

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique

Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira

Tasdawit Akli Muhend Ulhağ - Tubirett



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة أكلي محمد أولحاج - البويرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : النشاط البدني الرياضي المدرسي

الموضوع :

الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

دراسة ميدانية على مستوى بعض ثانويات ولاية البويرة

❖ تحت إشراف:

د.فاطمة الزهراء زيدان

❖ من إعداد الطالبان:

-خالد حداد

-محمد نذير زوايد

السنة الدراسية: 2020-2019

كلمة الشكر

بكل قدسية الكلمة نتضوع الله سبحانه وتعالى بالشكر الجزيل على
توفيقه لنا لإنجاز هذا العمل المتواضع الذي نتمنى أن يفيد كل من
يتطلع عليه ولو بالقدر القليل.

كما نتقدم بالشكر الجزيل وخالص الامتنان والعرفان الى الأستاذ
المشرف زيدان فاطمة الزهراء التي تكرمت علينا بالإشراف على
هذه المذكرة والتي لم تبخل علينا بنصائحها وإرشاداتها القيمة.

وإلى كل من ساعدنا من قريب أو بعيد ولو بكلمة طيبة أو

نصيحة.

حداد خالد

زوايد محمد نذير



اهداء

الى من كلله الله بالهبة والوقار... الى من علمني العطاء بلون انتظار... الى من كان

ومثال سندي في الحياة... الى من احمل اسمه بكل افتخار ومن لم يدخل عليا بكل ما

يملك في سبيل نجاحي "ابي" اطال الله عمره.

الى من ربعتي وانثرت دري... الى معنى الحب والحنان والتفاني... الى بسمه الحياة

وسر الوجود... الى من كان دعاؤها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي... الى أغلي

انسان "امي الحبيبة رحمتها الله"

الى من غرسوا في روح الامل وبثوا في روح العمل الى من ترعرعت وتربيت معهم فلين

اتصور الدنيا من دونهم: اخواتي: محمد لبن وفطيمة

الى كل من في ذاكرتي ولم تسعهم ذاكرتي، الى كل من يعرفني من قريب او بعلد.

محمد نذير



اهداء

اهدي هذا العمل المتواضع الي من قال الله فيهما "واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل ربني

لوحمهما كما ربياني صبيرا

الي من كلله الله بالحبية والوقار الي من علمنا المطء دون انظار، الي من احمل اسمه بكل افتخار

الي تاج راسي وولي نعمتي ومصير الأمان الي من فاق حنانه غرارة الامطار وتحمدي صبره مررة

الاقدار "ابي الحين" اطال الله في عمره واعزه.

الي الغالية الحبيبة الي التي حملتني وهنا على وهن، وسهرت من اجلي الليلي، الي ملاكي في الحياة

الي معنى الحب والتفاني، الي بسمه الحياة وسر الوجود، الي من كان دعائها سر نجاحي، وحنانها

بلسم جراحي، والي من تبعت خطواتي رغم مررة الزمان

امي الحنونة اطال الله في عمرها واعزها.

الي كل أخي الصغير بماء الدين وجميع اخواني الي جنى الصبيرة الحبيبة الي كل من سألنا من

قريب ومن بعيد، والي كل من وسعهم فاكرتي ولم تسعهم طكرتي.

خالد



محتوى البحث

الصفحة	الموضوع
أ	شكر وتقدير
ب، ج	اهداء
د، هـ، و	محتوى البحث
ز، ح	قائمة الجداول
ك	ملخص الدراسة
ل، م	مقدمة
	مدخل عام: تعريف بالبحث
02	1- الإشكالية
03	2- الفرضيات
03	3- أسباب اختيار الموضوع
04	4- أهمية البحث
04	5- أهداف البحث
05	6- تحديد المصطلحات والمفاهيم
	الجانب النظري: الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث
	الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة
	تمهيد
	المحور الأول: الاتجاهات النفسية
12	1-1- مفهوم الاتجاهات
13	1-2- مكونات الاتجاهات
14	1-3- أنواع الاتجاهات
16	1-4- نمو الاتجاهات
17	1-5- مميزات الاتجاهات
18	1-6- خصائص الاتجاهات
19	1-7- علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى

20	1-8-أهمية الاتجاهات
	المحور الثاني: التربية البدنية والرياضية
23	1-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية
24	1-2- المفاهيم والمصطلحات المرتبطة بمفهوم التربية البدنية والرياضية
25	1-3- علاقة التربية البدنية والرياضة بالتربية العامة
26	1-4- التربية البدنية والرياضة في الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
27	1-5- الطرق المستخدمة في تدريس التربية البدنية والرياضية
30	1-6- درس التربية البدنية والرياضية
	المحور الثالث: المراقبة
35	1-1- تعريف المراقبة
36	1-2- مراحل المراقبة
38	1-3- مظاهر النمو عند المراقبة
43	1-4- طبيعة المراقبة
43	1-5- المراقق وممارسة الرياضة
45	خلاصة
	الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث
47	تمهيد
48	2-1- الدراسات السابقة
48	2-1-1- دراسة بغانم عمر وشوط نور الدين
49	2-1-2- دراسة دراسة أسامة صالح
50	2-1-3- دراسة د. عبابسة نجيب
53	2-1-4- دراسة حاشي بلخير
53	2-1-5- دراسة ربوح صالح
55	2-1-6- دراسة يوسف حرشاي
56	2-2- الدراسات المشابهة
56	2-2-1- دراسة قدور بن شريف الشارف وعبد الله بن شريف سفيان
57	2-2-2- دراسة ليلي سيد عبد السلام

57	3-2-2-دراسة محمود إسماعيل طلبة إبراهيم
58	4-2-2-دراسة محمد عبد الله الحماحي
58	5-2-2-دراسة عزيزة محمود محمد سالم
59	6-2-2-دراسة صديقة على أحمد يوسف
60	3-2-التعليق على الدراسات
63	خلاصة
	الجانب التطبيقي: الدراسة الميدانية للبحث
	الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته
66	تمهيد
66	1-3-الدراسة الاستطلاعية
66	2-3-الدراسة الأساسية
66	3-1-2-المنهج
67	3-2-2-متغيرات البحث
68	3-2-4-العينة
68	3-2-5-مجالات البحث
68	3-2-6-أدوات البحث
70	3-2-7-الاختبارات والمقاييس
73	3-2-8-الوسائل الإحصائية
76	خلاصة
77	الببليوغرافيا

الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

-دراس ميدانية على بعض ثانويات ولاية البويرة-

تحت إشراف:

من إعداد الطالبان:

د.فاطمة الزهراء زيدان

-خالد حداد

-محمد نذير زوايد

تهدف هذ الدراسة إلى التعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة وأجريت الدراسة على عينتين عينة التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي من كلا الجنسين و قد تم اختيار هذه العينة عشوائيا وعينة التلاميذ غير الممارسين للنشاط الرياضي أيضا من كلا الجنسين وقد تم اختيار هذه العينة بطريقة مقصودة، أما بالنسبة لأدوات الدراسة المستعملة فقد تمثلت في مقياس كنيون للاتجاهات مع استخدام مختلف الوسائل الإحصائية للتحقق من الفرضيات منها النسبة المئوية المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، وهذه بعض النتائج المتوصل إليها:

-أن تكون طبيعة الاتجاهات النفسية إيجابية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي. (ذكور وإناث)

-أن تكون طبيعة الاتجاهات النفسية سلبية أو متحفظة نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي. (ذكور وإناث)

-أن تكون اتجاهات التلاميذ الذكور الممارسين للنشاط البدني الرياضي أكبر من اتجاهات التلاميذ الإناث الممارسين للنشاط البدني الرياضي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

ووفقا للنتائج المتوصل إليها يوصي الباحثان بما يلي:

-ضرورة الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية في جميع المراحل الدراسية عن طريق التعاون الكامل بين معاهد التربية البدنية والرياضية والمستشارين والاساتذة المتخصصين.

-مراعاة الفروق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي عند وضع المناهج التربوية للتربية الرياضية.

الكلمات الدالة: الاتجاهات النفسية، التربية البدنية والرياضية، تلاميذ المرحلة الثانوية.

إنه ومع تقدم العصر والتطور الذي يشهده العالم أصبحت التربية الرياضية مجالاً كبيراً بالنسبة للباحثين والمختصين لإجراء بحوثهم ودراساتهم إذ تعد التربية الرياضية عاملاً مهماً في النهوض والحفاظ على الصحة العامة والتي تعتبر مقياساً من مقاييس تقدم الأمم، فالصحة العامة والمحافظة على قدرات الشباب للاستفادة منها هي من بين أهم نقاط نجاح الفرد والجماعة.

إن ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة تجعل الفرد أكثر قدرة على العمل ومما تطلبه من مواقف تجعل العقل نشطاً وأكثر استعداداً للتفكير والاستيعاب، كما تكسبه قيماً تجعله مقبولاً داخل محيط نشأته، فالتربية الرياضية وإن كانت وسيلتها الحركة إلا أن غايتها التربية من خلال تعدد الأنشطة والبرامج المعدة بنظام ودقة، والمنفذة بقوة وحكمة على أيدي مسؤولة ومؤهلة تأهيلاً يتناسب مع أهدافها لتحقيق التربية.

وفي مفهومها العام تعني التربية الرياضية مجموعة من العناصر التربوية التي تجمعها خصائص مشتركة وتساهم في تحقيق أهداف عامة، فإذن هي من وسائل التربية العامة التي تتم من خلال أنواع مختلفة من الأنشطة الرياضية، وذلك بغية تكوين مواطن صالح نفسياً اجتماعياً وخاصةً بديناً، واكتسابه الاتجاهات السلوكية القويمة، وتعمل النشاطات الرياضية على اكتساب المهارات الحركية واتقانها والاهتمام باللياقة البدنية من أجل القوام السليم والصحة الأفضل.

لقد اعتري مفهوم التربية البدنية والرياضية في العصور الطويلة الماضية لتطور البشرية الكثير من التغيرات، وقد لعبت المتغيرات والمعتقدات الدينية والثقافية والفلسفات السياسية والدراسات النفسية والبحوث العلمية والسلوكية دوراً كبيراً في تطوير مفهوم التربية الرياضية وكل مجتمع له ظروفه الخاصة، وفي عصرنا الحالي ومع تقدم العلم وتطوره طبقت الأسس والنظريات العلمية في شتى المجالات، فازدهرت التربية البدنية والرياضية في ظل البحوث والاختراعات إذ صار ينظر لها كعلم له أهميته وله مفهوم تربوي خالص.

بالإضافة إلى أهداف التربية الرياضية العديدة نجد هدفاً هاماً و المتمثل في تحصيل المعارف وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط الرياضي، التي تعد بالنسبة للفرد جانباً هاماً من الجوانب الشخصية لأنه وعن طريق معرفة هذه الأخيرة يمكن التنبؤ بالسلوك الذي يتخذه اتجاه قضية معينة من خلال المواقف المتباينة، بالإضافة إلى كونها تساعد على التكيف مع المجتمع المحيط به، و توفر له القدرة على اتخاذ القرارات في المواقف النفسية المتعددة وذلك بتفكير مستمر، كما تخفف من حدة التوتر النفسي الذي قد يعانيه في سبيل

تحقيق أهدافه ، لذا فان تنمية الاتجاه يعد ضرورة ومخرجا تربويا واجتماعيا، ومن هنا برزت الحاجة والأهمية الى دراسة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ في المؤسسات التعليمية.

مدخل عام

التعريف بالبحث

1-الإشكالية:

تسعى الأنشطة البدنية المتعددة للتربية البدنية والرياضية الى إعداد الفرد إعدادا متكاملًا وتزوده بخبرات واسعة فهي تعتبر عاملا حاسما في تكوين الفرد لكي يساعد نفسه وخدمة مجتمعه بكفاءة واقتدار، لهذا اهتمت أوجه النشاط البدني الرياضي التعليمي للتربية البدنية الرياضية بإعداده صحيا وبدنيا ونفسيا واجتماعيا، وهذا من خلال رفع وتطوير اللياقة البدنية وتحسين القدرات الوجدانية، الفكرية والنفسية، وتحصيل المعارف، وهذا بالإضافة الى كونها تعمل على تقليص التوترات الناجمة عن الحياة اليومية.

والاهتمام بالجوانب النفسية الوجدانية والاتجاهات أصبحت الخيار المناسب لفهم حقيقة هذا الكائن الإنساني وتحديد اتجاهاته.

يمكننا النظر للاتجاهات على أنها التمثيل النفسي في داخل الفرد لأثار المجتمع والثقافة لأن الفرد يكسب من مجتمعه وثقافته الاتجاهات المناسبة نحو بعض الأنشطة وبعض الافراد الاخرين كذلك نحو النشاط البدني. (محمد حسن علاوي-1992-ص220)

ومن خلال احتكاكنا بالتلاميذ والمواد الدراسية وهذا أثناء تربصنا السابق في بعض المؤسسات التعليمية فمن خلال هذا الاحتكاك لاحظنا مشكلة عدم اهتمام بعض التلاميذ بمادة التربية البدنية ونفورهم منها وهذا ما يؤدي حتما الى تدني مستوى اللياقة و المستوى المهاري لدى التلاميذ وعدم اقبالهم على ممارسة الأنشطة الرياضية ومن خلال العوامل التي تؤثر في ذلك نجد الاتجاهات النفسية والتي اهتم بها الباحثون على اختلاف مدارسهم ،اذ يعتبر الاتجاه النفسي عاملا مهما في توجيه سلوك الفرد و تنشيطه ولأهمية هذه العوامل جاء بحثنا هذا كمحاولة لتسليط الضوء على الاتجاهات النفسية للتلاميذ نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية وذلك من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

التساؤل العام:

ما مستوى الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي بمرحلة التعليم الثانوي؟

التساؤلات الفرعية:

- 1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية بين التلاميذ الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من حيث اتجاهاتهم نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي؟

2-الفرضيات:**2-1-الفرضية العامة:**

يختلف مستوى الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي بمرحلة التعليم الثانوي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

2-2-الفرضيات الجزئية:

- 1-هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي.
- 2- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من حيث اتجاهاتهم نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي.

3-أسباب اختيار الموضوع:

لطالما كانت لنا الرغبة في دراسة الجوانب النفسية والتي تعتبر من أبرز الدراسات العلمية خاصة في وقتنا الحالي، والاتجاهات النفسية واحدة من بين العديد من الجوانب النفسية التي يمكن للباحث دراستها والتعرف عليها، والأكثر من هذا هو ربطها بالمجال الرياضي فرغبتنا الكبيرة في دراسة الاتجاهات جاءت وليدة الممارسة والاختلاط بالأفراد رياضيين كانوا أم غير رياضيين، وكذلك الاختلاط بالتلاميذ وهذا ما زاد من رغبتنا في معرفة اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.

إن هذه المرحلة من التعليم توافقها مرحلة المراهقة والتي تعد من أهم مراحل تطور حياة الإنسان وفيها تظهر الاتجاهات النفسية نحو مختلف جوانب الحياة، والتربية الرياضية هي إحدى هذه الجوانب لذا ارتأينا تناول هذا الموضوع لدراسة اتجاهات كل من التلاميذ الممارسين للنشاط

الرياضي وغير الممارسين له وكذلك بين التلاميذ ذكور وإناث في فئة الممارسين نظرتهم ورغبتهم فيما يخص مفهوم التربية البدنية والرياضية، والخروج بنتائج تمكننا من تحليل وتفسير هذه الاتجاهات إيجابية كانت أم سلبية.

4- أهمية البحث:

تكمن أهمية الدراسة في نقطتين أساسيتين:

1-: مرحلة التعليم الثانوي تتميز بأنها مرحلة أساسية في حياة الفرد والمتمثلة في المراهقة والتي تحدد فيها مساره واتجاهاته وأهدافه القادمة والتي تتوقف على أساسها حياته المستقبلية.

2-: معظم المدارس لا تحتوي على أماكن مناسبة لممارسة النشاط الرياضي، والمدارس التي كان لها ملاعب وأندية أصبحت مشغولة بالأقسام الجديدة التي شيدت بها، مما يؤدي تدريجياً إلى أن التلاميذ لن يجدوا مكاناً يمارسون فيه أنشطتهم الرياضية المحببة.

فالتربية البدنية بالقطاع التعليمي بأوضاعها وظروفها الراهنة تواجه مشكلات وصعوبات تحول بينها وبين تحقيق الأهداف الموجودة منها، وربما يكون الجزء الأكبر من هذه المشكلات يرجع إلى عدم إدراك النشاط البدني لدى بعض المسؤولين على كافة المستويات ولدى بعض التلاميذ.

وقد يرجع الاهتمام بالتلاميذ بالتحصيل الدراسي دون اهتمام بممارسة أنشطة التربية الرياضية بصورة منتظمة إلى عدم وضوح مفهوم وأهمية التربية البدنية والرياضية لديهم فبقدر وضوح وإدراك التلاميذ لمفهومها بقدر ما يكون الإقبال أو الاحجام عن ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية من جانبهم.

5- أهداف البحث:

5-1- الهدف العام:

التعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

5-2-الأهداف الفرعية:

1-التعرف على الفروق بين التلاميذ الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي من حيث الاتجاهات نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

2-التعرف على الفروق بين الذكور والاناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو ممارسة التربية البدنية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي.

6- تحديد المصطلحات المتعلقة بالدراسة:

6-1-الاتجاهات النفسية:

6-1-1-تعريف الاتجاه:

-عرفه أحمد زكي صالح بأنه مجموعة استجابات القبول أو الرفض التي تتعلق بموضوع جدي معين. (أحمد زكي صالح-1971-ص812)

-ويعرفه أحمد عزت رابع بأنه استعداد وجداني مكتسب ثابت يحدد شعور الفرد وسلوكه إزاء موضوعات معينة من حيث تفضيلها أو عدم تفضيلها. (أحمد عزت رابع-1976-ص119)

-ويعرفه محمد حسن علاوي بأنه يمكن النظر الى الاتجاهات على انها نوع من أنواع الدوافع المكتسبة، او انها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك. (محمد حسن علاوي-1986-ص119)

6-1-2-التعريف الاجرائي للاتجاه:

هو بناء افتراضي وهو ميل الفرد الذي يتجه بسلوكه نحو بعض عناصر البيئة او بعيدا عنها، والاتجاهات عموما إيجابية أو سلبية لشخص أو مكان أو شيء.

6-2-التربية البدنية والرياضية:

6-2-1-تعريف التربية البدنية والرياضية:

طرح العلماء العديد من التعريفات للتربية البدنية والرياضية:

-يعرفها بيوتشوئسار لفييري: ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني اختيرت بفرض تحقيق المهام.

-أما كونز فيقول: أن التربية البدنية والرياضية هي تلك أو ذلك الجزء من التربية العامة الذي اختص بالأنشطة القوية والتي تتضمن عمل الجهاز العقلي ما ينتج عن الاشتراك في هذه الأوجه من النشاط التعليمي، حيث لو رجعنا ونظرنا في أبعاد التربية الحديثة نرى أنها هي عناية عاملة بصحة الجسم مقدار عنايتها بتثقيف العمل ونموه. (محمود عوض بسيوني، 1992، ص13)

-يقول اوستايس تشيسر: يحتاج الإنسان إلى تنمية قواه البدنية والقدرة على الحكم السليم والتوازن الخلقى لتأدية واجباته اليومية في بيته وعمله فحسب ولكن يواجه ما يقع له أزمات من وقت لآخر.

ويمكن مما سبق القول: التربية البدنية هدف إلى الحفاظ على صحة الفرد من الناحية النفسية والفيزيولوجية والاجتماعية فنصدق بذلك المقولة المشهورة العقل السليم في الجسم السليم.

6-2-2-2-التعريف الاجرائي للتربية البدنية والرياضية:

هو مجموعة مختلفة واشكال عديدة من النشاط الرياضي في مؤسسات التربية والتعليم، وتعتبر التربية المدنية والرياضية من اهم فروع التربية الأساسية التي يتم تحقيقها من خلال النشاط الجسمي والبدني المنظم لبناء وتهيئة افراد المجتمع بصورة متكاملة ومتناغمة مع ما يتناسب مع حاجاتهم وطموحاتهم.

6-3-3-التعليم الثانوي:

6-3-1-تعريف التعليم الثانوي:

هو اخر مرحلة من التعليم الالزامي الذي يتلقاه جميع الطلبة وذلك بعد اجتيازهم مرحلة التعليم الأساسي المتمثلة بصفوف الابتدائية والاعدادية أو المتوسطة وهي المرحلة التي تقرر طبيعة التخصص الجامعي الذي سيلتحق به الطالب بعد تخرجه من الثانوية او طبيعة المهنة التي سيتعلمها لاحقا، وهذا ما يطلق عليه اسم التعليم العالي، وتسمى مدارس التعليم الثانوي بالمدارس الثانوية، وغالبا ما يبدا التعليم الثانوي خلال سنوات المراهقة.

6-3-2-التعريف الاجرائي للتعليم الثانوي:

هو مرحلة دراسية معتمدة من قبل وزارة التربية الوطنية الجزائرية حيث تقع هذه المرحلة في موقع حساس في عملية التعلم العلم، فهي تأتي بعد مرحلة التعليم المتوسط وقبل مرحلة التعليم العالي.

6-4-4-المراهقة:**6-4-1-تعريف المراهقة:**

المراهقة مصطلح وصفي لفترة او مرحلة من العمر والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ويكون قد اقترب من النضج العقلي والجسدي والبدني، وهي الفترة التي تقع ما بين مرحلة الطفولة وبداية مرحلة الرشد.

وبذلك المراهق لا يعد لا طفلا ولا راشدا إنما يقع في مجال تداخل ما بين مرحلتين حيث يصفها (عبد العالي الجسماني) بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن يجدوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات. (عبد العالي الجسماني، 1994، ص195)

6-4-2-التعريف الاجرائي المراهقة:

هي مرحلة عمرية تأتي بين الطفولة والشباب وفيها يعرف الفرد تغيرات جسمية ونفسية سريعة ويكتمل فيها النمو وتبدأ عادة من السنة 12 الى 18.

الجانب النظري

الخلفية النظرية

للدراسة والدراسات

المرتبطة بالبحث

الفصل الأول

الخلفية النظرية للدراسة

تمهيد:

تعتبر الاتجاهات من أهم فروع علم النفس و علم النفس الاجتماعي، حيث تنشأ الاتجاهات من واقع و ظروف بيئة الفرد و ذلك من خلال تفاعله مع الظواهر الطبيعية أو الصناعية المحيطة به، وبذلك تتولد لديه الاتجاهات نتيجة لحاجاته و متطلباته، فكلما زاد نموه ازدادت معرفته و علمه و ذلك لتعرضه لمواقف كثيرة حيث تزداد خبرته و تجاربه الشخصية، و هكذا يستمر النمو مع زيادة حاجاته وتغيرها وفقا لميوله ورغباته و بالتالي تتكون اتجاهاته نحو مواضيع متعددة سواء كانت إيجابية أو سلبية، و هذا ما يجعله يوظف مفهوم الاتجاهات النفسية محاولا بذلك إثبات ذاته في المجتمع الذي ينتمي إليه، وسنحاول في هذا الفصل التطرق إلى الاتجاهات النفسية وكذلك مفهوم المراهقة والنشاط البدني الرياضي في المرحلة الثانوية.

المحور الأول

الاتجاهات النفسية

مقدمة:

تعتبر دراسة الاتجاهات من أهم الموضوعات في مجال علم النفس المعاصر، باعتبار أن الاتجاهات من أهم محركات السلوك، فعن طريق اتجاه الفرد نحو ظاهرة ما أو حدث معين يمكن أن نتنبأ بسلوكه فيما بعد تجاه الظاهرة أو هذا الحدث ويشير في هذا الصدد " كوربن corbin" أن لدراسة الاتجاهات أهمية كبيرة لفهم الفرد وتوجيهه نحو العمل أو النشاط الذي يتفق مع ميوله والتكوين الخاص بشخصيته، كما أنها تعتبر عملية معقدة مرتبطة بسلوك الفرد وتعكس شعور الفرد نحو بعض المواقف. (Corbin- CB.Aunude Toward 1975-P83)

ويعتبر هيربرت سبنسر " H. Spenser " الفيلسوف الإنجليزي من أسبق علماء النفس إلى استخدام اصطلاح الاتجاهات Attitudes حيث يقول " إن وصلنا إلى أحكام صحيحة في مسائل مثيرة لكثير من الجدل يعتمد إلى حد كبير على اتجاهنا الذهني ونحن نصغي إلى هذا الجدل أو نشارك فيه " (عطوف ياسين محمود 1989- ص 105)

وجميع الناس يمتلكون اتجاهات متعددة ومختلفة ومتنوعة نحو أفراد وجماعات ومفاهيم أشياء وموضوعات موجودة في البيئة الاجتماعية، قد تكون تلك الاتجاهات إيجابية أو سلبية، وقد تكون تعبر عن اللامبالاة أو عن الاهتمام نحو موضوع ما، ومن هنا كانت دراسة الاتجاهات عنصراً أساسياً في تغيير السلوك الحالي والتنبؤ بالسلوك المستقبلي للفرد، وكذلك فهي تمكن الفرد من الدفاع عن ذاته، ومن تحقيق أهدافه الاقتصادية والاجتماعية وتسهل له التعامل مع المواقف. وتعتبر اتجاهات التلميذ النفسية من بين المواضيع التي تحرك شغف الكثير من الباحثين وعلماء النفس والتربية لمعرفة اتجاهاتهم - أي التلاميذ - نحو أساتذتهم والمادة الدراسية ونحو المدرسة بصفة عامة.

1-1- مفهوم الاتجاهات:

لقد سرد الباحثون تعاريف متعددة ومختلفة لمعنى الاتجاهات، ولكن يتفقون بإجماع تقريباً على أن الاتجاهات هي ردود أفعال أي استجابات نحو موضوع ما مدرك يشعر به الفرد وهو موجود في البيئة الاجتماعية، وتشكل الاتجاهات جزءاً هاماً من شخصية الفرد، كونها مستمدة من الخبرات المكتسبة والمترابطة في مراحل عدة من حياة الفرد.

والإتجاه حالة عقلية نفسية لها خصائص ومقومات تميزها عن الحالات العقلية والنفسية الأخرى التي يستخدمها الفرد في حياته وتفاعله مع الآخرين من أعضاء الجماعة، وهذه الحالة هي "مع" أو "ضد" بمعنى حالة حب أو كراهية، وبمعنى آخر هي حالة يصدر فيها القرار المسبق مستخدماً الإطار المسبق الذي هو الإتجاه النفسي.

ويعرفه "البورت Alport " الاتجاه بقوله" بأنه حالة من التهيؤ العقلي العصبي التي تنظمها الخبرة، وما يكاد يثبت الاتجاه حتى يمضي مؤثرا أو موجها لاستجابات الفرد للأشياء والمواقف المختلفة، فهو إذن ديناميكية عام".

ويعرفه "دوب Doob": هو استجابة مضمرة استباقية ومتوسطة ذلك بالنسبة لأنماط المثيرات الواضحة الصريحة والمختلفة، والاتجاهات تستثير هنا أعدادا متباينة من المثيرات، وهي ذات دلالة اجتماعية للفرد" (عباس محمود عوض، 1980- ص 749)

أما "بوجاردوس Bogardus": يعرف الاتجاه "على أساس البيئة (بمعانيها) الاجتماعية والمادية والبشرية وتأثيرها على الفرد وذلك ناتجا على الضغوط التي تتمثل في المعايير والعادات والتقاليد وذلك لقرب أي الفرد أو بعده عنها. (سعد عبد الرحمان، 1983- ص 516)

كما عرفه "روكيتش Rockuiche" أنه تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النفسي للمعتقدات التي يعتقدونها الفرد نحو موضوع أو موقف وهيئة الاستجابة يكون لها الأفضلية عنده ". أما "أوزجود" فعرفه:" حالة من الاستقرار أو الميل الضمني غير الظاهر، الذي يتوسط بين المثير والاستجابة الذي يدفع الفرد لاستجابة تقويمية نحو موضوع معين ". (محمد محسن علاوي، ص 219)

1-2-2- مكونات الاتجاهات:

تحتوي الاتجاهات على ثلاث عناصر مكونة لها، وهو المكون العاطف Affective"، والمكون المعرفي Cognitive"، والمكون النزوعي Conative"، وهذه العناصر متناسقة في عملها الديناميكي العلائقي لموضوع الاتجاهات.

1-2-1- العنصر المعرفي:

هذا المكون يشمل قاعدة المعلومات الموجودة والمتوفرة لدى الشخص، أو الأفراد عن موضوع الاتجاهات والتي تراكمت عند الفرد أثناء احتكاكه بعناصر البيئة، ويمكن تقسيمها إلى:

أ- المدركات والمفاهيم Concepts: أي ما يدركه الفرد حسيا أو معنويا.

ب- المعتقدات Believe: هي مجموعة المفاهيم المتبلورة الثابتة في المحتوى النفسي والعقلي للفرد.

ت- التوقعات Expectation: " وهي ما يمكن أن يتنبأ به الفرد بالنسبة للآخرين أو ما يتوقع حدوثه منهم. (سعد عبد الرحمان، 1983- ص 596)

ويشير كل من كاتز وستوتلند Katz et Stutland: على البعد المعرفي بأنه الاعتقاد والإيمان بالأفكار والآراء الموجهة نحو موضوع ما، وفقا للأهمية التي يعطيها الفرد أو دون ذلك. (سعد جلال 1992- ص 168)

1-2-2-العنصر الوجداني والانفعالي:

هذا المكون يتصل بمشاعر الحب والكراهية الإحساسات الانفعالية والطباع الموجهة نحو موضوع الاتجاهات، فإذا أحب الفرد موضوعا اتجه إليه وإذا نفر منه حاد عنه، فالمكون العاطفي هو درجة تقبل الفرد لموضوع الاتجاهات المرتبطة به أو نفوره منه، ولهذا فإن معظم مقاييس الاتجاهات تستخدم تقديرات درجة الوجدان نحو أو ضد موضوع الاتجاهات.

1-2-3-العنصر النزوعي:

يشير هذا المكون إلى نزعة الفرد للسلوك وفق أنواع محددة في أوضاع معينة، إن الاتجاهات تعمل كموجهات للسلوك حيث تدفع الفرد إلى العمل وفق الاتجاه الذي يتبناه، فالطالب الذي يملك اتجاها تقبلي نحو العمل المدرسي يساهم في النشاطات المدرسية المختلفة ويتأثر على أدائها بشكل جدي وفعال. (عبد المجيد نشواتي، 1993- ص 472)

1-3-أنواع الاتجاهات:

إن الاتجاهات حسب معناها وخصائصها ومكوناتها تنقسم إلى أنواع بحيث تتضمن كل واحدة منها على ثنائية التصنيف.

1-3-1-الاتجاهات على أساس الموضوع:**اتجاهات عامة واتجاهات خاصة:**

إن الاتجاهات العامة هي التي تنصب على الكليات لتشمل عدد من النواحي متنوعة لموضوع الاتجاهات، مثل احترام السلطة، أما الاتجاهات الخاصة، فهي التي تنصب على النواحي النوعية والخاصة لموضوع الاتجاهات، مثل اتجاهات نحو عفة البنات، ويلاحظ أن الاتجاهات العامة ترتبط بالاتجاهات الخاصة وبذلك تعتمد هذه الأخيرة على سابقتها لتشتق منها دوافعها. (عبد الرحمن محمد العيسوي، 1992، ص 202)

لذا فالإتجاه العام أو الخاص، يرتبط بموضوع الإتجاه نفسه، فإن كان موضوع عاما يسمى إتجاها عاما وإن كان موضوع خاص يسمى إتجاها خاصا.

1-3-2-الاتجاهات على أساس الأفراد:**اتجاهات جماعية واتجاهات فردية:**

فالإتجاهات التي تنشر أو يشترك فيها عدد كبير من الأفراد، ويعتقها جمع كبير من الأشخاص، وتشيع بينهم فهذه إتجاهات جماعية.

أما الاتجاهات الفردية تعتبر ذاتية لأنها أكثر فردية، وتتكون لدى الفرد الواحد أثناء تجاربه الخاصة به، قد تنعكس على سلوكه وحده، فهي بذلك تميزه عن غيره وهي أقل ثباتا واستقراراً، مثل الاتجاهات نحو الكتب السماوية فهي اتجاهات جماعية. (السيد خير الله، 1984، ص 247)

1-3-3-الاتجاهات على أساس الوضوح:

اتجاهات علنية واتجاهات سرية:

الاتجاهات العلنية هي الاتجاهات التي يجهرها الفرد دون شعور بجرح أو انزعاج من ناحية التعبير اللفظي والممارسة العملية، كما قد تكون تلك الاتجاهات متفقة مع معايير المجتمع وقيمة الأخلاقية. أما إذا أخفى الفرد اتجاهاته ولم يصرح بها بوضوح بل يحتفظ بها في قرارات نفسية وقد ينكرها عن الآخرين بالرغم من وعيه بوجودها لديه فهي اتجاهات سرية. (محمد مصطفى زيدان، 1987، ص 182)

1-3-4-الاتجاهات على أساس الشدة:

اتجاهات قوية واتجاهات ضعيفة:

إن القوة والضعف تميز شدة الاتجاهات التي تنعكس على مدى تفاعل الفرد بالآخرين، فالاتجاهات القوية هي التي يقوم أصحابها بإصدار أحكام قاطعة يمارسونها باعتبارها تحمل شحنات عاطفية انفعالية لتجعلها قوية، وتتوضح في تأييد موضوع الاتجاهات.

وقد عرفها حامد عبد السلام " أنها تلك التي تظهر في السلوك القوي الفعلي عن العزم والتصميم، والاتجاهات القوية أكثر ثباتا واستمرارا ويصعب تغييرها نسبيا " (حامد عبد السلام زهران، 1985، ص 137)

أما الاتجاهات الضعيفة فهي تحمل شحنات انفعالية ضئيلة أو منعدمة تجعل من الاتجاهات ضعيفة بحيث الفرد لا يتخذ أي موقف إزاء موضوع الاتجاهات، مما يؤدي إلى عدم انفعاله وهي اتجاهات يسهل التخلي عنها أو تغييرها في ظروف معينة أو تحت ضغوطات.

1-3-5-الاتجاهات على أساس الهدف:

اتجاهات إيجابية واتجاهات سلبية: يطلق على الاتجاهات لفظ الإيجابية، لأنها تدور حول محور يقبل فكرة موضوع الاتجاهات والتقرب منه، أما إذا كان الفرد يبتعد عن موضوع الاتجاهات ويرفضه، فهي إذا اتجاهات سلبية. (سيد خير الله - مرجع سابق - ص 48)

وعليه فالاتجاهات التي أساسها الرفض هي اتجاهات سلبية، أما الاتجاهات في إيجابياتها وسلبيتها قد تتخذ شكلا متطرفا. (عباس محمود عوض، 1990، ص 28)

1-3-6-الاتجاهات على أساس العلاقة:**اتجاهات مرتبطة واتجاهات منعزلة:**

هناك اتجاهات وسيطة ومرتبطة بغيرها من الاتجاهات ، ويأتي هذا الترابط في الاتجاهات نتيجة تناسقها ، وانسجام وتسلسل المنظومة المعرفية لدى الفرد، إذ أن هناك اتجاهات الموضوع معين لا تتوضح لو لا وجود اتجاهات أخرى مرتبطة بموضوع الاتجاهات الأول، ولكن تكامل عناصر موضوع الاتجاهات يختلف من موضوع إلى آخر، مثل الاتجاهات نحو الدين فهذه الاتجاهات تحتل وسيط بين سائر اتجاهات الأفراد ذوي العقائد المختلفة ، أما الاتجاهات المنعزلة فهي تلك التي لا توجد لها صلة تربطها بمواضيع الاتجاهات، كما أن عناصرها لا تتكامل مع عناصر موضوع آخر، مثلا الاتجاهات نحو صابون من نوع خاص فهي اتجاهات سطحية ومنعزلة. (محمد مصطفى زيدان، مرجع سابق، ص 182)

1-3-7-الاتجاهات على أساس الأمد:**اتجاهات طويلة الأمد واتجاهات قصيرة الأمد:**

الاتجاهات طويلة الأمد هي التي تستمر مع الفرد طويلا على مدى مراحل حياته، ولا تتأثر بمؤثرات البيئة المحيطة بالفرد، مثل الاتجاهات نحو الدراسة، أما الاتجاهات القصيرة الأمد هي التي تنتهي بسرعة، ويساهم الوسط الاجتماعي والرصيد المعرفي في إبقائها مع الفرد لفترة طويلة من حياته، فمحوها يكون أفضل لأنها لم تعد تؤدي عملها على المستوى الفردي والجماعي، مثل الاتجاهات نحو ثقافة الماركسية. (عبد الرحمان العيسوي، مرجع سابق، ص 202)

1-4-4- نمو الاتجاهات:

هناك عوامل على درجة كبيرة من الأهمية في تكوين وتدعم نمو الاتجاهات وتمثل هذه العوامل فيما يلي:

1-4-4-1-تأثير الوالدين:

يعد تأثير الوالدين من أهم العوامل في تكوين الاتجاهات لدى الأطفال الصغار ونموها فاتجاهات الوالدين الخاصة وما يقدمانه من تعزيز لبعض أساليب الطفل السلوكية تأثير عميق على تكوين نموها.

1-4-4-2-تأثير الأقران:

إن أهم تأثير يحل محل تأثير الوالدين يأتي من جانب الأقران، ويبدأ هذا التأثير في وقت جد مبكر وتزداد أهميته كلما تقدم الطفل في العمر.

1-4-3- تأثير وسائل الإعلام:

قد تساعد وسائل الإعلام في تكوين الاتجاهات، فعلى سبيل المثال قد تقدم بعض البرامج التلفزيونية معلومات هامة تتصل ببعض المسائل السياسية، ومع ذلك لا يحتمل أن تسهم وسائل الإعلام - في حد ذاتها - في تكوين الاتجاهات، وإنما هي بالأحرى تدعم الاتجاهات التي تأثرت في تكوينها بأحد المصادر الرئيسية الأخرى لتكوين الاتجاهات.

1-4-4- تأثير التعليم:

يعد التعليم مصدرا هاما آخر يزود الفرد بالمعلومات التي تسهم في نمو اتجاهاته وتدعيمها، وبصورة عامة كلما ازدادت السنوات التي يقضيها الفرد في التعليم الرسمي، كلما بدت اتجاهاته أكثر تحريرا. (كامل محمد عويضة، 1996 - ص 115-116)

1-5- مميزات الاتجاه:

تتميز الاتجاهات من عدة عناصر تتمثل فيما يلي:

1- الوجهة 2- الشدة 3- الانتشار 4- الاستقرار 5- البروز.

1-5-1- الوجهة:

تشير وجهة الاتجاه إلى شعور الفرد نحو مجموعة من الموضوعات وفيما كانت محبوبة لديه فالطالب الذي له اتجاه مرضي نحو الجامعة، يعني أن وجهته إيجابية نحو كل أو بعض الجوانب في الجامعة أما الطالب الذي يتجنب الجامعة أو نشاطاتها فإن اتجاهه سلبي، ففي المجال الرياضي فالفرد الذي له اتجاه إيجابي نحو الرياضة، فإنه يعمل على ممارستها ويسعى إلى احترام نجومها، أما الذي لديه اتجاه سلبي نحو الرياضة فإنه يبعد تماما عن ممارستها والاهتمام بنشاطاتها ومن معرفة نجومها.

1-5-2- الشدة:

تختلف الاتجاهات من حيث الشدة، إذ نجد لشخص معين اتجاها ضعيفا نحو موضوع ما، بينما نجد اتجاها قويا نحو نفس الموضوع أو موضوع آخر لدى شخص آخر، ولفهم الاتجاه ينبغي أن يعكس هذا الأخير مدى قوة شعور الفرد.

1-5-3- الاستقرار:

من الملاحظ أن بعض الأفراد يستجيبون لسلم الاتجاه بأسلوب مستقر بينما نجد آخرين يعطون إجابات مرضية لنفس الموضوع، فقد يقول فرد بأنه يعتقد أن الفقهاء محايدون وفي نفس الوقت يجادل بأن قاضيا معيناً ليس محايداً. (مقدم عبد الحفيظ، 1993- ص 244)

1-5-4- الانتشار:

ويطلق عليه أيضا المدى، حيث نجد تلميذا لا يحب أو يكره بشدة جانبا واحدا أو جانبيين من جوانب المدرسة، بينما قد نجد آخر لا يحب أي شيء يتعلق بالتعليم الخاص والعام.

1-5-5- البروز:

ويقصد به درجة التلقائية أو التهيؤ للتعبير عن الاتجاه، ويمكن ملاحظة البروز بشكل أكثر إيجابية في المواقف عن طريق المقابلات والملاحظات التي توفر الفرص للتعبير عن الاتجاهات.

1-6- خصائص الاتجاهات:

للاتجاهات النفسية خصائص تتميز بها وهي:

1-6-1- الاتجاه يشكل نمط من ردود الأفعال:

حسب "غرافيتز 1974": فإن أهم خاصية للاتجاه هي أنه لا يشكل رد فعل منفرد بل نمطا من ردود الأفعال، تنطلق في مناسبات متشابهة، أي أن الاتجاه يؤدي إلى إمكانية الاستجابة بكيفية واحدة إزاء المواضيع المتماثلة، ومن هنا تبرز ضرورة تمييز مفهوم الاتجاه النفسي عن بعض المفاهيم الأخرى كالتعصب. (أحمد نقازي، 1991- ص 10)

1-6-2- الاتجاه المحايد، المؤيد والمعارض:

فقد يحمل الشخص تأييد الموضوع أو الشخص، وقد يعارضه وقد يقف موقفا وسطا حياديا ويحدث هذا غالبا في مختلف المناقشات.

1-6-3- الاتجاه العدائي:

وهو أخطر الخصائص التي يحملها الاتجاه مثل اتجاه بعض الأمريكيين البيض ضد ذوي البشرة السمراء حيث يكسب للطفل هذا الاتجاه منذ ولادته، حيث يستمد عناصره من سلوك أسرته ومقومات حضارية ومن ثم يكره بدوره ذوي البشرة السمراء ويكون على استعداد دائم لإظهار هذا العداء في كل وقت.

1-6-4-الاتجاه التعصبي:

يشارك مع العدائي في السلبية والتعصب للاتجاه، ويولد عداء الاتجاهات الأخرى وهو من الاتجاهات التي تدفع صاحبها إلى التثبيت بها مهما كانت النتائج. (زيدان عبد الباقي، 1974-ص265) ومن أبرز الأمثلة على هذا الاتجاه، تعصب بعض الأمريكيين البيض ضد ذوي البشرة السمراء وتعصب الحركة الصهيونية ضد المسلمين.

1-7-1-علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى:**1-7-1-الاتجاه والعاطفة:**

إن للاتجاهات جوانب عقلية معرفية وإدراكية بخلاف العواطف التي تكون شخصية وذاتية ووجدانية فحسب، إن حب الأم لأطفالها مثلا يغلب عليه الجانب الوجداني أو العاطفي بخلاف اتجاهها جانب إدراكي ومعرفي وعقلي وليس الجانب العاطفي وحده.

1-7-2-الاتجاه والتعصب:

التعصب نوع من الاتجاه الذي لا يقوم على أساس منطقي، فهو مشحون بشحنة انفعالية زائدة تجعل التفكير بعيدا عن الموضوعية، فتعصب الشخص لقومه يجعله يكره الناس وهو بذلك يعمل على عزل مجتمعه عن بقية المجتمعات الأخرى.

1-7-3-الاتجاه والرأي:

الرأي فكرة يعتقد بها الشخص وقد تكون صائبة أو غير صائبة، وهي لا تتعدى مجرد التعبير اللفظي، أما الاتجاه فهو حالة من الاستعداد العقلي للاستجابة أو الميل نحو قبول موضوع ما أو رفضه، كما تكون على استعداد تام للقيام بعمل نملك نحوه اتجاهها معينا.

1-7-4-الاتجاه والميل:

إن الميل يتعلق بما نحب في حين أن الاتجاه يرتبط بما نعتقد، وهناك فرق بين ما نحب وما نعتقد به، ذلك أننا قد نحب شيئا ما دون اعتقادنا به أو معرفتنا له، فالميل إذن مجرد تعبير عن تفضيل لا دخل للاعتقاد فيه، أما الاتجاه فهو تعبير عن عقيدة الشخص وليس عن شعوره كما هو الحال بالنسبة للميل. (أحمد أوزي، 1986-ص65)

1-7-5-الاتجاه والانفعال:

الانفعال حالة نفسية مؤقتة وعابرة وطارئة، أما الاتجاه فهو حالة عقلية وعصبية ثابتة ثبوتا نسبيا أو دائمة دواما نسبيا.

1-7-6-الاتجاه والسلوك:

الاتجاه ليس هو السلوك " Comportement " لكنه عامل من العوامل الكامنة وراء السلوك، وقد يقوم الاتجاه أحيانا بدور الدافع المحرك له.

1-7-7-الاتجاه والدافع:

الدافع عبارة عن حالة شعورية تدفع الكائن الحي نحو هدف معين، وهو محدد من محددات السلوك، وإذا كان الدافع يستمد قوته وضعفه من الداخل، كما هو الحال مثلا في الدوافع الأولية مثل الطعام والجنس وغيرها، فإن الاتجاه يستمد قوته من التصور العقلي والإدراكي للشخص قبل كل شيء.

1-7-8-الاتجاه والحاجة:

الحاجات عبارة عن إحساس بتوتر نفسي وعضوي يشعر الشخص من خلاله بافتقاد شيء معين، وقد تكون هذه الحاجات داخلية أو خارجية والحاجات محركة ودافعة للسلوك.

1-7-9-الاتجاه والقيمة:

إذا كان الاتجاه هو مجموعة استجابات القبول والرفض لفكرة أو موضوع ما، فإن هذه الاتجاهات الجزئية قد تتجه نحو البلورة في سلوك الشخص الاجتماعي خلال مختلف المواقف، وسلوكه هذا يجعل منه فردا معيناً في المجتمع ذا سلوك متسم بمعايير معينة فيحدد بذلك ممثله العليا، وعندما تعمم تلك المثل وتأخذ إطاراً معيناً فإنها تصبح قيم (Valeurs). (أحمد أوزي - نفس المرجع السابق - ص 66)

1-8-أهمية الاتجاهات:

تتجلى أهمية دراسة الاتجاهات من خلال ما تقدمه للفرد من مساعدة على التكيف الاجتماعي، وذلك عن طريق قبول الفرد للاتجاهات التي تعتنقها الجماعة، فيشاركهم فيها ومن ثم يشعر بالتجانس معهم.

والاتجاهات عموماً تضيف على حياة الفرد اليومية معنى ودلالة ومغزى حين يتفق سلوكه مع اتجاهاته، ويشيع هذا السلوك تلك الاتجاهات، إذ تعمل الاتجاهات النفسية على إشباع الكثير من الدوافع والحاجات النفسية والاجتماعية، ومن هذه الحاجات الحاجة إلى التقدير الاجتماعي والحاجة إلى الانتماء إلى جماعة معينة والحاجة إلى المشاركة الوجدانية، وهنا يتقبل الفرد قيم الجماعة ومعاييرها، كما تعمل الاتجاهات على تسهيل استجابات الفرد في المواقف التي لديه اتجاهات خاصة نحوها، فلا يبحث عن سلوك جديد كل مرة يواجه فيها هذا الموقف.

وتفيد في كثير من الميادين، ففي الميدان التربوي: تفيد معرفة الاتجاهات النفسية الإدارة التعليمية في معرفة اتجاهات التلاميذ نحو المراحل الدراسية المختلفة، ونحو زملائهم والمواد الدراسية وكتبهم ومدرسيهم، وتضم التعليم وأنواعه وطرق التدريس. (عبد الرحمن العيسوي، 1974-ص 197)

أما في الميدان الصناعي: تفيد معرفة الاتجاهات العمال نحو عملهم، وتضم الإدارة في تحقيق سعادة العمال وتكيفهم وفي زيادة الإنتاج، ورفع مستواه، وتقليل حوادث العمل وكذلك تفيد في اختيار الجماعة التي تتماشى واتجاه الفرد.

خاتمة:

يعتبر موضوع الاتجاهات من بين الموضوعات الرئيسية التي يدرسها علم النفس الاجتماعي، كما تلعب دورا هاما في تأثيرها على النشاط البدني الرياضي، كونها تمثل القوة التي تحرك الفرد وتثيره لممارسة هذا النشاط والاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة، وبالتالي الارتقاء بهذا النوع من النشاط، ونظرا لأهمية الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي، وجب من الضروري الاهتمام بها والعمل على إكساب التلاميذ اتجاهات إيجابية نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي، وذلك لاستثمار الطاقات في نشاط هادف وبناء. وقد تبين من كل ما استعرضناه فيما يخص الاتجاهات، أهميتها في توجيه سلوك الفرد وإثارة دافعيته، حيث تشكل مكون هاما في العملية التعليمية من مدرسين وأولياء أمور من أجل المساهمة في تشكيل اتجاهات إيجابية وبناءة.

المحور الثاني

التربية البدنية والرياضية

مقدمة:

التربية البدنية والرياضية هي جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق المهام. "شالز بيوتشر"

التربية البدنية والرياضية لها دور رئيسي في المجتمع بكل مؤسساته وانظمتها حيث تعمل من خلال الأنشطة الرياضية على تنشئة التلميذ متفهما لأبعادها متبينا اتجاهات إيجابية نحوها مكتسبا قدرا ملائما من المهارات الحركية التي تكفل له ممارسة رياضية او ترويحية مفيدة وممتعة خلال حياته مما يساعد على بناء وتكامل التربية العامة التي تهدف الى بناء واعداد المواطن الذي يتطلع اليه المجتمع.

من خلال هذا يتجلى لنا ان التربية البدنية والرياضة تكتسي طابعا خاصا وهاما في بناء المجتمعات لما لها من أهمية في اعداد الافراد صحيا واجتماعيا وبدنيا وعقليا وانفعاليا وأضحت اليوم تكتسي من الأهمية ما يجعلها عنصرا فعال في بناء المجتمعات حتى صارت علما قائما بذاته لها فلسفتها الخاصة ونظمها وقوانينها وأسس وقواعد تسير عليها.

1-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

ان ادراج التربية البدنية والرياضية في المجال التربوي ليس وليد الصدفة وانما لما لها من أهمية بالغة في حياة الطفل بكونها تعمل على بناء بصورة شاملة وليس بناء المدن بل تعددت مهامها الى الجوانب المعرفية العقلية كالذكاء الادراك ... وهذا عن طريق النشاط الرياضي المنظم.

التربية البدنية والرياضية مادة دراسية تربوية أساسية تعمل على تحقيق التكامل التربوي للمتعلم بحيث تنفذ من خلال دروس داخل الجدول الدراسي وكأنشطة خارج الجدول (داخلية وخارجية) يمكن تقويم نتائجها على المستوى السلوكي (الحركي، المعرفي، الوجداني). (امين أنور الخولي-جمال الدين الشافعي، 2000، ص25)

وهي تربية عن طريق ممارسة النشاط الحركي وشملت أيضا اعداد الفرد من كل النواحي من مهارات وعادات ومعارف ومعلومات ومعان وسلوك اجتماعي مميز ذلك كله من خلال الأنشطة البدنية والألعاب الرياضية التي يمارسها الفرد سواء كان المنزل او المدرسة او النادي. (احمد مختار عضاضة)

فتعبير التربية البدنية والرياضية واسع وأعمق دلالة بالنسبة للحياة اليومية فهو قريب جدا من مجال التربية الشاملة الذي تشكل التربية البدنية جزء فيه وهي تؤدي الى نشاط كبير للعضلات والقواعد المترتبة عليه كبيرة وتساهم في نمو الطفل حتى يستفيد لأقصى قدر مستطاع من عملية التربية دون ان يكون هناك عائق لنموه. (تشارلز بوكير، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده، 1994، ص69).

ويمكن وصف التربية البدنية والرياضية بطرق عديدة مختلفة فالبعض يراها مرادفا لمفاهيم مثل: التمرينات، اللعب، الألعاب، وقت الفراغ، الترويح عن النفس، الرياضة، المسابقات الرياضية، الرقص، لكن جميعها في الواقع تعبير عن اطر واشكال الحركة المتضمنة في المجال الأكاديمي الذي يطلق عليه اسم التربية البدنية والرياضية. (امين أنور الخولي، 1998، ص29).

1-2- المفاهيم والمصطلحات المرتبطة بمفهوم التربية البدنية والرياضية:

1-2-1- التعليم البدني: هو عملية اكتساب الانسان للمعارف والخبرات والمهارات الحركية كتعليم السباحة ركوب الدراجات وكذلك القدرة على توجيه حركة الجسم والتحكم في حركته بالنسبة للزمان والمكان. (ساري حمدان واخرون، ص23)

1-2-2- البناء البدني: هو عملية تغيير في شكل ووظائف الجسم خلال عملية النمو او بعدها وهو كمفهوم ضيق يعني تطور الجسم ويقاس ذلك عن طريق القياسات الانترو بيو ميترية المختلفة كالطول وقياس الوزن وحالة العمود الفقري وقياس القامة...الخ

والبناء بالمفهوم الواسع في الجانب الرياضي هو اكساب لعناصر اللياقة البدنية (كالسرعة - القوة - التحمل.....الخ)

1-2-3- الاعداد البدني: هو أحد واجبات التربية البدنية والرياضية والتي ترتكز عليه من اجل تكوين الخبرات الحركية لدى الرياضي وهو ينقسم الى قسمين: الاعداد البدني العام - الاعداد البدني الخاص.

1-2-4- اللياقة البدنية: هي كذلك من المهام الرئيسية للتربية البدنية والرياضة وتعتبر أحد وجوه اللياقة الكاملة لدى الرياضي تتكون من:

* **اللياقة الثابتة او الطبيعية:** وتعني سلامة وصحة أعضاء الجسم الداخلية مثل القلب والرئتين.

* **اللياقة المتحركة او الوظيفية:** وتعني درجة كفاية الجسم للقيام بوظيفته تحت ضغط الأعباء المجهدة.

* **اللياقة المهارية:** وهي تشير الى التفوق والقدرة في أداء أوجه النشاطات المختلفة.

1-2-5-الثقافة البدنية: وهي تشمل كل ماله صلة بالتربية البدنية والرياضة وذلك من المعارف والقيم...الخ

1-2-6-التمرينات البدنية: ان هذا المصطلح في حد ذاته مفهومان:

الأول: يستخدم كمصطلح خاص وكنشاط حركي منظم مثل رمي الجلة - الوثب العريض.....الخ

الثاني: كأسلوب تطبيقي ومحتواه متضمن عدد التكرارات لنشاط محدد بغرض تلقين مهارة حركية معينة او تطوير صفة معينة مثل: القوة - السرعة.... الخ كما يخضع هذا التكرار الى قاعدة عملية.

1-2-7-الألعاب الرياضية: ويقصد من هذا المصطلح هو تلك الألعاب الرياضية والتربية البدنية الشاملة. (ساري حمدان واخرون، ص24)

1-3-علاقة التربية البدنية والرياضة بالتربية العامة:

يعد النشاط الرياضي في صورته التربوية الحديثة ميدانا هاما من ميادين التربية العامة كما يسهم في اعداد الفرد بقدرات تمكنه ان يتكيف مع مجتمعه وان يشكل حياته العملية ويساهم في تنمية وطنه.

ويقول «عباس احمد صالح» في هذا الموضوع ما يلي: "التربية الرياضية مثلها مثل المواد المنهجية الدراسية الأخرى تعتبر وسيلة من الوسائل التربوية في المجال الدراسي".

فمزاولة النشاط الرياضي في المجال المدرسي يعتمد بصورة أساسية على النواحي التربوية التي تهتم بصفة رئيسية على الجوانب والاجتماعية للتلاميذ الممارسين أكثر من اعتمادها على تقدم مستوى فئة معينة للوصول الى قطاع البطولة لا فرق بين تلميذ واخر لكل منهم مستواه وبرامجه الخاصة التي قد اعدت له من قبل المتخصصين وفق مناهج مبرمجة خاصة بذلك.

ويقول «محمود بسيوني» " فيصل الشاطي" ما يلي: تؤدي التربية البدنية والرياضية من الجانب التربوي الى ما يلي:

- تطوير رغبات التلميذ في الألعاب الرياضية المختلفة.
- تربية التلاميذ على الشجاعة والعمل الجماعي الطاعة والشعور بالمسؤولية.
- حب النظام والتعود عليه والتصرف الحضاري.
- تربية التلميذ على حب الوطن. (محمود عوض بسيوني - فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص11)

1-4- التربية البدنية والرياضة في الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية:

تعرف التربية البدنية والرياضة بالجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية على "أساس انها نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل وتخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية الى بلوغها ورامية الى الرفع من شان تكوين الانسان والمواطن والعمل بما لديه من مزايا. (وزارة الشباب والرياضة، 1976، ص65)

ومن خلال تنظيم التربية البدنية والرياضة ينتظر منها ان تؤدي ثلاث مهام رئيسية وهي:

1-4-1- من الناحية البدنية: تحسين قدرات الممارسين الفسيولوجية والنفسية المحركة وذلك من خلال التحكم أكبر في البدن وتكييفه مع البيئة وذلك بتسهيل تحويلها بواسطة تدخل ناجح ومنظم تنظيماً عقلائياً.

1-4-2- من الناحية الاقتصادية: ان تحسين صحة الفرد وما يكسبه من استقرار نفسي يزيد من قدراته على مقاومة التعب وإذا يمكنه من استعمال قوته في العمل واستعمالاً محكماً فإنه بدون شك يؤدي الى زيادة المردودية الفردية والجماعية في عالم الشغل الفكري واليدوي.

1-4-3- من الناحية الاجتماعية والثقافية: ان ما يكسبه الفرد من جراء ممارسة التربية البدنية والرياضة من قيم ثقافية وخلقية تجعله يواجه كل الاعمال اليومية وتساهم في تعزيز الوثام المدني مدخرة الظروف الملائمة للفرد لكي يتعدى ذاته في العمل وتسعى لتنمية روح الاتصال والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية كما تسعى كذلك لتخفيف التوترات التي تشكل مصدر الخلافات بين الافراد والمجموعة الواحدة او بين المجموعات التي تنتمي اليها هيئة اجتماعية واحدة، إضافة الى ذلك فان التربية البدنية والرياضية توفر للشباب والكبار فرصة لاستخدام أوقات فراغهم فيما يفيد الفرد بنفسه ومجتمعه ووطنه.

إن ديمقراطية ممارسة التربية البدنية والرياضة وسيلة من الوسائل التي من شأنها تساهم في تحرير المرأة وترقيتها كما انها عامل لتجنيد افراد المجتمع ذكر او انثى للدفاع عن مكتسباته وتعد التربية البدنية والرياضة عاملا لاقتسام السلام في العالم وذلك بتدعيمها للتضامن والتفاهم والتعاون على المستوى الدولي.

-ترتكز الحركة الرياضية الوطنية في الجزائر على المبادئ التالية: (وزارة الشباب والرياضة، مرجع سابق، ص 97)

-الديمقراطية

-التخطيط

-الشمولية

-اللامركزية

1-5-1- الطرق المستخدمة في تدريس التربية البدنية والرياضية:

1-5-1-1- الطرق العامة:

كل الطرق العامة يمكن استخدامها في التعليم المهارات الحركية وتنقسم عموما الى ثلاثة أنواع رئيسية هي:

أ-الطريقة المباشرة:

و فيها يتم تحديد و اختيار الأنشطة من جانب الأستاذ بنسبة 100% و لا يتدخل التلميذ في أي شيء الا التنفيذ طبقا لتعليمات الأستاذ و يقوم التلميذ بتنفيذ كل ما يطلب منه أي انها عملية تلقين و تكليف بدلا من كونها عملية انطلاق و تعبير حيث انها تقتصر الى إعطاء فرص الاستكشاف و الابتكار من جانب التلاميذ و رغم هذا فإنها تمكن الأساتذة الجدد من تثبيت انفسهم و حسن السيطرة على الفصل من خلال فرض النظام فتمنح كل من التلاميذ و الأستاذ الطمأنينة و يكون الانتقال من المباشر الى غير المباشر في العمل تدريجيا و بأفضل صورة (لظفي عبد الفتاح، 1972 ص 296).

ب-الطريقة غير المباشرة:

و فيها يقوم التلاميذ باختيار الأنشطة و المهارات طبقا لقدراتهم البدنية و العقلية و هذه الطريقة تساعد التلاميذ على الاستكشاف و التجريب و تنمية صفات المبادرة و اعطائهم الثقة

بأنفسهم خصوصا عندما يستخدم الأجهزة و يتعامل معها بحرية و يكون دور الأستاذ فيها مرشدا و موجها و ليس ناقلا للمعلومات كما انها تعطي له فرصة اكتشاف ميول التلاميذ و تتيح له الفرصة أيضا في قياس قيمة الذي يعطيه و ذلك برؤيته ما يمكن ان يعمل كل تلميذ عندما يكون حرا فيما يختار و لا شك ان هذا الاجراء هو المدخل الصحيح و مع ذلك فعندما نترك التلاميذ يحددون ما يفضلون بأنفسهم فعلى الأستاذ ان لا يبتعد و يقف بعيدا بل لابد ان يستمر في التوجيه و التحفيز حتى يتمكن كل فرد من استعمال كل قدراته بشكل جيد و اكتساب مهارات التحرك و الأداء و يتمكن من التنويع في الحركات". (لظفي عبد الفتاح ، مرجع سابق، ص 274)

لكن يمكن ان يصبح من الصعب التحكم والتوجيه إذا كان كل واحد يقوم بعمل أشياء مخالفة.

ج- الطريقة المقيدة:

تعتبر الطريقة المقيدة مزيجا بين الطريقة المباشرة و غير المباشرة و فيها يكون التلاميذ أحرارا في التدريب في نطاق قيود يضعها الأستاذ فهو يحدد نوع النشاط المطلوب ممارسته و يترك للتلاميذ حرية أدائه وفقا لسابق خبرتهم او حدود معلوماتهم فمثلا في المرحلة الرئيسية من درس التربية البدنية و الرياضة يحدد الأستاذ نوع النشاط كالتمرير في كرة السلة و يترك لتلاميذ حرية التدريب و الأداء سواء كان التمرير من الأعلى او من الأسفل و هذه الطريقة تساعد على الاكتشاف و التدريب و لهذا فهي تعتبر طريقة تربوية نفسية تراعي الفروق الفردية و التي تظهر المواهب التي تحتاج الى الرعاية و التوجيه .

-مما تقدم يتضح انه لا يمكننا تمييز طريقة عن طريقة أخرى فكل نشاط من أنشطة التربية البدنية والرياضية يدرس بطريقة تتناسب مع هذا النشاط.

* ربط الطرق الثلاث:

ان تنويع طرق التدريس خلال حصة واحدة يساهم في معرفة و اكتشاف جوانب عديدة من المتعلم و النمو العقلي و الاجتماعي للتلاميذ فعلى الأستاذ ان يدرك أهمية ربط الطرق الثلاث فقد يحدث أحيانا استخدام الطرق الثلاث في حصة واحدة دون قصد فمثلا قد يطلب الأستاذ من التلاميذ التدرب على تقنية معينة بحرية (طريقة غير مباشرة) و في اثناء التدريب يتجه الأستاذ اليهم بالإرشاد و التصحيح و التحفيز فيختار مثلا تلميذ او تلميذين ليقدموا عرضا امام زملائهم و يطلب منهم الأداء (الانتقال من غير المباشرة الى المباشرة) و قد يطلب من التلاميذ تنطيط الكرة مثلا دون ان يذكر بأية يد او من الثبات ام الحركة (فهنا يكون قد انتقل

الى طريقة المقيدة) ثم يطلب التنطيط بالمحاورة من الجهة اليمنى (عودة الى الطريقة المباشرة) و هكذا حسب ما يراه مناسباً لأهداف الدرس.

1-5-2- الطرق الخاصة:

ونذكر منها ما يلي:

أ- الطرق الكلية:

ومعناها ان تؤدي الحركة كوحدة متكاملة وتسمح هذه الطريقة للتلميذ بان يدرك العلاقة بين أجزاء جسمه ووضعه الزماني والمكاني وهذا الإحساس لا يمكن ادراكه الا إذا كان أداء الحركة متصلاً كما تصلح هذه الطريقة مع المستوى الناضج من التلاميذ او عند تعلم مهارة بسيطة بحيث يمكن لجميع التلاميذ استعمالها مرة واحدة كالدرجة الامامية مثلاً.

ب- الطريقة الجزئية:

ومعناها تقسيم الحركة الى اجزائها الأساسية خاصة في الحركات المركبة فيتم تعليم كل جزء على حدة حتى تتحسن استجابات التلاميذ لأننا لو اقتصرنا في تعليم الحركة على الطريقة الكلية فقط فسوى يتكرر التدريب على الاستجابات الخاطئة وإذا لو تصحح فسوى يثبت تعليمها مبكراً ويصبح من الصعب معالجتها.

ج- طريقة حل المشكلات:

بحيث لا يوفر الأستاذ مفاتيح الحل للمشكلة ويترك للتلميذ البحث عن الإجابة بالكامل والغرض الأساسي من هذا الشكل هو تشجيع التلاميذ على البحث والتقصي.

د- طريقة استخدام البرامج الفردية:

نستخدم البرنامج الفردي في التربية البدنية والرياضية لتوفير فرصة كاملة للتعلم الذاتي الذي يعطي التلميذ الاستقلال في العمل وهذا ما يساعده على تقويم نفسه ذاتياً بعد تنفيذ البرامج وهذا ما يحقق التعلم الذاتي واستخدام هذه الطريقة "يساعد على حل مشاكل الاتصال التي تأتي في حالة العمل في مساحات واسعة او عندما يكون مستوى الضجيج عال بسبب حضور عدة أساتذة في قاعة واحدة ."

اما من الناحية التطبيقية فان البرامج الفردية تتطلب:

-اسم التلميذ، القسم، تاريخ بداية البرنامج، النشاط المطبق.

- تعليمات على الأهداف المسطرة، طريقة تطبيق البرنامج، التنظيم، المكان.
- قائمة التمرينات المستخدمة مع ذكر عدد التكرارات والمدة.
- مجموعة خاصة للتقويم.
- هـ- طريقة الوحدات:

ان الوحدات هي تنظيم خبرات المقرر الدراسي ووضعه في تقسيماته كبيرة وشاملة ترتبط بعضها البعض وذلك لما بينها من علاقات ويجب استغلال اقصى ما يمكن استخدامه من الأدوات والإمكانيات عند تنفيذ الوحدة وإعطاء ألعاب صغيرة تخدم النشاط كما يراعي زيادة العمل حسب مستوى التلاميذ ويترك للأستاذ حرية التشكيلات حسب مساحة الملعب وحرية الابتكار في التنفيذ بالإضافة الى مراعاة الانتقال من مجموعة الى أخرى داخل الوحدة في تسلسل منطقي من السهل الى الصعب.

من خلال سردنا لهذه الطرق الحديثة في التدريس نلاحظ انها جعلت التلميذ هو محور الاهتمام وتغير مفهوم عمل الأستاذ من مركز التحكم وإعطاء الأوامر الى مرشد والموجه وإعطاء التلاميذ الفرصة الكاملة لتحمل المسؤولية وتحقيق التعلم الذاتي.

وبما اننا تحدثنا عن طرق التدريس كجزء من مهارات التنفيذ فلا بد أيضا عن كيفية استخدام هذه الطرق وهي المعروفة بأساليب التدريس.

1-6- درس التربية البدنية والرياضية:

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية في الخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمؤسسة التربوية، وهي تشمل كل أوجه الأنشطة التي يريد الأستاذ ان يمارسها التلاميذ، وان يكتسبوا المهارات التي تتضمن هذه الأنشطة، بالإضافة الى ما يصاحب ذلك من تعلم مباشر وغير مباشر.

ويعتبر درس التربية البدنية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة، والكيمياء واللغة العربية، ولكنه يختلف عن هذه المواد لكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنه يمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي تعطي الجوانب الصحية، والنفسية والاجتماعية بالإضافة الى المعلومات التي تعطي الجوانب العلمية بتكوين جسم الانسان وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة الجماعية والفردية وتتم تحت الاشراف التربوي عن طريق مربين أعدوا لهذا الغرض.

1-6-1- أهداف درس التربية البدنية والرياضية:

تتمثل هذه الأهداف ما يلي:

- المساعدة على الحفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلاميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية، ووضع القواعد الصحيحة لكيفية ممارستها داخل وخارج المدرسة مثل القفز، الرمي، الوثب، التسلق، المشي والجري... الخ
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل القدرة والسرعة والتحمل والمرونة والرشاقة.
- اكتساب المعارف والمعلومات والحقائق عن أسس الحركة البدنية واصولها البيولوجية والفيزيولوجية البيو ميكانيكية.
- تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإدارية والسلوك اللائق.
- التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.
- تتمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة اللاصفية.

1-6-2-مراحل درس التربية البدنية والرياضية:

إن درس التربية البدنية والرياضية يتكون من ثلاث مراحل:

أ-المرحلة التمهيديّة:

كل حصة تبتدئ بمرحلة تمهيدية أو تهيئة والتي تهدف إلى:

- تهيئة جسدية بواسطة تمارين خاصة للتسخين.
- تهيئة فيزيولوجية وتكون خاصة بالوظائف الكبرى للتحمل كمية الاجهاد المبرمجة في المرحلة الرئيسية والتي تستهدف خاصة القلب، جهاز الدوران والتنفس.
- تهيئة نفسية وتهدف الى جلب الانتباه التلاميذ لما سيأتي فيما بعد وهي تمارين بسيطة تمارس على شكل العاب، تتم مرحلة التهيئة في شكل تنقلات بسرعة غير مرتفعة وبقفزات متنوعة خاصة بتقوية عضلات الجسم وبتمارين التنفس.

ب- المرحلة الرئيسية:

هذه المرحلة ترمى الى تحقيق الأهداف الرئيسية المبرمجة خلال الحصة وهي تتكون من الألعاب الممهدة لممارسة التمارين المقننة خلال هذه المرحلة ينظم اللعب بشكل يمكن التكرارات لكل نشاط حتى تتضمن عملية تعلم التقنية.

ج-مرحلة الرجوع الى الهدوء :

هي اخر مرحلة تهدف الى ارجاع الجسم لحالته الطبيعية الأولى أي قبل ممارسة الألعاب والرجوع الى الهدوء ليس توقفا كليا عن الحركة انما التخفيض المتدرج للجهد حتى زوال التعب نهائيا والرجوع الى الهدوء يرمي الى:

-رجوع دقات القلب الى الحالة الطبيعية.

-تهدئة التنفس وارجاعهم الى الحالة العادية.

-تهدئة التلاميذ نفسيا بعد تهيجهم اثناء اللعب.

خلال هذه المرحلة تنجز التمارين اعتمادا على باقي دروس الاكاديمية، على المدرس ان يكون ملما الماما كافيا بالمادة وطرق وأساليب تدريسها وتحضير الحصة يجب مراعاة ما يلي:

-تحديد الهدف بدقة ووضع نصب أعين النتائج المحتملة.

-أن يلتزم المدرس بالخطة الموضوعية للمرحلة السنوية والسنوية والجزئية.

-دراسة شاملة لإمكانية المدرسة وربطها مع الدرس.

-مراعاة الإمكانيات الأجهزة المتيسرة ووضع الحلول البديلة في حالة عدم توفرها.

-مراعاة الترتيب المنطقي في تسلسل المهارات واعتماد على ما درس من قبل وممهلهما هو قادم.

-احتواء الحصة على تمرين والألعاب المنسجمة ذات التأثير العام على النمو البدني والقوائم للتلاميذ.

-أن تكون الحصة شاملة وتشبع رغباتهم في اللعب.

-التخطيط الزمني والتنظيمات التشكيلية.

-إعداد الخطة مسبقا.

خاتمة:

من خلال هذا العرض التحليلي للتربية البدنية والرياضية يتضح لنا ان هذه الأخيرة هي جزء بالغ الأهمية من التربية العامة.

كما تعتبر أيضا جوهر العملية التربوية فبدونها لا يمكننا تنمية وتطوير مختلف الجوانب المتعلقة بالشخصية الرياضية لذلك يلزم الاهتمام بها وإعطائها القدر الكافي من العناية والحرص قصد تحقيق عملية التفاعل بين الفرد وبيئته الاجتماعية وهذا قصد الوصول للأهداف المرجوة منها باكتساب الفرد للقيم والاتجاهات التي تفرضها البيئة الاجتماعية.

وهذا ما أكدته "تيلي رمزي" و "ناهر محمود سعد" «بأن برامج الأنشطة التربوية الرياضية بمختلف أنواعها وأشكالها يجب أن تركز على الموهوبين فقط فالتعليم يجب أن يكون لجميع التلاميذ واطاحة الفرصة لهم بالاشتراك وهذا لكي يتسنى لهم الاندماج الاجتماعي خارج أطر المدرسة.

المحور الثالث

المراقبة

مقدمة:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة انتقال خطيرة في عمر الإنسان، فالمراهق ليس طفلاً كما أنه ليس رجلاً، فهو ينتقل في هذه المرحلة من طور يكون فيه معتمداً على الغير إلى طور يعتمد فيه على نفسه.

كما تعتبر مرحلة المراهقة - باتفاق معظم الباحثين - منعرجاً في صيرورة التنشئة الاجتماعية، حيث تصاحبها مجموعة من التوترات والضغوط التي يعيشها المراهق أكثر من أي مرحلة عمرية أخرى، وهذه الضغوط تتمثل في التغيرات التي يواجهها المراهق تغيرات بيولوجية مرتبطة بالبلوغ، تغيرات نفسية واجتماعية متعددة من ذلك انفصال عن العائلة، أداء أدوار اجتماعية، تطوير علاقات جديدة مع أقرانه والبحث عن استحسانهم ووضوح معنى لهويته الخاصة وتحضير مستقبله، وكل هذه التغيرات تثير ضغطاً وتقتضي متطلبات متناقضة.

ولما كانت هذه المرحلة بهذه الأهمية ومتصلة بالمرحل اللاحقة فهذا يستوجب منا دراستها وعدم إغفال كل الخصائص المميزة لها، وذلك لاعتبارات علمية وعملية حيث تسمح لنا هذه الدراسة بالتعرف على طريقة التعامل مع المراهق من جهة، وفهم نفسيته والأصول العميقة لظواهره النفسية من جهة أخرى

1-1- تعريف المراهقة:

تفيد كلمة المراهقة من الناحية اللغوية معنى الاقتراب والدنو من الحلم، والمراهقة ADOLESCENC مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLESERE ومعناه ينمو أو التدرج نحو النضج البدني العقلي، الانفعالي والاجتماعي، ويستخدم علماء النفس هذا المصطلح للإشارة إلى النمو النفسي، والتغيرات التي تحدث أثناء فترة الانتقال من الطفولة إلى الرشد. (هدى محمد قناوي، ص 03)

-إن المراهقة بمعناها العام تبدأ بالبلوغ وتنتهي الرشد، فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بادئها وظاهرها، اجتماعية في نهايتها. (فؤاد البهي السيد 1992، ص 272)

ويقول ستانلي هول Stanley hall إن المراهقة هي فترة التصرفات السلوكية، التي تتميز بالعواطف والتوترات الانفعالية. (سعدية محمد بهار، 1977، ص 331)

وقد عبر عنها سرنسن Soranson 1960 بأنها الفترة من العمر التي تقع بين الحرية المطلقة التي اكتسبت في مرحلة الطفولة والمسؤولية والقيود التي تفرض على الفرد في مرحلة النضج والتكامل والرشد. (سعد محمد بهار 1980، ص 31.)

أما احمد أوزري فيرى أن المراهقة هي مرحلة نمو معينة تقع بين سن الطفولة وسن الرشد، فهي طور نمائي ينتقل فيها الناشئ، وهو طفل غير ناضج جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا أي من طور أوضح سماته الاعتماد والاتكالية على الغير إلى فرد إنساني متدرج نحو بدئ النضج، ومحاولة الاستقلال والاكتفاء بالذات. (احمد اوزري، 1993، ص17)

-رغم اختلاف التعريف حول المراهقة، إلا أنها تعبر كلها عن تلك المرحلة بين الطفولة والرشد التي تمتاز بخصائص معينة، وعليه يقول دورتي روجرز إن للمراهقة تعاريف متعددة، فهي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية ومرحلة زمنية، كما أنها فترة تغيرات نفسية عميقة. (مخائيل إبراهيم اسعد 1999، ص225).

فالمراهقة مصطلح وصفي يقصد به مرحلة نمو معينة تبدأ بنهاية الطفولة وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد، هذا ويفضل علماء النفس التكويني استعمال هذا الاصطلاح اللغوي لان مغزاه ينسجم كثيرا والخصائص الجسمية والسلوكية لهذه الفترة من حياة الإنسان.

1-2-1- مراحل المراهقة:

إن عدم القدرة على تعميم معايير النمو ومعدلاته التي تسود في مجتمع من المجتمعات أو بيئة من البيئات يجعل من الصعب تحديد بداية المراهقة ونهايتها فهي تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر فالسلالة والجنس والنوع والبيئة لها أثار كبيرة في تحديد مرحلة المراهقة، ولهذا يختلف العلماء في تحديدها لعدم وجود مقياس موضوعي خارجي وإنما أخضعوها لمجال دراستهم وتسهيلها لها، فهناك من اتخذ أساس النمو الجسمي كمعيار وهناك من اتخذ النمو العقلي كمعيار آخر ولكن اتفقوا مبدئيا على إن فترة المراهقة هي الفترة التي تبدأ بأول بلوغ جنسي وتنتهي باكتمال النمو الجسمي للراشد، وفيما يلي نتطرق إلى مراحل المراهقة كما يراها محمد عبد الرحيم عدس. (محمد عبد الرحمن عدس 2000، ص58).

1-2-1-1- المراهقة المبكرة:

تبدأ من 12 سنة إلى حوالي سنة أو سنتين من البلوغ.

تتميز بتسارع في النمو عند الطفل، وبمختلف مظاهره وأبعاده الجسمي والعاطفي المعرفي والروحي، والصفة المطلوبة الغالبة في هذه المرحلة هي التكيف مع هذه التغيرات وفي هذه المرحلة يستمر الآباء بما عندهم من طاقات وقدرات من خلال ممارستهم للأنشطة المتنوعة التي تتلاءم مع أنواع نموهم وأهدافها ومرحلة نموهم التي بلوغها، ومن ثم تحديد الأوقات اللازمة

للقيام بهذه الأنشطة وقد يستجيب المراهق في بداية هذه المرحلة إلى ما يفرض عليهم أباؤهم باعتبار ذلك ما يخدم مصلحتهم وأهدافهم.

وفي هذه المرحلة من العمر لم تعزز لدينا الثقة بهم لدرجة تحملنا على أن نمنحهم المزيد من الحرية في التصرف والسلوك، إذ نجعل لهم الخيرة في التصرف والسلوك حسب المبادئ التي يؤمنون بها، ولكن في فترة لاحقة نأخذ في توسيع مجال ما نمنحه لهم من حرية وما نفوض لهم من صلاحيات ليتصرفوا باستقلالية وذاتية ودون التدخل منا أو من غيرنا، وذلك في حقول وميادين معينة من شأنها إن تنمي قدراتهم وطاقاتهم وتبعاً لقدراتهم على اتخاذ القرار لنبنني عندهم الثقة بأنفسهم والاعتماد عليها في تصرفاتهم واتخاذ قراراتهم.

1-2-2- المرحلة المتوسطة:

تبدأ من أين تنتهي المرحلة المبكرة وتنتهي في 18-19 سنة. في هذه المرحلة نميل إلى تقدير جهود المراهق والى حد كبير، وخاصة إذا ما أحسنوا التصرف وقاموا بالواجبات المطلوبة منهم من أخطاء ومن سوء التصرف، كما يحاولون التوفيق بين احتياجاتهم ومتطلباتهم وهم في هذه المرحلة يعانون من الأنانية ومن حاجاتهم للاستقلالية والاعتماد على النفس بشكل أكبر وأوسع وحرية أكثر مما كان في السابق، وخاصة من والديهم كما أن طلبة المرحلة التعليمية المتوسطة يعانون الكثير أحيانا من أجل أن يكسبوا رضا والديهم أو مدرسيهم أو حتى يكونوا مقبولين من زملائهم وأندادهم، أما التحديات التي تواجهنا في هذه المرحلة المتوسطة من المراهقة، فهي محاولة المراهق أن ينمي قدرته في الاعتماد على ذاته وتطوير هذه الذات والعمل على تنميتها ومحاولة بناء صدقات مع الآخرين بشكل أعمق وأوسع من ذي قبل معهم بروح من المسؤولية، وكلما تقدمت به السن عبر هذه المرحلة علينا ان نقلل من إصدار الأوامر والنواهي والتوجيه والإرشاد بشكل مباشر إلى حد بعيد . (محمد عبد الرحمان عدس، مرجع سبق ذكره، ص59)

1-2-3- المرحلة المتأخرة:

تبدأ من أين تنتهي المرحلة الوسطى وتستمر إلى بداية مرحلة الرشد، تبدأ هذه المرحلة في السنوات الأخيرة لمرحلة التعليم الثانوي، وقد تمتد إلى فترة العشرينات من العمر، وفيها يتكون لدى المراهق الإحساس الوافي بالهوية الشخصية والارتباط بنظام قيمي معين والسير نحو تحقيق أهداف حياته معينة.

1-3-3-1- مظاهر النمو عند المراهقة:

يمتاز المراهق في هذه المرحلة بنمو سريع وشامل في جميع جوانب شخصيته، ومنها الناحية الجسمية، العقلية، الانفعالية والاجتماعية وهي كالتالي:

1-3-3-1-1- النمو الجسمي:

يتميز النمو الجسمي في السنوات الأولى من المراهقة بسرعة مذهلة ،حيث تأتي سرعة هذا النمو كبيرة في المراهقة عقب فترة طويلة من النمو الهادئ ، والتي تتصف بالطفولة المتأخرة، كما تنمو الغدد الجنسية ويكبر حجم القلب ويتسع أكثر بما كان عليه في مرحلة الطفولة، أما من حيث الطول فتبدأ الزيادة أكثر عند البنات أو نجد التلميذ في الخامسة عشر يصل طول قامته إلى 1.95م أما التلميذة فتصل إلى 1.87م، أما فيما يخص الوزن فيزداد معدل الوزن لدى الأولاد أكثر منه لدى البنات، حيث نجد أن التلميذ الذي عمره 16 سنة يزيد عن 54.2 كلغ بينما الفتاة في نفس السن فيقدر وزنها ب 54.2كلغ، أما من ناحية العظام فيصلح الرأس في الثانية عشر من العمر حوالي 98% من حجمه النهائي، في حين تستطيل العظام الطويلة في الأرجل والأذرع بسرعة، تطول في منتصف المراهقة، كما نلاحظ في بداية المراهقة استطالة الأنف، مما يزعج المراهق كثيرا ، كذلك تستطيل عظام الكتفين وتكبر القدمين واليدين. (محمد مصطفى، بدون طبعة، ص- 156)

كما يجب الإشارة إلى النضج الجنسي، الذي يبدأ بظهور الوظائف الجنسية نتيجة لنضج الغدد الجنسية، والعلامات الأولى للبلوغ لدى الأولاد والتي تتمثل في كبر الخصيتين وظهور شعر العانة، ويظهر ذلك عادة في حوالي 12 سنة بالنسبة للذكور، أما بالنسبة للإناث يبدأ بظهور شعيرات في مكان العانة يتبعه ظهور الثدي وفي الوقت نفسه يبدأ كل من الرحم والمهبل في النمو لكي يأخذ كل واحد منهما حجمه النهائي، ويظهر في هذه المرحلة حدوث الطمث عند الفتاة، وهذا نتيجة انفجار البويضة الناضجة في المبيض. (محمد عماد الدين إسماعيل، 1986، ص39-40)

1-3-3-1-2- النمو العقلي:

يتميز المراهق بنمو القدرات العقلية والمعرفية، بحيث نجد أن أساليبه العقلية تختلف عن أساليب الطفل، فهو لم يعد ذلك الشخص المعتمد على آراء الغير وأفكارهم دون إخضاعها للبحث والتحميص العقلي، كما تظهر عنده القدرات الخاصة والميول المتعددة، كالميل إلى الرياضيات أو تعلم اللغات، وفي هذه الفترة ينتقل من الاعتماد على الإدراك الحسي إلى الاعتماد على التعلم التجريدي. (فؤاد البهي، 1992، ص20)

وبذلك فالمراهق يسير في نموه العقلي في اتجاهات عديدة، فهو يستمر في اكتساب القابلية العقلية وفي تقويتها وله قابلية على التعلم، ونجده يجد ويسعى في الحصول على المعارف الواسعة والإدراك العميق والتصرف بحكمة، وفي ممارسة المحاكمات العقلية السلمية وفي إعطاء الأحكام الصائبة، التي تتطلب بدورها إبداء وجهة النظر، ويشتمل النمو العقلي أثناء المراهقة على:

أ- الذكاء:

ينمو مطردا في الثانية عشر، ثم يتغير قليلا نظرا لحالة الاضطراب النفسي السائدة في هذه المرحلة، كذلك نلاحظ ظهور القدرات الخاصة أي تقلب نمط معين من أنماط السلوك المعرفي، والنمو العام للمراهق يسمح لنا بالكشف عن ميوله الذي غالبا ما يرتبط بقدرة خاصة، يمكن الكشف عنها في حوالي السن الرابعة عشر، وبالتالي يمكننا توجيه المراهق تعليميا ومهنيا. (مصطفى محمد زيدان، - ص -137)

ب- الانتباه:

تزداد مقدرة المراهق على الانتباه سواء في مدة الانتباه أو في مداه فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة ومعقدة في يسر وسهولة، أي أنه يبلور شعوره على كل شيء في مجاله الإدراكي المراهق على التعرف والاحتفاظ. (محي الدين مختار، 1982، ص166)

ج- التذكر:

تؤكد العديد من الأبحاث أن عملية التذكر تنمو في المراهقة وتنمو معها قدرة د- التخيل: يتجه تخيل المراهق نحو الخيال المجرد المبني على الألفاظ، أي الصور اللفظية ولعل ذلك يعود إلى أن عملية اكتساب اللغة تكاد تدخل طورها النهائي. (محمد مصطفى زيدان، نفس المرجع السابق، ص164)

وبالتالي يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان، فهو أداة ترويحوية ومسرح للمطامح الغير محققة ووسيلة لتحقيق الانفعال.

د- الميول:

أشارت بعض الأبحاث أن الميل إلى أعمال التجارة ونشاط الأيدي يزداد عند البنين أثناء المراهقة، أما البنات فيظهرن ميلا نحو الخياطة والطرز، وكذلك الميل إلى الاهتمام بالظواهر الاجتماعية التي تحيط بهن ومذاهب الناس في الحياة. (محمد زيدان، 1986، ص164)

ه- اتخاذ القرار:

بوصول المراهق إلى درجة من النضج، يحاول جاهداً أن يوفق بين ما هو مرغوب فيه وما هو معقول، وأن يميز بين الأشياء المثالية من الواقعية، ويحاول البروز أمام الآخرين بالمبادئ التي يضعها هو، بدلا من المبادئ التي تفرض عليه من المجتمع والقيم.

و- القابلية على التعميم:

بعد أن كان المراهق في طفولته يعتمد على التعبير عن أشياء يريدتها باستعماله للأشياء المشخصة، ولكن في كبره يستطيع التعبير عن الأشياء بقول أو لفظ واحد وقد تكون إشارة واحدة.

ز- القدرة على التجريد:

ويتمثل ذلك في تحول المعرفة من الكيف إلى الكم وإدراك العلاقة الكمية وتظهر القدرة على فهم العلاقات الكمية المجردة مع القدرة على فهم العلاقات الكيفية التي تتمثل في فهم الناشئ للمعاني والقيم التي تساهم في تكوين فلسفة الفرد الخاصة، وعليه ترتبط القدرة على التفكير والتجريد ارتباطا وثيقا بفهم العلاقات الكيفية للأشياء وتشكل الجانب الهام والضروري من النضج الذهني. (ميخائيل إبراهيم أسعد، 1991، ص264)

أما "أزيل فيري" فيرى أنه عند وصول الطفل إلى سن المراهقة، يقل اعتماده على الخبرات الإمبريقية الصبغانية في ربط القضايا المجردة والمعقدة، بل وبمرور الزمن يصبح الفرد الناضج قادرا على فهم وممارسة العلاقة المباشرة القائمة بين الأفكار المجردة وممارستها بطريقة مباشرة دون اللجوء إلى التجارب في الواقع. (نوري الحافظ، 1990، ص52)

ومن ذلك نستنتج أن النمو العقلي لا يسير بسرعة واحدة في مختلف فترات نمو الفرد إذ أثبتت الأبحاث أنه يكون بطيئا في الصغر ثم تليه فترة نمو سريع، وذلك خلال فترة الطفولة المتأخرة، وفي مرحلة المراهقة المبكرة وابتداء من 16 سنة يبدأ هذا النمو في البطء من جديد.

1-3-3-النمو الانفعالي:

يتفق العلماء أن مرحلة المراهقة تزداد فيها حدة الانفعالات الأسباب فيزيولوجية واجتماعية، ويؤدي استمرار هذه الانفعالات إلى ظهور الكأبة لدى المراهقين وخاصة في محاولة التحكم في هذه الانفعالات، وخاصة إذا كانت غير مقبولة اجتماعيا، والصور الدالة على زيادة الانفعالية في مرحلة المراهقة منها قضم الأظافر تدخين السجائر مص الإبهام وإبراز اللسان..... ومن أهم الأنماط الانفعالية في هذه المرحلة هي:

أ-الخوف:

ويظهر هذا الانفعال أمام الأشياء المادية كالنعايين، أو أمام الوضعيات الاجتماعية بما فيها مقابلة الناس والتواجد بين من هم أكثر مهارة أو الكبار الذين يتميزون بالقسوة، وللمخاوف الاجتماعية صورتان وهما - الارتباك والخجل - وقد يؤدي إلى خوف شاذ من الفشل وخشية التفكير أو يتميز بالعجز أو عدم اللياقة.

ب-الغضب:

للغضب في هذه المراحل العديد من المثيرات، إغاضة المراهق، مضايقته، انتقاده..... وعندما يعاقبه الآباء أو المدرسين، أو عندما يرفض إعطاء حقوقا يعتبرها خاصة به، أو عندما يعامل كطفل أو لتدخل الآخرين في أموره. (سعدية محمد بهادر، 1980 - ص.85-90)

ج- الغيرة:

هي رد فعل انفعالي ينشأ من غضب، ويكون مثيره في الأصل اجتماعي وتحدث الغيرة في مرحلة المراهقة، عندما يبدأ الاهتمام بالجنس الآخر في النمو ويصل إلى أعظم قدرة في شدته عندما يركز المراهق حبه على فرد واحد. وما نلاحظه خلال مرحلة المراهقة اتجاهه نحو الثبات الانفعالي، كما يلاحظ النزوع نحو المثالية وتمجيد الأبطال والشغف بهم، وتتبلور بعض العواطف الشخصية مثل الاعتزاز بالنفس والعناية بالمظهر، وطريقة الكلام، وتتكون عواطف نحو الجماليات مثل حب الطبيعة، وقد يقع المراهق في الحب، ويعتبر الوقوع في الحب مركبا من عدة دوافع مثل: التسامح، الغضب، البهجة، والخوف.

1-3-4-النمو النفسي:

في هذه المرحلة يلاحظ تعاقب مراحل من الإثارة النفسية ومن الإحباط النفسي ، وحيث يظهر غالبا اهتمامات مجردة ومثالية ودينية، ومن ناحية أخرى يعتبر بعض الباحثين المراهقة سن الإيمان العفوي وسن الدقة والفضول، ويمكن أن تسيطر الأفكار على العقل "المفاهيم الإنسانية وعشق المجردات" كما أن المراهقة تعتبر من أعجب المراحل من الناحية النفسية، حيث أن الرغبة في التقرب من الجنس الآخر دونما تفكير في حصرها في شخص واحد معين، تزداد تحت سلطة الحاجة المتزايدة فتتولد الاهتمامات الدينية على العكس من الارتباك الداخلي و الحاجة إلى العون، تلك الحاجة التي تدخل في صراع مع المتطلبات أو المطالب المتزايدة للعقل والنفس. (فؤاد البهي السيد، 1997، ص272)

بدرجة القبول التي تكون لهم في جماعة الأقران، ولذلك فهم يرغبون في تحسينها، كما أن قبول المراهق لجماعته أو رفضه يلعب دورا هاما في اتجاهه وسلوكه، وعموما فإن العلاقات الاجتماعية للمراهقين تكون أكثر تعقيدا أو تشييعا عند الأطفال الصغار.

ومن بين العوامل التي تؤثر في النمو الاجتماعي للمراهق، يمكن أن نذكر في هذا الإطار الاستعدادات الخاصة مثل الطبع، إضافة إلى اتجاهات الوالدين والبيئة المباشرة والأسرة ومستواها الاجتماعي والاقتصادي، ورأي الرفاق ومفهوم الذات وتطلعاتها، والمدرسة ومطلبها والنضج الجسمي والانفعالي، تلعب دورها هي الأخرى في تفعيل الحياة الاجتماعية للمراهق، يضاف إلى ذلك جو الأسرة " ديمقراطي، فوضوي، دكتاتوري " والتجارب الاجتماعية الأولية مثل علاقة المراهق بوالديه عندما كان بعد طفلا.

1-3-5- النمو الاجتماعي:

ينمو في بداية مرحلة المراهقة " القدرة الاجتماعية " لإدراك شعور الآخرين والغريب لأنه لا توجد سمة أو خاصية سلوكية واحدة تؤدي للقبول، وكذلك لا توجد صفة أو سمة أو نمط سلوكي واحد يبعد المراهق عن أقرانه، ومعظم المراهقين لا يكونون راضين.

أوفي نهاية هذه المرحلة وبدايتها، نلاحظ السعي الأكثر لتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي ونمو القيم، نتيجة التفاعل مع البيئة الاجتماعية وتغيير الاتجاهات وتنامي الميل للاستقلال عن الأسرة والتحرر من سلطتها، والاعتماد على النفس "القطام الجماعي وهذا أمر ضروري لنضج المراهق. (عبد الغني الدبدي، 1995، ص 76.75)

ولقد أكدت العديد من الدراسات ظلال الشك التي قد تتبناها حول أهمية الأسرة في تشكيل وتطور النمو الاجتماعي عند أبنائها، فالأسرة هي الوحدة الاجتماعية الأولى التي ينشأ فيها الطفل ويتعامل مع أعضائها وهي الحضن الاجتماعي.

فعند إشباع حاجات المراهق التي تساعده على التقدم إلى مراحل النمو الاجتماعي " فبالتالي، الحرمان مع عدم الإشباع يؤدي لعدم الأمن والإحباط، مما يساعد على نمو الشعور العدائي للعالم من حوله، و يصبح مراهق غير سوي بل ويستجيب في رشده استجابات مرضية تتخذ صوراً متعددة أمام الانسحاب عن العالم والسلبية وإما بالعنف والعدوان الخ

وهذا يعتبر نتاج لما تعرضوا له في حياتهم الأولى داخل الأسرة حيث يقول "مصطفى زيور" (إنه لا يوجد في حقيقة الأمر أطفال مشكلون وإنما هناك آباء مشكلون فحسب.....) وفاقد القدرة على النمو الاجتماعي يميلون إلى اتخاذ مواقف غير سوية عدائية، كما يميلون إلى استغلال الآخرين وإلى إلحاق الضرر بهم، فقد حدث فشل وتعطل في نموهم الاجتماعي في إقامة علاقة اجتماعية سوية نتيجة للاتجاهات السلبية نحو المجتمع، التي يحملونها من طفولتهم بسبب النبذ، الانفصال والتصدع داخل أسرهم المريضة التي عاشوا في ظلها وهناك مبدأ وصل إليه العديد من العلماء على أن الآباء السعداء يخرجون أبناء سعداء وهذا نسيمه الوراثة السيكلوجية. (سهير كامل أحمد، 1999، ص 262.259)

1-4- طبيعة المراهقة:

تتميز بداية المراهقة بحدوث تغيرات بيولوجية عند البنات والأولاد، فمن الوجة النفسية تضم الأفراد الذين أنهم أو اجتازوا مرحلة الطفولة، ومن جهة نظر علماء الاجتماع فهي تضم الأفراد الذين يحاولون اجتياز الفجوة بين المرحلتين-مرحلة الطفولة ومرحلة الرشد- وهي مرحلة تمثل الاستقلال والاكتفاء بالذات وإبراز خواصها.

وتعتبر الطفولة في نظرهم المرحلة التي يتحمل فيها المجتمع وخاصة الأسرة المسؤولية الكاملة اتجاه الطفل وتلبية متطلباته وإعالته وتوجيهه بينما تتمثل مرحلة الرشد في كون الفرد قادرا على أن يستقل عن أسرته ماديا ومعنويا ويستطيع أن يتخذ قراراته بنفسه وعلى أن يتحمل تبعه ما يصدر عنه من قرارات واختيارات، وهنا يمكن القول أن مرحلة المراهقة هي المرحلة التي يجتاز فيها الفرد الجسر الذي يربط الطفولة بالرشد، فهي واحدة من فترات الانتقال بين السلطة و التعقيد فالمراهق غالبا ما يكون في وضع غامض مبهم، وقد لا يعرف مركزه وما هي الأدوار التي يتحتم عليه القيام بها فيؤمر به أو يفرض عليه من مواقف حياته، وقد يشهد استجابات متعارضة ومتناقضة لما يؤتية أو يصدر عنه من تصرفات وأفعال، فالمراهقة تعتبر مرحلة غامضة في حياة الفرد تتداخل فيها الأدوار التي يعيشها، ولابد أن يشرع الآباء عندها وبعدها بالتخفيف من حدة سيطرتهم على أبنائهم، وأهمية هذه المرحلة تعتمد على الظروف الاجتماعية السائدة، وقد يطول أمدها أو يقصر. وفي هذا المجتمع أو ذاك وقد تتحول هذه الفترة إلى أزمة اجتماعية يعيشها المراهق ويواجه فيها مصاعب وتحديات توافقية يتحتم التغلب عليها واجتيازها بنجاح. (إبراهيم فشوش، ص05).

1-5- المراهق وممارسة الرياضة:

يعيش التلميذ في مرحلة المراهقة تغيرات كبيرة على المستويين السيكولوجي و الفيزيولوجي حيث يلجا المراهق إلى إشباع رغباته وغرائزه والى تحقيق متطلباته الأساسية ففي هذه المرحلة يتصف المراهق بصراع نفسي حاد ويميل إلى التفكير في المشاكل المحيطة، ويجد التلميذ الملجأ الوحيد لتفريغ كل مكبوتاته وتحقيق ذاته عن طريق حصة التربية البدنية والرياضة التي تعتبر بالنسبة للتلميذ الفضاء الواسع الذي يعبر فيه عن مشاعره ويفرغ كل مكبوتاته أو على الأقل إلى حد كبير وذلك بفضل حصة التربية البدنية والرياضة، التي تعلمه أيضا بناء علاقات اجتماعية جديدة تساعده على التكيف زيادة على ذلك الاضطرابات الحركية والجسمية التي يعيشها المراهق فالملاحظ إن هناك اضطرابات سلوكية واجتماعية تميز هذه الفترة وفي هذا الصدد يشير الدكتور بن عكي إن الشخصية السوية - التي النشاط البدني والرياضي إلى

تحسينها عند الشباب -تمكنهم من التكيف والتأقلم ومواجهة المصاعب التي يتعرضون لها في مهنتهم المستقبلية، خاصة التي تتطلب إيجاد تغييرات لسلوكهم العاطفي ويؤكد جون بلاف لاسال : انه من الناحية النظرية، فان أهمية الرياضة كوسيلة لوضع حد لعدم التكيف بالنسبة للنجاح كانت نتائجها الايجابية مستقرة منذ مدة لكن هذه النظرة لا تزال تبحث عن متغيرات وأبحاث علمية تبين لنا هذا الاتجاه وتضع حدا لعدم التكيف الحاصل لدى الجانحين ويضيف قائلاً من حسن ممارسة الرياضة يشكل عام من خلال اعتبارها كتهيئة للفرد الجانح إلى مختلف الأنشطة الاجتماعية.

ويقول الدكتور عبد الرحمان عدس إن فائدة الأنشطة التي يمارسها المراهق ضمن أوقات محددة وضمن حدود مرسومة ومخطط لها هي أنها توفر له ما يشعر به كيانه وهويته كلما قل احتمال إقباله على ممارسة سلوك يتعرض فيه للخطر من اجل أن يثبت كيانه أو يحقق ذاته، ويعزز هويته الشخصية، فهو ليس في حاجة في هذه الحالة لإثبات ذلك عن طريق المخاطرة والمغامرة والقيام بتصرفات من اجل إثبات ذلك فحسب. (محمود عوض بسيوني وفیصل ياسين الشاطي، 1992، ص94)

خاتمة:

مما سبق يمكن القول إن المراهقة هي فترة من حياة الفرد تمتاز بعدة تغييرات جسمية، عقلية، انفعالية واجتماعية تستمر لزمان محدد، وقد انتق العلماء على أنها تمتد من البلوغ إلى الرشد، وهذه التغييرات تؤثر على سلوك المراهق واتجاهاته، وطريقة تفكيره وأراءه في الحياة فربما يكون متكيفا مع محيطه وأسرته أو ينحرف عنها فيصبح عدوانيا كارها للناس وللمجتمع الذي يعيش فيه، ولتقادي هذا لابد من توفير كل ما يحتاج إليه ليتخطى هذه المرحلة بسلام، ويكون علاقات صحيحة في مرحلة الرشد، كما يجب أن نساندهم في حل مشاكلهم وهذا بإعطائهم النصائح والإرشادات، وان يتفهم هذه المرحلة ومتطلباتها والصراعات التي تحدث للمراهق لأنها تؤثر في المراحل اللاحقة لها، كذلك يجب على الآباء والمعلمين أن يخلقوا جوا من الثقة والتفاهم بينهم وبين أبنائهم وتلامذتهم كذلك احترام رغبتهم في التحرر والاستقلال لكن مع بعض التوجيهات والنصائح والرعاية المناسبة كفيلة لتجعل المراهق يعيش في اتزان نفسي واطمئنان كلي.

وفي الأخير وكنتيجة لما تم ذكره نستخلص أن الاتجاهات النفسية تعد أحد المواضيع الهامة التي لقيت اهتماما خاصا لدلى أغلب علماء النفس ويمكن القول إن دراسة الاتجاهات ساعدت في معرفة الجوانب المختلفة والخبيا لدى الرياضيين وهذا ما ساعد على تخطي العديد من المشاكل التي تحيط بالفرد وقد قام العديد من العلماء بإنجاز بحوث ودراسات علمية معمقة في هذا الجانب.

إن الاتجاهات النفسية مرتبطة ارتباطا وثيقا بمرحلة هامة من حياة الفرد وهي مرحلة المراهقة، فالتغيرات الجسدية والنفسية التي تحدث في هذه المرحلة تؤثر حتما في اتجاهات الفرد نحو مختلف جوانب الحياة ولعل التربية البدنية والرياضية تعد جانب مهم جدا في هذه المرحلة خصوصا وتزامنها مع المستوى الدراسي الثانوي، كل هذه العلاقات و الارتباطات المعقدة بين كل من الاتجاهات النفسية، التربية البدنية والمراهقة صعبت على العلماء و الباحثين تحديد الاتجاهات الصحيحة لدى الفرد المراهق وألزمنا على القيام بدراسات معمقة واستخدام طرق قياس مختلفة.

وفي ظل كل ما ذكر يمكن القول إن موضوع الاتجاهات النفسية يشكل حجر الزاوية في عملية الممارسة الفعلية لأي فعالية كانت بما في ذلك النشاط البدني الرياضي، كما يساعد المتغير نحو الاتجاهات النفسية الفرد المراهق في تحقيق وإثبات ذاته وهذا من خلال حصة التربية البدنية والرياضية التي تعتبر ميدانا له لممارسة هذه الاتجاهات.

الفصل الثاني

الدراسات المرتبطة بالبحث

لقد اهتم الباحثون بدراسة الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي بمقاييس عديدة أخذت من بعض العلماء الأجانب، ومقاييس أخرى قام أصحابها ببنائها واختبار صدقها وثباتها على البيئة العربية (الجزائر، مصر، السعودية، الكويت.... الخ). ولقد راعينا الاهتمام بالاتجاهات لدى بعض الدراسات العربية والأجنبية التي استخدمت مقياس "جيرالد كينيون" (Gerald Kenyon) كوسيلة لقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني وأعد صورته للعربية "محمد حسن علاوي" حيث استخدمنا مقياس كينيون كأداة لقياس الاتجاه لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لمختلف ثانويات ولاية البويرة نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية.

- الدراسات السابقة والمشابهة:

2-1-الدراسات السابقة:

2-1-1-دراسة بغانم عمر وشوط نور الدين 2015/2014:

-العنوان: الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البنوية والرياضية عند المراهقين.

-المكان: جامعة عبد الحميد ابن باديس.

-المشكلة : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط والثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

-أهداف الدراسة:

-دراسة طبيعة الاتجاهات لدى الطورين الأساسي والثانوي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

-إبراز أهمية التربية البدنية والرياضية.

-إبراز أهمية مرحلة المراهقة والتعرف على خصائص هذه المرحلة ومميزاتها.

-التعرف على اتجاهات التلاميذ النفسية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

-الفرضيات:

-الفرضية العامة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط والسنة الثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

-الفرضيات الجزئية:

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط والسنة الثالثة ثانوي-ذكور نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط والسنة الثالثة ثانوي-إناث نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

-منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

-عينة الدراسة: 60 تلميذا من الطور المتوسط و60 تلميذا من الطور الثانوي.

-أدوات الدراسة: استخدم في هذه الدراسة مقياس تشارلز دنجتون لقياس الاتجاهات النفسية وعدله للصورة العربية محمد حسن علاوي.

-أهم النتائج المتوصل إليها:

- هنالك اختلاف في الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط والطور الثانوي.
- صحة الفرضيات التي وضعناها سابقا حيث تبين لنا أنها توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات تلاميذ الرابعة متوسط والثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.
- أن هنالك تطور كبير في اتجاهات تلميذات الطورين المتوسط والثانوي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية رغم الأفكار السائدة داخل المجتمع إلا أنها تبقى نتائج إيجابية قابلة للتحسين والتطور إذا وجدت الدعم.

2-1-2-دراسة دراسة أسامة صالحى 2012:

-العنوان: الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي وعلاقتها بتطور الهوية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

-المكان: معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة.

-المشكلة: هل هنالك علاقة ارتباطية بين الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي وتطور الهوية لدى تلاميذ الطور الثانوي بثانوية الشهيد قايد السعيد.

-أهداف الدراسة :

-الكشف عن العلاقة بين الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي وتمكن التلميذ من اختيار المهنة أو التخصص المناسب.

-الكشف عن العلاقة بين الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي وتمكن التلميذ من تكوين علاقات صداقة مناسبة.

-الكشف عن العلاقة بين الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي وتمكن التلميذ من تكوين فلسفة أسلوب حياة خاصة به.

-منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

-عينة الدراسة: بلغت 326 تلميذ من أصل 1033.

-أدوات الدراسة:

-مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي.

-مقياس تطور الهوية.

-الخصائص السيكو مترية للأداة الصدق، الثبات.

-الأساليب الإحصائية.

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-أن هنالك علاقة ارتباطية موجبة بين الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي وتمكن التلميذ من اختيار المهنة أو التخصص المناسب وهي دالة إحصائية عند المستوى (0.01).

-أن هنالك علاقة ارتباطية موجبة بين الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي وتمكن التلميذ من تكوين معتقدات دينية صحيحة وهي دالة إحصائية عند المستوى (0.01).

-أن هنالك علاقة ارتباطية بين الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي وتمكن التلميذ من تكوين علاقات صداقة مناسبة وهي دالة إحصائية عند المستوى (0.01).

-أن هنالك علاقة ارتباطية بين الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي وتمكن التلميذ من تكوين علاقات متوافقة مع الأسرة وهي دالة إحصائية عند المستوى (0.01).

-أن هنالك علاقة ارتباطية موجبة بين الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي وتمكن التلميذ من تكوين فلسفة أسلوب حياة خاصة به وهي دالة إحصائية عند المستوى (0.01).

2-1-3-دراسة د. عابسة نجيب:

-العنوان: اتجاهات طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية نحو ممارسة النشاطات البدنية والرياضية.

-المكان: معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة قاصدي مرباح بورقلة.

-المشكلة: ما طبيعة اتجاهات طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.

-أهداف الدراسة: هدفت الدراسة الى معرفة ما يلي:

-الإحاطة الشاملة بأهم الظروف والعوامل التي تدفع الطالب نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

-فهم الأبعاد الحس حركية والنفسية والانفعالية والعلاقة التي تحفز الطالب على ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.

-معرفة علاقة تحصيل الطالب لأعلى نقاط والأهداف التربوية عموماً بالشغف الموجود لدى الطالب الجامعي في هذه المرحلة من العمر بممارسة النشاط الرياضي.

-التركيز على الجوانب الجماعية والعاطفية كخصائص الطالب عند ممارسة الألعاب الرياضية.

-إبراز القدرات الحركية والمهارية للطالب.

التعرف على أهم الجوانب الإيجابية التي توطد الروابط بين الطالب وحثهم على تقديم المزيد والأفضل وجاءت أهم الجوانب كالتالي:

-لا وجود لفروق دالة بين الجنسين (الذكور والاناث) في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي في أبعاده ما عدا في البعد كخبرة توتر والمخاطرة وهذا سبب بلوغ الفتاة مستوى مهاري وحس حركي يسمح لها بمجرات الذكور.

-لا توجد فروق دالة في المستوى بين طلبة السنة الأولى والسنة الثانية في الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي في أبعاده الستة.

-امتلاك طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية اتجاه إيجابي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي بغض النظر عن الجنس أو المستوى أو حتى السن.

-الفرضيات:

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تبعا للجنس.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تبعا للمستوى الدراسي.

-يتجه طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي إيجابيا.

-منهج الدراسة: اتبع في الدراسة المنهج الوصفي التحليلي.

-عينة الدراسة: شملت 100 طالبا يمثلون مستويين الأولى والثانية ليسانس.

-أدوات الدراسة: استخدم مقياس كينيون للاتجاهات.

أهم النتائج المتوصل إليها:

-لا وجود لفروق دالة بين الجنسين (الذكور و الإناث) في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني و الرياضي في أبعاده ، ماعدا في البعد كخبرة توتر و مخاطرة و هذا بسبب بلوغ الفتاة مستوى مهاري و حس-حركي يسمح لها بمجارة الذكور ، و دليل على تأكيد من الأنثى بقدرتها على محو الصور النمطية الشائعة عن العنصر الأنثوي (الاحتواء و الخجل...) بينما يبقى تفوق الذكور في البعد المذكور سابقا يكمن في توفر لديهم دافع التحدي كون الخصائص الفسيولوجية و المورفولوجية عند الذكر تسمح له و تأهله للقيام بأعقد و أصعب الحركات خاصة في نشاطات كرة القدم و الجمباز.

-لا توجد فروق دالة في المستوى بين طلبة السنة الأولى و السنة الثانية في الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني و الرياضي في أبعاده الستة و هذا يبين مستوى الحرص من طرف الطلبة على التحلي بالشخصية و زيادة الرغبة و المحفزات نحو النشاط الدؤوب و المتواصل و الإبداع ، و هذا الأمر جاء وليد الاحتكاك المستمر و التنافس خلال الأداء ، لأن الغاية الأساسية من حصة التربية البدنية و الرياضية هو تحقيق الفاعلية القصوى لنشاط الأجهزة العضوية و الوظيفية مما يمكن الأستاذ من وضع خطة دقيقة مراعيها المتطلبات الأساسية للطالب.

-امتلاك طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية اتجاه إيجابي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي بغض النظر عن المستوى والجنس أو حتى السن مع أن هذا الأخير لم يؤخذ كمتغير للدراسة الأمر الذي يستدعي من الجهات الوصية توفير كامل الوسائل والكفاءات البشرية وتسخيرها لصقل المواهب مادام هناك تجاوب كبير من طرف الطلبة.

2-1-4-دراسة حاشي بلخير 2007/2008 :

-العنوان: اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو القوة الاجتماعية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

-أهداف الدراسة:

-إبراز الاتجاهات التي يعتمد عليها تلاميذ المرحلة الثانوية نحو القوة الاجتماعية من خلال ممارسة الأنشطة البدنية داخل حصة التربية البدنية والرياضية.

--توضيح مفهوم القوة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.

-منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

-عينة الدراسة: شملت العينة 180 تلميذ من المرحلة الثانوية من كلا الجنسين.

-أدوات الدراسة: المتوسط الحسابي-الانحراف المعياري-معامل الثبات (ألفا كرومباخ).

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-توجه تلاميذ المرحلة الثانوية نحو القوة الاجتماعية لتحقيق ذاتهم من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي، وكذلك تحقيق المكانة الاجتماعية والاحترام في وسطه المدرسي والاجتماعي.

-بينت الدراسة أن أوجه النشاط البدني الرياضي تعتبر مصدرا لامتلاك القوة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية فمفهوم القوة الاجتماعية من طرف التلاميذ يدفعهم إلى تحقيق ذاتهم.

-تبين للباحث أهمية دراسة الاتجاهات كموضوع حيوي في معرفة طبيعة ونوعية الاتجاه عند الفرد نحو ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية وكذا معرفة الدوافع والرغبات لديهم.

2-1-5-دراسة ربوح صالح 2012/2013:

-العنوان: الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

-المكان: معهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله-زرالدة-

-المشكلة: هل هنالك علاقة ارتباطية بين اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وتوافقهم النفسي الاجتماعي

-أهداف الدراسة:

-إبراز العلاقات الارتباطية بين كل من أبعاد الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي والتوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية وفق مجموعة من التغيرات المتعلقة بالجنس والمستوى الدراسي.

-التعريف بأهمية ومزايا الاتجاهات العلمية نحو النشاط البدني الرياضي ذات الأغراض الاجتماعية لتحقيق الأهداف التربوية أثناء الممارسة الرياضية.

-معرفة طبيعة الاتجاهات المميزة لهته المرحلة العمرية في الطور الثانوي وكذلك بالنسبة للتوافق النفسي الاجتماعي.

-الكشف عن الفروق في درجة التوافق العام (النفسي الاجتماعي) والتي تولدها البيئة الجغرافية من خلال تحليلها وفق المناطق الدراسية لمجموعة التلاميذ العينة الدراسية.

-الفرضيات:

-توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين أبعاد اتجاهات المراهقين نحو النشاط البدني الرياضي في المرحلة الثانوية ودرجة توافقهم النفسي الاجتماعي.

-هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين أبعاد اتجاهات المراهقين نحو النشاط البدني الرياضي في المرحلة الثانوية والتوافق النفسي الاجتماعي حسب متغير الجنس (ذكور-إناث).

-هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين أبعاد اتجاهات المراهقين نحو النشاط البدني الرياضي في المرحلة الثانوية والتوافق النفسي الاجتماعي حسب متغير المستوى الدراسي (سنة ثالثة-سنة أولى).

-توجد فروق دالة احصائيا بين تلاميذ المناطق الأربعة في الدرجة الكلية للتوافق النفسي الاجتماعي.

-منهج الدراسة: المنهج الوصفي الارتباطي.

-عينة الدراسة: شملت 100 تلميذ وتلميذة في المستويين الأول والثالث.

-أدوات الدراسة: مقياس كينيون للاتجاهات-الإطار المرجعي لمقياس الاتجاهات.

-أهم النتائج المتوصل إليها:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية نحو النشاط البدني الرياضي ودرجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعد النشاط البدني للصحة واللياقة نحو النشاط البدني الرياضي ودرجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعد النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة نحو النشاط البدني الرياضي ودرجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعد النشاط البدني كخبرة جمالية نحو النشاط البدني الرياضي ودرجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعد النشاط البدني لخفض التوتر نحو النشاط البدني الرياضي ودرجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعد النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي نحو النشاط البدني الرياضي ودرجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

2-1-6- دراسة يوسف حرشاوي رسالة دكتوراه بجامعة الجزائر 2004/2005:

-العنوان: الاتجاهات النفسية الطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ الطور الثانوي (15 إلى 18 سنة)

-المكان: شملت الدراسة التلاميذ المتمدرسين بالمناطق الجغرافية الثلاث (الساحل، الهضاب، الصحراء)

-العينة: شملت الدراسة عينة قوامها 1596 تلميذ و399 تلميذة.

-أهداف الدراسة:

- معرفة طبيعة اتجاهات التلاميذ ذكورا وإناثا نحو ممارسة النشاط البدني في المناطق (الساحلية، الهضاب، الصحراء).
- مقارنة طبيعة أبعاد الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني للتلاميذ بين المناطق (الساحلية، الهضاب، الصحراء).

-تحديد طبيعة التباين في درجات الاتجاه نحو النشاط البدني بين المناطق (الساحلية، الهضاب، الصحراء).

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-اتجاهات الاناث في المناطق الثلاثة (الساحلية، الهضاب، الصحراء) إيجابية نحو النشاط البدني.

-وجود تباين في اتجاهات الاناث حسب المناطق لصالح اناث الساحل.

-الاتجاهات نحو النشاط البدني تتأثر بالعوامل الاجتماعية والثقافية والبيئية.

2-2-الدراسات المشابهة:

2-2-1-دراسة قدور بن شريف الشارف وعبد الله بن شريف سفيان:

-العنوان: الاتجاهات النفسية لطلبة التكوين المهني نحو ممارسة النشاط الرياضي.

-أهداف الدراسة:

-تحديد طبيعة اتجاهات طلبة التكوين المهني نحو ممارسة النشاط الرياضي.

-المقارنة بين اتجاهات الذكور والإناث نحو ممارسة النشاط الرياضي في مراكز التكوين المهني.

-فرضيات الدراسة:

-اتجاهات طلبة مراكز التكوين المهني نحو ممارسة النشاط الرياضي إيجابية.

-توجد فروق بين الذكور والإناث نحو ممارسة التربية البدنية.

-منهج الدراسة: وصفي مسحي.

-عينة الدراسة: شملت 140 طالب من مراكز تكوين مستغانم.

-أدوات الدراسة: مقياس كينيون للاتجاهات.

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-اتجاهات طلبة التكوين المهني نحو ممارسة النشاط الرياضي إيجابية في كل الأبعاد.

2-2-2-دراسة ليلي سيد عبد السلام 1979:

-العنوان: اتجاهات الفتاة المصرية نحو التربية الرياضية مفهوما ومهنة.

-المكان: دولة مصر.

-أهداف الدراسة:

-التعرف على اتجاهات الفتاة المصرية نحو مفاهيم التربية الرياضية والمجالات التي تتيح مهنة التربية الرياضية.

-منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

-عينة الدراسة: إحداهما أساسية من طالبات المرحلة الثانوية العامة قوامها (974) طالبة وأخرى مرجعية من طالبات السنة النهائية بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة قوامها (100) طالبة.

-أدوات الدراسة: تم تطبيق مقياسين من وضع الباحثة إحداهما لقياس الاتجاه نحو مهنة التربية الرياضية والآخر لقياس الاتجاه نحو مفهوم التربية الرياضية.

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-احتل المفهوم البدني الأهمية الأولى لدى طالبات الثانوية العامة وعدم وجود ارتباط بين اتجاهات الطالبات نحو التربية الرياضية كمفهوم من ناحية ومهنة من ناحية أخرى.

2-2-3-دراسة محمود إسماعيل طلبة إبراهيم:

-العنوان: دراسة مقارنة في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية بمدينة مينا بمصر.

-المكان: دولة مصر.

-أهداف الدراسة:

-التعرف على الفروق في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية بمدينة مينا بمصر.

-منهج الدراسة: المنهج الوصفي المسحي.

-عينة الدراسة: شملت 400 تلميذ وتلميذة ممثلة في الصفوف الثلاث.

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لصالح التلاميذ في درجة المقياس الكلية.

-لم تتأثر اتجاهات التلميذات بتقاليد وعادات مجتمع مينا حيث ظهرت اتجاهات كل من التلاميذ والتلميذات نحو النشاط الرياضي إيجابية وأن اتجاهات التلاميذ أكبر إيجابية من التلميذات.

2-2-4-دراسة محمد عبد الله الحماحي 1976:

-العنوان: مفهوم التربية الرياضية بالمدارس الثانوية بمحافظة القاهرة.

-المكان: دولة مصر.

-أهداف الدراسة:

-التعرف على نوعية مفاهيم التربية الرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي العام بمحافظة القاهرة.

-منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

-عينة الدراسة: شملت 166 تلميذا قسمت إلى ممارسين للنشاط الرياضي وغير ممارسين للنشاط الرياضي.

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-أن مفهوم التربية الرياضية واضح ومدرك لدى تلاميذ هذه المرحلة.

2-2-5-دراسة عزيزة محمود محمد سالم 1977:

-العنوان: الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي.

-المكان: دولة مصر.

-أهداف الدراسة:

-التعرف على الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي.

-منهج الدراسة: المنهج الوصفي المسحي.

-عينة الدراسة: شملت 460 تلميذة من تلميذات الصف الثاني من المدارس الثانوية العامة بمحافظة القاهرة والجيزة.

-أدوات الدراسة: مقياس كينيون للاتجاهات وإنشاء مقياس للتمايز السيمانتى.

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-أن العينة الكلية لديها اتجاهات إيجابية نحو أبعاد المقياس بوجه عام.

-توجد فروق معنوية بين الرياضيات وغير الرياضيات لصالح الرياضيات.

2-2-6-دراسة صديقة على أحمد يوسف:

-العنوان: اتجاهات الطلبة والطالبات والمسؤولين نحو النشاط الرياضي في جامعة عين الشمس.

-المكان: دولة مصر.

-أهداف الدراسة:

-معرفة اتجاهات الطلبة نحو النشاط الرياضي في الجامعة.

-معرفة الفروق بين اتجاهات الطلبة والطالبات والمسؤولين نحو النشاط الرياضي.

-منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

-عينة الدراسة: شملت 100 طالب وطالبة و50 مسؤولاً من جامعة عين الشمس.

-أهم النتائج المتوصل إليها:

-وجود فروق دالة احصائياً في اتجاهاتهم نحو النشاط الرياضي لصالح الطلبة وبين طلبة السنوات الأولى والنهائية لصالح طلبة السنوات الأولى.

*** دراسات أجنبية:****-دراسة ماكلوك 1984:**

قام بالدراسة على تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية لمدينة بلفاست بإيرلندا، وتوصل في الأخير أن الاتجاهات لدى التلاميذ والتلميذات كانت جد إيجابية في أبعاد النشاط الرياضي للصحة واللياقة وكخبرة اجتماعية وكخبرة لخفض التوتر.

-دراسة مونیکا جيل 1979: Monika.Jill

هدفت الدراسة للتعرف على الاتجاهات نحو النشاط البدني لعينة مكونة من 267 طالب وطالبة من كلية التربية الرياضية بجامعة الينوي.

أفادت النتائج أن أفراد العينة الكلية لديهم اتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني كخبرة جمالية بشكل عام وأن اتجاهات الطلاب نحو النشاط البدني كخبرة للصحة و اللياقة و كخبرة جمالية و كخبرة لخفض التوتر جاءت في مقدمة اتجاهاتهم، بينما كانت اتجاهات الطالبات نحو النشاط البدني كخبرة اجتماعية وكخبرة جمالية لخفض التوتر من أكثر اتجاهاتهن إيجابية.

-دراسة ديانا سيلين 1971: Sleen.D

قامت بتطبيق مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط البدني على (57) طالبة جامعية من لاعبات كرة الطائرة وقامت بتقسيمهن إلى ثلاث مجموعات طبقا لمستواهن الفني في اللعبة، وقد أظهرت الدراسة أن هنالك علاقة جوهرية بين المستوى الفني في لعبة الكرة الطائرة وبين الاتجاهات نحو النشاط البدني.

-دراسة جولي سيمون وفرانك سمول 1974: Simion.J-Franc.S

شملت الدراسة تلاميذ وتلميذات المدارس الثانوية بواشنطن، وجاءت الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة اجتماعية في المرتبة الأولى يليها الصحة واللياقة ثم كخبرة جمالية ولخفض التوتر وأخيرا للتفوق الرياضي.

2-3-التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

من خلال الدراسات التي عرضناها والتي تمحورت مواضيعها حول الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط الرياضي التربوي، تمكنا من ملاحظة ما يلي:

-أوجه التشابه:

- أغلب نتائج هذه الدراسات كانت ايجابية بالنسبة لفروض الدراسة وأهدافها.
- أغلب الدراسات استعملت المنهج الوصفي وهذا لتلاؤمه مع موضوع الدراسة.
- أغلب الدراسات أظهرت نفس النتائج تقريبا إذ توصلت معظمها أن التلاميذ يتمتعون بدرجة عالية من الاتجاهات النفسية الإيجابية نحو النشاط الرياضي التربوي وبدرجات متفاوتة على اختلاف جنسهم بين ذكور وإناث.

-أوجه الاختلاف:

- اختلفت أدوات البحث من دراسة إلى أخرى من بين استخدام مقاييس تم استخدامها من قبل وتطبيقها وبين تصميم المقاييس جديدة عن طريق الخبراء والمحكمين وإيجاد الصدق والثبات بها باستخدام الوسائل العلمية المختلفة.
 - اختلفت الدراسات السابقة من حيث نوعية (الجنس) عينة البحث فقد اشتملت العينة على الجنسين (الذكور والإناث).
 - اختلفت أيضا الدراسات السابقة في عينة البحث من حيث المراحل الدراسية فقد اشتملت على مرحلة التعليم المتوسط والمرحلة الثانوية ومرحلة التعليم الجامعي.
 - اختلفت أيضا الدراسات السابقة من حيث موضوع الدراسة فمنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم ومهنة ومنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم فقط ومنهم من اكتفى بتناول جزء التمرينات في درس التربية الرياضية.
- مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:**

- وفي ظل كل ما سبق يمكن القول إن هنالك اختلاف بين بحثنا الحالي والدراسات السابقة ويمكننا حصر هذه الاختلافات فيما يلي:
- تناول البحث الحالي اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية بصفة عامة واتجاهات التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين للنشاط الرياضي بصفة خاصة.
- اهتم الباحث بتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي لأنها تتميز بأنها مرحلة انتقالية ينتقل فيها التلميذ من المرافقة إلى مرحلة الشباب.
- كما اختار الباحث هذه المرحلة لأنها ستكون محصلة لسنين طويلة من الدراسة والتعامل مع برامج ومناهج التربية الرياضية المدرسية مما يجعله قادرا على تحديد اتجاهاته وآراؤه نحو موضوع البحث أو أي موضوع آخر.

-نظرا لزيادة معدلات التطور والتقدم والاختراعات الحادثة يرى الباحث أنه لابد من تطبيق هذا البحث وإن تشابه مع البحوث والدراسات الأخرى في بعض الجزئيات وكذلك للتأكيد على ضرورة معرفة اتجاهات الأفراد نحو مفهوم التربية الرياضية وأهمية ممارسة النشاط الرياضي في حياتهم وتعديل المفاهيم الخاطئة أو تزويدهم بالتوعية بالمفاهيم الصحيحة.

من خلال تطرقنا لأهم الدراسات السابقة والتي تناولت موضوع الاتجاهات النفسية وعلى الرغم من قلتها في العالم العربي عموماً وفي الجزائر خصوصاً، لاحظنا التشابه الكبير في النتائج وكذا في مقاييس الدراسات، وبدورنا نحن جاءت هذه الدراسة لمحاولة تنمية وتطوير هذا الجانب المتعلق بالاتجاهات النفسية ومحاولة سد بعض الثغرات خصوصاً مع تقدم العصر والتكنولوجيا الحديثة في المجال الرياضي.

الجانب التطبيقي

الدراسة الميدانية

للبحث

الفصل الثالث

منهجية البحث و

اجراءاته الميدانية

تمهيد:

لكي يتسنى لأي باحث بلوغ أهداف الدراسة لابد أن يتم ذلك وفق منهج سليم وبناء قوي وفي هذه الدراسة اعتمد الباحث منهجية تسهل عليه ترتيب وتنظيم وإبراز أهمية كل جانب من جوانب الدراسة معتمداً في ذلك على طرق اتبعها العديد من الباحثين في ميدان علم النفس، علم النفس الرياضي وأيضاً علم النفس التربوي.

3-1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحياتها وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية، وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني وتهدف لقياس مستوى الصدق والثبات الذي تتمتع به الأداة المستخدمة في الدراسة الميدانية. (محي الدين مختار، 1995، ص91)

-الغرض منها:

-التأكد من ملاءمة أداة البحث للعينة وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية:

أ-التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس المستخدم (الصدق والثبات)

ب-التأكد من وضوح التعليمات.

ج-المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، وبالتالي تقادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنها أن تواجهها. (كمال محمد المغربي، 2002، ص52)

3-2- الدراسة الأساسية:**3-2-1- المنهج:**

يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه. (Maurice Angers 1996-P58)

وبالتالي فالمنهج ضروري للبحث إذ هو الذي ينيير الطريق ويساعد الباحث في ضبط أبعاد ومساعي وأسئلة وفروض البحث. (Jean Claude 1996-p.09)

ونهجت الدراسة الحالية المنهج الوصفي، وهذا لملائمته لطبيعة موضوع الدراسة ونوع المشكل المطروح، بالإضافة إلى ذلك فالمنهج الوصفي يعتبر من المناهج الأكثر استعمالاً في البحوث الوصفية وتلاؤمه مع مشكلة بحثنا.

و المنهج الوصفي يهدف إلى وصف ما هو كائن و يهتم بتحديد الظروف و العلاقات التي توحد بين الوقائع و لا يقتصر على جمع البيانات و تبويبها بل يمضي إلى ما هو أبعد من ذلك، لأن الوقوف عند ما هو حاصل لا يشكل ما هو جوهر البحث الوصفي، كما أن عملية البحث لا تكتمل حتى تنظم هذه البيانات و تحلل و تستخرج منها الاستنتاجات ذات الدلالات بالنسبة للمشكلة المطروحة، إذ يكتسي المنهج الوصفي أهمية كبيرة في العلوم السلوكية و خصوصاً أثناء دراسة مواضيع محددة كما هو الشأن في دراستنا الحالية ذلك أن الدراسات الوصفية تستهدف تقويم موقف يغلب عليه التحديد. (كمال محمد المغربي، 2002، ص51)

وفي الدراسة الحالية فإننا وحسب ها التعريف نحاول جمع وتلخيص الحقائق الحاضرة المرتبطة بالاتجاهات النفسية لتلاميذ المرحلة الثانوية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية، وبالنظر إلى إجراءات المنهج الوصفي الذي يتضمن الملاحظة، الاستقصاء، التحليل والتفسير، فإننا نجدها تتناسب مع الأهداف المحددة لهذه الدراسة.

ولهذا فإن استخدام المنهج الوصفي سيمكننا من استقضاء الحقائق والوقوف على وقع الاتجاهات النفسية لتلاميذ المرحلة الثانوية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية.

3-2-2-متغيرات البحث: وتشمل:

أ-المتغير المستقل:

يعرف على أنه المتغير الذي يؤثر على نتائج التجربة. (فريد أبو زينة وآخرون، 2006، ص27)

ويتمثل المتغير المستقل في بحثنا في: الجنس والممارسة.

ب-المتغير التابع:

هو نتيجة المتغير المستقل وفي هذه الدراسة المتغير التابع هو:

الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية.

3-2-3-المجتمع:

هو جميع الأفراد أو الأحداث أو الأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث. (حسن أحمد

الشافعي و سوزان أحمد علي مرسي، 1999، ص45)

وضمن الموضوع المعالج يتجسد مجتمع بحثنا في تلاميذ المرحلة الثانوية.

3-2-4- العينات:

تم اختيار عينة البحث على النحو التالي:

1- عينة التلاميذ الممارسين للنشاط البدني والرياضي:

تم اختيار هذه العينة بالطريقة العشوائية وضمت العينة التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي من كلا الجنسين (ذكور وإناث).

2- عينة التلاميذ غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي:

تم اختيار هذه العينة بطريقة مقصودة، كونها تخص فئة التلاميذ غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي من كلا الجنسين (ذكور وإناث).

3-2-5- مجالات البحث: وتشمل:

أ-المجال البشري: تلاميذ بعض ثانويات ولاية بويرة.

ب-المجال المكاني: بعض ثانويات ولاية بويرة.

ج-المجال الزمني: بعد اختيارنا لموضوع البحث والمصادقة عليه من طرف المعهد، انطلقنا في الدراسة النظرية للموضوع بتاريخ: 25 جانفي 2020 إلى غاية 15 مارس 2020 أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد حدد في الفترة الممتدة من: 03 أبريل 2020 إلى 30 ماي 2020.

(لم تتم الدراسة الميدانية نظرا لغلاق المؤسسات التربوية بسبب الظرف الصحي الإستثنائي الذي يمر به بلدنا و كافة بلدان العالم)

3-2-6- أدوات البحث:

إن أداة البحث هي الوسيلة الوحيدة التي يمكن من خلالها للباحث أن يحل المشكلة وقد استخدمنا في دراستنا هذه ما يلي: مقياس كنيون للاتجاهات.

-وصف مقياس كنيون للاتجاهات:

مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني وضعه في الأصل جيرالد كنيون Gerald Kenyon عام 1968 وأعد صورته إلى العربية د. محمد حسن علاوي وقد تم وضع المقياس على أساس

افتراض النشاط البدني الرياضي يمكن تبسيطه إلى مكونات أكثر تحديدا وأوضح معنى، كما يمكن تقسيمه إلى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا.

وهذه المكونات أو الفئات الفرعية توفر مصادر متعددة وذات فوائد متباينة تختلف من فرد إلى آخر، أي أن النشاط البدني يصبح بهذا المفهوم خبرة تختلف من شخص لآخر وقد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية التي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد. وفي رأي "كنيون" أن الفرد قد يتخذ اتجاها موجبا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية، وقد يتخذ اتجاها سالبا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى.

والاتجاه طبقا لمفهوم "كنيون" هو استعداد مركب ثابت نسبيا يعكس كل من وجهة وشدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء كان عيانيا *concrète* أو مجردا *abstract*.

وفي ضوء هذه المفاهيم السابقة وفي إطار بعض الدراسات النظرية والتجريبية، استطاع "كنيون" أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني على النحو التالي:

-النشاط البدني كخبرة اجتماعية.

-النشاط البدني للصحة واللياقة.

-النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة.

- النشاط البدني كخبرة جمالية.

-النشاط البدني لخفض التوتر.

- النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.

-الجدول رقم (1) يبين توزيع العبارات الإيجابية والسلبية حسب أبعاد المقياس:

الأبعاد	أرقام العبارات الايجابية	أرقام العبارات السلبية	المجموع
1-النشاط البدني كخبرة اجتماعية.	29-25-11-17-20	49-39-19	08
2-النشاط البدني للصحة واللياقة.	-23-18-15-10-4 47-40-32	36-27-06	11
3-النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة.	53-50-42-28-07	38-22-13-01	09
4-النشاط البدني كخبرة جمالية.	-33-30-14-08-03 48-45-41-35	-----	09

09	54-31	-37-26-21-16-12 44	5- النشاط البدني لخفض التوتر.
08	52-46-24-05	43-34-09-02	6-النشاط البدني للتفوق الرياضي.

-الجدول رقم (2) يبين درجات العبارات الموجبة والسالبة:

الآراء	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
1-موافق بدرجة كبيرة.	5	1
2-موافق.	4	2
3-لم أكون رأي.	3	3
4-غير موافق.	2	4
5-غير موافق تماما.	1	5

-الجدول رقم (3) يبين شدة الاستجابة لأبعاد المقياس:

شدة الاستجابة (لطبيعة الاتجاهات)	الاستجابة
سلبية بدرجة كبيرة.	من 0 إلى أقل من 21
سلبية.	من 21 إلى أقل من 41
حيادية.	من 41 إلى أقل من 61
إيجابية.	من 61 إلى أقل من 81
إيجابية بدرجة كبيرة.	من 81 إلى أقل من 100

3-2-7-الاختبارات والمقاييس:

-الخصائص السيكومترية للأداة:

1-صدق الأداة:

ويُقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار كما يلي:

$$\text{معامل صدق الذات} = \sqrt{\text{معامل ثبات الاختبار}}$$

حيث يعتمد الباحث في هذا على صدق المحكمين إذ يتم توزيع المقياس على مجموعة من أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية (البويرة).

2-ثبات الأداة:

يقصد بالثبات يعطي المقياس النتائج نفسها أو قريب منها إذا ما أعيد تطبيقه على الأفراد أنفسهم في الظروف نفسها. (الغريب، 1977، ص653)

ولغرض استخراج ثبات المقياس لابد من الاعتماد على (Test-re test méthode) طريقة إعادة الاختبار

وذلك بتطبيق المقياس على عينة تختار بطريقة عشوائية وبعد مضي أسبوعين على التطبيق الأول يعاد تطبيق المقياس على الأفراد أنفسهم.

3-طريقة الاستعمال:

وتتم طريقة التنفيذ بتطبيق المقياس على العينة المذكورة سابقا تلاميذ المرحلة الثانوية لبعض ثانويات ولاية البويرة، وذلك بطرح مجموعة من الاستمارات الاستبائية على فئات العينة بالتساوي لغرض الإجابة على الأسئلة المطروحة فيها، مع التأكيد على التلاميذ في مراعاة الدقة عند قراءة عبارات المقياس والاجابة عنها، وبعد فترة من الزمن يتم جمع الاستمارات ووفقا لذلك يتم تفرغ البيانات.

ويعد الاستبيان والذي هو مجموعة من الأسئلة المتنوعة التي ترتبط في بعضها البعض بشكل يحقق الهدف الذي يسعى إليه الباحث من خلال المشكلة التي يطرحها بحثه، يعد هذا الأخير من بين أفضل الاختبارات النفسية المستعملة على الإطلاق لما يحتويه من صدق

وموضوعية كون الإجابات تكون مباشرة، صادقة ودقيقة في أغلب الأحيان وفق إحساس وميول المجيب.

ولضمان فعالية الأداة لابد من اتباع الخطوات التالية:

- تحديد الأهداف المطلوبة من عمل الاستبيان في ضوء موضوع البحث ومشكلته ومن ثم تحديد البيانات والمعلومات المطلوب جمعها.
- ترجمة وتحويل الأهداف إلى مجموعة من الأسئلة والاستفسارات.
- تصميم وكتابة الاستبيان بشكله النهائي ونسخه بالأعداد المطلوبة.
- تكوين صورتين متكافئتين من اختبار واحد، بشرط أن يتوفر في هاتين الصورتين نفس مواصفات الاختبار الذي نود قياس ثباته.
- تتم صياغة الأسئلة بنفس درجة الصعوبة، وبنفس عدد الأسئلة.
- تتم إعادة تطبيق الاختبار على ذات المجموعة بعد مدة محددة.
- بعد ذلك يتم حساب معامل الارتباط الذي حققه أفراد المجموعة في المرة الأولى وفي المرة الثانية.
- يدعى معامل الارتباط المستخرج بعامل الاستقرار، وهذا ما يعني أن نتائج الاختبار كانت ثابتة خلال تطبيق الاختبارين.
- يتم حساب الوقت الذي تنجز فيه عينة دراسة الاختبار وذلك لأن عوامل النمو قد تلعب دورا في ذلك.
- لابد من جمع ما نسبته 75 بالمئة فأكثر من الإجابات المطلوبة لتكون كافية لتحليل معلوماتها.

4-النتائج المرجوة في ضوء الأدوات المستعملة في الدراسة لجمع البيانات:

إن اعتمادنا على أداة كينيون لقياس الاتجاهات في بحثنا هذا لم يكن وليد الصدفة بل كان بعد الاطلاع على العديد من الدراسات في هذا المجال والتي اعتمد فيها الباحثون على مقياس كينيون للاتجاهات وكانت أغلبية نتائجها إيجابية وهذا ما تثبتته معظم الدراسات السابقة والمشابهة التي تطرقنا إليها سابقا، فمقياس كينيون للاتجاهات يمتاز بصدق عالي

- ويتمتع بالسهولة والوضوح كما أنه غير قابل للتخمين، وفي ظل كل هذه المعطيات فإنه من المتوقع في بحثنا الحالي أن تكون النتائج كالتالي:
- أن تكون طبيعة الاتجاهات النفسية إيجابية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي. (ذكور وإناث)
 - ممارسة النشاط الرياضي تعمل على حفظ الصحة واللياقة البدنية.
 - ممارسة النشاط الرياضي تقلل من التوتر الناجم عن الحياة اليومية.
 - ممارسة النشاط البدني الرياضي تساعد على إبراز القدرات الخاصة التي يتمتع بها التلاميذ في مختلف الأنشطة الرياضية.
 - أن تكون طبيعة الاتجاهات النفسية سلبية أو متحفظة نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي. (ذكور وإناث)
 - أن تكون اتجاهات التلاميذ الذكور الممارسين للنشاط الرياضي أكبر من اتجاهات التلاميذ الإناث الممارسين للنشاط الرياضي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.
- وعليه يمكننا القول ان الفرضيات قد تتحقق فتكون كالتالي:
- تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي بمرحلة التعليم الثانوي نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.
 - هنالك فروق في الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي.
 - هنالك فروق بين الذكور والإناث من حيث اتجاهاتهم نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي.
- 3-2-8- الوسائل الإحصائية:**

إن طبيعة الموضوع والهدف منه يفرض أساليب إحصائية خاصة، تساعد الباحث في الوصول إلى نتائج ومعطيات يفسر ويحلل من خلالها الظاهرة موضوع الدراسة، وهذه جملة من الوسائل الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة:

أ- الإحصاء الوصفي:

ويتضمن الأساليب التالية:

*** المتوسط الحسابي:**

يعتبر من أكثر الأساليب الإحصائية شيوعاً، وهو أحد مقاييس النزعة المركزية ويعني إبراز مدى انتشار الدرجات في الوسط الحسابي.

ويحسب وفق المعادلة التالية: (نبيل جمعة صالح النجار، 2010، ص87)

$$\bar{X} = \frac{X\Sigma}{n}$$

بحيث:

X: المتوسط الحسابي.

n: عدد أفراد العينة.

يحسب المتوسط الحسابي على الترتيب وفق المعادلة:

$$\bar{X} = \frac{\sum Fi Xi}{N}$$

ب-الإحصاء الاستدلالي:

ويتضمن الأساليب التالية:

-معامل الارتباط بيرسون:

ويستعمل للكشف عن دلالة العلاقات والارتباطات.

يحسب معامل الارتباط بيرسون وفق المعادلة: (نبيل جمعة صالح النجار، 2010، ص180)

$$r = \frac{n \sum(x.y) - (\sum x).(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2].(n \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

بحيث:

r: معامل الارتباط.

n: عدد أفراد العينة.

x: مجموع درات الأبعاد للاختبار الأول.

y: مجموع درات الأبعاد للاختبار الثاني.

-الصدق الذاتي:

$$\sqrt{\text{الصدق الذاتي} = \text{كرومباخ}}$$

-معامل الثبات (∞ كرومباخ):

يستعمل لقياس الثبات لمختلف الأبعاد في المقياسين من خلال توظيف القيم في المعادلة التالية: (اعتماد محمد علام، 2012، ص83)

$$\infty = \frac{2 \times r}{1 + r}$$

بحيث:

∞ : معامل الثبات كرومباخ.

r: معامل الارتباط.

1 و 2: ثوابت.

جاءت هذه الدراسة ضمن سلسلة الأبحاث التي تنصب على دراسة الاتجاهات النفسية لما لها من أهمية في إثارة وتوجيه سلوك الفرد، ويخص بحثنا هذا دراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، وذلك للكشف عنها ومعرفة مدى وضوح مفهوم التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ، لكون هذا الأخير يعتبر عامل حاسم في تحقيق ما تصبوا التربية البدنية والرياضية إليه في مدارسنا التربوية التعليمية.

ومن هذا المنطلق جاء موضوع بحثنا الذي يهدف إلى الكشف والتعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية لدى التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي بمرحلة التعليم الثانوي.

السيليو غافيا

أ- باللغة العربية:

- 1- أحمد زكي صالح - علم النفس التربوي - مكتبة النهضة المصرية - الجزء الثاني - الطبعة 10 - مصر - 1971.
- 2- أحمد عزت رابع - أصول علم النفس - المكتب المصري الحديث للطباعة والنشر الطبعة 05- الإسكندرية - مصر - 1976.
- 3- أحمد أوزري - المراهقة والعلاقات المدرسية - مكتبة النجاح الجديدة - الشركة المغربية للطباعة والنشر - الدار البيضاء - الطبعة الأولى - 1993.
- 4- أحمد أوزري - سيكولوجية المراهق - دار الفرقان - الطبعة الأولى - الدار البيضاء - المغرب - 1986.
- 5- أمين أنور الخولي - أصول التربية البدنية والرياضية - دار الفكر العربي - مصر - الطبعة 02 - 1998.
- 6- أحمد مختار عضاضة - التربية العلمية التطبيقية في المدارس العراقية- الشرق الأوسط للطباعة والنشر - الطبعة 03 - بيروت لبنان - بدون سنة طبع.
- 7- أمين أنور الخولي - د. جمال الدين الشافعي - مناهج التربية البدنية المعاصرة - دار الفكر العربي - الطبعة الأولى - مصر - 2000.
- 8- السيد خير الله - مفهوم الذات - دار النهضة العربية - مصر - 1984.
- 9- إبراهيم قشوش - سيكولوجية المراهقة - مكتبة الأنجلو مصرية - الطبعة الثالثة - مصر - 1989.
- 10- هدى محمد قناوي - سيكولوجية المراهقة - مكتبة الإنجلو مصرية - الطبعة الأولى - مصر - 1994.
- 11- زيدان عبد الباقي - وسائل وأساليب الاتصال - دار الكتب المصرية - الطبعة الأولى - 1997.
- 12- حامد عبد السلام زهران - علم النفس الاجتماعي - عالم الكتب - الطبعة 05- القاهرة - 1985.
- 13-- حامد عبد السلام زهران - علم النفس الاجتماعي - عالم الكتب - الطبعة الرابعة - القاهرة - 1977.

- 14- حسين سيد معوض - طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية - دار الفكر العربي - الطبعة الرابعة - القاهرة -1987.
- 15- كامل محمد عويضة - علم النفس الاجتماعي - دار الكتاب العلمية - الطبعة الأولى - 1996.
- 16- كمال محمد المغربي-أساليب البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية-دار الثقافة للنشر والتوزيع-الطبعة الأولى-2002.
- 17-- لطفي عبد الفتاح - طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي - دار الكتب الجامعية - مصر -1974.
- 18-محمد حسن علاوي - علم النفس الرياضي - دار المعارف الطبعة 08 - مصر - 1992.
- 19- محمد عوض بسيوني - فيصل ياسين الشاطي - نظريات وطرق التربية البدنية - الجزائر - الطبعة 02 - 1992.
- 20- محمد مصطفى زيدان - النمو النفسي للطفل و المراهق و نظريات الشخصية - دار الشرق - الطبعة الثانية - المملكة العربية السعودية - 1986.
- 21-مقدم عبد الحفيظ - الإحصاء والقياس النفسي والتربوي - دم.ج - الجزائر - 1993.
- 22- مخائيل إبراهيم أسعد - مشكلات الطفولة والمراهقة - الطبعة الثانية - دار الأفاق الجديدة - بيروت - 1999.
- 23- محمد عبد الرحمان عدس - تربية المراهقين - دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع الطبعة الأولى - عمان - 2000.
- 24- محمد مصطفى زيدان - دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام - دار الشرق - بدون سنة طبع - القاهرة - مصر.
- 25- محمد مصطفى زيدان - علم النفس الاجتماعي - دار الشرق - 1987.
- 26- محمد عماد الدين إسماعيل - النمو في المراهقة - دار القلم - الطبعة الأولى - الكويت - 1986.
- 27- محي الدين مختار - محاضرات في علم النفس الاجتماعي - دم.ج - بدون سنة طبع - الجزائر - 1982.

- 28- محمد حسن علاوي - علم النفس الرياضي - دار المعارف - الطبعة 03 - القاهرة - 1986.
- 29- نوري الحافظ - المراهق - المؤسسة العربية للدراسات والنشر - الطبعة الثانية - 1990.
- 30- سعد عبد الرحمان - السلوك الإنساني - مكتبة الفلاح الكويت - الطبعة 03- 1953.
- 31- سعد جلال - القياس النفسي والاختبارات النفسية - دار المعارف - مصر- 1992.
- 32- ساري حمدان وآخرون - دليل معلم التربية الرياضية للصفوف (5-6-7) وزارة التربية والتعليم - الأردن - 1993.
- 33- سعدية محمد بهادر - في علم النفس النمو - دار البحوث العلمية - الطبعة الأولى - الكويت - 1977.
- 34- سعد محمد بهادر - سيكولوجية المراهقة - دار البحوث العلمية - دار مصر للطباعة - القاهرة - مصر - الطبعة الأولى - 1980.
- 35- سهير كامل أحمد - الصحة النفسية والتوافق - مركز الإسكندرية - بدون طبعة - مصر - 1999.
- 36- عبد العلي الجسماني-سيكولوجية الطفل والمراهقة-الدار العربية للعلوم الطبعة الأولى- 1994.
- 37-عطوف محمد ياسين - علم النفس العيادي - دار الملايين - الطبعة الأولى - لبنان - 1986.
- 38-عباس محمود عوض - علم النفس الاجتماعي - دار النهضة العربية - بيروت - 1980.
- 39-عبد المجيد نشواتي - علم النفس التربوي - دار الفرقان - مؤسسة الرسالة - الأردن - الطبعة 06- 1993.
- 40-عبد الرحمان محمد عيسوي - اتجاهات حديثة في علم النفس الحديث - دار النهضة العربية - بيروت - 1982.

- 41- عبد الغني الديدي - ظواهر المراهقة مشاكلها وخفاياها دار الفكر اللبناني - الطبعة الأولى - بيروت - 1985.
- 42- فؤاد البهي السيد - سيكولوجية المراهقة - دار الفكر العربي - بدون طبعة - القاهرة - 1992.
- 43- فؤاد البهي السيد - الأسس النفسية للنمو من المراهقة إلى الشيخوخة - دار الفكر العربي - القاهرة - مصر - 1992.
- 44- تشارلز بوكر ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده - أسس التربية البدنية - دار الفكر العربي - القاهرة بدون سنة طبع.
- المذكرات والرسائل:**
- 1- أحمد نقازي - علاقة الاتجاهات النفسية بدوافع العمل في إطار نظرية ماسلو - رسالة ماجستير - معهد علم النفس وعلى التربية - جامعة الجزائر - 1991.
- 2- أسامة صالحى - الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي التربوي وعلاقتها بتطور الهوية لدى تلاميذ الطور الثانوي - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة - 2012.
- 3- بغام عمر وشوط نور الدين - الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية عند المراهقين - جامعة عبد الحميد ابن باديس - 2015/2014.
- 4- دراسة عزيزة محمود محمد سالم - الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي - مصر - 1977.
- 5- حاشي بلخير - اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو القوة الاجتماعية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية - 2008/2007.
- 6- يوسف حرشاوي - الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ الطور الثانوي - رسالة دكتوراه معهد التربية البدنية والرياضية - جامعة الجزائر - 2005.
- 7- ليلي سيد عبد السلام - اتجاهات الفتاة المصرية نحو التربية الرياضية - مفهوما ومهنة رسالة دكتوراه - كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة - حلوان - القاهرة - 1979.

- 8- محمود إسماعيل طلبة إبراهيم- دراسة مقارنة في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية بمدينة مينا بمصر .
- 9- محمد عبد الله الحماحي- مفهوم التربية الرياضية بالمدارس الثانوية بمحافظة القاهرة-1976.
- 10- عباسة نجيب- اتجاهات طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية نحو ممارسة النشاطات البدنية والرياضية- معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة قاصدي مرباح بورقلة.
- 11- صديقة على أحمد يوسف- اتجاهات الطلبة والطالبات والمسؤولين نحو النشاط الرياضي في جامعة عين الشمس-مصر .
- 12- قدور بن شريف الشارف وعبد الله بن شريف سفيان- الاتجاهات النفسية لطلبة التكوين المهني نحو ممارسة النشاط الرياضي.
- 13- ريوح صالح- الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية- معهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله-زرالدة-2013/2012.

المجلات:

-وزارة الشباب والرياضة - قانون التربية البدنية والرياضية - مطبعة جريدة الشعب - الجزائر - 1976.

ب-باللغة الأجنبية:

- 1- Corbin -C B Aunude Toward-physical Acivity of Champion Woman Basket Ball players Research document 1995.
- 2- Drioche .C et col- Les feedback émis par les enseignants lors des situations d'enseignement apprentissage –Reveu S.T.A.P No 03vol 14 Paris – 1993.
- 3- Maisonneuve -Introduction en psychologie sociale – edution Colin – France - 1989.

4- Marie Piéron Patris Rossi – Elément sychologique sociale –
edition Armond Colin - Paris - France - 1999.

5-Maklook-Irland-1984.

6-Monika.Jill-Ilinoui-1979.

7-Seleen.Diyana-1971.

8-Simon.J-Franc.S-

Summary of the study

Psychological trends towards the practice of physical education and sports among secondary school students.

- Field studies on some secondary schools in Bouira –

Prepared by students:

-Khaled Haddad

-Mouhamed Nadir Zouaid

Under supervision:

D.Fatima Zahraa Zidane

This study aims to identify the nature of psychological attitudes among secondary education pupils towards practicing physical education and sports, where the researchers used the descriptive approach to suit the nature of the study. The study was conducted on two samples. A sample of students practicing sports activity of both sexes. This sample was chosen randomly and the sample of non-students. Sports practitioners are also of both sexes, and this sample was chosen in an intended way. As for the study tools used, it was represented by the Kenyon trend scale with the use of various statistical methods to verify the hypotheses, including percentage, arithmetic mean, standard deviation, Pearson correlation coefficient, and these are some of the results. Findings:

- That the nature of the psychological attitudes is positive towards the practice of physical education and sports among students practicing physical sports activity. (males and females)
- That the nature of psychological attitudes is negative or conservative towards the practice of physical education and sports for students who are not practicing physical sports activity. (males and females)
- That the attitudes of male pupils practicing physical and sporting activity be greater than the attitudes of female pupils practicing physical sport activity towards practicing physical education and sports.

According to the findings, the researchers recommend the following:

- The need to pay attention to physical education and sports at all academic levels through full cooperation between the institutes of physical education and sports, consultants and specialized professors.
- Taking into account the differences between practicing and non-practicing students when developing educational curricula for physical education.

Key words: psychological trends, physical education and sports, secondary school students