



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي:

الرمز:

القسم : التربية البدنية

الشعبة: النشاط البدني الرياضي التربوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة

ماستر

تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي
الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية
دراسة ميدانية من وجهة نظر الأساتذة

إشراف الاستاذ :

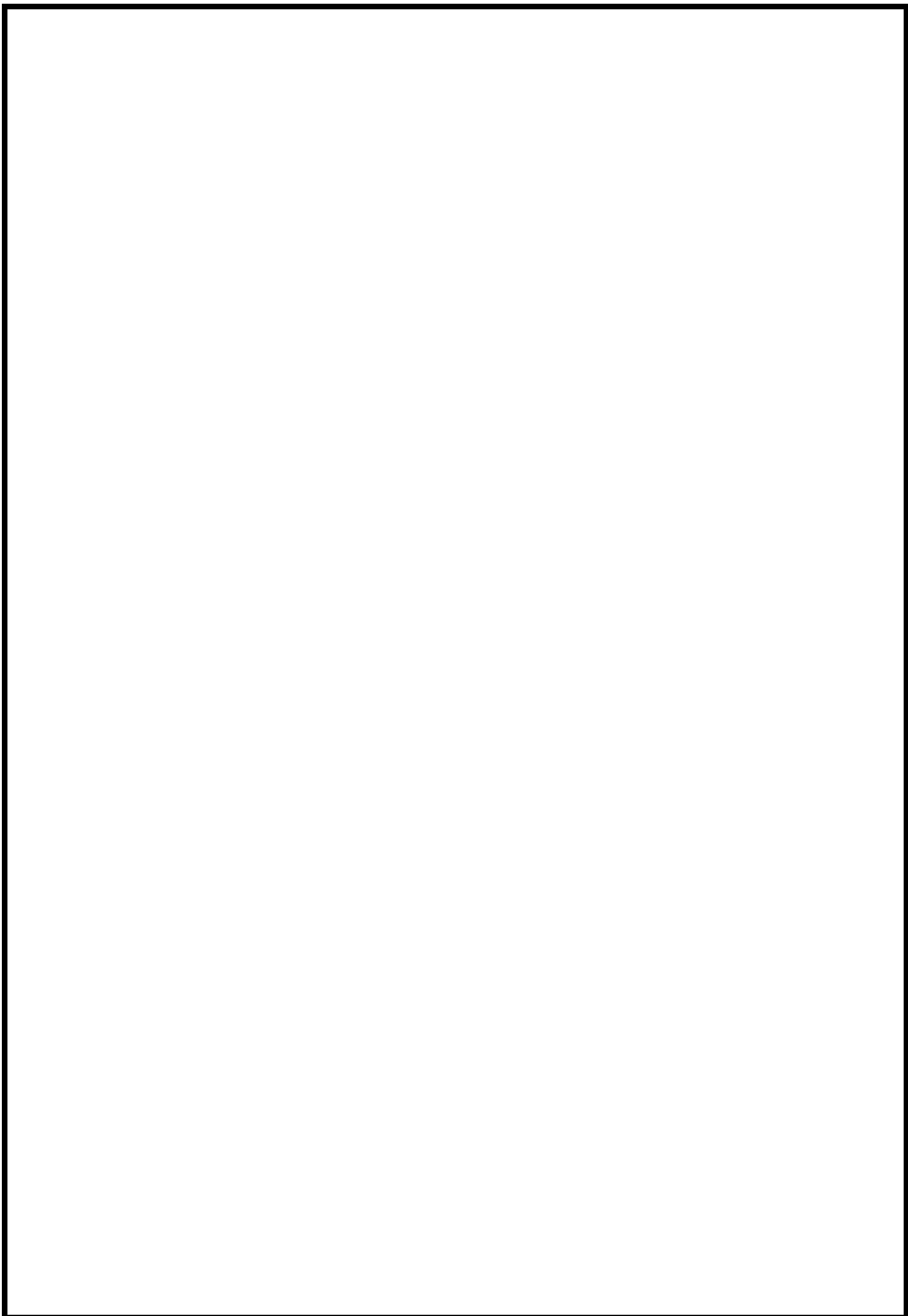
د. بوجليدة حسان

اعداد الطالب:

جمعي شوقي

خيري محمد

السنة الجامعية: 2021/2020



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكرو وتقدير

الحمد لله رب العالمين و الصلاة والسلام على معلم البشرية وهادي الإنسانية و على آله وصحبه ومن تبعهم

بإحسان إلى يوم الدين، أشكر الله عز وجل الذي أنار دربي وفتح لي أبواب العلم و أمدني بالصبر و الإرادة في إنجاز هذا البحث

ثم أتقدم بجزيل الشكر والعرفان للأستاذ المشرف أستاذي

الفاضل الدكتور بوجليدة حسان، الذي تحمل عبء الإشراف على المذكرة فراققتي كل خطوات العمل و أمدني بنصائحه وتوجيهاته القيمة و الدقيقة.

إهداء



إلى اليد الطاهرة التي أزلت من أمامنا أشواك الطريق ورسمت المستقبل بخطوط
من الأمل والثقة إلى الذي لا تفيه الكلمات والشكر والعرفان بالجميل أبي الحبيب

إلى من ركع العطاء أمام قدميها وأعطتنا من دمها وروحها وعمرها

حبا وتصميما ودفعا لغدٍ أجمل إلى الغالية التي لا نرى

الأمل إلا من عينيها أُمي الحبيبة إلى أزهار

النرجس التي تفيض حباً وطفولةً

ونقاءً وعتراً الغاليات اللاتي

مازلن يحين على أدرج

العمر الأولى إخوتي

وأخواتي إلى من

أخذ بيدي ورسم

الأمل كل خطوة

مشيتها إلى أصدقائي

الذين تسكن صورهم

وأصواتهم أجمل اللحظات

إلى كل من ساعدني في انجاز هذا العمل... شكري الجزيل وامتناني

الصفحة	قائمة المحتويات
	شكر
	إهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الاشكال
	الملخص باللغة العربية
	Abstract الملخص باللغة الإنجليزية
	مقدمة
	الجانب المنهجي
	الإطار العام للدراسة
05	1 - 1 - إشكالية الدراسة
06	1 - 2 - فرضيات الدراسة
06	1 - 3 - أهمية الدراسة
06	1 - 4 - أهداف الدراسة
07	1 - 5 - تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
08	1 - 6 - الدراسات السابقة
12	1 - 7 - مميزات الدراسة الحالية

	الجانب النظري
الصفحة	الفصل الأول : النشاط البدني الرياضي اللاصفي
14	- تمهيد
15	1-1- النشاط البدني الرياضي
15	1-2- تعريف النشاط البدني الرياضي
15	1-3- تقسيمات البدني الرياضي
16	1-4- وظائف النشاط البدني الرياضي
17	1-5- النشاط البدني الرياضي لدعم مقومات الانسان لمتابعة الحيات الحديثة
18	1-6- الأنشطة البدنية الرياضية اللاصفية
19	1-7- مفهوم الأنشطة اللاصفية
19	1-8- أنواع الأنشطة اللاصفية
20	1-9- النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
20	1-10- أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
20	1-11- أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
20	1-12- النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
21	1-13- أهمية النشاط اللاصفي الخارجي
21	1-14- أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
23	1-15- أسس واعداد وتنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
24	1-16- أهداف النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
24	1-17- مميزات النشاط الرياضي اللاصفي

24	18-1- أهداف التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم الثانوي
27	- الخلاصة
الصفحة	الفصل الثاني : مرحلة التعليم الثانوي (المراهقة)
29	- تمهيد
30	1-2- مرحلة التعليم الثانوي (المراهقة)
30	2-2- تعريف المراهقة
31	3-2- مراحل المراهقة
31	4-2- مرحلة المراهقة (المبكرة)
31	5-2- مرحلة المراهقة (الوسطى)
31	6-2- مرحلة المراهقة (المتأخرة)
31	7-2- خصائص و مميزات المرحلة المراهقة
34	8-2- مشاكل المراهقة
35	9-2- النمو خلال مرحلة المراهقة
35	10-2- النمو الجسمي
35	11-2- النمو النفسي
36	12-2- بعض المشاكل النفسية للمراهق
36	13-2- الآثار النفسية للتربية البدنية و الرياضية على المراهق
37	14-2- مبادئ و قوانين النمو النفسي
37	15-2- ملامح النمو النفسي عند المراهق
38	16-2- النمو الاجتماعي

38	17-2- الآثار الاجتماعية للتربية البدنية و الرياضية على المراهق
39	18-2- خصائص السلوك الاجتماعي عند المراهق
39	19-2- المشاكل الاجتماعية لدى المراهق
40	20-2- أهمية ممارسة الرياضة للمراهق من الناحية النفسية و الاجتماعية
40	21-2- علاقة المراهق بالثانوية
41	22-2- اهمية التربية البدنية بالنسبة للمراهق
41	21-2- وظيفة النشاط البدني الرياضي في مرحلة المراهقة
42	22-2- تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق
43	- الخلاصة
	الجانب التطبيقي
الصفحة	الفصل الثالث : منهجية الدراسة
45	- تمهيد
46	1-3- الدراسة الاستطلاعية
46	2-3- منهج الدراسة
47	3-3- متغيرات الدراسة
47	4-3- مجتمع وعينة الدراسة
48	5-3- اساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات)
49	6-3- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة(الصدق ، الثبات ، الموضوعية)
51	7-3- تصميم الدراسة والمعالجة الاحصائية
51	8-3- خطوات اجراء الدراسة الميدانية

52	- خلاصة
الصفحة	الفصل الرابع : عرض و تحليل و مناقشة النتائج
54	4-1- عرض النتائج
54	4-2- تحليل النتائج
73	4-3- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات
الصفحة	الفصل الخامس : الاستنتاجات و الاقتراحات
76	5-1- الاستنتاج العام
77	5-2- الاقتراحات و الفرضيات المستقبلية
78	5-3- قائمة المصادر و المراجع
81	5-4- قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الجداول	رقم الجداول
49	الجدول رقم (01) المجال المكاني (الدراسة الميدانية)	1
49	الجدول رقم (02) يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية لاستبيان تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفية على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية وأبعاده الفرعية	2
50	الجدول يوضح معامل ألفا كرونباخ لاستبيان تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية	3
54	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)	4
55	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)	5

56	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)	6
57	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)	7
58	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (05)	8
59	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (06)	9
60	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)	10
61	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (08)	11
62	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09)	12
63	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (10)	13
64	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (11)	14
65	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (12)	15
66	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (13)	16
67	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (14)	17
68	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (15)	18
69	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (16)	19
70	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (17)	20
71	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (18)	21
72	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (19)	22
73	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (20)	
74	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (21)	
75	الجدول يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (22)	

ملخص الدراسة :

تناولنا في هذه الدراسة تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية حيث هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن دور النشاط البدني الرياضي اللاصفي في تأثيره على الجانب النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وكذلك معرفة بعض الخصائص الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ و تأثيرهم بالنشاط الرياضي اللاصفي حيث استخدمنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي نظرا لتلائم هذا المنهج مع هذا نوع من الدراسات و قد تألف مجتمع هذا البحث من جميع أساتذة التربية البدنية و الرياضية وشمل 34 أستاذ على مستوى ثانويات بلدية مسيلة وقد تم بناء الاستبيان بالاعتماد على عدة مقاييس للنشاط الرياضي اللاصفي التي استعملت في دراسات سابقة تناولت موضوع النشاط الرياضي اللاصفي، وقد تم توزيع الاستبيان على عينة استطلاعية وذلك من أجل التحقق من خصائصه السيكومترية ثم حسنا النسب المئوية و استعملنا اختبار الدلالة الاحصائية (ك²) لمعرفة النتائج الدراسة وهي على النحو التالي :

ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي اثر ايجابي على الجانب النفسي لدى التلاميذ و كذلك ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي أثر ايجابي على الجانب الاجتماعي لدى التلاميذ . و هناك بعض التوصيات يجب الاشارة اليها و هي زيادة الاهتمام بالنشاطات الرياضية اللاصفية و تشجيع التلاميذ المراهقين على ممارستها و الاهتمام بالفئة الموهوبة و اقامة دورات تنافسية وتوفير الامكانيات المادية .

وفي الأخير نتأمل للغد أفضل و نقول أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي يلعب دور ايجابي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية

Summary of study:

In this study, we addressed the impact of fellow physical activity on the social psychological side of secondary puppers. This study aimed to reveal the role of physical physical activity in its impact on the psychosocial aspect of high school students as well as knowing some characteristics of the psychological side of students and affected Lost sports activity We used to study this descriptive curriculum due to the authorization of this approach with this type of studies and the community consisted of all physical and sports education professors and included 34 professors at the level of Mesila Municipality and the questionnaire was built on several metrics for the gradual sports activity used In previous studies dealt with the subject of filad sports activity, the questionnaire has been distributed to a surprising sample in order to verify its sessional properties and then well the percentages and use the statistical significance (k^2) to see the study results as follows:

Physical activity is a positive mathematical activity on psychological aspect at pupils and also exercising mathematical physical activity that has a positive impact on the social aspect. There are some recommendations to be referred to and is increasing attention to extraordinary sports activities and encouraging teenage pupils on their

exercise and attention to the talented category and establishing competitive courses and providing material capabilities.

In the latter we hope for the best and saying that the exercise of adult sports activity plays a positive role on the psychological side of the secondary school pupil

مقدمة

مقدمة :

لقد عرف الانسان منذ القدم علوما عديدة و طورها ، و اخذ منها ما يتناسب مع رقيه و ازدهاره ، خاصة في عصرنا الحالي الذي يعرف في مجالات العلوم المختلفة و المتكاملة فيما بينها من اجل الوصول بالإنسان لأعلى مستوى من الرقي الحضاري . و نظرا لما أوحى به واقع المجتمعات البشرية قديما و حاضر بان كل شيء في هذه الحياة الا له هدف و غايته فالحياة اهداف مسطرة و كذا الشأن بالنسبة لممارسي الرياضة العامة ، و النشاط البدني الرياضي في المؤسسات التربوية خاصة فلهم اهداف مسطرة يسعون لتحقيقها .

إن النشاط البدني الرياضي جزء بالغ الأهمية من عملية التربية العامة ، و هو ليس حشو مضاف الى برنامج المدرسي كوسيلة لشغل التلاميذ ، لكنه على العكس من ذلك فهو جزء حيوي من التربية و طرق برنامج النشاط البدني الرياضي موجه توجيهها صحيحا يكتسب التلاميذ من خلاله المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة ، و يشير في هذا الصدد حسن علاوي (1998) بأن النشاط الرياضي ذو فائدة متباينة تختلف من فرد لآخر، وقد يكون ذلك على أساس الفائدة العلمية أو القيمة الأدائية التي يمثلها النشاط البدني بالنسبة للفرد و النشاط البدني الرياضي يلعب دور هام في تحقيق المهارات الحركية الاساسية التي تؤدي الى حياة افضل و اكثر كفاية ، كما انها تقوي الخلق و ترقى العادات الانسانية حيث أن مفهوم النشاط الرياضي مرتبط بعملية اكساب التلميذ لمعارف و الخبرات و المهارات الحركية ، كما انها جزء من الثقافة العامة و تشتمل على معلومات و معارف و قيم التي يحتاجها التلميذ في حياته مما يساعده على تكوين علاقات جيدة مع البيئة المحيطة به .

ومع هذا فقد أكد الباحثون على أهمية النشاط البدني، ولقد استخدموا تعبيره على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان و أشكال وأثر الثقافة البدنية للإنسان ، ومنهم "الارسن" اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى كما أكد بعض الباحثين أن ممارسة النشاط البدني ينتج عنه اكتساب لبعض الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي . فالنشاط البدني الرياضي بصفة عامة أمام هذه الظروف يعمل على خفض هذه التوترات، وأنه يقاوم العديد من أمراض العصر العضوية والنفسية و أفضل أسلوب وقائي لمواجهة مخاطر الحياة والحد من تفشيها ولاسيما تلك التي تظهر في مرحلة المراهقة والتي تتولد عن عوامل تعليمية .

وبالتالي يصبح النشاط البدني الرياضي اللاصفي وسيلة لتحقيق غاية مجيدة، ونظرا للتأثير الكبير الذي تلعبه حصص النشاط البدني الرياضي في مختلف المراحل العمرية باعتبارها فضاء واسعا لتحقيق الأغراض السامية للتربية البدنية والرياضية داخل الثانوية فالأنشطة الرياضية اللاصفية الخارجية والداخلية مكملة ومرتبطة ارتباطا وثيقا بدرس التربية البدنية والرياضية، فهي مجموعة الأنشطة الرياضية المختلفة التي تكون خارج النطاق الزمني لحصة التربية البدنية والرياضية .

وبالخصوص اذا تكلمنا عن الفئة المرحلة الثانوية (بمعنى المراهقين) باعتبارها اكثر المراحل صعوبة و حساسية في حياة الانسان في جانبها النفسي والاجتماعي . لما تمر به تقلبات مزاجية و صراعات نفسية و اجتماعية . والتي قد تنعكس على الأسرة و المدرسة و المجتمع .انطلاقا من ايجابيات الانشطة الرياضية اللاصفية

إن الاهتمام بالجوانب النفسية و الاجتماعية أضحت الخيار الأمثل والمناسب لفهم حقيقة هذا الكائن الإنساني وتحديد اتجاهاته إزاء المثيرات المحيطة به. يمكننا النظر للاتجاهات على أنها التمثيل النفسي في داخل الفرد لأثار المجتمع والثقافة لأن الفرد يكتسب من مجتمعه وثقافته ،الاتجاهات المناسبة نحو بعض الأنشطة وبعض الأفراد الآخرين كذلك نحو النشاط البدني الرياضي . كما يرى "محمد لبيب النجحي" أن اختلاف البيئة أو الأفراد الذين يتكامل معهم التلميذ واختلاف تكوينهم الاجتماعي والنفسي يؤدي إلى اختلاف التكوينات التي تنظم هذه الاتجاهات ،فلا يوجد فردان لهما نفس الإتجاه .

إن التربية الرياضية مادة ذات أهمية كبيرة لما تكتسيه من فوائد نفسية واجتماعية وتعليمية وهذا لما تتميز به عن باقي المواد الدراسية، حيث تساعد المراهق على اجتياز فترة المراهقة على أحسن وجه. فهي كنظام تربوي يندرج في إطار النظام التربوي العام الذي يسعى إلى تحقيق أهدافه وتطبيق مهامه، أي بمعنى تنمية المهارات الفردية للتلاميذ في النشاط البدني الرياضي الذي يميلون إليه، وذلك من خلال التدريب والمنافسة بطريقة منظمة بين أفراد القسم الواحد أو بين الأقسام الدراسية، وجعل المنافسة شريفة بعيدة عن التحايل واستعمال العدوان الذي كثيرا ما يؤثر على السير الحسن لحصة النشاط البدني الرياضي وجعل من هذه الحصة أداة للتقليل والتخفيف من السلوك العدواني عند التلاميذ

الفصل التمهيدي

الإشكالية :

تعتبر المدرسة مؤسسة اجتماعية تربية . التي تقوم بعملية التربية و التعليم فهي توفر افضل الظروف لنمو الطفل بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا بالإضافة الى انها تقوم بنقل المعلومات اليه. ونضرا لما تكتسبه التربية البدنية و الرياضية و انشطتها في تنمية قدرات الطفل . فلم تتوالى كل النظم في ادراجها ضمن مقررات الدراسية . و ذلك من أجل تنشئة السوية و ادماجه في وسطه الاجتماعي بصورة طبيعية .

حيث يكتسي النشاط البدني الرياضي اللاصفي اهمية كبيرة فهو عبارة عن مخطط دقيق و كامل اهم الركائز التي يعتمد عليها مدرس التربية البدنية في تكوين المتعلم اذا يعتبر أحد سبل التي أوجدها المربون في تكوين التلاميذ تكوينا متكاملًا و يعتبر النشاط البدني الرياضي اللاصفي خاصية اساسية و مهمة في برنامج التربية البدنية بصفة خاصة لأنه يلعب دور هام في تكوين التلاميذ تكوينًا اجتماعيًا و رياضيا و نفسيا . ولمعرفة مدى بلوغ النشاط البدني الرياضي اللاصفي الغاية التي وجد من أجلها و دوره في تأثيره على الجانب النفسي الاجتماعي .

أهم ما يميز أفراد المجتمع التباين والاختلاف في نمط حياتهم وهذا راجع لاختلاف العوامل الاجتماعية الشخصية أو التكوينية وكذلك اختلاف الإمكانيات المتاحة لكل فرد وكذا اختلاف طبقات المجتمع حسب الفئات العمرية فإذا سألنا عن حياة الفئة المراهقة نجدها من أعقد وأصعب الفئات عيشًا في المجتمع. هاته الأخيرة أي فئة المراهقة على وجه التحديد وضع لها منهج تربوي شامل في المؤسسات الثانوية التربوية، ولعل ما يعوق هاته الفئة تفاعلها مع المجتمع هو الإحساس بالعزلة والنقص دون أفراد المجتمع الآخرين مما جعلهم ينظرون إلى المجتمع بنظرة سلبية.

ومن هنا تبرز أهمية البحث عن الوسيلة العلاجية الفعالة لتفجير الطاقة الانفعالية الزائدة ولتحقيق الانسجام والنمو المتكامل للمراهق ومساعدته على اجتياز هاته المرحلة بسلام لان أي خلل ينعكس على شخصيته مستقبلا.

فالمجتمع مسؤول مسؤولية كاملة لتوفير الوسائل والإمكانيات المادية والبشرية لتحقيق نموه الاجتماعي بواسطة النشاط البدني اللاصفي ومحاولة إدماجه في المجتمع وإيجاد مكانة فيه، خاصة في وقت فراغه لأنه في هذا الوقت بالتحديد يجب السيطرة عليه تجنبًا لانحرافه

من خلال بحثنا هذا أردنا معرفة تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوي ومنه حق علينا التساؤل الآتي:

1- التساؤل العام:

هل ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب النفسي الاجتماعي لديهم ؟

1-2- الأسئلة الجزئية :

- هل ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب النفسي لديهم ؟

- هل ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب الاجتماعي لديهم ؟

2- الفرضيات :

1-2 - الفرضية العامة :

ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب النفسي الاجتماعي لديهم

2-2- الفرضيات الجزئية :

- ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب النفسي لديهم

- ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب الاجتماعي لديهم

3- أهداف البحث :

تسعى هذه الدراسة الى الكشف عن دور النشاط البدني الرياضي اللاصفي في تأثير الجانب النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية و ذلك من خلال الاهداف التالية:

1. ابراز دور النشاط البدني الرياضي اللاصفي في التأثير على الجانب النفسي لدى التلاميذ الثانوية
2. معرفة دور النشاط البدني الرياضي اللاصفي في تأثير على الجانب الاجتماعي لدى التلاميذ الثانوية

3. التعرف على قدرة النشاط البدني الرياضي اللاصفي في تأثير على الجانب النفسي و الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية

4- أهمية البحث :

- تكتسي هذه الدراسة اهمية بالغة حيث انها تنطرق الى احدى النشاطات المكتملة و المعززة للنشاط البدني المدرسي المقرر. حيث تسعى الى إيجاد الفرد الصاح و الفعال وهذا لان فاعليته تتوقف على

مدى ما يتمتع به من صفات عقلية و بدنية و نفسية واجتماعية وذلك من خلال تكاتف جهود الفاعلين في تنمية مختلف هذه النواحي, لذا وجب الاهتمام و تنمية الجانب النفسي الاجتماعي , و ذلك بتنمية لتكوين فرد سوي

- إبراز أهمية المرحلة العمرية ومدى فعاليتها في تطوير الناحية النفسية والاجتماعية للتلميذ.
- استخراج أخبار تهدف إلى تحديد نفسية التلميذ وظروفه الاجتماعية من خلال الأنشطة الرياضية اللاصفية.
- انجاز دراسة بيداغوجية يمكن من خلالها الإحاطة بموضوع البحث والتطرق إلى مختلف الجوانب التي تمس الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ.
- إبراز الانعكاس الذي يتركه النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ

5- المفاهيم والمصطلحات البحث :

5-1- تعريف النشاط البدني الرياضي اللاصفي :

أ- التعريف الاصطلاحي :

هي عبارة عن نشاط تربوي خارج ساعات الدوام الهدف منها إتاحة الفرصة للتلاميذ المتفوقين وذوي الهواية للرفع من مستوى أدائهم و و يمكن التلاميذ ذوي المستوى الضعيف من تدارك ضعفهم وتحسين مستواهم

(حسن شلتوت واخرون, 1990ص 117)

ب - **التعريف الاجرائي :** هي كل النشاطات الرياضية التي يتم ممارستها خارج إطار المؤسسة التعليمية وعادة ما تكون في أوقات الفراغ

5-2- الجانب النفسي :

هو التوافق التام أو المتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة مجابهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ على الإنسان مع الإحساس الايجابي بالسعادة والكفاية.

5-3- الجانب الاجتماعي:

يعني قدرة الفرد على معايشة غيره من الأفراد وتعامله معهم وتفهمه لتصرفاتهم وأنماط سلوكهم واكتساب حبهم واحترامهم وتعاونهم في تكوين بيئة اجتماعية صحيحة يمارسون من خلالها حياتهم الطبيعية لصالحهم وصالح المجتمع الذي يعيشون فيه

(محمد دويرار, 1994 ص 15)

5-4- تلاميذ مرحلة الثانوية:

هم تلاميذ الطور النهائي في مرحلة التعليم الثانوي المقبلين على شهادة البكالوريا

المرحلة الثانوية :

اصطلاح :

تعتبر المرحلة الثانوية مرحلة هامة ورئيسية بين التعليم المتوسط والتعليم العالي ، وعالم الشغل فهي تعد مجالا خصبا ومنبعا غزيرا لمد النخبة الرياضية بالرياضيين الم وهوبين في شتى الاختصاصات فعلى قدر الرعاية والاهتمام بهؤلاء الرياضيين تحدد استمرارية الاستثمار في هذه الطاقات والإمكانات في الأنشطة الرياضية المختلفة فالتدريب المستمر والإعداد الجيد والصقل والتوجيه السليم يمكن الوصول بهؤلاء الطلبة الرياضيين إلى تحقيق الانجاز الرياضي العالي ، وما نص عليه قانون المادة الثامنة من قانون تنظيم المنظومة الوطنية على أنه تعد الممارسة التربوية الجماهيرية جزءا مكمل للبرنامج على مستوى مؤسسات التربية والتكوين وتدرس على شكل تعليم مناسب

إجراءات:

هي مرحلة من التعليم بين التعليم المتوسط و التعليم العالي و تدوم مدة التعليم فيها ثلاث سنوات و هي مرحلة مهمة و رئيسية في المنظومة التربوية

(العمراني , 1987 ، ص 30)

6- الدراسات السابقة :

إن الدراسات السابقة تعتبر لأي باحث نقطة بداية حتى يستطيع إن يقارن ما وصل إليه في بحثه مخا وصل إليه من بحث قبله، فإما أن يؤكد النتائج السابقة، أو الخروج بنتائج جديدة تكون إضافة جديدة إلى المعرفة الإنسانية . وبالاطلاع على الدراسات السابقة يكتسي أهمية كبيرة في كونها تزود الباحث بأفكار ونظريات وفروض وتمثيلات، تفيد الباحث في تحديد أبعاد المشكلة المراد البحث فيها .وفي هذا السياق حاولنا الاطلاع على العديد من البحوث التي تمس موضوع بحثنا وأخذنا منها بعض الدراسات المشابهة وهي كالاتي:

الدراسة الأولى:

دراسة كريبع موسى وسميرعربوب تحت عنوان (دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في تحقيقي التكيف الاجتماعي لدى التلاميذ الثانوية) - مذكرة لنيل شهادة ماستر - في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - جامعة ورقلة - حاولت هذه الدراسة ابراز أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية في تحقيق التكيف الاجتماعية لدى التلاميذ الثانوية باستعمال أداة - الاستبيان -

على عينة من الأساتذة التربية البدنية و الرياضية خلال الموسم الدراسي (2013-2014) وقد توصل الباحثان الى النتائج التالية :

ان للممارسة النشاط البدني و الرياضي دور في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية, وكذلك التقليل من الشعور بالوحدة ,وكذلك دور في تحقيق الذات. وقد حملت الدراسة بعض التوصيات وهي زيادة الاهتمام بالنشاط البدني الرياضي و تشجيع

التلاميذ المراهقين على ممارسته و الاهتمام بالفئة الموهوبة و اقامة دورات تنافسية مدرسية و توفير الامكانيات المادية. وخلصت كذلك الى أن ممارسة النشاط البدني و الرياضي يلعب دور هام في تحقيق التكيف الاجتماعي

الدراسة الثانية :

دراسة بوقلمونة صابر تحت عنوان (تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على السمات الشخصية لدى التلاميذ الثانوية) - مذكرة تخرج ماستر - في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - جامعة ام البواقي - حاولت هذه الدراسة ابراز اهمية تأثير ممارسة الانشطة الرياضية اللاصفية على السمات الشخصية لدى التلاميذ الثانوية باستعمال اداة - الاستبيان -على عينة من الاساتذة التربية البدنية و الرياضية خلال الموسم الدراسي (2014 -2015)

ومن أهم ما توصلت اليه نتائج الدراسة :

أن المشاكل التي تواجه الأنشطة اللاصفية هو مشكل الزمن و الوقت المخصوص لها غير كاف من أجل التأثير الفعال على السمات الشخصية لدى التلاميذ الثانوية قد يكون مع فطرة زمن اطول .

الدراسة الثالثة :

دراسة لورنيق يوسف (2015) تحت عنوان (دور الأنشطة الرياضية اللاصفية في تحقيق بعض العلاقات الاجتماعية لدى التلاميذ الثانوية) - اطروحة دكتوراه - في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - جامعة مسيلة - حاولت هذه الدراسة ابراز أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية في تحقيق بعض العلاقات الاجتماعية لدى التلاميذ الثانوية باستعمال أداة - الاستبيان - على عينة من الأساتذة التربية البدنية و الرياضية خلال الموسم الدراسي (2015-2016) ومن أهم ما توصلت اليها نتائج الدراسة :

وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الذين يمارسون النشاطات الرياضية اللاصفية و غير الممارسين لصالح الممارسين على السلوك الاجتماعي.

وأوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بالأنشطة الرياضية اللاصفية من طرف الاساتذة ووضع برنامج لا يتعارض مع اوقات الدراسة , بالإضافة الى تظافر الجهود بين الاساتذة و الاولياء و الادارة من اجل مساعدة التلاميذ على تنشئة صحيحة

الدراسة الرابعة :

دراسة الياس لبوز (2017) تحت عنوان (النشاط البدني الرياضي اللاصفي الداخلي و أثره على التوافق النفسي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية) - مذكرة لنيل شهادة ماستر - في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - جامعة ورقلة - حاولت هذه الدراسة ابراز أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي الداخلي و أثره على التوافق النفسي لدى التلاميذ الثانوية باستعمال أداة - الاستبيان - على عينة من الأساتذة التربية البدنية و الرياضية خلال الموسم الدراسي (2016-2017) ومن أهم ما توصلت اليها نتائج الدراسة :

وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الممارسين و الغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي اللاصفي الداخلي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية على مقياس التوافق النفسي .
و التأكيد على دور النشاط البدني الرياضي اللاصفي الداخلي في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

دراسة الخامسة :

دراسة نعيمة وآخرون (2017) تحت عنوان (النشاط البدني الرياضي و أثره على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية) - مذكرة لنيل شهادة ماستر - في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - جامعة الجلفة - حاولت هذه الدراسة ابراز دور النشاط البدني الرياضي و أثره على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ الثانوية باستعمال أداة - الاستبيان - على عينة من التلاميذ الثانوية خلال الموسم الدراسي (2016-2017) ومن أهم ما توصلت اليها نتائج الدراسة :

يساهم النشاط البدني والرياضي في التأثير على الجانب النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية

الدراسة السادسة :

دراسة سليمان علي و آخرون (2019) تحت عنوان (علاقة النشاط البدني الرياضي اللاصفي بتحقيق التوافق الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية) - مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة - حاولت هذه الدراسة ابراز علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي بتحقيق التوافق الاجتماعي لدى التلاميذ الثانوية باستعمال أداة - الاستبيان - على عينة من التلاميذ الثانوية خلال الموسم الدراسي (2018-2019) ومن أهم ما توصلت اليها نتائج الدراسة :

وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الممارسين و الغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي اللاصفي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية على مقياس التوافق الاجتماعي .
و التأكيد على دور النشاط البدني الرياضي اللاصفي الداخلي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

- مناقشة الدراسات السابقة :

للدراسات السابقة دورا هاما في البحث العلمي وهذا لكون العلم تعاوني، حيث نستفيد من الدراسات السابقة في التصميم المنهجي وبناء أسئلة الاستبيان وكذلك أهم النتائج التي توصل اليها الباحث في الموضوع و يعني هذا أن الباحث ينبغي له أن يبدأ من حيث انتهى باحثون آخرون، ونظرا لافتقارنا للدراسات في مجال التربية البدنية والرياضية وآثرها على النمو النفسي الاجتماعي، أردنا أن نتطرق في بحثنا هذا و الذي يعتبر تكملة للبحوث المذكورة سابقا والذي يهدف الى محاولة إبراز الدور الهام الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي اللاصفي في تأثير على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية .

ومن خلال الدراسات السابقة نجد أنها كانت تقريبا متشابهة وتدور حول المواضيع النفسية الاجتماعية حيث توصلت نتائجهم إلى وجود فروق دالة إحصائية وذلك من حيث دراستهم حول الجانب النفسي والاجتماعي ، حيث تشابهت هذه الدراسات في وجود العلاقة بين ممارسة بعض الانشطة الرياضية اللاصفية و تطور النمو النفسي و الاجتماعي . وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة و في إعداد أداة الدراسة و ذلك، بتحديد محاور الدراسة ، كما استفادت في تحليل نتائج الدراسة تفسيرها، و في ضوء عرض الدراسات المشابهة كذلك، تبنت للباحث أهمية دراسة تأثير النشاط اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي

7- مميزات الدراسة الحالية :

أوجه التشابه:

من ناحية الأهداف:

- كل الدراسات السابقة اعتمدت في دراستها على المتغير المستقل وهو النشاط البدني الرياضي اللاصفي

- تضمنت دراسة نعيمة وآخرون (2017) تحت عنوان (النشاط البدني الرياضي و أثره على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية)، اين تشابه مع دراستنا في تناولنا للمتغير التابع الجانب النفسي الاجتماعي

من ناحية المنهج:

- اعتمدت دراسة الياس لبوز على المنهج الوصفي الذي استخدمناه في دراستنا.

من ناحية عينة الدراسة:

- أجريت كل من دراسة لورنيق يوسف و الياس لبوز على عينة من الأساتذة التربية البدنية و الرياضية

- أوجه الاختلاف:

من ناحية الأهداف:

- دراسة بوقلمونة صابر حاولت هذه الدراسة ابراز اهمية تأثير ممارسة الانشطة الرياضية اللاصفية على السمات الشخصية لدى التلاميذ الثانوية

من ناحية المنهج:

- دراسة خليل اعتمدت في دراستها على المنهج الوصفي لملائمته لموضوع دراسته.

و قد تميزت الدراسة الحالية على تأثير النشاط لبدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية و الاعتماد على المنهج الوصفي وذلك باستعمال اختبار K^2 و النسب المئوية و الذي يعتبر جد ملائم لمثل هاته الدراسات.

- أوجه الاستفادة من الدراسات:

- اختيار المنهج الملائم للدراسة و تحديد إجراءاته بدقة، حيث استخدمت الباحثان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة.

- التعرف على أفضل الإجراءات المستخدمة و التي يمكن أن تحقق أهداف الدراسة.

- توجيه اهتمام الباحث لأهم الاختبارات المناسبة لموضوع الدراسة.

- تحديد الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة النتائج البيانية للبحث.
- الاستفادة من نتائج هذه الدراسات في تفسير و مناقشة النتائج للدراسة الحالية.
- ساهمت في صياغة الأهداف و التساؤلات.
- ساهمت في البناء النظري للدراسة.

الجانب النظري

الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي اللاصفي

تمهيد:

يعد النشاط الرياضي ميدانا مهما من ميادين التربية يهدف إلى إعداد الفرد الصاح وتزويده بالخبرات ومهارات تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه ويجعله قادرا على مسايرة العصر في تطوره ونموه . نشطة الرياضية وهذه كلها تعبر عن حركة الإنسان المنظمة سواء كانت في والأن اختلفت مصطلحاتها وتسميا مستوياتها التعليمي والتربوي البسيط في المدرسة أو في إطارها التنافسي بين الأفراد والجماعات أو مجال التطبيق للمهارات المتعلمة . في المؤسسات التربوية نجد نوعين من الأنشطة الرياضية أنشطة صفية وهي التي تمارس في إطار برنامج المؤسسة (2 سا أسبوعيا)، وتهدف إلى الإعداد البدني العام لكسب الصحة واللياقة البدنية وتعليم المهارات النافعة لحسن استغلال وقت الفراغ واكتساب القوام السليم، غير أنها تفتقر للإعداد الخاص والدقيق في أي نشاط رياضي محدد بغرض الوصول لأعلى مستوى والنوع الثاني أنشطة اللاصفية وهي التي تمارس خارج دوام الحصص الرياضية المبرمجة في المؤسسة التربوية بهدف اكتشاف وصقل المواهب الرياضية الكامنة لدى التلاميذ والتي لم تتح لهم الفرصة لإظهارها خلال حصص التربية البدنية المبرمجة، كما أنها تساهم في تحسين مستواهم ولذي الميول والرغبات المزيد من المزاولة الرياضية .

1- النشاط البدني الرياضي :

1-1 تعريف النشاط: هو كل عملية عقلية أو سلوكية أو بيولوجية متوقعة على طاقة الكائن الحي وتمتاز بالتلقائية أكثر منها الاستجابة .

(احمد زكي بدوي، 1977، ص8)

1-2 تعريف النشاط البدني الرياضي:

يعتبر النشاط البدني الرياضي احد اتجاهات الثقافة الرياضية التي ترجع إلى التقدم حيث كان الانسان البدائي يمارسها كثيرا ضمنا للإشباع حاجاته الأولية. فأقام مسابقات العدو و الجري و السباحة و الرمي و الجري و المصارعة و القفز و غيرها من النشاطات الأخرى محاكيا أجده الأولين و مستفيدا من خلفياته الرياضية السابقة، ثم أضاف إلى هد النشاطات الأساسية بعض الوسائل كالكرات و المضارب و الشبكات ووضع لها القوانين و اللوائح و اقام من اجلها التدريبات و المنافسات عمل جاهدا من اجل تطويرها و الارتقاء بها ، حتى أصبحت إحدى الظواهر الاجتماعية الهامة التي تؤثر في سائر الأمم و اصبحت عنوان الكفاح الإنساني ضد الزمن، و هلك ليلبغ أعلى المستويات من المهارة أما في عصرنا هذا فأن النشاط البدني و الرياضي أصبح عنصر من العناصر التضامن بن المجموعات الرياضية و فرصة الشباب العالم أجمع ليتعارفوا بعضهم على بعض خدمة للمجتمع، بالإضافة الى ذلك فهو يساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة للأثبات صفاته الطبيعية، وتحقيق ذاته عن طريق الصراع و بذل المجهود فهو يعد عاملا من عوامل التقدم الاجتماعي و في بعض الأحيان التقدم المهني.

(علي منصور، 1971، ص 206)

2- تقسيمات النشاط البدني الرياضي:

إذا أردنا أن نتكلم عن النواحي للنشاطات البدنية والرياضية كان من الواجب معرفة أن هناك أنشطة يمارسها الفرد لوحده وهي تلك الأنشطة التي يمارسها دون الاستعانة بالآخرين في تأديتها، أما الأنشطة الأخرى فيمارسها الفرد داخل الجماعة وتسمى بالأنشطة الجماعية أو الفرق ومن هنا تم تقسيم النشاط البدني الرياضي على النحو التالي:

النشاطات الرياضية الهادئة :

هي النشاطات الرياضية التي لا تحتاج إلى مجهود جسماني، ويقوم به الفرد وحده أو مع غيره، وهذا في جو هادئ أو مكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو الغرف واغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد جهد مبذول طوال اليوم

النشاطات الرياضية البسيطة :

ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكلا أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

النشاطات البدنية التنافسية :

تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني يتناسب مع نوع هذه . الألعاب، يتنافس فيها الأفراد فرديا وجماعيا .

(محمد علال خطاب و كمال الدين زكي، 1965 ص 01)

3- خصائص النشاط البدني الرياضي :

من أهم الخصائص التي يتميز بها النشاط البدني والرياضي نجد:
- النشاط البدني الرياضي عبارة عن نشاط اجتماعي، وهو تعبير عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع

- خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الرئيسي
- أصبح للصور التي يتسم بها النشاط الرياضي هو التدريب ثم التنافس
- يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية أهم أركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، ويؤثر المجهود على السير العملية النفسية للفرد
كما نلاحظ أن النشاط الرياضي يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف

(امين انور الخولي، 1990 ص 19)

5- وظائف النشاط البدني الرياضي التربوي:

5-1- النشاط البدني الرياضي لشغل أوقات الفراغ :

إذا أردنا أن يكون قويا وسليما في بنيته، عاملا للخير متطلعا لغد أفضل فلا بد أن نعمل على استغلال أوقات الفراغ وتحويله من وقت ضائع إلى وقت نافع ومفيد تتعكس فوائده على كل أفراد المجتمع .
قد يكون النشاط البدني الرياضي أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفادة على الأقل من وقت فراغهم من نشاط بناء يعود عليهم بالصحة والعافية رغما وجود الكثير من الأنشطة المفيدة، كالرسم والنحت وقيادة السيارات وغيرها، إلا أنه يجب أن تكون بديلة للنشاط الرياضي، والوسيلة الوحيدة لتنمية الكفاءة البدنية والحركية اللازمة للحيات المتدفقة ولكن أن تكون هذه الأنشطة وسائل مساعدة لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة. وهكذا يساهم النشاط البدني الرياضي في حسن استغلال

وقت الفراغ و حل إحدى مشكلات العصر الخطيرة الكثيرة من المدمنين على الكحول والمخدرات، كان سبب إدمانهم عدم استغلال نفيد لوقت الفراغ.

5-2- النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن :

إن الفرد الذي يقبل على النشاط البدني بحيوية وصدق، ويكون في حالة تهيأ عقلي أفضل من الإنسان الذي يركن إلى الكسل والخمول من حيث تكافؤ العوامل الأخرى المؤثرة على النشاط الذهني مثل : الثقافة، السن، الجنس، كما يبدو منطقيا أن الممارسين للأنشطة الرياضية فان القدرة العقلية في المجالات الرياضية زاخرة بالمواقف التي تتطلب ادراكا بصريا للحركة الأمر الذي يؤدي إلى تنمية وتطوير القدرة، وبالتالي تطوير التفكير والذكاء العام و هذا يعني بوضوح عام ان النشاط الرياضي يساهم في إنعاش الذهن واستخدامه استخداما أكثر فائدة وتأثير، بالإضافة إلى أن ألوان النشاط الرياضي ليست مقتصرة على الناحية البدنية فقط، بل يصاحبها اكتساب الكثير من المعلومات والمعارف ذات الأهمية البالغة في تنمية الثقافة العامة.

5-3- النشاط البدني الرياضي لتنمية التفكير :

إن للأداء الرياضي جانبين ، جانب فكري يتمثل في التفكير في الحركة قبل أدائها وتحديد غرضها ومسارها " القوة ، السرعة ،الاتجاه وهذا التحديد العقلي هو ما يسمى بالتوقيع الحركي إلى المداومة الفكرية الرياضية وجانب آخر عملي وهو يتعلق بتطبيق الحركة فعليا كما فكر الفرد، وصاغها عقليا على ضوء اقتناره المسبق للعلاقات الكائنات بين الوسيلة والهدف، وهو ما يسمى بالإيقاع الحركي.

والمؤكد أن التفكير المسبق للحركة ومدى صياغة العقل وأبعادها هو الذي يتوقف عليها نجاحه، فكلما كان التفكير سليم كان الأداء محقق ناجح لأغراضه و أهدافه والعكس صحيح، فالأداء الرياضي لا يتم بصورة آلية ولكنه يتأسس على التفكير الذي يؤثر فيه و يتبين الأثر به ، وهناك تكمن أهمية الأنشطة الرياضية في تنمية التفكير .

5-4- النشاط البدني لدعم مقومات الإنسان لمتابعة الحياة الحديثة :

يحتل النشاط الرياضي مكانة بارزة بين الوسائل الترويحية والبريئة الهادفة التي تساهم بدرجة كبيرة في تحقيق الحياة المتوازنة، والتخلص من حدة التوتر العصبي، ذلك أن الفرد حينما يستغرق في الأداء الرياضي الذي يكون يمارسه أو يتراخى تبعا منقبضة التوتر الذي يشد أعصابه، و يرى (RYDON) أن السرعة المتزايدة للحيات الحديثة يمكن ان تخفف .

(سيد حسن شلتوت و آخرون ، 1990ص126)

6- أهداف النشاط البدني والرياضي من الناحية النفسية والاجتماعية:

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني و إنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها الطور الطبيعي للفرد . ولا بد أن تستخدم محبته للحركة من اجل تسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط للإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي.

كما تساهم التربية البدنية والرياضية معناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة قوية، ومساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أبا وعونا موجها وتتمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عضوا في جماعة منطقة .

فالتربية البدنية تعتبر مجال خصب للوثام المدني، فهي تنمي روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد مجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة

(بشير الفاندي و آخرون , 1983 ص 87)

7- الأنشطة البدنية الرياضية اللاصفية :

تعتبر الأنشطة اللاصفية نشاطا تربويا خارج ساعات الدوام و الهدف الأساسي منها إتاحة الفرصة للتلاميذ المتفوقين للرفع من مستوى أدائهم كما يمنح لذوي الهواية و الرغبة المزيد من ساعات المزاولة الرياضية ويمكن التلاميذ ذوي المستوى الضعيف من تدارك ضعفهم و تحسين مستواهم. لما كانت ساعات درس التربية البدنية و الرياضية غير كافية (2 سا أسبوعيا) لتحقيق أهداف هذا الدرس واكتساب مهارات أولية وأساسية و ممارستها ممارسة فعالة كان للنشاطات اللاصفية دورها البارز في تغطية هذا النقص باعتبارها من أفضل الميادين التي يمكن أن يطبق فيها التعليم عن طريق الممارسة. وعلى ذلك فإن مجالات النشاطات اللاصفية يمكن أن تشمل التدريب على المهارات و تنظيم الدورات ما بين الفصول أو ما بين السنوات كما تخول المشاركة في الدورات في إطار الرياضة المدرسية أو تنظيم الرحلات و المعسكرات . و توقيت النشاط اللاصفي لا ينبغي أن يتعارض و توقيت برنامج الدراسة الرسمية حيث يمكن مزاولة النشاط اللاصفي صباحا قبل الدرس أو في أوقات الراحة بعد دوام المدرسة

7-1- أنواع الأنشطة الرياضية اللاصفية :

7-1-1- النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

مفهومه :

النشاط الداخلي بالمدرسة هو البرنامج الرياضي الذي تديره المدرسة خارج المنهاج الدراسي لكل من تضمهم هذه المدرسة

(سيد حسن شلتوت, مرجع سابق ، ص126)

يعتبر هذا النشاط امتدادا لدرس التربية البدنية والرياضية ,و يتميز بالمزيد من حرية اختيار التلميذ لما يمارسه من أوجه النشاط داخل المدرسة كل حسب ميوله وقدراته واحتياجاته كما يساعد على تدريب التلاميذ على تحمل المسؤولية و إشراكهم في الإعداد والتنظيم والتحكم والتسجيل والإعلام .

(محمد سعيد عزمي، 1996 ، ص12)

وهو النشاط الذي يقدم خارج أوقات الدرس داخل المؤسسة التربوية والهدف منه إتاحة الفرصة لكل التلاميذ لممارسة النشاط المحبب لهم ويتم عادة لأوقات الراحة القصيرة والطويلة في اليوم المدرسي , وينظم طبقا للخطة التي يصنعها المدرس سواء كانت مباريات بين الأقسام أو عروض فردية أو أنشطة تنظيمية .

(محمد عوض بسيوني وآخرون , 1992, ص132)

ويعرف كذلك أنه البرنامج الذي تديره المدرسة خارج أوقات الجدول المدرسي و هو في الغالب نشاط اختياري وليس إجباري كدرس التربية البدنية و الرياضية و لكنه يتيح الفرصة لقبال التلاميذ على هذا النشاط لكل تلميذ أن يشترك في نوع أو أكثر من النشاط الرياضي ومكمل للبرنامج المدرسي .

(عقيل عبد الله و آخرون، بغداد، ، 1986 ص65)

7-1-1-1- أنواع النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

- منافسات في الألعاب الجماعية المختلفة) كرة القدم، كرة السلة، كرة الطائرة، كرة اليد (بين الأقسام والسنوات المختلفة)

- منافسات في الأنشطة الجماعية والاجتماعية) ألعاب صغرى (بين هيئة التدريس والتلاميذ.

- منافسات في الأنشطة الفردية) تنس الطاولة، الجباز، وألعاب القوى،... الخ،) منازلات فردية

(جيو، ملاكمة , مصارعة،... الخ)

- منافسات في اللياقة البدنية بين الأقسام.
 - عروض رياضية للتمرينات بين الأقسام المختلفة.
 - مهرجانات وحفلات مدرسية بمناسبة الأعياد الوطنية والاجتماعية
- (محمود سعد و آخرون , 1998 , ص 240)

7-1-1-2- أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

إضافة إلى أن النشاط اللاصفي الداخلي يعتبر تكملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، فأهميته تكمن في أنه من أفضل الميادين التي يمكن أن يطبق فيها مبدأ التعلم عن طريق الممارسة، في درس التربية الرياضية فالتلميذ يتعلم بضعة مهارات أولية أساسية في درس التربية الرياضية ولا يجد الفرصة الكافية لممارسة فعالة في الدرس نفسه، ولكنه يستطيع أن يفعل ذلك في منهاج النشاط الداخلي (حسن شلتوت وآخرون، مرجع سابق، ص 26)

7-1-1-3- أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

- يعتبر النشاط الداخلي حقلاً لتنمية مهاراتها التي يتعلمها التلميذ في المدرسة.
- إتاحة فرص النشاط للجميع.
- التعليم عن طريق الممارسة.
- التربية للوقت الحر.
- تنمية الصفات الاجتماعية (ضبط النفس، التعاون، احترام الغير وحسن المعاملة،... الخ
- تنمية روح الجماعة.

7-1-2- النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

مفهومه :

النشاط اللاصفي الخارجي لأي هيئة هو ذلك النشاط الذي تتبارى فيه وحدات تمثل هذه الهيئة مع وحدات تمثل هيئات أخرى غالباً ما تكون هذه المباريات بين أفراد ينتمون إلى نفس الجنس. ويعتبر هذا البرنامج جزء متميز من البرنامج العام الشامل للتربية الرياضية إلا أنه يختص الممتازين في الأداء الرياضي وتجرى مباريات هذا النشاط وفقاً لقواعد وشروط متفق عليها بغرض معرفة الفائز أو الفائزين من بين المشتركين

هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات رسمية بين فرق المدرسة والمدارس الأخرى وللنشاط الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قمة البرنامج الرياضي المدرسي العام الذي يبدأ من الدرس اليومي ثم النشاط الداخلي لينتهي بالنشاط الخارجي. حيث يصب في خلاصة الجد والمواهب الرياضية في

مختلف الألعاب لتمثيل المدرسة في المباريات الرسمية كما يسهل من خلاله اختيار منتخب المدارس
بمختلف المنافسات الإقليمية والدولية

(قاسم المندلاوي وآخرون ، 1990 ، ص 55)

7-1-2-1-أهمية النشاط اللاصفي الخارجي :

وعن أهمية النشاط الخارجي، يرى الدكتور هاشم الخطيب النشاط الرياضي الخارجي ناحية أساسية مهمة في منهاج التربية الرياضية ودعمه قوية تركز عليها الحركة الرياضية في المدرسة بالإضافة إلى ذلك فإنه يكمل النشاط الذي يازول الدروس المنهجية .

(منذر هاشم الخطيب، 1988 ص 689)

إن النشاط الخارجي هو تلك الممارسة التنافسية في الوسط المدرسي أو هو الفرق المدرسية، هذه الفرق الرياضية تحتاج إلى إعداد خاص قبل الاشتراك في المنافسة وهذا من حيث الاختيار وانتقاء الطلاب الرياضيين وتشكيل عداد هذه الفرق حيث نصت الفرق الرياضة المدرسية في بداية الموسم الدراسي وكذلك فيما يخص تدريب وإعداد هذه الفرق حيث نصت المادة (07) من التعليم الوزارية المشتركة رقم 15 أنه تتكون الممارسة التنافسية التربوية من تدريبات رياضية متخصصة وتحضيرية للمنافسة فهي تستهدف المشاركة في التعبئة والإدماج الاجتماعي للشباب في شكل منافسة في أوساط التربية و التكوين

(تعليمية وزارية مشتركة , 1993)

7-2-2-1-أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

إن الهدف العام والأصلي للنشاط الخارجي هو نفسه الهدف العام لكل عملية تربوية، وهو تنمية الفرد تنمية سليمة متكاملة، أما الأغراض القريبة فيمكن إيجازها فيما يلي:

- الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي:

إن المباريات الرياضية، ما هي إلا منافسات بين أف ا رد أو فرق تحاول كل منها التفوق على الآخرين في ميدان كل مقوماته الأداء الرياضي الفردي والجماعي، وبذلك يتم الاستعداد لمقاومة المتنافسين بالإعداد والتدريب المنظم والصحيح، ووضع عال للمستويات المهارية، وبذلك يرتفع مستوى الأداء الرياضي ويزيد التمتع بالناحية الفنية الجمالية لهذا الفن، وقد يكون هذا المستوى موضوعا يمكن قياسه كما في القفز العالي والطويل، ويكون اعتباريا نسبيا كما في الألعاب الجماعية .

- تنمية التطبع الانفعالي:

إن معرفة الفرد أو الفرق لنواحي قوته ونواحي ضعفه هي أول خطوة في سبيل النقد الذاتي وعلامة من علامات النضج الانفعالي كما يعتبر التحكم في النفس أثناء اللعب وتقبل النتائج، مهما كانت بهدوء

وعدم انفعال وخاصة عندما يرتكب أحد اللاعبين خطأ ضد آخر أو حينما يحاسب اللاعب على خطأ يعتقد أنه لم يرتكبه ويعتبر هذا علامة من علامات النضج الانفعالي

- الاعتماد على النفس:

إن ممارسة الاعتماد على النفس وكذلك الصفات الخلقية الأخرى كتحمل المسؤولية وقوة الإرادة وعدم اليأس الاحراز على النصر وإنكار الذات كل هذه ميزات وصفات واجب حضورها وتوفرها أثناء الاندماج في المقابلات الرياضية المدرسية

- حسن قضاء وقت الفراغ:

إن من أكبر مشاكل العصر الحديث كثرة وازدياد وقت الفراغ، وأن قياس مدى تقدم الدول حديثاً مرهون بمدى معرفة أبنائهم لكيفية قضاء أوقات فراغهم، والتنافس الرياضي يعتبر من أنجع الوسائل لقضاء وقت الفراغ .

- تعلم قوانين الألعاب وتكتيك اللعب:

هذا غرض عبق لي اجتماعي فتفهم القوانين نصاً وروحاً ثم دراسة التكتيك سواء كان فردياً أو جماعياً يتطلب مقدرة عقلية وفكرية معينة أما التطبيق العلمي لهذا التكتيك مع الآلات ازم بما تفرضه القوانين والقواعد يعتبر ممارسة اجتماعية على احترام القوانين واللوائح والقواعد والعمل في حدودها وعدم الخروج من إطارها العام.

- اكتساب الصحة البدنية والعقلية والمحافظة عليها وتنميتها:

لقد أمتت الصحة وفقاً على خلو الجسم من الأم ارض، بل هذه قاعدة أساسية للصحة فقط أما التعريف العام فيشمل صحة الجسم والعقل مع النضج الانفعالي والمقدر على التكيف الاجتماعي وتتطلب المباريات الرياضية أن يعمل الفرد بكل قواه الجسمية والعقلية والوجدانية في تكامل وتنافس يؤدي إلى توازن الشخصية .والمباريات الرياضية بما فيها من انطلاق وتعبير عن النفس تعتبر مجال الإفصاح عن المشاعر والعواطف، كما أنها في كثير من الأحيان تكون صمام الأمان لشخصية الفرد من الانهيار، فاشترك الفرد مع فريق مدرسته يمثل في حد ذاته الاعتراف بذاتيته وامتيازه.

- التدريب على القيادة:

من المعلوم أن لكل مجموعة قائد ولكل فريق رئيس، وتتص قوانين اغلب الرياضات الجماعية أن رئيس الفريق هو الممثل الرسمي للفريق وهذه مسؤولية قيادية وتوفر مباريات النشاط الرياضي الخارجي مواقف عديدة لممارسة اختصاصات هذا المركز القيادي بما فيه من مسؤوليات وسلطات وفي هذا تدريب على القيادة

(حسن شلتوت وآخرون، مرجع سابق، ص 65. 66)

7-1-2-3- أسس إعداد وتنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي :

يكتمل مفهوم النشاط الرياضي الخارجي بسائر أجزاء البرنامج، من حيث الواجبات التربوية وفي بعض دول العالم يوجد تنظيم متقدم للغاية لإدارة هذا اللون من النشاط بين المدارس وفي أغلب هذه الدول توجد له تحديات رياضية متخصصة في إدارة هذا النشاط الرياضي المدرسي، ولكي نتيح فرص النجاح للنشاط الرياضي الخارجي يرى الدكتور محمد الحماحي في كتابه (أسس بناء التربية الرياضية) أن من أهم هذه الأسس التي يجب مراعاتها مايلي :

- مراعاة المرحلة السنوية للطالب عند اختبار الفرق الرياضية، حيث أن كل نشاط يتطلب خصائص بدنية وقدرات خاصة
- مراعاة اختيار أعضاء الفرق الرياضية من ذوي الأخلاق الحميدة والمستوى المناسب في الأداء، و الاهتمام بتحديد فترات لتدريب أعضاء الفرق الرياضية وبحيث لا يعوقهم التدريب عن التحصيل الدراسي.
- الاهتمام بتوفير الإمكانيات اللازمة لنجاح النشاط، العمل على تكوين فرق رياضية في عدة نشاطات متنوعة وعدم الاقتصار على نوع أو نوعين من النشاط
- الاهتمام بضرورة احترام أعضاء الفرق الرياضية للقوانين وللروح الرياضية وللقيم التربوية، تخصيص جوائز للفائزين ولأحسن فريق مهزوم ولأحسن لاعب في الأخلاق وفي هذا السياق، يرى الدكتور عباس أحمد صالح أنه يجب أن يكون تنافس بين البرامج الصفية والبرامج اللاصافية، أي يجب أن يتدرب الطلاب على ما تعلموه من الدرس، حيث أن النشاط اللاصفي يهدف إلى أساسين تنمية الصفات الأساسية عند الطلاب مثل القوى العضلية، السرعة، المطاولة، الرشاقة والمرونة، وهي صفات يمكن تنميتها . والتقدم بها في النشاطات اللاصافية حيث لا يسعنا الدرس في المدرسة إلى تنميتها
- ترقية المهارات الرياضية والنشاطات اللاصافية، مجال كبير لترقية المهارات الرياضية والسيطرة عليها حيث يوجد متسع من الوقت لذلك، وعلى ذلك يمكن تحديد الأسس الرئيسية للنشاطات اللاصافية في مايلي :
- أن تكون مرتبطة بنشاطات درس التربية البدنية والرياضية وتتبع خطة متقنة على مدار السنة
- أن تهدف إلى تنمية الصفات البدنية الأساسية.
- أن تهدف إلى ترقية المهارات والألعاب الرياضية الموجودة في الخطة.
- أن تحضاً بإمكانات تتلاءم مع حجم النشاط من ملاعب ومدربين مؤهلين .
- ان تحقق ادنى الطموحات وان تحقق اهداف الرياضة المدرسية.

(صالح السامرائي، 1981)

7-1-2-4- أهداف النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي :

- إفساح المجال للفرق المدرسية للتنمية الاجتماعية والنفسية وذلك بالاحتكاك مع غيرهم من تلاميذ المؤسسات والمدارس الأخرى
 - الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي بين التلاميذ
 - إتاحة الفرصة لتعلم قواعد وقوانين الألعاب وكيفية تطبيقها
 - إعطاء الفرصة لتعلم القيادة والتبعية وكذا الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية
- (محمد عوض بيسوني، مرجع سابق، ص 37)

8- مميزات النشاط الرياضي اللاصفي:

- رعاية المواهب الرياضية بالمدرسة من حيث صقلها وتنميتها
 - الكشف عن الأفراد الممتازين رياضيا حتى يكونوا ذخيرة فعالة يستخدمها المجال الرياضي في القطاع الأصلي
 - كفاءات صالحة لتمثيل الدولة في المباريات المحلية والإقليمية والدولية
 - إتاحة فرصة التدريب على القيادة أثناء المباريات
 - تنمية السلوك الاجتماعي لأفراد الفرق وتدعيم العلاقات بينهم وبين لاعبي الفرق الأخرى
 - تحقيق الشخصية الرياضية من الناحية البدنية والخلقة الاجتماعية والصحية.
 - الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي للأفراد الممتازين
 - تعلم النواحي الخططية والمهارية وقوانين الألعاب المختلفة
 - خلق نوع من التضامن الشريف بين المتعلمين بالمدرسة للاشتراك الخارجي
- (مكارم حلمي وآخرون، 1990، ص 127)

9- أهداف التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي:

بعد انتهاء الدراسة المتوسطة ينتقل التلميذ أو التلميذة إلى مرحلة الدراسة الثانوية [الطور الثالث]، وهم عادة إما في طور المراهقة أو اجتازوا هذه المرحلة

9-1- أهداف المجال الحسي الحركي:

يهدف بشكل خاص إلى تطوير القدرات البدنية والمهارات الحركية ومساعدة التلاميذ لاكتساب القدرات العامة وتحسينها ومنها:

- الإدراك والتحكم في الجسم
- التعلم التدريجي للحركات متزايدة الصعوبة (حركات معقدة)

- اكتساب سلوكيات حركية منسقة وملائمة مع المحيط وفي كل الوضعيات البسيطة (المشي، الركض) . والأكثر تعقيدا ذات صبغة مقيدة أو مسلسلة (اجتياز الحواجز - ملامسة الأجهزة التربوية)

- اكتساب القدرات مثل : (السرعة ، المرونة ، المطاولة ، القوة)

(مناهج التربية البدنية للتعليم الثانوي الجزائر 1996 ص 07- 03)

9-2- أهداف المجال الاجتماعي :

- تتميز مادة التربية البدنية والرياضية عن باقي المواد الأكاديمية بالعلاقة الديناميكية المبنية على المساعدة والتعاون.

- المناقشة وتحقيق أهداف المجال الاجتماعي العاطفي الذي يحاط بنفس الأهمية التي تعطى للأهداف الحسية الحركية .

وعلى هذا يجب إعطاء الفرصة للتلميذ لاتخاذ المواقف والتحكم مع القدرات التالية:

- حب النشاط البدني والرياضي

- امتلاك الرغبة في بذل الجهد قصد تع ویده على التدريب بصفة مستمرة

- الاندماج في الفوج عن طريق مشاركته في النشاط البدني

- التحلي بالتصرفات الخلقية و تقبل القوانين واحترامها

- التعبير عن الانفعالات بطريقة ايجابية :الفرح الارتياح ، تقبل الهزيمة.... الخ

- التحكم في الانفعالات السلبية(العدوانية)

- احترام وتمجيد العمل الجماعي : التعاون، التعامل ،.... الخ

9-3- أهداف المجال المعرفي :

تساعد الأنشطة البدنية والرياضية على تحسين القدرات الإدراكية والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية واكتساب القدرات الفكرية والمعارف التالية :

- معرفة قوانين الألعاب التي يمارسها

- معرفة تاريخ الأنشطة البدنية والرياضية بصفة عامة

- فهم أهداف التربية البدنية والرياضية

- توعية التلاميذ بالتغيرات الجسمية التي تحدث في مرحلة المراهقة

- توعية التلاميذ بثقافة رياضية عامة

- اكتساب التلاميذ المعلومات الوافية عن قوانين الألعاب وتوضيح أسلوب السلوك الجيد عند المشاركة

9-4- أهداف المجال النفسي :

- تتميز الجوانب النفسية في مواقف الإثارة في الألعاب الرياضية
- تعزيز روح القيادة عند التلاميذ والتلميذات
- تمكين التلاميذ من ضبط أنفسهم وانفعالاتهم في اتجاه السلوك السليبي خلال المشاركة في السباقات
- تنمية روح التحلي بالصبر والنظام وحسن التصرف والشجاعة والتضحية والنداء في سبيل الوطن
- غرس روح الانضباط والتحلي بالمسؤولية

9-5- أهداف المجال الحركي :

- زيادة تطوير القابليات البدنية والتوقع الحركي وسرعة رد الفعل
- تطوير الجانب المهاري والخططي للألعاب الرياضية المختلفة في دروس التربية البدنية والرياضية والتدريب الرياضي
- توفر فرص التدريب وممارسة الألعاب لتطبيق النواحي الفنية لذوي الكفاءات الرياضية
- تنمية وتطوير اللياقة البدنية والمهارات الحركية
- ولتحقيق ذلك أصبح من واجب مدرس التربية البدنية والرياضية أن يدرك تماما أن التدريبات الرياضية تحتاج إلى تدعيم يتصل بالقيم التربوية بغية تحديد الأهداف العامة والخاصة للنشاط الرياضي المدرسي بنوعيه المنهجي واللاصفي.

(محمد عوض بسيوني . المرجع السابق . ص 09)

خلاصة :

إن مهمات وأهداف النشاط الرياضي اللاصفي بشقيه الداخلي والخارجي قد تعددت وشملت الكثير من النواحي التي روعي على فيها تنمية المواهب، القدرات البدنية، العقلية، والذهنية والاعتماد على النفس واكتساب الخبرات والتجربة وتعلم فنون الألعاب والمباريات وقوانينها وبذلك اكتسب الطالب القدرة في الحفاظ على صحته و المشاركة في المنافسات وكيفية إدارتها و توجيهها مما يتناسب مع قابليته الذهنية والبدنية ويكون بذلك قد اكتسب هذه الصفات .

إضافة إلى العامل الحسي المتعلق بشهرته كلاعب على مستوى المدرسة وتطور مستقبله اللاحق في المنتخبات الوطنية. إلا أن الملاحظ، أن مثل هذا النشاط بكافة جوانبه تفتقر إليه مؤسساتنا التربوية إذ لم توضع أهداف ولا أغراض ومستلزمات يكون المرجو منها هو تنمية الطالب بدنيا وذهنيا وترقية المدرس إلى مرحلة التدريب .

إن انتقال المنهج إلى هذا النشاط إضافة إلى عدم وجود الحوافز المادية من ترقية وعلاوات للمدرسين من جهة، وعدم تنظيم الدورات المدرسية والمشاركة الفعالة لجميع المؤسسات التربوية في كافة الولايات سواء كانت داخلية أو خارجية أفقدت هذا النشاط مضمونه الحيوي والأساسي، وهذا ما يدعو الباحث للتساؤل عن ذلك.

الفصل الثاني:

مرحلة التعليم الثانوي

(المراهقة)

تمهيد:

يعرف الإنسان مراحل تطور عدة، و المراهقة مرحلة من مراحل حياته، فيها من المشاكل ما يجعلها تستحوذ على عدد كبير من البحوث التربوية والنفسية، والاجتماعية فأصبح بالضرورة بما كان أن يتعرف أستاذ التربية والرياضية على خصائص هذه المرحلة وأهميتها ما يجعله يبنى أهداف حصصه على أساسها، وكي يتمكن كذلك من أخذ الفوارق الفردية بين التلاميذ فيما بينهم، وبين الذكور من جهة والإناث من جهة أخرى وبالتالي يتمكن من تنمية وتعزيز النمو بجميع جوانبه في هذه المرحلة " فالعلاقة بين الأنشطة البدنية والنمو الفكري والنمو الانفعالي، والنمو الاجتماعي، هي علاقة وثيقة بل في الواقع من المستحيل الفصل بينهما .

تعتبر المراهقة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الكائن الإنساني، بل وأهمها لكونها تشتمل على عدة تغيرات وعلى كل المستويات فهي إذن فترة حرجة في حياة الفرد، باعتبارها فترة نمو شامل تنقل الفرد من الطفولة إلى الرشد، بالإضافة لما تشهده هذه المرحلة من اضطراب في التوازن الشخصي الكلي وإعادة بناء الشخصية، وحياته مع الآخرين من جراء التحولات و التغيرات العميقة والسريعة التي يعرفها المراهق على المستوى الجسمي، النفسي، والاجتماعي

2-1- تعريف المراهقة :

المراهقة بمعناها الدقيق هي المرحلة التي تسبق وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج , وهي بهذا المعنى عند البنات والبنين حتى يصل عمر الفرد إلى الواحد والعشرين سنة وهي بهذا المعنى تمتد من البلوغ إلى الرشد.

لغويا:

كلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب والدنو من الحلم فالمراهقة بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكمال النضج.

اصطلاحا:

فهي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل والفرد غير الناضج انفعاليا وجسمي أو عقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة

(الباهي, بطون طبعة, ص 272)

والمراهقة بمعناها الحقيقي : هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي لهذا عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدنها وأوامرها اجتماعي في نهايتها.

مرحلة المراهقة : تعني الفترة الممتدة بين الثالث عشر (13) والعشرين (20) سنة حيث يحدث تغير جسماني ونفساني مهم متصل بتملك استقلالية الرشد وتعتبر مرحلة المراهقة من أهم وأصعب مراحل النمو في حياة الفرد

إن لم تكن أهمها على الإطلاق حتى أن بعض العلماء النفسانيين يعتبرونها بدء ميلاد جديد للفرد. وتكون هذه الفترة بين البلوغ الجنسي والرشد حيث تلي مرحلة الطفولة وتسبق الرشد، كما أنها تتأخر من مجتمع لآخر ويمكن أن نقول أن فترة المراهقة في الدول العربية تكون غالبا من سن الثانية عشر تقريبا حتى سن الثامن عشر.

وتعتبر مرحلة المراهقة مرحلة دقيقة وفاصلة في جميع نواحي الشخصية للفرد حيث تتجدد فيها معالم جسم المراهق من حيث الطول، الوزن، الأعضاء وكذلك نجد أن جسم المراهق يأخذ شكل النهائي كما تتطور في هذه المرحلة جميع النواحي العقلية بصفة عامة من حيث كفاءة الذكاء إلى أقصى نموه.

(رابح, الطبعة الثانية, ص 242)

2-2- مراحل المراهقة :

نستطيع أن نتصور المراهقة على أنها إحدى الحلقات في دورة النمو النفسي تتأثر بالحلقات السابقة وتؤثر بدورها في الحلقات التالية: ونحن إذا كنا نتحدث عن مرحلة المراهقة كوحدة متكاملة مع ما قبلها وما بعدها من مراحل النمو فإن بعض الدارسين يقسمونها اصطلاحياً بنص الدراسة إلى ثلاثة مراحل فرعية تكون على النحو التالي:

3-2-1- مرحلة المراهقة المبكرة : تبدأ هذه المرحلة من سن 12 إلى 14 سنة وتقابل المرحلة

الإعدادية

3-2-2- مرحلة المراهقة الوسطى : تبدأ هذه المرحلة من 15 إلى 17 سنة وتقابل المرحلة الثانوية

3-2-3- مرحلة المراهقة المتأخرة : تبدأ هذه المرحلة من سن 18 إلى 20 سنة وتقابل المرحلة

الجامعية.

وهكذا فإن مرحلة المراهقة تنتهي حوالي الحادية والعشرين (21) حيث يصبح الفرد ناضجاً جسدياً

وفسيولوجياً وجنسياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً

(زهران، الطبعة الخامسة، ص 327)

2-3- خصائص و مميزات مرحلة المراهقة :

2-3-1- النمو الفيزيولوجي :

- نمو الخصائص الجنسية الأولية بتكامل الجهاز التناسلي، ثم ظهور الخصائص الجنسية الثانوية وهي الصفات التي تميز الشكل الخارجي للرجل عن المرأة ويصاحب هذه التبدلات، انفعالات عديدة عند المراهق مثل الخجل من التكلم بصوت مرتفع والقراءة الجهرية أو الخجل من الاشتراك في الألعاب الرياضية

- تغيرات في الغدد التي تؤدي بالهرمونات إلى استئثار النمو بوجه عام وتنظيم الشكل الخارجي

للإنسان وأهم هذه الغدد تأثيراً هي الغدد النخامية، يسمى الفص الأمامي منها الكظر أما الغدتان

الصنوبرية والسعترية فتظهران في المراهقة

(زهران، 1972، ص 402)

- تغيرات في أجهزة الداخلية : فالقلب ينمو والشرايين تتسع ويزداد ضغط الدم من 8 سم للطفل في

السادسة من عمره إلى 12 سم في أوائل المراهقة ثم يعود إلى 11.5 سم في منتصف التاسع عشر.

لهذا التغير أثر بعيد في انفعال المراهق وحساسيته كما أن اختلاف الضغط الدموي بين الجنسين أثر

في إيجاد الظروف الجنسية في الانفعالات

2-3-2- النمو الحركي :

يتأخر نمو الجهاز العضلي عن نمو الجهاز العظمي مقدار سنة تقريبا و يسبب ذلك للمراهق تعباً و إرهاقا ولو دون عمل يذكر وذلك لتوتر العضلات وانكماشها مع نمو العظام السريع كما أن سرعة النمو في الفترة الأولى من المراهقة تجعل حركاته غير دقيقة ويميل نحو الخمول والكسل والتراخي حتى يتسنى له إعادة تنظيم عاداته الحركية مما يلائم هذا النمو الجديد أما بعد الخامسة عشر فتبدو حركات المراهق أكثر تفوقاً و انسجاماً و يأخذ نشاطه بزيادة ويرمي إلى تحقيق هدف معين على العكس من النشاط الزائد الموجه الذي يقوم به الأطفال في المدرسة الابتدائي

2-3-3- النمو الاجتماعي :

يحاول المراهق أن يمثل رجل المستقبل فهو إذا كان يملك جسم الرجل 13-17 من عمره إلا أنه لا يزال يتصرف تصرفات غير ناضجة لذلك فإن المجمع يتأخر في إعطائه حقوق الرجولة الاجتماعية فيؤدي التعارض بين الرغبتين إلى المظاهرة الانفعالية والى بعض المشكلات التي تختلف من مجتمع لآخر. يبدو ذلك في بعض خصائص السلوك الاجتماعي للمراهق بوجه عام كدليل لاستقصاء مشكلات المراهق في مجتمعنا.

إن المراهق في المرحلة الأولى يفضل العزلة بعيداً عن محبة الانداد و الراشدين مع انه من قبل كان يميل الى تكوين العصاب وهذا الاتجاه حصيلة حالة القلق وانسحاب الانتباه من الموضوعات المحيطة إلى الذات نفسها والسلوك الانعزالي لهذه المرحلة طبيعي وعابر في سلم النمو ويؤدي تناولها إلى حالة مرضية ثم يرتبط المراهق بمجموعة محدودة يتبادل مع أفرادها النضج والمعونة ويسود علاقتها الصراحة التامة والإخلاص، وينمي هذا في المراهق الاستعداد للتعاطف والمشاركة الوجدانية، وبالتالي الحس الأخلاقي يظهر ذلك منذ تضيق المجموعة خلال أزمة المراهقة، ليست تراجعاً كما يظن بل وثبة في الارتقاء و إعادة تنظيم الصفات الاجتماعية على شكل متقدم

2-3-4- النمو العقلي :

ينمو الذكاء بسرعة في مرحلة الطفولة الثالثة وتستمر هذه السرعة في بداية المراهقة، ثم يتباطأ نمو الذكاء كلما تقدم الفرد في المراهقة حيث يقف في أواخرها فهو يقف عند الأفراد الأغبياء في سن 14 وعند المتوسطين في حوالي 16 سنة وعند الممتازين في 18 سنة من عمره، ثم يثبت الذكاء ويحافظ على استقراره في هضبة العمر حتى بدء الشيخوخة حتى ينحدر نازلاً بمعدل عمر الشخص وتعود زيادة قدرة الفرد بعد ذلك على حل المشكلات إلى زيادة المعلومات والخبرات وتعدد تجارب الحياة

(سلامة آدم توفى, 1973, ص105)

2-3-5- النمو الوجداني :

يعتبر النمو الوجداني من أهم أنواع النمو في هذه المرحلة كما تعتبر المشكلات الجنسية في هذه المرحلة من أكثر المشكلات بالنسبة للمراهق وفي هذه المرحلة محاولة التعرف على الجنس الآخر ولكنه مضطرب خجول يقر بالخوف والخطيئة ولا يدري كيف يسلك أو يتصرف في حضرة الجنس الآخر وهو دائم الصراع النفسي بين الرغبة من جهة والرغبة من جهة أخرى ومن مظاهر النمو الوجداني في هذه المرحلة كثرة انفعالات المراهق فهو قادم على عالم جديد ومجتمع الكبار يسبقه في التجارب والمعرفة وهو لم يتضح بعد وهو أحيانا ينعزل عن الناس وقد يلجأ إلى الاستغراق في التدين إلى حد التصوف ولذلك تكون أفكار المراهق في هذه المرحلة خيالية ومثالية يطلب إليها الاندفاع والتهور والحماس ومن مظاهر شدة الانفعالات أنه يتألم كثيرا لآلام من يحيطون به من أفراد الأسرة أو الأصدقاء أو الجيران ويندفع يبكي بمصيبتهم ويعمل على مواساتهم ويساعد الفقراء ويندفع مع الجمهور الثائر في المظاهرات من غير أن يكون واضح الرأي.

(تركي رابح, 1982, ص108)

2-3-6- النمو الجسمي :

يزداد لطفل زيادة سريعة مع اتساع الكتفان ومحيط الأرداف ويزيد طول الجذع وطول الساقين مما يؤدي إلى زيادة الطول والقوة مع زيادة في نمو العضلات والقوة العضلية والعظام عند الذكور والإناث خاصة في المرحلة العمرية 12-14 سنة للبنات أما الذكور 14-16 سنة. أما في المرحلة العمرية 14-16 سنة يعلق المراهقون والمراهقات في هذه الفترة أهمية كبيرة عن النمو الجنسي ويتضح بالمظهر الجسمي والصحة الجسمية ومن مظاهر تباطؤ سرعة النمو الجسمي عن المرحلة الأولى كذلك نجد تزداد الحواس دقتها والذوق والسمع والشم

(سعد جلال, ص252)

2-3-6- النمو النفسي الانفعالي :

حسب ما ذكرناه في تعريف المراهقة أنها مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد، وهذا ما ذهب إليه فؤاد البهي بأن المراهقة من أهم مراحل النمو الحساسية التي يفاجئ فيها المراهق بتغيرات عضوية وكذا نفسية سريعة، تجعله شديد الميل إلى التمرد والطغيان والعنف والانفعال لذا تسمى هذه المرحلة أحيانا بالمرحلة السلبية الخاصة من الناحية النفسية

(فؤاد البهي, ص 205)

- يتأثر النمو الانفعالي لدى المراهقين بالبيئة الاجتماعية والأسرية التي يعيش فيها المراهق، وما يحيط به من عادات وأعراف وتقاليد واتجاهات وميول، حيث توجه سلوكه وتكيفه مع الآخرين أو مع نفسه.

2-4-4- مشاكل المراهقة :

2-4-4-1- المشاكل النفسية :

إن من الطبيعي أن تتسم الحياة النفسية للمراهق بالفوضوية والتناقض والتجارب العديدة التي يقوم بها المراهق وقد تكون فاشلة وقد تكون ناجحة. فهو بذلك يعيش في صراعات داخلية مكبوتة قد يظهرها أحيانا بالتمرد والعدوان على الأعراف والتقاليد. فهو يعتقد أنه يجب على الجميع الاعتراف بشخصه وقد تؤدي هذه الصراعات النفسية إلى الإحساس بالذنب والقهر فيؤدي به إلى الاكتئاب والانعزال أو إلى السلوك العدواني. نستطيع صرف النظر عن هذه المشاكل بإدماج المراهق في النشاط الرياضي أو الاجتماعي لكي يتكيف مع حياة الجماعة ويتعلم روح المسؤولية

2-4-4-2- المشاكل الصحية :

تعد التغيرات التي حلت بالجسم خلال هذه الفترة مؤشرا لنمو المراهق وعليه أن يتكيف مع تغيرات أعضاء جسمه ويستجيب للنتائج والآثار التي تركتها تلك التغيرات ومن هنا فإن مرحلة المراهقة تمتاز بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضج , ويتطلب النمو الجسمي والعقلي والجنسي السريع للمراهق تغذية كاملة حتى تعوض الجسم وتمده بما يلزمه للنمو وكثير من المراهقين من لم يجد ذلك فيصاب ببعض المتاعب الصحية كالسمنة وتشوه القوائم وقصر النظر ونتيجة لنضج الغدد الجنسية واكتمال وظائفها فإن المراهق قد يخرق ويمارس بعض العادات السيئة كالاستمناء

(عيسوي , 1995ص 41)

من هنا يكون دور الأسرة والمدرسة والمجتمع في توفير الغذاء المادي والمعنوي الذي يتسلح به المراهق لمواجهة هذه المشاكل والخروج منها بأخف الأضرار .

2-4-4-3- المشاكل الانفعالية :

إن المشاكل الصحية التي يتعرض لها الفرد أثناء مرحلة المراهقة حتما تؤدي إلى مشاكل انفعالية شعورية، فهذه المرحلة تتميز بعدة انفعالات والاندفاع الانفعالي بسبب شعور المراهق بقيمته وقد يتسرع ويندفع في سلوكيات خاطئة تورطه في مشاكل من الأسرة والمجتمع كما تمتاز الأفعال بسرعة التغير، والتقلب وكذا كثرة الصراعات سواء مع الذات أو مع الغير وهذا ما ذهب إليه الدكتور "أحمد عزت راجع" عن الصراعات التي يعانيتها المراهق ونذكر منها:

- صراع عائلي بين ميله نحو التحرر من قيود الأسرة وبين سلطة الأسرة
- صراع بين مثالية الشباب والواقع
- صراع بين جيله وجيل الماضي

- صراع ديني بين ما تعلمه من شعائر وبين ما يصدره له تفكيره الجديد

- صراع بين مغريات الطفولة والرجولة

- صراع بين شعوره الشديد بذاته وشعوره الشديد بالجماعة

2-4-4- المشاكل الاجتماعية :

كما هو معروف على المراهق أنه يميل إلى الحرية والاعتماد على النفس وإلى التمرد أحيانا على الأعراف لذلك يجد نفسه في صراع ومواجهة مع المجتمع والأسرة التي تفرض عليه قيود معينة وسلطة وقوانين وهي مدرسية أو أسرية يميل المراهق إلى إظهار مظهره ويتميز بالصراحة، غير أنه يجب عليه أن يحقق التوازن بين حاجاته النفسية و قيود المؤسسات وما ان يتمرد فيجد نفسه منحرفا منبوذاً من المجتمع وأن تسامحت معه الأسرة والمدرسة وقد يؤدي به التمرد إلى عواقب وخيمة

(احمد عزت، 1989,ص 211)

2-4-5- المشاكل الاقتصادية :

تتعلق هذه المشكلات بالمصروف الشخصي المتزايد عند المراهق وكيفية إنفاقه، وموقف الأسرة منه وكذلك المستوى الاقتصادي للأسرة وأثره في إشباع حاجات المراهق ومنها حاجات الملابس المناسب والسكن المريح والترويح عن النفس واستكمال الدراسة وحاجات أخرى

(خير الله، 1981, ص 153)

2-5-2- النمو خلال مرحلة المراهقة :

2-5-1- النمو الجسمي :

يعلق المراهقون و المراهقات في هذه المرحلة أهمية كبيرة على النمو الجسمي ويتضح الاهتمام بالمظهر

الجسمي والصحة البدنية.

مظاهره : تتباطئ سرعة النمو الجسمي نسبيا على المرحلة السابقة، ويزداد الطول عند كل من الجنسين كما يزداد الوزن وتزداد الحواس دقة كاللمس والذوق والسمع وتحسن الحالة الصحية للمراهق ويختلف المراهقون كثيرا في الطول والوزن بصفة خاصة في هذه المرحلة بحيث يزداد الطول بدرجة أكثر عند الذكور وتصل الإناث إلى أقصى الطول في نهاية هذه المرحلة.

2-5-2- النمو النفسي :

هو قدرة الفرد على مجابهة الصعاب والأزمات النفسية التي تطرأ على الإنسان، حيث في مرحلة المراهقة يعيش المراهق صراعات نفسية قوية في تأرجح بين حالة وأخرى، ويميل للتفكير في المشاكل

المحيطة به، فهو يرى نفسه كبيرا ويقحم نفسه في أحاديث الكبار، لكنهم يرفضونه لأنهم يعتبرونه صغيرا ، وتقاس الصحة النفسية بمدى قدرة الفرد على مجابهة مشاكله و حلها حلا سليما .

2-5-2-1- بعض المشاكل النفسية لدى المراهق :

- الصراع الداخلي :

كالاستقلال عن الاسرة و بين الاعتماد عليها و بين مخلفات الطفولة و متطلبات الشباب و بين طموحاته الزائدة و التقصير الواضح في التزاماته .

- الاغتراب و التمرد :

يتجه المراهق في بداية الى والديه ليتخذ منهما نموذجا يمكن الاستفادة منه في تكوين هويته . غير انه يبدأ في رفض الصورة التي رسمها لوالديه مما يجعله يتجه نحو الجماعات الخارجية مما يؤدي الى التمرد الحاد

- السلوك المزعج :

يتصف المراهق في هذه المرحلة بالأنانية و حب الذات في تحقيق مصالحه الخاصة . ولا يبالي بمشاعر الآخرين و بالتالي قد تصدر منه بعض التصرفات مثل : السب . الشتم . عدم الأستاذان...الخ

(محمد الفذافي , 2000,ص373)

2-5-2-2- الآثار النفسية للتربية البدنية و الرياضية على المراهق :

إن المراهق بالدرجة الأولى يهتم بالخصائص الجسمية، وندوقه للنشاط والحركة يصاحبه في جميع مراحل نموه ، ونتيجة هذا فالتربية البدنية والرياضية حريصة على أن يكون مصدرها و رائدها التطور الطبيعي لسلوكات المراهق، ولا بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره النفسي و الاسراع فيه. كما أن التربية البدنية والرياضية تعالج الانحرافات النفسية عند التلاميذ وتوجههم إلى الطريق الصحيح حتى يتحقق التوازن النفسي وكذلك لها دور في توجيه الرغبات والتحرر من الكبت، وعند الاضطراب والحركة نجد أن التربية البدنية منصرفا ناجحا يؤدي إلى انبعاث الارادة والإسهام في تنمية خصال العزم والاكتمال. وقد أجريت عدة بحوث أثبتت الدور الفعال الذي تلعبه التربية البدنية والرياضية على الجانب النفسي للفرد عامة والمراهق خاصة، نذكر منها دراسة أنجزت سنة 1973 وسنة 1975 وتتعلق بأشخاص بلغوا سن الرشد ، حيث كانوا يقومون ببرنامج من التدريب البدني المتواصل، وذلك لمدة أربعة أشهر والنتيجة أن التدريب أحدث لهم تعديلا في ثابتهم الفيزيولوجية وكذلك تعديلا في خصائصهم النفسية، ولا سيما في ما يخص استقرارهم العاطفي .

(مخول , 1981, ص237)

2-5-2-3- مبادئ و قوانين النمو النفسي :

- النمو عملية مستمرة تتضمن تغيرات كمية وكيفية (عضوية ووظيفية) النمو العادي عملية دائمة متصلة منذ بدأ الحمل حتى بلوغ تمام النضج وكل مرحلة تتوقف على ما قبلها وتؤثر فيما بعدها
- النمو محدود في بدايته ونهايته بمكان وزمان محددين، فالبداية تكون عند التقاء الحيوان المنوي بالبويضة واستقرار هذه البويضة برحم الأم والنهائية عند اكتمال النضج
- معدل النمو ونمطه وأسلوبه تتأثران بالظروف الخارجية والداخلية
- تنمو أعضاء الجسم تبعاً لترتيب خاص يتقدم النمو بسرعة كبيرة بالنسبة للأجزاء العليا من الجسم عن الأجزاء السفلى
- ترتبط مظاهر النمو ببعضها ارتباطاً وثيقاً ومن ثم يمكن أن يتأثر معدل النمو في احدها بمعدل في غيره
- يختلف معدل النمو باختلاف مظاهره واختلاف المراحل العمرية

(زهران , 1995 ص 55)

2-5-2-4- ملامح النمو النفسي عند المراهق (13-18) :

- تتميز هذه المرحلة بثورة وحيرة واضطراب يترتب عليها جميع عدم تناسق وتوازن يعكس على انفعال المراهق مما يجعله حساساً إلى درجة بعيدة وأهم هذه الحاسبات والانفعالات وضوحاً هي كما يصفها خوري سنة 2000 :
- خجل بسبب نموه الجسمي إلى درجة يظنه شذوذاً أو مرضاً
- إحساس شديد بالذنب يثيره انبثاق الدوافع الجنسي بشكل واسع
- خيالات واسعة
- أمنيات جديدة وكثيرة
- عواطف وطنية ودينية وجنسية
- نقد وشدة جديان للأهل والمجتمع
- انجذاب واهتمام بالجنس الآخر.
- انطواء على الذات أو اندفاع نحو الحياة
- ويشير المليجي، (1971) إلى إن ذات المراهق إبان أزمة المراهقة يعوزها التماسك والاستقرار فهي ترزح تحت أعباء من الصراع الانفعالي والضغط الاجتماعي والشعور بالنقص. كما أن محاولاته للتحرر التام من سلطة الأسرة تهدد شعوره بالأمن من لذا نراه يبحث عن سند روحي لتدعيم ذاته وتحريرها من الخوف والقلق وقد يجد المراهق هذا السند الروحي في زميل أو صديق أو زعيم أو هيئة

اجتماعية أو سياسية أو عصابة وليس من العسير عليه أن يجد تأييدا وتبريرا لمحاولاته التحررية التقدمية في فلسفة ليعتقها أو مذهب يدعو إليه.

(الطالبة غصين , 2008 ص 25)

2-5-3- النمو الاجتماعي :

هو العملية التي يصبح المراهق بموجبها كائنا اجتماعيا وتتضمن هذه العملية تعليم العادات الاجتماعية والاستجابات و المؤثرات ، كما يعرف بأنه العملية التي تساعد الفرد على التكيف و التلاؤم مع بيئته الاجتماعية و يتم اعتراف الجماعة به ويصبح متعاوناً معها وفرداً فيها ويظهر نمو الفرد الاجتماعي في اتجاهاته الاجتماعية و أقواله و أفعاله في التعبير عن هذه الاتجاهات، كما تظهر في تعامله اليومي مع غيره من الناس و تفاعله مع الجماعات الأخرى، ومع نواتج ثقافته وينتج عن هذه نشأة اتجاهات محددة نحو هذه الأشياء . فالإنسان لا يولد شيوعياً أو رأسمالياً أو جمهورياً أو ديمقراطياً..... إلخ وإنما يتعلم هو بنفسه أن يكون أياً من هؤلاء بالخبرة و التجربة

2-5-3-1- الآثار الاجتماعية للتربية البدنية و الرياضية على المراهق :

ومن الجهة الاجتماعية فإن التربية البدنية والرياضية تقوي الرغبة في النشاط والعمل، وتخلق في المراهق روح الجماعة والتعاون والتضامن وتغذي لدى الفرق المتنافسة روح الجماعة والشعور باللعب الصادق الذي لا تمليه فكرة معينة.

فالتنشئة الاجتماعية هي نسق الإنجاز الشخصي والذي بواسطته يندمج الفرد في المجتمع، فهذا يعني الاندماج للجماعات بطريقة الصدفة أو بطريقة معينة، ولكن هي الاستيعاب للطفل أو المراهق ما دامت هي ظاهرة اجتماعية. وتكون آثار التربية البدنية والرياضية الاجتماعية على المراهق في التنشئة الصالحة له وتمكين المواطنين أفراد و جماعات من الانتفاع بإمكانياتهم و إمكانيات مجتمعهم لتحقيق أعلى مستوى إنتاجي، يمكن الوصول إليه وفقاً للمستوى المعيشي في العالم.

إن للتربية البدنية والرياضية دخلاً كبيراً في إعداد المواطن الصالح، إذ لا بد لهذا الأخير أن تتاح له الفرص لإثبات شخصيته، وأن ينال من التربية الرعاية الصحية والاجتماعية قسطاً يدعم إيمانه بنفسه، ومن هنا ندرك الصلة بين التربية البدنية والرياضية والنمو الاجتماعي وثيقة، خاصة تلك التي لها صلة بالخدمة الاجتماعية أو الجماعية أو العمل مع الجماعات

(بشير رشدي و آخرون , 1998 ص 59)

2-3-5-2- خصائص السلوك الاجتماعي لدى المراهقين :

أ- الانتماء للجماعة :

يميل المراهق في مرحلة المراهقة إلى مسايرة المجموعة التي ينتمي إليها وتقل بالتدريج الرغبة في الاندماج إلى مسايرة الجماعة ومسايرة أفرادها مسايرة عمياء يحل محل هذا الشعور اتجاه الآخر يقوم على أساس تأكيد الذات والرغبة في الاعتراف به كفرد يعمل وسط الجماعة في إخلاص المراهق وخضوعه للجماعة وأفكاره نوع من يخفف الشعور بالإثم الناجم عن عدم طاعته لوالديه و مدرسته و إن الرغبة التي تحذو المراهق لتأكيد ذاته تدفعه للقيام بأعمال تلفت النظر إليه سواء تعلق الأمر بملبسه أو حركاته أو مناقشاته

(مصطفى و وهيب , 1986ص 47)

ب- اتجاهات المراهق اجتماعيا :

- تتمثل اتجاهات المراهق الاجتماعية في :
- الميل إلى النقد و الرغبة في الإصلاح
- الرغبة في مساعدة الآخرين
- الرغبة في اختيار الأصدقاء
- الرغبة في الزعامة

(عبد الحميد و عبد الله , 1986ص 77)

2-3-5-3- المشاكل الاجتماعية لدى المراهقين :

أ - الأسرة :

في هذه المرحلة يميل إلى الحرية والتحرر من عالم الطفولة و عندما تتدخل الأسرة يحس ويشعر أن الأسرة تصغر من شأنه و تقلل من قدراته لذا نجده يميل إلى نقد ومناقشة كل ما يعرض عليه من أفكار و آراء

ب - المدرسة :

اذ تعتبر المدرسية المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها معظم أوقاته وسلطة المدرسة تؤدي بثورة المراهق فيحاول التمرد عليها لأنه لا يستطيع فعل ما يريد

(يونس , 2002 ص 237)

ج - المشاكل الصحية :

أي ما يشعر به المراهق من تعب وأرق و معانات الشبان كما يشعر المراهق بعدم الاستقرار النفسي

وعدم تناسق أعضاء جسمه فكل هذه الأمور تكون مصدر قلق المراهق و خاصة إذ جعلته مصدر للصخرية.

(الجسماني , 1994 ص 237)

كما أن المتاعب المرضية التي يتعرض لها المراهق خاصة ما يتعلق بمظهره كالمسمنة وتكون اضطرابات شديدة تجعله يعمل على تنظيم الغذاء وزيارة الأطباء المختصين

(رفعت , 1974 , ص 220)

2-6- أهمية ممارسة الرياضة للمراهق من ناحية النفسية و الاجتماعية :

2-6-1- من الناحية النفسية :

لقد أثبتت الدراسات النفسية الحديثة أن ممارسة النشاطات البدنية و الرياضية تلعب دورا هاما في الصحة النفسية و عنصرا هاما في بناء الشخصية الناضجة السوية كما أن ممارسة النشاطات البدنية و الرياضية تعالج كثيرا من الانحرافات النفسية بغرض تحقيق التوافق النفسي للفرد . كما أن الرياضة تشغل الطاقة الزائدة للفرد فيحرر ذلك الكبت و الانعزال اللذان يتحولان بمرور الزمن إلى مرض نفسي حاد فممارسة النشاطات البدنية و الرياضية ضمن الجماعات تبعده عن العقد النفسية كالأنانية و حب الذات كما تلعب دورا كبيرا في عملية إشعار السيورة و التعبير عن الانفعالات الداخلية للممارسين وتطوير عواطفهم

(بسيوني و ياسين الشطي, 1992 ص 17)

2-6-2- من الناحية الاجتماعية :

إن عملية اندماج الفرد في المجتمع يفرض عليه حقوق وواجبات و يعلمه التعاون و المعاملة و الثقة بالنفس و يتعلم كيفية التوفيق ما هو صالح له فقط وماهو صالح للمجتمع ويتعلم من خلالها أهمية احترام القوانين و الأنظمة في المجتمع وهذه العلاقة الوثيقة موجودة بين التربية البدنية و الرياضية تحضر الفرص المناسبة للنمو السليم للمراهق و تساعدهم علي فهم العلاقات الاجتماعية و تكييفهم معها و هي عنصر لإحلال السلام في العالم وذلك بتدعيمها للتضامن و التفاهم و التعاون علي المستوى الدولي

(مرجع سابق , 1992 , ص 18)

2-7- علاقة المراهق بالثانوية :

تعتبر المرحلة الثانوية من التعليم منعدجا حاسما في حياة التلميذ، وهذا لما يبديه من سلوكات وأفعال في مختلف السنوات حيث تميل سلوكات المراهق نحو الأشياء التي يجذب إليها بدون أن يشعر أنها ببساطة المراهقة ، فالثانوية مرحلة تهدف إلى إعداد التلاميذ إلى المرحلة التي تليها واكتسابهم مهارات

تعينهم وتنفعهم في حياتهم العملية خارج الثانوية، وتهتم بقدرات التلميذ المنطقية والتحليلية وتساهم في بناء الشخصية السوية الناضجة الملتزمة بالمسؤولية

(تركي رابح, المرجع السابق , ص 250)

2-8- أهمية التربية البدنية و الرياضية للمراهق :

لو كنا نضع التربية البدنية والرياضية في المرحلة الأولى من العمل التربوي فما ذلك أننا ننقص من أهمية المواد الأخرى، بل لأننا نرى فيها الأساس الذي تستند إليه في كل شيء، لأنها عمل منظم تدريجي ومستمر من الطفولة حتى سن الرشد، غرضه ضمان النمو الجسدي الكامل وزيادة قدرة الأعضاء على المقاومة و إبراز القابلية لجميع أنواع التمارين الطبيعية والنفعية والضرورية

(محمد مصطفى زيدان , بدون طبعة, ص 11)

2-9- وظيفة النشاط البدني الرياضي في مرحلة المراهقة :

لقد أخذت الدول المتقدمة في السنين الأخيرة الاهتمام الكلي بمسائل الشباب ومعالجة أوقات فراغهم وتعبئة قواهم في خدمة وبناء وتطوير المجتمع والعناية براحتهم البدنية والصحية والنفسية لتحقيق سعادتهم وضمانها فأخذت تشجع العلماء للقيام بالأحداث الخاصة بالشباب ونتيجة لذلك ازدادت الأبحاث والنظريات العلمية الرياضية وأصبحت موضوع اهتمام وتقدير الشعوب المتقدمة حضارياً وبدأ الاهتمام بالأبحاث العلمية حول مسائل تنظيم أوقات الفراغ للشباب وكيفية معالجة قضاياهم اليومية من نظام العمل والراحة و الدراسة على أسس علمية مدروسة لرفع القدرة التربوية والعلمية لتكوين الشخصية الناضجة لهم فأخذ علماء النهضة الرياضية يخططون للاتجاه التربوي والاجتماعي والعلمي وعلى هذا الأساس وتؤكد تجارب علمية أن أكثر ما يقوم به الشباب من فعاليات ونشاطات رياضية وعلمية لا تتجاوب مع رغبتهم وميولهم ودوافعهم النفسية

- عند مقارنة ما يعمله كل شاب في أوقات فراغه وما يجب أن يعمله ندرك مدى تقصير الأجهزة التربوية لا سيما في عالمنا العربي عن توجيه هذه الطاقات والرغبات بأسلوب علمي سليم لبناء المجتمع وتطوير جميع جوانبه.

- فالتربية البدنية والمنافسات الرياضية تعتبر أفضل وسيلة لقتل أوقات الفراغ للشباب ولتطوير قدراتهم البدنية تعطي الحياة كثيراً من الإمكانيات التربوية التي تؤثر على رفع الصفات الخلقية فالجانب الخلقى يتكون عند الشباب نتيجة الأداء والتطبيق الجيد للفعاليات الرياضية سيما وأن التربية الخلقية في هذه المرحلة متصلة بالشعور والإحساس وشباب هذه المرحلة، يتأثرون بالمعاملة الجيدة كأفراد وجماعات وعلى هذا الأساس تتكون العلاقة الاجتماعية .

(تركي رابح ، مرجع سابق، ص 244)

2-10- تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق :

يعتبر علماء النفس اللعب أحد العوامل المساعدة على التخفيف من ضغوطات الحياة اليومية، والتي تنطلق فيها المشاعر النفسية والطاقة الغريزية فيها يقوم به الفرد من نشاط حر، كما يعتبر اللعب أسلوباً هاماً لدراسة وتشخيص وعلاج المشكلات النفسية، ويؤدي اللعب إلى التنفيس عن الطاقة الزائدة ، كما يساعد على تدريب المهارات التي تساعد المراهق على التأقلم والتكيف في حياته ومجتمعه .

ففي الفريق يتعود المراهق على تقبل الهزيمة بروح ، من ناحية ، والكسب بدون غرور وكيفية تقبل مواقف التنافس تلك المنافسة التي لا بد له أن يقابلها في الحياة إذن فاللعب هو النشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبته تلقائياً دون أن يكون له هدف مادي معين، وهو أحد الأساسيات الطبيعية التي يعبر بها الفرد عن نفسه.

إن الألعاب التي تحقق بها مختلف الأنشطة الرياضية هي المادة المستعملة في التحقيق والعلاج النفسي، فهي متنوعة وتمنح للفرد فرصة للتعويض وللتخفيف من الإحباطات التي يعانيها المراهق، كما تساعد على التحكم في المشاكل كالقلق والإحباطات والعنف والتعبير عن الصراعات المقلقة والتي تكون معانيها مختلفة باختلاف الفرد وشخصيته .

(زيدان , بدون سنة , ص 98)

الخلاصة :

من خلال ما جاء في هذا الفصل، نستخلص مدى صعوبة فترة المراهقة بسبب التغيرات التي يتعرض لها المراهق من كل جوانب النمو لكنها مرحلة انتقالية صعبة سرعان ما تزول، ينتقل بعدها المراهق إلى مراحل أخرى أي سن تحمل المسؤولية ، ولهذا فإن المراهق عند قطعه لهذه الأشواط من التطور في مظاهر النمو المختلفة ، ولكي يتخلص من هذه المرحلة أي فهو في حاجة إلى متطلبات منها ما يحققه الأسرة له ومنها ما يحققه له المجتمع والتي لا يمكن الاستغناء عنها لأنها تؤدي إلى التوازن والأمن والطمأنينة والشعور بقيمة الذات وقوتها وإمكانيتها.

إذا لم تتحقق هذه الحاجيات والمتطلبات تسبب عوائق مختلفة كانت نتائجها سلبية كاضطرابات نفسية و الانحرافات وسوء التكيف وهذا كله يؤثر على المراهق وعلى ممارسته الرياضة

الجانب التطبيقي

تمهيد :

لا شك أن تقديم أي بحث علم من العلوم يقاس بدرجة الدقة التي يصل إليها في تحديد مفاهيمه و في دقة الأدوات المستخدمة لقياسه وتزداد الصعوبة في المقياس الذي يعتمد على السلوك البشري في مجالاته المتعددة, ولا يمكن للباحث ان يقوم بدراسة ظاهرة دون أن تكون له الأداة المناسبة لقياس هذه الظاهرة.

وفي هذا الفصل أن نوضح أهم الاجراءات الميدانية التي أتبعناها في الدراسة , ومن أجل الحصول على نتائج العلمية , يمكن الوثوق بها و اعتبارها نتاج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى , و بالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى , كما هو معروف فأن الذي يميز أي بحث علمي , هو مدى قابليته للموضوعية العلمية و هذا يتحقق ألا اذا اتبع صاحب الدراسة, منهجية علمية دقيقة و موضوعية.

1- الدراسة الاستطلاعية :

لا تعد الدراسة الاستطلاعية واحدة من أهمها لخطوات لبناء أدوات الدراسة فحسب, بل تتعدى هذه الأهمية الى ضبط الدراسة من بدايتها حتى نهايتها, وذلك بما تقدمه من بناء تصورات حول جوانب الدراسة انطلاقا من الملاحظات الأولية مرورا بتحديد الاشكالية و الفرو وصولا الى الاجراءات الدراسية الميدانية , ففي هذه المرحلة قمنا بزيارات ميدانية للمتوسطات ,حيث تم تسجيل جملة من الملاحظات التي تساعدنا في تحديد مسارات دراستنا , والتي من بينها الافكار التي تم تضمينها في الاستبيان الذي قمنا بتصميمه , اضافة الى عمليات التقنين من الصدق و ثبات و التي قمنا بها خلال هذه الدراسة الاستطلاعية

صعوبات الدراسة : لقد تلقينا صعوبات في توزيع الاستمارات على الأساتذة و هي تتمثل في :

- عدم سماح بعض الأساتذة لنا بتوزيع الاستمارات نظرا لضيق الوقت أثناء الحصة
- صعوبة التعامل مع الأساتذة في مرحلة اعادت الاستبيان ,و ذلك من أجل استرجاع من الأستاذ المبحوث الذي قام بالإجابة عنها
- البحث عن الاساتذة المعنيين لتوزيع لهم الاستمارات و هذا يتطلب وقت
- غياب بعض الأساتذة

2 - المنهج المتبع :

يعرفه عمار بوحوش و محمود محمد الدنبيات على أنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته لمشكلة الاكتشاف الحقيقية

(عمار بوحوش و محمد الدنبيات 5991 ,ص 99)

نظرا الى أن الموضوع البحث تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي عل الجانب النفسي الاجتماعي لدى لتلاميذ المرحلة الثانوي فان المنهج المتبع و الملائم هو المنهج الوصفي أي دراسة الموضوع من الناحية الوصفية وهي الطريقة المنتظمة لدراسة حقائق الراهنة متعلقة بظاهرة أو موقف أو أفراد وأحداث أو أوضاع معينة بهدف اكتشاف حقائق جديدة , أو التحقق من حقائق قديمة واثراءها و العلاقات التي تصل بها و تفسيرها و كشف الجوانب التي تحكمها , وتتمثل في الطريقة المنظمة في وصف الظاهرة محل الدراسة وتشخيصها و القاء الضوء على جوانبها وجمع البيانات للوصول الى نتائج

(سميرة عبد الله و مصطفى كريدي. 2003 ص122)

3- تحديد متغيرات البحث :

أ- المتغير المستقل : (متغير يجب أن يكون له تأثير في المتغير التابع) هو عبارة عن المتغير الذي يفتر الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة و دراسته قد تؤدي الى معرفة تأثيره على متغير آخر .

- تحديد المتغير المستقل : و يتمثل في بحثنا هو النشاط البدني الرياضي اللاصفي

ب- المتغير التابع :

(متغير يؤثر فيه المتغير المستقل) هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلا على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع تغيرات اخرى

- تحديد المتغير التابع : و يتمثل في بحثنا هو : الجانب النفسي الاجتماعي

4- مجتمع الدراسة :

يقنصر المجتمع الاحصائي في بحوث التربية البدنية والرياضية معظم الحالات على الافراد ، والذي يمكن تحديده على أنه كل الاشياء التي تمتلك الخصائص أو السمات القابلة للملاحظة والقياس والتحليل الاحصائي .

ومن الناحية الاصطلاحية :هو تلك المجموعات الاصلية التي تؤخذ منها منهجية البحث العينة و قد تكون هذه المجموعات سواء كانت مدارس ، فرق ، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى

(بوحوش عمار وآخرون، 1995 ص 56)

حيث كان مجتمع الدراسة المستهدف هو أساتذة التربية البدنية و الرياضية وشمل 34 أستاذ على مستوى ثانويات بلدية مسيلة .

- عينة الدراسة :

يقول عمار بوحوش:" عينة البحث هي المعلومات عدد الوحدات التي تسحب من المجتمع الأصلي لموضوع الدراسة بحيث تكون ممثلة تمثيلا صادقا لصفات هذا المجتمع .

- إن الهدف من اختيار العينة الحصول على معلومات من المجتمع الأصلي للبحث، فالعينة إذا هي انتقاء عدد الأفراد لدراسة معينة تجعل النتائج منهم ممثلين لمجتمع الدراسة ، فالاختبار الجديد للعينة يجعل النتائج قابلة للتعميم على المجتمع ، حيث تكون نتائجها صادقة بالنسبة له.

- عند دراسة بحثنا هذا قمنا باختيار العينة على مستوى بلدية مسيلة وذلك لكوننا للقرب من الإقامة ، حيث قمنا بتوزيع الاستبيانات الموجهة للأساتذة التربية البدنية و الرياضية

5- أدوات جمع البيانات :

يعتمد المنهج البحثي أيا كان وصفه على أدوات ووسائل لجمع البيانات و المعلومات التي يستعين بها الباحث و يستخدمها في الاجابة على ما أثاره من التساؤلات , و التحقق من الفروض المصاغة وصولا الى النتائج المتعلقة بمشكلة الدراسة وللإجابة عن الأسئلة التي تحددت بها مشكلة البحث

- الأداة :

هي الوسيلة المستخدمة في جمع البيانات أو تصنيفها و جدولتها , و هناك الكثير من الأدوات التي تستخدم للحصول على البيانات , و يمكن استخدام عدد من هذه الوسائل معا في البحث الواحد لتجنب عيوب احداها و دراسة الظاهرة من كافة جوانبها

(يونس سميحة بسكرة. 2005 ص 151)

- الاستبيان :

لغرض دراسة تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لعينة البحث لجأ الباحث الى استخدام استبيان و يحتوي على محورين أساسيين وهما :

- المحور الأول : تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

- المحور الثاني : تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

و استنادا الى كل ما سبق تم اعداد 22 فقرة لاعتمادها في دراستنا هذه حيث توزعت فقرات الاستبيان على محورين لكل محور 11 عبارة

- المجال الزمني :

يتمثل المجال الزمني لبحثنا في المدة التي استغرقها البحث , و لقد انطلقنا في هذا البحث مع تحديد موضوع و ضبط اشكاليته في شهر أفريل ومنها مباشرة انطلقنا في مرحلة جمع البيانات و المعلومات المتعلقة بالخلفية النظرية أما فيما يتعلق بالجانب التطبيق (الميداني) و تطبيق الاستبيان كان انطلاقا من شهر ماي . وكانت البداية بعملية توزيع الاستبيان على عينة البحث و استرجاع الاستمارات , ليتم بعد ذلك تفرغ محتواها و تحليل النتائج المتحصل عليها باستعمال الطرق spss الإحصائية

-المجال المكاني:

قمنا بالبحث الميداني في ثانويات بلدية مسيلة :

عدد الأساتذة	المؤسسة
03	المقري
03	صلاح الدين الأيوبي
03	عبد مجيد علاهم
03	عبد الله بن مسعود
03	عثمان بن عفان
03	ابراهيم بن الأغلب التميمي
03	جابر بن حيان
03	عبد مجيد مزيان
03	شريف مساعدي
03	سعودي عبد الحميد
02	المجاهد أحمد غازي
02	الرائد نور دين صحراوي

الجدول رقم (01) المجال المكاني (الدراسة الميدانية)

6- الأسس العلمية للأداة :

حساب خصائص السيكو مترية للأداة:

- يعتبر الثبات والصدق اهم الشروط السلامة أداة القياس وهو مرتبطان ببعضهما البعض وفي

هذا يقول كرتون (الصدق مظهر الثبات)

أ- الصدق : لقد قمنا بعرض أداة البحث " استمارة الاستبيان " على عدد من المحكمين ، وقد تم

ارفاق الاستبيان باستمارة شاملة تحمل موضوع البحث و عنوان البحث و الإشكالية المراد حلها، و

الفرضية العامة الموضوعية كمشروع للبحث ، و الفرضيات الجزئية كحلول مؤقتة .

وتهدف كل الخطوات السابقة لإبراز و استطلاع آراء المحكمين حول مدى وضوح صياغة كل عبارة

من عبارات الاستبيان ، و مدى أهمية كل عبارة و مناسبتها للمحور الذي تنتمي إليه (درجة ملائمة

العبارات للفرضيات الجزئية الموضوعية ، و مدى ملائمة الفرضيات المصاغة للموضوع المدروس) ،

وبالتالي إثبات بأن الاستبيان صالح لدراسة موضوع البحث، و في ضوء التوجيهات التي أبقاها المحكمون فقد تم تصحيح ما ينبغي تصحيحه حتى تزداد العبارات وضوحا و ملائمة للفرضيات التي وضعت من أجلها

- تم حساب صدق الاستبيان عن طريق الاتساق الداخلي:

الاتساق الداخلي: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس: والجدول التالي يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده الفرعية:

الجدول رقم (02) يوضع العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية لاستبيان تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية وأبعاده الفرعية.

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	أبعاد الاستبيان
0,05	0,882*	ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب النفسي لديهم
0,05	0,955*	ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب الاجتماعي لديهم

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط لأبعاد استبيان تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,05$)، حيث بلغت قيمها على التوالي (0,95/0,88) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للاستبيان كمؤشر لصدق التكوين في قياس تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية

ب- الثبات : يقصد بالثبات أن يعطي المقياس النتائج نفسها أو قريب منها إذا ما أعيد تطبيقه على الأفراد أنفسهم في ظروف نفسها

(الغريب, 1977، ص653)

- تم التأكد من ثبات مقياس استبيان تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية بطريقة حساب معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي: تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ لهذا المقياس فتحصلنا على النتيجة التالية :

الجدول رقم (03): يوضح معامل ألفا كرونباخ لاستبيان تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية.

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	أبعاد الاستبيان والدرجة الكلية
22	0,695	الدرجة الكلية لاستبيان

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ لاستبيان تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية بطريقة بلغ ككل (0,69) وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات الاستبيان، وهذا يعني أن استبيان تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية بطريقة يتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحاً للتطبيق في الدراسة الأساسية

ج- الموضوعية : حيث يرى مروان عبد المجيد ابراهيم ان الموضوعية تعد من العوامل المهمة التي يجب ان تتوفر في الأداة من أجل التحرر من التحيز وعدم ادخال العوامل الشخصية للمبحوث , فالموضوعية تعني الالتزام بمصداقية البحث العلمية والأمانة العلمية والسرية التامة بالمبحوثين واتباع خطوات علمية ممنهجة الاستخلاص المبتغى من المبحوث لأثراء البحث العلمي

7- تصميم الدراسة والمعالجة الاحصائية :

- النسب المئوية = عدد التكرارات $\times 100 /$ مجموع أفراد العينة .

كما اعتمدنا على كا 2 وهي على النحو التالي:

- كا التربيع = (التكرار المشاهد - التكرار المتوقع) / التكرار المتوقع

$$K2 = \sum (D - E)^2 / E$$

$\sum (D - E)^2$: هو مجموع مربع الفرق بين التكرار المشاهد و التكرار المتوقع

8- خطوات اجراء الدراسة الميدانية :

- أولاً قمنا بإعداد أسئلة الاستبيان و عرضه على الأساتذة المحكمين

- ثانيا طلبنا ترخيص دراسة ميدانية على مستوى مديرية التربية بولاية مسيلة

- ثالثا تقدمنا الى المؤسسات التربوية (الثانويات) لتوزيع استمارات الاستبيان على الأساتذة

- رابعا قمنا باللجوء الى الجانب التطبيقي و المعالجة الاحصائية

الخلاصة :

تطرقنا في هذا الفصل إلى الإجراءات الميدانية للدراسة حيث تناولنا فيها الدراسة الاستطلاعية و منهج البحث المتبع و هو المنهج الوصفي .
كما تطرقنا إلى مجتمع وعينة البحث ثم إلى أهم الأدوات المستخدمة في جمع البيانات و التي تمثلت في استبيان موجه للأساتذة التربية البدنية و الرياضية و في الأخير أهم الأساليب الإحصائية المطبقة في حساب النتائج

الفصل الرابع :

عرض و تحليل و مناقشة النتائج

4-1- عرض النتائج و تحليلها :

المحور الأول : ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب النفسي لديهم

1- هل ترى بأن ممارسة التلاميذ للنشاطات الرياضية خارج أوقات الدراسة و داخل المدرسة يسبب لديهم المشاكل و عدم التحكم في الانفعالات السلبية؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (04) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
دال عند مستوى 0.05	0,041	4,172 ^a	1	5,5	14,5	69,0	20	لا
				-5,5	14,5	31,0	9	نعم
				//////		100%	29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا" وقد بلغ عددهم (20) فرداً بنسبة مئوية بلغت 69,0 % ، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم" والبالغ عددهم (09) بنسبة مئوية قدرت بـ 31%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 4,172^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.05)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الأولى (لا)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة أن أغليبتهم يؤكدون بأن ممارسة التلاميذ للنشاطات الرياضية خارج أوقات الدراسة وداخل المدرسة لا يسبب لديهم المشاكل و عدم التحكم في الانفعالات السلبية.

2- هل تعتقد بأن ممارسة التلاميذ للنشاطات الرياضية في اطار الرياضة المدرسية تخلق لديهم الشعور بعدم الراحة في وجود الآخرين؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (05) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (02)

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	22	75,9	14,5	7,5	1	7,759 ^a	0,005	دال عند مستوى 0.01
نعم	7	24,1	14,5	-7,5				
الإجمالي	29	%100		//////////				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا " وقد بلغ عددهم (22) فرداً بنسبة مئوية بلغت 75,9 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم " والبالغ عددهم (07) بنسبة مئوية قدرت بـ 24,1 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 7,759^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الأولى (لا)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال (04) أن أغليبتهم يؤكدون بأن ممارسة التلاميذ للنشاطات الرياضية في اطار الرياضة المدرسية لا تخلق لديهم الشعور بعدم الراحة في وجود الآخرين

3- برأيك هل ممارسة الرياضة خارج ساعات درس التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ يمنحهم الثقة بالنفس والسعادة؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (06) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	4	13,8	14,5	-10,5	1	15,207 ^a	0,000	دال عند مستوى 0.01
نعم	25	86,2	14,5	10,5				
الإجمالي	29	%100	//////					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل " لا" وقد بلغ عددهم (04) فرداً بنسبة مئوية بلغت 13,8 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل " نعم" والبالغ عددهم (25) بنسبة مئوية قدرت بـ 86,2 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 15,207^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغليبتهم يؤكدون بأن ممارسة الرياضة خارج ساعات درس التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ يمنحهم الثقة بالنفس والسعادة

4- هل ترى بأن الرياضة المدرسية تساهم في تحقيق الذات لدى التلاميذ المرحلة الثانوية؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

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

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	7	24,1	14,5	-7,5	1	7,759 ^a	0,005	دال عند مستوى 0.01
نعم	22	75,9	14,5	7,5				
الإجمالي	29	%100	//////					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا " وقد بلغ عددهم (07) فرداً بنسبة مئوية بلغت 24,1 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم " والبالغ عددهم (22) بنسبة مئوية قدرت بـ 75,9 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 7,759^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغليبتهم يؤكدون بأن

الرياضة المدرسية تساهم في تحقيق الذات لدى التلاميذ المرحلة الثانوية

5- في نظرتك هل ممارسة تلاميذ المرحلة الثانوية للرياضة يساهم في التقليل من الشعور بالوحدة لديهم؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

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

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

				والمتوقع				
دال عند	0,041	4,172 ^a	1	-5,5	14,5	31,0	9	لا
مستوى				5,5	14,5	69,0	20	نعم
0.05				////////////////	%100	29	الإجمالي	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "لا" وقد بلغ عددهم (9) فرداً بنسبة مئوية بلغت 31 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "نعم" والبالغ عددهم (20) بنسبة مئوية قدرت بـ 69 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 4,172^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.05)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 05%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يؤكدون بأن ممارسة تلاميذ المرحلة الثانوية للرياضة يساهم في التقليل من الشعور بالوحدة لديهم

6- هل ترى أن المنافسات الرياضية بين فرق المدارس هي الوسيلة المثلى للوصول الى النجاح والتفوق لدى التلاميذ؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

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

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	7	24,1	14,5	-7,5	1	7,759 ^a	0,005	دال عند مستوى 0.01
نعم	22	75,9	14,5	7,5				
الإجمالي	29	%100	////////////////					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا " وقد بلغ عددهم (07) فرداً بنسبة مئوية بلغت 24,1 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم " والبالغ عددهم (22) بنسبة مئوية قدرت بـ 75,9 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 7,759^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يؤكدون بأن المنافسات الرياضية بين فرق المدارس هي الوسيلة المثلى للوصول الى النجاح والتفوق لدى التلاميذ 7- هل تعتقد بأن النشاط التنافسي يساهم في تنمية القدرات النفسية لدى التلاميذ المرحلة الثانوية؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

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

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع		النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
				التكرار المتوقع	التكرار المشاهد			
دال عند مستوى 0.01	0,000	25,138 ^a	1	-13,5	14,5	3,4	1	لا
				13,5	14,5	96,6	28	نعم
				//////		100%	29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا " وقد بلغ عددهم (01) فرداً بنسبة مئوية بلغت 3,4 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم " والبالغ عددهم (28) بنسبة مئوية قدرت بـ 96,6 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 25,138^a وهي قيمة دالة إحصائياً

عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يؤكدون بأن النشاط التنافسي يساهم في تنمية القدرات النفسية لدى التلاميذ المرحلة الثانوية

8- بصفتك أستاذ التربية البدنية هل تعتقد بأن ممارسة التمرينات الرياضية و البدنية يخلق نوع من السعادة لدى بعض التلاميذ؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

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

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
دال عند مستوى 0.01	0,000	18,241 ^a	1	-11,5	14,5	10,3	3	لا
				11,5	14,5	89,7	26	نعم
				//////////		100%	29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا" وقد بلغ عددهم (03) فرداً بنسبة مئوية بلغت 10,3 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم" والبالغ عددهم (26) بنسبة مئوية قدرت بـ 89,7 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 18,241^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يؤكدون بأنه بصفت أستاذ التربية البدنية يعتقد بأن ممارسة التمرينات الرياضية و البدنية تخلق نوع من السعادة لدى بعض التلاميذ

9- هل تعتقد أن ممارسة النشاط الجماعي يساعد في التخفيف من الضغوطات النفسية لدى التلاميذ؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

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

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	6	20,7	14,5	-8,5	1	9,966 ^a	0,002	دال عند مستوى 0.01
نعم	23	79,3	14,5	8,5				
الإجمالي	29	%100	//////					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل " لا " وقد بلغ عددهم (6) فرداً بنسبة مئوية بلغت 20,7 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل " نعم " والبالغ عددهم (23) بنسبة مئوية قدرت بـ 79,3 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 9,966^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يؤكدون بأن أن ممارسة النشاط الجماعي يساعد في التخفيف من الضغوطات النفسية لدى التلاميذ

10- في رأيك هل الرياضة الترويحية تساعد في القضاء على كل من العزلة والاكتئاب و الخجل لدى التلاميذ؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (13) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (10)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين		النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
				التكرار المتوقع	التكرار المشاهد والمتوقع			
دال عند مستوى 0.05	0,041	4,172 ^a	1	-5,5	14,5	31,0	9	لا
				5,5	14,5	69,0	20	نعم
				//////////		%100	29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل " لا " وقد بلغ عددهم (09) فرداً بنسبة مئوية بلغت 31 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل " نعم " والبالغ عددهم (20) بنسبة مئوية قدرت بـ 69 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 4,172^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يؤكدون بأن

الرياضة الترويحية تساعد في القضاء على كل من العزلة والاكنتاب و الخجل لدى التلاميذ

11- برأيك هل ممارسة الأنشطة الرياضية الفردية تؤثر نتيجتها على الحالة النفسية للتلاميذ عكس الأنشطة الرياضية الجماعية؟ ولإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التوافق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (14) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (11)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
دال عند مستوى 0.05	0,041	4,172 ^a	1	-5,5	14,5	31,0	9	لا
				5,5	14,5	69,0	20	نعم
				//////////		%100	29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل " لا " وقد بلغ عددهم (09) فرداً بنسبة مئوية بلغت 31 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل " نعم " والبالغ عددهم (20) بنسبة مئوية قدرت بـ 69 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 4,172^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغليبتهم يؤكدون بأن ممارسة الأنشطة الرياضية الفردية تؤثر نتيجتها على الحالة النفسية للتلاميذ عكس الأنشطة الرياضية الجماعية

المحور الثاني : ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب الاجتماعي لديهم

1- هل ترى بأن ممارسة التلاميذ النشاط البدني الرياضي خارج حصة التربية البدنية و الرياضية لها دور في جعل علاقتك بينك و بينهم تدوم لفترة طويلة؟ وللاجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (15) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (12)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
دال عند مستوى 0.01	0.00	18,241 ^a	1	-11,5	14,5	10,3	3	لا
				11,5	14,5	89,7	26	نعم
				//////////		%100	29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا" وقد بلغ عددهم (03) فرداً بنسبة مئوية بلغت 10,3 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم" والبالغ عددهم (26) بنسبة مئوية قدرت بـ 89,7 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 18,241^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يؤكدون بأن ممارسة التلاميذ النشاط البدني الرياضي خارج حصة التربية البدنية والرياضية له دور في جعل علاقتهم بالتلاميذ تدوم لفترة طويلة

2- برأيك هل الرياضة المدرسية لها تأثير على السلوك الاجتماعي لدى المراهقين من خلال الملاحظة في كيفية تعامله مع الجماعات الممارسة للنشاط؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (16) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (13)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
دال عند مستوى 0.01	0,005	7,759 ^a	1	-7,5	14,5	24,1	7	لا
				7,5	14,5	75,9	22	نعم
				//////		%100	29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا" وقد بلغ عددهم (07) فرداً بنسبة مئوية بلغت 24,1 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم" والبالغ عددهم (22) بنسبة مئوية قدرت بـ 75,9 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 7,759^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغليبتهم يؤكدون بأن الرياضة المدرسية لها تأثير على السلوك الاجتماعي لدى المراهقين من خلال الملاحظة في كيفية تعامله مع الجماعات الممارسة للنشاط

3- هل تعتقد أن ممارسة التلاميذ للرياضة الترويحية يساهم في توسيع علاقاتهم الاجتماعية في المحيط المدرسي؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (17) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (14)

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	7	24,1	14,5	-7,5	1	7,759 ^a	0,005	دال عند مستوى 0.01
نعم	22	75,9	14,5	7,5				
الإجمالي	29	%100	//////					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا " وقد بلغ عددهم (07) فرداً بنسبة مئوية بلغت 24,1 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم " والبالغ عددهم (22) بنسبة مئوية قدرت بـ 75,9 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 7,759^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يؤكدون بأن

ممارسة التلاميذ للرياضة الترويحية يساهم في توسيع علاقاتهم الاجتماعية في المحيط المدرسي

4- هل ترى أن الألعاب الجماعية تزيد من تماسك التلاميذ فما بينهم أكثر من الألعاب الفردية ؟

وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل

إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (18) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (15)

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	5	17,2	14,5	-9,5	1	12,448 ^a	0.00	دال عند
نعم	24	82,8	14,5	9,5				

مستوى 0.01				//////////	%100	29	الإجمالي
---------------	--	--	--	------------	------	----	----------

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل " لا " وقد بلغ عددهم (05) فرداً بنسبة مئوية بلغت 17,2%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبدل " نعم " والبالغ عددهم (24) بنسبة مئوية قدرت بـ 82,8%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 12,448^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغليبتهم يؤكدون بأن الألعاب الجماعية تزيد من تماسك التلاميذ فما بينهم أكثر من الألعاب الفردية
5- في نظرك هل التعلم عن طريق الأنشطة الجماعية لدى التلاميذ يساهم في تدعيم قدرات الاتصال و الاحترام فيما بينهم؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (19) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (16)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
دال عند مستوى 0.01	0,002	9,966 ^a	1	-8,5	14,5	20,7	6	لا
				8,5	14,5	79,3	23	نعم
				//////////	%100		29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبدل

" لا " وقد بلغ عددهم (6) فردا بنسبة مئوية بلغت 20,7 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجابتهم على هذا السؤال بالبديل " نعم " والبالغ عددهم (23) بنسبة مئوية قدرت بـ 79,3 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 9,966^a وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغليبتهم يؤكدون بأن التعلم عن طريق الانشطة الجماعية لدى التلاميذ يساهم في تدعيم قدرات الاتصال و الاحترام فيما بينهم

6- هل ترى بأن ممارسة نوع من أنواع الأنشطة الرياضية خارج المدرسة تنمي روح التعاون لدى التلاميذ؟ ولإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (20) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (17)

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	4	13,8	14,5	-10,5	1	15,207 ^a	0.00	دال عند مستوى 0.01
نعم	25	86,2	14,5	10,5				
الإجمالي	29	%100		//////////				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (29) فردا قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل " نعم " وقد بلغ عددهم (04) فردا بنسبة مئوية بلغت 13.8 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجابتهم على هذا السؤال بالبديل " لا " والبالغ عددهم (25) بنسبة مئوية قدرت بـ 86,2 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 15,207^a وهي قيمة دالة إحصائيا عند

مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يرون بأن

ممارسة نوع من أنواع الأنشطة الرياضية خارج المدرسة تنمي روح التعاون لدى التلاميذ

7- هل ترى بأن أنشطة الرياضات الفردية تساهم في تنمية الاستقلالية لدى التلاميذ و شعورهم بروح

التواصل الاجتماعي؟ ولإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة

الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (21) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (18)

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	3	10,3	14,5	-11,5	1	18,241 ^a	0.00	دال عند مستوى 0.01
نعم	26	89,7	14,5	11,5				
الإجمالي	29	%100	//////					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل " لا" وقد بلغ عددهم (03) فرداً بنسبة مئوية بلغت 10,3 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل " نعم" والبالغ عددهم (26) بنسبة مئوية قدرت بـ 89,7 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 18,241^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يرون بأن

أنشطة الرياضات الفردية تساهم في تنمية الاستقلالية لدى التلاميذ و شعورهم بروح التواصل

الاجتماعي

8- هل تسعى الى رفع الروح الرياضية بين التلاميذ و احترام القوانين و التعليمات الرياضية؟ ولإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (22) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (19)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
دال عند مستوى 0.01	0.00	21,552 ^a	1	-12,5	14,5	6,9	2	لا
				12,5	14,5	93,1	27	نعم
				//////////		%100	29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل " لا" وقد بلغ عددهم (02) فرداً بنسبة مئوية بلغت 6,9 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل " نعم" والبالغ عددهم (27) بنسبة مئوية قدرت بـ 93,1 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 21,552^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغليتهم يؤكدون بأنهم يسعون الى رفع الروح الرياضية بين التلاميذ و احترام القوانين و التعليمات الرياضية

9- هل تعويد التلاميذ على الطاعة وحب النظام و التعاون مع الجماعة يساهم في تحقيق الهدف المراد الوصول اليه في الحصاة؟ ولإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (23) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (20)

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	6	20,7	14,5	-8,5	1	9,966 ^a	0,002	دال عند مستوى 0.01
نعم	23	79,3	14,5	8,5				
الإجمالي	29	100%		//////////				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل " لا " وقد بلغ عددهم (6) فرداً بنسبة مئوية بلغت 20,7 %، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل " نعم " والبالغ عددهم (23) بنسبة مئوية قدرت بـ 79,3 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 9,966^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغلبيتهم يؤكدون بأن تعويد التلاميذ على الطاعة وحب النظام و التعاون مع الجماعة يساهم في تحقيق الهدف المراد الوصول اليه في الحصة

10- في نظرك هل قيام الأستاذ بتنظيم منافسات رياضية تجعل التلاميذ يتفاعلون أكثر فيما بينهم؟ وللإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (24) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (21)

بدائل الإجابة على السؤال	التكرار المشاهد	النسبة المئوية %	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	درجة الحرية	K ² قيمة	مستوى الدلالة	القرار
لا	5	17,2	14,5	-9,5	1	12,448 ^a	0,000	دال عند مستوى 0.01
نعم	24	82,8	14,5	9,5				

مستوى 0.01				//////////	%100	29	الإجمالي
---------------	--	--	--	------------	------	----	----------

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل " لا " وقد بلغ عددهم (05) فرداً بنسبة مئوية بلغت 17,2%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل " نعم " والبالغ عددهم (24) بنسبة مئوية قدرت بـ 82,8%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 12,448^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال أن أغليبتهم يؤكدون بأن قيام

الأستاذ بتنظيم منافسات رياضية تجعل التلاميذ يتفاعلون أكثر فيما بينهم

11- هل تعتقد بأن الدورات الرياضية بين المؤسسات تساهم في زيادة الشعور بالانتماء لدى التلاميذ؟

ولإجابة على السؤال تم استخدام اختبار كا مربع لجودة التطابق وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (25) يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (22)

القرار	مستوى الدلالة	K ² قيمة	درجة الحرية	الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار المشاهد	بدائل الإجابة على السؤال
دال عند مستوى 0.05	0,016	5,828 ^a	1	-6,5	14,5	27,6	8	لا
				6,5	14,5	72,4	21	نعم
				//////////	%100		29	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (29) فرداً قد انقسمت إلى مجموعتين، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل " نعم " وقد بلغ عددهم (08) فرداً بنسبة مئوية بلغت 27,6%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين

كانت إجابتهم على هذا السؤال بالبديل " لا" والبالغ عددهم (21) بنسبة مئوية قدرت بـ 72,4 %، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (1) قدرت بـ 5,828^a وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية (نعم)، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

وعليه نستنتج من خلال استجابات أفراد عينة الدراسة أن أغليبتهم يؤكدون بأن الدورات الرياضية بين المؤسسات تساهم في زيادة الشعور بالانتماء لدى التلاميذ.

4-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات :

- الفرضية الأولى :

نصت الفرضية الأولى على:

تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية و بعد المعالجة الإحصائية تبين أن هذا يعني أن النشاط البدني الرياضي اللاصفي دور اجابي في التأثير على الجانب النفسي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية وانطلاقاً من هذه الفرضية والنتائج المتحصل عليها في الجداول (1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11) والمؤكدة بطرق إحصائية علمية ومنه فإننا نستطيع إثبات صحة هذه الفرضية إذ أن النشاط البدني الرياضي اللاصفي انعكاس اجابي على الجانب النفسي لدى التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي.

فمن خلال التكرارات و النسب المئوية التي تحصلنا عليها يمكننا القول أن النشاط البدني الرياضي اللاصفي له أثر اجابي على الجانب النفسي لدى التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي - وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات السابقة التي تمت في الإطار العام للدراسة حيث تتفق مع دراسة نعيمة وآخرون (2017) تحت عنوان (النشاط البدني الرياضي و أثره على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية) حاولت هذه الدراسة ابراز دور النشاط البدني الرياضي و أثره على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ الثانوية خلال الموسم الدراسي (2016-2017)

- الفرضية الثانية :

نصت الفرضية الثانية على:

تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية و بعد المعالجة الإحصائية تبين أن هذا يعني أن النشاط البدني الرياضي اللاصفي دور اجابي في التأثير على الجانب الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية وانطلاقا من هذه الفرضية والنتائج المتحصل عليها في الجداول (12 .13 .14 .15 .16 .17 .18 .19 .20 .21 .22) والمؤكدة بطرق إحصائية علمية ومنه فإننا نستطيع إثبات صحة هذه الفرضية إذ أن النشاط البدني الرياضي اللاصفي له أثر ايجابي على الجانب الاجتماعي لدى التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي.

فمن خلال التكرارات و النسب المئوية التي تحصلنا عليها يمكننا القول أن النشاط البدني الرياضي اللاصفي له أثر ايجابي على الجانب الاجتماعي لدى التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي - وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات السابقة التي تمت في الإطار العام للدراسة حيث تتفق مع دراسة كريبع موسى وسميرعجوب تحت عنوان (دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في تحقيقي التكيف الاجتماعي لدى التلاميذ الثانوية) خلال الموسم الدراسي (2013-2014)

1-3- الفرضية العامة :

و في الأخير من خلال مناقشتنا للفرضيات الأولى و الثانية المقترحة في بحثنا هذا توصلنا أن للنشاط البدني الرياضي اللاصفي تأثير على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية و هذا ما أكدته الدراسات السابقة التي تناولناها في بحثنا هذا أي أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في بناء شخصية الفرد و تكسبه العديد من الصفات و الأخلاق الحميدة و يساعده في التخلص من أي تصرفات غير مرغوب فيها و هذا يعني أن هناك تطابق الى حد بعيد بين نتائج الدراسات السابقة و النتائج التي توصلنا اليها و من هنا أمكننا القول أن الفرضية العامة للبحث قد تحققت و هذا يعني أن ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي له أثر ايجابي على الجانب النفسي الاجتماعي

الفصل الخامس :

الاستنتاجات و الاقتراحات

1- الاستنتاج العام :

من خلال الدراسة التي قمنا بها حاولنا تبيان أن للنشاط البدني الرياضي اللاصفي له أثر ايجابي على التلميذ في مرحلة التعليم الثانوي من الناحية النفسية ومن الناحية الاجتماعية لما يحتويه النشاط البدني الرياضي اللاصفي من طابع ترفيهي وترويحي بما يناسب التلميذ في مرحلة التعليم الثانوي كي ينمو نموا سليما من الناحية النفسية والاجتماعية

وهذا ما يسمح لنا أن نقول أن النشاط البدني الرياضي اللاصفي له أثر ايجابي على التلميذ في الطور الثانوي من الناحية النفسية ومن الناحية الاجتماعية .

وتحسين المستوى الدراسي له ومع تحليلنا للنتائج المتحصل عليها في الدراسة والتي عالجنها بطرق إحصائية علمية المطلوبة توصلنا إلى تحقيق الفرضية العامة وكذلك بينت النتائج المتحصل عليها عن تحقيق الفرضيات الجزئية الأولى و الثانية المطروحة في الدراسة ومن هذا الكلام وما تبين لنا أثناء البحث يمكننا القول أن النشاط البدني الرياضي له أثر ايجابي على التلميذ في المرحلة الثانوية من الجانب النفسي والجانب الاجتماعي .

كما ارتأينا في هذا البحث إلى أن التربية البدنية والرياضية تعمل على خلق تلميذ مهذب يتحلى بصفات حميدة تساعد على إعداد مواطن صالح وبالتالي تكوين مجتمع صالح .

2- الاقتراحات :

إن دراستنا هذه تعتبر تكملة لما سبقها من دراسات في الميدان الذي يتعلق بدراسة التكيف المدرسي لدى التلاميذ المرحلة المتوسطة وبع ما توصلت إليه وكذلك دراستنا هذه والتي بنيت دور النشاط البدني الرياضي في تحقيق التكيف المدرسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وبناء على هذا نخرج بالاقتراحات التالية :

- توفي المناخ والجو المناسب للتلميذ لكي ينشأ ويتعلم في بيئة خصبة ويكون له دور فعال من خلال استئارة قدراته ومواهبه وتكوين شخصية سوية.
- تفعيل دور الاحصائي النفساني في المؤسسات التربوية لتوجيه وارشاد التلاميذ المراهقين
- اجراء دراسات علمية مدققة لمعالجة مختلف مشاكل التي يعاني منها التلاميذ المراهقين
- الاهتمام بشؤون النشاط البدني الرياضي والعمل على ربط الانتاج العلمي في النشاط البدني الرياضي بالواقع العملي
- ابلاغ مختلف المسؤولين بالنتائج المتوصل اليها لحثهم على الاهتمام اكثر بالمادة ولزيادة معرفتهم بتأثيرها المختلفة

قائمة المراجع

- أحمد زكي البدوي - معجم العلوم الاسلامية - لبنان - مكتبة لبنان - 1977
- الدكتور عبد الفتاح محمد رويدار - علم النفس الاجتماعي - جامعة الاسكندرية - دار النهضة العربية للطباعة و النشر - 1994
- الطالبة رجم الحاجة - مذكرة شهادة ماستر (النمو النفسي للطفل اليتيم المحروم عاطفيا) - 2016-2017 - مسيلة .
- الطالبة سائدة جمال محمد الغصين . النمو النفسي و الاجتماعي لدى الطلبة المرحلة الأساسية العليا - بغزة - وعلاقته بقدرتهم على حل المشكلات الاجتماعية .
- أمين الخولي (1990) . الرياضة و المجتمع - الكويت . المجلس الوطني الثقافي للأدب و الفنون - انتصار يونس , السلوك الانساني , المكتبة الجامعية , مصر , ط1 - سنة - 2002
- بشير رشد و حسن الحبيب و درعي - انعكاسات ممارسة التربية البدنية و الرياضية على النمو الاجتماعي للفرد في المرحلة الثانوية - مذكرة ليسانس - جامعة الجزائر - 1998
- بوغلام - العمراني : " الرياضة في المدرسة الاساسية , ط " , 1 ديوان المطبوعات - الجزائر 1987
- تركي رايح . 1982 - أصول التربية و التعليم - كرمل الحديث - لبنان .
- تركي رايح و أصول التربية و التعليم - الطبعة الثانية .
- تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 مؤرخة في 3 فيفري 1993 - متعلقة بتنظيم في الوسط المدرسي للمؤسسات التربوية
- حامد عبد السلام زهران . العلم نفس النمو الطفولة الى المراهقة . الطبعة الخامسة
- حامد عبد السلام زهران . علم نفس النمو من الطفولة و المراهقة - عالم الكتب - 1972
- حسن شلتوت و آخرون - التنظيم و الادارة في التربية البدنية و الرياضية - دار الكتاب الحديث - الكويت - 1990
- حسن شلتوت و آخرون - التنظيم و الادارة في التربية الرياضية - دار الفكر العربي - القاهرة . 1996
- حسن مصطفى و ابراهيم وهيب . سمعان و آخرون - اتجاهات بالادارة المدرسية . دار المعارف . ط1 . سنة 1986
- رمضان محمد القذافي - علم النفس . النمو و الطفولة و المراهقة . المكتبة الجامعية الاسكندرية - بدون الطبعة - مصر - 2000

- صلاح عبد الحميد و نجاة عبد الله - الادارة المدرسية . دار العلوم . ط1 . سنة 1986
- عباس احمد صالح السامرائي - (1981) - طرق التدريس التربوية الرياضية . بغداد
- عبد العالي الجسماني - ببيكولوجية الطفولة و المراهقة وحقائق الأساسية - دار العربية للعلوم
ط1- سنة 1924
- عقيل عبد الله واخرون - دليل الطالب في التربية الرياضية بغداد 1986
- علي بشير الفاندي و ابراهيم رحومة زايد و فؤاد عبد الوهاب - المرشد التربوي الرياضي - طرابلس
ط2- 1983
- عمار بوحوش - د . محمد محمود الذنبيات . مناهج البحث و طرق اعداد البحوث . ديوان
المطبوعات الجامعية - الجزائر- 1955
- فؤاد الباهي السيد - الأسس النفسية للنمو . دار الفكر العربي - بدون الطبعة
- قاسم المندلوي و آخرون - دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية - ج2 - المصل
- 1990
- مالك سليمان مخول - علم نفس الطفولة و المراهقة . مطابع مؤسسة . دمشق 1981
- محمد رفعت - المراهقة و سن البلوغ . دار المعارف للطباعة و النشر- لبنان - ط1- 1974
- محمد سعيد عزمي - اساليب - تطوير و تنفيذ درس التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم
الأساسي - 1996
- محمد سلام آدم توفي - علم النفس للطلبة و المساعدين في المعاهد . مصر . عالم الكتب 1973
- محمد عوض بيسوني و فيصل ياسين الشاطي - نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية -
ديوان المطبوعات الجزائرية - الجزائر - ط2 - 1992
- مذكرة ماجيستر في علم نفس - 2008 - الجامعة الاسلامية - غزة - كلية التربية .
- مصطفى محمد زيدان - نمو النفسي للطفل المراهق و أسس الصحة النفسية - الجامعة الليبية -
ط1 - ليبيا -
- مكارم حلمي بوهراجة و سعد زغلول - مناهج التربية البدنية و الرياضية . مركز الكتاب و النشر -
القاهرة - 1990
- مناهج التربية البدنية للتعليم الثانوي للجزائر 1996
- منذر هاشم الخطيب (1988) - تاريخ التربية الرياضية - بغداد
- ناهد محمود وسعد و آخرون - طرق التدريس في التربية الرياضية - مركز الكتاب للنشر - القاهرة
- 1998
- فؤاد البيهي السيد (n.d) الأسس النفسية للنمو من الطفولة الى الشيخوخة . دار الفكر
الجامعي
- سعد جلال (n.d) الطفولة و المراهقة . القاهرة - دار الفكر العربي

- علي يحي المنصوري - الثقافة الرياضية - الجزء الأول - الطبعة الأولى 1971
محمد علال خطاب و كمال الدين زكي - (1965) - التربية البدنية للخدمة الاجتماعية - القاهرة -
دار النهضة
- محمد مصطفى زيدان - دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام - بدون الطبعة- القاهرة .

قائمة الملاحق



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

المسيلة
Université M

قائمة الأساتذة المحكمين

عنوان الدراسة : تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوي _ دراسة ميدانية من وجهة نظر الأساتذة_

الرقم	الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الجامعة	الإمضاء
01	بن بجمه نور الدين	أستاذ محاضر	المسيلة	
02	نعودي الجبيري	أستاذ محاضر	المسيلة	
03	كريم عبدالمالک فريخ	أستاذ محاضر	المسيلة	
04				
05				

الرقم: 136/2021

المسيلة في: 17/05/2021

إلى السيد (ة):
الاسم:
الكنية:

طلب التماس مساعدة

في إطار العمل الميداني الذي يقوم طلبة نهاية التخرج المقبلين على
نيل شهادة (الليسانس، الماستر) خلال الموسم الجامعي 2021/2020

فإننا نرجو من سيادتكم المحترمة السماح للطلبة الآتية أسماءهم التقرب
من:
من أجل:
والتي لها صلة بموضوع بحثهم.

الرقم	الإسم واللقب	المستوى	الفوج
01	جعفي ستوي	سنة ثانية ماستر	03
02	حيري محمد	سنة ثانية ماستر	03
03			
04			

رئيس قسم التربية البدنية
الدكتور
عبد المالك فريد

صواعق مع توزيع الاستبيان

١٥/١٥/٢٠١٧



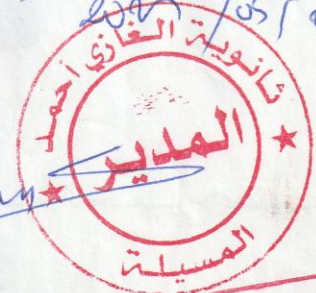
عبد الوهاب بن يحيى



عبد الوهاب بن يحيى



الموافق على الاستبيان
١٥/١٥/٢٠١٧



محاشي عمر

باللواتفة مع توزيع
الاستبيان مع
القانون لاطراف المؤسسة
بالاتصال مع
بالاتصال مع



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



استمارة استبيان موجهة لأساتذة التربية البدنية والرياضية في ثانويات ولاية المسيلة

في إطار انجاز مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تحت عنوان : تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى

التلاميذ المرحلة الثانوية نضع بين أيديكم هذه الاستمارة ونرجو منكم التكرم بالإجابة عن

أسئلة هذا الاستبيان وذلك لاستعمال المعلومات المطلوبة لغرض البحث العلمي.

- ملاحظة : وضع علامة (x) في الخانة المناسبة .

- الاستبيان -

المحور الأول : ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب النفسي لديهم

- هل ترى بأن ممارسة التلاميذ للنشاطات الرياضية خارج أوقات الدراسة و داخل المدرسة يسبب لديهم بعض المشاكل و عدم التحكم في الانفعالات السلبية (العدوانية) ؟

نعم لا

- هل تعتقد بان ممارسة التلاميذ للنشاطات الرياضية في اطار الرياضة المدرسية تساعدهم على ازالة الشعور بعدم الراحة في وجود الآخرين ؟

نعم لا

- برأيك هل ممارسة الرياضة خارج ساعات درس التربية البدنية و الرياضية لدى التلاميذ يمنحهم الثقة بالنفس و السعادة؟

نعم لا

- هل ترى بأن الرياضة المدرسية تساهم في تحقيق الذات لدى التلاميذ المرحلة الثانوية ؟

نعم لا

- في نظرتك هل ممارسة تلاميذ المرحلة الثانوية للرياضة يساهم في التقليل من الشعور بالوحدة لديهم ؟

نعم لا

- هل ترى أن المنافسات الرياضية هي الوسيلة المثلى للوصول الى النجاح و التفوق لدى التلاميذ ؟

نعم لا

- هل تعتقد بان النشاط التنافسي يساهم في تنمية القدرات البدنية لدى التلاميذ المرحلة الثانوية ؟

نعم لا

- بصفتك أستاذ التربية البدنية هل تعتقد بان ممارسة التمرينات الرياضية و البدنية تخلق نوع من الاكتئاب و القلق لدى بعض التلاميذ؟

نعم لا

-هل تعتقد أن ممارسة النشاط الجماعي يساعد في التخفيف من الضغوطات النفسية لدى التلاميذ؟

نعم لا

- في رأيك هل الرياضة الترويحية تساعد في القضاء على كل من العزلة و الاكتئاب و الخجل لدى التلاميذ ؟

نعم لا

- هل ترى بان ممارسة التلميذ للنشاط الترويحي يساعده على النمو و اشباع رغباته ؟

نعم لا

- برأيك هل ممارسة الأنشطة الرياضية الفردية تؤثر نتائجها على الحالة النفسية للتلاميذ عكس الأنشطة الرياضية الجماعية ؟

نعم لا

المحور الثاني : ممارسة التلاميذ المرحلة الثانوية للنشاط البدني الرياضي اللاصفي يساهم في تنمية الجانب الاجتماعي لديهم

- هل ترى بأن ممارسة التلاميذ النشاط البدني الرياضي خارج حصة التربية البدنية و الرياضية لها دور في جعل علاقتك بينك و بينهم تدوم لفترة طويلة ؟

نعم لا

- برأيك هل الرياضة المدرسية لها تأثير على السلوك الاجتماعي لدى المراهقين من خلال الملاحظة في كيفية تعامله مع الجماعات الممارسة للنشاط ؟

نعم لا

- هل تعتقد أن ممارسة التلاميذ للرياضة الترويحية يساهم في توسيع علاقاتهم الاجتماعية في المحيط المدرسي؟

نعم لا

- هل ترى أن الألعاب الجماعية تزيد من تماسك التلاميذ فما بينهم أكثر من الألعاب الفردية ؟

نعم لا

- في نظرك هل التعلم عن طريق الانشطة الجماعية لدى التلاميذ تساهم في تدعيم قدرات الاتصال و التوازن لديهم و الاحترام فيما بينهم ؟

نعم لا

- هل ترى بان ممارسة نوع من أنواع الأنشطة الرياضية خارج المدرسة تنمي روح التعاون لدى التلاميذ ؟

نعم لا

- هل ترى بان أنشطة الرياضات الفردية تساهم في تنمية الاستقلالية لدى التلاميذ و شعورهم بروح التواصل الاجتماعي ؟

نعم لا

- هل تسعى الى رفع الروح الرياضية بين التلاميذ و احترام القوانين و التعليمات الرياضية؟

نعم لا

- هل تعويد التلاميذ على الطاعة و حب النظام و التعاون مع الجماعة يساهم في تحقيق الهدف المراد الوصول اليه في الحصة ؟

نعم لا

- في نظرك هل قيام الأستاذ بتنظيم منافسات رياضية تجعل التلاميذ يتفاعلون اكثر فيما بينهم ؟

نعم لا

- هل تعتقد بان الدورات الرياضية بين المؤسسات تساهم في زيادة الشعور بالانتماء لدى التلاميذ ؟

نعم لا

الملاحق الصدق والثبات

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
0,695	22

Corrélations				
		PP1		
PP1	Corrélation de Pearson	1	0,703	,882*
	Sig. (bilatérale)		0,186	0,048
	N	5	5	5
	Corrélation de Pearson	0,703	1	,955*
	Sig. (bilatérale)	0,186		0,011
	N	5	5	5
pp2	Corrélation de Pearson	,882*	,955*	1
	Sig. (bilatérale)	0,048	0,011	
	N	5	5	5

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

الأساسية

Q1					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	20	69,0	69,0	69,0
	نعم	9	31,0	31,0	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q2					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	22	75,9	75,9	75,9
	نعم	7	24,1	24,1	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q3					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	4	13,8	13,8	13,8
	نعم	25	86,2	86,2	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q4					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	7	24,1	24,1	24,1
	نعم	22	75,9	75,9	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q5					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	9	31,0	31,0	31,0
	نعم	20	69,0	69,0	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q6					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	7	24,1	24,1	24,1
	نعم	22	75,9	75,9	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q7					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	1	3,4	3,4	3,4
	نعم	28	96,6	96,6	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q8					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	3	10,3	10,3	10,3
	نعم	26	89,7	89,7	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q9					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	6	20,7	20,7	20,7
	نعم	23	79,3	79,3	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q10					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	9	31,0	31,0	31,0
	نعم	20	69,0	69,0	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q11					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	9	31,0	31,0	31,0
	نعم	20	69,0	69,0	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q1				Q2			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	20	14,5	5,5	لا	22	14,5	7,5
نعم	9	14,5	-5,5	نعم	7	14,5	-7,5
	29				29		

Q3				Q4			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	4	14,5	-10,5	لا	7	14,5	-7,5
نعم	25	14,5	10,5	نعم	22	14,5	7,5
	29				29		

Q5				Q6			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	9	14,5	-5,5	لا	7	14,5	-7,5
نعم	20	14,5	5,5	نعم	22	14,5	7,5
	29				29		

Q7				Q8			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	1	14,5	-13,5	لا	3	14,5	-11,5
نعم	28	14,5	13,5	نعم	26	14,5	11,5
	29				29		

Q9				Q10			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	6	14,5	-8,5	لا	9	14,5	-5,5
نعم	23	14,5	8,5	نعم	20	14,5	5,5
	29				29		

Q11			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	9	14,5	-5,5
نعم	20	14,5	5,5
	29		

Tests statistiques											
	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11
Khi- ddl	4,172 ^a	7,759 ^a	15,207 ^a	7,759 ^a	4,172 ^a	7,759 ^a	25,138 ^a	18,241 ^a	9,966 ^a	4,172 ^a	4,172 ^a
Sig. asympto	0,041	0,005	0,000	0,005	0,041	0,005	0,000	0,000	0,002	0,041	0,041

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

Q12					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	3	10,3	10,3	10,3
	نعم	26	89,7	89,7	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q13					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	7	24,1	24,1	24,1
	نعم	22	75,9	75,9	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q14					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	7	24,1	24,1	24,1
	نعم	22	75,9	75,9	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q15					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	5	17,2	17,2	17,2
	نعم	24	82,8	82,8	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q16					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	6	20,7	20,7	20,7
	نعم	23	79,3	79,3	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	4	13,8	13,8	13,8
	نعم	25	86,2	86,2	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q18					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	3	10,3	10,3	10,3
	نعم	26	89,7	89,7	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q19					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	2	6,9	6,9	6,9
	نعم	27	93,1	93,1	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q20					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	6	20,7	20,7	20,7
	نعم	23	79,3	79,3	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q21					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	5	17,2	17,2	17,2
	نعم	24	82,8	82,8	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q22					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا	8	27,6	27,6	27,6
	نعم	21	72,4	72,4	100,0
	Total	29	100,0	100,0	

Q12				Q13				Q14			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	3	14,5	-11,5	لا	7	14,5	-7,5	لا	7	14,5	-7,5
نعم	26	14,5	11,5	نعم	22	14,5	7,5	نعم	22	14,5	7,5
	29				29				29		

Q15				Q16			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	5	14,5	-9,5	لا	6	14,5	-8,5
نعم	24	14,5	9,5	نعم	23	14,5	8,5
	29				29		

Q18				Q19				Q20				Q21			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus	Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	3	14,5	-11,5	لا	2	14,5	-12,5	لا	6	14,5	-8,5	لا	5	14,5	-9,5
نعم	26	14,5	11,5	نعم	27	14,5	12,5	نعم	23	14,5	8,5	نعم	24	14,5	9,5
	29				29				29				29		

Q22			
Catégorie	Effectif observé	N théorique	Résidus
لا	8	14,5	-6,5
نعم	21	14,5	6,5
	29		

Tests statistiques											
	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16		Q18	Q19	Q20	Q21	Q22
Khi-	18,241 ^a	7,759 ^a	7,759 ^a	12,448 ^a	9,966 ^a	15,207 ^a	18,241 ^a	21,552 ^a	9,966 ^a	12,448 ^a	5,828 ^a
ddl	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Sig. asympto	0,000	0,005	0,005	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,002	0,000	0,016

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

ملخص الدراسة :

تناولنا في هذه الدراسة تأثير النشاط البدني الرياضي اللاصفي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية حيث هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن دور النشاط البدني الرياضي اللاصفي في تأثيره على الجانب النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وكذلك معرفة بعض الخصائص الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ و تأثيرهم بالنشاط الرياضي اللاصفي حيث استخدمنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي نظرا لتلاؤم هذا المنهج مع هذا نوع من الدراسات و قد تألف مجتمع هذا البحث من جميع أساتذة التربية البدنية و الرياضية وشمل 34 أستاذ على مستوى ثانويات بلدية مسيلة وقد تم بناء الاستبيان بالاعتماد على عدة مقاييس للنشاط الرياضي اللاصفي التي استعملت في دراسات سابقة تناولت موضوع النشاط الرياضي اللاصفي، وقد تم توزيع الاستبيان على عينة استطلاعية وذلك من أجل التحقق من خصائصه السيكومترية ثم حسنا النسب المئوية و استعملنا اختبار الدلالة الاحصائية (ك²) لمعرفة النتائج الدراسة وهي على النحو التالي :

ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي اثر ايجابي على الجانب النفسي لدى التلاميذ و كذلك ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي أثر ايجابي على الجانب الاجتماعي لدى التلاميذ . و هناك بعض التوصيات يجب الاشارة اليها و هي زيادة الاهتمام بالنشاطات الرياضية اللاصفية و تشجيع التلاميذ المراهقين على ممارستها و الاهتمام بالفئة الموهوبة و اقامة دورات تنافسية وتوفير الامكانيات المادية .

وفي الأخير نتأمل للغد أفضل و نقول أن ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي يلعب دور ايجابي على الجانب النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية

Summary of study:

In this study, we addressed the impact of fellow physical activity on the social psychological side of secondary puppers. This study aimed to reveal the role of physical physical activity in its impact on the psychosocial aspect of high school students as well as knowing some characteristics of the psychological side of students and affected Lost sports activity We used to study this descriptive curriculum due to the authorization of this approach with this type of studies and the community consisted of all physical and sports education professors and included 34 professors at the level of Mesila Municipality and the questionnaire was built on several metrics for the gradual sports activity used In previous studies dealt with the subject of filad sports activity, the questionnaire has been distributed to a surprising sample in order to verify its sessional properties and then well the percentages and use the statistical significance (k^2) to see the study results as follows:

Physical activity is a positive mathematical activity on psychological aspect at pupils and also exercising mathematical physical activity that has a positive impact on the social aspect. There are some recommendations to be referred to and is increasing attention to extraordinary sports activities and encouraging teenage pupils on their

exercise and attention to the talented category and establishing competitive courses and providing material capabilities.

In the latter we hope for the best and saying that the exercise of adult sports activity plays a positive role on the psychological side of the secondary school pupil