

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

ميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع : نشاط بدني رياضي تربوي

تخصص : نشاط بدني رياضي مدرسي



معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم : التربية البدنية

رقم :

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

إعداد الطالب: منجحي طارق

تحت عنوان

دور النشاط البدني والرياضي التربوي في تحقيق النمو
النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي

" دراسة ميدانية بثانويات مدينة المسيلة "

لجنة المناقشة:

رئيسا	جامعة :محمد بوضياف- المسيلة-	اسم ولقب الأستاذ (ة) : مهدي عزالدين
مشرفا ومقررا	جامعة :محمد بوضياف- المسيلة -	اسم ولقب الأستاذ (ة): سعودي الجنيدي
مناقشا	جامعة :محمد بوضياف-المسيلة-	اسم ولقب الأستاذ (ة): بركات حمزة

السنة الجامعية: 2018 / 2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



شكر وعرفان

نشكر الله عز وجل أن وفقنا الى هذا فله كل الحمد والشكر

فنسأله جل وعلى بأسمائه وصفاته العلى أن يوفقنا في جميع خطانا.

إنه لمن دواعي سروري وشرف عظيم لي أن كان الأستاذ

"سعودي الجريدي"

مشرفا على هذه المذكرة فأقدم بشكره شكرا خالصا على مسانדתه

القيمة وتوجيهه لي كلما تسنت له الفرصة وأنار طريقي في ذلك.

كما أتقدم بجزيل الشكر والعرفان لجميع أساتذة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

وأشكر كل من ساهم في العمل سواء من بعيد أو قريب

إهداء

إلى الذي لا إله إلا هو سبحانه لا شريك له إلى روعي و قدوتي حبيبي

محمد صلى الله عليه وسلم ، إلى كل من أحبهم في الله

يتوق القلب ليخاطب من شذى بذكرهما اللسان وقال فيهما الرحمان:

"وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحسانا" الإسراء الآية 123

إلى الشمعة التي تحرق نفسها لكي تضيء علينا إلى التي سهرت الليالي
من أجلي إلى التي أحست بأحزاني وأوجاعي إلى التي خصها الله بالتقدير
فوضعها موضع التقديس والإجلال قررة عيني أُمي الحبيبة أطال الله في
عمرها وأدام بسمتها علينا .

إلى من كله الله بالهبة والوقار إلى من علمني العطاء بدون انتظار، إلى
من أحمل اسمه بكل افتخار أرجو من الله أن يمد في عمرك لتري ثمارا قد
حان قطافها بعد طول انتظار إلى من كلت أنامله ليقدّم لنا لحظة سعادة
إلى القلب الكبير و ركيزتي في الحياة....أبي الغالي أطال الله في عمره.
إلى أخوتي و أخواتي و عائلتي رفع الله منازلهم و أسكنهم فسيح جنانه
عنده سبحانه و تعالى

وإلى الذين لم تلدهم أُمي فوهبتهم لي الدنيا أصدقائي جميعا
إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا العمل ولم يكتبه قلّمي فهو مكتوب في
قلبي

إلى جميع أساتذتنا الكرام الذين لم يبخلوا علينا وكانوا لنا نعم السند رفع
الله درجاتكم

إلى كل هؤلاء الأعزاء شكري الجزيل وامتناني لكم .



فهرس الموضوعات

فهرس المحتويات

رقم الصفحة	العنوان
الشكر وتقدير	
أ-ب	مقدمة
الفصل الأول الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
4	تمهيد
5	1- النشاط البدني و الرياضي التربوي
5	1-1- تعريف النشاط البدني و الرياضي
5	1-2- انواع النشاط البدني و الرياضي التربوي
6	1-3- خصائص النشاط البدني و الرياضي التربوي
7	1-4- أهمية النشاط البدني و الرياضي التربوي
8	1-5- الأسس العلمية للنشاط البدني و الرياضي التربوي
8	2- النمو النفسي الاجتماعي
9	2-1- تعريف النمو النفسي
9	2-2- العوامل المؤثرة في النمو النفسي
10	2-3- تأثير الممارسة الرياضية على النمو النفسي
10	2-4- تعريف النمو الاجتماعي
11	2-5- العوامل المؤثرة في النمو الاجتماعي
12	2-6- تأثير الممارسة الرياضية على النمو الاجتماعي
14-12	2-7- أهم النظريات التي تناولت النمو النفسي الاجتماعي
15	3- المراهقة
15	3-1- معنى فترة المراهقة وتقسيمها
16	3-2- مراحل فترة المراهقة
17	3-3- الآثار النفسية و الاجتماعية للنشاط البدني و الرياضي التربوي على المراهق
18	3-4- أهمية ممارسة النشاط البدني و الرياضي التربوي لتلاميذ الثانوي
22-19	الدراسات السابقة
23	خلاصة
الفصل الثاني: الاطار العام للدراسة	

26-25	1- الكلمات الدالة للدراسة
27	2- الاشكالية
28	3- اهداف الدراسة
28	4- اهمية الدراسة
29	5- الفرضيات
الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة	
31	تمهيد
32	1- الدراسة الاستطلاعية
32	2- نتائج الدراسة الاستطلاعية
32	3- المنهج المتبع
33	4- المجال الزمني والمكاني للدراسة
33	5- مجتمع البحث
34	6- متغيرات الدراسة
34	7- أدوات الدراسة
35	8- حساب الخصائص السيكومترية للاستبيان
36	9- تقنيات وأساليب المعالجة الإحصائية
37	خلاصة
الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها	
66-39	عرض نتائج الدراسة
68-67	مناقشة نتائج الفرضيات
الفصل الخامس: الاستنتاجات والاقتراحات	
70	1- استنتاج عام
71	2- اقتراحات
72	3- الافاق المستقبلية للدراسة
74	خاتمة
76	قائمة المراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	رقم الجدول
35	الجدول رقم (1): يوضح ثبات الاستبيان طريق التناسق الداخلي (الفاكرونباخ)
36	الجدول رقم (2): يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية للمحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان
39	الجدول رقم (03) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)
40	الجدول رقم (04) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)
42	الجدول رقم (05) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)
43	الجدول رقم (06) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)
44	الجدول رقم (07) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (05)
46	الجدول رقم (08) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (06)
47	الجدول رقم (09) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)
48	الجدول رقم (10) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (08)
50	الجدول رقم (11) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09)
51	الجدول رقم (12) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (10)
52	الجدول رقم (13) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (11)
54	الجدول رقم (14) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (12)
55	الجدول رقم (15) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (13)
57	الجدول رقم (16) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (14)
58	الجدول رقم (17) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (15)
60	الجدول رقم (18) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (16)
61	الجدول رقم (19) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (17)
63	الجدول رقم (20) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (18)
64	الجدول رقم (21) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (19)
65	الجدول رقم (22) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (20)

قائمة الأشكال

الصفحة	رقم الاشكال
39	الشكل رقم (01): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(01)
41	الشكل رقم (02): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(02)
44	الشكل رقم (03): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(03)
43	الشكل رقم (04): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(04)
45	الشكل رقم (05): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(05)
46	الشكل رقم (06): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(06)
47	الشكل رقم (07): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(07)
49	الشكل رقم (08): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(08)
50	الشكل رقم (09): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(09)
51	الشكل رقم (10): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(10)
53	الشكل رقم (11): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(11)
54	الشكل رقم (12): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(12)
56	الشكل رقم (13): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(13)
57	الشكل رقم (14): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(14)
59	الشكل رقم (15): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(15)
60	الشكل رقم (16): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(16)
62	الشكل رقم (17): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(17)
63	الشكل رقم (18): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(18)
64	الشكل رقم (19): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(19)
66	الشكل رقم (20): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(20)



التربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح في جميع النواحي الحركية منها والنفسية والعقلية والاجتماعية، معتمدة في ذلك على ألوان النشاط البدني¹، وتعد من أحد أوجه الممارسات التي تؤدي إلى توجيه النمو الجسدي للفرد باستخدام التمرينات الحركية و التدابير الصحية وبعض الأساليب النفسية و الخلقية وبالتالي النمو النفسي الاجتماعي، وقد أصبح من الصعب تجاهل المغزى الاجتماعي لهذا النشاط الإنساني البارز، و لعل أحسن صورة تبرز هذه المكانة هو اهتمام المفكرين بهذا الجانب و ظهور مختلف العلوم كعلم الاجتماع الرياضي و علم النفس الرياضي... الخ.

لا يختلف إثنان على أن جوانب الشخصية الإنسانية مترابطة ويأثر بعضها على البعض الآخر فلا يمكن الفصل بينهما إلى في مجال الدراسة النظرية، فمنذ ميلاد الإنسان إلى اكتمال نضجه تتفاعل حل عناصر تكوينه المختلفة و تتأثر ببعضها البعض.

إن نمو الجسم يتأثر بالجوانب النفسية و الاجتماعي الذي يعيش فيه الشخص، ولا شك أن اللياقة البدنية تساهم بصورة مباشرة و غير مباشرة في النمو العقلي للفرد، فالحكمة اليونانية الشهيرة (العقل السليم في الجسم السليم) قاعدة صحية للنشاط البدني و الرياضي إذ أن مصدر سعادة الإنسان تكمن في سلامة الجسم و العقل معا.

فالنشاط البدني و الرياضي يلعب دورا هاما في بناء شخصية الفرد من جميع نواحيها، لقد أثبتت الدراسات السيكولوجية الحديثة أن النشاط البدني يلعب دورا بارزا في الصحة النفسية و الخلقية وبالتالي النشاط الرياضي يعمل على تربية الفرد المراهق و إتاحة الفرصة له لتأكيد ذاته وبنائها، و إبعاده عن مختلف الأزمات النفسية، وكذا فرض و إدراك المكانة الاجتماعية له و لغيره وبالتالي يمكنه من تطوير نموه النفسي الاجتماعي.

وتبين العديد من الدراسات مثل دراسة " الزهراني " أهمية النمو الإنساني بأشكاله النفسية والاجتماعية والبدنية في التأثير على شخصية الفرد ، فإذا تم النمو بشكل سليم وصحي يتشكل لدينا شخص سوي قادر على تحقيق احتياجاته، و إذا كان هذا النمو قد تأثر ببعض المعوقات نتيجة للظروف المحيطة بالشخص فان محصلته قد تكون إنسان لديه بعض المشاكل الاجتماعية والنفسية والشخصية التي قد تعيقه من تحقيق ذاته والتوافق مع البيئة المحيطة به²، ولقد ارتبط النمو النفسي والاجتماعي للمراهقين بعدة عوامل أثرت في نموه مثل مشاركة الفتيات المراهقات في الأنشطة البدنية والرياضية يساهم في تعزيز ثقتهن بأنفسهن ورفع الكفاءة الذاتية لديهن في حين أن الواقع الاجتماعي ونوع العلاقة بين المراهقين ووالديهم يؤثر في الانجاز³.

¹ ، صالح عبد العزيز: التربية وطرق التدريس، القاهرة، دار المعارف، 1986، ص 57 .

² الزهراني نجمة: النمو النفسي والاجتماعي وفق نظرية اريكسون و علاقته بالتوافق والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف ، رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية .

³ Anderson , J. Young, P, Sallis,2 J. Newmark, D. Gittelshon, J.Webber, L .Saunders , R. Cohnen, S.Jobe ,(2007) : **Structural Physical Activity and Psychosocial Correlates in Middle School Girls.** www.pubmed.gov, accessed - on/10-9-2007.



ولقد تناولنا في هذا الموضوع الذي يحتوي على خطة اشتملت مقدمة وخاتمة وخمسة فصول على الشكل التالي:

الفصل الأول الخلفية النظرية والدراسات السابقة، في حين شمل الفصل الثاني الإطار العام للدراسة: الكلمات الدالة في الدراسة، إشكالية الدراسة، أهداف الدراسة، وأهمية الدراسة وكذا فرضيات الدراسة، أما الفصل الثالث فيتحدث عن الإجراءات الميدانية للدراسة من دراسة استطلاعية، المنهج المتبع في الدراسة، مجتمع وعينة الدراسة، أدوات جمع البيانات والمعلومات، كما تطرقنا فيه الى الخصائص السيكو مترية للأداة والأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة، أما الفصل الرابع فقد تضمن عرض النتائج تفسيرها ومناقشتها، وفي الفصل الخامس تطرقنا إلى الاستنتاجات والاقتراحات و الأفاق المستقبلية للدراسة بالإضافة إلى المراجع المعتمدة في الدراسة وكذا الملاحق وملخص الدراسة.



الفصل الأول

الخلفية النظرية والدراسات
السابقة

تمهيد:

تعد الخلفية النظرية كل مؤشرات التي تتمحور عليها الدراسة وفي دراستنا هذه تضم كل من النشاط البدني والرياضي التربوي والنمو النفسي الاجتماعي بالإضافة إلى مرحلة المراهقة.

يعتبر النشاط البدني والرياضي مظهر من مظاهر النشاط الإنساني الذي يمارس داخل المدارس إذ يتميز باتجاه يحقق السعادة للبشر، وتتوقف قيمة التربية بدنية والرياضية للفرد والمجتمع على مدى ما يسهم في الرقي بالأفراد وبالتالي الرقي بالمجتمعات.

وأشار العديد من العلماء إلى إن ممارسة الأنشطة الرياضية حق لكل إنسان في كل مكان ويساعد هذا النشاط الفرد في تنمية النواحي البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية وخاصة في مرحلة المراهقة، فالنشاط الرياضي التربوي يساعد التلميذ في تنمية جوانبه الحياتية ويساعده في التقليل من الضغوطات النفسية والمشاكل الاجتماعية فهو وسيلة تعبير لما بداخله وحوله.

كما أنه أصبحت الضغوط النفسية و المشاكل الاجتماعية جزءا لا يتجزأ من حياة الأفراد والمجتمعات نظرا لكثرة تحديات هذا العصر وتزايد مطالبه، فلا يكاد يخلو مجتمع من المجتمعات من هذه المشاكل، حيث باتت من الصعوبة تفاديها أو تجاهلها وهو الأمر الذي دفع بالكثير من الناس إلى العمل على مجابهتها أو محاولة الكبح منها. خاصة في المراحل المعقدة من مراحل نمو الفرد كفترة المراهقة التي تعد أخطر مرحلة من مراحل النمو لدى الإنسان إذ أنها تؤثر عليه في مختلف الجوانب النفسية و العقلية و الاجتماعية حسب البيئة التي يعيش فيها، فيعبر عليها بسلوكيات مختلفة إما ايجابية أو سلبية، حيث أننا تطرقنا في هذا الموضوع إلى مجموعة من العناصر التي تخص النمو النفسي و الاجتماعي للفرد المراهق و كما سنتعرف على بعض الدراسات السابقة التي تتوافق مع دراستنا، والمشاهدة لها.

1-النشاط البدني والرياضي التربوي:

1-1-تعريف النشاط البدني والرياضي:

يعرفه "مات فيف" بأنه نشاط ذو شكل خاص وهو المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها، وبذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته وتضيف "كوسولا" أن التنافس سمة أساسية تضيف على النشاط الرياضي طبعاً اجتماعياً ضرورياً وذلك لأن النشاط الرياضي إنتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي ثقافي أو نسبة إليه. ويتميز النشاط الرياضي عن بقية ألوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص، ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على أنه نشاط رياضي، كما أنه مؤسس على قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة وهذه القواعد تكونت على مدى التاريخ سواء قديماً أو حديثاً والنشاط الرياضي يعتمد أساساً على الطاقة البدنية للممارس وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطرق اللعب¹.

إن النشاط البدني والرياضي من الجانب التربوي عبارة عن مجموعة من الأنشطة التي يمكن أن يمارسها الفرد دون سن معين لتحسين نوعية حياته وتكيفه مع بيئته ومجتمعه، حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي لا تقتصر منافعه على الجانب الصحي والبدني فقط إلا أنه يقدم التأثير الإيجابي على جوانب أخرى نفسية واجتماعية وعقلية ومعرفية ومهارية، كل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملاً منسقا متكاملًا.

ويعرفه "شارلمان" CHARLEMAN أنه ذلك الجزء الذي يهتم بالتربية عن طريق النشاط الذي يستخدمه الجهاز الحركي و الذي ينتج عنه اكتساب الفرد بعض الاتجاهات السلوكية أما "بيوشر" BIOCHER فيعرفه أنه ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والنفسية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان اختيرت من النشاط البدني و الرياضي بغرض تحقيق المهام التربوية للفرد.²

1-2-أنواع النشاط البدني والرياضي التربوي:

إذا أردنا أن نتكلم عن نواحي النشاط والتربية الرياضية من الواجب معرفة أن هناك نشاط ممارسة الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين، في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط: الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح، رمي القرص، تمرينات الجمباز. وأما النشاط الآخر فيمارسه الفرد

¹ أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، بدون ط 1، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة 2001، ص.22

² على يحي المنصور: الثقافة والرياضة، الجزء الأول، ط 1، مصر، سنة 1971، ص.209

داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق أو النشاط الجماعي ومن أمثلته كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة، فرق التتابع في السباحة والجري، ورياضة الهوكي.

هذا التقييم من الناحية الاجتماعية لكن يمكننا تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلى كرات أو أدوات خاصة وبعضها لا يحتاج إلى ذلك ومنها:

- الألعاب الهادئة:

لا تحتاج إلى مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ ومكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية، أو إحدى الغرف وأغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم.

- الألعاب البسيطة:

ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال الصغار.

- الألعاب التنافسية:

تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب، يتنافس فيها الأفراد فردياً وجماعياً¹.

1-3- خصائص النشاط البدني والرياضي التربوي:

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص متنوعة منها:

- ✓ النشاط البدني عبارة عن نشاط اجتماعي ويعبر عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع
- ✓ خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الأساسي.
- ✓ أصبحت الصور التي يتسم بها النشاط هو التدريب ثم التنافس.
- ✓ يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية وأركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، ويؤثر المجهود الكبير على سير العمليات النفسية للفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الانتباه والتركيز.

¹ أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة 2001، ص 22.

✓ لا يوجد أي نوع من أنواع النشاط الإنساني له أثر واضح للفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل بصورة واضحة ومباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي باستقطاب جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كل فروع الحياة، كما أنه يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف مع محيطه ومجتمعه، حتى يستطيع إخراج العبق الداخلي والاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه¹.

1-4- أهمية النشاط البدني والرياضي التربوي:

اهتم الإنسان منذ قدم الأزل بجسمه و صحته و لياقته و شكله ، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية و التي اتخذت أشكال اجتماعية كالألعاب و التمرينات البدنية و التدريب الرياضي ، والرياضات الترويحية ، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني الصحي فحسب ، وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها و الجوانب النفسية و الاجتماعية و الجوانب العقلية المعرفية و الجوانب الحركية المهارية ، و الجوانب الجمالية الفنية و هي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا منسقا متكاملا ، و تمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في إطار ثقافية و تربوية ، عبرت عن اهتمام الإنسان و تقديره ، وكانت التربية البدنية و الرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة و التي اتخذت أشكال و اتجاهات تاريخية و ثقافية مختلفة في أطرها و مقاصدها، لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفاً أسمى.

و لعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي ، ما ذكره سقراط Socrate مفكرة الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب " : على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه و يستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي " كما ذكر المؤلف شيلر Schiller في رسالته " جماليات التربية " " إن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب " و يعتقد المفكر ريد Read أن التربية البدنية تمدنا بتهذيب الإرادة و يقول " إنه لا بأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا ، بل على النقيض فهو الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه " ، ويذكر المرابي الألماني جون موتن Jhon moten أن الناس تلعب من أجل أن يتعارفوا و ينشطوا أنفسهم².

¹ عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، دار المكتبة الجامعية، مصر، 1982، ص 79.

² محمد بقدي : مذكرة ماستر ،النشاط البدني و الرياضي و دوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، جامعة الشلف ، ص23.

1-5- الأساس العلمية للنشاط البدني والرياضي التربوي:

اعتبر المختصين في الميدان الرياضي أن لأي نشاط أسس يرتكز عليها، بحيث تعتبر كمقومات للنشاط لا تخرج عما يحيط بالإنسان في مختلف الميادين الخاصة العلمية منها وهو ما يجعلهم لا يفضلون الأسس التالية كقاعدة للنشاط البدني والرياضي التربوي.

• الأساس البيولوجية:

المقصود بها طبيعة عمل العضلات أثناء النشاط البدني الرياضي إضافة إلى مختلف الأجهزة الأخرى التي تزوده بالطاقة كالجهاز الدوري التنفسي العظمي¹.

• الأساس النفسية :

هي كل الصفات الخلقية و الإرادية و العرفية و الإدارية لشخصية الفرد و دوافعه و انفعالاته، وهي تساعد على تحليل أهم نواحي النشاط الرياضي من خلال السلوك، كما تساهم في التحليل الدقيق للعمليات المرتبطة بالنشاط الرياضي².

• الأساس الاجتماعية:

و يقصد بها القيم و الأخلاق الاجتماعية كالعامل الجماعي، التعاون، الألفة، الاهتمام بأداء الآخرين و يمكن لهذه الصفات تنميتها من خلال أوجه النشاطات الرياضية المختلفة³.

2-النمو النفسي و الاجتماعي:

تقوم الدعائم الجوهرية لحياة الإنسان البالغ الراشد على الظروف النفسية و الاجتماعية التي تكونت عنده منذ صغره، ففيها يتكون الضمير أو الوازع الخلقى من علاقة الطفل بأبيه و عائلته و البيئة المحيطة به، إذ تتكون مع مرور الوقت أغلب الاتجاهات النفسية و الاجتماعية التي تهيمن بعد ذلك على الأنا أو الذات الشعورية للفرد، وفيها يتكيف الفرد مع بيئته تكيفا عميقا قويا ويستمر التأثير النفسي أو الاجتماعي طوال مقومات حياته سواء في صباه أو ورشده أو وشيخوخته ، وكل جانب يساهم في بناء الجانب الأخر ويأثر فيه .

¹ إبراهيم رحمة : تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي ، ط ، 1 دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، 1998، ص19

² محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي ، ط ، 1 دار المعارف ، القاهرة ، 1994، ص19

³ محمد الحمادي، أنور الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص120

2-1- تعريف النمو النفسي:

النمو النفسي هو تمتع الفرد بالاستقرار الداخلي والقدرة على التوفيق بين رغباته و احتياجاته النفسية و بين الحقائق المادية التي يعيش فيها بحيث يكون واعيا نسبيا وقادرا على تحمل مسؤولياته ومختلف الأزمات اليومية التي تواجهه دون اتخاذ سلوكيات سلبية تضره في الحياة.

ويعرفه 'القوصي' بأنه التوافق التام أو المتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مجابهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية¹.

2-2- العوامل المؤثرة في النمو النفسي :

تتغير انفعالات الفرد تبعا لتغير المثيرات المختلفة التي يستجيب لها ، فتتأثر الاستجابة الانفعالية بشدة المثير ومدته وحدته وملابساته المختلفة التي تحيط به في بدء ظهوره واستمرار وجوده ، وتدل أبحاث "جيرسيلد" A.T Jersild على أن انفعالات الشخص تتأثر تأثرا قويا بنوع ومدى صلته بأمه وأبيه وأترابه وبذاته وذويه، وأنها تتطور لنمو إدراكه وفهمه للمواقف المختلفة ويرجع ذلك أنها تخضع في نمو هذه العمليات العقلية العليا ولا تتسع التفاعل القائم بين الفرد وبيئته، وأن فشل الفرد في التعلم أو نجاحه يغير من موقفه الانفعالي بالنسبة لهذه الأمور المختلفة فهو حينما يلاقي عنتا ومشقة فيثور ويغضب، ثم ما يفتأ أن يهدأ ويطمأن حينما يتغلب على المشاكل.

ولعل أكثر العوامل تأثيرا في النمو الانفعالي هما النضج والتدريب، ويرتبط النضج من قريب بالعوامل التكوينية الفطرية للفرد، ويرتبط التدريب بالتعلم والبيئة الثقافية السائدة، هذا ولقد أثبتت أبحاث "جودانف" F.L Goodenough أن أغلب مظاهر الفرح والغيظ والغضب والحجل والجن ترجع في هيئتها وصورتها الأولى إلى مستويات النضج المختلفة عند الفرد، ولا تكاد تتأثر بالتدريب تأثرا واضحا، أي أن المظاهر تخضع في جوهرها لعامل النضج والتكوين العصبي العضوي النفسي ولا تخضع في كثير أو قليل من أثر البيئة المباشرة.

وتؤكد هيرلوك E.B Hurlock أهمية التعب والمرض ومواعيد الغذاء والترتيب الميلاي والجو الانفعالي السائد في تغيير وإثارة الانفعالات المختلفة، فالتعصب مثلا يزيد قابلية الشخص للغضب، والمرض يؤدي إلى الضعف وإلى إرهاق النفس فينفعل لأسباب تافهة، والجوع يزيد من حدة الانفعالات، ولقد دلت الدراسات الإحصائية على أن نسبة الغضب تصل قبل تناول الطعام إلى % 20.5 وبعده إلى % 6 ، وأن أكثر الأطفال انفعالا هم الطفل الأول والأخير، وكثيرا ما يغضب الطفل الأول لأنه يحس في نفسه بأنه قد حرم عطايا كان يستأثر به لوحده وأنه كان مدللا قبل ولادة

¹عواطف أبو العلاء: التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية، دار النهضة للطبع والنشر القاهرة، ص165

إخوته وهو لهذا يغضب حين يعطف الوالدان على إخوته الآخرين ويغار منهم، أما الطفل الأخير يجد في انفعالاته وخاصة غضبه وسيلة قوية لتحقيق أهدافه ومراميه¹.

2-3- تأثير الممارسة الرياضية على النمو النفسي:

ويبرز هذا التأثير من خلال النقاط التالية:

- الاستجابة الصحية للنشاطات البدنية والرياضية من خلال إشباع الحاجات الأساسية للفرد.
- تنمية ردود الفعل الإيجابية لدى المشاهدين والممارسين تجاه النجاح والفشل الحد من التوتر العصبي من خلال المشاركة في النشاطات البدنية والرياضية المناسبة للفرد.
- التعبير عن النفس Self-expression والابتكار و الإبداع في النشاط البدني والرياضي بصفة عامة.
- تخفيف الضغوط النفسية و السلوكيات السلبية
- التقدير الجمالي لأوجه النشاط الحركي والاحساس بالثقة في النفس.
- القدرة على الاستمتاع و الإحساس بالراحة النفسية².

2-4- تعريف النمو الاجتماعي:

هي تمتع الفرد بالقدرة على بناء شخصيته و تطويرها خلال مختلف مراحل النمو وتجنب المشاكل الاجتماعية و التغيرات الفيزيولوجية و العقلية في مراحل نموه الحرجة واكتسابه المعايير والأدوار والقيم الاجتماعية وتنميتها .

ويعني قدرة الفرد على معايشة غيره من الأفراد وتعامله معهم وتفهمه لتصرفاتهم وأنماط سلوكهم واكتساب حبهم واحترامهم وتعاونهم معهم في تكوين بيئة اجتماعية صحيحة، يمارسون من خلالها حياتهم السعيدة لصالح المجتمع الذي يعيشون فيه³.

¹ بدرة معتصم ميموني: الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل والمراهق، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2003، ص53

² محمد محمد الحماسي: تطور الفكر التربوي في مجال التربية البدنية، مركز كتاب للنشر، القاهرة، ط1 ، 1999، ص197

³ علي محمد زكي: التربية الصحية بين النظرية و التطبيق ، ط1 ، منشورات ذات سلاسل الكويت ، 1983، ص25.

ويؤكد إريكسون أن الأزمة الاجتماعية يجب أن تحل قبل أن ينتقل الفرد الى المرحلة التالية و قبل أن تدفع الفرد للجوء لأساليب سلبية للتعبير عن ما بداخله¹.

2-5- العوامل المؤثرة على النمو الاجتماعي:

يتأثر النمو الاجتماعي للفرد بصحته ومرضه وبذكائه وبغبائه وبانبساطه وبانطوائه وبالعلاقاته بأسرته ومدرسته ومجتمعه القائم وكما يحيط به فهناك الكثير من العوامل التي تؤثر عليه أهمها:

-الصحة والمرض: يرتبط النمو الجسمي ارتباطا وثيقا بالنمو الاجتماعي فالطفل المريض أو الضعيف ينأى بنفسه بعيدا عن الأشخاص الآخرين وقد تحول تلك العزلة بينه وبين النمو الاجتماعي الصحيح وهو يستدر العطف من الكبار بمرضه أو بضعفه فيستجيبون لرغبته أو يحققون له طلبات ويتطور حتى يصبح مسيطرا أنانيا، خجولا خاضعا يستمد العون دائما من الآخرين ويرى نفسه شخصا محققا .

-الأسرة والمدرسة: تؤثر الأسرة في حياة الشخص تأثيرا يبدأ بالعلاقة الوثقى التي تقوم بينه وبين أمه ثم يتطور هذا التأثير إلى علاقة أولية تربطه بأبيه وبأفراد الأسرة الآخرين، وتضل هذه العلاقات تهيمن على حياته هيمنة قوية طوال طفولته ومراهقته ثم يتخفف منها نوعا ما في رشده واكتمال نضجه، لكنه رغم كل ذلك يضل يحيا باتجاهاتها، هذا ويختلف أثر الأسرة على النمو الاجتماعي للفرد تبعا وتدل دراسات براون J.F Brow على أن العلاقات العائلية تضعف كلما تقدمت الحضارة، فعلاقة الشخص الريفي بعائلته أقوى من علاقة المدني ذلك بأن العائلة الريفية تحافظ على مكان الإقامة والنوم والطعام أي أنها تحقق للفرد حاجاته الأولى، وتبدو قوة الروابط العائلية الريفية في مظاهر الشجار الذي ينشأ بين عائلتين فهو غالبا ما يتطور إلى معركة بدنية قد تؤدي إلى القتل أحيانا ، وهكذا يتأثر النمو الاجتماعي للشخص بنوع الأسرة التي ينشأ فيها ريفية كانت أم مدنية، هذا والفرد الإنساني أكثر الكائنات الحية اعتمادا على أسرته ذلك بأن طفولة الإنسان أطول طفولة عرفتها الحياة إذ تبلغ ما يقرب من ربع أو ثلث حياة الفرد لإتصالها الوثيق بأقوى دوافع الإنسان وهما البحث عن الطعام والدافع الجنسي².

ويتأثر الفرد بأنماط الثقافة المختلفة عبر أسرته ومدرسته ووطنه، فيتكيف لها ويخضع لأنماطها ويكتسب معاييرها وقيمها، وينمو بتفاعله معها. ويتعلم الشخص من مدرسته كيف يتعاون وكيف ينافس غيره في حدود الإطار الاجتماعي

¹ صلاح الدين شروخ: علم الاجتماع التربوي، دار العلوم للنشر والتوزيع، عنابة ، 2004 ، ص 79

² نصر الدين جابر: علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكيف الأبناء - دكتوراه غير منشورة في علم النفس الاجتماعي ، جامعة الجزائر ، 1997، ص 42

القائم وكيف يأخذ ويعطي، وكيف يخدم الجماعة ويستفيد منها وهكذا يعمل البيت والمدرسة وتعمل الأندية والمعسكرات على تنشئة الفرد تنشئة اجتماعية سوية و بناء مجتمع فاضل و قوي¹.

2-6- تأثير الممارسة الرياضية على النمو الاجتماعي:

يظهر هذا التأثير من خلال الأهداف التي نوجزها في ما يلي:

- 1- التفاعل الاجتماعي من خلال التكامل الذي يتم بين الفرد والمجتمع والفرد وبيئته.
- 2- القدرة على صنع القرارات في إطار الموقف الجماعي.
- 3- تعليم وتحسين القدرة على الاتصال بالآخرين.
- 4- القدرة على تعديل وتقويم الأفكار داخل الجماعة.
- 5- تنمية المظهر الاجتماعي للفرد، اتجاهاته، قيمه، في إطار تكوين الفرد الفعال نحو المجتمع.
- 6- تنمية الشعور بالانتماء وبالقبول الاجتماعي.
- 7- تنمية السمات الإيجابية للشخصية.
- 8- تعلم الاستخدام البناء لوقت الفراغ.
- 9- تنمية الاتجاهات التربوية التي تحقق الخصائص الأخلاقية المرغوبة².

2-7- أهم النظريات المفسرة التي تناولت النمو النفسي الاجتماعي :

هناك الكثير من النظريات تناولت النمو النفسي الاجتماعي ومن أهمها :

-النظرية السلوكية :

يرى السلوكيون ان التأثيرات البيئية تلعب دورا هاما في حياة الفرد، فعن طريق التعلم يكتسب المراهق معايير وثقافة التمتع، وقد تركزت معظم دراسات وبحوث هذه المدرسة على سلوك الفرد الظاهر، وليس على التفكير أو التعليل أو

¹فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية و الاجتماعية للنمو من الطفولة للشيخوخة، دار الفكر العربي القاهرة، 1990 ، ص 265.

²نفس المرجع :ص197

الاستنتاج أو التعميم، فقد أكد 'سكنر' على تأثير الأحداث البيئية في النمو النفسي الاجتماعي، حيث ربطه بالتعزيز وما له من دورا ايجابيا في التعامل مع البيئية¹

ول 'سكنر' فلسفة خاصة في تنشئة الفرد، إذ يريد إن تكون هذه التنشئة جماعية وليس للعائلة بمفردها، إنما بمجتمع خاص مختار من لحظة ولادة الفرد وحتى سن العشرين، ويكون النظام التعليمي الموجود في هذا المجتمع قائما على تفاعلات إنتاجية من خلال تنمية مشاعر الحب والسرور، والابتعاد عن الشحنات الانفعالية العالية الإثارة، وجعل الحياة أقل عقابا، وبذلك يتحقق الرضا عن الذات والمجتمع، ويرى أيضا إن السيطرة على البيئة من خلال التعزيز الايجابي يمكن إن يخلق لدى الفرد توازنا نفسيا واجتماعيا متمثل في سلوك الفرد اللفظي، ونشاطه المعرفي المتميز².

-النظرية البنائية :

أكد هذا المنظور على التغيرات التي تطرأ على خبرات الفرد المعرفية عبر مراحل نموه المختلفة، وبين المنظور في هذا المجال إن النمو النفسي الاجتماعي يحدث حينما تنتظم خبرات الطفل في بنى معرفية تزداد تمايزا وتعقيدا مع تقدم عمره.

وبرى 'بياجيه' وإتباعه استنادا إلى مفهوم المرحلة (stage concept) إن النمو النفسي يسير متتابعا وبشكل تطوري، وبمرور الوقت ينتقل الأفراد من المرحلة الأولى إلى المرحلة الثانية، حيث يكون الفرد في المرحلة الثانية أكثر تقبلا للآخرين وأكثر تفاعلا معهم فهو يأخذ العديد من القضايا بنظر الاعتبار ويكون أكثر ملائمة لصنع القرارات، فضلا عن ذلك فقد أكد على دور البيئة الاجتماعية الجيدة في البناء النفسي السليم من خلال خلق فرص التفاعل مع الآخرين على أساس المساوات وخلق جو من المساعدة والفهم المتبادل من جهة، ومن جهة أخرى فقد شدد على أهمية تفاعل الأقران كأسلوب نقل رئيسي للخبرات التي تساعد على النمو النفسي السليم للفرد³.

-نظرية التحليل النفسي:

من وجهة نظر التحليل النفسي فأكدت على تمثل الفرد لقيم ومعايير المجتمع وسعيه الدائم للتطابق معها وقد ركزت هذه النظرية على أهمية خبرات الطفولة المبكرة وأثرها على شخصية الفرد في المراحل العمرية اللاحقة⁴.
وتفترض وجهة النظر هذه إن النمو النفسي الاجتماعي يبدأ في الطفولة المبكرة باعتبارها مرحلة يتعرض الفرد فيها إلى عوامل حاسمة في النمو النفسي، مع تأكيدها على التنشئة الاجتماعية للطفل ونوع الخبرات التي تلقاها⁵.

¹ ناجح المعموري، علي المعموري: النمو النفسي الاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين، جامعة بابل: كلية التمريض، 2011، ص44

² الرشدان عبد الله زاهي: التربية والتنشئة الاجتماعية، عمان، دار عمان للنشر، 2008، ص231.

³ جبر سعاد: سيكولوجية التنشئة الأسرية للبنات، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع، 2008، ص 145.

⁴ ثناء بهاء الدين: الآثار النفسية والسلوكية المترتبة على الضغوط النفسية، جامعة بغداد: هيئة المعاهد الفنية، الكلي التقنية الصحية، 1997، ص132.

⁵ السيد ماجدة بهاء الدين: الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2008، ص 262.

وأوضح اريكسون (Erikson) إن النمو النفسي السليم للفرد يحقق التوافق النفسي له ويشعره بتقدير الذات والإنتاجية وعدم شعوره بالاضطرابات النفسية والسلوكية و القلق ، و على هذا الأساس سيعرف الفرد كيف سيكون في المستقبل بحيث يتصل حاضره بمستقبله والذي هو جزء من ماضيه، فإحساس الفرد بقدرته على العمل كفرد له تميزه عن الآخر في وجود الآخر، كما إن علاقاته الاجتماعية تتميز بالتوجه نحو تحقيق أهداف معينة في حدود زمنية معلومة، مع الأخذ بالاعتبار إن يكون في حياته نمط وأسلوب معين يعيش عليه في ظل علاقة تتسم بالاعتراف بوجود الآخر دون الذوبان فيه مع الرعاية والاهتمام به¹.

-نظرية اريكسون للنمو النفسي الإجتماعي في مرحلة المراهقة:

يرى اريكسون بأن الفرد قادر على تطوير شخصيته خلال مراحل النمو المتلاحقة طيلة حياته ويعتقد بوجود فترات حرجة للنمو وهذه الفترات تتسم بنقاط تحول حاسمة، ويؤكد على أن الأزمة النفسية الاجتماعية يجب أن تحل قبل أن ينتقل الفرد بنجاح إلى المرحلة التالية، وقد شكلت المرحلة الخامسة من مراحل النمو وهي مرحلة المراهقة أساساً قويا في نظرية اريكسون لأنه يعتبرها جسر الانتقال من الطفولة إلى عالم الرشد والبلوغ، كما تشكل المرحلة الخامسة أساس هذه الدراسة حيث أن عينة الدراسة تمر بأهم مراحل النمو وأخطرها خلال هذه المرحلة من مراحل النمو النفسي الاجتماعي وتسمى هذه المرحلة ب: (الإحساس بالهوية مقابل الإحساس بغير الهوية) من السنة الثانية عشر حتى الثامنة عشر (تمتد هذه المرحلة طيلة فترة المراهقة) ويتميز المراهق بالتأثر بالتغيرات الفسيولوجية والعقلية التي تثير الكثير من الشكوك لديه وبالتالي تولد لديه التردد في القيام بالمهام المحاطة به، والمراهق فاقد للهوية، وهمه الأساسي هو الاعتراف بهويته بأنه أصبح رجلاً ولم يعد طفلاً ، فإذا حصل على ذلك الاعتراف من الوسط الذي يعيش فيه فإنه يساعده على اجتياز الإحساس بالهوية بسلام، وإذا شعر بأن المشرفين على تربيته ما زالوا يتعاملون معه وكأنه طفل، فإنه سيحاول اللجوء إلى أساليب العنف لانتزاع هويته، وقد تلازمه تلك الأساليب طيلة حياته .

ويطلق 'عبد المعطي و قناوي' على النمو في بداية مرحلة المراهقة "زوبعة النمو" حيث أن هذه المرحلة هي أعنف ما يواجهه الإنسان في مراحل تطوره، فالجسد يعود ليقحم نفسه على الوجود من خلال نموه المفاجئ في الحجم والشكل علاوة على التغيرات الكيميائية الهرمونية، مما يسبب للشباب في هزة كيانه تجعله يفقد التعرف على نفسه فيسأل في إلحاح وبعثق " من أنا؟" ، وهنا تبرز مشكلة الهوية التي تكمن جوهر الصراع في هذه المرحلة في حياة الفرد)².

¹ عثمان إكرام: الخطوات المثيرة لإدارة الضغوط النفسية، بيروت، دار بن حزم للنشر، 2002، ص54

² عبد المعطي، حسن قناوي، هدى: علم النفس النمو - الجزء الأول - الأسس والنظريات، مصر، القاهرة، دار قباء للنشر والتوزيع، 2001، ص94

3- المراهقة :

إن الكائن البشري يمر بمراحل مختلفة، وكل مرحلة من هذه المراحل تتميز بخصائص جسمية سيكولوجية، فيزيولوجية وعقلية محددة ، فالإنسان ينتقل من الطفولة إلى الشباب وإلى الكهولة ثم الشيخوخة¹.

وأهم مرحلة هي التي نسلط عليها الضوء اليوم في موضوعنا ألا وهي فئة الثانوي(18-15 سنة) فلهذا نتطرق إلى دراسة فئة الشباب وبالضبط مرحلة المراهقة والتي يمر بها الكائن البشري في هذا السن باعتبارها أحد المراحل الأكثر حساسية وتحول في ضرورة تطور الإنسان كما سنتطرق إلى مراحل فترة المراهقة و الآثار النفسية و الاجتماعية للنشاط البدني و الرياضي على المراهق وكذا أهميته على تلاميذ الطور الثانوي خاصة من الناحية النفسية و الاجتماعية.

3-1- معنى فترة المراهقة:

المراهقة هي مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى الشباب حيث تحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية ذهنية، ولا يوجد في الواقع تعريف واحد للمراهقة، حيث نجد تضارب للآراء حول تعريفها فنجد هناك من يرى أن فترة المراهقة هي فترة التحول الفيزيقي نحو النضج، ، والبعض الآخر يراها على أنها مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا، وذا خبرة محدودة ويقترّب من نهاية نموه البدني والعقلي².

وتشهد هذه المرحلة تغيرا مفاجئا في جميع أجهزة المراهق النفسية والعقلية والجنسية والفسيولوجية وهي بمثابة طفرة نمو قوي يتعرض لها الجسم الإنساني وهي أعقد المراحل التي يمر بها الجنس البشري وأخطرها ويشهد فيها المراهق اضطرابا عنيقا في حياته اليومية وينتابه القلق الدائم الذي يواجهه في جميع أحواله، وتبدأ هذه المرحلة عموما عند سن الثالثة عشر وتمتد إلى حوالي سن الواحد والعشرين، وتنقسم عادة إلى دورتين هما³ :

-الدورة الأولى:

عقب الانتهاء من فترة الطفولة ينتقل الطفل إلى المرحلة الخاصة، وهي المراهقة وبالخصوص الدور الأول يتميز بالعنف والاضطرابات والسخط وعدم الرضا عند المراهق، وتمتد هذه الفترة حتى السن الخامس عشر.

¹ نصر الدين البراوي : مشاكل المراهقة ، مجلة التكوين و التربية ، العدد 73-74 ، الجزائر ، ص120.

² سيعدية محمد على هادر: علم النفس والنمو، دار البحوث العلمية ، لكويت ، 1998، ص 329 .

³ ذهينية محمد رضوان : مذكرة ليسانس ، أهمية مادة التربية بدنية و الرياضية من وجهة نظر تلاميذ المرحلة الثانوية، 1992، ص 15 .

-الدورة الثانية :

تمتد حتى السن الواحد والعشرين وهو أقل اضطرابات من الدور الأول وكثيرا ما يتصور أن المراهقة تقتصر فقط على التغيرات العضوية والتي تدعي التغيرات الجنسية، وهذا خطأ مبالغ فيه، والمراهقة تشمل جميع نواحي الإنسان الداخلية والخارجية وأزمة شاملة لكل نواحي الفرد ومنها تشكل حياة، إما حياة سعيدة مبنية على الاستقرار والنجاح والثقة بالنفس، وإما تعيسة كلها تناقض واضطرابات وتخاذل.

3-2- مراحل فترة المراهقة:

إن مرحلة المراهقة تنقسم إلى ثلاثة مراحل مفصلة كالآتي:

-المرحلة الأولى: المراهقة المبكرة (11-14) سنة:

يرى علماء النفس انه في هذه المرحلة من العمر يتضاءل السلوك أطفول وذلك لخروج الطفل من مرحلة الطفولة والدخول في مرحلة المراهقة التي تبدأ معها المظاهر الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والدينية والأخلاقية الخاصة بالمراهق في الظهور، واهم مظاهر النمو فيها هو البلوغ الجنسي ونمو الأعضاء التناسلية.

-المرحلة الثانية: المراهقة المتوسطة (14-18) سنة :

في هذه المرحلة يشعر المراهق بالنضج الجسمي، وبالاستقلال الذاتي نسبيا، كما تتضح له المظاهر المميزة والخاصة بمرحلة المراهقة الوسطى، لذلك تراه يهتم اهتماما كبيرا بنموه الجسمي، كما تعتبر هذه الفترة، بكونها فترة توجيه مهني ودراسي، لان القدرات الخاصة تبدأ بالظهور بشكل واضح .

-المرحلة الثالثة: المراهقة المتأخرة (18-21) سنة:

في بعض المجتمعات تعتبر المراهقة المتأخرة بمرحلة الشباب يحكم أن هذه المرحلة يلتحق فيها المراهقون بالجامعة، ولكن ليس كل المراهقين، ومن ثم يتخذون القرار النهائي لحياتهم، والذي يتعلق بالحياة المهنية والزواج، كما نجد المراهق في هذه المرحلة قد يلتحق بمراكز التكوين أو يتجه مباشرة إلى الحياة العملية دون الالتحاق بالجامعة، وبعض المراهقين يختارون طريق الانحراف وعلى هذا الأساس تعتبر مرحلة خطيرة بالنسبة للفرد¹.

¹ عبد الرحمن الوافي و زيان سعيد: النمو من الطفولة إلى المراهقة ، الختساء للنشر والتوزيع ، 2004 ، ص 49

3-3- الآثار النفسية الاجتماعية للنشاط البدني و الرياضي التربوي على المراهق :

-الآثار النفسية للنشاط البدني و الرياضي التربوي على المراهق:

إن كل فرد في مرحلة المراهقة يهتم بالخصائص الجسمية له و تذوقه للنشاط و الحركة يصاحبه في جميع مراحل نموه، و نتيجة هذا فالتربية البدنية و الرياضية حريصة على أن يكون مصدرها و رائدها التطور الطبيعي لسلوكيات المراهق، فلا بد أن تستخدم محبته للحركة في تسيير تطوره النفسي و الإسراع فيه، وللأنشطة الممارسة في الحصة دور في معالجة الانحرافات النفسية عند التلاميذ و توجيه طاقاتهم ليتحقق التوازن النفسي، و كذلك لها دور في توجيه الرغبات و التحرر من الكبت و الخوف و الاضطراب .

حيث أجريت عدة بحوث أثبتت الدور الفعال الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية على الجانب النفسي للفرد عامة و المراهق خاصة، نذكر منها دراسة قام بها العالم جونز التي أثبتت وجود العلاقة بين القوة البدنية و الآثار النفسية التي تتركها في الفرد حيث قام بمقارنة عشرة من المراهقين الأقوياء بعشرة من الضعفاء، و أظهرت الدراسة أن تقويم الضعفاء للأقوياء يختلف اختلافا جذريا عن تقويم الأقوياء للضعفاء فقد كان لضعاف البنية صورة وضعية و سلبية في أعين أقرانهم¹

-الآثار الاجتماعية للنشاط البدني و الرياضي التربوي على المراهق :

من الجانب الاجتماعي فان ممارسة النشاط البدني و الرياضي التربوي تقوي الرغبة في النشاط و العمل، و تحلق في المراهق روح المسؤولية و التعاون و التضامن و تغذي لدى الفرق المتنافسة روح الجماعة و الشعور باللعب الصادق و النظام و التسامح و العمل من أجل الجماعة، و تعتبر البرامج الرياضية من الوسائل الهامة في تربية المراهق و تنشئته و تنمية حواسه و استعداداته و الخروج السليم به من هذه الفترة الحساسة و اكتسابه صفات اجتماعية و خلقية تعده لحياته المستقبلية .

فالنشاط الرياضي التربوي نشاط ديمقراطي في أساسه، إذ يخلق حالة عامة من الرضا نتيجة المشاركة فيه فتختفي الفوارق فيصبح كل التلاميذ على اختلاف مراكزهم في الحياة على قدم المساواة ، فلا يوجد أقوى من اللعب كوسيلة لدعم الصداقة و التفاهم بين التلاميذ و كل هذه القوى بلا شك تؤدي إلى تماسكهم و وحدتهم ، كما نجد أنه عامل هام في بناء الأخلاق الكريمة فهو بلا شك يقتل عناصر الجريمة في النفوس، و لا عجب أن تلجأ المؤسسات الاجتماعية إلى النشاط البدني و الرياضي التربوي باعتباره حليفا قويا لتقويم سلوك المراهق، و كلما كانت الرغبة في ممارسة الرياضة قوية عند الشباب فاحتمال ظهور الجريمة في المجتمعات ينقص لأن انشغال الأطفال و الشباب المراهقين في الملاعب يحول

¹مالك سليمان مخول: علم النفس الطفولة و المراهقة، مطابع مؤسسة دمشق، 1981، ص237.

دون اشتراكهم أو تفكيرهم في الجريمة. فالمرهق مثلا الذي يجد في الرياضة مجالا لإشباع حاجاته الطبيعية لا يحتاج إلى أشياء و طرق مكبوتة للتعبير عنها¹.

3-4- أهمية ممارسة النشاط البدني و الرياضي التربوي لتلاميذ الثانوي :

إذا كان تعريف النشاط البدني و الرياضي التربوي بصفة عامة أنه جزء من التربية العامة، إذن فهو يساهم في دفع عجلة التقدم في المجتمعات، وهو ميدان تجربي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والاجتماعية، والحصول على القيم التي يعجز المنزل عن توفيرها لهم، وهذا فإن النشاط يحقق هذه الأهداف على مستوى المجتمع فهو يضمن النمو الشامل والمتزن للتلميذ، ويحقق احتياجاته البدنية مع مراعاة المرحلة التي يمر بها.

وتظهر أهمية النشاط البدني و الرياضي التربوي كوسيلة مساعدة ومنشطة ومكيفة لشخصية ونفسية تلميذ الطور الثانوي من التعليم الأساسي، لكي تحقق له فرص اكتساب الخبرات والمهارات الحركية، التي تزيده دافعية ورغبة وتفاعلا في الحياة اليومية، كما يعتبر عملية تنفيس وترويح لتلاميذ الطور الثالث من الضغوط خاصة المقبلين على شهادة البكالوريا، حيث تعمل على تحقيق نوع من الراحة الفكرية والبدنية وتجعلهم يعبرون عن أحاسيسهم ومشاعرهم بحركات رياضية متوازنة، منسجمة ومتناسقة تنمي عملية التوافق بين العضلات والأعصاب في كل ما يقوم به التلميذ من حركات هذا من الناحية البيولوجية، أما من الناحية التربوية فبوجود التلاميذ في مجموعة واحدة خلال الحصص وبمضمونها من الأنشطة فإن العملية التي تتم بينهم تكسبهم الكثير من الصفات الخلقية والتربوية كالطاعة والشعور بالصدقة والزمالة واقتسام الصعوبات مع الزملاء².

وفي نفس السياق يشير "تشارلز بيوكر" إلى أن: "الشخص في المرحلة الأولى من المراهقة ينفرد بصفة المسيرة للمجموعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يظهر بمظهرهم ويتصرف كما يتصرفون .

لهذا فإن مختلف الأنشطة البدنية والرياضية التربوية في هذه المرحلة تعمل على:

- تنمية روح الجماعة والتعاون واحترام الآخرين.

- التعود على النشاط والحيوية بعيدا عن الخمول والكسل.

- تقوية البنية الجسدية، والتقليل من الإصابة بمختلف الأمراض.

¹ محمد عادل خطاب، كمال الدين تركي: التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، القاهرة: دار النهضة العربية، 1965، ص 19 .

² عواطف أبو العلاء: التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية، دار النهضة للطباعة والنشر، القاهرة، ص 142 .

- الترويح والتخفيف من حدة الاضطرابات النفسية الناتجة عن العزلة والانطواء¹.

❖ الدراسات السابقة :

بعدها اخترنا موضوع بحثنا هذا وإيماناً بأن الدراسات السابقة والمشاهدة تعطي صبغة علمية لكل بحث، تفحصنا بحوث لعنا نجد فيها ما يسهل مهمتنا في إثراء بحثنا بأفكار و نظريات و تفسيرات تفيدنا في تحديد أبعاد المشكلة المراد البحث فيها ، فوجدنا بعض الدراسات السابقة و المشاهدة منها:

- دراسة الطالبة 'مديحة حسن فريد' تحت عنوان "تأثير الأنشطة الرياضية الترويحية على التكيف النفسي و الاجتماعي للمرضى النفسيين" لنيل شهادة دكتوراه سنة (1993):

والتي هدفت إلى التعرف على أثر برنامج مقترح لبعض الأنشطة الرياضية والترويحية على التكيف النفسي والاجتماعي وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمرضى النفسيين، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وتكونت العينة من 11 مريضا ومريضة من نزلاء مستشفى دار المقطم بالقاهرة، واستخدمت الباحثة اختبار الشخصية الإسقاطي من إعداد لويس كامل مليكة.

كانت أهم النتائج التي توصلت إليها هي أن البرنامج الرياضي أثرٌ قد إيجابيا على بعض المتغيرات الفسيولوجية على المرضى النفسيين وأن البرنامج ذو تأثير إيجابي على بعض عناصر اللياقة البدنية المختارة قيد البحث².

- دراسة الطالب 'لعروسي جيلالي' تحت عنوان "دور التربية البدنية والرياضية في التنشئة الاجتماعية عند المراهقين في المرحلة الثانوية" لنيل شهادة ماجستير سنة (2008):

وإستخدم الباحث المنهج الوصفي في الدراسة ، و تكونت عينة دراسته من 90 تلميذ وتلميذة من ثلاث ثانويات مختلفة، و08 أستاذة من الثانويات الثلاثة ولقد اعتمد على العينة المقصود من حيث العدد وهي عشوائية من حيث الأفراد، وتمثلت أدوات جمع البيانات في الاستبيان عن طريق الأسئلة المغلقة والمفتوحة.

وتوصلت الدراسة إلى: إبراز الدور الإيجابي للتربية البدنية و الرياضية في إرشاد و توجيه المراهق إلى الطريق السليم و الصحيح و إدماجه في المجتمع الذي يعيش من فيه كل النواحي الثقافية، الاجتماعية... والتخفيف والتقليل من التوترات

¹ تشارلز بيوكر: أسس التربية البدنية، ترجمة (كمال صالح وحسن معوض)، دار الفكر العربي، القاهرة، 1964، ص113

² مديحة حسن فريد: تأثير برنامج مقترح لبعض الأنشطة الرياضية والترويحية على التكيف النفسي والاجتماعي وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمرضى النفسيين، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، 1993م.

و حالات اللاتزان و المشاكل التي يتعرض لها المراهق، وإبراز دور حصة التربية البدنية والرياضية في إشباع الحاجات الاجتماعية للمراهق في حالة ما وظف هدفها التربوي بطريقة سليمة.

وكانت أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائياً بين التربية البدنية والرياضية والتنشئة الاجتماعية وكذلك وصل إلى تحقق الفرضيات التي وضعها وتوصى النتائج بالاهتمام بتوعية المجتمع بصفة عامة والأسرة بصفة خاصة، بأن الرياضة وسيلة تربوية بالدرجة الأولى وإنها تعود بالفائدة على التلاميذ وكذلك تحفيز التلاميذ على ممارستها والاهتمام بالحصة وان لا تقف الأسرة كعائق أمام ميول أبنائهم لممارسة مختلف الأنشطة الرياضية¹.

• دراسة الطالب 'بن عبد الرحمان سيد علي' تحت عنوان "مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية بدنية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"، مذكرة لنيل شهادة ماجستير بجامعة الشلف سنة (2009):

أعتمد فيها الباحث على المنهج الوصفي، كانت العينة تجريبية تتكون من عينتان، العينة الأولى و تتكون من 60 تلميذ ممارسين للألعاب شبه رياضية أثناء الحصة ، العينة الثانية تتكون من 50 تلميذ تم تحديدهم بالأفراد الغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية ، أستعمل الباحث استبيان استمارة البيانات الأولية و مقياس الشخصية .

-النتائج التي توصل إليها:

✓ الألعاب الشبه رياضية تساعد التلميذ على تحقيق التوافق مع نفسه و محيطه و المجتمع، و تحسين اللياقة البدنية و الحالة النفسية للتلميذ.

✓ نرى أن للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي و لها نتيجة على نفسية تلاميذ هذه المرحلة.

✓ تلعب الألعاب شبه الرياضية الهادفة الفعالة دورا و أهمية كبيرة في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي².

✓ تعمل الألعاب شبه الرياضية أيضا على تكوين شخصية التلميذ وإكسابه مختلف الصفات و السمات السلوكية الحميدة التي تعمل على إعداد المواطن الصالح.

¹العروسي جيلالي :دور التربية البدنية والرياضية في التنشئة الاجتماعية عند المراهقين في المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية ،2008م.

²بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب شبه رياضية أثناء حصة التربية بدنية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة لنيل شهادة الماجستير، غير منشورة ، جامعة الشلف ، 2009 م .

- دراسة الطالب 'غالبي عمر' تحت عنوان "هل حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في بناء العلاقات الاجتماعية (التوافق و الانتماء) لدى المراهقين"، لنيل شهادة الماستر بجامعة الشلف سنة (2012):

اعتمد فيها الباحث على المنهج الوصفي و ذلك لتلاؤمه مع طبيعة الموضوع، واختيار العينة بالطريقة العشوائية ، و قدر عدد أفراد العينة ب 37 أستاذ و ذلك من مختلف ثانويات عين الدفلى.

وكانت أهم النتائج التي توصلت إليها الطالب هي أن حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في تعزيز الانتماء الاجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية¹.

- دراسة الطالب 'بعاش بوبكر' تحت عنوان "دور حصة التربية البدنية في تفعيل عمليتي التعاون و التنافس من خلال الأنشطة اللاصفية"، لنيل شهادة ماستر بجامعة الشلف سنة (2012):

استخدم الباحث المنهج الوصفي لتلاؤمه مع طبيعة البحث، قام باختيار عينة عشوائية مكونة من 400 تلميذ و 20 أستاذ من مختلف ثانويات ولاية الشلف.

وقد توصل إلى النتائج التالية:

✓ التلاميذ المشاركين في الأنشطة اللاصفية أكثر تعاونا عن غيرهم في حصة التربية البدنية والرياضية.

✓ التلاميذ الأكثر مشاركة في الأنشطة اللاصفية أكثر تنافسا من غيرهم في حصة التربية البدنية والرياضية².

–مناقشة الدراسات السابقة:

للادراسات السابقة دورا هاما في البحث العلمي وهذا لكون العلم تعاوني، حيث نستفيد من الدراسات السابقة في التصميم المنهجي وبناء أسئلة الاستبيان وكذلك أهم النتائج التي توصلت لها الباحث في الموضوع ويعني هذا أن الباحث ينبغي له أن يبدأ من حيث انتهى باحثون آخرون، ونظرا لافتقارنا للدراسات في مجال التربية البدنية والرياضية وآثرها على النمو النفسي الاجتماعي، أردنا أن نتطرق في بحثنا هذا و الذي يعتبر تكملة للبحوث المذكورة سابقا والذي يهدف إلى محاولة إبراز الدور الهام الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي ومن خلال التربية البدنية الرياضية كمادة في الأثر الإيجابي الذي يخلفه من الناحية النفسية الاجتماعية على المراهق في المرحلة الثانوية.

¹ غالبي عمر: مساهمة حصة التربية بدنية و الرياضية في بناء العلاقات الاجتماعية لدى المراهقين،رسالة ماستر، غير منشورة،جامعة الشلف،2012م .

² بعاش بوبكر: مذكرة لنيل شهادة ماستر،غير منشورة ،جامعة الشلف ، 2012 م .

ومن خلال الدراسات السابقة نجد أنها كانت تقريبا متشابهة وتدور حول المواضيع النفسية الاجتماعية حيث توصلت نتائجهم إلى وجود فروق دالة إحصائية وذلك من حيث دراستهم حول الجانب النفسي والاجتماعي، حيث تشابهت هذه الدراسات في وجود العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة الرياضية و تطور النمو النفسي و الاجتماعي .

وفي قراءتنا للدراسات السابقة وجدنا أن رغم اهتمام الباحثين لمواضيع النفسية الاجتماعية إلا أنها لم تتمكن من إظهار دور التربية البدنية و الرياضية في النمو النفسي الاجتماعي وأثرها في السلوك و الممارسات أو العلاقات الاجتماعية، ومن هنا جاءت دراستنا والتي تمثلت في إظهار دور النشاط البدني و الرياضي التربوي بتطوير بالنمو النفسي و الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي، وكذلك لإبراز العلاقة الإيجابية بين التربية البدنية والرياضية والنمو النفسي الاجتماعي، حيث وجهنا هذه المرة الدراسة إلى المراهقين الممارسين للتربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

❖ خلاصة :

إن النشاط البدني والرياضي التربوي وسيلة ناجحة في زيادة معدل النمو النفسي و الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية حيث يساهم في تكوين شخصية التلاميذ من جميع الجوانب (الصحية، النفسية، والاجتماعية) وبالتالي تكوين شخصية متزنة تتميز بالتفاعل الاجتماعي والاستقرار العاطفي والنظرة المتفائلة للحياة..

حيث أن هذه الأنشطة لها أهمية في النمو النفسي و الاجتماعي للمراهق بحيث تقيه من المشاكل النفسية كالعزلة و الإنطواء و ذلك بتوفير أجواء تساعد و تسهل في خلق علاقات بين التلاميذ و تبعدهم عن بعض السلوكات السلبية و تزرع فيهم روح الجماعة فتوجه الطاقة التي يتميز بها الفرد في هذه المرحلة توجيهها إيجابيا. و لهذا يمكننا القول أن النشاط البدني الرياضي التربوي ليس نشاط ترفيهي فحسب بل هو نشاط تربوي هادف لكن ذلك لا يتحقق إلا بتوفر الشروط أخرى كالوسائل التي تسمح ببلوغ الأهداف المرجحة كما يجب توفر مؤطرين لهم كفاءة في التعامل مع المراهقين الذين يجب أيضا أن يحضوا بتشجيع و دعم عائلي يوجههم نحو هذه النشاطات المفيدة.



الإطار العام للدراسة

1- الكلمات الدالة في الدراسة:

1-1- النشاط البدني الرياضي التربوي:

لغة: هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد و دوافعه و ذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية¹.

اصطلاحاً: هو عبارة عن نشاط تعليمي تربوي ما أو يسمى بدرس التربية البدنية و الرياضية بالإضافة للنشاط البدني الرياضي التربوي التدريبي التنافسي و هو مجموع الأنشطة الرياضية الداخلية والخارجية المكتملة لبعضها البعض في بحثنا هذا نقصد به كل الأنشطة البدنية الرياضية الممارسة داخل المؤسسة التعليمية في مرحلة التعليم الثانوي وهي عبارة عن التربية البدنية ولرياضية دورات رياضية تنافسية و غير تنافسية مبرمة داخل و خارج المؤسسة و المنضمة من طرف أساتذة المؤسسة نفسها و المنضمة الداخلية الخاصة أو من طرف "الرابطة الولائية للرياضة المدرسية الخارجية الخاصة"².

اجرائياً: هو ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح، من الناحية البدنية و العضلية و الانفعالية والإجتماعية، وذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني الذي اختير لهدف تحقيق هذه المهام

1-2- النمو :

لغة: نما ينمو نمواً؛ نما الشيء زاد وكثر ارتفع، بلغ، وصل³.

اصطلاحاً: النمو سلسلة متتابعة متماسكة من تغيرات تهدف إلى غاية واحدة هي اكتمال نضج ومدى استمراره وبدأ انحداره، فالنمو بهذا المعنى لا يحدث فجأة ولا يحدث بحط عشوائي بل يتطور بانتظام خطوة إثر خطوة ويسفر عن تطوره هذا مجموعة صفات عامة تحدد ميدان أبحاثه⁴.

إجرائياً: يشير مفهوم النمو إلى جملة التغيرات التي تحدث عند الإنسان أو الحيوان منذ لحظة الإخصاب وحتى الوفاة وينطبق هذا المصطلح على التغيرات المنتظمة التي تستمر لفترات طويلة نسبياً، وهو كذلك ارتقاء خصائص الكائن الحي.

1-3- النمو النفسي :

لغة: مجموعة من التغيرات والتعبيرات الانفعالية التي تحدث على وجه الخصوص في المراحل المبكرة من حياة الإنسان والتي تعتبر بشكل عام تقدماً نحو الأفضل، ومن بين مظاهره التخلص من الخوف، الغيرة والغضب⁵.

¹ محمد الحمادي ، أنور الخولي : أسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990، ص 20.

² حبران مسعود: معجم ألفبائي في اللغة والإعلام ، دار العلم للملايين، ص 49

³ المرجع نفسه : ص 75.

⁴ فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، بدون سنة، ص 23

⁵ صالح محمد علي أبو جادو: علم النفس التربوي، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ،الأردن، ص 57.

اصطلاحاً: يعرفه القوسي بأنه التوافق التام أو المتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مجابهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية¹.

إجرائياً: هو مجموعة التغيرات و التطورات في الميزات النفسية و السلوكيات التي تحدث للفرد في مختلف مراحل حياته من الطفولة إلى الشيخوخة.

1-4- النمو الاجتماعي :

لغة: مجموعة من التغيرات والتحويلات الجذرية في الاتجاهات والسلوك، ومن مظاهره الميل إلى اللعب الجماعي، تكوين الصداقات، التعاون والمنافسة، الميل إلى الاستقلالية².

اصطلاحاً: يعني قدرة الفرد على معايشة غيره من الأفراد وتعامله معهم وتفهمه لتصرفاتهم وأنماط سلوكهم واكتساب حبهم واحترامهم وتعاونهم معهم في تكوين بيئة اجتماعية صحيحة، يمارسون من خلالها حياتهم السعيدة لصالح المجتمع الذي يعيشون فيه³.

إجرائياً: هو ذلك التغير الذي يطرأ على عادات الفرد واتجاهاته الاجتماعية وعلى علاقته وتصرفاته مع الآخرين وأساليب تصرفه في المواقف الاجتماعية وتمركزه في المجتمع.

1-5- المراهقة:

لغة: إن كلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب ، أو الدنو من الحلم ، بذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم راهق بمعنى غشا أو دنا من ، فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم و اكتمال النضج⁴.

اصطلاحاً: هي الفترة العمرية الممتدة بين 12 و 18 سنة تقريبا و تتمثل في التغيرات الجسمية والنفسية و الاجتماعية التي تحدث بين الطفولة و سن الرشد و تعتبر هذه المرحلة خطيرة في حياة الفرد لأنها تأخذ أشكالاً عدة⁵.

إجرائياً: تعرف المراهقة بأنها مرحلة يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسية و تنتهي بسن الرشد وإشراف القوى العقلية المختلفة على تمام النضج.

¹ فرج عبد القادر طه: معجم علم النفس والتحليل النفسي، دار النهضة والنشر العربية للطباعة، بيروت، ص68.

² حسين محمد الأطرش: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة 17 أكتوبر، كلية الآداب، 2005، ص49

³ على محمد زكي: التربية الصحية بين النظرية و التطبيق، ط1، منشورات ذات سلاسل الكويت، 1983، ص25

⁴ فؤاد البهي السيد: لأسس النفسية من الطفولة إلى الشيخوخة، ط4، دار الفكر العربي، مصر، 1999، ص24.

⁵ إبراهيم ياسين الخطيب و آخرون: التنشئة الاجتماعية للطفل، ط1، دار الثقافة، الأردن، 200، ص.

1-6- الطور الثانوي:

تختص بالمتعلمين الذين هم في سن المراهقة فهي أعظم مراحل التعلم خطورة ويتراوح أعمار التلاميذ فيها من سن 15 إلى 18 سنة (مدتها ثلاث سنوات تنتهي بحصول التلاميذ على شهادة البكالوريا) ¹.

2- الإشكالية

إن من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد في حياته هي فترة المراهقة ، إذ يتعرض فيها إلى الكثير من التغيرات النفسية و الاجتماعية تختلف درجة حدتها باختلاف ظروف عيش الفرد تجعله يقع في صراع مع نفسه ومع من يحيطون به وهذا ما يدفعه أحيانا إلى اتخاذ أسلوب قد يلحق به ضررا.

في حين يعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي بألوانه المتعددة و أسسه ونضمه ميدان من ميادين التربية عموما ، وعملا قويا في تكوين الفرد اللائق و الصالح و كذلك إعدادة إعداد متكاملأ بدنيا و اجتماعيا و عقليا و نفسيا ذلك من خلال تزويده بالمهارات الواسعة التي تمكنه من تحقيق الاندماج و التكيف و التعاون مع مجتمعه ، كما يعمل على تحقيق غاية التربية من حيث إكساب الفرد مهارات التعامل و التفاعل بين الفرد وبيئته الاجتماعية ، ومع زيادة موجات التغيرات العالمية و التطور الهائل يمر المجتمع العربي بتغيرات اجتماعية و اقتصادية و سياسية وثقافية متعددة ظهر في ظلها الكثير من المشكلات كنتائج ، وتأثيراتها المختلفة على المجتمع ².

حيث قام الباحث 'أمارداكا' بدراسة في الموضوع فوجد "أن اللعب يعطي و يعكس الحياة النفسية للفرد بحيث يعتبر هو المسلك الوحيد الذي يتخذه الطفل المراهق لتفريغ الضغوط و الشحون و الغرائز المكبوتة" ³.

كما إهتم كل من الباحثان 'يوردو' و 'طاش' بخصائص السلوك و الدور الاجتماعي و أكدوا أهمية النشاط البدني الرياضي عند الطفل المراهق و دورها في التخفيف و كبح الضغوط و الاضطرابات النفسية و المشاكل الاجتماعية.

فالنشاط البدني و الرياضي يعتبر أسلوبا لتنمية الذات و اتزان، و وسيلة لتدعيم الصحة النفسية للممارس، كما أنه يتيح له حياة اجتماعية تخضع للتنظيم و التوجيه المميزة بمواقف و تفاعلات اجتماعية بناءة ، مما يشكل تدريبا على الحياة الاجتماعية الناجحة و تدعيمها لها ، كما تساعد على التفتح و النمو الاجتماعي السليم لشخصية الممارس ، إذ تعتبر التربية البدنية و الرياضية مصدرا لمعالجة الأزمات النفسية التي تطرى على الإنسان مع الإحساس الايجابي بالسعادة و النشاط الحركي ، فنجد المدرسة في هذا العصر مؤسسة اجتماعية تهيء الفرد في مختلف الأطوار التعليمية لتحقيق النمو المتكامل للنشأة و للبيئة المحيطة به، وذلك بإعداد الطفل وإتباعه في مختلف مراحل حياته حتى يكون مواطنا صالحا منتجا يساهم في رقي البلاد.

¹ بدوي رفيق، ملاذ كريم: دراسة ميدانية لبرامج التربية البدنية و الرياضية، دالي براهيم ، الجزائر، ص17

² . الدكتور الزبود: الشباب و القيم في عالم المتغير ، دار الشروق بالأردن ، 2002 ، ص 112 .

³ محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط2، سنة 1986، ص120

وبناء على هذه التقديمات النظرية لموضوعنا هذا نجد أنفسنا أمام طرح الإشكال أو بالأحرى التساؤل العام

الآتي:

-هل للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في تحقيق النمو النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

حيث نستنبط من التساؤل العام الأسئلة الجزئية التالية:

- هل للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في تحقيق النمو النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

- هل للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في تحقيق النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

3- أهداف البحث:

يهدف بحثنا هذا بشكل عام إلى التعرف على النشاط البدني و الرياضي بأبعاده التربوية وكذا على دوره في تطوير النمو النفسي والاجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية، بالإضافة إلى التذكير بالدور الفعال الذي يلعبه أستاذ التربية البدنية و الرياضية في تلك الرحلة العمرية، فدراستنا تستهدف نقاط كثيرة أهمها:

- ✓ التعرف على الخصائص النفسية و الاجتماعية لتلاميذ الطور الثانوي.
- ✓ إيجاد نوعية التأثير الذي يحدث للتلميذ من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة.
- ✓ معرفة طبيعة النمو النفسي الاجتماعي في الطور الثانوي.
- ✓ لفت الانتباه إلى مكانة و أهمية مادة التربية البدنية و الرياضية في مختلف الأطوار.
- ✓ إبراز مهام و أهداف التربية بدنية و الرياضية داخل المنظومة التربوية.
- ✓ توضيح دور النشاط البدني و الرياضي التربوي وعلاقته بالنمو و تطويره في هذه المرحلة.
- ✓ كشف مدى تأثير مختلف الأنشطة (فردية-جماعية) على سلوكيات التلاميذ لكلى الجنسين

4- أهمية البحث:

تكمن أهمية بحثنا هذا في اعتباره نوعاً من أنواع البحوث التي تركز في مواضيعها على الجانب النفسي و الاجتماعي كونها تكشف لنا عن طبيعة النمو في فترة المراهقة وعلاقته بممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية، وكذا معرفة الخصائص النفسية و الاجتماعية قصد التحكم في محتوى العملية البيداغوجية و معرفة أهم التغيرات السلوكية التي تطرأ لتلاميذ هذه المرحلة العمرية.

وإلى غاية الوصول لهدفنا المسطر تم وضع بعض النقاط المساعدة لتوضيح المبتغى من ذلك وهي:

- ✓ إنجاز دراسة بيداغوجية يتم من خلالها الإحاطة و التعمق بموضوع البحث و التطرق إلى مختلف جوانب التطور التي تمس النمو النفسي و الاجتماعي للتلاميذ في هذه المرحلة العمرية.

✓ استخراج إخبار 'استبيان' يهدف إلى تحديد طبيعة و اتجاه التلاميذ من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية عن طريق تحديد طبيعة النمو النفسي و الاجتماعي لديهم و إبراز دور النشاط البدني والرياضي في زيادة معدل نموه العام مركزاً على الجانبين النفسي و الاجتماعي.

5- الفرضيات:

- الفرضية العامة :

للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور إيجابي في تحقيق النمو النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- الفرضيات الجزئية:

- للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في تحقيق النمو النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في تحقيق النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.



الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد:

إن البحوث العلمية عموماً تهدف إلى الكشف عن الحقائق حيث تكمن قيمة هذه البحوث في التحكم في المنهجية المتبعة فيها، ومصطلح المنهجية يعني "مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه، وبالتالي فإن الوظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها"¹.

وبهدف توضيح الطرق التي تم اعتمادها في تصنيف وترتيب وقياس وتحليل المعلومات التي تم جمعها في الجانب النظري، تناولنا في هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية من حيث بعدها الزمني والمكاني ثم الأداة المستخدمة في الدراسة حيث تطرقنا إلى الشروط العلمية التي يجب أن تتوفر في أداة البحث من صدق وثبات وموضوعية، كما قمنا بضبط متغيرات الدراسة وحصر مجتمع البحث والعينة التي قمنا باختيارها والطريقة التي اعتمدناها في تحديد حجم العينة. كما تناولنا في هذا الفصل المنهج العلمي المستخدم في الدراسة وبيّن كيفية تطبيق الإجراءات الميدانية وتطرقنا إلى الأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها في تحليل المعطيات التي جمعناها عن طريق الاستبيان المقدم لأساتذة التربية بدنية و الرياضية بالطور الثانوي.

¹ فريدريك معتوق: معجم العلوم الاجتماعية: الإنجليزي-فرنسي-عربي، أكاديميا، بيروت-لبنان، 1998، ص 231.

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى للإلمام بكل جوانب البحث من خلال تحديد متغيرات الدراسة وصياغة فرضيات البحث على ضوءها.

وللوقوف على الظروف التي سيتم فيها اجراء الدراسة والتعرف على الافراد والذين ستطبق عليهم الدراسة وعلى مدى استعداد أساتذة التربية بدنية و الرياضية للتعاون معنا، حيث قمنا بزيارة بعض أساتذة المادة بثانويات مدينة المسيلة وكان عددهم (09) أساتذة وذلك بعد قبول موضوع الدراسة من طرف ادارة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وذلك من اجل:

- التعرف على المكان والفئة التي تطبق عليها الدراسة.
- الحصول على معلومات أكثر عن التلاميذ والتعرف على مختلف مشاكلهم النفسية و الاجتماعية.

2- نتائج الدراسة الاستطلاعية:

وقد استقبلنا من طرف مدير التربية و أساتذة المادة(09)أساتذة وتم تزويدنا بمجموعة من المعلومات والبيانات:

- عدد الأساتذة في مدينة المسيلة.
- عدد التلاميذ في الطور الثانوي.
- برامج مادة التربية البدنية و الرياضية لمختلف الأطوار التعليمية.

3- المنهج المتبع:**1-3- تعريف المنهج:**

الطريقة التي تتبع للكشف عن الحقائق بواسطة استخدام مجموعة من القواعد العامة ترتبط بتجميع البيانات وتحليلها حتى نصل الى نتائج ملموسة وبما ان المعرفة العلمية معقدة كان من الواجب على العلماء والباحثين ان يتبعوا مناهج لتسهيل الدراسة والإلمام بحيثيات الموضوع المدروس.¹

ومن خلال ما سبق فإن المنهج الذي اتبعناه لدراسة الموضوع هو المنهج الوصفي الذي يعتبر بأنه دراسة الوقائع السائدة والمرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع.

2-3- المنهج الوصفي:

مجموعة من الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها و معالجتها و تحليلها تحليلا كافيا و دقيقا لاستخلاص دلالتها و الوصول إلى النتائج.²

ويلجأ الباحث إلى استخدام هذا المنهج من أجل فتح مجالات جديدة للدراسة التي ينقصها القدر الكافي من المعارف وهو بذلك يريد التوصل إلى معرفة دقيقة وتفصيلية عن عناصر الظاهرة موضوع البحث.

¹ عصام حسين الدلمي، علي عبد الرحيم صالح: البحث العلمي اسسه ومناهجه، دار رضوان، ط1، عمان، 2014، ص147-148.

² محمد علي محمد، علم الاجتماع و المنهج العلمي، دار المعارف الجامعية، ط3، الإسكندرية، مصر، 1986، ص181 .

4- المجال الزمني والمكاني للدراسة:

4-1- المجال المكاني:

قمنا بإجراء الدراسة الخاصة بالبحث بثانويات مدينة المسيلة.

4-2- المجال الزمني:

تم إجراء البحث في الفترة الممتدة من 05 لشهر مارس 2019 حيث خصصت الأشهر الأربعة الأولى (نوفمبر، ديسمبر، جانفي، فيفري) للجانب النظري، أما الجانب التطبيقي فقد كان في مارس و أبريل، تم خلالها تحضير الأسئلة الخاصة باستمارة الاستبيان وتوزيعها على العينة المختارة، ثم قمنا بعد ذلك بجمع الأدوات لتفريغها.

5- مجتمع البحث:

من الناحية الاصطلاحية هو: "تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى".¹

إن المجتمع يعتبر شمول كافة وحدات الظاهرة التي نحن بصدد دراستها وهذا ما يشمل جميع أساتذة التربية بدنية و الرياضية للطور الثانوي بمدينة المسيلة و بلغ عددهم (39)أستاذ مقسمين كالتالي (30) أستاذ كعينة أساسية و (09)أساتذة كعينة استطلاعية.

5-1- عينة البحث:

للحصول على المعلومات من المجتمع الأصلي يعتمد الباحث على مجموعة من الأسس التي توفر له المعلومات حول موضوع الدراسة، وهذا بالرجوع إلى وحدات تمثل المجتمع الأصلي بصورة صحيحة ودقيقة أو ما يسمى بالعينة و التي تعني: "العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزءاً من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع،² على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث"، لذلك فإن اختيار عينة ممثلة تمثيلاً صحيحاً للمجتمع الأصلي يعتبر من أهم الخطوات لإنجاز أي دراسة.

وكانت العينة هنا عينة الحصر الشامل وهي تستخدم عندما يريد الباحث دراسة ما تم تحديده ويقوم الباحث هنا باختيار العينة التي يرى انها تحقق اغراض الدراسة اختيارا حرا يبني على مسلمات او معلومات مسبقة كافية ودقيقة تمكنه من الحصول على نتائج دقيقة يمكن تعميمها³.

وتمثلت عينة بحثنا في جميع أساتذة التربية البدنية و الرياضية بالطور الثانوي بمدينة المسيلة ، وكانت العينة الأساسية متمثلة في 30 أستاذ .

¹ محمد نصر الدين رضوان: الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003، ص 14 .

² رشيد زرواتي: مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للطباعة و النشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007، ص 344.

³ وائل عبد الرحمان التل، عيسى محمد قحل: البحث العلمي في العلوم الانسانية والاجتماعية، دار الحامد، ط1، الاردن، 2007، ص 44.

6- متغيرات الدراسة:

استنادا إلى فرضية البحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين اثنين أحدهما مستقل والآخر تابع.

1.6- المتغير المستقل:

هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودارسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

❖ تحديد المتغير المستقل: النشاط البدني و الرياضي التربوي.

2.6- المتغير التابع:

"هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع".¹

❖ تحديد المتغير التابع: النمو النفسي و الاجتماعي.

7- ادوات الدراسة:

لكل دراسة او بحث علمي مجموعة من الادوات والوسائل التي يستخدمها الباحث بغية الوصول الى النتائج المرجوة من الدراسة او بغية التحقق منها ومن صحة او نفي فروضها، فاعتمدنا في دراستنا هذه على جمع المعلومات النظرية والميدانية حتى نتمكن من رصد الحقائق والدلائل العلمية التي تسعى دراستنا لإثباتها من خلال اتباع الخطوات التالية:

1-7- ادوات الجانب النظري:

اعتمدنا في جمع المادة العلمية النظرية على مراجع متنوعة والمذكرات الاكاديمية، التي تتعلق بجميع الموضوع وتقارب معه من حيث القيمة والدلالة العلمية وارتباطها الوثيق بموضوع اشكالية الدراسة.

2-7: ادوات الجانب التطبيقي:

استمارة استبيان: هو وسيلة من وسائل جمع البيانات ويعتمد أساسا على استمارة تتكون من مجموعة من الأسئلة تسلم إلى أشخاص يتم اختيارهم من أجل القيام بدراسة موضوع معين، فيقومون بتسجيل إجاباتهم على الأسئلة الواردة في هذه الاستمارة ويتم إعادة ثانياً إلى الباحث.

كما يعرف على أنه: " وسيلة من وسائل البحث الشائعة، فهو يطرح مجموعة من الأسئلة التي تهدف إلى جمع معلومات ترتبط بموضوع البحث وفوائده كونه اقتصادي في الوقت و التكيف".²

وفي هذه الدراسة تم بناء استمارة الاستبيان المكونة من 20 سؤال موجهة الى أساتذة التربية بدنية و الرياضية لمدينة بالمسيلة والمقسمة على محورين هما:

- المحور الأول: للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي .

¹ أحمد شبلي: منهجية البحث العلمي، الديوان الوطني للطبعات الجامعية، الجزائر، 1992، ص25.

² محمد حسن علاوي : أسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999، ص219.

- المحور الثاني: للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

8- حساب الخصائص السيكومترية للاستبيان:

8-1- الصدق الظاهري (صدق المحكمين):

فقبل القيام بتطبيق الاستبيان في شكله النهائي على أفراد عينة البحث، قمنا بعرضه على خمس أساتذة من قسم التربية بدنية بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة، وطلبنا منهم تحكيمه لمعرفة مدى صلاحية أسئلته، بتعديل أو حذف أو إضافة أي سؤال، لتحقيق أهداف الدراسة التي كانت نتائجها وجود بعض الملاحظات أخذت بعين الاعتبار والتي تضمنت:

-تعديل صيغة بعض العبارات.

8-2- ثبات وصدق الاستبيان:

أ/ الثبات: (ألفا كرونباخ):

تم حساب ثبات هذا استبيان بطريقة التناسق الداخلي باستخدام ألفا كرونباخ والقائمة على أساس تقدير معدل ارتباطات العبارات فيما بينها، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (1) يوضح ثبات الاستبيان بطريقة ألفا كرومباخ

أبعاد الاستبيان	عدد العبارات	معامل الثبات ألفا كرومباخ
محور الأول	11	0,273
المحور الثاني	09	0,560
الاستبيان ككل	20	0,704

من خلال الجدول يتضح أن معامل ثبات الاستبيان بطريقة ألفا كرونباخ قد بلغت قيمته للمحور الأول (0,273)، والمحور الثاني (0,560)، أما الاستبيان ككل فقد بلغ معامل ألفا كرومباخ (0,704) وهذا يدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية و جيدة ومقبولة من الثبات تطمئن الباحث على تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية.

ب/ صدق الاستبيان:

- صدق الاتساق الداخلي: تم حساب صدق هذا الاستبيان عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة

كل محور بالدرجة الكلية للاستبيان ككل باستعمال معامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (2) يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية للمحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان	
الدرجة الكلية	المحاور والدرجة الكلية
0,649**	المحور الأول: للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي.
0,672**	المحور الثاني: للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.
الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05).	

من خلال الجدول وبعد حساب و تقدير الارتباطات بين الدرجة الكلية لكل محور مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل حيث جاءت كلها دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وتمثلت في ارتباط الدرجة الكلية للمحور الأول مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل بارتباط قدر ب 0.649، أما ارتباط الدرجة الكلية للمحور الثاني مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل فقد قدر ب 0.672، وهذا يدل على أن الاستبيان صادق و يطمئن الباحث في تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية.

9- تقنيات وأساليب المعالجة الإحصائية:

تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Sciences-SPSS)، وبرنامج الإكسيل (Excel) في تحليل البيانات التي تم جمعها في هذه الدراسة، وقد تم استخدام الأساليب المناسبة في التحليل والتي تعتمد أساسا على نوع البيانات المراد تحليلها وعلى أهداف وفرضيات الدراسة، وقد تم استخدام عدة أساليب إحصائية من أجل توظيف البيانات التي جمعت لتحقيق أغراض الدراسة، وفيما يلي الأساليب التي تم استخدامها كما يلي:

9-1- بالنسبة للخصائص السيكومترية:

- تم استخدام معامل ألفا كرونباخ في الثبات.

- تم استخدام معامل الارتباط بيرسون في تقدير الصدق بطريقة الاتساق الداخلي.

9-2- بالنسبة لفرضيات الدراسة:

$$\chi^2 \text{ اختبار الدلالة الإحصائية لجودة التوفيق اختبار مربع كاي: } \chi^2 = \sum \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

حيث يستخدم اختبار كاي لجودة التوفيق إلى اختبار هل النتائج المشاهدة تختلف عن النتائج المتوقعة.

خلاصة الفصل:

ان الاجراءات المنهجية في الدراسة ضرورية لأي عمل بحثي فهي تعتبر بمثابة الدليل الذي يرسم معالم البحث البارزة وفق اجراءات منهجية تتميز بالصرامة المنهجية والتدرج في العمل للوصول إلى تحقيق اهداف البحث ، وفي الفصل تم تحديد مجالات الدراسة مكانيا وزمانيا كما تم تحديد المنهج المعتمد في هذه الدراسة مع التعريف به وذكر المبررات التي دفعت بالباحث لأختيار هذا المنهج كما كان هذا الفصل متبوعا بالادوات المستخدمة في الدراسة والمتمثلة في استمارة البحث الميداني ، وأخيرا المعالجة الأحصائية وكيفية القيام بها.



عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

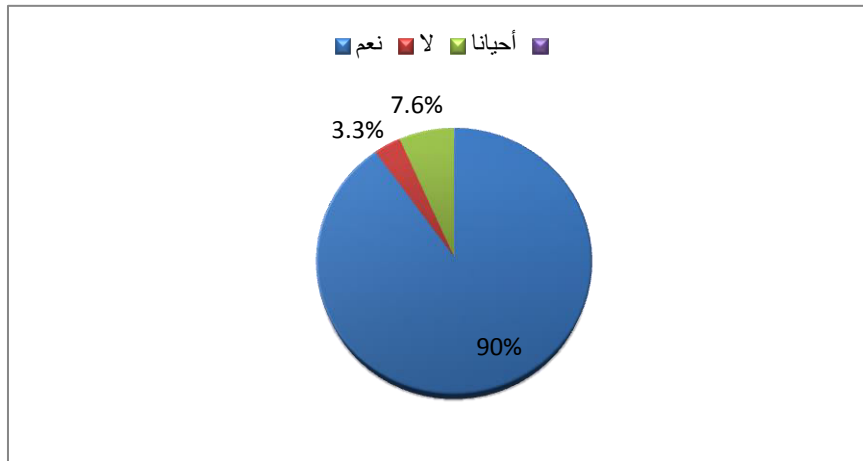
❖ المحور الأول: للنشاط البدني والرياضي التربوي دور في النمو النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي:

- نص السؤال رقم (01) على: "هل لممارسة النشاط البدني تأثير على نفسية التلاميذ؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (03) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 01
				17.0	10.0	90.0	27	نعم
دال عند مستوى 0.05	0.000	43.400	2	-09.0	10.0	3.3	1	لا
				-08.0	10.0	7.6	2	أحيانا
				////		%100	30	الإجمالي

الشكل رقم (01): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم (01).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (03) و الشكل رقم (01) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ

عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (01) مقسمة إلى ثلاثة مجموعات هي:

✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (27)

فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 90%.

✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (2) فردين بنسبة

مئوية تقدر بـ 6.7%.

✓ المجموعة الثالثة: تمثلت المجموعة الثالثة في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "لا" و قد بلغ عددهم (1) فرد واحد بنسبة مئوية تقدر بـ 3.3%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 43.400 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

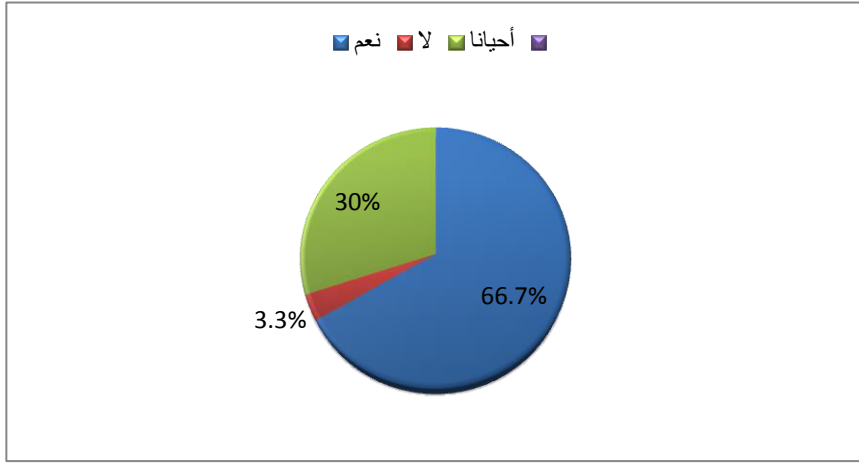
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (03) و الشكل رقم (01) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن النشاط البدني و الرياضي يؤثر على نفسية التلميذ.

● نص السؤال رقم (02) على: "هل عدد حصص التربية البدنية والرياضية له علاقة بالنمو النفسي؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (04) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 02	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	قيمة K ²	مستوى الدلالة	القرار
نعم	20	66.7	10.0	10.00	2	18.200	0.000	دال عند مستوى 0.05
لا	1	3.3	10.0	-09.0				
أحيانا	9	30.0	10.0	-01.0				
الاجمالي	30	%100		////				

الشكل رقم (02): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم (02).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (04) و الشكل رقم (02) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (02) مقسمة إلى ثلاثة مجموعات هي:

✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (20) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 66.7%.

✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (9) فردين بنسبة مئوية تقدر بـ 30%.

✓ **المجموعة الثالثة:** تمثلت المجموعة الثالثة في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "لا" و قد بلغ عددهم (1) فرد واحد بنسبة مئوية تقدر بـ 3.3%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كاس²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 18.200 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فان هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

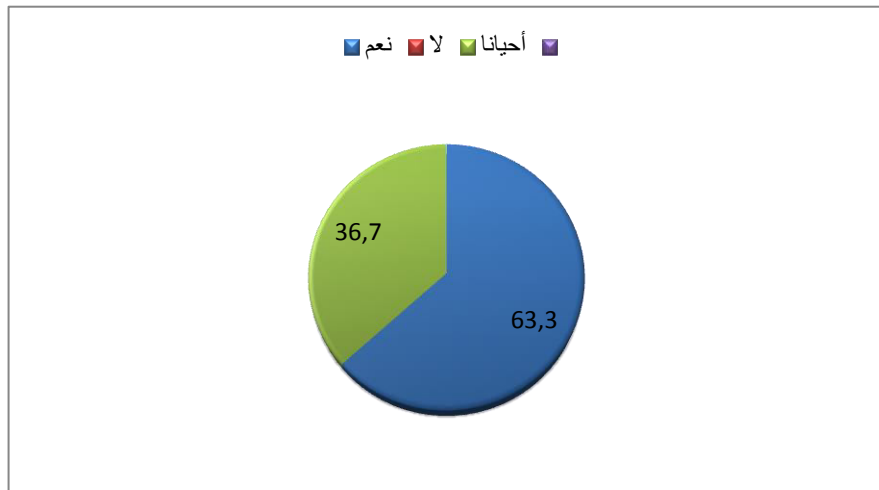
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (04) و الشكل رقم (02) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن عدد حصص التربية البدنية و الرياضية له علاقة بالنمو النفسي للتلميذ.

- نص السؤال رقم (03) على: "هل تكوينك في مادة علم النفس الرياضي يمكنك من تحسين الجانب النفسي للتلميذ؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (05) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 03
دال عند مستوى 0.05	0.004	2.133	1	04.0	15.0	63,3	19	نعم
				-04.0	15.0	36,7	11	أحيانا
				///		%100	30	الاجمالي

الشكل رقم(03):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(03).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (05) و الشكل رقم (03) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (03) مقسمة إلى مجموعين هي:

✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (19) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 63.3%.

✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (11) فريدين بنسبة مئوية تقدر بـ 36.7%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كأ²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 2.133 وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.05)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

- وبالتالي فان هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".
- ❖ الاستنتاج:

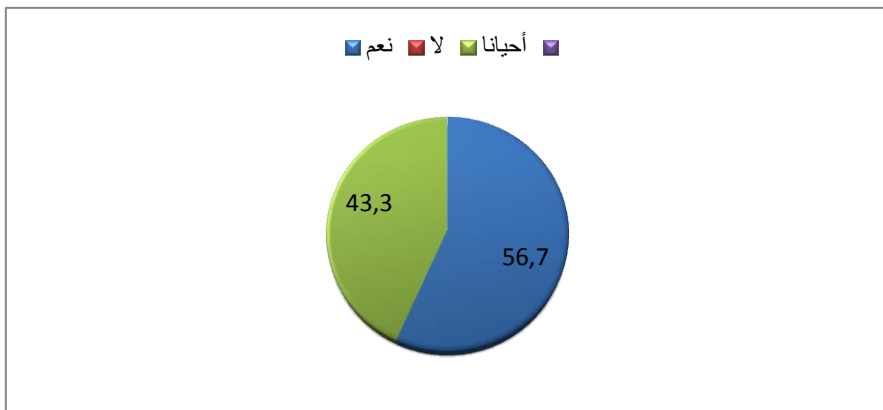
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (05) و الشكل رقم (03) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن تكوينهم في مادة علم النفس الرياضي يمكنهم من تحسين الجانب النفسي للتلميذ .

- نص السؤال رقم (04) على: "هل تركزون على الجانب النفسي أثناء تحضيركم لحصة التربية البدنية والرياضية؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (06) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 04
دال عند مستوى 0.05	0.003	0.533	1	02.0	15.0	56,7	17	نعم
				-02.0	15.0	43,3	13	أحيانا
				///		%100	30	الإجمالي

الشكل رقم (04): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم (04)



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (06) و الشكل رقم (04) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (04) مقسمة إلى مجموعين هي:

✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (17) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 56.7%.

✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (13) فردين بنسبة مئوية تقدر بـ 43.3%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 0.533 وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فان هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

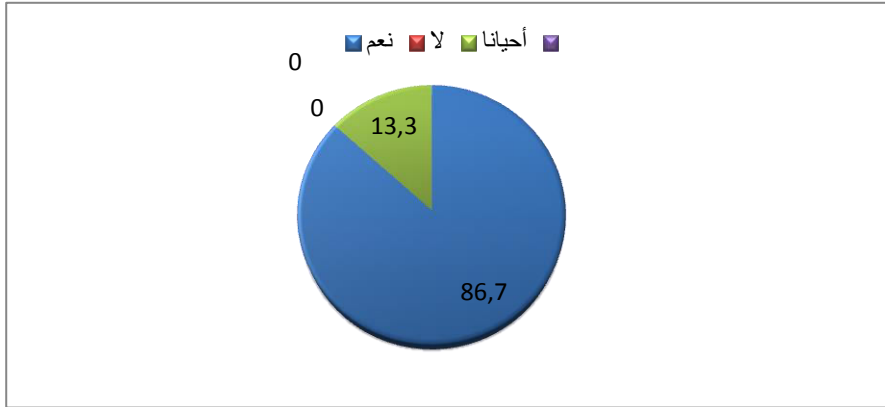
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (04) و الشكل رقم (04) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أنهم يركزون على الجانب النفسي أثناء تحضيرهم لحصة التربية البدنية والرياضية .

● نص السؤال رقم (05) على: "هل الألعاب الترويحية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلميذ؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (07) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(05)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 05	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
نعم	26	86.7	15.0	11.0	1	16.133	0.000	دال عند مستوى 0.05
أحيانا	4	13.3	15.0	-11.0				
الإجمالي	30	%100	///	///				

الشكل رقم(05):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(05).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (07) و الشكل رقم (05) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (05) مقسمة إلى مجموعين هي:

✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (26) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 86.7%.

✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (04) فردين بنسبة مئوية تقدر بـ 13.3%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 16.133 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فان هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

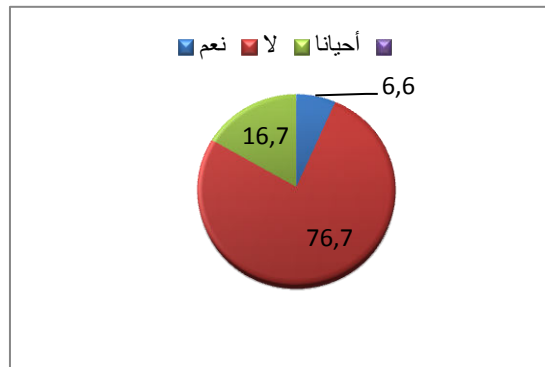
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (07) و الشكل رقم (05) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن الألعاب الترويحية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلميذ.

- نص السؤال رقم (06) على: "أتظن أن مجال الإرشاد النفسي للمراهق في نظرك يكون بأسلوب الأمر؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (08) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(06)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 06
				-08.0	10.0	6.6	2	نعم
دال عند مستوى 0.05	0.000	25.800	2	13.0	10.0	76.7	23	لا
				-05.0	10.0	16.7	5	أحيانا
				////		%100	30	الاجمالي

الشكل رقم(06):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(06)



- عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (08) و الشكل رقم (03) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (08) مقسمة إلى ثلاث مجموعات هي:
- ✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "لا" و قد بلغ عددهم (23) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 76.7%.
 - ✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (5) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ 16.7%.
 - ✓ المجموعة الثالثة: تمثلت المجموعة الثالثة في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (2) فرد بنسبة مئوية تقدر بـ 6.6%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 25.800 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

- وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "لا".
- ❖ الاستنتاج:

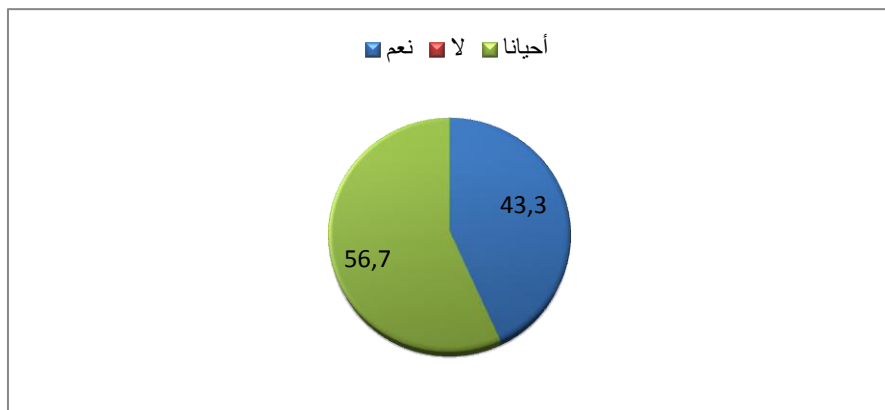
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (08) و الشكل رقم (06) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن مجال الإرشاد النفسي للتلميذ لا يكون بأسلوب الأمر.

- نص السؤال رقم (07) على: "هل يمكن تفهم الحالة النفسية للتلميذ أثناء الحصّة؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (09) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(07)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 07
دال عند مستوى 0.05	0.005	0.533	1	-02.0	15.0	43,3	13	نعم
				02.0	15.0	56,7	17	أحيانا
				////		%100	30	الاجمالي

الشكل رقم(07):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(07).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (09) و الشكل رقم (07) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (07) مقسمة إلى مجموعتين هما:

✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (17) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 56.7%.

✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (13) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ 43.3%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كاس²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 0.533 وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فان هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (09) و الشكل رقم (07) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أنه يمكن للأستاذ تفهم الحالة النفسية للتلميذ أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.

● نص السؤال رقم (08) على: "هل تساهم في حل المشاكل النفسية للتلميذ؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (10) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(08)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المتوقـع والمـشاهد	التكرار المتوقـع	النسبة المئوية %	التكرار المـشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 08
دال عند				-03.0	15.0	40,0	12	نعم
مستوى	0.003	1.200	1	03.0	15.0	60,0	18	أحيانا
0.05				////		%100	30	الاجمالي

الشكل رقم (08): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم (08).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (10) و الشكل رقم (08) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (08) مقسمة إلى ثلاث مجموعات هي:

✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (18) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ60%.

✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (12) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ40%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ0.273 وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فان هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

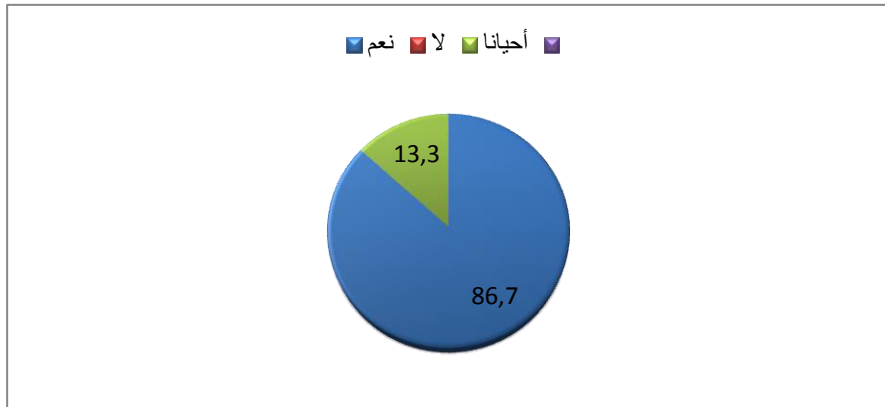
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (10) و الشكل رقم (08) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أنهم يساهمون في حل المشاكل النفسية للتلميذ.

- نص السؤال رقم (09) على: "هل يمكن ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية الحصّة؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (11) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K^2	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 09
دال عند مستوى 0.05	0.002	16.133	1	11.0	15.0	86.7	26	نعم
				-11.0	15.0	13.3	4	أحيانا
				///		%100	30	الاجمالي

الشكل رقم (09): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم (09).



- عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (11) و الشكل رقم (09) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (09) مقسمة إلى ثلاث مجموعات هي:
- ✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (26) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 86.7%.
 - ✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (4) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ 13.3%.
- وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات و النسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (K^2) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 16.133 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، و نسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

- وبالتالي فان هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".
- ❖ الاستنتاج:

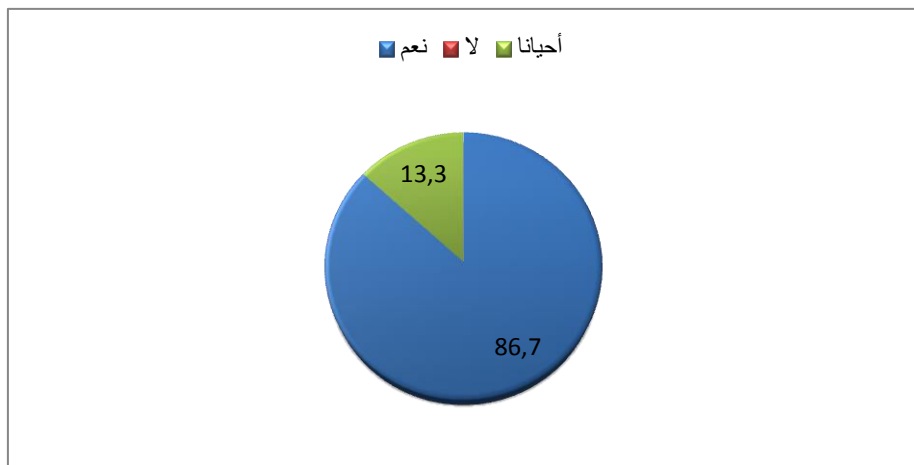
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (11) و الشكل رقم (09) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أنه يمكن ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية حصّة التربية البدنية و الرياضية .

- نص السؤال رقم (10) على: "هل إعطاء مسؤوليات للتلميذ في تسيير الحصّة يساهم في نموه النفسي؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (12) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(10)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 10	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
نعم	26	86,7	15.0	11.0	1	16.133	0.000	دال عند مستوى 0.05
أحيانا	4	13,3	15.0	-11.0				
الإجمالي	30	%100		///				

الشكل رقم(10):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(10)



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (12) و الشكل رقم (10) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (10) مقسمة إلى ثلاث مجموعات هي:

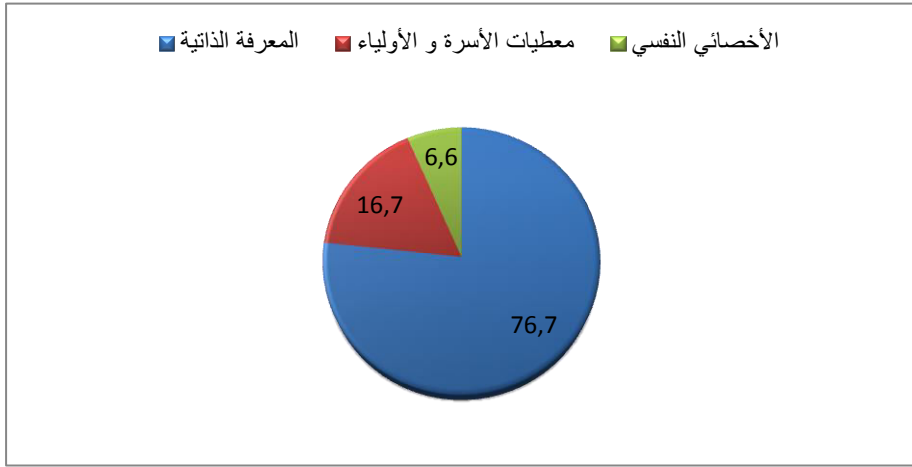
- ✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (26) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 86.7%.
- ✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (04) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ 13.3%.
- وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 16.133 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.
- وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".
- ❖ الاستنتاج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (12) و الشكل رقم (10) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن إعطاء مسؤوليات في تسيير الحصة يساهم في زيادة معدل النمو النفسي للتلميذ.

- نص السؤال رقم (11) على: "هل تعتمد في معرفة الحالة النفسية للتلميذ على المعرفة الذاتية؟ معطيات الأسرة؟ الأخصائي النفسي؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:
- الجدول رقم (13) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(11)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 11	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
المعرفة الذاتية	23	76,7	10.0	13.0				
معطيات الأسرة	5	16,7	10.0	-05.0				دال عند مستوى
الأخصائي النفسي	2	6,6	10.0	-08.0	2	25.800	0.000	
الإجمالي	30	%100	///					0.05

الشكل رقم(11):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(11).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (13) و الشكل رقم (11) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (11) مقسمة إلى ثلاث مجموعات هي:

✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "المعرفة الذاتية" و قد بلغ عددهم (23) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ76.7%.

✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "معطيات الأسرة و الأولياء" و قد بلغ عددهم (5) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ16.7%.

✓ **المجموعة الثالثة:** تمثلت المجموعة الثالثة في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "الأخصائي النفسي" و قد بلغ عددهم (2) فردين بنسبة مئوية تقدر بـ6.6%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ25.800 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكيد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "المعرفة الذاتية".

❖ الاستنتاج:

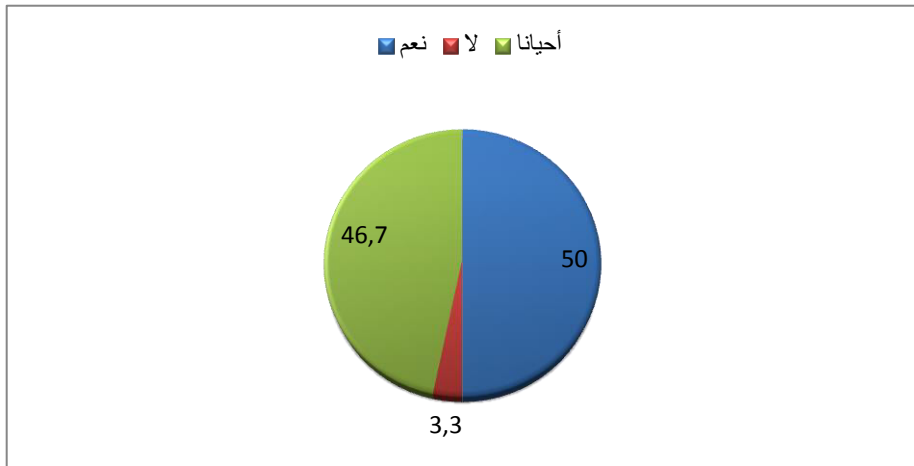
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (13) و الشكل رقم (11) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن التلميذ في مرحلة المراهقة ينطوي على باقي الأفراد فتسمح الأنشطة البدنية بالتقرب منه ومعرفة الحالة النفسية له.

❖ المحور الثاني: دور النشاط البدني و الرياضي التربوي في النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي:
 نص السؤال رقم (12) على: "هل يمكن للنشاط البدني والرياضي تخفيف حدة المشاكل الاجتماعية بين التلاميذ؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (14) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(12)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 12
دال عند مستوى 0.05	0.002	12.200	2	04.0	10.0	46.7	14	نعم
				-09.0	10.0	3.3	1	لا
				05.0	10.0	50.0	15	أحيانا
				////		100%	30	الاجمالي

الشكل رقم(12):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(12).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (14) و الشكل رقم (12) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (12) مقسمة إلى ثلاث مجموعات هي:

✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبدليل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (15) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 50%.

✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدليل "نعم" و قد بلغ عددهم (14) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ 46.7%.

✓ المجموعة الثالثة: تمثلت المجموعة الثالثة في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبدليل "لا" و قد بلغ عددهم (1) فردين بنسبة مئوية تقدر بـ 3.3%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 12.200 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "أحياناً".

❖ الاستنتاج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (14) و الشكل رقم (12) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أنه يمكن للنشاط البدني و الرياضي تخفيف حدة المشاكل الاجتماعية بين التلاميذ وذلك باختيار نوع النشاط الجماعي المناسب.

● نص السؤال رقم (13) على: "هل تركزون أثناء الحصة على تنمية روح التعاون بين التلاميذ؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (15) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (13)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K ²	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 13
دال عند مستوى 0.05	0.000	19.200	1	12.0	15.0	90.0	27	نعم
				-12.0	15.0	10.0	3	أحياناً
				////		100%	30	الاجمالي

الشكل رقم(13):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(13).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (15) و الشكل رقم (13) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (13) مقسمة إلى مجموعتين هي:

✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبدليل "نعم" و قد بلغ عددهم (27) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ90%.

✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدليل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (3) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ10%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ19.200 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فان هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

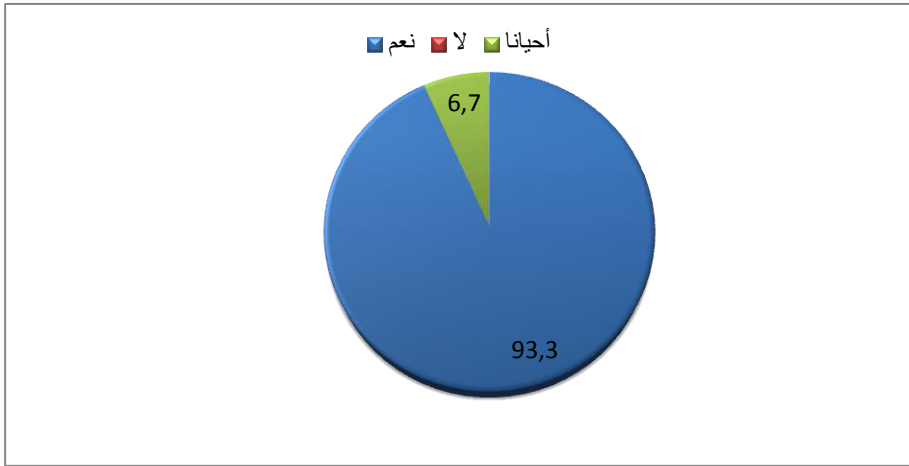
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (15) و الشكل رقم (13) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أنهم يكزون أثناء الحصة على تنمية روح التعاون بين التلاميذ.

- نص السؤال رقم (14) على: "هل تشجيع التلاميذ على المنافسة والمشاركة يزيد من حماسهم؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (16) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(14)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 14	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
نعم	28	93,3	15.0	13.0				دال عند مستوى 0.05
أحيانا	2	6.7	15.00	-13.0	1	22.533	0.000	
الاجمالي	30	%100	///	///				

الشكل رقم(14):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(14).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (16) و الشكل رقم (14) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (14) مقسمة إلى مجموعتين هي:

✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (28) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 93.3%.

✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (2) فردين بنسبة مئوية تقدر بـ 6.7%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ **22.533** وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

- وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".
- ❖ الاستنتاج:

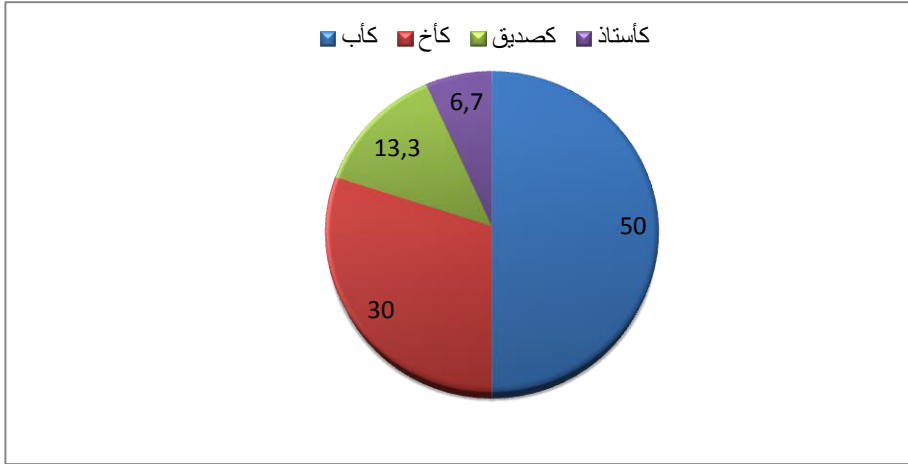
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (16) و الشكل رقم (14) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن تشجيع التلاميذ على المشاركة و المنافسة يزيد من حماسهم.

- نص السؤال رقم (15) على: "كيف هي علاقتك بالتلميذ؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (17) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (15)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 15	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
كأخ	9	30,0	5,7	5,1				
كصديق	4	13,3	5,7	5,-3				
كأب	15	50,0	5,7	5,7	3	13.467	0.000	دال عند مستوى 0.05
كأستاذ	2	6,7	5,7	5,-5				
الاجمالي	30	%100		///				

الشكل رقم (15): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم (15).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (17) و الشكل رقم (15) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (15) مقسمة إلى (5) مجموعات هي:

- ✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "كأب" و قد بلغ عددهم (15) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 50%.
- ✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "كأخ" و قد بلغ عددهم (09) أفراد بنسبة مئوية قدرت بـ 30%.
- ✓ **المجموعة الثالثة:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "كصديق" و قد بلغ عددهم (04) أفراد بنسبة مئوية قدرت بـ 13.3%.
- ✓ **المجموعة الرابعة:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "كأستاذ" و قد بلغ عددهم (02) فردين بنسبة مئوية قدرت بـ 6.7%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات و النسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كأ²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها عند درجة الحرية (3) قدرت بـ 13.467 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "كأب".

❖ الاستنتاج:

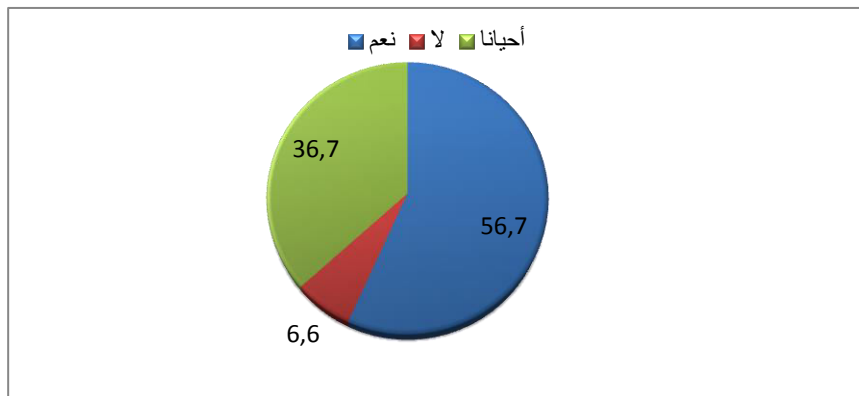
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (17) و الشكل رقم (15) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن علاقتهم بالتلاميذ علاقة أبوة يسودها النصح و الإرشاد و التشجيع.

نص السؤال رقم (16) على: "هل الألعاب شبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب الاجتماعي للتلاميذ؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (18) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(16)

بدائل الإجابة على السؤال رقم 16	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
نعم	17	56.7	10.0	07.0	2	11.400	0.003	دال عند مستوى 0.05
لا	2	6.6	10.0	-08.0				
أحيانا	11	36.7	10.0	01.0				
الإجمالي	30	%100	////					

الشكل رقم(16):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(16).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (18) و الشكل رقم (16) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (16) مقسمة إلى ثلاث مجموعات هي:

✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (17) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 56.7%.

✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (11) فرد بنسبة مئوية تقدر بـ 36.7%.

✓ المجموعة الثالثة: تمثلت المجموعة الثالثة في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "لا" و قد بلغ عددهم (2) فردين بنسبة مئوية تقدر بـ 6.6%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 11.400 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

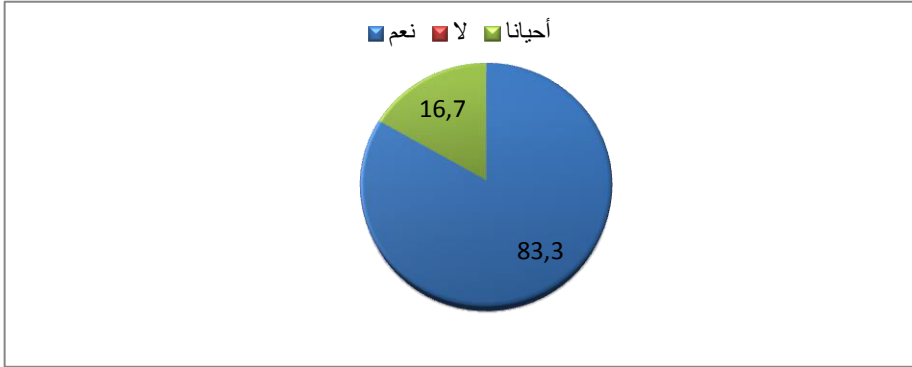
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (18) و الشكل رقم (16) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن الألعاب شبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب الاجتماعي للتلميذ.

● نص السؤال رقم (17) على: "هل النشاط البدني والرياضي يمكن التلميذ من التكيف والاندماج؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (19) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (17)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K ²	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 17
دال عند مستوى 0.05	0.000	13.333	1	10.0	15.0	83.3	25	نعم
				-10.0	15.0	16.7	5	أحيانا
				////		100%	30	الاجمالي

الشكل رقم(17):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(17).



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (19) و الشكل رقم (17) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (17) مقسمة إلى مجموعتين هي:

✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (25) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 83.3%.

✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (05) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ 16.7%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كاس²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 13.333 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 9% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ وبالتالي فان هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

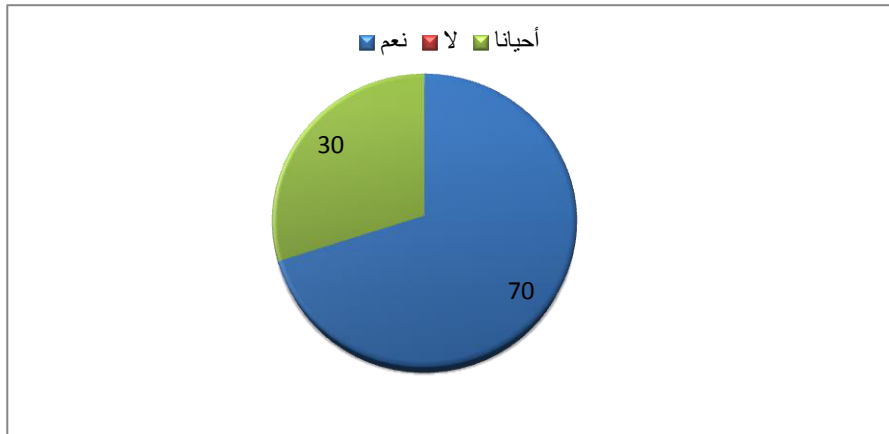
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (19) و الشكل رقم (17) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن النشاط البدني و الرياضي يمكن التلميذ من التكيف و الاندماج مع باقي زملائه.

- نص السؤال رقم (18) على: "هل الألعاب الجماعية تمكن التلميذ من إدراك المكانة الاجتماعية له؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (20) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم(18)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 18
دال عند مستوى 0.05	0.028	4.800	1	06.0	15.0	70,0	21	نعم
				-06.0	15.0	30,0	9	أحيانا
				////		%100	30	الاجمالي

الشكل رقم(18):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(18)



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (20) و الشكل رقم (18) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (18) مقسمة إلى مجموعتين هي:

- ✓ المجموعة الأولى: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (21) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ70%.
- ✓ المجموعة الثانية: تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (09) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ30%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 4.800 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

- و بالتالي فان هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".
- ❖ الاستنتاج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (20) و الشكل رقم (18) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن الألعاب الجماعية تمكن التلميذ من إدراك المكانة الاجتماعية له.

- نص السؤال رقم (19) على: "هل تقوم بتشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (21) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (19)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 19
دال عند مستوى 0.05	0.001	10.800	1	09.0	15.0	80.0	24	نعم
				-09.0	15.0	20.0	6	أحيانا
				///		100%	30	الاجمالي

الشكل رقم (19): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم (19)



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (21) و الشكل رقم (19) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (19) مقسمة إلى مجموعتين هي:

✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (24) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ80%.

✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (06) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ20%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ10.800 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ و بالتالي فان هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

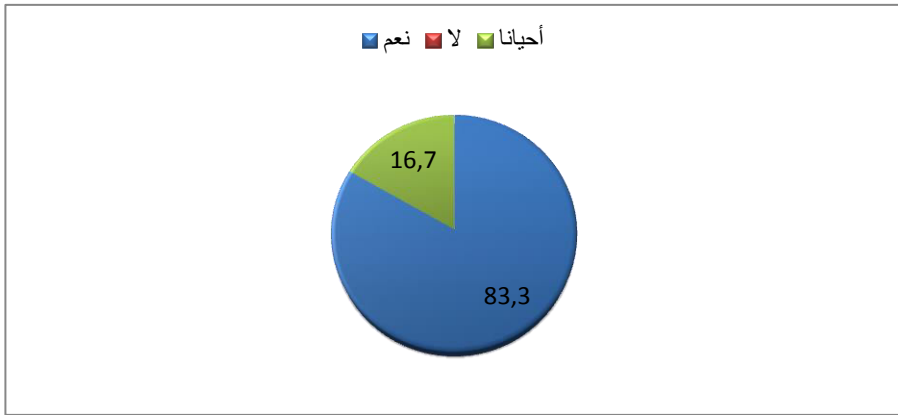
من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (21) و الشكل رقم (19) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يقومون بتشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة في أوقات الفراغ للتخلص من الضغوط النفسية و المشاكل الاجتماعية.

● نص السؤال رقم (20) على: "هل الألعاب الجماعية تساعد التلميذ على تكوين صداقات جديدة؟"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (22) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (20)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المتوقع والمشاهد	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 20
دال عند مستوى 0.05	0.000	13.333	1	10.0	15.0	83,3	25	نعم
				-10.0	15.0	16,7	5	أحيانا
				////		%100	30	الإجمالي

الشكل رقم(20):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم(20)



-عرض و تحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (22) و الشكل رقم (20) نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة و البالغ عددها 30 أستاذ للتربية البدنية و الرياضية، كانت إجاباتهم على السؤال رقم (20) مقسمة إلى مجموعتين هي:

✓ **المجموعة الأولى:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نعم" و قد بلغ عددهم (25) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 83.3%.

✓ **المجموعة الثانية:** تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحيانا" و قد بلغ عددهم (05) أفراد بنسبة مئوية تقدر بـ 16.7%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك²) حيث نلاحظ من الجدول أن قيمتها قدرت بـ 13.333 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

○ و بالتالي فان هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات لصالح المجموعة الأولى: "نعم".

❖ الاستنتاج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (22) و الشكل رقم (20) نستنتج أن أغلب أفراد العينة يرون أن الألعاب الجماعية تساعد التلميذ على تكوين صداقات جديدة.

■ مناقشة النتائج على ضوء فرضيات الدراسة:

● مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

من خلال عرض نتائج الفرضية الأولى والتي تتمحور حول دور النشاط البدني والرياضي التربوي في النمو النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي، ومن خلال الأسئلة والجداول (03-13) نستنتج أن ممارسة النشاط البدني والرياضي له تأثير على نفسية التلميذ، وان حصص التربية البدنية والرياضية لها علاقة بالنمو النفسي، كما أن التكوين وخصوصا في علم النفس الرياضي يمكن ويسمح من تحسين الجانب النفسي للتلميذ، وأثناء تحضير الأساتذة للحصة التربية البدنية والرياضية يلاحظ أنهم يركزون الجانب النفسي في اختيار الأنشطة، كما تعتبر الألعاب والأنشطة الممارسة في الحصة مناسبة لتنمية الجانب النفسي، ولقد تبين كذلك أن مجال الإرشاد والتوجيه النفسي لا يمكن أن يكون للمراهق بأسلوب الأمر، كما يمكن القول بأن أساتذة التربية البدنية و الرياضية يتمكنون من تفهم الحالة النفسية للتلميذ أثناء الحصة، وأنهم يساهمون في حل المشاكل النفسية للتلميذ، وكذلك انه بإمكانهم ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية الحصة، وان إعطاء المسؤوليات للتلاميذ في تسيير الحصة يساهم في النمو النفسي السليم للتلميذ، في حين نرى أن الأساتذة يعتمدون في معرفة الحالات النفسية للتلميذ على المعرفة الذاتية نظرا لغياب و قلة الأخصائي النفسي داخل المؤسسات التعليمية.

وعليه مما سبق يمكن القول أن للنشاط البدني والرياضي دور في النمو النفسي لتلاميذ الطور الثانوي ، ويعزز الباحث نتيجة الدراسة إلى أن الصفات الخلقية والنفسية والمعرفية لشخصية التلميذ المراهق ودوافعه وانفعاله تساعده على فهم و تحليل الحالة النفسية له، وبما أن النشاط البدني و الرياضي التربوي حريص على أن يكون مصدرها ورائدها التطور الطبيعي للفرد فلا بد أن نستخدم محبته للحركة من اجل تسيير تطوره والإبداع فيه ولا يتحقق ذلك دون أن ندرس الخصائص الشخصية لهذا النشاط وذلك للإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط البدني التربوي.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج بعض الدراسات مثل دراسة الطالب 'بن عبد الرحمان سيد علي' : مذكرة لنيل شهادة ماجستير سنة (2009) بجامعة الشلف التي كانت تحت عنوان "مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية بدنية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"، حيث أعتمد فيها الباحث على المنهج الوصفي، وكانت العينة تجريبية تتكون من عينتان، العينة الأولى و تتكون من 60 تلميذ ممارسين للألعاب شبه رياضية أثناء الحصة ، العينة الثانية تتكون من 50 تلميذ تم تحديدهم بالأفراد الغير الممارسين للألعاب شبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية ، أستعمل الباحث استبيان استمارة البيانات الأولية و مقياس الشخصية، و توصل الباحث في الأخير إلى أن الألعاب شبه رياضية تساعد التلميذ على تحقيق التوافق مع نفسه و محيطه و المجتمع، و تحسين اللياقة البدنية و الحالة النفسية للتلميذ.

• مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

من خلال عرض نتائج الفرضية الثانية والتي تتمحور حول دور النشاط البدني والرياضي التربوي في النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي، ومن خلال الأسئلة وكذا الجداول (14-22) أن ممارسة النشاط البدني والرياضي يمكن من تخفيف حدة المشاكل الاجتماعية بين التلاميذ، وأن الأساتذة يركزون على تنمية روح التعاون بين التلاميذ، كما يقومون بتشجيع التلاميذ على المنافسة والمشاركة لزيادة حماسهم، وأن الألعاب الشبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب الاجتماعي للتلميذ، كما اتضح أن الأنشطة الجماعية تمكن التلميذ من التكيف والاندماج مع باقي زملائه، وأن الألعاب الجماعية تمكن التلميذ من إدراك المكانة الاجتماعية له، وأن الأساتذة يقومون بتشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة لتعدد فوائدها، وكذلك اتضح أن الألعاب الجماعية تساعد التلميذ على تكوين صداقات جديدة.

وعليه فإن للنشاط البدني والرياضي التربوي دور فعال في تنمية الجانب الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي ، ويعزز الباحث نتيجة دراسته بأن الأسس الاجتماعية تتطلب العمل الجماعي والتعاون و الألفة و الاهتمام بالأداء الآخرين ، وأن النشاط البدني الرياضي التربوي هو الذي ينمي هذه الصفات وهو ما يجعل الفرد يتكيف في علاقاته الاجتماعية وإثراءها، كما أن النشاط البدني والرياضي يعمل على الالتزام بأخلاق المجتمع، والامثال بقواعد الضبط الاجتماعي. و يكمن دوره في تنمية الجانب الاجتماعي و تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات ويجعل حياة الإنسان صحيحة وقوية، كما يساعد التلاميذ على التكيف مع الجماعة، وتنمية روح القيادة بين التلاميذ، وعلى اكتساب التلميذ لصفات كريمة حميدة وصالحة، كما أن النشاط البدني الرياضي التربوي يساهم في تنمية روح الانضباط، وخلق التعاون، وكذا تخفيف حدة المشاكل التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد ومجموعة واحدة أو بين مجموعات تنمي إلى هيئة اجتماعية واحدة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج بعض الدراسات كدراسة الطالب 'غالمي عمر' لنيل شهادة الماستر سنة(2012) بجامعة الشلف التي كانت تحت عنوان"هل حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في بناء العلاقات الاجتماعية (التوافق و الانتماء) لدى المراهقين"، اعتمد فيها الباحث على المنهج الوصفي و ذلك لتلاؤمه مع طبيعة الموضوع، واختيار العينة بالطريقة العشوائية ، و قدر عدد أفراد العينة ب 37 أستاذ و ذلك من مختلف ثانويات عين الدفلى، وكانت أهم النتائج التي توصلت إليها الطالب هي أن حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في تعزيز الانتماء الاجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية.

ومن خلال إجابات الأساتذة المناهضة و المساندة للدور الذي تلعبه مختلف الأنشطة البدنية و الرياضية التربوية تحققت الفرضيات الجزئية الأولى و الثانية لدراستنا و بتحققهم تحققت فرضيتنا العامة و المتمثلة في دور النشاط البدني و الرياضي التربوي في النمو النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.



الاستنتاجات والاقتراحات

1- استنتاجات عامة:

على ضوء ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة من خلال الفرضيات المطروحة وتحليل جداول العمل الإحصائي نستنتج عموماً بان للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي ، و أثبتت النتائج المتوصل إليها ما يؤكد الفرضيات التي طرحناها، والتي تتفق في أن النشاط البدني و الرياضي التربوي له تأثير إيجابي على الحالة النفسية و الاجتماعية .

من خلال الدراسة التي قمنا بها في بحثنا حول دور النشاط البدني و الرياضي التربوي في النمو النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي وبناء على الفرضيات الموضوعية والمتمثلة في :

❖ للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور إيجابي في النمو النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

ومن خلال مناقشة النتائج حسب الفرضية الأولى أن نجد أغلبية التلاميذ يؤثر فيهم النشاط البدني و الرياضي إيجابياً على الجانب النفسي وعليه نستنتج تحقق الفرضية الأولى حيث تقول أن هناك دور إيجابي بين النمو النفسي و النشاط البدني و الرياضي التربوي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

❖ للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور إيجابي في النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

ومن خلال مناقشة النتائج حسب الفرضية الثانية نستنتج أن الإجابات كانت إيجابية وبأن النشاط البدني و الرياضي التربوي يؤثر على الجانب الاجتماعي لدى المراهقين، وعليه أن نجد الفرضية الجزئية الثانية قد تحققت والتي تؤكد بأن هناك دور إيجابي للنشاط البدني و الرياضي التربوي في النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

ومن خلال النتائج المتوصل إليها تبين لنا فعلاً بأن هذه الفرضية قد تحققت وكذلك لها إجابة على التساؤل العام، وهذا دليل قاطع على أن للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور فعال في النمو النفسي و الاجتماعي، وأن العلاقة بينهما علاقة إيجابية ويكمن هذا في العديد من الجوانب التي من بينها:

- اهتمام التلاميذ بالنشاط البدني و الرياضي بصفة عامة وشعورهم بالراحة أثناء ممارستهم للرياضة المدرسية بصفة خاصة وهذا اعتبار لفائدة الذين يرون من ممارستها شعورهم بالراحة النفسية وكذلك بالثقة في النفس ومن هذا يتبين إقرارهم بأن النشاط البدني و الرياضي المدرسي يساعدهم على حل المشاكل النفسية.
- الاندماج الجيد للتلاميذ داخل المجموعات والذي يهدف إلى النمو الاجتماعي و تنمية بعض السمات الاجتماعية الحميدة و تحسين العلاقات الاجتماعية بين التلاميذ.

- حسن تسيير الحصص من خلال الأنشطة التي يستمتعون بممارستها وكذلك لاهتمامهم بممارسة النشاط البدني و الرياضي في أوقات فراغهم، بالإضافة إلى المواقف الإيجابية لتأثير الأصدقاء بصفة خاصة والمجتمع.

2- الاقتراحات:

- من خلال النتائج المتوصل إليها في هذا البحث تم الخروج باقتراحات وتوصيات التي تسمح لنا بترك مجال البحث مفتوح في هذه المواضيع الهامة والتي ندرجها كما يلي:
- يجب على أساتذة التربية البدنية والرياضية اختيار الأسلوب التدريسي المناسب لتحقيق الأهداف المرجوة من خلال تنويع الأنشطة وحث التلاميذ على ضرورة المشاركة فيها.
- تنظيم المنافسات داخل وخارج المؤسسات لما لها أثر إيجابي على تحفيز و ملئ وقت التلاميذ.
- إعطاء أهمية والاهتمام أكثر بالمراهقين، باعتبارهم فئة حساسة وشديدة التأثر و التغيير، و تشجيعهم على ممارسة الرياضة داخل المؤسسات التربوية التعليمية.
- زيادة عدد حصص التربية البدنية والرياضية للوصول إلى الأهداف المرجوة منها، والرفع إن أمكن معاملها وتوفير الإمكانيات والحث على ممارستها.
- ننصح الأولياء بتوطيد العلاقة مع أبنائهم المراهقين خاصة، والتعامل بأكثر ليونة وتفهم مع الابتعاد عن أسلوب القسوة والإهمال الذي سيقابل حتما بالعناد واللامبالاة.
- إقامة برامج دورية ينشطها أساتذة المادة و أطباء و مختصون في علم النفس و الاجتماع الرياضي لإبراز الصور الحقيقية لتأثير النشاط البدني و الرياضي على مختلف جوانب نمو التلميذ.
- تدخل وسائل الإعلام للتحسيس بأهمية ممارسة التربية البدنية و الرياضية وكذا توعية المجتمع بدورها الفعال توافق النمو النفسي و الاجتماعي للمراهق خاصة و للفرد عامة.

- الأفاق المستقبلية للدراسة:

على ضوء نتائج دراستنا الحالية نقترح المواضيع التالية لمزيد من البحث والتعمق:

- ✓ من الضروري الاعتماد في المستقبل العاجل على النشاط البدني و الرياضي التربوي لأنه وسيلة علاج مهمة في مختلف مراحل الحياة خاصة لفئة المراهقين.
- ✓ توفير أساتذة ذو تكوين أكاديمي في علم النفس و الاجتماع الرياضي لمساعدة التلاميذ على اجتياز مرحلة المراهقة بدون عادات سلبية.
- ✓ إجراء بحوث ودراسات تهتم بأهمية ممارسة النشاط البدني و الرياضي التربوي في مرحلة المراهقة .
- ✓ الاهتمام بنشر الوعي الثقافي لدور النشاط البدني و الرياضي التربوي في التخفيف و التخلص من الضغوط النفسية و المشاكل الاجتماعية.



الخاتمة :

إن لكل بداية نهاية ولكل منطلق هدف مسطر ومقصود، فقد بدأنا عملنا المتواضع في جمع المعلومات الخاصة بموضوع البحث، وانتهينا إلى طرح الأسئلة وتحليل نتائجها، والنتائج المتوصل إليها من خلال هذا البحث تثبت دور النشاط البدني و الرياضي التربوي في النمو النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي .

إذ أنه بالاستناد إلى الدراسة التطبيقية التي قمنا بها باستعمال استبيان خاص موجه لأساتذة التربية البدنية و الرياضية و بعد تحليل النتائج المتحصل عليها، واستخلاص النتائج وجدنا أن التلميذ المراهق من خلال ممارسته للنشاط البدني و الرياضي داخل المدارس ، يتمكن من تنمية الجانب النفسي لديه كما يكتسب صفات اجتماعية مثلى كالتعاون وتحمل المسؤولية، وكذا يساهم في بناء شخصية تساعده على اجتياز هذه المرحلة عن طريق اكسابه الثقة بالنفس وغرس روح المرح والسعادة والسرور.

بالإضافة إلى صحته الجسمية، كما أنه يعالج الكثير من الضغوط النفسية والسلوكية بغرض تحقيق التوازن النفسي وانخراطه في جماعات لكي تنمو لديه الثقة بالنفس والشعور بالذات، كما تمكنه من ادراك المكانة الاجتماعية لنفسه ولغيره من خلال مختلف الأنشطة .

كما أن النشاط البدني و الرياضي التربوي يوفر فرصا طبيعية للنمو النفسي و الاجتماعي ، حيث أن التلميذ الممارس للنشاط البدني و الرياضي التربوي يندمج مع الجماعات والفرق التي تمده بنوع من الألفة والصدقة وتجعله يتقبل ويساعد الآخر ، وينطبع مع قيمه ويدرك دوره في المجتمع مما يساهم في تشكيل اتجاهاته ورغباته. وبالتالي ندرك أهمية الثانوية في تكوين وغرس ميولات واتجاهات التلاميذ بفعل ممارسة النشاط البدني و الرياضي واستثمارهم لأوقات الفراغ بصفة ايجابية وبناءة، من خلال اللعب المفيد الذي يساعدهم على مجابهة مختلف الضغوط النفسية و الاجتماعية والتكيف معها والتقليل من حدتها.



قائمة المراجع:

1- قائمة المراجع باللغة العربية

- 1- إبراهيم رحمة : تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي ، ط ، 1 دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، 1998.
- 2- إبراهيم ياسين الخطيب و آخرون : التنشئة الاجتماعية للطفل، ط1، دار الثقافة، الأردن.
- 3- أحمد شبلي: منهجية البحث العلمي، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992.
- 4- أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، بدون ط1، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة 2001.
- 5- بدرة معتصم ميموني: الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل والمراهق، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر ، 2003.
- 6- تشارلز بيوكر: أسس التربية البدنية، ترجمة (كمال صالح وحسن معوض)، دار الفكر العربي، القاهرة، 1964.
- 7- جبر سعاد: سيكولوجية التنشئة الأسرية للبنات، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع، 2008.
- 8- جبران مسعود: معجم ألفبائي في اللغة والإعلام ، دار العلم للملايين.
- 9- حمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي ، ط ، 1 دار المعارف ، القاهرة ، 1994.
- 10- حمد محمد الحماحي: تطور الفكر التربوي في مجال التربية البدنية، مركز كتاب للنشر، القاهرة، ط1 ، 1999.
- 11- الدكتور الزيد: الشباب و القيم في عالم المتغير ، دار الشروق بالأردن ، 2002.
- 12- الرشدان عبد الله زاهي: التربية والتنشئة الاجتماعية، عمان، دار عمان للنشر، 2008.
- 13- رشيد زرواتي: مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للطباعة و النشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007.
- 14- السيد ماجدة بهاء الدين: الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2008 .
- 15- سيعدية محمد علي هادر: علم النفس والنمو، دار البحوث العلمية ، لكويت ، 1998 .
- 16- صالح عبد العزيز: التربية وطرق التدريس، القاهرة، دار المعارف، 1986 .
- 17- صالح محمد علي أبو جادو: علم النفس التربوي، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن.
- 18- صلاح الدين شروخ: علم الاجتماع التربوي، دار العلوم للنشر والتوزيع، عنابة ، 2004 .
- 19- عبد الرحمن الوافي و زيان سعيد: النمو من الطفولة إلى المراهقة ، الختساء للنشر والتوزيع ، 2004 .
- 20- عبد المعطي، حسن قناوي، هدى: علم النفس النمو- الجزء الأول- الأسس والنظريات، مصر، القاهرة، دار قباء للنشر والتوزيع، 2001.
- 21- عثمان إكرام: الخطوات المثيرة لإدارة الضغوط النفسية، بيروت، دار بن حزم للنشر، 2002 .

- 22- عصام حسين الدلمي، علي عبد الرحيم صالح: البحث العلمي اسسه ومناهجه، دار رضوان، ط1، عمان،2014.
- 23- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، دار المكتبة الجامعية، مصر، 1982.
- 24- علي محمد زكي: التربية الصحية بين النظرية و التطبيق، ط1، منشورات ذات سلاسل الكويت، 1983.
- 25- علي يحي المنصور: الثقافة والرياضة، الجزء الأول، ط 1، مصر، سنة 1971.
- 26- علي محمد زكي: التربية الصحية بين النظرية و التطبيق ، ط1 ،منشورات ذات سلاسل الكويت ،1983.
- 27- عواطف أبو العلاء: التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية، دار النهضة للطباعة والنشر، القاهرة.
- 28- عواطف أبو العلاء: التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية، دار النهضة للطبع والنشر القاهرة.
- 29- فرج عبد القادر طه: معجم علم النفس والتحليل النفسي، دار النهضة والنشر العربية للطباعة، بيروت.
- 30- فريدريك معتوق: معجم العلوم الاجتماعية: انجليزي-فرنسي-عربي، أكاديميا، بيروت -لبنان، 1998.
- 31- فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية و الاجتماعية للنمو من الطفولة للشيخوخة، دار الفكر العربي القاهرة، 1990 .
- 32- فؤاد البهي السيد: لأسس النفسية من الطفولة إلى الشيخوخة، ط 4، دار الفكر العربي، مصر، 1999.
- 33- فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، بدون سنة.
- 34- مالك سليمان محول: علم النفس الطفولة والمراهقة، مطابع مؤسسة دمشق، 1981.
- 35- محمد الحمامي ، أنور الخولي : أسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،1990.
- 36- محمد الحمامي، أنور الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- 37- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- 38- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط2، سنة1986.
- 39- محمد عادل خطاب، كمال الدين تركي: التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، القاهرة: دار النهضة العربية، 1965.
- 40- محمد علي محمد: علم الاجتماع و المنهج العلمي، دار المعارف الجامعية، ط3، الإسكندرية، مصر، 1986.
- 41- محمد نصر الدين رضوان: الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003.
- 42- مين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة 2001.
- 43- نصر الدين البراوي : مشاكل المراهقة ، مجلة التكوين و التربية ، العدد 73-74 ، الجزائر .
- 44- وائل عبد الرحمان التل ، عيسى محمد قحل:البحث العلمي في العلوم الانسانية والاجتماعية ،دار الحامد ،ط1، الاردن، 2007.

قائمة المراجع باللغة الاجنبية:

1- Anderson , J. Young, P, Sallis,2 J. Newmark, D. Gittelshon, J. Webber, L .Saunders , R. Cohnen, S. Jobe ,(2007) : **Structural Physical Activity and Psychosocial Correlates in Middle School Girls.** www.pubmed.gov, accessed - on/10-9-2007.

قائمة الاطروحات والرسائل العلمية:

- 1- بدوي رفيق، ملاذ كريم: دراسة ميدانية لبرامج التربية البدنية و الرياضية، دالي براهيم ، الجزائر .
- 2- بن عبد الرحمان سيد علي: مساهمة الألعاب شبه رياضية أثناء حصة التربية بدنية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة لنيل شهادة الماجستير، غير منشورة ، جامعة الشلف ، 2009م.
- 3- بعاش بوبكر: مذكرة لنيل شهادة ماستر، غير منشورة ، جامعة الشلف ، 2012 م .
- 4- ثناء بهاء الدين: الآثار النفسية والسلوكية المترتبة على الضغوط النفسية، جامعة بغداد: هيئة المعاهد الفنية، الكلي التقنية الصحية، 1997 .
- 5- حسين محمد الأطرش: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة 7 أكتوبر، كلية الآداب، 2005 .
- 6- دهينية محمد رضوان : مذكرة ليسانس ، أهمية مادة التربية بدنية و الرياضية من وجهة نظر تلاميذ المرحلة الثانوية، 1992 .
- 7- الزهراني نجمة :النمو النفسي والاجتماعي وفق نظرية اريكسون و علاقته بالتوافق والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف ، رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية .
- 8- غالمي عمر: مساهمة حصة التربية بدنية و الرياضية في بناء العلاقات الإجتماعية لدى المراهقين، رسالة ماستر، غير منشورة، جامعة الشلف، 2012م .
- 9- لعروسي جيلالي : دور التربية البدنية والرياضية في التنشئة الاجتماعية عند المراهقين في المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية، 2008م.
- 10- محمد بقدي : مذكرة ماستر ،النشاط البدني و الرياضي و دوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، جامعة الشلف .
- 11- مديحة حسن فريد: تأثير برنامج مقترح لبعض الأنشطة الرياضية والترويجية على التكيف النفسي والاجتماعي وبعض المتغيرات الفيسيولوجية والبدنية للمرضى النفسيين، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، 1993م.
- 12- ناجح المعموري، علي المعموري: النمو النفسي الاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين، جامعة بابل: كلية التمريض، 2011 .
- 13- نصر الدين جابر: علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكيف الأبناء - دكتوراه غير منشورة في علم النفس الإجتماعي ، جامعة الجزائر ، 1997 .



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية

استمارة استبيان خاصة بأساتذة التعليم الثانوي لمادة التربية البدنية والرياضية

إخواني يشرفني أن أضع هذه الاستمارة التي تدرج في إطار بحثنا المعنون بـ :

دور النشاط البدني والرياضي التربوي في النمو النفسي الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي .

راجين منكم ملاً هذه الاستمارة بكل صدق وموضوعية وبذلك تكونون قد ساهتمتم بقسط كبير في إنجاز هذا البحث.

ولكم منا فائق التقدير والاحترام .

ملاحظة : توضع علامة (X) على الإجابة المختارة.

إشراف الأستاذ:

– سعودي الجنيدي

إعداد الطالب:

– منجحي طارق

الموسم الجامعي: 2019/2018

المحور الأول: دور النشاط البدني والرياضي التربوي في النمو النفسي لدى تلاميذ الثانوي:

س1: هل لممارسة النشاط البدني و الرياضي تأثير على نفسية التلاميذ ؟

نعم لا أحيانا

س2: هل عدد حصص التربية بدنية و الرياضية له علاقة بالنمو النفسي ؟

نعم لا أحيانا

س3: هل تكوينك في مادة علم النفس الرياضي يمكنك من تحسين الجانب النفسي للتلميذ ؟

نعم لا أحيانا

س4: هل تركزون على الجانب النفسي أثناء تحضيركم لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟

نعم لا أحيانا

س5: هل الألعاب الترويحية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلميذ ؟

نعم لا أحيانا

س6: أظن أن مجال الإرشاد النفسي للمراهق في نظرك يكون بأسلوب الأمر ؟

نعم لا أحيانا

س7: هل يمكنكم تفهم الحالة النفسية للتلميذ أثناء الحصة ؟

نعم لا أحيانا

س8: هل تساهم في حل المشاكل النفسية للتلميذ ؟

نعم لا أحيانا

س9 : هل يمكن ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية الحصة ؟

نعم لا أحيانا

س10 : هل إعطاء مسؤوليات للتلميذ في تسيير الحصة يساهم في نموه النفسي؟

نعم لا أحيانا

س11 : هل تعتمد في معرفة الحالات النفسية للتلميذ على المعرفة الذاتية ؟ معطيات الأسرة؟ الأخصائي النفسي ؟

المعرفة الذاتية

معطيات الأسرة

الأخصائي النفسي

المحور الثاني : دور النشاط البدني والرياضي التربوي في النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الثانوي :

س12 : هل يمكن للنشاط البدني و الرياضي تخفيف حدة المشاكل الاجتماعية بين التلاميذ ؟

نعم لا أحيانا

س13 : هل تركزون أثناء الحصة على تنمية روح التعاون بين التلاميذ ؟

نعم لا أحيانا

س14 : هل تشجيع التلاميذ على المنافسة و المشاركة يزيد من حماسهم ؟

نعم لا أحيانا

س15 : كيف هي علاقتك بالتلميذ ؟

كأخ كصديق كأب كأستاذ

س 16: هل الألعاب شبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب الاجتماعي للتميز؟

نعم لا أحيانا

س 17: هل النشاط البدني و الرياضي يمكن التميز من التكيف و الاندماج؟

نعم لا أحيانا

س 18: هل الألعاب الجماعية تمكن التميز من إدراك المكانة الاجتماعية له؟

نعم لا أحيانا

س 19: هل تقوم بتشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة؟

نعم لا أحيانا

س 20: هل الألعاب الجماعية تساعد التميز على تكوين صداقات جديدة؟

نعم لا أحيانا

ملحق رقم (01): الثبات و الصدق

أ/الثبات - ألفا كرونباخ -

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
0,704	20
Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
0,273	11
Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
0,560	09

ب/الصدق - معامل الارتباط بيرسون-

Correlations:

		المحور 01	المحور 02	الكلية
المحور 01	Pearson Correlation	1	-.128-	.649*
	Sig. (2-tailed)		.724	.043
	N	10	10	10
المحور 02	Pearson Correlation	-.128-	1	.672*
	Sig. (2-tailed)	.724		.033
	N	10	10	10
الكلية	Pearson Correlation	.649*	.672*	1
	Sig. (2-tailed)	.043	.033	
	N	10	10	10

** . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

الملحق رقم (02): حساب نتائج الدراسة ببرنامج spss

المحور الاول:

س1

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	27	10,0	17,0
لا	1	10,0	-9,0
احيانا	2	10,0	-8,0
Total	30		

س2

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	20	10,0	10,0
لا	1	10,0	-9,0
احيانا	9	10,0	-1,0
Total	30		

س3

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	19	15,0	4,0
احيانا	11	15,0	-4,0
Total	30		

س4

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	17	15,0	2,0
احيانا	13	15,0	-2,0
Total	30		

س5

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	26	15,0	11,0
احيانا	4	15,0	-11,0
Total	30		

س6

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	2	10,0	-8,0
لا	23	10,0	13,0
احيانا	5	10,0	-5,0
Total	30		

س7

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	13	15,0	-2,0
احيانا	17	15,0	2,0
Total	30		

س8

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	12	15,0	-3,0
احيانا	18	15,0	3,0
Total	30		

س09

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	26	15,0	11,0
احيانا	4	15,0	-11,0
Total	30		

س10

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	26	15,0	11,0
احيانا	4	15,0	-11,0
Total	30		

س11

	Effectif observé	N théorique	Résid us
معرفة ذاتية	23	10,0	13,0
معطيات الاسر قو الاولياء	5	10,0	-5,0
الاخصائيا النفسي	2	10,0	-8,0
Total	30		

Tests statistiques

	س1	س2	س3	س4	س5	س6	س7	س8	س9	س10	س11
Khi-deux	43,400 _a	18,200 _a	2,13 ₃ ^b	,533 ^b	16,133 _b	25,800 _a	,533 ^b	1,200 ^b	16,133 ^b	16,133 ^b	25,800 _a
ddl	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2
Sig. asymptotique	,000	,000	,144	,465	,000	,000	,465	,273	,000	,000	,000

a. 0 cellules (0,0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 10,0.

b. 0 cellules (0,0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 15,0.

المحور الثاني :

س12

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	14	10,0	4,0
لا	1	10,0	-9,0
احيانا	15	10,0	5,0
Total	30		

س13

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	27	15,0	12,0
احيانا	3	15,0	-12,0
Total	30		

س14

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	28	15,0	13,0
احيانا	2	15,0	-13,0
Total	30		

س15

	Effectif observé	N théorique	Résid us
كأخ	9	7,5	1,5
كصديق	4	7,5	-3,5
كأب	15	7,5	7,5
كأستاذ	2	7,5	-5,5
Total	30		

س16

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	17	10,0	7,0
لا	2	10,0	-8,0
احيانا	11	10,0	1,0
Total	30		

س17

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	25	15,0	10,0
احيانا	5	15,0	-10,0
Total	30		

س18

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	21	15,0	6,0
احيانا	9	15,0	-6,0
Total	30		

س19

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	24	15,0	9,0
احيانا	6	15,0	-9,0
Total	30		

س20

	Effectif observé	N théorique	Résid us
نعم	25	15,0	10,0
احيانا	5	15,0	-10,0
Total	30		

Tests statistiques

	س12	س13	س14	س15	س16	س17	س18	س19	س20
Khi-deux	12,200 ^a	19,200 ^b	22,533 ^b	13,467 ^c	11,400 ^a	13,333 ^b	4,800 ^b	10,800 ^b	13,333 ^b
ddl	2	1	1	3	2	1	1	1	1
Sig. asymptotique	,002	,000	,000	,004	,003	,000	,028	,001	,000

a. 0 cellules (0,0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 10,0.

b. 0 cellules (0,0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 15,0.

c. 0 cellules (0,0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 7,5.

مِنْ مَخْرَجِ اللَّهِ

- **عنوان الدراسة:**
- يتمحور موضوعنا حول "دور النشاط البدني و الرياضي التربوي في النمو النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي".
- **هدف الدراسة:**
- يهدف البحث إلى معرفة دور النشاط البدني و الرياضي التربوي في النمو النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.
- **مشكلة الدراسة:**
- هل للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو النفسي و الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي؟
وتفرغ من هذا التساؤل عدة تساؤلات فرعية أهمها:
- هل للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو النفسي لتلاميذ الطور الثانوي؟
- هل للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي؟
- **فرضيات الدراسة:**
- ✓ للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور إيجابي في النمو النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي.
- ✓ للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور إيجابي في النمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.
- **عينة الدراسة:**
- ✓ 30 أستاذ من أساتذة التربية البدنية و الرياضية في التعليم الثانوي – مدينة المسيلة –
- **منهج الدراسة:**
- ✓ المنهج الوصفي.
- **أدوات الدراسة:**
- ✓ الجانب النظري: مراجع متنوعة (كتب، مذكرات أكاديمية).
- ✓ الجانب التطبيقي: استمارة استبيان.
- **النتائج المتوصل إليها:**
- ✓ للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.
- **أهم الاستنتاجات و الاقتراحات:**
- ✓ للأنشطة البدنية و الرياضية التربوية لها من تأثير على زيادة معدل النمو النفسي و الاجتماعي للتلاميذ في مختلف مراحل التعليم.
- ✓ يجب إقامة برامج دورية ينشطها أساتذة المادة و أطباء و مختصون في علم النفس و الاجتماع الرياضي لإبراز الصور الحقيقية لتأثير النشاط البدني و الرياضي على مختلف جوانب نمو التلميذ.

• **Résumé d'étude :**

Notre sujet constitué sur **le rôle de l'activité physique et sportive éducative pour la croissance psychologique et social chez les étudiants secondaires.**

• **Objectif de cette étude :**

Connaitre le rôle de l'activité physique et sportive éducative pour la croissance Psychologique et sociale pour les étudiants secondaire.

• **Les questions de l'étude :**

-Est-ce que l'activité physique et sportif éducatif a un rôle dans la croissance psychologique et social stress psychologique pour les étudiants secondaires ?

Et cette dernière se divise en plusieurs sous- questions :

-Est-ce que l'activité physique éducative sportif contribue à croissance chez les secondaires ?

-Est-ce que l'activité physique sportif éducative contribue à la croissance sociale chez les secondaires ?

• **L'hypothèse de cette étude :**

-L'activité physique et sportive éducative a un rôle positive pour la croissance physiologique chez les étudiants secondaire.

-L'activité physique et sportive éducative a un rôle positive pour la croissance spéciale chez les étudiants secondaire.

• **L'exemple de cette étude :**

-30 professeur de sport dans le niveau secondaire « ville de m'sila ».

• **L'approche de cette étude :**

- Approche descriptive.

• **Les outils de cette étude :**

-Formulaire questionnaire.

Les résultats qui convient :

- L'activité physique et sportive éducative a un rôle positive pour la croissance physiologique et sociale chez l'étudiant du niveau secondaire.

• **Conclusions et Suggestions :**

✓ L'activité sportive et physique éducative a un importance pour la croissance physiologique et sociale chez les étudiants de tout niveau.

✓ tirer profit des experts et des activités que les professeurs et des médecins et des experts dans science de la psychologie et sociale sportive.