنهج الذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد عليه في الواقع، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا، ويعبر عنها تعبيرا كيفيا أو كميا".

4-3- متغيرات الدراسة

من خلال دراستنا الحالية نجد بأن:

المتغير المستقل: هو " الصحة النفسية "

المتغير التابع: هو" الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية "

4-4- مجتمع وعينة الدراسة

مجتمع الدراسة: يمكن تعريف مجتمع الدراسة بأنه كل المفردات التي قد تتوفر فيها الخصائص التي هي محل البحث أو الاختبار من قبل الباحث، أو يمكننا القول بأن مجتمع الدراسة هو كل المفردات التي يمكن أن تشملها الدراسة.

ويتكون مجتمع دراستنا الحالية من **(63)** أستاذ للتربية البدنية والرياضية الموزعين على **(25)** متوسطة تابعة لمدينة المسيلة لسنة **2022/2021**، وهذا حسب الإحصائيات المقدمة من طرف مديرية التربية لولاية المسيلة.

عينة الدراسة: يمكن تعريف العينة بأنها جزء من مجتمع الدراسة بحيث تتضمن عدد محدود من مفرداته يكفي لإجراء عمليات أو اختبارات محددة عليه، بحيث يمكن استخلاص نتائج تتعلق بخصائص هذا المجتمع تصلح للتعميم عليه بالكامل.

وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية والتي تمثلت في **(20)** أستاذ للتربية البدنية والرياضية العاملين في المتوسطات التابعة لبلدية المسيلة، والتي بلغ عددها **(25)** متوسطة.

جدول رقم (01) يوضح توزيع أساتذة التربية البدنية على متوسطات بلدية المسيلة:

الرقم	المتوسطة	البلدية	عدد مناصب التربية البدنية والرياضية
1	الأخوين بن القبي	المسيلة	2
2	ابن الهيثم	المسيلة	3

3	محمد الصديق بن يحي	المسيلة	3
4	زين الدين بن معطي	المسيلة	2
5	أبي علي حسن بن رشيق	المسيلة	2
6	مي زيادة	المسيلة	3
7	أول نوفمبر54	المسيلة	4
8	العقيد الحواس	المسيلة	3
9	أبو الخير الإشبيلي	المسيلة	2
10	أبن هاني الأندلس	المسيلة	2
11	زروقي السعيد (حي 500مسكن)	المسيلة	2
12	بديرة علي (حي النسيج)	المسيلة	2
13	أحمد شوقي	المسيلة	4
14	بورزق عبد المجيد	المسيلة	3
15	بشيري محمد/ حي 05 جويلة	المسيلة	3
16	يحياوي محمد/ طريق حمام الضلعة	المسيلة	3
17	ناجي السعيد/ الجديدة المويلحة	المسيلة	3
18	بلحاج الدهيمي	المسيلة	2
19	المجاهد سرايش على (القطب الجامعي)	المسيلة	4
20	نور محمد الطاهر/ حي 700 مسكن	المسيلة	2
21	ابن الذيب بلقاسم	المسيلة	3
22	دامخي لخظر/ لاروكاد الجديدة	المسيلة	2

23	خرخاش أحمد	المسيلة	1
24	عيسو الصالح	المسيلة	1
25	بوضريسة محمد لمين	المسيلة	2
المجموع			63

4-5-أساليب جمع البيانات: (أدوات جمع البيانات)

لقد اعتمد الطالب في دراسته على مقياس الصحة النفسية ومقياس الأداء التدريسي،**(الملحق رقم 01)** والتي تم تقسيمهما إلى جزئين كالتالي:

الجزءالأول: مقياس الصحة النفسية لواضعه **أبو هين 1992**، وتضمن 24 عبارة.

الجدول رقم: (02) يوضح أرقام العبارات التي تتضمنها القائمة

	أرقام العبارات
عامل الوسواس القهري	21-17-13-9-5-1
عامل الاكتئاب	22-18-14-10-6-2
عامل القلق	23-19-15-11-7-3
عامل العداوة	24-20-16-12-8-4

الجزءالثاني: مقياس الأداء التدريسي الذي أعده الباحث **يوسف شنقرة**، تم التعديل فيه من حيث المحاور وعدد العبارات ويتضمن 30 عبارة وفيه 4 محاور كالتالي:

جدول رقم: (03) يوضح محاور أداة الدراسة

المحاور	أبعاد الأداء التدريسي	العبارات
المحور الأول	التخطيط	08

المحور الثاني	التنفيذ	10
المحور الثالث	إدارة الفصل	06
المحور الرابع	التقويم	06

4-6- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة: (الصدق، الثبات، الموضوعية)

- **الصدق:**

صدق الأداة يعني أن تقيس ما أعدت لقياسه، أي أن تقيس الظاهرة التي يريد الباحث قياسها دون غيرها من الظواهر الأخرى، وفي دراستنا قمنا بالتحقق من صدق مقياس الصحة النفسية ومقياس الأداء التدريسي باستعمال الصدق البنائي.

- **الصدق البنائي:** وهو أحد أنواع الصدق التي تعبر عن ارتباط كل بعد من أبعاد أداة القياس بالدرجة الكلية لها، والجدول التالي يبين نتائج الصدق البنائي للمقياسين المستعملين في دراستنا الحالية.

الجدول رقم (04) يوضح الصدق البنائي لمقياس الصحة النفسية

الرقم	المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	الصحة النفسية	0.855	0.000

الجدول رقم (05) يوضح الصدق البنائي لمقياس الأداء التدريسي

الرقم	محاور المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	محور التخطيط	0.787	0.009
02	محور التنفيذ	0.851	0.000
03	محور إدارة الفصل	0.842	0.000

04	محور التقويم	0.865	0.000

يتضح لنا من خلال الجدولين (01) و (02) أن معاملات الارتباط بين أبعاد المقياسين والدرجة الكلية للمقياسين تراوحت ما بين (0.787 و0.865) وكلها دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ما يدل على صدق أبعاد الأداتين لما وضعت من أجله، وبالتالي فإنه يمكننا الحكم بصدق المقياسين في دراستنا لما هو موضوع لقياسه.

- **الثبات:**

تم توزيع الأداة على **(07)** أفراد من مجتمع الدراسة، بغية إجراء التجربة الاستطلاعية حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية وذلك خلال مرحلتين قبلية وبعدية تفصلهما مدة أسبوع واحد، وبعد ذلك تمت المعالجة الإحصائية باستخدام معامل ألفا كرومباخ لحساب معامل الثبات للاستمارة كما يوضحه الجدول التالي:

الجدول رقم (06): يوضح درجة ثبات الاستمارة بمعامل ألفا كرومباخ

	معامل ألفا كرومباخ	**درجة الثبات**
مقياس الصحة النفسية	0.717	قوي
مقياس الأداء التدريسي	0.741	قوي

- **طريقة إعادة الاختبار test_retest:**

تم توزيع الاستمارة على **(07)** أفراد من مجتمع الدراسة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وزعت عليهم الأداة في **10/أفريل/ 2022** وبعد أكثر من أسبوع تم توزيع نفس الأداة بتاريخ **17/أفريل/ 2022.**

توصل الطالب إلى أن قيمة معامل الثبات لمقياس الصحة النفسية بلغ **0.70** وبالتالي يمكن القول أن الأداة ثابتة.

أما قيمة معامل الثبات لمقياس الأداء التدريسي بلغ **0.75** وهي أيضا قوية بالتالي فإن الأداة ثابتة.

4-7- تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية:

تم تفريغ جميع البيانات المتحصل عليها من خلال تطبيق أدوات البحث، تمهيدا لإدخالها للحاسوب الآلي لإجراء المعالجة الإحصائية المناسبة لتوظيف الحزمة الإحصائية spss.

استخدام نموذج SPSS في البحث الحالي:

اعتمد الطالب في هذا البحث بنسبة كبيرة جدا في تحليل البيانات في برنامج **SPSS** حيث تم إجراء الحسابات اللازمة، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية.

وكذا اختبار الارتباط البسيط **بيرسون**، لحساب درجة الارتباط بين مستوى محاور الاستبيان وبعدها تم نقل النتائج المتحصل عليها من برنامج **SPSS** إلى جداول منظمة على حسب متغيرات البحث كما سيأتي في عرض ومناقشة هذه النتائج.

المعادلة الإحصائية لتحويل التكرارات لنسب مئوية:

س-100 % فإنx=ع*100

X: النسبة المئوية.

ع: عدد الإجابات (التكرارات)

س: عدد أفراد العينة

- النسب المئوية
- التكرارات
- برامج الأحزمة في العلوم الاجتماعية .SPSS
- معامل الارتباط بيرسون.

4-8- خطوات إجراءات الدراسة الميدانية:

بعد توزيع المقياس على المجموعة الاستطلاعية وبعد التحقق من الخصائص السيكومترية للأداة **(الصدق، الثبات)**، وحسب نتائج التحليل الإحصائي للدراسة الاستطلاعية تمت طباعة المقاييس، وكانت بداية العمل الميداني وفقا لما يلي: قام الطالب بالتوجه إلى بعض متوسطات بلدية المسيلة قيد الدراسة، وذلك يوم **24/أفريل/2022 إلى 08/ماي/2022** ليتم توزيع الاستمارات للإجابة عليها، لنشرع بعد ذلك في تفريغ البيانات باستخدام برنامج **spss**، ليقوم الطالب بتحليل ومناقشة نتائج الاستمارات بعد ذلك.

خلاصة:

تعتبر منهجية الدراسة الميدانية مفتاح للتعرف على مجتمع وعينة الدراسة، وكذا المنهج المستخدم وتعتبر الأدوات المستخدمة في الدراسة من أهم الأساليب المساعدة على إنجاز أي بحث، وفي بحثنا هذا تم استخدام مقياسين، مقياس الصحة النفسية ومقياس الأداء التدريسي وفي اعتقادنا أنها كافية لجمع البيانات والمعلومات الخاصة بإظهار الموضوع محل الدراسة وتمكننا من التوصل إلى الحقائق الوافية لتغطية جوانب الدراسة تغطية جيدة.

الفصل الخامس
عرض وتحليل ومناقشة النتائج

5-1- عرض وتحليل النتائج:

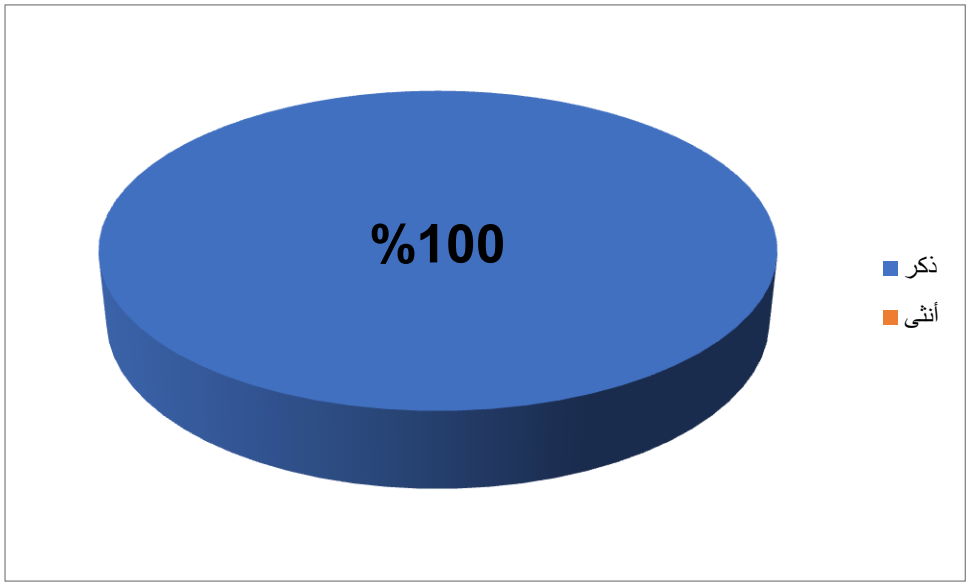
المحور الأول:تحليل نتائج البيانات الأولية:

1-1 توزيع العينة حسب الجنس:

الجنس	ذكر	أنثى	المجموع
العدد	20	00	20
النسبة المئوية	100%	00%	%100

الجدول رقم: (7) يمثل توزيع العينة حسب الجنس

الشكل رقم:(01) يمثل توزيع العينة حسب الجنس



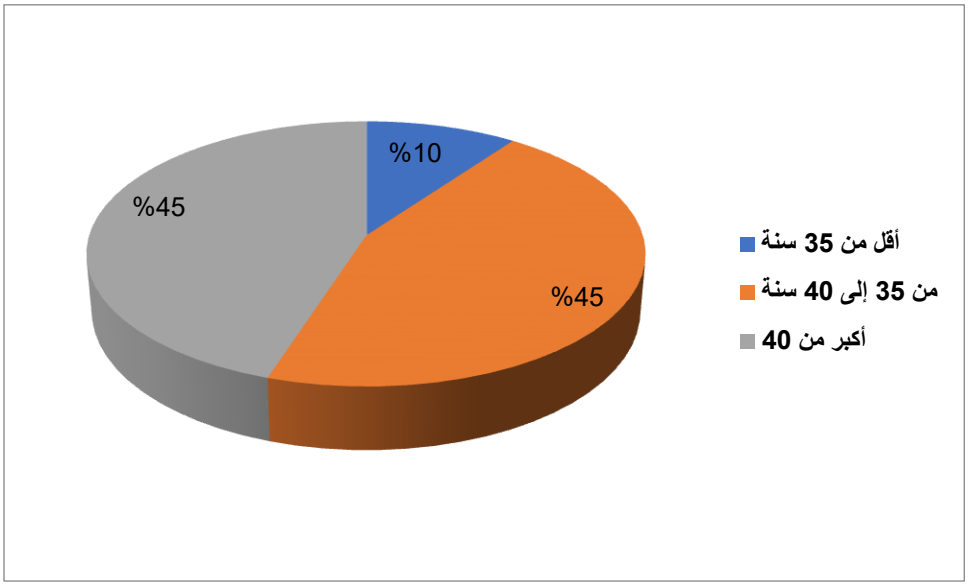
نلاحظ من خلال هذا الجدول التوضيحي للجنس لأفراد العينة أن جميعهم كانوا ذكورا بنسبة 100% ولا وجود للإناث في عينتنا الدراسية.

2-1 توزيع العينة حسب السن:

الجدول (08):يمثل توزيع العينة حسب السن

السن	أقل من 35 سنة	من 35 إلى 40 سنة	أكبر من 40	المجموع
العدد	2	09	09	20
النسبة	10%	45%	45%	%100

الشكل رقم(02) يمثل توزيع العينة حسب السن



نلاحظ من خلال الجدول السابق والذي يمثل توزيع العينة حسب السن لأفراد العينة، أن عدد أفراد العينة أغلبيتهم تتراوح أعمارهم بين 35 و 40 سنة وكذا أكبر من 40 سنة مناصفة بـ9 أفراد لكل منهما بنسبة 45%، بينما نجد أستاذين اثنين تقل أعمارهم عن35 سنة بنسبة 10%.

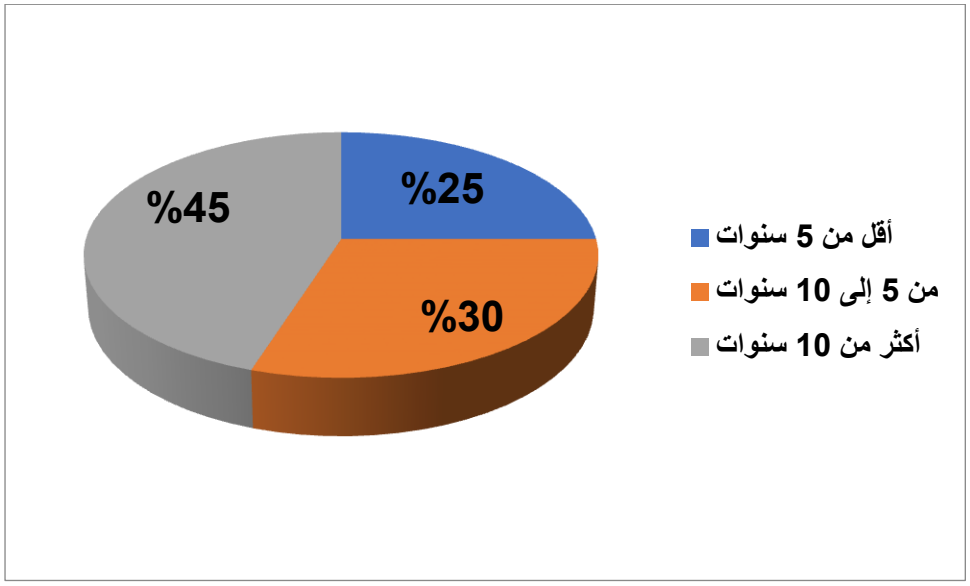
3-1 توزيع العينة حسب الخبرة المهنية:

الجدول

الخبرة المهنية	أقل من 5 سنوات	من 5 إلى 10 سنوات	أكثر من 10 سنوات	المجموع
العدد	5	6	9	20
النسبة	25%	30%	45%	100%

رقم:(09) يمثل توزيع العينة حسب الخبرة المهنية

الشكل رقم(03) يمثل توزيع العينة حسب الخبرة المهنية



نلاحظ من خلال الجدول السابق والذي يمثل توزيع العينة حسب الخبرة المهنية، أن 5 أفرادمن عينة الدراسة خبرتهم المهنية تقل عن 5 سنوات بنسبة 25%، بينما نجد 6 أفراد تنحصر خبرتهم المهنية بين 5 إلى 10 سنوات بنسبة 30%، أما الغالبية وعددهم 9 أفراد فتفوق خبرتهم المهنية 10 سنوات بنسبة 45%.

1-4 حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات الأولية (الجنس، السن، الخبرة المهنية):

الجدول:(10) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات الأولية

الرقم	المجالات		
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	**الجنس**	1.00	0.000
2	**السن**	2.35	0.671
3	**الخبرة المهنية**	2.20	0.834
البيانات الأولية ككل		**1.85**	**0.501**

نلاحظ من خلال الجدول السابق والذي يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات الأولية، أن المتوسط الحسابي للجنس بلغ 1.00 بانحراف معياري قدر بـ 0.000، أما المتوسط الحسابي للسن قدر بـ 2.35بانحراف معياري بلغ 0.671، في حين نجد أن المتوسط الحسابي للخبرة المهنية قدر بـ 2.20 بانحراف معياري بلغ 0.834، وبالتالي نجد أن مجموع المتوسط الحسابي للبيانات الأولية ككل قدر بـ 1.85 بانحراف معياري بلغ 0.501.

و بالتالي فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أسئلة الاستمارة وأجوبة أفراد العينة فيما يخص محور البيانات الأولية الشخصية تختلف حسب السن والخبرة المهنية.

1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى القائلة:

مستوى الصحة النفسية مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

مستوى الصحة النفسية				
	مستوى منخفض	مستوى متوسط	مستوى مرتفع	المجموع
التكرارات	04	08	12	24
النسبة المئوية	16.66%	33.33%	50%	100%
المتوسط الحسابي			3.40	مرتفع

الجدول رقم (11): يوضح مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط

من خلال الجدول أعلاه، نستنتج أن مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط كان مرتفع، حيث تشير الإحصائيات إلى أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات مقياس الصحة النفسية أغلبها كان ينتمي للمجال 3.34 – 4.00 وهي مرتفعة، ومنه نجد أن 4 عبارات جاءت بمستوى منخفض بنسبة 16.66%، و8 عبارات جاءت بمستوى متوسط بنسبة 33.33%، بينما 12 عبارة جاءت بمستوى مرتفع بنسبة 50%، حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي 3.40 وهو ينتمي للمجال 3.34 – 4.00 وبالتالي هو مرتفع، لنستنتج

البنود	حجم العينة	المتوسط حسابي	الانحراف معياري	مستوى الصحة النفسية
س1	20	3.70	.470	مرتفع
س2	20	3.10	1.021	منخفض
س3	20	3.30	.801	متوسط
س4	20	3.30	.733	متوسط
س5	20	3.45	.759	مرتفع
س6	20	3.75	.444	مرتفع
س7	20	3.75	.444	مرتفع
س8	20	3.45	.686	مرتفع
س9	20	3.35	.671	مرتفع
س10	20	3.70	.470	مرتفع
س11	20	3.10	1.021	منخفض
س12	20	3.30	.801	متوسط
س13	20	3.30	.733	متوسط
س14	20	3.45	.759	مرتفع
س15	20	3.70	.470	مرتفع
س16	20	3.10	1.021	منخفض
س17	20	3.30	.801	متوسط
س18	20	3.30	.733	متوسط
س19	20	3.45	.759	مرتفع
س20	20	3.70	.470	مرتفع
س21	20	3.10	1.021	منخفض
س22	20	3.30	.801	متوسط
س23	20	3.30	.733	متوسط
س24	20	3.45	.759	مرتفع
المتوسط العام للمحور ككل		3.40	المجال	مستوى الصحة النفسية
			4.00 – 3.34	مرتفع

أن الفرضية الأولى قد تحققت ومنه نثبت أن مستوى الصحة النفسية مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية القائلة: مستوى الأداء التدريسي مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

مستوى الأداء التدريسي				
	مستوى منخفض	مستوى متوسط	مستوى مرتفع	المجموع
التكرارات	0	0	30	30
النسبة المئوية	00%	00%	100%	100%
المتوسط الحسابي			3.97	مرتفع

الجدول رقم (12): يوضح مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط

البنود	حجم العينة	المتوسط حسابي	الانحراف معياري	مستوى الصحة النفسية
المحور الأول: التخطيط				
س1	20	3.95	.686	مرتفع
س2	20	4.15	.671	مرتفع
س3	20	3.90	.553	مرتفع
س4	20	3.90	.553	مرتفع
س5	20	3.90	.553	مرتفع
س6	20	3.95	.686	مرتفع
س7	20	4.15	.671	مرتفع
س8	20	3.90	.553	مرتفع
المجموع		3.97	0.546	مرتفع
المحور الثاني: التنفيذ				
س9	20	3.95	.686	مرتفع
س10	20	4.15	.671	مرتفع
س11	20	3.90	.553	مرتفع
س12	20	3.90	.553	مرتفع
س13	20	3.90	.553	مرتفع
س14	20	3.95	.686	مرتفع
س15	20	4.15	.671	مرتفع
س16	20	3.90	.553	مرتفع
س17	20	3.95	.686	مرتفع
س18	20	4.15	.671	مرتفع
المجموع		3.99	0.628	مرتفع
المحور الثالث: إدارة الفصل				
س19	20	3.90	.553	مرتفع

س20	20	3.90	.553	مرتفع
س21	20	3.90	.553	مرتفع
س22	20	3.95	.686	مرتفع
س23	20	3.95	.686	مرتفع
س24	20	4.15	.671	مرتفع
المجموع		3.95	0.617	مرتفع
المحور الرابع: التقويم				
س25	20	3.90	.553	مرتفع
س26	20	3.90	.553	مرتفع
س27	20	3.90	.553	مرتفع
س28	20	3.95	.686	مرتفع
س29	20	4.15	.671	مرتفع
س30	20	3.90	.553	مرتفع
المجموع		3.95	0.594	مرتفع
المتوسط العام للمقياس ككل		3.97	المجال	مستوى الأداء التدريسي
			4.35 – 3.76	مرتفع

الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط كان مرتفع، حيث تشير الإحصائيات إلى أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات مقياس الأداء التدريسي جميعها كانت تنتمي للمجال 3.76 – 4.35 وهي مرتفعة، ومنه نجد أن عبارات المحور الأول الخاص **بالتخطيط** جاءت بمستوى مرتفع بمتوسط حسابي بلغ 3.97 وبانحراف معياري قدر بـ 0.546، كما جاء المحور الثاني الخاص **بالتنفيذ** أيضا مرتفع بمتوسط حسابي قدر بـ 3.99 بانحراف معياري بلغ 0.628، أيضا جاء المحور الثالث الخاص **بإدارة الفصل** مرتفع بمتوسط حسابي لغ 3.95 بانحراف معياري قدر بـ 0.617، في الأخير جاء المحور الرابع الخاص **بالتقويم** مرتفع هو الآخر بمتوسط حسابي بلغ 3.95 بانحراف معياري قدر بـ 0.594، ومنه نجد المتوسط الحسابي الكلي لمقياس الأداء التدريسي بلغ 3.97 وهو ينتمي للمجال 3.76 – 4.35 وبالتالي فهو مرتفع، لنستنتج أن الفرضية الثانية قد تحققت ومنه نثبت أن مستوى الأداء التدريسي مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

3-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة القائلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

الصحة النفسية	الخبرة المهنية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمةF المحسوبة	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	أقل من 5 سنوات	5	3.50	0.057	17	0.351	0.05 دال
	من 5 إلى 10 سنوات	6	3.40	0.073			
	أكثر من 10 سنوات	9	3.34	0.058			

الجدول رقم (13): يوضح نتائج الفرضية الثالثة للكشف عن الفروق في مستوى الصحة النفسية

من خلال الجدول أعلاه، وباستقراء النتائج المتوصل إليها نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية، حيث بلغ المتوسط الحسابي للخبرة المهنية أقل من 5 سنوات 3.50 بانحراف معياري قدر بـ 0.057 بينما بلغ المتوسط الخاص للخبرة المهنية بين 5 إلى 10 سنوات 3.40 بانحراف معياري قدر بـ 0.073 في حين نجد أن المتوسط الحسابي لأكثر من 10 سنوات بلغ 3.34 بانحراف معياري قدر بـ 0.058، لتبلغ قيمة F المحسوبة 0.351 عند درجة الحرية 17 وبالتالي فهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05، لنستنتج أن الفرضية الثالثة قد تحققت ومنه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة القائلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

الأداء التدريسي	الخبرة المهنية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمةF المحسوبة	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	أقل من 5 سنوات	5	3.86	0.036	17	0.106	0.05 دال
	من 5 إلى 10 سنوات	6	3.88	0.035			
	أكثر من 10 سنوات	9	4.00	0.045			

الجدول رقم (14): يوضح نتائج الفرضية الرابعة للكشف عن الفروق في مستوى الأداء التدريسي تبعا لمتغير الخبرة المهنية

من خلال الجدول أعلاه، وباستقراء النتائج المتوصل إليها نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية، حيث بلغ المتوسط الحسابي للخبرة المهنية أقل من 5 سنوات 3.86 بانحراف معياري قدر بـ 0.036 بينما بلغ المتوسط الخاص للخبرة المهنية بين 5 إلى 10 سنوات 3.88 بانحراف معياري قدر بـ 0.035 في حين نجد أن المتوسط الحسابي لأكثر من 10 سنوات بلغ 4.00 بانحراف معياري قدر بـ 0.045، لتبلغ قيمة F المحسوبة 0.106 عند درجة الحرية 17 وبالتالي فهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05، لنستنتج أن الفرضية الرابعة قد تحققت ومنه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

5-2- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

"مستوى الصحة النفسية مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط"

كشفت نتائج الجدول رقم **(11)** بأن مستوى الصحة النفسية مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط،حيث تشير الإحصائيات أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات مقياس الصحة النفسية أغلبها كان ينتمي للمجال **3.34- 4.00** وهي مرتفعة، وهذا راجع إلى التحسن التدريجي لأوضاع الأستاذ الجزائري في السنوات الأخيرة وذلك من خلال التحسن في الراتب الشهري له وعمليات الإدماج وتوفير الوسائل والإمكانيات في المؤسسات التربوية بالإضافة إلى تقليل من عدد التلاميذ في الأقسام، وتتفق هذه النتائج مع دراسة "**فرحات بن ناص**"ر، "**بوجمعة حريزي**"، **(2017)**، بحيث أظهرت نتائج أن كل من مستوى الصحة النفسية والأداء الوظيفي لعينة الدراسة مرتفع، وأنه توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين متغيري الدراسة، وعليه يمكن القول بأن الفرضية الأولى قد تحققت.

مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

"مستوى الأداء التدريسي مرتفع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط"

كشفت نتائج الجدول رقم **(12)** أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات مقياس الأداء التدريسي جميعها كانت تنتمي للمجال 3.76 – 4.35 وهي مرتفعة، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن أستاذ التربية البدنية والرياضية يتمتع بمستوى كبير من الكفايات التدريسية التي تمكنه من أداء الحصة بشكل مثالي، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة "**محمد قوارح**" **(2019)**، حيث أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه بين كل من الصحة النفسية والجسمية والأداء التدريسي والدافعية للانجاز لدى أستاذ التعليم المتوسط، وكما أشار "**الشرقاوي**" **(1983)**أن الصحة النفسية الإيجابية هي منطلق الانفتاح والثقة بالنفس، وسلوك الفرد السوي وبالتالي تعكس الأداء الوظيفي الفعال للفرد، وعليه يمكن القول بأن الفرضية الجزئية الثانية قد تحققت.

مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية"

أسفرت نتائج الفرضية الثالثة التي يوصفها الجدول رقم **(13)** على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية، وعليه نستطيع القول بأن الصحة النفسية للأستاذ التربية البدنية والرياضية تلعب دورا هاما في أدائه التدريسي، ويمكن تفسير هذه النتيجة المتحصل عليها في الدراسة الحالية من خلال الميل والرغبة في مزاولة هذه المهنة، فكلما كان الأستاذ يؤدي مهامه التدريسية عن حب ورغبة واستعداد نفسي مع كل التفاني والإخلاص في عمله فحتما سيعود هذا بالإيجاب على صحته النفسية، هذا ما يجعله يسعى دائما إلى تقديم أحسن ما عنده على عكس الأستاذ الذي ليس له الرغبة في التدريس، كما يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الأداء الوظيفي يتناسب طرديا مع الصحة النفسية للفرد، وهذا ما توصل إليه الباحثون والدارسون من خلال دراستهم وأبحاثهم في هذا المجال، حيث أن الأفراد الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة يجدون في أعمالهم، ووتفق هذه النتائج مع دراسة "**فرحات بن ناصر**"و "**بوجمعة حريزي**" **(2017)**، وعلية يمكن القول بأن الفرضية الثالثة قد تحققت.

مناقشة الفرضية الجزئية الرابعة:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط"

كشفت نتائج الجدول رقم **(14)** بوجود اختلاف في نتائج الدراسة الحالية مع دراسة "**بوساق بدر الدين وآخرون**" **(2020)**، حيث كشفت النتائج بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي بين الأساتذة يعزي لمتغيرات الدراسة. (السن، المؤهل العلمي، الأقدمية في التدريس).

كما اختلفت مع نتائج دراسة "**محمد قوراح**"**(2019)**، يوجد اختلاف في الأداء التدريسي للأستاذ باختلاف الأقدمية لصالح الأقل من 12 سنة خبرة. وعليه يمكن تفسير هذه النتيجة بأن ممارسة مهنة التدريس لسنوات عديدة التي هي من العوامل الأساسية التي تساهم في تحقيق الذات وتأكيدها بالنسبة للأستاذ، وذلك من خلال ما يكتسبه الأستاذ من خبرات مهارات تخص العلمية التعليمية التعلمية، وهذا يساهم في تحلي الأستاذ بالضمير المهني، وبالتالي ارتفاع مستوى الصحة النفسية، وبالتالي يمكن القول بأن الفرضية الرابعة قد تحققت.

الفصل السادس
الاستنتاجات والاقتراحات والتوصيات

6-1- الاستنتاج العام:

أظهرت نتائج دراسة الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط أن :

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والأداء التدريسي لدى أساتذة ت ب ر .
- مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط مرتفع.
- مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط مرتفع.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تبعا لمتغير الخبرة المهنية.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

6-2- الاقتراحات والفرضيات المستقبلية:

بناءا على كل ما سبق من دراستنا والنتائج التي توصلنا إليها بعد تحليل ومناقشة نتائج المقياسين، فقد توجب علينا تقديم بعض التوصيات والاقتراحات التي من شأنها أن تلفت اهتمام المسؤولين إلى أهمية هذا النوع من الصحة، ومن ثم اتخاذه بعين الاعتبار في المناهج التربوية وبرامج إعداد وتكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية.

1- الأخذ بعين الاعتبار الصحة النفسية والجسمية لأساتذة التربية البدنية والرياضية أثناء التوظيف، وهذا لما له من أهمية بالغة في تحسين الأداء التدريسي.

2- توفير كافة الشروط الضرورية والوسائل التعليمية من أجل أن يقوم الأستاذ بدوره بالشكل المطلوب.

3- ضرورة التكوين الجيد لأستاذ التربية البدنية والرياضية معرفيا ونفسيا.

4- دعم رفاهية الأساتذة من خلال توفير الخدمات النفسية والاحتماعية.

5- عقد دورات وبرامج في الإرشاد والتوجيه النفسي من أجل تعزيز الصحة النفسية لدى الأساتذة.

6- عقد دورات تكوينية وتدريبية مكثفة لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط في مجال الممارسات التدريسية من أجل تطوير مستوى الأداء التدريسي لهم.

7- محاولة الكشف وإزالة العوائق والعقبات التي تعرقل أدائهم التدريسي.

8- القيام بأبحاث حول مظاهر الصحة النفسية للأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.

9-إجراء المزيد من الدراسات حول نفس الموضوع باستخدام متغيرات أخرى لم تتناولها الدراسة الحالية.

قائمةالمصادرو المراجع

قائمة المصادر والمراجع:

الكتب

1-أمين أنور الخولي،(1996)،**أصول التربية البدنية –المهنية والإعداد المهني**، ط1، دار الفكر العربي، مصر .

2-أكرم زكي خطايبية، (1997)، **المناهج المعاصرة في التربية الرياضية**، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، عمان .

3-أديب محمد الخالدي، (1999)، **المرجع في الصحة النفسية نظرية جديدة**، ط1، دار وائل للنشر، عمان.

4-الزهران حامد عبد السلام، (2005)، **الصحة النفسية والعلاج النفسي**، ط4، عالم الكتب للنشر، عمان.

5-الداهري صالح حسن أحمد، (2005)،**مبادئ الصحة النفسي**، ط1، دار وائل للنشر، الأردن.

6-الأحمد عبد العزيز عبد الله، (1999)، **الطريق إلى الصحة النفسية عند بن القيم الجوزية**، ط1، دار الفضيلة للنشر، الرياض .

7-سعد جلال، محمد علاوي، (1995)، **علم النفس التربوي الرياضي**، ط4، القاهرة .

8-شاذلي عبد الحميد محمد، (2001)، **الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية**، ط2، المكتبة الجامعية للنشر، الإسكندرية.

9-عبد الغفار عبد السلام، (2007)، **مقدمة في الصحة النفسية**،دار النهضة العربية، مصر.

10-عبد الغني صلاح الدين، (2000)، **في الصحة النفسية**، ط1، دار الفكر العربيين، القاهرة.

11-عبد الرحمان عبد السلام جامل، (2000)، **طرق التدريس العامة ومهارات تنفيذ وتخطيط عملية التدريس**، ط2، دار المنهاج، عمان.

12-عبد الله عمر الفراء، عبد الرحمان عبد السلام جامل، (1999)، **المرشد الحديث**، مكتبة الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن.

13-عنايات محمد فرح، (1988)، دليل مدرسي للتربية البدنية والرياضية في التعليم الأساسي، دار الفكر العربي، القاهرة.

14-عبد الكريم عفاف، (1989)، **طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية**، منشأة المعارف بالإسكندرية، مصر.

15-محمد حسن علاوي، سعد جلال، (1976)، **علم النفس التربوي**، دار المعارف للنشر.

16-محمود كاظم، محمود التميمي، (2013)، **الصحة النفسية مفاهيم نظرية وأسس تطبيقية**، ط1، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان.

17-مروان أبو حويج، (2009)، **المدخل في الصحة النفسية**، الأردن.

18-مصطفى حجازي، (2009)، الصحة النفسية منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة، ط1، المركز العربي الثقافي، المغرب.

19-منظمة الصحة النفسية العالمية، (2002)، **الاستثمار في الصحة النفسية**، المكتب الإقليمي للشرق الأوسط، مصر.

المجلات العلمية:

20-أوكلي صلاح الدين، أوحسن إبراهيم، (2016)، "الضغوط المهنية وعلاقتها بالصحة النفسية لأساتذة التربية البدنية والرياضية"، مجلة الباحث للعلوم الرياضية والاجتماعية، العدد الثالث.

21-بن ثامر فرحات، حريزي بوجمعة، (2017). "الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى أساتذة التعليم المتوسط". مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، عدد التاسع عشر.

22-بوساق بدر الدين وآخرون، (2020)، "واقع الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي"، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، العدد التاسع.

23-بلجوهر فيصل، (2016)، "تقويم الأداء التدريسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي في ضوء معايير الجودة الشاملة في التعليم"، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، العدد الأول.

24-كرميش عبد المالك فريد، فاتح يعقوبي، (2019)، "الذكاء الشخصي (الذاتي والاجتماعي) وعلاقته بالأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية"، مجلة علمية دولية تصدر عن مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي

25-مسعود بورغدة، مبروح عبد الوهاب، (2014)، "تأثير بعض المتغيرات الشخصية (الجنس، الخبرة المهنية،) وعلاقة العمل علة أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط" ، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، العدد الحادي عشر.

الرسائل الجامعية:

26-حمزة شاعة، (2015)، "الضغوط النفسي و علاقتها بالصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية"، رسالة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة، الجزائر.

27-طياب محمد، (2003)، "تقويم واقع الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي" رسالة ماجستير، معهد علوم التربية البدنية والرياضية، الجزائر.

28-طويل عماد الدين، (2021)، "الصحة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية"، رسالة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة، الجزائر.

29-غزالي رشيد، (2015)، "تقويم الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس في أقسام ومعاهد التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالرضا الوظيفي"، رسالة دكتوراه، جامعة عبد الحميد بن باديس، الجزائر.

30-غالي مريم، (2014)، "الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة"، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية بجامعة وهران، الجزائر.

31-عطا الله الطاهر، (2016) "بعض جوانب الصحة النفسية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية ودورها في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية"، رسالة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة بسكرة، الجزائر.

32-كرميش عبد المالك فريد، (2014)، " الذكاء الوجداني وعلاقته بالأداء لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في التعليم المتوسط"، رسالة ماجستير، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة، الجزائر.

33-مولى ماجي مراد، (2009)، "دور النشاط البدني الرياضي في التقليل من الضغط النفسي لأستاذ التربية البدنية والرياضية وانعكاس ذلك على مردوده الوظيفي"، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله، الجزائر.

34-مرزوق بن أحمد، عبد المحسن العمري، (2012)، "الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بالانجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من الطلاب بمحافظة الليث"، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية.

قائمة الملاحق

الملحق رقم: 01

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية

مقياس كل من الصحة النفسية والأداء التدريسي موجه لأساتذة التربية البدنية والرياضية

سلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يطيب لي ويشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاستمارة التي أعدت لأغراض البحث العلمي بهدف جمع المعلومات اللازمة لانجاز مذكرة للحصول على شهادة الماستر في النشاط البدني الرياضي المدرسي والذي يتناول " **الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط** "

فأرجوا منكم ملئ الاستمارة بعد قراءة كل عبارة بعناية ومن ثم وضع علامة (×) بالمكان الذي يبدو مناسبا، وسوف تكون المعلومات التي تدلون بها موضع السرية التامة ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

مع كل الشكر والاحترام.

البيانات الشخصية:

- **الجنس:** ( ) ( )
- **السن:** ( )
- **الخبرة المهنية:** عدد سنوات التدريس

( ) من 1 إلى أقل من 5 سنوات

( ) من 5 إلى 10 سنوات

( ) من 10 سنوات فأكثر

إعداد الطالب:

كرميش الحسن

إشراف الأستاذ:

د.كرميش عبد المالك فريد

السنة الدراسية: 2022/2021

مقياس الصحة النفسية

الرقم	العبارات	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1	الصعوبة في تذكر الأشياء					
2	أشعر بأنني مقبوض					
3	الألم في الصدر والقلب					
4	الخوف من الأماكن العامة والشوارع					
5	الانزعاج بسبب الإهمال وعدم النظافة					
6	نقد الذات لعمل بعض الأشياء					
7	أشعر بالارتجاف					
8	عدم المقدرة التحكم في الغضب					
9	أفحص ما أقوم به عدة مرات					
10	الألم في أسفل الظهر					
11	الشعور بالخوف					
12	أشعر بالرغبة في إيذاء الآخرين					
13	أجد صعوبة في اتخاذ القرارات					
14	فقدان الأهمية بالأشياء					
15	زيادة ضربات القلب					
16	الرغبة في تكسير وتحطيم الأشياء					
17	الشعور بعدم القدرة على التفكير					
18	فقدان الأمل في المستقبل					
19	أشعر بالتوتر					
20	كثرة الدخول في الجدل والنقاش الحاد					
21	صعوبة التركيز					
22	النرفزة والانتعاش					
23	أشعر بأنني غير مهم					
24	الصراخ ورمي الأشياء					

مقياس الأداء التدريسي

الرقم	العبارات	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
	محور التخطيط					
1	تحدد الأهداف التعليمية الخاصة من الأهداف العامة					
2	تنظم النشاط وفق خطة فصلية وسنوية					
3	تعد خطة يومية لتحقيق الأهداف الخاصة (هدف الحصة)					
4	تختار الأهداف المناسبة للمراحل العمرية					
5	تضع أهداف يمكن تحقيقها في الزمن المخصص للدرس					
6	تبنى الأنشطة التعليمية في ضوء الإمكانات المتوفرة في المؤسسة					
7	تختار الأنشطة التعليمية في ضوء الإمكانيات المتوفرة في المؤسسة					
8	تحدد الوسائل والأجهزة والأدوات المتنوعة					
	محور التنفيذ					
9	تراعي الفروقات الفردية بين التلاميذ من ناحية الجنس ومن جانب القدرات					
10	تقدم النشاط بشكل واضح وبتسلسل منطقي					
11	تستخدم أساليب تعليمية مناسبة للتلاميذ					
12	تكسب التلاميذ القدرة على ربط المهارات الرياضية السابقة بالمهارات الرياضية الجديدة					
13	تراعي الأداء الجيد للتلميذ وتعزيزه وتصحيح الأداء الخاطئ					
14	تنوع أساليب التدريس وفق الأهداف التربوية والتعليمية					
15	تربط مادة التربية البدنية والرياضية بمعلومات علمية					
16	تستخدم نموذجا عمليا أمام التلاميذ خلال الحصة					
17	تستخدم الطرائق التي تراعي امن وسلامة التلاميذ					
18	تطرح أسئلة مناسبة مثيرة للتفكير والإبداع					
	محور إدارة الفصل					
19	تعمل على أن يسود جو الصف روح الود والألفة والاحترام بين التلاميذ					
20	تسمح للتلاميذ بتقديم الحلول والمقترحات لبعض التمارين والأنشطة الرياضية					

21	ترد على التلاميذ وأسئلتهم واستفساراتهم بصدر رحب					
22	تتقبل أخطاء التلاميذ وتعمل على توجيههم					
23	تتقدم بتوجيه عبارات الشكر وتشجيع التلاميذ من حين لآخر					
24	قادر على تنمية ثقة التلاميذ بأنفسهم وتبصيرهم بإمكانياتهم ومحاولة استثمارها لصالحهم					
محور التقويم						
25	تراعي الاستمرارية في تقويم التلاميذ					
26	تطبق أساليب التقويم المناسبة لقياس مدى تحقيق الأهداف					
27	تنوع في أساليب التقويم بما يتلاؤم مع الأهداف التعليمية					
28	تستخدم اختبارات مقننة ومحددة للمهارات واللياقة البدنية					
29	تحترم مبدأ الفردية عند إجراء الاختبار					
30	تستخدم التقويم الختامي الذي يجري في نهاية كل موقف تعليمي					

ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة: "الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط"

أهداف الدراسة:تهدف دراستنا إلى ما يلي:

1- التعرف عن مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.
2- التعرف عن مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.
3- الكشف عن الاختلافات الموجودة في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية باختلاف الخبرة المهنية.
4- الكشف عن الاختلافات الموجودة في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية باختلاف الخبرة المهنية.

منهج الدراسة: استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي.

مجتمع وعينة الدراسة: تمثل مجتمع الدراسة في أساتذة التربية البدنية والرياضية بمدينة المسيلة وبلغ عددهم **(63)** أستاذا للسنة الدراسية **2022/2021**، وبلغ عدد أفراد العينة ب**(20)** أستاذا للتربية البدنية والرياضية.

أساليب جمع البيانات: استخدم الباحث في دراسته مقياس كل من الصحة النفسية ومقياس الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

نتائج الدراسة:

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والأداء التدريسي لدى أساتذة ت ب ر.
- مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.
- مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

الاقتراحات والتوصيات المستقبلية:

- الأخذ بعين الاعتبار الصحة النفسية والجسمية لأساتذة التربية البدنية والرياضية أثناء التوظيف، وهذا لما له من أهمية بالغة في تحسين الأداء التدريسي.
- توفير كافة الشروط الضرورية والوسائل التعليمية من أجل أن يقوم الأستاذ بدوره بالشكل المطلوب.
- ضرورة التكوين الجيد لأستاذ التربية البدنية والرياضية معرفيا ونفسيا.
- دعم رفاهية المعلمين من خلال توفير الخدمات النفسية والاجتماعية.
- عقد دورات وبرامج في الإرشاد والتوجيه النفسي من أجل تعزيز الصحة النفسية لدى الأساتذة.
- عقد دورات تكوينية وتدريبية مكثفة لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط في مجال الممارسات التدريسية من أجل تطوير مستوى الأداء التدريسي لهم.
- محاولة الكشف وإزالة العوائق والعقبات التي تعرقل أدائهم التدريسي.
- القيام بأبحاث حول مظاهر الصحة النفسية للأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.
- إجراء المزيد من الدراسات حول نفس الموضوع باستخدام متغيرات أخرى لم تتناولها الدراسة الحالية.

تم بحمد الله