

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

اعداد الطالب : لعقاع حسين

تحت عنوان

دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض الصفات النفسية

(الثقة بالنفس والدافعية) لدى تلاميذ الثالثة ثانوي

"البكالوريا"

### لجنة المناقشة:

رئيسا	جامعة: محمد بوضياف	بوجليدة حسان
مشرفا ومقررا	جامعة: محمد بوضياف	اوشن بوزيد
مناقشا	جامعة: محمد بوضياف	جيلالي

السنة الجامعية: 2018 / 2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِنَّمَا إِلَهُكُمُ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ ۖ وَسِعَ كُلَّ شَيْءٍ عِلْمًا

صدق الله العظيم

"سورة طه الآية 98"

## كلمة شكر وتقدير

إن الحمد لله تعالى نحمده ونشكره على توفيقه لنا إلى أن أكملنا هذا العمل المتواضع لتظهر ثمرة الجهد المبذول، وبأطيب العرفان وجزيل الامتنان لا يسعنا إلا أن نتوجه بالشكر الخالص والخاص إلى الذي لم يخل علينا بجهد وقدم لنا يد المساعدة والعون فكان ثمرة هذا الجهد مدعما بشكل كبير منه الدكتور الفاضل:

\* **اوشن بوزيد\*** فتقبل منا جزيل الاحترام و التقدير.

كما لا ننسى تقديم الشكر إلى كل من ساعدونا في إنجاز هذا العمل المتواضع سواء من بعيد أو من قريب

كما نتقدم بالشكر إلى كل أساتذة معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة.

إلى كل من جعل نفسه شمعة تحترق لتضيء طريق الآخرين .  
إلى كل من شجعنا و لو بكلمة طيبة و استعجل بالسؤال شوقا ليرى هذا العمل يكتمل.

شكرا

## إهداء

إليك رسول الله ، إليك معذرا ، إليك مُستَسْمِحًا

إليك عربون حب و اعتزاز بك

\*إلى أعز من أملك في هذه الدنيا ... إلى الذئب قال فيهما **الله تعالى**

{ **وبالوالدين إحسانا** } "سورة الإسراء الآية 23"

\*إلى أمي التي وإن قدمت لها كنوز الأرض فلن أفيها حقها

التي ما فتئت تراعيني ببيع حنانها منذ نعومة أظفاري.... **"حضرية"**

\*إلى أبي الغالي رحمك الله واسكنك فسيح جناته .

.. الذي إن أعد فضله علي فلن أستطيع

إحصائه. **"بلقاسم"**

\*إلى زوجتي ورفيقة دربي **"لمياء"**

والى كل أفراد العائلة

\* إلى كل الأصدقاء والإخوة الذين كانوا بجانبني

**والى كل من فقدتهم رحمهم الله.**

\*إلى كل من جمعني بهم القدر وإن فرقت بيننا الأيام فستجمعنا الذكرى إلى الأبد

\* إلى كل من جمعني بهم أنبل رسالة في الوجود " العلم " .....

\* إلى كل من يحمل مكانة خاصة في فؤادي و سهوت عن ذكرهم.....

\* إلى كل شخص قريب مني ولم يحضر ذاكرتي.

\* لكل هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع.

دون ان أنس الدكتور الفاضل والمشرف: **اوشن بوزيد**

**لعقعاق .حسين**

## قائمة المحتويات

بسملة

شكر و تقدير

إهداءات

مقدمة.....أ-ب

## الفصل الأول: الخلفية النظرية و الدراسات السابقة

- 1/الخلفية النظرية.....4
- اولا: حصة التربية البدنية ..... 4
- 1- مفهوم التربية..... 4
- 1-1 المفهوم الاصطلاحي ..... 4
- 2- مفهوم التربية البدنية والرياضية..... 4
- 1-2 - علاقة التربية البدنية بالتربية العامة..... 5
- 2-2 - أهمية التربية البدنية والرياضية ..... 5
- 2-3 - اهداف التربية البدنية والرياضية..... 5
- 2-3-1- الجانب النفسي حركي..... 5
- 2-3-2- الجانب الوجداني ..... 5
- 2-3-3- الجانب المعرفي..... 6
- 3- حصة التربية البدنية والرياضية..... 6
- 3-1- أخراض حصة التربية البدنية والرياضية..... 6
- 3-2- اهداف حصة التربية البدنية والرياضية..... 7
- ثانيا: الثقة بالنفس ..... 7
- 1- الثقة في القران الكريم ..... 7
- 2- الثقة بالنفس عند علماء العرب..... 7
- 3- الثقة بالنفس عند علماء الغرب..... 8
- 4- نظريات الثقة بالنفس ..... 8

- 5- أنواع الثقة بالنفس ..... 9
- 6- العوامل المؤثرة في الثقة بالنفس ..... 10
- ثالثا: الدافعية ..... 11
- 1- نظريات الدافعية ..... 12
- 2- أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي ..... 12
- 3- أهمية الدافعية في المجال الرياضي ..... 13
- رابعاً: المراهقة والطور الثانوي ..... 13
- 1- مراحل المراهقة ..... 14
- 2- خصائص المراهقة ..... 14
- خامساً: الدراسات السابقة ..... 15

## الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة

- 1 / الكلمات الدالة في الدراسة ..... 24
- 2 / إشكالية الدراسة ..... 25
- 3 / أهداف الدراسة ..... 26
- 4 / أهمية الدراسة ..... 27
- 5 / فرضيات الدراسة ..... 27

## الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة

- 1- الدراسة الاستطلاعية ..... 29
- 2- المنهج المتبع في الدراسة ..... 29
- 3- مجتمع وعينة الدراسة ..... 30
- 4- متغيرات الدراسة ..... 31
- 5- أدوات جمع البيانات والمعلومات ..... 31
- 6- حساب الخصائص السيكومترية للأداة ..... 32

- 7- اجراءات التطبيق الميداني ..... 32.....
- 8- الاساليب الاحصائية المعتمدة في الدراسة..... 33.....

## الفصل الرابع: عرض و تحليل نتائج الاختبار

- 1- عرض و تحليل ومناقشة النتائج..... 35.....
- 2- عرض تحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضيات..... 37.....
- 2-1- عرض و تحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضية الاولى..... 47.....
- 2-2- عرض وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضية الثانية..... 48.....
- 2-3- تحليل ومناقشة الفرضية العامة..... 61.....

## الفصل الخامس: استنتاجات واقتراحات

- 1- استنتاج عام ..... 62.....
- 2- اقتراحات وتوصيات..... 62.....
- 3- الافاق المستقبلية ..... 63.....

قائمة المصادر و المراجع

قائمة الملاحق

## فهرس الجداول

الصفحة	الجدول
35	الجدول (1) يبين افراد المجتمع
36	الجدول (02) بين معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد
37	جدول (03) يبين معامل ألفا- كرونباخ لمحاور الاستبيان
35	جدول رقم (04) يوضح مدى ثقة التلميذ في قدراته اثناء حصة التربية البدنية.
36	جدول رقم (05) يوضح مدى شعور بالراحة النفسية عند ممارسة حصة التربية البدنية.
37	جدول رقم (06) يوضح مدى ممارستك لخصبة التربية وهل تزيد من ثقته بنفسه وباستاذه.
39	جدول رقم (07) يوضح مدى الاهتمام بالمظهر الجسمي والهندام من زيادة الثقة بالنفس عند التلميذ لتحقيق نتائج ايجابية.
40	جدول رقم (08) يوضح مدى خشية التلاميذ من عدم رضا الآخرين عنهم في الدورات الرياضية.
41	جدول رقم (09) يوضح مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في جعل التلاميذ يتغاضون عن كلام الناس السليبي اتجاههم ودون الاهتمام بهم
43	جدول رقم (10) يوضح مدى شعور التلاميذ بالرضا عن أنفسهم عند تحقيق أهداف الحصة.
44	جدول رقم (11) يوضح مدى شعور التلميذ بالراحة قياسا بما يشعر به باقي الأعضاء عند ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
45	جدول رقم (12) يوضح مدى شعور التلاميذ بالقدرة على التنافس عند ممارسة اللعب.

46	جدول رقم (13) يفسر نتائج المحور الأول الخاص بالفرضية الأولى من خلال إجابات افراد عينة الدراسة.
47	جدول رقم (14) يوضح مدى تأثير حصة التربية البدنية على الحالة النفسية للتلاميذ .
49	جدول رقم (15) يوضح مدى مساهمة حصة واحدة أسبوعيا في زيادة رغبة التلاميذ لممارسة اللعب بشكل أكبر.
50	جدول رقم (16) يوضح مدى ممارسة التلاميذ للنشاط الرياضي خارج الدوام الدراسي وعدم اقتصره في حصة التربية البدنية فقط.
51	جدول رقم (17) يوضح مدى الشعور بدافع للممارسة العب اثناء حصة التربية البدنية
52	جدول رقم (18) يوضح مدى بذل الجهد من طرف التلاميذ من أجل تحقيق الفوز مع عناصر الفوج الذي ينتمي إليه.
54	جدول رقم (19) يوضح مدى تحفيز أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلاميذ.
55	جدول رقم (20) يوضح مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية على تحفيز التلاميذ وتطويرهم للأفضل.
56	جدول رقم (21) يوضح مدى مساهمة الأستاذ في تنمية الرغبة لدى التلاميذ نحو تحقيق مختلف أهدافكم.
58	جدول رقم (22) يوضح مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الدافعية لدى التلاميذ.
59	جدول رقم (23) يفسر نتائج المحور الثاني الخاص بالفرضية الاولى من خلال إجابات افراد

## فهرس الاشكال

الصفحة	الشكل
35	الشكل رقم (01) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم <u>(01)</u>
36	الشكل رقم (02) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم <u>(02)</u>
38	الشكل رقم (03) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم <u>(03)</u>
39	الشكل رقم (04) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم <u>(04)</u>
40	الشكل رقم (05) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم <u>(05)</u>
42	الشكل رقم (06) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم <u>(06)</u>
43	الشكل رقم (07) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم <u>(07)</u>
44	الشكل رقم (08) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم <u>(08)</u>
45	الشكل رقم (09) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم <u>(09)</u>

48	الشكل رقم (10) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)
49	الشكل رقم (11) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)
50	الشكل رقم (12) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)
51	الشكل رقم (13) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)
53	الشكل رقم (14) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (05)
54	الشكل رقم (15) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (06)
55	الشكل رقم (16) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)
57	الشكل رقم (17) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (08)
58	الشكل رقم (18) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09)

## فهرس الملاحق

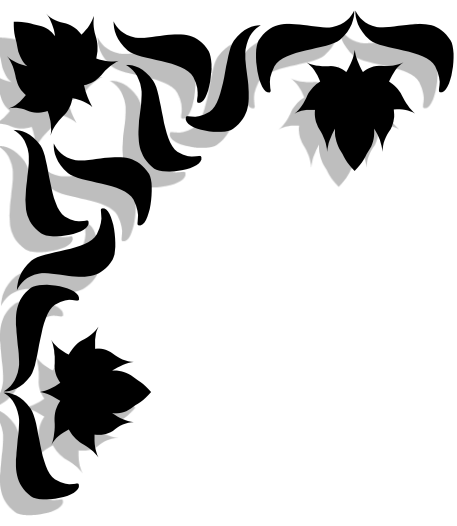
### الملاحق

الملحق رقم (01): يمثل استمارة استبيان قبل التحكيم

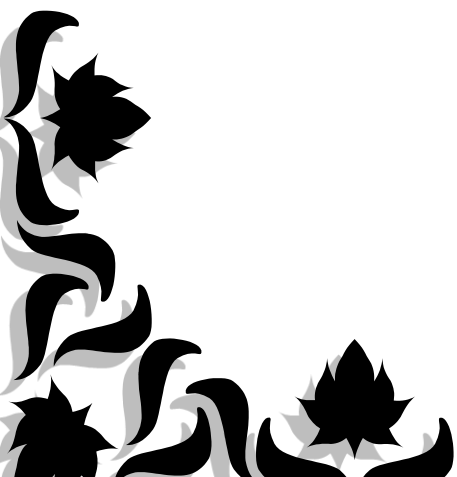
ملحق رقم (02) : يمثل استمارة استبيان في صورته النهائية

الملحق رقم (03) : يمثل استمارة تسهيل مهمة

الملحق رقم (04) : يمثل تحكيم الاساتذة



# مقدمة



تعد التربية البدنية والرياضية مقصدا للمتابعة من أطراف كثير، تضارب فيها الرغبة والتعرف على الوتيرة السريعة للتطور الرياضي الهائل، مع رغبة الممارسة من جهة والتجريب العلمي الرياضي من جهة أخرى. وقد كان لهذا الاقبال العلمي الكبير على الرياضة ممارسة تطبيقية بهذا التطور العلمي في المجال الرياضي او بهدف المنافسة... أثر كبير على اتساع كل أنواع الرياضات الفردية منها والجماعية.

ومن بين أفضل السبل التي تتبعها الأمم المتحضرة في هذا الصدد استثمار إيجابيات ممارسة الأنشطة ومساعدة المراهق على الاندماج مع الآخرين والتعامل معهم إيجابيا، وكذا تنمية قدراته الذهنية والبدنية ما يجعل استيعابه أكبر للدروس واستجابته لروح الجماعة أفضل كما تساعد أنشطة التربية البدنية والرياضية على تخطي الازمات النفسية والعاطفية والاجتماعية التي غالبا ما توجه المراهق اثناء مروره بهذه المرحلة (المراهقة) فتكون اثارا سلبية على الصعيد الفرد والمجتمع.

والتربية البدنية والرياضية كباقي المواد الأخرى تعمل على تنمية وتربية وبلورة شخصية الفرد من جميع النواحي منها النفسية والاجتماعية معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها والذي يأخذ مداه من الأنشطة البدنية والرياضية كدعامة ثقافية واجتماعية، فهي تمنح التلميذ رصيда يضمن توازنا وتعايشا منسجما مع المحيط الخارجي.

وتعد الثقة بالنفس من اهم الصفات النفسية التي تساهم في بناء شخصية الفرد فبدونها يمكن ان يفقد الفرد الكثير من الفرص بسبب الخوف من المخاطر او الخوف من العوائق التي تحدث من بين الحقائق التي يمكن رصدها عن الثقة بالنفس انها ليست فطرية ولكنها مكتسبة ولا يقتصر تكوين شخصية الفرد على امتلاكه للثقة بالنفس فقط , حيث توجد صفات اخرى تساهم في صقل مهاراته الاجتماعية وتقوية شخصيته ليكون فردا ناجحا في مجتمعه ولعل من ابرز هذه الصفات هي صفة الدافعية التي تلعب دورا كبيرا في حياة الانسان لسلوكه او أنشطة حياته المختلفة ويعني ان وراء كل سلوك انساني دافع يحركه او يثيره.

وتعد مرحلة المراهقة من أهم مراحل الحياة وأكثرها خطورة، فالاهتمام بالمراهقة يعني الاهتمام بالمجتمع ككل لأنه ثروة الأمة وعمادها ومستقبلها، حيث تعتبر هذه المرحلة أحسن مرحلة للتعليم لأن الطفل يتميز بالحركة الهادئة والسيطرة الحركية خلال درس التربية البدنية والرياضية. لذلك وجب على المسؤولين والمخططين لبرامج تربية الأطفال والمشرفون على العملية التربوية إلى التفكير والتخطيط المنظم والدقيق ليتمكنوا من تصميم وإعداد برامج تربوية غنية بالمهارات والأنشطة الحركية والفنية والموسيقية التي تهدف إلى تحقيق النمو الشامل للطفل جسديا، نفسيا، اجتماعيا (أحمد بن يخلف، 2001، ص46).

وبهذا فإن دراستنا تهدف أساسا إلى الكشف فيما إذا كان لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية وتطوير بعض الصفات النفسية (الثقة بالنفس والدافعية) لدى هذه المرحلة (مرحلة الثانوي)، وقد تم تقسيم هذا البحث الى خمسة فصول وهي:

-الفصل الاول: التطرق الى التحدث عن متغيرات الدراسة المتمثلة في اللعب والثقة بالنفس والدافعية وكذلك المراهقة.


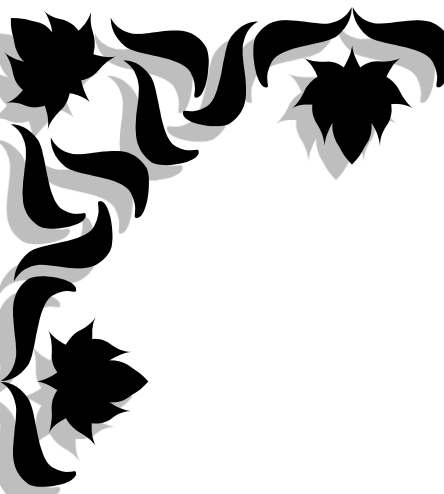
-الفصل الثاني: تم التطرق الى اهم الكلمات الدالة والى إشكالية الدراسة واهداف واهمية الدراسة وكذلك فرضيات الدراسة.

-الفصل الثالث: تم التطرق الى الدراسة الاستطلاعية ومنهج وعينة البحث وكذلك ادوات جمع البيانات والاساليب الاحصائية.

-اما الفصل الرابع: فقد تم جمع المعلومات والبيانات المتوصل اليها من خلال التطبيق الميداني في جداول احصائية وذلك بتحويل المعلومات النظرية الى معلومات كمية وتم مناقشتها في ضوء الفرضيات وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة.

-وبالنسبة للفصل الخامس: فقد تم عرض الاستنتاجات العامة ولاقتراحات مع الافاق المستقبلية للدراسة وخاتمة.





# الفصل الأول

الخلافة النظرية

و

الدراسات السابقة



أولاً: الخلفية النظرية:

### 1- حصة التربية البدنية والرياضة:

1-1- مفهوم التربية: هي من الفعل ربا، يربو، ربوا بمعنى زاد ونما... قال تعالى: «ويربي الصدقات» وفي اللغة اللاتينية

استخدمت التربية للدلالة على تربية الحيوان، وتهذيب البشر دون التفريق بين هذه الأحوال جميعاً.

1-2- المفهوم الاصطلاحي: يعني انها العملية الواعية المقصودة وغير مقصودة، لإحداث نمو وتغيرات وتكيف مستمر

للفرد، من جميع جوانبه الجسمية والعقلية والوجدانية من زوايا مكونات المجتمع، وإطار ثقافته وأنشطته المختلفة الاجتماعية، والاقتصادية والعلمية، على أساس من خبرات الماضي وخصائص الحاضر، واحتمالات المستقبل... على تشكيل الأجيال الجديدة في مجتمع إنساني في زمان ومكان معين وتنمية مكونات شخصياتهم المتفردة، وبما يمكنهم من تنميتها إلى اقصى درجة ممكنة من خلال ما يكسبونه من معارف واتجاهات ومهارات، وبما يجعل كل فرد مواظبا يحمل ثقافة مجتمعه متكيفا مع نفسه ومع بيئته ومواقف الحياة المتغيرة، ومنتجا في أحد مجالات العمل والانتاج وحاسما لقضايا امته والانسانية جمعاء، ولهذا فإن دور كائهم يرى بأن "التربية تهدف الى ان تثير وتنمي لدى الفرد حالات جسمية وعقلية يتطلبها مجتمعه المحلي الذي يعده للحياة". (صالح عبد العزيز عبد المجيد، 1968، ص 11-15)

1-3- مفهوم التربية البدنية والرياضية: لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية والرياضية بين الباحثين حيث تعرف التربية

البدنية والرياضية بأنها هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط، هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك، وذكرت لمبكين أن التربية البدنية والرياضية إنما هي مرادف للتعبيرات مثل: التمرينات، الألعاب، المسابقات الرياضية، وبعد تعريفها لكل هذي التعبيرات أوضحت ان تضمنين هذه المكونات في برنامج التربية البدنية والرياضية يعتمد على كون هذه البرامج منظمة او عفوية تنافسية، إجبارية او اختيارية ولكونها ابت إلا أن تبدي برأيها في صياغة التعريف عل. النحو التالي: "التربية البدنية هي العملية الي يكتسب الفرد خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني

ويبرز تعريف كويسكي وكزوليك التشيكو سلوفاكي بأن "التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفها تكوين مواطن لائق بدنيا، عقليا انفعاليا و اجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف" ومن فرنسا روبرت بؤبان "عرفها على انها الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفس حركية بهدف النمو المتكامل للفرد"، ومن بريطانيا بيتر ارنولد " الذي ذكر تعريفا لها: "هي ذلك الجزء المتكامل من العقلية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط المباشر (امين أنور الخولي، 2001، ص 35-36).

ومن هنا نجد أن التربية البدنية لم تنحصر في مفهوم واحد، وإنما تعددت مفاهيمها بين العديد من الباحثين فكل منهم أعطى رأيه الخاص ولكنهم يتفقون في مفهوم واحد مفاده أن التربية البدنية والرياضية تعمل على إنشاء الفرد وتكوينه في جميع المجالات البدنية، الاجتماعية، النفسية، الانفعالية، العقلية من خلال النشاط البدني حتى يكون مواطنا صالحا يخدم وطنه.

**1.2. علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة:** إن التربية البدنية هي أحد مقاصد التربية لأنها تعتمد على أسس تربوية بالغة الأهمية بالنسبة للفرد، ولهذا نجد أنها أصبحت تخصصاً للممارسة أنشطة رياضية داخل المؤسسات التربوية (جامعات، مدارس، رياض الأطفال...) وذلك للمساهمة في الرفع الثقافية والتطبيع الاجتماعي وغيرها من المقاصد التربوية. حيث توصف هذه العلاقة بأنها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني والتي تنمي وتصون جسم الإنسان، فحينما يلعب الإنسان أو يسبح أو يمشي أو يدرّب على الموازي أو يمارس الترحلق على الثلج أو يياشر أي لون من ألوان النشاط البدني الذي تساعده على تقوية جسمه وسلامته فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت وهذه التربية قد تجعل حياة الإنسان أكثر رعداً. (محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص11)

**2.2. أهمية التربية البدنية والرياضية:** إن التربية البدنية والرياضية هي جزء من التربية العامة وميدان يهدف إلى تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق أنواع النشاطات البدنية التي اختيرت لغرض تحقيق هذه الاهداف المدرسية فهي تحقق النمو الشامل والمتزن للتلاميذ وتحقيق اختياراتهم البدنية والرياضية، التي لها دور هام جدا في عملية التوافق بين العضلات والاعصاب، زيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلاميذ من حركات، وهذا من الناحية البيولوجية، إذن فممارسة التربية البدنية والرياضية لها تأثير على جسم وسلوك التلميذ من الناحية الفسيولوجية وكذلك الاجتماعية والنفسية، فهي تؤثر على الجانب النفسي والاجتماعية للتلميذ. (رابح توكي، 1990، ص112)

**2-3-أهداف التربية البدنية والرياضية:** السعي من وراء تدريس التربية البدنية والرياضية هو تحقيق النوايا التربوية الشاملة في إطار تكميلي مع المواد التعليمية الأخرى، وهي تهدف إلى الكفاءات الخاصة في عدة جوانب

**2-3-1 - الجانب النفسي الحركي :**

- تنمية القدرة الحسية والفكرية.

- تنمية قوة الإدراك، التوازن، التنسيق، إنجاز حركات مختلفة الأشكال و الأحجام.

- القدرة على اتخاذ القرار المناسب للفعل الرغوب فيه.

- تهدف إلى تنمية الحركات المختلفة.

- تسمح بإكساب خبرات حركية تؤهل التلميذ للاستجابة لكل الحالات والوضعيات المتاحة والتعبير عن إمكانياته الحركية في محيط يسمح له بتنميته وتطوير كفاءاته.

**2-3-2-الجانب الوجداني:**

- تنمية الجانب النفسي العاطفي للتعبير عن الثقة بالنفس في التسيير والتنظيم، التحكم في امكانياته.

- تنمية الجانب الاجتماعي العاطفي، للتعبير عن قدرة التعايش مع الجماعة والاندماج فيها بفضل تبني المسؤوليات والأدوار المفيدة التي تخدمه.

- تهدف الى المشاركة التوعوية في الحياة الاجتماعية.

-تسمح باكتساب خبرات وعلاقات تؤهل التلميذ للاندماج في الجماعة وممارسة حق العضوية، الرغبة في التكيف مع  
الوضعية الصعبة التي تقتضي على العلاقات الاجتماعية الايجابية في الجماعة والمجتمع (منهاج السنة الثانية، 2003، ص78)

### 2-3-3- الجانب المعرفي:

- القدرة على معرفة طرق تنظيم وتسيير العمل وحسن التبليغ.

- القدرة في التعرف على النشاطات البدنية والرياضية المقترحة، وتوظيف المعارف والمعلومات القبلية والآتية المرتبطة بهذه  
النشاطات.

-تهدف إلى ضمان الصحة والوقاية والأمن.

-السماح باكتساب التلميذ توظيف المعارف عند مواجهة المواقف وتحرير عدة حلول باستثمار المعلومات المكتسبة.

-القدرة على التكيف تصرفاته الحركية والمعرفية داخل وخارج الحيز المدرسي.

### 3. حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية وسيلة من الوسائل التربوية لتحقيق الأهداف المسطرة لتكوين الفرد، بحيث أن  
الحركات البدنية التي يقوم بها الفرد في حياته على مستوى تعليم بسيط في إطار منظم ومهيكل تعمل على تنمية وتحسين  
وتطوير البدن ومكوناته ومن جميع الجوانب العقلية، النفسية، الاجتماعية، الخلقية والصحية، وهذا لضمان تكوين الفرد  
وتطويره واستجابته مع مجتمعه ووطنه. إن حصة التربية البدنية والرياضية جزء متكامل من التربية العامة بحيث تعتمد على  
الميدان التحريبي لتكوين الأفراد عن طريق ألوان وأنواع النشاطات البدنية المختلفة، التي اختيرت بغرض تزويد الفرد  
بالمعارف والخبرات والمهارات التي تسهل لاتساع رغباته عن طريق التجربة للتكيف وتلبية حاجاته ويتعامل مع الوسط  
الذي يعيش فيه ويساعده على الاندماج داخل المجتمعات والجماعات، وبذلك فإن حصة التربية البدنية والرياضية كأحد  
أوجه الممارسات تحقق أيضا هذه الأهداف على مستوى المؤسسات التعليمية، فهي تضمن النمو الشامل والملتزم للتلاميذ  
وتحقق حاجاتهم البدنية وإدراج قدراتهم الحركية. (عبد الكريم صونيا زاوي حسينة، 2002، ص12)

**1.3. أغراض حصة التربية البدنية والرياضية:** تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية عملية توجيه للنمو البدني باستخدام  
التمرينات البدنية، وهو أحد أوجه الممارسات التي تحقق النمو الشامل والمتزن للتلاميذ على مستوى المدرسة إذن حصة  
التربية البدنية والرياضية تحقق الأغراض التي رسمتها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على جميع  
المستويات:

-المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية، ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها داخل وخارج المدرسة.

- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، التحمل، المرونة،....

- إكساب المعارف والمعلومات على أسس الحركية البدنية وأصولها كالأسس البيولوجية، الفيزيولوجية....

-التحكم في القوام أثناء الحركة والسكون.

-تدعيم الصفات المعنوية والسمات الارادية والسلوك اللائق.

- تنمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة البدنية المدرسية.

- التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية. (يختاوي محمد، بوزيد أحمد، 2000-2001، ص18-19)

**3-2- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:** يجب ان نعلم بأن لكل مرحلة دراسية اهدافها التي تعمل على تحقيقها

من خلال البرامج التنفيذية لمنهاج التربية الرياضية وطرق تدريسها:

- توجيه العملية التعليمية والتربوية لإكساب التلاميذ الخبرات داخل المدرسة.

- الاهتمام بالإعداد الخاص.

- صقل المهارات الحركية للأنشطة الرياضية من خلال المنافسات داخل وخارج المدرسة.

- تشجيع هويتهم الرياضية- . تنمية القدرات المعرفية والوجدانية. (محسن محمد حمص، 1997، ص14)

**2-الثقة بالنفس:**

**2-1-الثقة في القرآن الكريم:**

لم ترد كلمة الثقة في القرآن الكريم بلفظها هذا، وانما وردت كلمات مشتقة من أصلها وثق او بما هو قريب منها، مثل قوله تعالى {وَاذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَمِيثَاقَهُ الَّذِي وَاثَقَكُمْ بِهِ إِذْ قُلْتُمْ سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا وَاللَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ} (القرآن الكريم سورة المائدة: الآية7).

- كما تبرز الثقة بالنفس في القرآن الكريم وبمفهومها الواسع في الثقة بالله ومن مواقف الثقة بالله ما وقع لسيدنا يعقوب - عليه السلام - عندما ذهب ابنه الثاني الى مصر ولم يعد مع اخوته وكان من قبل ذلك قد فقد ابنه يوسف -عليه السلام - ومع ذلك لم ييأس او يقنط بل قال لا ولاده بكل ثقة **لقوله تعالى:** " يَا بَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيَاسُّوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيَاسُ مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ ﴿٨٧﴾ " (القرآن الكريم ,سورة يوسف , الآية 87).

ومن سياق قصة يوسف عليه السلام عندما كان في السجن وفسر للرجلين الذين كان معه احلامهما **لقوله تعالى:** " وَقَالَ لِلَّذِي ظَنَّ أَنَّهُ نَاجٍ مِّنْهُمَا اذْكُرْنِي عِنْدَ رَبِّكَ". (القرآن الكريم سورة يوسف الآية 42).

فكانت نتيجة اعتماده على غير الله عزوجل وامله وثقته في غيره وملله من الانتظار كانت النتيجة ان جاء في

**قوله تعالى:** " فَأَنسَاهُ الشَّيْطَانُ ذِكْرَ رَبِّهِ فَلَبِثَ فِي السِّجْنِ بِضْعَ سِنِينَ" (القرآن الكريم سورة يوسف، الآية 42).

وغيرها من الآيات ومن الالفاظ القريبة التي وردت لفظ الصدق والامانة والامن والامان والايامن وهذه الالفاظ كلها في معناها اللغوي تدخل في دائرة مغلقة مع الثقة فهي سبب لها ونتيجة عنها فصدق المرء وامانته تكسبه ثقة بنفسه اولا وثقة الاخرين به وكلا الحالتين تلزم الشخص الذي يتمتع بها اذ يتمتع بالصدق والامانة ثم ايمان الشخص بشيء ما يتطلب منه الثقة التامة بما يؤمن به. (محمود علي، 1999، ص39).

**2 -الثقة بالنفس عند علماء العرب :**

تناول الكثير من الباحثين والمختصين العرب مفهوم وحقيقة الثقة بالنفس من زوايا مختلفة فقد اشار اليها الجسماني يحيي بانها احساس الفرد بحقيقة كيانه وادراكه لواقع قدرته والتطلع الى تحقيق طموحات وحسن التوافق النفسي وما ينشأ عنه من توافق اجتماعي ينعكس على عمله وسلوكه.

ويرى عبد المتجلي على أنها حالة نفسية يكتسبها الانسان منذ نعومة اظفاره وفي محيط اسرته فتضل تلازمه وتدفعه الى النجاح وللمستقبل الزاهر. (عبد المتجلي محمد رجا , 1992, ص46).

واضافة امال المخزومي تعريفا اخر واعتبرت ان الثقة بالنفس هي احدى سمات الشخصية الاساسية الذي يبدا تكوينها منذ نشأة الفرد وإنما ترتبط ارتباطا وثيقا بتكيف الفرد نفسيا واجتماعيا وتعتمد اعتمادا كليا على مقوماته العقلية والجسمية والنفسية. (مخزومي امال , 2002, ص122).

كما يرى المشعان ان الثقة بالنفس تظهر في احساس الشخص بكفاءته الجسمية والنفسية والاجتماعية وقدرته على عمل ما يريدته وإدراك لتقبل الاخرين له وثقتهم به ويتسم الشخص الواثق بنفسه بالاتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي وقبول الواقع ويتجسد في نفسه القدرة على مواجهة الازمات بتقبل وتفكير..

واما السلطان هاني ابراهيم فيراها حسن اعداد الفرد بنفسه واعتباره لذاته وقدراته حسب الظروف التي هو فيها (المكان والزمان دون افراط عجب او كبر او عناد ودون تفريك) من ذلة او خضوع غير محمود وهي امرهم لكل شخص مهما كان ولا يكاد انسان يستغني عن الحاجة الى مقدار الثقة بأمره من الامور.

(السليمان هاني ابراهيم , 2005, ص48)

### 3-الثقة بالنفس عند علماء الغرب:

يرى بالسفير ان الثقة بالنفس تشعر الى قبول غير خاضع للجدل غير مشروط لقيمة الفرد وافكاره ومشاعره الفطرية وغرائزه وانفعالاته باعتبارها مؤشرات حقيقية وصادقة للخبرة الذاتية للفرد كما ان قيمة الثقة بالنفس تعبر عن الاحساس الصادق بما كانت عليه بالفعل وان تشعر بما انت عليه فعلا. (pasveer.k.1997.p54).

ويرى سندرلاند ان الثقة بالنفس هي القدرة على تبوء الفرد وضع معين بطريقة صحيحة او التخلص الفرد من أي نقائص في المهارات اللازمة ليكتمل مهامه مع مراعاة امكانية اختلاف تلك المهام من النشاط الاجتماعي مثل ما يحدث عندما يحاول الفرد الاقتراب من الشخص ما ليس لديه معرفة سابقة به. او مثلما يحدث في النشاط المهني كما القدرة على تحقيق مهام يحتاجها في العمل. (sundrilenland. 2004.p209).

كما يرى توماس ووضح ان الفرد بدون الثقة بالنفس يمكن ان يفقد الكثير من الفرص بسبب الخوف من المخاطر او الخوف من العوائق التي تحدث من بين الحقائق التي يمكن رصدها عن الثقة بالنفس انها ليست فطرية ولكنها مكتسبة. (thomas. 2007.p37).

### 4-نظريات الثقة بالنفس:

إن الكثير منا يعتقد أنه يمكنه أن يصبح لديه الثقة في النفس عندما يحقق المكتسب أو الفوز فقط، وذلك شيء غير صحيح، إننا نستطيع أن نشعر بالثقة حقاً عندما نعتقد حقاً أننا نستطيع أن نؤدي بنجاح، فالثقة بالنفس هي توقع النجاح، والأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن، فقد اهتمت "روبن فيالي" في بناء نموذجها للثقة بالنفس في المجال الرياضي على نظريات وهي:

**4-1- نظرية باندورا- لفاعلية الذات :**

تعتمد نظرية بدورا على مفهوم كفاءة الذات كشرط اساسي للأداء بكفاءة في المواقف التنافسية التي يشترك فيها الفرد الرياضي، حيث تشير الكفاءة الى " قدرة الفرد على عمل ما يحتاجه، او القدرة على اداء المهارات بصفة خاصة " وعلى هذا فكلما ارتفع مستوى كفاءة الذات، ارتفع مستوى انجاز الاداء لدى الفرد. ولعلنا نلاحظ ان مفهوم كفاءة الذات، لدى نظرية بندور يعبر عن جانب هام من مفهوم الثقة بالنفس هو اعتقاد الفرد انه كفء ويستطيع انجاز مهمة ما بنجاح وفعالية. فالرياضي الذي لا تعوزه الكفاية، يمكنه دخول المواقف التنافسية بثقة واسرار. وهذا يشير الى ان كفاءة الذات هي دالة للثقة بالنفس لدى الرياضي. (صدقي نور الدين، 2004، ص31).

**4-2- نظرية هارتر لدافعية الكفاية :**

تعتبر نظرية الكفاية لهارتر 1978-1981 هي النظرية الوحيدة التي تهتم بوصف وشرح والتنبؤ بماذا يكون الافراد مدفوعين للاشتراك في مجالات الانجاز بشكل خاص. حيث توضح ان الافراد يكونوا مدفوعين لكي يكونوا اكفاء في مجالات الانجاز المعرفية، والبدنية، والاجتماعية، من منطلق الشعور بالكفاية، وتحمل المسؤولية عن محاولات نجاحهم وفشلهم. وهذا يوضح ان مفهوم الكفاية يشمل مكونات هامة ترتبط ببناء ثقة الرياضي بقدراته.

**5- أنواع الثقة بالنفس :**

يمكن تحديد أنواع الثقة بالنفس من خلال معرفتنا طبيعة العلاقة بين الثقة في النفس والأداء، حيث يتوقع أن الأداء يتحسن مع زيادة الثقة بالنفس حتى نقطة مثلى، حيث إن زيادة الثقة تؤدي إلى نقص وضعف الأداء.

**5-1- الثقة المثلى في النفس:**

تعني الثقة في النفس المثلى الاقتناع الشديد أنك تستطيع تحقيق أهدافك التي تكافح بجديّة من أجل تحقيقها، ذلك لا يعني بالضرورة أن يكون أداؤك دائما جيدا، ولكن الشيء الهام يتمثل في أن تحقيق أفضل إمكاناتك وقدراتك، فإنك قد تتوقع عمل بعض الأخطاء والقرارات غير الصحيحة، وربما تفقد تركيزك أحيانا، ولكن الثقة القوية في نفسك سوف تساعدك في التعامل مع الأخطاء ونواحي القصور بفاعلية، والاستمرار في الكفاح من أجل تحقيق النجاح، والأفراد الذين يظهرون درجة مثلى من الثقة في النفس يضعون أهدافا وفقا لمستوى قدراتهم. إن كل شخص لديه مستوى أمثل من الثقة في النفس، ومشكلات الأداء يمكن أن تحدث بسبب قلة الثقة أو زيادتها. (كامل راتب، 2004، ص216).

**5-2- ضعف الثقة في النفس:**

إن الكثير من الرياضيين لديهم مهارات بدنية للأداء بنجاح، ولكنهم مصابون بفقد الثقة أو ضعف الثقة في قدراتهم لأداء هذه المهارات، وخاصة تحت ظروف الأداء الضاغطة في المباريات أم المسابقات، فعلى سبيل المثال قد نلاحظ أن أحد لاعبي الكرة الطائرة يستطيع أداء الضربة الساحقة بقوة ودقة باستمرار أثناء التدريب، وحدث أثناء المباراة عند أداء أو محاولة للضربة الساحقة إن ارتدت الكرة في وجهه، فبدأ يشك في نفسه وأصبح أكثر تحفظا وترددا لأداء الضربات الساحقة التالية، لذلك فقد فاعلية أداء الضربات الساحقة في بقية المباراة. إن الشك في الذات يعوق الأداء،

ويزيد القلق، ويضعف من التركيز، ويسبب التردد ويجعل اللاعب يركز على نقاط الضعف أكثر من الاهتمام بنواحي القوة.

### 5-3- الثقة الزائدة في النفس:

الرياضيون الذين لديهم ثقة زائدة في النفس في الحقيقة يتميزون بالثقة الزائدة، بمعنى أن ثقتهم تزيد عن قدراتهم الفعلية، ويهبط مستوى أدائهم بسبب اعتقادهم أنهم لا يعيدون أنفسهم أو يبذلون الجهد لأداء العمل المطلوب منهم، وكقاعدة عامة فإن الثقة الزائدة تعتبر مشكلة أقل حدة من مشكلة ضعف الثقة. ومن المواقف الشائعة للثقة الزائدة (الذائعة)، عندما يحدث أن يتقابل فريقان أو متنافسان يختلفون في قدراتهم، حيث يلاحظ أن الفريق أو المنافس الأفضل يقبل على المنافسة بثقة زائدة، يكون الإعداد للمنافسة قليلا واللعب بدون خطة محكمة، الأمر الذي يتيح الفرصة للفريق الآخر أن يحقق التقدم في بداية المنافسة، وهذا التقدم يكسبه المزيد من الثقة في النفس والتحمدي لمواصلة بذل الجهد وتحسين الأداء وتحقيق المكسب أو الفوز. ونظرا لأن معظم المدربين يشجعون اللاعبين على ضرورة أن يتميزوا بالثقة في النفس، وحيث إن بعض اللاعبين يكونوا غير راضين عن إظهار عدم الثقة في قدراتهم، فإنهم قد يلجئون إلى إظهار الثقة الزائدة كنوع من التعويض لإخفاء مواطن الضعف والشك في قدراتهم. (كامل راتب، 2004، ص317).

### 6- العوامل المؤثرة في الثقة بالنفس:

هناك مقومات تؤثر في الثقة بالنفس وتعمل على تعزيزها وتجعل منها قوة لا يستهان بها في بناء شخصية الفرد وفي نموه النفسي وحدوث الاستقرار والصحة النفسية السليمة ولعل من أبرزها:

#### 6-1- العوامل الجسمية:

ان تتمتع الشخص بصحة جسدية جيدة، وخلوه من العاهات والامراض يضمن له جزء لا بأس به من الثقة بالنفس هذه هي القاعدة، ولكن في حال الشواذ ووجود مشكلة جسمية معينة فان درجة الثقة التي يتمتع بها الفرد هي التي تحدد كيفية تعامله مع تلك الاعاقاة، اضافة الى ذلك فان الثقة بالنفس تدفع الى تأكيد الاتساق الحركي فمن الملاحظ ان الشخصية المنهزمة او المصدومة بموقف ما في الحياة هي عرضة الى فقدان اتساقها الحركي، وعليه فيمكن القول ان هناك تبادلا في التأثير بين التكيف الحركي وبين الثقة بالنفس، اما عن جمال الطلعة وجاذبية الشخصية فهي عوامل مساعدة لإكساب الفرد ثقته بنفسه، بيد ان الثقة بالنفس هي ايضا لها دور في اكساب الفرد جمال الطلعة، وذلك انها تعد في حد ذاتها من علامات جمال الشخصية ومن الجوانب الجسدية المدعمة للثقة بالنفس جانب القدرة التعبيرية بالحركات، وهي لا تقل خطورة عن التعبير بالكلام المنطوق بل هي اكثر صدقا وتعبيرا عن مدى الثقة بالنفس، وذلك ان لغة الكلام من الممكن ان تحدد المستمع، خاصة اذا كان المتكلم لبقا وطلق اللسان وبارعا في الخداع، كما ان نبرة الصوت تتأثر بالثقة بالنفس، ومع ذلك فيكاد يجمع علماء النفس على ان الاتيان بالحركات تنهم عن الثقة بالنفس تترك لدى صاحبها انطباع الواثق بنفسه وتعطيه الجرأة والثقة. (يوسف ميخائيل: دس، ص90).

**6-2-العوامل العقلية:**

قوة الذاكرة واستعداد الفرد للتعلم واكتساب الخبرات الجديدة التي تمكنه من حل المشكلات التي قد تواجهه وتصادفه في حياته، والاستفادة من الفرص المتاحة التي تساعد في طلب العلم والمعرفة وكل ما يعود عليه بالفائدة مع توجيه الطاقات المبذولة التوجيه الصحيح بحيث لا يكون هناك جهد مبذول دون ان يصيب هدفا، او يعم بالفائدة ليحقق أكبر قدر ممكن من الانتاجية في يسر وسهولة، جميعا تساعده على بناء ثقته بنفسه، ومن الدعائم الاساسية للمقومات العقلية هي:

**6-2-1-الذكاء:**

يعتبر عنصر هام لمساعدة الفرد على اكتساب الجديد وتجنب العديد من الاخطاء والاحطار وجعله محبوبا بين الاخرين.

هذا كله يزود الفرد بقدر لا باس به من الثقة بالنفس، وذلك لما يلاقه من معاملة حسنة ومن تقبل الذين حوله.

**6-2-2-الخيال:**

ان الشخصية القوية تكون قادرة على ضبط خيالها وتوظيفه في مواقف الحياة، وخير دليل على ذلك الشعراء والمخترعون.

والمكتشفون الذين لهم التاريخ بالثقة بأنفسهم، حيث انهم لم يجعلوا من خيالهم مجرد احلام يقظة بعيدة عن الواقع، بل جعلوا خيالهم طريقا ووسيلة توصلهم الى هدفهم.

**6-2-3-الذاكرة:**

ان ضعف الذاكرة تجعل الفرد لا يستطيع مجاراة متطلبات الحياة فيشعر الفرد حينئذ بالضعف النفسي ويؤدي به الى عدم الثقة بالنفس. (يوسف ميخائيل دس، ص100).

**3- الدافعية:** تلعب الدافعية دورا كبيرا في حياة الانسان لسلوكه أو أنشطة حياته المختلفة ويعتبر موضوع الدافعية من اهم المواضيع التي اهتم بها علم النفس التي تهتم وتبحث عن محركات اسباب السلوك. ويعني أن وراء كل سلوك إنساني دافع يحركه أو يثيره والدافعية ليست شيئا ماديا يمكن رؤيته مباشرة وإنما هي حالة في الإنسان يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة.

**3-1- مفهوم الدافعية:** "يعتبر موضوع الدافعية من أهم الموضوعات النفسية إثارة الاهتمام سواء للباحثين في علوم النفس المختلفة او بين الأفراد على مختلف نوعياتهم. وهناك في التراث العربي قول مأثور منذ القدم هو: "يمكنك أن تقود الحصان الى النهر، ولكنك لا تستطيع أن تجبره على الشرب". لأنه سيشرب من تلقاء نفسه عندما يكون في حاجة إلى الماء، أي عندما يكون لديه الدافعية للشرب. وفي مجال علم النفس الرياضي يمكن استعارة المقولة السابقة وتطبيقها في المجال الرياضي على النحو التالي: "يمكنك أن تقود اللاعب إلى الملعب للاشتراك في منافسة رياضية، ولكنك لا تستطيع أن تجبره على الاجادة وبذل اقصى جهده". (محمد حسن علاوي: ص134).

**3-2- أنواع دوافع النشاط البدني والرياضي:** يمكن تقسيم النشاط البدني والرياضي (حسب محمد علاوي) إلى نوعين هما:

**أ/ دوافع أولية فيزيولوجية:** وهي عبارة عن دوافع وحاجات جسمانية تفرضها الطبيعة لتكوين جسم الانسان ووظائف أعضائه، ومن أمثلتها الحاجة إلى الطعام والراحة والحاجة إلى الحركة.

**ب/ دوافع ثانوية اجتماعية:** وتسمى ايضا بالحاجات الاجتماعية المكتسبة، إذا يكتسبها الفرد لتفاعله مع البيئة اذ تقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الاولية، ومن أمثلتها: الحاجة إلى التفوق والمقاتلة، الحاجة إلى المركز أو المكانة، الحاجة إلى السيطرة، والحاجة إلى الامن والتقدير. (محمد حسن علاوي، 1992. ص157).

**3-3- الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:** تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي بتعدد نظرا لتعدد المجالات المختلفة لأنواع الانشطة الرياضية ونظرا لتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية بصورة مباشرة أو غير مباشرة، وتبعاً لذلك يمكن تقسيم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى:

\*الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي وتمثل في:

-الدافع لتعليم مهارات جديدة.

- دوافع التحدي والاثارة.

- دوافع الحصول على المتعة والسعادة والمشاركة في الرياضة.

- دوافع اكتساب اللياقة البدنية وقدرات حركية ومهارية.

\* الدوافع غير مباشرة للنشاط الرياضي: وتمثل في:

- دوافع بناء الشخصية.

- دوافع تطوير قدرة الفرد على العمل والانتاج.

- دوافع الترويح واستثمار الفراغ وتطوير وتنمية الصحة النفسية. (حرشاوي يوسف. 2006، ص 66-67).

**3-4- وظيفة الدافعية:** هناك عدة وظائف للدوافع هي:

\***الدوافع تنشط السلوك:** الدوافع تستثير نشاط الكائن الحي، وتمتد السلوك بالطاقة التي تدفع الكائن الحي نحو

عمل ما ويظل في حالة نشاط وسعي حتى يتم تحقيق الهدف.

\***الدوافع توجه السلوك:** الدوافع توجه سلوك الكائن الحي نحو تحقيق هدف معين فالفرد الذي يشعر بالجوع ويظل في حالة نشاط نتيجة للطاقة التي تنبعث من الجوع، لا يستقر ولا يهدأ إلا إذا وجه السلوك نحو هدف معين يشبع الدافع.

\***الدوافع تنتقي النشاط:** الدوافع تنتقي النشاط المرغوب فيه وتحدده، حيث تؤدي بالفرد أن يستجيب لبعض المواقف ويعزف عن البعض الآخر، وكذلك تحدد طريقته التي يستجيب بها لمواقف مهينة.

**3-5- تطور دوافع النشاط الرياضي:** "ان الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي لا تستمر أبد الدهر، بل تتناولها بالتبديل في غضون الفترة الطويلة التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي. اذ تتغير دوافع النشاط الرياضي في كل مرحلة سنوية حتى تحقق مطالب واختيار تختلف دوافع التلميذ في المرحلة الأساسية عن دوافع تلميذ المرحلة الثانوية والتي تختلف بدورها عن دوافع اللاعب ذو المستوى العالي نظرا لان كل مستوى دوافعه التي يتميز بها". (راشد مرزوق، 2005، ص 160-161).

### 3-6- أهمية الدافعية في المجال الرياضي:

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام الناس جميعا. في سنة 1908، اقترح "وود ورث" في كتابه: علم النفس الديناميكي ميدانا حيويا للدراسة اطلق عليه علم النفس الدافعي أو علم الدافعية وفي سنة 1960م، تنبأ "فينكي" بأن الحقيقة التالية من تطور علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية.

وفي سنة 1982م، اشار كل من "ليولن ويلوكر" في كتابيهما: سيكولوجية التدريب بين النظرية والتطبيق، الى أن البحوث الخاصة بموضوع الدافعية تمثل حوالي 30٪ من اجمالي البحوث التي اجريت في مجال علم النفس الرياضي خلال العقدين الآخرين.

وفي سنة 1983م، أشار "وليام وارن" في كتابه التدريب والدافعية، أن استتارة الدافع للرياضي يمثل 70٪ - 90٪ من اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخططية ثم يأتي دور الدافعية ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات، وللتدريب عليها بفرض صقله وإتقانها. (40). ([www.elazayem.com](http://www.elazayem.com) 15/03/2008).

**4-المراهقة:** تعتبر أيضا المراهقة مرحلة من المراحل الاساسية في حياة الانسان، وأصعبها لكونها تشمل عدة تغيرات وعلى كل المستويات وتتميز كذلك بتغيرات عقلية واخرى جسمانية، اذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير منظم وقلة التوافق العضلي العصبي، بالإضافة الى النمو الانفعالي والتخيل والحلم.

**4-1-تعريف المراهقة:** كلمة لاتينية ومعناها التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي، كما يستخدم في علم النفس مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة (مرحلة الاعداد لفترة المراهقة) الى مرحلة الرشد والنضج، فالمرهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة الى التاسع عشر تقريبا او قبل ذلك بعام او عامين او بعد عام او عامين أي (بين 11—21 سنة). (حامد عبد السلام زهران: 2001- ص، 323).

**4-2- أهمية دراسة المراهقة:** تعود أهمية دراستنا لمرحلة المراهقة الى انها مرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الاجتماعية اذ يتعلم فيها الناشئون تحمل المسؤوليات الاجتماعية وواجباتهم كمواطنين في المجتمع، كما أنهم يكونون افكارهم عن الزواج والحياة الاسرية. وبالزواج يكتمل جزء كبير من دورة النمو النفسي العام حيث ينشأ منزل جديد وتتكون اسرة جديدة، ومن ثم يولد طفل وبالتالي تبدأ دورة جديدة لحياة شخص اخر تسير من المهد الى الطفولة الى المراهقة الى الرشد.... وهكذا تستمر الدورة في الوجود ويستمر الانسان في الحياة. ولا شك ان دراسة سيكولوجية المراهقة مفيدة للمراهقين وايضا للوالدين والمربين ولكل من يتعامل مع السباب، ومما لا جدال فيه ان الصحة النفسية للفرد طفلا فمراهقا ذات أهمية بالغة في حياته وصحته النفسية راشدا فشيخا. (حامد عبد السلام زهران. 2011.ص329).

#### 4-3- مراحل المراهقة:

ونحن إذا نتحدث عن المراهق وحدة متكاملة مع ما قبلها ومع ما بعدها من مراحل النمو، فإن بعض الدراسات تقسمها تقسيما اصطلاحيا إلى ثلاث مراحل فرعية، تقابل المراحل التعليمية التالية:

- مرحلة المراهقة المبكرة ما بين (14.13.12) سنة وهي تقابل مرحلة التعليم المتوسط.
- مرحلة المراهقة المتوسطة ما بين (17.16.15) سنة وهي تقابل مرحلة التعليم الثانوي.
- مرحلة المراهقة المتأخرة ما بين (20.19.18) سنة وهي تقابل مرحلة التعليم الجامعي.

وهكذا فإن المراهقة تنتهي في حوالي السنة الحادية والعشرين حين يصبح الفرد ناضجا جسميا وفيزيولوجيا وانفعاليا واجتماعيا. (حامد عبد السلام, 1972ص2).

#### 4-4- خصائص المراهقة:

**النمو العقلي:** يلاحظ نمو القوى العقلية كالحكم، التعديل، الفهم، الذاكرة والتركيز. وقد أكد العلماء أن المراهق في هذه المرحلة يصل إلى الشكل المجرد، حيث يصبح المراهق قادرا على استخدام المفاهيم المجردة، وهو ما بين مرحلة التصور القبلي أو التفكير المنطقي. ومن خصائص هذه الفترة قدرة المراهق على الانتباه. (فاخر عاقل, 1978ص124).

**النمو الانفعالي:** يجمع علماء النفس أن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن انفعالات الطفل، إن ظهور انفعالات المراهق ناتجة لقبول الحياة الجديدة، بحيث أنه يرفض الاستمرار للخضوع لسلطة الكبار، لأنه يشعر بنمو جسمي وعقلي، ويجد نفسه قادرا على أن يفكر بنفسه وتكون له آراء خاصة، ويزداد شعور المراهق بذاته والخوف عندما يتعرض للخطر، وتمتاز هذه المرحلة بانفعالات عنيفة، إذ نجد المراهق يثور لأنفاه الأسباب، ومرجع هذه الظاهرة هو النمو الجسمي السريع، فالتغيرات المفاجئة التي تصحب البلوغ تؤثر على التحكم في المظاهر الخارجية لحالاته الانفعالية بالإضافة إلى أن الانفعالات تنشأ مادة متضاربة بسبب ما يتعرض له المراهق من حالات مختلفة منها اليأس والحزن والآلام النفسية. وما يميز هذه المرحلة أيضا تكون بعض العواطف الشخصية كالاعتزاز بالنفس، وتكون بعض العواطف المجردة التي تدور حول موضوعات معنوية كالتضحية والدفاع عن النفس. (عبد العزيز صالح, 1976ص115).

**النمو الاجتماعي:** هو القدرة على الاتصال والتواصل مع الآخرين، وتتميز الحياة الاجتماعية في المراهقة بأنها المرحلة التي تسبب تكوين العلاقة الصحيحة التي يصل إليها المراهق في مرحلة الرشد، وتزايد أهمية العلاقة من جهة ويزداد تأثيرها في مجال حياته وسلوكه، لهذا أعتبر النمو الاجتماعي من الأمور الأساسية في هذه المرحلة، أعطاه العلماء اهتماما كبيرا استطاعوا اكتشاف الكثير من أخطائها والتي أثبتها مصطفى فهمي في ثلاث عناصر أساسية هي:

- ميل المراهق في السنوات الأولى إلى مسايرة المجموعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يظهر بظهورهم، وأن يتصرف كما يتصرفوا ليتجنب إلى كلما يؤدي إلى إثارة النزاع بينه وبين أفرادا لجماعة، ويجعل من احترامه لهم وخضوعه للأفكار نوعا من تحقيق الشعور بالإثم الناجم عن عدم طاعته لوالديه ومدرسيه

- شعور المراهق بالمسؤوليات على عاتقه نحو الجماعة التي ينتمي إليها، فيحاول أن يقوم ببعض الخدمات وبعض الإصلاحات في تلك الجماعة بنية التفويض بها، وهذه الصدمات تجعله لا يرغب بالقيام بأي محاولات أخرى، ويزداد هذا الشعور شدة حتى ينتقل من المجتمع الصغير إلى المجتمع العام

- اختيار الأصدقاء، أي ما يطلبه المراهق من صديقه هو أن يكون قادرا على فهمه، ويظهر له الود والحنان مما يساعده في التغلب على مشاكله، وعلى حالات الضعف لديه . ففي بعض الأحيان يكون الصديق أكبر منه ويشترط عدم السلطة المباشرة والعلاقة تكون مبنية على الود والاحترام. (محمد حسن علوي, 1992ص174).

**النمو الجسمي:** إن النمو الجسمي عند المراهق يظهر من الناحيتين، وهما الناحية الفيزيولوجية وتشمل النمو والنشاط في الغدد والأجهزة الداخلية التي توافق بعض المظاهر الخارجية من الناحية الجسمية كالزيادة في الطول والحجم والوزن، حيث يتأخر نمو الجهاز العضلي عن الجهاز العصبي بمقدار سنة تقريبا، مما يسبب للمراهق تعباً وإرهاقا، كما أن سرعة النمو في الفترة الأولى من المراهقة تجعل حركاته غير دقيقة، وميلانه نحو الكسل والتراخي.

**النمو الجنسي:** في هذه المرحلة تنمو الغدد الجنسية، وتصبح قادرة على أداء وظائفها في التناسل... ويطلق على مظاهر النضج الجنسي عندا لبنين والبنات الصفات الجنسية الأولية. (عبد الرحمان محمد العيسوي, 1999ص126).

## 5-الدراسات السابقة والمشابهة:

بعد اطلاعنا على الكثير من المواضيع في مختلف المعاهد خاصة معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وجدنا بعض الدراسات المشابهة ومن بينها:

- **الدراسة الأولى:** عبد الله عادل راغب شراب: بعنوان التحقق من فعالية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوي. وهي مذكرة لنيل: درجة الدكتوراه القاهرة سنة 2013.

- **التساؤل العام:** ما مدى فعالية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوي.

- **الهدف العام:**

تهدف هذه الدراسة الى التحقق من فعالية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوي.

- المنهج التبع: هو المنهج الوصفي لكونه يتلاءم مع طبيعة المشكلة المدروسة والمنهج التجريبي.
- عينة الدراسة: وهم افراد المجموعة الضابطة وافراد المجموعة التجريبية، عددها (32) طالبا، منهم (16) طالبا يمثلون العينة الضابطة و(16) يمثلون العينة التجريبية، اختيروا من مدرسة الواحدة.
- الادوات المستخدمة: مقياس
- اهم النتائج المتوصل اليها:
- اعتماد البرنامج التدريبي المستخدم في هذه الدراسة ضمن برامج التربية التي يقدمها المرشد الطلابي في المدرسة من اجل تنمية الثقة بالنفس وتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوي.
- التركيز على الجوانب الاجتماعية كغيرها من الجوانب المعرفية والانفعالية عند طلاب المرحلة الثانوية.
- الدراسة الثانية: حسام الحامدي: بعنوان دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات النفسية لدى تلاميذ البكالوريا، وهي مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر -مسيلة. 2016/2015
- الهدف العام من الدراسة:
- معرفة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في مهارات التصور العقلي وتركيز الانتباه، الاسترخاء ومواجهة القلق، الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ البكالوريا.
- التساؤل العام: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في بعض المهارات النفسية؟
- التساؤلات الجزئية:
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في مهارتي التصور العقلي وتركيز الانتباه لدى تلاميذ البكالوريا.
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في مهارتي الاسترخاء ومواجهة القلق لدى تلاميذ البكالوريا.
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في مهارتي الثقة بالنفس والدافعية لدى تلاميذ البكالوريا.
- المنهج وأداة وعينة الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي وذلك بالاستعانة بمقياس المهارات النفسية والذي تطبق على عينة عشوائية بلغت 133 تلميذ من مرحلة البكالوريا ينتمون الى ثانويات دائرة بن سرور.
- أهم النتائج المتوصل اليها:
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في مهارات
- التصور العقلي وتركيز الانتباه، الاسترخاء ومواجهة القلق، الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ البكالوريا.
- الاقتراحات المتوصل اليها:
- ضرورة تكوين الأساتذة في مختلف النواحي المعرفية وكذا النفسية لما لها تأثير على التلاميذ.

- مراعاة الفترة العمرية للتلاميذ اثناء تعليمهم للمهارات وخاصة المهارات النفسية.
- ادراج اهداف ضمنية مرتبطة بالمهارات النفسية في حصص التربية البدنية والرياضية بما يتناسب مع القدرات البدنية والحركية والنفسية وحسب المستويات الاجتماعية والاقتصادية، فكل جانب من الجوانب التي يعيش فيها الفرد تأثر عليه بشكل مباشر او غير مباشر.

**الدراسة الثالثة:** مزارى عبير بعنوان: دور الارشاد النفسي الرياضي في تحقيق الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. 2016/2015

**الهدف العام من الدراسة:**

- محاولة تقييم واقع الارشاد الرياضي في أوساط فريق امل بوسعادة.
- لتركيز على أهمية ودور الارشاد النفسي في كرة القدم.
- معرفة ما إذا كان الارشاد النفسي دور في زيادة الثقة بالنفس لدى لاعبين.
- احاطة ومحاولة اثاره الموضوع لدى الباحثين قصد البحث أكثر فيه.

#### تساؤلات الدراسة:

- 1 التساؤل العام:** هل توجد علاقة بين الارشاد النفسي والثقة بالنفس لدى لاعبين كرة القدم؟
- 2 التساؤلات الجزئية:**
  - ما واقع الارشاد النفسي الرياضي لدى كرة القدم؟
  - ما مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم؟
  - هل الارشاد النفسي الرياضي قبل المنافسة علاقة بزيادة الثقة بالنفس؟
  - هل الارشاد النفسي الرياضي اثناء المنافسة علاقة بزيادة الثقة بالنفس؟
  - هل الارشاد النفسي الرياضي بعد المنافسة علاقة بزيادة الثقة بالنفس؟

**المنهج المتبع في الدراسة:** تم استخدام المنهج الوصفي لمناسبة هذا النوع من البحوث.

**عينة الدراسة:** تم اختيار العينة بطريقة قصدية المتكونة من لاعبين كرة قدم لفرقة امل بوسعادة.

**أدوات الدراسة:** اعتمد الباحث على الاستبيان.

#### أهم النتائج:

- أن الارشاد النفسي له دور فعال في تحقيق الثقة بالنفس وتعزيزها لدى لاعبين كرة القدم.
- الارشاد النفسي دور كبير في تحسين المستوى وزيادة في النتائج ويساعد الاعبين في تحطيم بعض العقبات.

**الاقتراحات المتوصل اليها:**

- يجب اقحام الارشاد النفسي المبني على أسس علمية وبشكل ضروري في اكمال العملية الارشادية.
- ان الاستعانة بمختصين في تقديم المساعدة قصد افادة الاعبين بخدمات الارشاد النفسي امر مهم.
- وضع مرشد نفسي لتحضير وارشاد الاعبين لأنها لأدرى بحالاتهم النفسية
- بدية تقديم الارشاد النفسي للناشئين لزيادة الثقة لديهم.
- العمل على مساعدة الاعبين على زيادة مستوى الثقة بالنفس لديهم وذلك بتخطيط برنامج ارشادي من طرف مختصين.

**الدراسة الرابعة:** صاحب الدراسة معمر فاروق بعنوان: التحضير النفسي ودوره في الرفع من الدافعية وتعزيز الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

#### الهدف العام من الدراسة:

- الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في غرس الثقة بالنفس واعطاء الدافعية نحو تقديم الافضل في المنافسات.
  - الوصول الى مختلف قيم التحضير النفسي.
  - ابراز الاهمية التي يلعبها التحضير النفسي على المردود الرياضي في المنافسات.
  - اضافة مرجع زائد للمكتبة واثرائها وكذا الاستفادة منها مستقبلا.
- التساؤل العام:** هل للتحضير النفسي المطبق على لاعبي كرة القدم الجزائرية دور في الرفع من دافعتهم وتعزيز الثقة بالنفس؟

التساؤلات الجزئية: - هل وجود اخصائيين نفسانيين في فرق كرة القدم الجزائرية ضروري لتحضير النفسي؟

- هل لتحضير النفسي الجيد يساعد في الرفع من الدافعية لاعبي كرة القدم الجزائرية؟

- هل للتحضير النفسي الجيد يعزز من الثقة بالنفس عند لاعبي كرة القدم الجزائرية؟

**المنهج المتبع:** المنهج الوصفي.

**عينة الدراسة:** اختار خمسة وثمانون 85 لاعبا في اربعة 04 فرق مختلفة التي تنشط في الجهوي الثاني المجموعة الاولى {ترجي تيمزريت، سريع سيدي عيش، شببية تيشي، اولمي اقبو} وكانت جميع الاسئلة موحدة بين اللاعبين.

**الادوات المستخدمة:** استبيان

**اهم النتائج:**

- وجود أخصائيين نفسانيين في فرق كرة القدم الجزائرية ضروري للتحضير النفسي.
- يجب قياسات الانفعالية للاعبين واخذها بعين الاعتبار في التحضير.
- اتباع طرق عصرية في تحضير الفريق اما الجانب البدني والخططي وخاصة الجانب النفسي.
- اعطاء الفرق الجزائرية الاهمية التطبيقية للمفهوم الصحيح للتحضير النفسي.

#### اقتراحات وتوصيات:

- إلزام المدربين بالبحث والتحقيق عل كل ما هو مفيد في المجال النفسي الرياضي.
- تهيئة الجو المناسب للعمل الاخصائي النفسي.
- **الدراسة الخامسة:** صاحب الدراسة بن ضياف مروان مذكرة لنيل شهادة الماستر، 2014-2015  
بعنوان: دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق بعض الحاجات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

#### الهدف العام من الدراسة:

- التعرف على مستوى بعض الحاجات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي.
- إيضاح العلاقة بين التربية البدنية والرياضية وبعض الحاجات النفسية.
- إيضاح الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق بعض الحاجات النفسية.
- الكشف على المشاكل والتوترات النفسية الناتجة عن عدم إشباع الحاجات النفسية التي تحدث عند غياب ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

- **التساؤل العام:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير ممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق بعض الحاجات النفسية؟

#### - الأسئلة الجزئية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير ممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق حاجة الانتماء؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير ممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق حاجة الاستقلالية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير ممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق حاجة الكفاءة؟

**المنهج المتبع:** اتبع الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي.

**عينة الدراسة:** تمثلت عينة الدراسة في 160 تلميذ ، 80 تلميذ منهم ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية تم اختيارهم بطريقة عشوائية من بين التلاميذ الممارسين في الثلاث ثانويات سالفة الذكر مع المراعاة في ذلك استثناء التلاميذ الذين تمت عليهم الدراسة الاستطلاعية ، و 80 تلميذ غير ممارس لحصة التربية البدنية و الرياضية تم أخذهم بأسلوب المسح الشامل ما عدا بعض التلاميذ و عددهم (09) ، 06 تلاميذ منهم أجريت عليهم الدراسة الاستطلاعية و 03 تلاميذ لم يحضروا أثناء تطبيق الدراسة الأساسية و تعذر العثور عليهم لأسباب خاصة بهم .

**أداة جمع البيانات والمعلومات:** استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس الحاجات النفسية.

#### أهمية الدراسة:

تشمل أهمية هذه الدراسة على العديد من النقاط وتلقي الضوء على عدة جوانب، حيث أنها تكشف مستوى تحقيق الحاجات النفسية لدى شريحة هامة تعتبر عماد المجتمع ألا وهي تلاميذ الطور الثانوي، كما تبرز الدراسة الأهمية الكبيرة لحصة التربية البدنية والرياضية خاصة في تحقيق بعض الحاجات النفسية الأساسية (الانتماء، الاستقلالية، الكفاءة)، وبالتالي إشباع حالات التوتر الناجمة عن عدم تحقيق تلك الحاجات، مما يخلق التوازن في نفسية الفرد وسلوكه ونموه السليم.

#### اقتراحات وتوصيات:

- زيادة الحجم الساعي لحصة التربية البدنية والرياضية، واعطاؤها الأهمية التي تستحقها.
- نشر الوعي لدى المجتمع والأولياء وجميع أفراد العائلة التربوية من مدراء وأساتذة ومراقبين، وبدرجة كبيرة لدى التلاميذ.
- توفير الوسائل والمنشآت اللازمة للممارسة الفعالة، والتي من شأنها المساهمة في تحقيق حصة التربية البدنية والرياضية لأهدافها.

#### ❖ كيفية الاستفادة من الدراسات المشابهة في توجيه الدراسة الحالية:


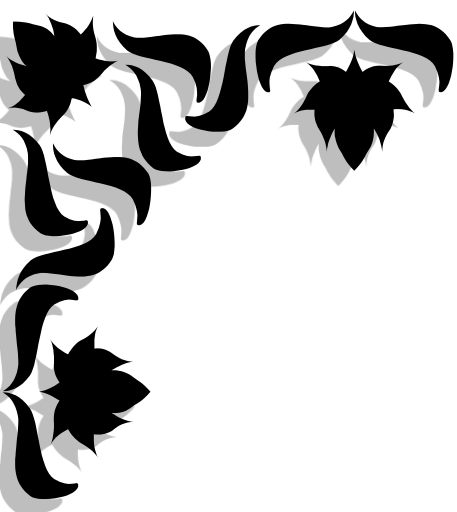
- من خلال عرض هذه الدراسات التي أنجزت في هذا الصدد على عينات مختلفة وما جاءت به من استنتاجات حول معرفة مدى فعالية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية، (وهو موضوع الدراسة الأولى) فقد تبين لنا ان النتائج هذه الدراسة تحقق الفرضية الأولى ان حصة التربية البدنية والرياضية تنمي صفة الثقة بالنفس ودفع التلاميذ للممارسة النشاط البدني.
- اما الدراسة الثانية: فتطرت الى دراسة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض الصفات النفسية فقد توصلت الى ان التربية البدنية والرياضية تساهم ولو بالشيء القليل في تنمية الصفات النفسية لدى المراهقين.
- اما الدراسة الثالثة: فتطرت حول دور الارشاد النفسي الرياضي في تحقيق الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم فهي تبين لنا ان الارشاد النفسي له دور فعال في تحقيق الثقة بالنفس وتعزيزها.

-الدراسة الرابعة: فطرقت الى التحضير النفسي ودوره في الرفع من الدافعية وتعزيز الثقة بالنفس فقد تبين لنا ضرورة تكوين التلميذ في مختلف النواحي المعرفية وكذا النفسية كما توضح تحقيق الفرضية العامة لدراستنا.

-الدراسة الخامسة: تناول فيها دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق بعض الحاجات النفسية لدى تلاميذ طور الثانوي، تشمل أهمية هذه الدراسة على العديد من النقاط وتلقي الضوء على عدة جوانب للتلميذ وتحقق حاجاته النفسية.

كل تلك المؤشرات جعلت بحثنا هذا يقف على أهم نتائج هذه الدراسات ويسايرها في النقاط المشتركة مع الدراسة الحالية، ومن هنا يرى الباحث أن هذه الدراسات لم تتطرق إلى طبيعة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض الصفات النفسية لدى تلاميذ البكالوريا بشكل خاص، وقد كانت انطلاقة الباحث في الاستفادة من هذه الدراسات في عدة أمور من أهمها:

- تحديد وصياغة مشكلة الدراسة.
- وضع فروض للدراسة.
- ساهمت أيضا في إعداد الجزء النظري.
- كما ساعدت الباحث في تحديد إجراءات البحث، واختيار المنهج العلمي المناسب وعينة البحث، أدوات جمع البيانات، الأسلوب الإحصائي المناسب للدراسة.
- تصميم استمارة الاستبيان وتحديد المحاور الأساسية.
- ساعدت الباحث في معالجة البيانات وتفسير النتائج.
- تحديد الأساليب الإحصائية المناسبة.
- ساعدت الباحث أيضا في التعرف على المراجع العلمية التي يمكن الرجوع إليها والاعتماد عليها لإثراء الدراسة بالمعلومات والمعارف اللازمة.



# الفصل الثاني

الإطار العام للدراسة



## 1-الكلمات الدالة في الدراسة:

## 1-1-حصة التربية البدنية والرياضية :

أ/اصطلاحاً: هي الشكل الأساسي التي تتم فيه عملية التربية والتعليم في المدرسة من خلال مزاوله الأنشطة الرياضية في المؤسسة التعليمية، وتتميز بعدة خصائص حيث أنها محددة زمانياً تبعاً للقانون المعمول به. كما أنها جزء من الوحدة متكاملة وهي المنهاج الذي تؤدي فيه الحصة وظيفة هامة وهي عنصر هام، تؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على تحقيق الأهداف المسطرة. (ناهد محمود سعد -نيللي رمزي فهم 2004 ص61)

ب/إجراءياً: حصة التربية البدنية والرياضية هي التي تتم فيها حصة الهدف الإجرائي للدرس وتستدعي معايير التنفيذ المرتبطة بالسلوك المنتظر، الذي يتم تفعيله في وضعيات تعلم مناسبة للهدف الإجرائي في إطار نشاط فردي أو جماعي يستدعي مهارات حركية وصفات نفسية مكيفة مناسبة لهذه النشاطات كدعامة للعمل.

## 1-2- الثقة بالنفس :

أ/اصطلاحاً: الثقة بالنفس سمة تشتق من أحكام أو تقديرات الشخص لصورة نفسه أو ذاته أو تصوره عن نفسه. (عادل عبد الصير علي: 1999, ص41).

ب/إجراءياً: هي اعتقاد التلميذ أو اللاعب وتأكيد من أنه يمتلك الثقة الرياضية، القدرة والمهارة في اداء رياضي معين.

## 1-3- الدافعية :

أ/اصطلاحاً: الدافعية هي مصطلح يعبر عن مجموعة العوامل التي تلعب دوراً في إثارة سلوك الفرد. ويعرّف علم النفس الدافعية بكونها: العملية الفيزيولوجية والنفسية المسؤولة عن إثارة واستمرار أو كبت سلوك ما، فهي عملية من الناحية العصبية تعبر عن مستوى النشاط واليقظة عند الفرد، ومن الناحية النفسية تعبر عن القوى التي تؤدي إلى سلوك موجه نحو هدف والقوى التي تسمح بمثابرة هذا السلوك من أجل تحقيق الهدف المطلوب. ففي مجال النشاط البدني هناك اتفاق على أن الدافعية هي المصطلح المفترض المستعمل لوصف العوامل الداخلية والخارجية المعللة عن إثارة السلوك وتوجيهه والمثابرة.

(R.J, Valle rand et E. Thill : 1993. p :23) فيه

ويعرفها إريكسون: «أنها استعداد للفرد لبذل الجهد أو السعي في سبيل تحقيق أو إنشاء هدف معين، أما في حالة دخول هذا الاستعداد أو الميل إلى حيز التحقيق الفعلي أو الصريح، فذلك يعني الدافعية باعتبارها عملية نشطة". (عبد اللطيف محمد خليفة. ص67)

ب/إجراءياً: الدافعية عبارة عن القوة المحركة للسلوك وتوجيهه نحو تحقيق غايات معينة، ويشعر الفرد بحاجة إليها أو بأهميتها المادية أو المعنوية له. حيث استثارة هذه القوى المحركة بعوامل متعددة، قد تنشأ من داخل الفرد ذاته أو تنشأ من المحيط.

## 1-4- مرحلة المراهقة: (15 - 18 سنة):

هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج. (رابح تركي. 1990 ص 242 )

كما يعرفها "هرفي بيرنارد" بأنها عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها، وظاهرة اجتماعية في نهايتها. وتعد الفترة النهائية من النمو الإنساني وهي موافقة لفترة نمو الجسم مؤدية إلى حالة الرشد. (فؤاد البهي السيد. 1995، ص 253) /اجرائيا: تعتبر مرحلة اكتمال نهائي ونضج ورشد المراهق ليس جنسيا فقط بل جسميا وعقليا واجتماعيا. وبذلك يبدأ المراهق بتغيير ثوب الطفولة لارتداء ثوب الرجولة.

## 2- اشكالية الدراسة:

اهتمت العلوم الحديثة بالتربية العامة اهتماما كبيرا لما لها من أهداف بناءة تساعد على إعداد الفرد إعدادا سليما لجميع الجوانب الشخصية، سواء كانت عقلية أو نفسية أو اجتماعية. وبما أن التربية البدنية جزء من التربية العامة ومادة دراسية فهي تساهم من خلال أنشطتها البدنية والرياضية في تنمية قدرات المتعلم عن طريق اكتسابه لمهارات بدنية إضافة إلى المعارف والمهارات الاجتماعية التي تساعده على التفاعل مع غيره، إضافة لكونها المتنفس الوحيد للمراهق.

(محمود أحمد سيد، 2002، ص 90).

ونظرا لهذا الاهتمام بعلوم التربية، فقد عمدت العديد من الدراسات إلى تسليط الضوء على الدور الفعال الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض الصفات النفسية لدى المراهقين، مثلا كصفتي الدافعية والثقة بالنفس.... كما يوضح " سانج " عام 1977 ان احد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها الى فئتين عريضتين هما : الدافع الداخلي ويعني انه المكافاة الداخلية اثناء الاداء , ويعبر الاداء عن هذا المعنى " مارتنز " عام 1980 عندما يقرأ ان الدافع الداخلي يعتبر جزءا مكتملا لموقف التعلم وخاصة اذا كان الفرد يسعى للتعلم مستمعا بالحصول على المعرفة وليس هدفه من التعلم المكافاة الخارج

ية , ويتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي عندما نلاحظ اقبال الناشئ على ممارسة نشاط معين او الانضمام لفريق رياضي بدافع الرغبة والحب في الممارسة , اما الدافع الخارجي فيقصد به حصول اللاعب على مكافاة خارجية جراء الاداء والممارسة , وان السبب الرئيسي للاستمرار في الممارسة والاقبال على الاداء الرياضي هو المكافاة الخارجية المنتظر ان يحصل عليها , اذن عادة تقابل الدافعية الداخلية الدافعية الخارجية , فالشخص المحفز داخليا يتصرف حتى يتحصل على مكافآت مرتبطة بالفعل ذاته , فاهتمامه اذن مركز على تأدية الدور , بمعنى البحث عن اللذة التي قد يشعر بها اثناء القيام بالفعل الرياضي . اما الشخص المحفز خارجيا فهو يتصرف حتى يتحصل على مكافآت خارجية عن فعله، فاهتمامه اذن يتركز في هذه الحالة على الحصول على مكافآت مرتبطة بالفعل لا على الدور في حد ذاته

(اسامة كامل راتب , 1990 , ص 38).

من جهة اخرى نجد صفة **الثقة بالنفس**، حيث يرى الكثير من الرياضيين ان الثقة بالنفس هي الاعتقاد في تحقيق المكسب او الفوز , وهذا اعتقاد خاطئ , وربما يقود الى المزيد من الافتقاد الى الثقة بالنفس او الثقة الزائدة . ولكن

المفهوم الصحيح للثقة بالنفس يعني توقع الرياضي الواقعي لتحقيق النجاح, فالثقة بالنفس لا تعني ماذا يأمل ان يفعله الرياضي, ولكن ماهي الاشياء الواقعية التي يتوقع عملها, كما يلاحظ في مجال الممارسة الرياضية ان هناك بعض الرياضيين يكونون غير واثقين من انفسهم أي يعوزهم الثقة بالنفس بينما هناك بعض الرياضيين يتميزون بدرجة مبالغ فيها من الثقة بالنفس او الثقة الزائفة, ويوجد فريق ثالث من الرياضيين لديهم مقدار من الثقة في النفس, وهذا هو المستوى المرغوب فيه من الثقة. (كامل راتب, 2004, ص 337).

ويعتبر التفكير بثقة واحدة من اهم الجوانب. فالثقة تتأثر الى حد كبير بالتفكير في استطاعتك في تحقيق الاهداف. عندما تفكر ايجابيا فان جسمك يستجيب على نحو أفضل بسلوك يتميز بالثقة. ولقد عبر عن المعنى السابق للاعب المارثون العالمي " بل رود جرز" عندما قال: {إذا فكرت انني أستطيع المكسب ..... فان ذلك حتما سيحدث}.

فنحن عندما نتحدث عن اللعب دائما ما يكون التلميذ هو مصدر العملية البحثية وقد تحدثنا كذلك عن الدافعية والثقة بالنفس واءراء العلماء حول اهميتهما ودورهما في حياة التلاميذ وهذا من خلال ما تم الاطلاع عليه واستنتاجه في ميدان الدراسة وما سبق تقديمه من حقائق ومؤشرات نريد ابراز الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض الصفات النفسية لدى تلاميذ البكالوريا, ومن هذا المنطلق ووفقا لما سبق ذكره سلفا تم بناء تساؤلات الدراسة على النحو التالي:

## 2-1-التساؤل العام :

هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض الصفات النفسية (الثقة بالنفس والدافعية), لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟

## 2-2- التساؤلات الجزئية :

2-2-1- هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية الثقة في النفس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي (16-18 سنة) ؟

2-2-2- هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية الدافعية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي (16-18 سنة) ؟

## 2-3- أهداف الدراسة :

معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية وتعزيز الثقة بالنفس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في الدافعية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض الصفات النفسية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

## 2-4- أهمية الدراسة :

بما أننا لجأنا إلى دراسة هذا الموضوع فهذا نظرا لأهميته التي لا يختلف أحد عليها وهذا لكونه هاته المادة ألا وهي التربية البدنية والرياضية أصبحت لها مكانة هامة في شتى مراحل عمر الإنسان وهكذا كونها تساهم في تنمية القدرات

الاجتماعية والعقلية للتلميذ وخاصة في مراحل العمرية المقبلة كما أنها تساعد على تقوية بعض الصفات النفسية وبالتالي التطوع إلى آفاقه وطموحاته المستقبلية بأمان وارتياح وبالتالي يجب تدريسها للتلاميذ منذ الصغر ونظرا لتطور التغيرات التي تطرأ على التلاميذ في مرحلة المراهقة من تغيرات فيزيولوجية ونفسية, وتسليط الضوء على مستوى تطور الصفات النفسية كصفة أساسية من خلال البرنامج السنوي لحصة التربية البدنية والرياضية, وتوعية وتوجيه المسؤولين الى ضرورة توفير أفضل رعاية نفسية للمراهقين في مجال التربية البدنية والرياضية قررنا أن نتطرق في هذا البحث الى هاته الفترة وندرس مختلف التطورات.

## 2-5- فرضيات الدراسة :

من خلال التساؤلات التي طرحت في الإشكالية السابقة قمنا بوضع فرضيات كحلول مؤقتة للإشكالية المطروحة.

## 2-6- الفرضية العامة :

لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض الصفات النفسية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

## 2-7- الفرضيات الجزئية :

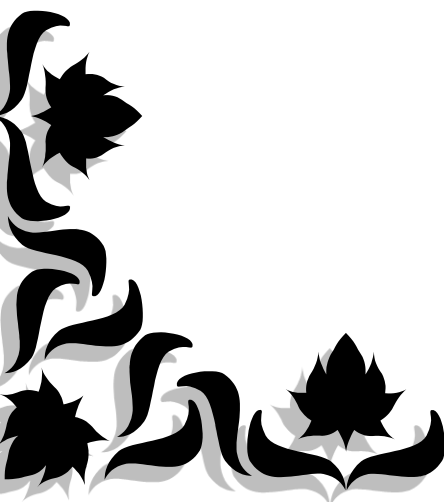
1- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية الثقة بالنفس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

2- لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية الدافعية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.



# الفصل الثالث

الإجراءات الميدانية للدراسة



## تمهيد:

بعد إنهاء الدراسة النظرية لبحثنا ، و ذلك بالاستعانة بالمراجع و المصادر المتمثلة في الكتب، و رسائل التخرج و كذلك مناهج التربية البدنية و الرياضية ،وذلك قصد تغطية بعض الجوانب الخاصة بدراستنا ، فإننا نباشر الآن في الجانب التطبيقي الذي سنحاول فيه أن نحيط بالموضوع من هذا الجانب، و ذلك بالقيام بدراسة ميدانية عن طريق توزيع استبيان على تلاميذ التربية البدنية و الرياضية بالطور الثانوي القسم النهائي(البكالوريا)،و الذي يتمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها ، ثم القيام بمناقشة و تحليل النتائج التي تحصلنا عليها ،بحيث نقوم بوضع جداول لهذه النتائج تتضمن عدد الإجابات، وكذلك تمثيلها في دوائر نسبية، و في الأخير نقوم بعرض الاستنتاج و نوضح فيه مدى صدق الفرضيات التي يتضمنها البحث.

**1- الدراسة الاستطلاعية :** تعد الدراسة الاستطلاعية الأولية التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة من اجل الإلمام بجوانب دراسته الميدانية، وبما أننا بصدد إجراء دراسة ميدانية، لا بد من إجراء دراسة استطلاعية كانت بدايتها :

- التعرف على المكان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسة.
- التعرف على كل ما يمكنه عرقلة عملنا، ومختلف الصعوبات المحتمل مواجهتها.
- تحديد العينة ومعرفة الأجواء المحيطة بها، ومختلف ظروفها.
- التقرب من أفراد العينة.
- القيام بالقياسات السيكومترية للأداة. (بن القمر هشام، 2016، ص 54)

وانطلاقا من إجراءنا للتربص الميداني في السنوات الماضية واحتكاكنا المباشر بالأساتذة المشرفين على التربية البدنية والرياضية، وما لاحظناه في ميادين حصة التربية البدنية والرياضية من بعض الصفات النفسية وكيفية تعامل الأساتذة معها، ومن خلال هذا قمنا باقتراحنا لهذا الموضوع قصد التعرف على دور الصفات النفسية في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية والذي تمت الموافقة عليه من طرف الأساتذة.

**2- مجالات الدراسة:**

**المجال المكاني:** تمت الدراسة بثانوية المجاهد طويري محمد ببلدية محمد بوضياف دائرة بن سرور بولاية المسيلة.

**الحيز الزمني:** لقد قمنا بإجراء هذه الدراسة من الاسبوع الاول لشهر فيفري 2019 الي غاية شهر مارس 2019.

**3- المنهج المتبع في الدراسة:**

نظرا لطبيعة الموضوع واستعمالنا للاستبيان اعتمدنا على المنهج الوصفي المسحي لإجراء الدراسة الميدانية الذي يعرف بانه مجموعة من الأسس والقواعد التي يتبعها الباحث من اجل الوصول إلى الحقيقة. ويقول عمار بوحوش "أنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة ". (عمار بوحوش، 2000، ص 137)

كما يعرف المنهج الوصفي بأنه عبارة عن استقصاء ينصب على أو ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها. (رابح تركي، 1984، ص 23)

والبحث الوصفي لا يقف عند حد تجميع البيانات وتبويبها وجدولتها، أي مجرد تواصل الحقائق والحصول عليها لكنه يتضمن قدرا من التفسير لهذه البيانات، أي محاولة ربط الوصف بالمقارنة والتفسير، وبذلك يمكن القول إن الدراسة الوصفية تسعى الى صياغة مبادئ هامة والتوصل الى حل المشاكل.

وتتم الدراسة الوصفية بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع والمظاهر كما تهتم بتحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الميول والآراء والمعتقدات عند الأفراد والجماعات وطريقة نموها وتطورها، كما تهتم أيضا بدراسة الظروف الاجتماعية والسياسية والاقتصادية والرياضية وغيرها في جماعة معينة أو مجتمع عين. (محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب، 1991، ص217)

#### 4- مجتمع الدراسة وعينة الدراسة:

##### 1- مجتمع الدراسة:

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بخصه أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تأخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث وذلك بغرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العين على المجتمع الأصلي المسحوب من العينة. (محمد نصر الدين رضوان، 2003، ص20)

ومجتمع دراستنا هذا يشمل تلاميذ التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي القسم النهائي (البكالوريا)، ببلدية محمد بوضياف بولاية مسيلة والبالغ عددهم 179 تلميذ من الجنسين موزعون على أربعة (04) شعب بثانوية المجاهد طويري محمد.

##### 2- عينة الدراسة:

العينة هي الوحدة المصغرة التي تمثل تمثيلا حقيقيا ليقوم الباحث بإجراء يحمل دراسته عليها.

(عبد اللطيف حمزة، 2003، ص20)

ومن أجل القيام بهذه الدراسة قمنا باختيار عينة الدراسة بالطريقة المسحية التي تعتبر أكثر العينات موضوعية ومصداقية في النتائج وهذا من أجل تحقيق أهداف الدراسة المطلوبة، وتم أخذ العينة من ثانوية المجاهد طويري محمد وقدرت عينة البحث بـ 179 تلميذ بمعدل ونسبة مئوية تقدر بـ 100% من المجتمع الأصلي،

#### الجدول رقم (1) يبين خصائص عينة الدراسة كالاتي:

المجموع	المجتمع
179	أفراد المجتمع
20	العينة الاستطلاعية
159	العينة الأساسية
%100	نسبة العينة

**4- متغيرات الدراسة:** ان اي موضوع من المواضيع الخاضعة للدراسة يتوفر على الاقل على متغيرين اولهما يسمى المتغير المستقل والاخر المتغير التابع.

**4-1- المتغير المستقل:** ان المتغير المستقل هو عبارة عن السبب في الدراسة وفي دراستنا المتغير المستقل هو حصة التربية البدنية والرياضية.

**4-2- المتغير التابع:** هو نتيجة التغير المستقل وفي هذه الدراسة المتغير التابع هو الصفات النفسية.

**5- أدوات جمع البيانات والمعلومات :**

**5-1- أدوات الجانب النظري:**

اعتمدنا في جمع المادة العلمية النظرية على عدة مراجع ومصادر عربية وأجنبية وبعض المذكرات تقترب من حيث القيمة العلمية ولها علاقة كبيرة بموضوع الدراسة.

**5-2- أدوات الجانب التطبيقي:**

**الاستبيان:**

تعتبر تقنية الاستبيان وسيلة للبحث بهدف جمع أقصى عدد من الآراء والأفكار حول موضوع الدراسة وذلك للإجابة على التساؤلات المطروحة والتحقق من الفرضيات المقترحة كحلول. والاستبيان هو أداة للحصول على البيانات حول المبحوث، فيتقدم الباحث بعدد من الأسئلة المكتوبة لخدمة أغراض بحثه، وعلى المبحوث أن يجيب على هذه الأسئلة بنفسه، والاستبيان قد يكون مقيدا أو مفتوحا أو مقيدا ومفتوحا معا. (عثمان حسن عثمان، 1998، ص 29)

يتكون الاستبيان من مجموعة من الأسئلة التي تم تقسيمها على أساس تساؤلات الدراسة وفرضياتها الفرعية حول دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض الصفات النفسية (الثقة بالنفس والدافعية) لدى تلاميذ الطور الثانوي (البكالوريا) متضمنة محورين أساسيين:

**- المحور الأول:** والذي شمل 09 أسئلة حول دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الثقة بالنفس.

**- المحور الثاني:** والذي شمل 09 أسئلة حول دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية صفة الدافعية

**6- إجراءات التطبيق الميداني:**

لقد قمنا بتوزيع الاستبيان على عينة البحث البالغ عددهم 179 تلميذ، حيث تم توزيع الاستبيان على مستوى اقسام البكالوريا وذلك بضبط يوم الامتحان النهائي للمادة الرياضة بتاريخ 24 و 25 افريل 2019م، و قد حرصنا على توزيع الاستبيان بأنفسنا و ذلك من خلال التوجه إلى الثانية و الاتصال المباشر بالأساتذة في موقع عملهم ، وتم تسليم الاستبيان لهم و توضيح الهدف من الاستبيان و الحث على الموضوعية و الدقة في الإجابة و قد بلغت جملة الاستبيانات التي وزعت على 179 تلميذ في حصة التربية البدنية و الرياضية على اقسام البكالوريا وكان عدد الاستبيانات مكتمل وهي 179 استبيان .

**7- الخصائص السيكو مترية (الصق والثبات) لأداة الدراسة:**

**7-1-الصدق:**

7-1-1-1- صدق الاتساق الداخلي:

لقد جرى التحقق من صدق المقياس عن طريق حساب الاتساق الداخلي للأسئلة، والذي يعتمد على حساب معامل الارتباط بيرسون بين العبارات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:  
 لجدول رقم (2): معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد

الدافعية		الثقة بالنفس	
الارتباط	السؤال	الارتباط	السؤال
*0.38	01	**0.58	01
**0.65	02	*0.49	02
**0.76	03	**0.65	03
**0.58	04	**0.52	04
**0.59	05	*0.34	05
**0.61	06	*0.29	06
**0.49	07	**0.45	07
*0.29	08	**0.55	08
**0.65	09	**0.65	09

\*\* دال عند ( $\alpha=0.01$ )، \* دال عند ( $\alpha=0.05$ )

يتضح من الجدول رقم (02): أن جميع معاملات ارتباط الاسئلة بالدرجة ابعادها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.01$ ) و ( $\alpha=0.05$ )، ما يعتبر مؤشرا على صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

7-2- الثبات:

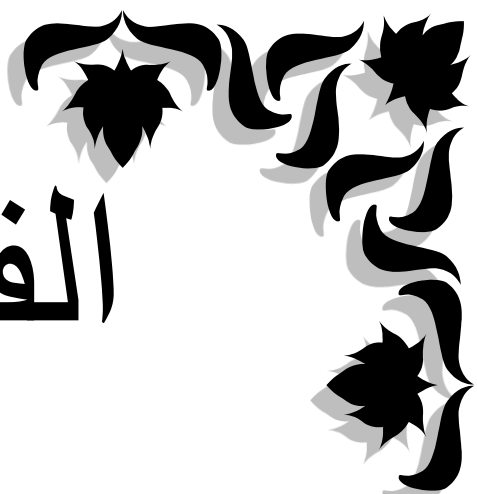
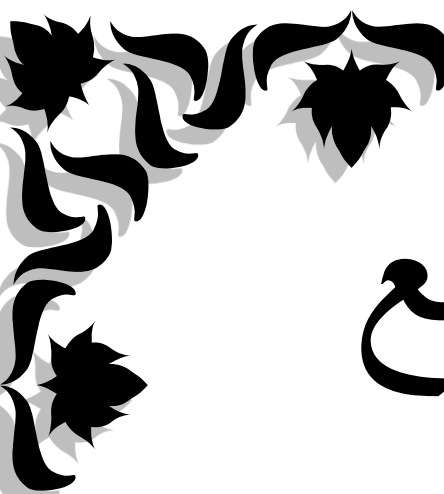
2-1- ألفا كرونباخ:

تم التأكد من ثبات المقياس عن طريق معامل الثبات لألفا كرونباخ والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

جدول رقم (3): معامل ألفا- كرونباخ لمحاور الاستبيان

معامل ألفا كرونباخ	المحاور
0.80	الثقة بالنفس
0.71	الدافعية

يتضح من الجدول رقم (03): أن قيم معامل ألفا كرونباخ للثبات انحصرت بين (0.71) كأدنى قيمة، و(0.80) كأعلى قيمة، وهذا ما يؤكد تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات وصلاحيته للاستخدام مع العينة النهائية للدراسة الحالية.



# الفصل الرابع

عرض النتائج

و

تفسيرها و مناقشتها



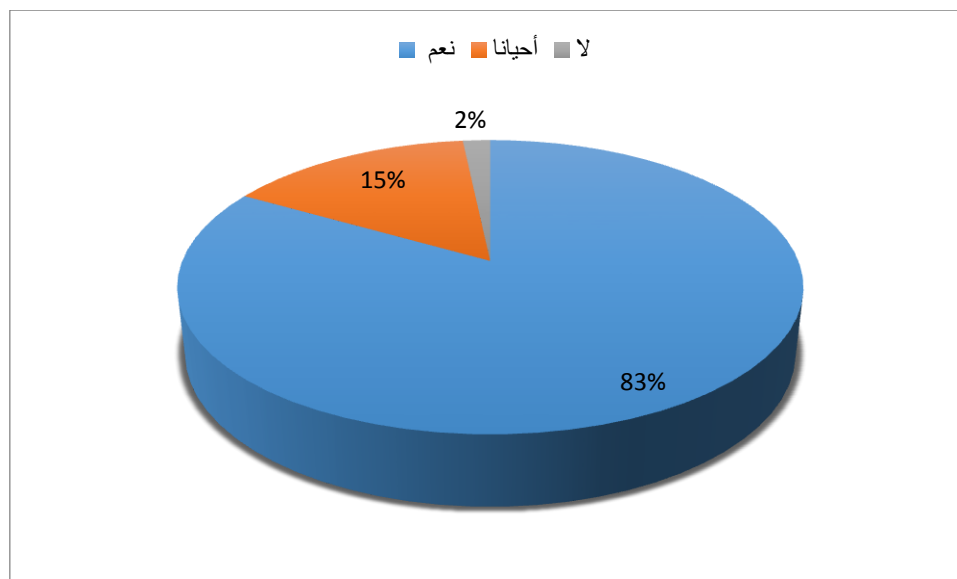
1-تحليل ومناقشة أسئلة الاستبيان

- المحور الأول: لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الثقة بالنفس.

- السؤال 01 : هل تتق في قدراتك أثناء حصة التربية البدنية؟

- الجدول رقم (4): يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 01
دالة عند 0.01	0.00	205.453	02	89.3	59.7	%83.2	149	نعم
				-32.7-	59.7	%15.1	27	أحيانا
				-56.7-	59.7	%1.7	3	لا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (01) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)

من خلال الجدول رقم (04) والشكل رقم (01) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (01) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم %83.2، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا

السؤال بالبدليل " أحيانا " بنسبة قدرت بـ 15.1%، وفي الاخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدليل " لا " بنسبة مئوية قدرت بـ 1.7%.

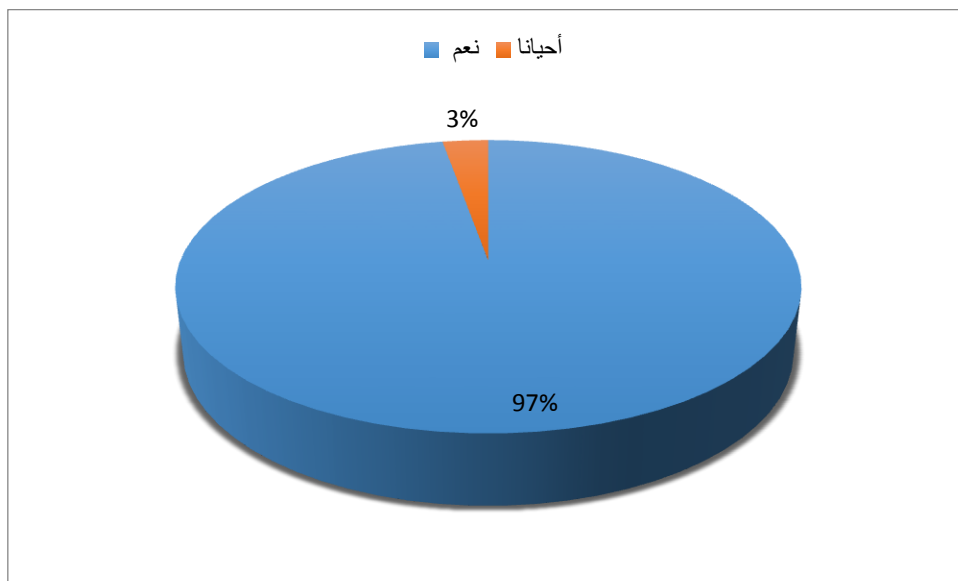
وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 205.453 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة يتقون في قدراتهم أثناء حصة التربية البدنية.

– السؤال 02: هل تشعر بالراحة النفسية عند ممارسة حصة التربية البدنية؟

– الجدول رقم (5) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 02
دالة عند 0.01	0.00	159.559	01	84.5	89.5	97.2%	174	نعم
				-84.5-	89.5	2.8%	5	أحيانا
				////		100%	179	الإجمالي



الشكل رقم (02) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)

من خلال الجدول رقم (05) والشكل رقم (02) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت الى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (02) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 97.2%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" بنسبة قدرت بـ 2.8%.

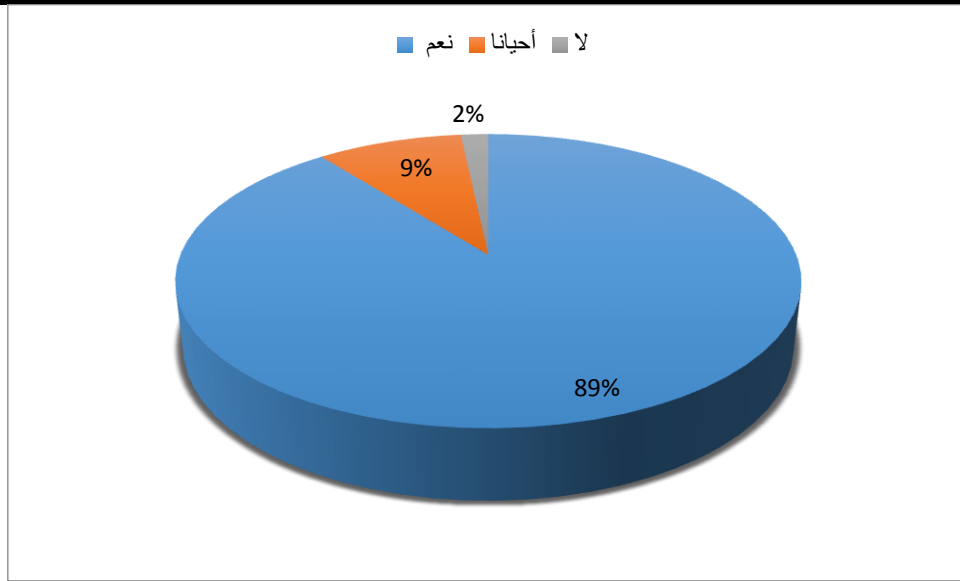
وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (01) قدرت بـ 159.559 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة يشعرون بالراحة النفسية عند ممارسة حصة التربية البدنية.

– السؤال 03: عند ممارستك لحصة التربية البدنية هل يزيد هذا من ثقتك بنفسك وبأستاذك؟

– الجدول رقم (6) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 03
دالة عند 0.01	0.00	254.492	02	100.3	59.7	%89.4	160	نعم
				-43.7-	59.7	%8.9	16	أحياناً
				-56.7-	59.7	%1.7	3	لا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (03) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)

من خلال الجدول رقم (06) والشكل رقم (03) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (03) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 89.4%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 8.9%، وفي الأخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "لا" بنسبة مئوية قدرت بـ 1.7%.

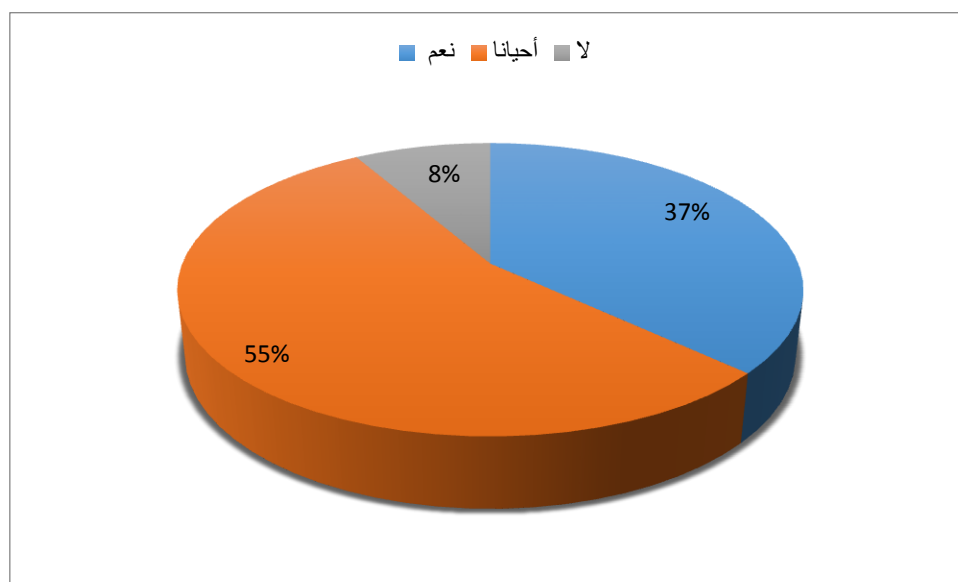
وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 254.492 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

**الاستنتاج:** نستنتج من خلال النتائج السابقة أن أغلب أفراد عينة الدراسة عند ممارستهم لحصة التربية البدنية يزيد هذا من ثقتهم بأنفسهم وبأستاذهم.

**السؤال 04:** هل الاهتمام بالمظهر الجسمي والهندام يزيد من ثقتك بنفسك لتحقيق نتائج ايجابية اثناء حصة التربية البدنية؟

- الجدول رقم (07) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 04
دالة عند 0.01	0.00	58.737	02	6.3	59.7	%36.9	66	نعم
				38.3	59.7	%54.7	98	أحيانا
				-44.7-	59.7	%8.4	15	لا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (04) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)

من خلال الجدول رقم (07) والشكل رقم (04) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (04) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم %36.9، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ %54.78.3، وفي الأخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "لا" بنسبة مئوية قدرت بـ %8.4.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 58.737 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة

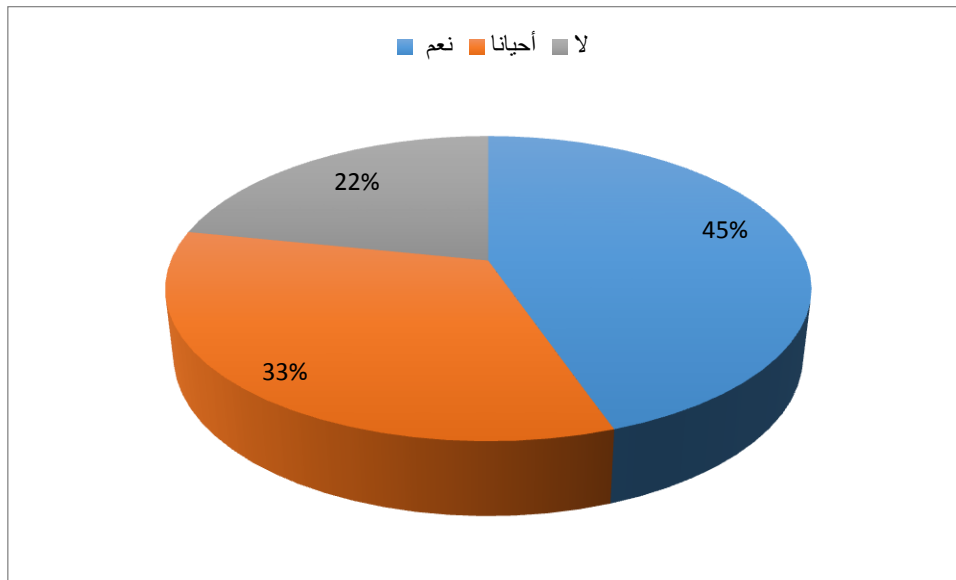
ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الثانية "أحياناً"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن معظم أفراد عينة الدراسة يرون بان الاهتمام بالمظهر الجسمي والهندام يزيد من ثقتهم بأنفسهم لتحقيق نتائج ايجابية أثناء حصة التربية البدنية.

- السؤال 05: عند اجراء دورات رياضية في المؤسسة هل تخشى عدم رضى الاخرين عند ادائك في هذه الدورة؟

- الجدول رقم (08) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (05)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 05
دالة عند 0.01	0.001	14.089	02	20.3	59.7	%44.7	80	نعم
				0.3	59.7	%33.5	60	أحياناً
				-20.7-	59.7	%21.8	39	لا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (05) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (05)

من خلال الجدول رقم (08) والشكل رقم (05) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (05) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 44.7%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا

السؤال بالبديل " أحيانا " بنسبة قدرت بـ 33.5%، وفي الاخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجابتهم على هذا السؤال بالبديل " لا " بنسبة مئوية قدرت بـ 21.8%.

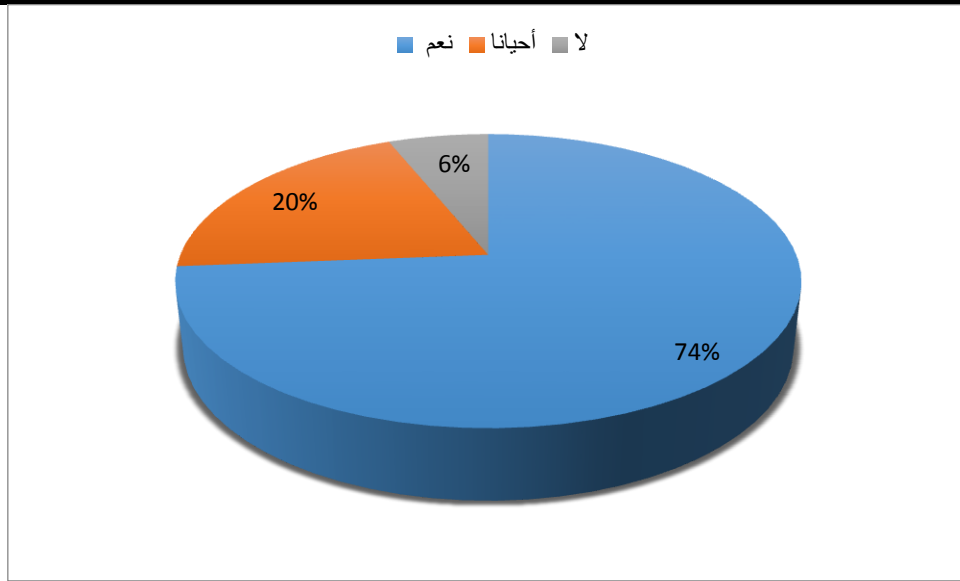
وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 14.089 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة عند اجراء دورات رياضية في المؤسسة يخشون عدم رضی الاخرين عند ادائهم في هذه الدورة.

-السؤال 06: هل تساهم حصة التربية البدنية في جعلك تتغاضى عن كلام الناس السلبي اتجاهك نحو المضى قدما دون الاهتمام بهم؟

-الجدول رقم (09) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (06)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 06
دالة عند 0.01	0.00	136.771	02	72.3	59.7	73.7%	132	نعم
				-23.7-	59.7	20.1%	36	أحيانا
				-48.7-	59.7	6.1%	11	لا
				////		100%	179	الإجمالي



الشكل رقم (06) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (06)

من خلال الجدول رقم (09) والشكل رقم (06) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (06) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 73.7%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 20.1%، وفي الأخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "لا" بنسبة مئوية قدرت بـ 6.1%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية ( $K^2$ ) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 136.771 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

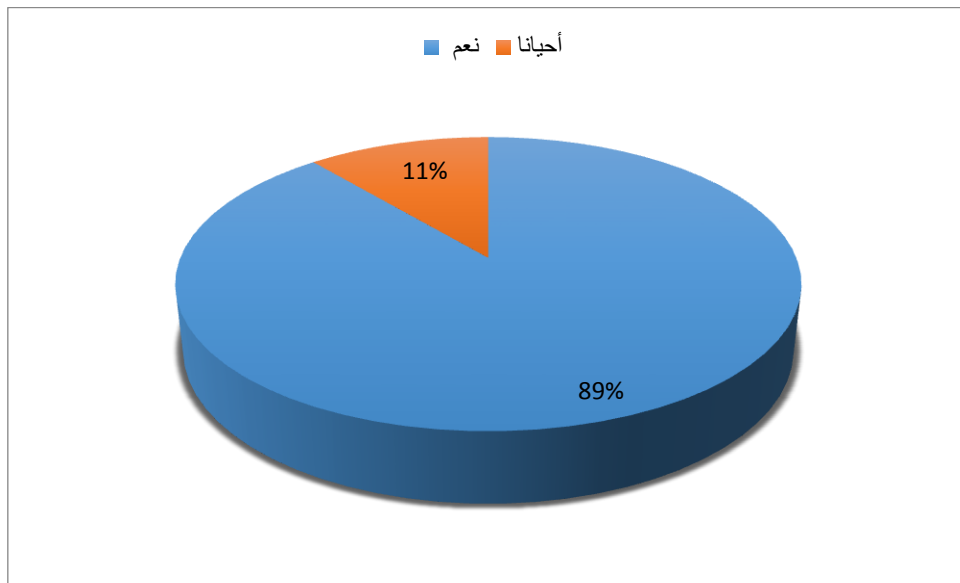
الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن أغلب أفراد عينة الدراسة يرون ان حصة التربية البدنية تساهم في جعلهم يتغاضون عن كلام الناس السلبي اتجاههم نحو الماضي قدما دون الاهتمام بهم.

– السؤال 07: عند تحقيق اهداف الحصة هل تشعر بالرضا عن نفسك وتزيد ثقتك بنفسك؟

– الجدول رقم (10) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)

القرار	مستوى	قيمة $K^2$	درجة	الفرق بين	التكرار	النسبة	التكرار	بدائل الإجابة
--------	-------	------------	------	-----------	---------	--------	---------	---------------

رقم السؤال	المشاهد	المنوية	المتوقع	التكرار المشاهد والمتوقع	الحرية	الدالة	
نعم	159	88.8%	89.5	69.5	01	0.00	107.939
أحيانا	20	11.2%	89.5	-69.5-			
الإجمالي	179	100%		////			



الشكل رقم (07) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)

من خلال الجدول رقم (10) والشكل رقم (07) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت الى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (07) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 88.8%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 11.2%.

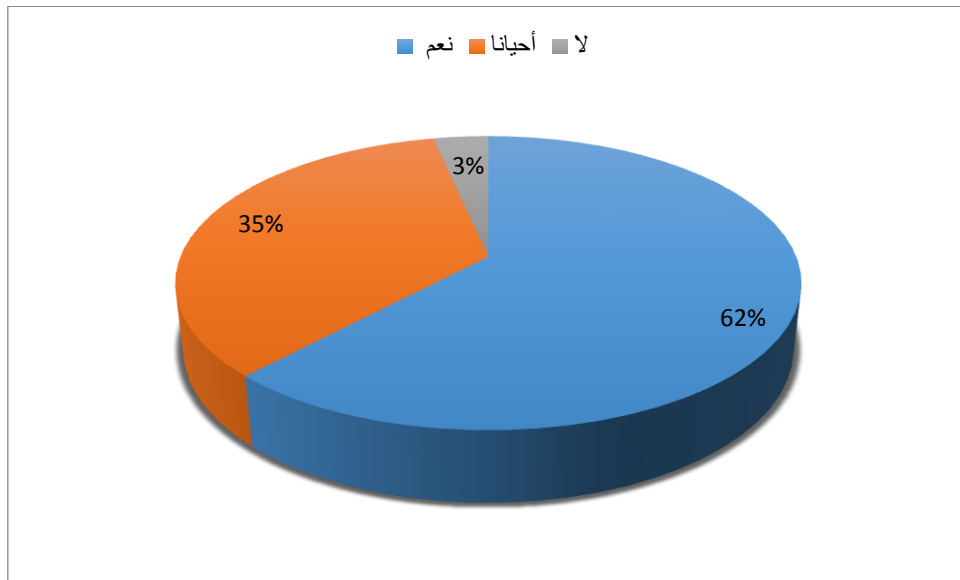
وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (01) قدرت بـ 107.939 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة عند تحقيق اهداف الحصة يشعرون بالرضا عن أنفسهم وتزيد ثقتهم بأنفسهم.

– السؤال 08: عند ممارستك لحصة التربية البدنية هل تشعر بالراحة قياساً بما يشعر به باقي الاعضاء؟

- الجدول رقم (11) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (08)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 08
دالة عند 0.01	0.00	92.525	02	51.3	59.7	%62	111	نعم
				2.3	59.7	%34.6	62	أحيانا
				-53.7-	59.7	%3.4	6	لا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (08) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (08)

من خلال الجدول رقم (11) والشكل رقم (08) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (08) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 62%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 34.6%، وفي الأخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "لا" بنسبة مئوية قدرت بـ 3.4%.

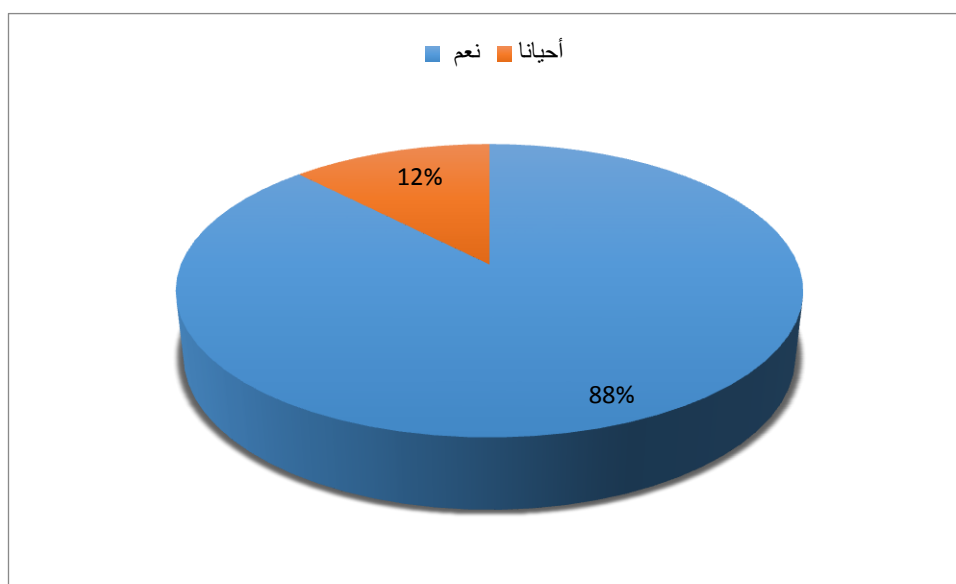
وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 92.525 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة عند ممارستهم لحصة التربية البدنية يشعرون بالراحة قياسا بما يشعر به باقي الاعضاء.

- السؤال 09: اثناء ممارستك لحصة التربية البدنية هل تشعر بان لك القدرة على التنافس معهم؟

- الجدول رقم (12) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 09
دالة عند 0.01	0.00	101.816	01	67.5	89.5	%87.7	157	نعم
				-67.5-	89.5	%12.3	22	أحيانا
				///		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (09) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09)

من خلال الجدول رقم (12) والشكل رقم (09) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت الى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (09) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم %87.7، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ %12.3.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (01) قدرت بـ 101.816 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة

ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن أغلب أفراد عينة الدراسة أثناء ممارستهم لحصة التربية البدنية يشعرون بان لهم القدرة على التنافس.

## 2-1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

- مناقشة نتائج الفرضية الأولى: لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الثقة بالنفس.

- الجدول رقم (13): تفسير نتائج الفرضية الأولى من خلال إجابات افراد عينة الدراسة

السؤال	كا2	الدلالة الإحصائية
السؤال رقم 1	205.453	دالة
السؤال رقم 2	159.559	دالة
السؤال رقم 3	254.492	دالة
السؤال رقم 4	58.737	دالة
السؤال رقم 5	14.089	دالة
السؤال رقم 6	136.771	دالة
السؤال رقم 7	107.939	دالة
السؤال 8	92.525	دالة
السؤال رقم 9	101.816	دالة

تنطلق الفرضية الاولى من اعتقاد ينص على أن لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الثقة بالنفس، وانطلقا من مختلف القراءات للدراسات السابقة والتراث النظري الفكري، والنتائج المتحصل عليها بطرائق إحصائية علمية في الجدول المشار إليه أعلاه رقم (13) فإن معظم قيم اختبار الدلالة كما تربع جاءت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ ) ولصالح فرضية الدراسة.

استخلصنا من الفرضية الأولى المتمثلة في «حصة التربية البدنية والرياضية ودورها في تنمية الثقة بالنفس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي، ومن خلال النتائج المتحصل عليها في الاستبيان نستنتج ان اغلبية التلاميذ يرون بان حصة التربية البدنية والرياضية

لها دور في تنمية صفة الثقة بالنفس، وتساعدهم على الممارسة الرياضية بالقدر الكافي وهذا ان دل فإنما يدل على الأهمية البالغة والمكانة الكبيرة التي تحظى بها مادة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التعليمية.

ان تنمية صفة الثقة بالنفس تعتبر دافعا قويا في رغبة التلاميذ على ممارسة التربية البدنية فالتلميذ اثناء ممارسته لمختلف الأنشطة البدنية داخل المؤسسة يحاول قدر المستطاع اشباع رغبته من الممارسة واللعب وافراغ كل المكبوتات من خلال اللعب الجماعي وهذا يعمل على تنمية صفة الثقة بالنفس لدى التلاميذ

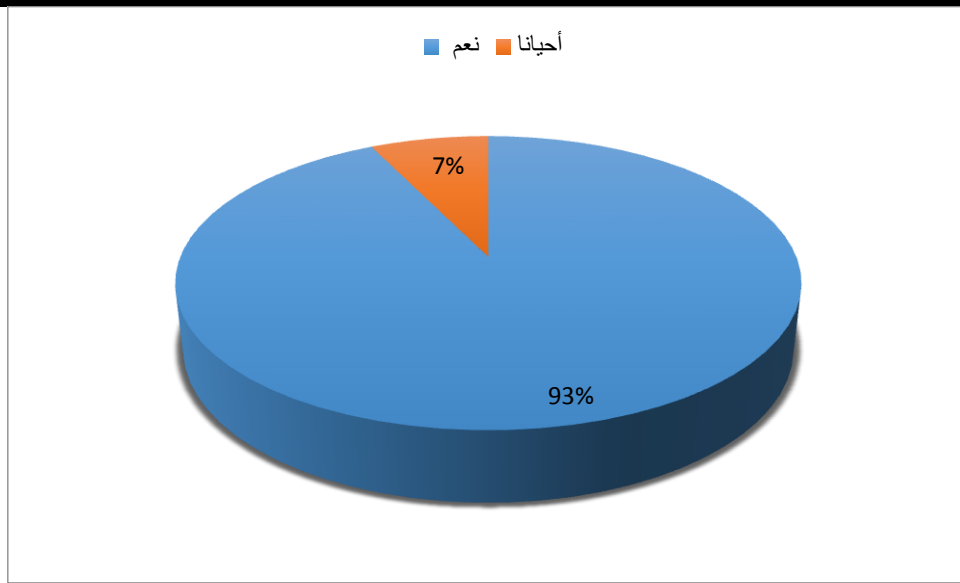
وقد اكدت دراسة "عبد الله عادل راغب شراب" الذي تناول فيها حول معرفة مدى فعالية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية فقد توصلت الى ان التربية البدنية والرياضية تساهم ولو بشيء القليل في تنمية الصفات النفسية لدى المراهقين.

- المحور الثاني: لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الدافعية.

- السؤال 01 : هل ترى بان حصة التربية البدنية تؤثر إيجابا على حالتك النفسية؟

- الجدول رقم (14) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 01
دالة عند 0.01	0.00	130.777	01	76.5	89.5	%92.7	166	نعم
				-76.5-	89.5	%7.3	13	أحيانا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (10) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)

من خلال الجدول رقم (14) والشكل رقم (10) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت الى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (01) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 92.7%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 7.3%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (01) قدرت بـ 130.777 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

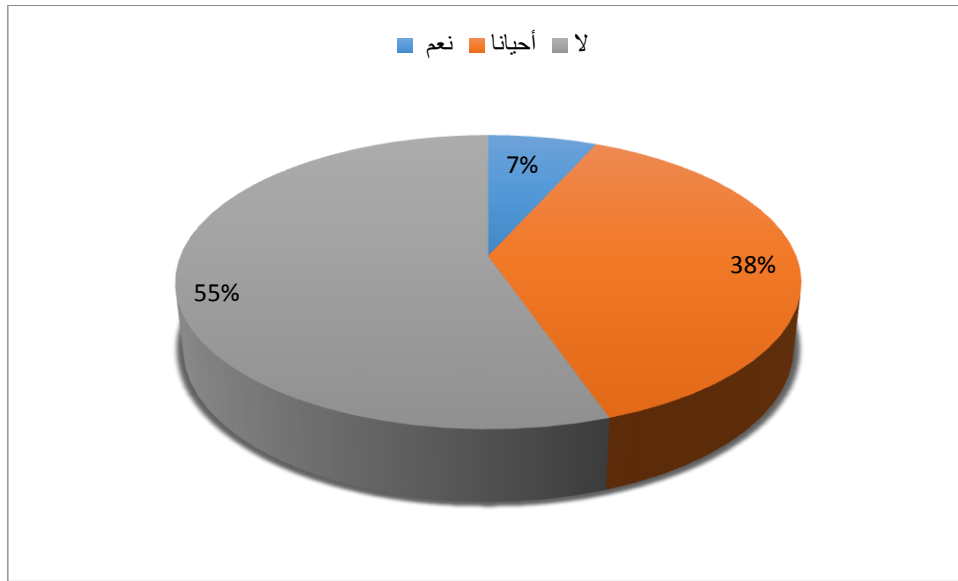
- الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة يرو بان حصة التريية البدنية تؤثر إيجاباً على حالتك النفسية.

- السؤال 02: هل ترى بان حصة واحدة أسبوعياً كافية لزيادة رغبة في ممارسة حصة التريية البدنية والرياضية بشكل أكبر؟

- الجدول رقم (15) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد	درجة الحرية	قيمة K <sup>2</sup>	مستوى الدلالة	القرار
--------------------------	-----------------	----------------	-----------------	---------------------------	-------------	---------------------	---------------	--------

رقم 02				والمتوقع				
نعم	12	6.7%	59.7	-47.7-				
أحيانا	68	38%	59.7	8.3				
لا	99	55.3%	59.7	39.3				
الإجمالي	179	100%		////				



الشكل رقم (11) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)

من خلال الجدول رقم (15) والشكل رقم (11) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (02) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 6.7%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 38%، وفي الأخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "لا" بنسبة مئوية قدرت بـ 55.3%.

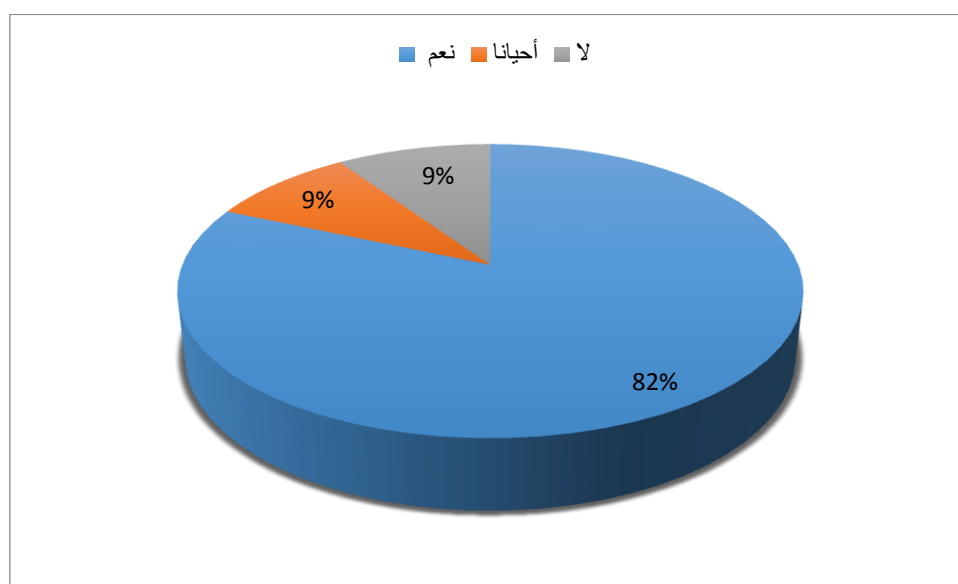
وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 65.173 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الثالثة "لا"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن معظم أفراد عينة الدراسة يرو بان حصة واحدة أسبوعياً غير كافية لزيادة رغبة في ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية بشكل أكبر.

السؤال 03: هل تمارس النشاط الرياضي خارج الدوام المدرسي؟

الجدول رقم (16): يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 03
دالة عند 0.01	0.00	187.385	02	86.3	59.7	%81.6	146	نعم
				-43.7-	59.7	%8.9	16	أحيانا
				-42.7-	59.7	%9.5	17	لا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (12): يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)

من خلال الجدول رقم (16) والشكل رقم (12) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (03) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم %81.6، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ %8.9، وفي الأخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "لا" بنسبة مئوية قدرت بـ %9.5.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 187.385 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة

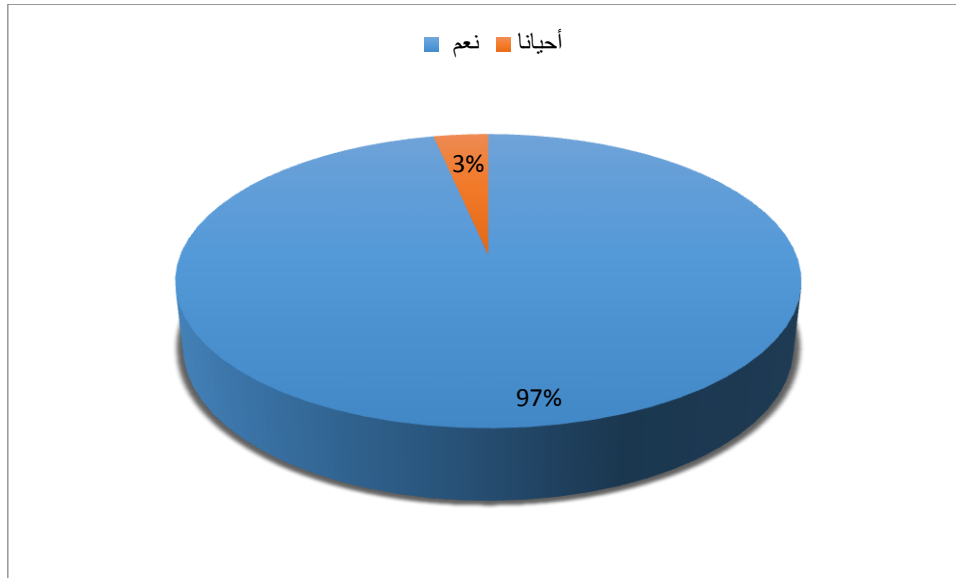
ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة يمارسون النشاط الرياضي خارج الدوام المدرسي.

- السؤال 40: هل تشعر بدافع لممارسة اللعب اثناء حصة التربية البدنية؟

- الجدول رقم (17) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 04
دالة عند 0.01	0.00	155.804	01	83.5	89.5	96.6%	173	نعم
				-83.5-	89.5	3.4%	6	أحيانا
				////		100%	179	الإجمالي



- الشكل رقم (13) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)

من خلال الجدول رقم (17) والشكل رقم (13) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت الى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم

(04) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 96.6%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 3.4%.

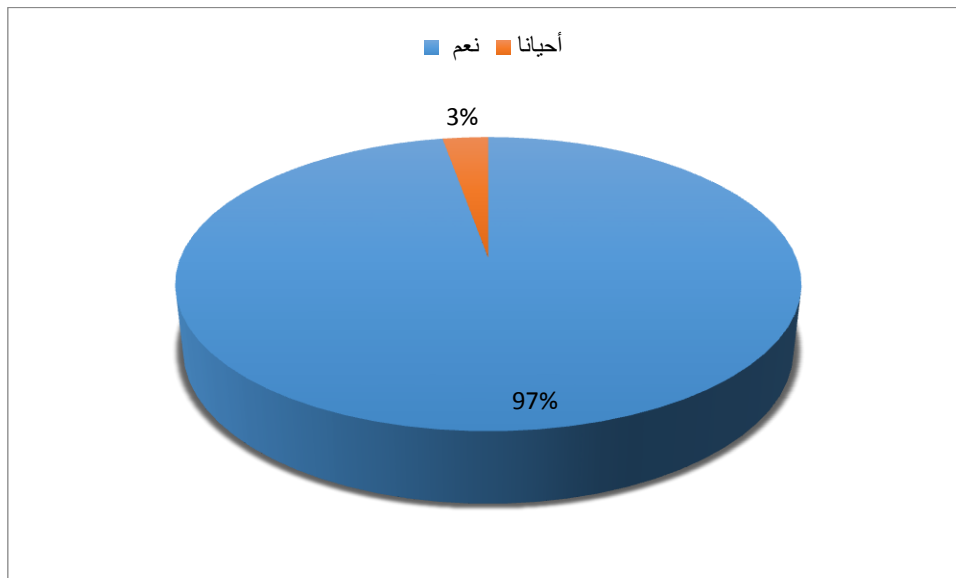
وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (01) قدرت بـ 155.804 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة يشعرون بدافع لممارسة اللعب اثناء حصة التربية البدنية.

- السؤال 05: عند اجراء منافسات رياضية في الحصة هل تبذل اقصى جهدك من اجل تحقيق الفوز مع عناصر فوجك؟

- الجدول رقم (18) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (05)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المتوقع والمشاهد	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 05
دالة عند 0.01	0.00	159.559	01	84.5	89.5	97.2%	174	نعم
				-84.5-	89.5	2.8%	5	أحيانا
				////		100%	179	الإجمالي



**– الشكل رقم (14) :** يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (05)

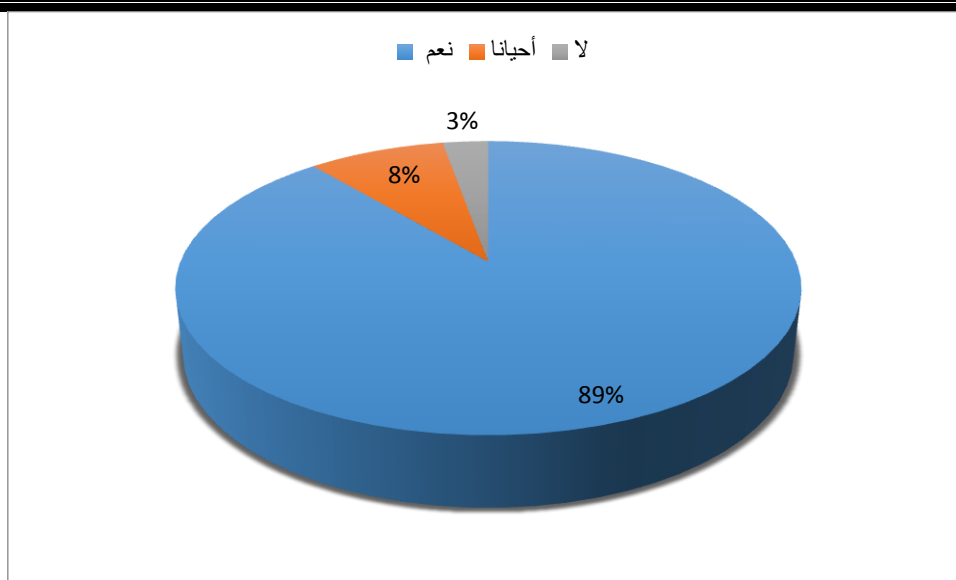
من خلال الجدول رقم (18) والشكل رقم (14) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت الى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (05) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 97.2%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" بنسبة قدرت بـ 2.8%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية ( $K^2$ ) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (01) قدرت بـ 159.559 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

**– الاستنتاج:** نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة عند اجراء منافسات رياضية في الحصة يبذلون اقصى جهدهم من اجل تحقيق الفوز مع عناصر فوجهم.

**– السؤال 06 :** هل يقوم استاذ التربية البدنية والرياضية بتحفيزكم لكيلا تشعرون بالخيبة والفشل؟  
**الجدول رقم (19) :** يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (06)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة $K^2$	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 06
دالة عند 0.01	0.00	248.894	02	59.7	159	88.8%	159	نعم
				59.7	15	8.4%	15	أحياناً
				59.7	5	2.8%	5	لا
				////		100%	179	الإجمالي



الشكل رقم (15) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (06)

من خلال الجدول رقم (19) والشكل رقم (15) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (06) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 88.8%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 8.4%، وفي الأخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "لا" بنسبة مئوية قدرت بـ 2.8%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية ( $K^2$ ) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 248.894 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

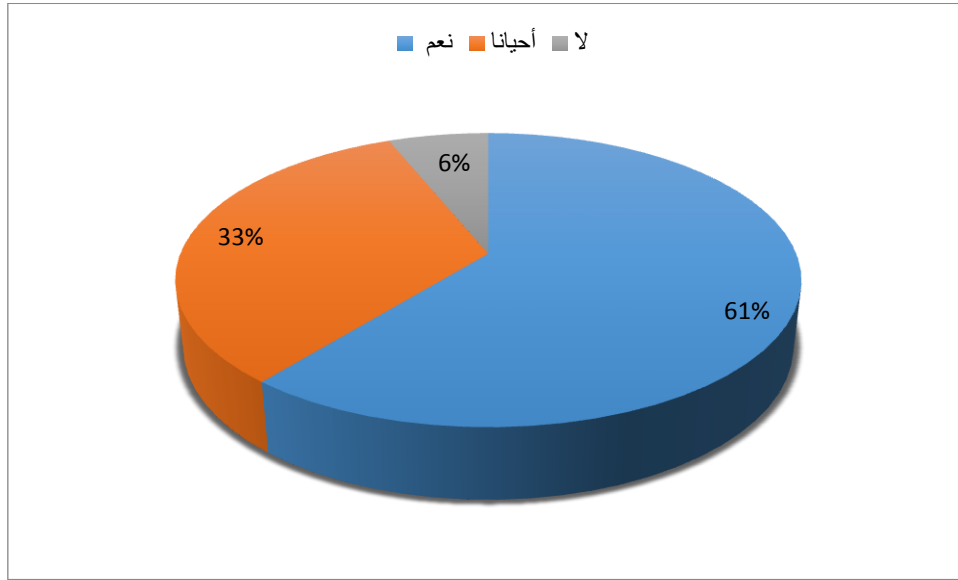
- الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن أغلب أفراد عينة الدراسة يرو بان استاذ التربية البدنية والرياضية يقوم بتحفيظهم لكيلا يشعرون بالخيبة والفشل.

- السؤال 07 : هل حصة التربية البدنية تحفزك على تطوير نفسك لتكون الافضل في القسم؟

- الجدول رقم (20) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة $K^2$	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 07
دالة عند	0.00	80.492	02	49.3	59.7	60.9%	109	نعم

0.01				-0.7-	59.7	%33	59	أحيانا
				-48.7-	59.7	%6.1	11	لا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (16) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)

من خلال الجدول رقم (20) والشكل رقم (16) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (07) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 60.9%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 33%، وفي الأخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "لا" بنسبة مئوية قدرت بـ 6.1%.

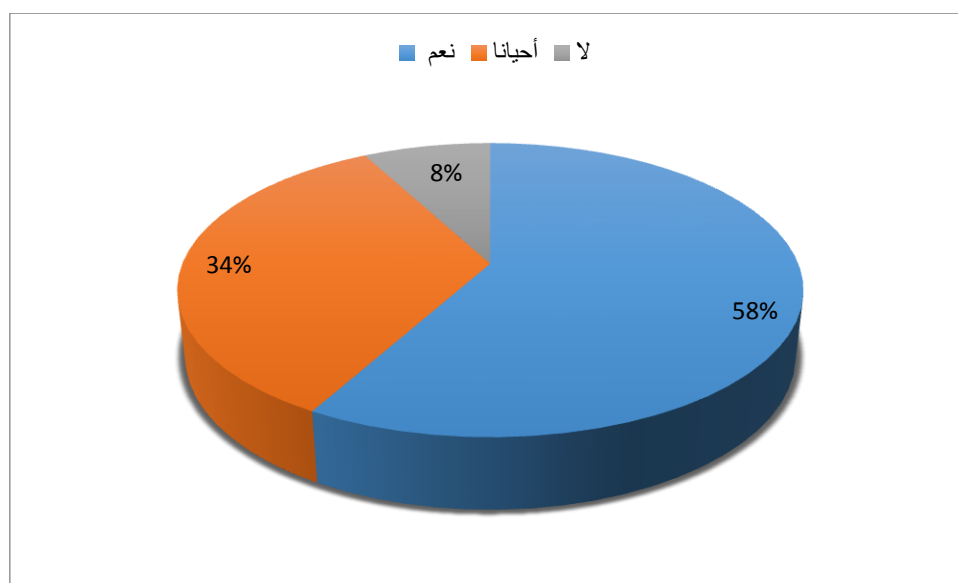
وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 80.492 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة يرو ان حصة التربية البدنية تحفزهم على تطوير أنفسهم ليكونوا الافضل في القسم.

- السؤال 08 : هل ترى بان الاستاذ يساهم في تنمية الشعور بالرغبة لديكم نحو تحقيق مختلف اهدافكم؟

- الجدول رقم (21): يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (08)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 08
دالة عند 0.01	0.00	67.922	02	44.3	59.7	%58.1	104	نعم
				1.3	59.7	%34.1	61	أحيانا
				-45.7-	59.7	%7.8	14	لا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (17) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (08)

من خلال الجدول رقم (21) والشكل رقم (17) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (08) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 58.1%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" بنسبة قدرت بـ 34.1%، وفي الأخير المجموعة الثالثة والتي تمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "لا" بنسبة مئوية قدرت بـ 7.8%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (ك<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (02) قدرت بـ 67.922 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة

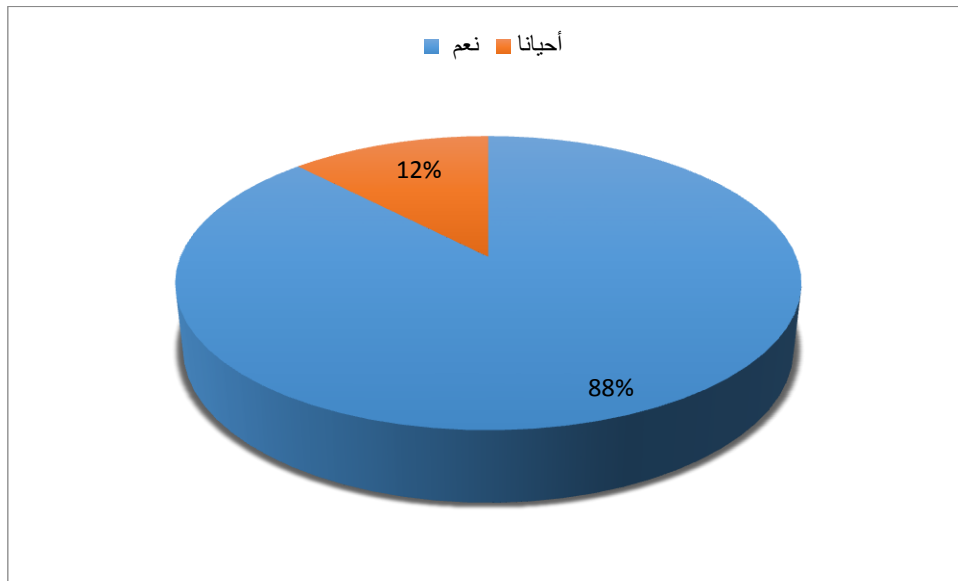
ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن اغلب أفراد عينة الدراسة يرو بان الاستاذ يساهم في تنمية الشعور بالرغبة لديهم نحو تحقيق مختلف اهدافهم.

- السؤال 09 : هل ترى بان حصة التربية البدنية والرياضية تنمي صفة الدافعية لديك؟

- الجدول رقم (22) : يوضح إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09)

القرار	مستوى الدلالة	قيمة K <sup>2</sup>	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال رقم 09
دالة عند 0.01	0.00	101.816	01	67.5	89.5	%87.7	157	نعم
				-67.5-	89.5	%12.3	22	أحيانا
				////		%100	179	الإجمالي



الشكل رقم (18) : يوضح توزيع نسب إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09)

من خلال الجدول رقم (22) والشكل رقم (18) أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (179) فرد قد انقسمت الى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (09) بالبديل "نعم" وقد بلغت نسبتهم 87.7%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" بنسبة قدرت بـ 12.3%.

وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (01) قدرت بـ 101.816 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات ولصالح المجموعة الأولى "نعم"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج السابقة أن أغلب أفراد عينة الدراسة يرو بان حصة التربية البدنية والرياضية تنمي صفة الدافعية لديهم.

## -2-2- عرض وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضيات :

- الفرضية الثانية: لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الدافعية.

- الجدول رقم (23): تفسير نتائج الفرضية الأولى من خلال إجابات افراد عينة الدراسة

السؤال	كا <sup>2</sup>	الدلالة الاحصائية
السؤال رقم 1	130.777	دالة
السؤال رقم 2	65.173	دالة
السؤال رقم 3	187.385	دالة
السؤال رقم 4	155.804	دالة
السؤال رقم 5	159.559	دالة
السؤال رقم 6	248.894	دالة
السؤال رقم 7	80.492	دالة

السؤال رقم 8	67.922	دالة
السؤال رقم 9	101.816	دالة

تنطلق الفرضية الثانية من اعتقاد ينص على أن لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الدافعية، وانطلقا من مختلف القراءات للدراسات السابقة والتراث النظري الفكري والنتائج المتحصل عليها بطرائق إحصائية علمية في الجدول المشار إليه أعلاه رقم (23) فإن اغلب قيم اختبار الدلالة كما تربيع جاءت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ ) ولصالح فرضية الدراسة.

وباعتبار الدافعية هي المحرك الاساسي للفرد للقيام بمجموعة من النشاطات والسلوكيات هذا من جهة ومن جهة ثانية المحرك الاساسي لتعلم الفرد، حيث يعتبر "كلارك هيل" من رواد نظرية الحافز التي يرى من خلالها ان أي فعل يقوم به الكائن الحي تسبقه او تصاحبه حاجة تدفع اليه وهذا ما تضمنته معادلته الشهيرة:

جهد الاستثارة = قوة العادة × الحافز × دافعية الباحث.


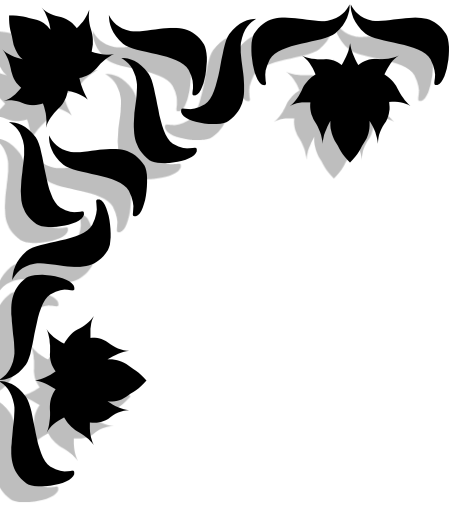
"يمكن ان تقود اللاعب الى الملعب الاشتراك في المناسبة رياضية ولكنك لا تستطيع ان تجربه على الاجادة وبذل اقصى جهد" لأنه سيقوم باداه ذلك من تلقاء نفسه عندما تتوافر لديه الدافعية. (محمد حسن علاوي، ص 134).

وقد اكدت دراسة معمر فاروق التي تطرقت الى التحضير النفسي ودوره في الرفع من الدافعية وتعزيز الثقة بالنفس فقد تبين لنا ضرورة تكوين التلميذ في مختلف النواحي المعرفية وكذا النفسية.

### 2-3- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية العامة :

نصت الفرضية العامة لهذه الدراسة على: "لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض الصفات النفسية(الثقة بالنفس، الدافعية)، وحتى ينشأ الطفل قويا صحيح الجسم والعقل قادرا على القيام بالتكاليف الواجبة عليه عندما يدخل في سن البلوغ، كان لابد من اعطاء الحق الكامل في اللعب والرياضة التي هي جزء من لعب الطفل في مختلف المراحل ومن اجل ذلك حرص الاسلام على توفير هذا الحق، فالرسول صلى الله عليه وسلم قائد الامة وقادة المسلمين عامة يلعب مع الاطفال ويشاركهم العابهم وهو ما حدث مع الحسن والحسين رضي الله عنهما (ليلي يوسف، 1965، ص5).

فمن خلال النتائج المتحصل عليها في الفرضيتين تبين لنا بان حصة التربية البدنية والرياضية لها دور فعال في بناء الفرد خاصة في الجانب النفسي كما تساعد على تنمية الصفات النفسية الثقة بالنفس والدافعية.



# الفصل الخامس

الإستنتاج

و

الإقتراحات



## 1) استنتاجات عامة:

- إن الدراسة الميدانية التي قمنا ومن خلال النتائج والملاحظات وانطلاقاً من استنتاج المحورين يتبين لنا بوضوح:
- أن حصة التربية البدنية والرياضية وسيلة هامة تعمل على الوصول لأهداف وغايات نبيلة وحسنة في المجتمع، فهي ميدان تجريبي هدفه تكوين الفرد وذلك عن طريق الألعاب التي تؤدي إلى تحسين الأداء الإنساني وإثراء الجوانب النفسية والبدنية والاجتماعية للفرد.
  - واتضح لنا أن حصة التربية البدنية والرياضية من وجهة نظر الأساتذة والتلاميذ ليست مجرد حصة شكلية وترفيهية، بل اعتبروها تحظى بنفس الأهمية والمكانة كباقي المواد الأخرى ضمن طرق التدريس الجديدة.
  - ان اغلبية تلاميذ الطور الثانوي أكدوا الدور الإيجابي في حياتهم وبالأخص في تطوير بعض الصفات النفسية (الثقة بالنفس - الدافعية).
  - أن معظم التلاميذ والأساتذة يجدون أن الثقة بالنفس هي أكثر تأثراً باللعب لما لها من دور كبير في ميل التلاميذ لممارسة التربية البدنية والرياضية وتليها الدافعية ثم الانتباه باعتبارهما صفتان خاصتان لاكتساب المعارف والمعلومات.
  - أن غياب هذه الصفات وعدم الاهتمام بتطويرها يحدث خلل في التلاميذ مما يصعب المهمة على الأستاذ.


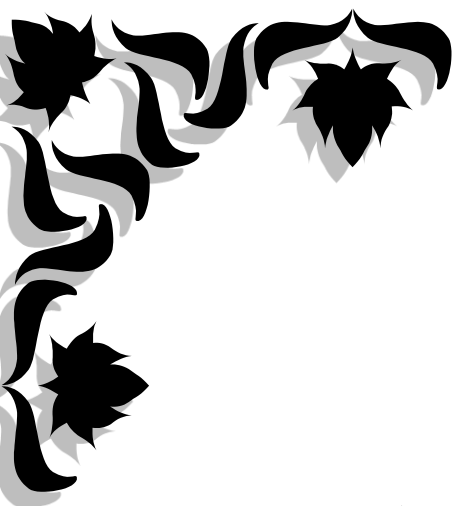
## 2) اقتراحات وتوصيات:

- من خلال استعراض نتائج الدراسة، يمكن اقتراح عدة توصيات وهي كالآتي:
- توفير كل الامكانيات الخاصة بالمادة وهذا فيما يتعلق بحصة التربية البدنية والرياضية وتوفير كل الامكانيات اللازمة للوصول الى متطلباتها.
- تكوين الاساتذة والمعلمين في كيفية استغلال هذه الالعاب للوصول الى غايات التلاميذ.
- زيادة من عدد حصص التربية البدنية والرياضية ومحاولة استوفاء على كل ما يحتاجه التلميذ خاصة في فهم مفاهيمها ومراميها والعمل أكثر من اجل رفع مستوى اداء التلاميذ.
- توفير الوسائل البيداغوجية الخاصة بالمادة في كل المؤسسات التربوية لتسهيل تطبيق حصة التربية البدنية والرياضية.
- اعتبارا للعب في الحصة كأساس تربوية وتعليمي لكي تعطي لها مزيدا من الاهتمام سواء من طرف التلاميذ او من طرف الاساتذة
- العمل على خلق جو تنافسي بين التلاميذ عن طريق الالعاب.
- الزيادة في الحجم الساعي لحصة التربية البدنية لتنمية القدرات النفسية والبدنية للتلاميذ.

## 3) الآفاق المستقبلية:


- يقترح الباحث مجموعة من الآفاق والدراسات المستقبلية لدراسة السلوك القيادي وفق عدة متغيرات كالآتي:
- وجوب اتمام هذا النوع من الدراسات، لما له من اهمية كبيرة في المجال الرياضي والتربوي.
  - اجراء دراسات مماثلة في بيئات ومجتمعات اخرى، تكون اوسع من مجتمع الدراسة الحالية، ومقارنة نتائجها بنتائج هذه الدراسة.

- اجراء دراسات مماثلة في اطوار تعليمية مختلفة، ومن وجهات نظر اخرى ومختلفة.
- حبذا لو تكون الدراسة عن أثر غياب هذه الصفات النفسية لدى التلاميذ.
- وفي الأخير نتمنى ان يكون بحثنا هذا المتواضع باب واسع وانطلاقة جيدة لبحوث أخرى في ميدان الاختصاص.



قائمة المصادر

والمراجع



## ❖ قائمة المصادر والمراجع:

### - قائمة المصادر:

-القران الكريم:

### - قائمة المراجع باللغة العربية:

1. ابراهيم مروان عبد المجيد: **الرياضة للجميع**، دار الثقافة، عمان، 2004..
2. اسامة كامل راتب: **تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي**، دار الفكر العربي، ط2، 2004.
3. اسامة كامل راتب: **دوافع التوفيق في النشاط الرياضي**، دار الفكر العربي، القاهرة 1990.
4. امال المخزومي: **التنشئة الاجتماعية والثقة بالنفس**، مجلد (63)، 2002.
5. امين أنور الخولي: **أصول التربية الرياضية**، دار الفكر العربي، ط3، 2001.
6. تركي رابح: **اصول التربية والتعليم**، ديوان المطبوعات الجامعية ط2، الجزائر، 1990.
7. حامد عبد السلام زهران: **علم النفس النمو الطفولة والمراهقة**، ط5، عالم الكتاب، القاهرة، 2001.
8. حامد عبد السلام زهران: **علم النفس النمو من الطفولة الى المراهقة**، ط2، عالم الكتاب، القاهرة، 1972.
9. حامد عبد السلام زهران: **علم النفس النمو من الطفولة**، دار الفكر العربي، 2002.
10. خليل ميخائيل معوض: **سيكولوجية النمو والطفولة والمراهقة**، ط3، دار جلال الاسكندرية، مصر، 2003.
11. درويش كمال، امين الخولي: **الترويح واولقات الفراغ**، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
12. رشيد زرواتي: **مناهج وادوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية**، ط1، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع الجزائر 2007.
13. السليمان هاني ابراهيم: **دليلك الى الثقة بالنفس بالأخرين**، دار الاسراء، عمان، 2005.
14. السيد فؤاد البهي: **اسس الصحة النفسية للأطفال**، دار النشر، مركز الاسكندرية، 1995.
15. صالح عبد العزيز عبد المجيد: **التربية وطرق التدريس**، ط8 دار المعارف القاهرة 1998.
16. صديقي نور الدين محمد: **علم النفس الرياضية**، جامعة حلوان، ط1، المكتب الجامعي الحديث، 2004.
17. عبد الرحمان محمد العيسوي: **دراسات في تفسير السلوك الانساني**، دار راتب الجامعية، بيروت، 1999.
18. عبد العزيز صالح: **التربية وطرق التدريس**، دار المعارف، القاهرة، 1976.
19. عبد المتجلي محمد رجاء: **الثقة بالنفس اساس بناء الشخصية**، مجلة الرابط الاسلامي، 1992.
20. فاخر عاقل: **علم النفس التربوي**، دار العلم للملايين، بيروت، 1978.
21. فؤاد الباهي السيد: **الاسس النفسية للنمو من الطفولة الى الشيخوخة**، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1975.
22. محمد حسن العلاوي: **الاختبارات المهارية والنفسية**، ط3، دار المعارف، القاهرة، 1998.
23. محمد حسن العلاوي: **علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية**، دار الفكر العربي، القاهرة 2002.
24. محمد حسن العلاوي: **علم النفس الرياضي**، دار المعارف، القاهرة، 1992.

25. محمد حسن حمص: المرشد في تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف، مصر، ط1 القاهرة 1997.
26. محمد عوض بسيوني، ياسين فيصل الشاطى: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ط3 ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1992.
27. محمود علي: ركن الثقة، دار التوزيع والنشر الاسلامي، مصر، 1999.
28. نبيل محمد زايد: الدافعية والتعلم، ط1، مكتبة النهضة، مصر، 2003.
29. يوسف ميخائيل: الثقة بالنفس، دار النهضة، القاهرة، مصر، د.س.

– قائمة الأطروحات والرسائل العلمية:

- بختاوي محمد، بوزيد احمد مذكرة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحسين القدرات الادراكية لدى تلاميذ الطور الثاني، تحت اشراف العيد بيطار، دالي إبراهيم الجزائر 2001/2000.
- حرشاوي يوسف: الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ الطور الثانوي أطروحة دكتورا جامعة الجزائر قسم التربية البدنية، 2006.
- عبد الكريم صونيا، زاوي حسينة: دراسة علاقة المرابي بالمتربي في حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور الأول 6-9 دالي إبراهيم الجزائر 2002.
- مراسيم ومناشير:

وزارة التربية الوطنية، مناهج التربية البدنية والرياضية للسنة الثالثة من التعليم، اللجنة الوطنية للمناهج 2006.

– قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

1. Emmons, s, Thomas, **power performce transcending the barriers**, oxford univ, press, Briton, a2007.
2. pasveer,k, **validating a measure of self, trust, the role of attachment processes**, poster, presented at the anvil conference, of the international network on personal, relationship oxford britan, 1997.
3. R.J.Vallerand et E. thill **Introductoin à la motivatoin** Editoin reu EPS 1993.
4. Sunderland, **language and audio logy ser services inpubic schools**, intervention in school and clinc 39(4), 209-21, 1, 2004.

الملاحق

## استمارة استطلاع رأي الخبراء

السادة الأساتذة الكرام تحية طيبة:

في إطار قيام الباحث بمذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية قسم التربية البدنية تحت عنوان:

"دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض الصفات النفسية (الثقة بالنفس، الدافعية)"

هذا في المناسبة بالمعلومات لتزويدنا المؤهلين الأشخاص فالباحث في حاجة ماسة لمساهمتمكم في إنجاز عمله بنجاح بصفتكم الموضوع، وبالنظر لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال تخصصكم أرجو إبداء رأيكم حول مدى صلاحية هذه العبارات في كل محور من المحاور الموضوعية، وإضافة أو حذف أي عبارة تجدونها غير مناسبة للمساهمة في الوصول الى أهداف البحث ومراعاة البدائل الموضوعية لهذه الفقرات وصلاحيتها لذلك، ولكم جزيل الشكر والاحترام. او تبديلها بما ترونه مناسباً

معلومات شخصية:

الاسم واللقب.....

الدرجة العلمية.....

الاختصاص: .....

التوقيع: .....

ملاحظة: البدائل المستخدمة هي: (نعم / لا / احياناً).

- من اعداد الباحث: لعقعاق حسين



المحور الثاني: لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية صفة الدافعية .

موافق	لا رأي لي	لا اوافق	مناسبة	غير مناسبة

س1: هل ترى بان حصة التربية البدنية تؤثر ايجابا على حالتك النفسية؟  
التعديل:

س2: هل ترى بان حصة واحدة اسبوعيا كافية لزيادة رغبتك في ممارسة اللعب بشكل أكبر؟  
التعديل:

س3: هل يقتصر نشاطك الرياضي الا في حصة التربية البدنية ام خارج الدوام المدرسي؟  
التعديل:

س4: هل تشعر بالراحة عند ممارسة حصة التربية البدنية ؟  
التعديل:

س5: عند اجراء منافسات رياضية في الحصة , هل تبذل اقصى جهدك من اجل تحقيق الفوز مع عناصر فوجك؟  
التعديل:

س6: عند الخسارة مع عناصر فوجك وتلقي العقوبة , هل تشعر بالرضا عن النتيجة وتحاول رد الاعتبار في المنافسات القادمة ؟  
التعديل:

س7: هل يقوم استاذ التربية البدنية والرياضية بتحفيزكم لكي لا تشعرون بالخيبة والفشل ؟.  
التعديل:

س8: اذن , هل حصة التربية البدنية تحفزك على تطوير نفسك لتكون الافضل في القسم ؟  
التعديل:

س9: هل ترى بان الاستاذ يساهم في تنمية الشعور بالرغبة لديكم نحو تحقيق مختلف اهدافكم ؟  
التعديل:

س10: هل ترى ان حصة التربية البدنية والرياضية تنمي صفة الدافعية لديك؟  
التعديل:

### ملحق رقم: 03

س1

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	134	59.6	59.6	59.6
لا	21	9.3	9.3	68.9
أحياناً	70	31.1	31.1	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س1

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	134	75.0	59.0
لا	21	75.0	-54.0
أحياناً	70	75.0	-5.0
Total	225		

#### Test

	س1
Khi-deux	85.627 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س2

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	155	68.9	68.9	68.9
لا	14	6.2	6.2	75.1
أحياناً	56	24.9	24.9	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س2

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	155	75.0	80.0
لا	14	75.0	-61.0
أحياناً	56	75.0	-19.0
Total	225		

**Test**

	س 2
Khi-deux	139.760 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

**س 3**

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	155	68.9	68.9	68.9
لا	7	3.1	3.1	72.0
أحيانا	63	28.0	28.0	100.0
Total	225	100.0	100.0	

**س 3**

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	155	75.0	80.0
لا	7	75.0	-68.0
أحيانا	63	75.0	-12.0
Total	225		

**Test**

	س 3
Khi-deux	148.907 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

**س 4**

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	162	72.0	72.0	72.0
لا	21	9.3	9.3	81.3
أحيانا	42	18.7	18.7	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س4

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	162	75.0	87.0
لا	21	75.0	-54.0
أحياناً	42	75.0	-33.0
Total	225		

Test

	س4
Khi-deux	154.320 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س5

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	120	53.3	53.3	53.3
لا	42	18.7	18.7	72.0
أحياناً	63	28.0	28.0	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س5

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	120	75.0	45.0
لا	42	75.0	-33.0
أحياناً	63	75.0	-12.0
Total	225		

Test

	س5
Khi-deux	43.440 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س6

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	162	72.0	72.0	72.0
لا	21	9.3	9.3	81.3
أحيانا	42	18.7	18.7	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س6

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	162	75.0	87.0
لا	21	75.0	-54.0
أحيانا	42	75.0	-33.0
Total	225		

Test

	س6
Khi-deux	154.320 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س7

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	148	65.8	65.8	65.8
لا	35	15.6	15.6	81.3
أحيانا	42	18.7	18.7	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س7

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	148	75.0	73.0
لا	35	75.0	-40.0
أحيانا	42	75.0	-33.0
Total	225		

**Test**

	س7
Khi-deux	106.907 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

**س8**

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	134	59.6	59.6	59.6
لا	49	21.8	21.8	81.3
أحيانا	42	18.7	18.7	100.0
Total	225	100.0	100.0	

**س8**

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	134	75.0	59.0
لا	49	75.0	-26.0
أحيانا	42	75.0	-33.0
Total	225		

**Test**

	س8
Khi-deux	69.947 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

**س9**

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	112	49.8	49.8	49.8
لا	43	19.1	19.1	68.9
أحيانا	70	31.1	31.1	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س9

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	112	75.0	37.0
لا	43	75.0	-32.0
أحياناً	70	75.0	-5.0
Total	225		

Test

	س9
Khi-deux	32.240 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س1

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	120	53.3	53.3	53.3
لا	70	31.1	31.1	84.4
أحياناً	35	15.6	15.6	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س1

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	120	75.0	45.0
لا	70	75.0	-5.0
أحياناً	35	75.0	-40.0
Total	225		

Test

	س1
Khi-deux	48.667 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س 2

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	134	59.6	59.6	59.6
لا	21	9.3	9.3	68.9
أحيانا	70	31.1	31.1	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س 2

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	134	75.0	59.0
لا	21	75.0	-54.0
أحيانا	70	75.0	-5.0
Total	225		

Test

	س 2
Khi-deux	85.627 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س 3

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	104	46.2	46.2	46.2
لا	65	28.9	28.9	75.1
أحيانا	56	24.9	24.9	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س 3

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	104	75.0	29.0
لا	65	75.0	-10.0
أحيانا	56	75.0	-19.0
Total	225		

**Test**

	3
Khi-deux	17.360 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

**4**

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	141	62.7	62.7	62.7
لا	21	9.3	9.3	72.0
أحيانا	63	28.0	28.0	100.0
Total	225	100.0	100.0	

**4**

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	141	75.0	66.0
لا	21	75.0	-54.0
أحيانا	63	75.0	-12.0
Total	225		

**Test**

	4
Khi-deux	98.880 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

**5**

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	155	68.9	68.9	68.9
لا	35	15.6	15.6	84.4
أحيانا	35	15.6	15.6	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س 5

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	155	75.0	80.0
لا	35	75.0	-40.0
أحياناً	35	75.0	-40.0
Total	225		

Test

	س 5
Khi-deux	128.000 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س 6

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	127	56.4	56.4	56.4
لا	56	24.9	24.9	81.3
أحياناً	42	18.7	18.7	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س 6

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	127	75.0	52.0
لا	56	75.0	-19.0
أحياناً	42	75.0	-33.0
Total	225		

Test

	س 6
Khi-deux	55.387 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س 7

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	120	53.3	53.3	53.3
لا	70	31.1	31.1	84.4
أحياناً	35	15.6	15.6	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س 7

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	120	75.0	45.0
لا	70	75.0	-5.0
أحياناً	35	75.0	-40.0
Total	225		

Test

	س 7
Khi-deux	48.667 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

س 8

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	134	59.6	59.6	59.6
لا	70	31.1	31.1	90.7
أحياناً	21	9.3	9.3	100.0
Total	225	100.0	100.0	

س 8

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	134	75.0	59.0
لا	70	75.0	-5.0
أحياناً	21	75.0	-54.0
Total	225		

**Test**

	س8
Khi-deux	85.627 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

**9**

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
نعم	141	62.7	62.7	62.7
لا	35	15.6	15.6	78.2
أحيانا	49	21.8	21.8	100.0
Total	225	100.0	100.0	

**9**

	Effectif observé	Effectif théorique	Résidu
نعم	141	75.0	66.0
لا	35	75.0	-40.0
أحيانا	49	75.0	-26.0
Total	225		

**Test**

	س9
Khi-deux	88.427 <sup>a</sup>
ddl	2
Signification asymptotique	.000

a. 0 cellules (0.0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 75.0.

Corrélations							
		الاستبيان	س1	س2	س3	س4	س5
الاستبيان	Corrélation de Pearson	1	**184.	**756.	2*33.	*699.	2**53.
	Sig. (bilatérale)		.004	.000	.012	.010	.000
	N	20	20	20	20	20	20

<b>Corrélations</b>
---------------------

		6س	7س	8س	9س	10س
الاستبيان	Corrélation de Pearson	**562.	7**33.	1**65.	0*60.	26*4.
	Sig. (bilatérale)	.000	.019	.003	.000	.000
	N	20	20	20	20	20
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).						
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).						

Corrélations							
		الاستبيان	11س	12س	13س	14س	15س
الاستبيان	Corrélation de Pearson	1	**429.	5**75.	63**6.	**71.4	9**54.
	Sig. (bilatérale)		.000	.002	.000	.000	.000
	N	20	20	20	20	20	20
Corrélations							
		16س	17س	18س			
الاستبيان	Corrélation de Pearson	4**63.	86**9.	0**40.			
	Sig. (bilatérale)	.009	.004	.048			
	N	20	20	20			
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).							
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).							

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
651.	18



# تَعْرِيفٌ بِحَمْدِ اللَّهِ

