

جامعة ألكل مكن أؤلحاج البويرة

علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

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

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

الموضوع:

دور الألعاب الشبه رياضية في إثارة دافعية الإنجاز
لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي

*دراسة ميدانية على مستوى بعض ثانويات بلدية عين بسام

إشراف الأستاذة:

* فاطمة الزهراء زيدان

إعداد الطلبة:

* سمير زعراط

* نور الإسلام كورغلي

السنة الجامعية: 2020/2019

شكر وتقدير:

الحمد لله نحمده كثيرا ونشكره على نعمته وعونه في إتمام هذا البحث

نتقدم بجزيل الشكر والتقدير والاحترام إلى الأستاذة (ة) المحترمة (ة) "فاطمة الزهراء زيدان" لما أبدته من

توجيهات تحتية ومتابعة مستمرة لإخراج المذكرة بشكلها النهائي.

كما نتقدم إلى جميع الأساتذة الذين ساهموا في تمكيننا على كل شيء حققناه في حياتنا الدراسية كما

لا ننسى كل الأصدقاء الذين كانوا عون مساعدة لنا.

إهداء:

إلى من حملتني وهن على وهن... إلى أطيب من عرفت وأشرف وأنبل من عاشرت إلى ينبوع
الحنان..... أُمي الحنون

إلى أعظم رجل بعث في نفسه روح الصمود والإرادة إلى ابتسامته المشرقة التي تهل علي كل
صباح... إلى حنكته وجدته وحزمه إلى الذي علمني التحلي بالشجاعة والصبر من متاعب
الحياة... رمز الأمل أبي العطوف إليهم الذين كانوا شموعا تحترق من أجل أن تنير لي طريقا وديا في
وسط الصعاب إلى أوثق رابطة وأنبل علاقة... إلى شموع البيت من إخوتي وأخواتي.
إلى كل الذين أحبهم واحتفظ في قلبي بذكراهم، إلى كل الأصدقاء وخاصة أبناء الحي والزملاء بمعهد
علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

- زعراط سمير

-كورغلي نور الإسلام

محتوى البحث:

الورقة	الموضوع
أ	- شكر وتقدير
ب	- إهداء
ج	- محتوى البحث
د	- قائمة الجداول
هـ	- قائمة الأشكال
و	- ملخص البحث
ز	- مقدمة
	مدخل عام: التعريف بالبحث
2	1- الإشكالية
3	2- الفرضيات
4	3- أسباب اختيار الموضوع
5	4- أهمية البحث
5	5- أهداف البحث
6	6- تحديد المصطلحات والمفاهيم
	الجانب النظري: الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث
	الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة
	- المحور الأول: الألعاب الشبه رياضية
10	تمهيد
10	1- تعريف اللعب
11	2- أنواع اللعب
13	3- دور اللعب في تكوين الطفل
14	4- مفهوم الألعاب الشبه رياضية
15	5- تصنيف الألعاب الشبه رياضية
17	خلاصة
	المحور الثاني: دافعية الإنجاز
19	تمهيد
19	1- الدافعية
19	1-1- مفهوم الدافعية
20	2-1- أهمية الدافعية
21	2- دافعية الإنجاز
21	1-2- مفهوم دافعية الإنجاز
21	2-2- أنواع دافعية الإنجاز
27	3- دوافع ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في الوسط المدرسي:
35	خلاصة
	المحور الثالث: تلاميذ السنة الأولى ثانوي
37	- تمهيد
37	1- تعريف المراقبة
38	2- مراحل المراقبة
38	3- العوامل المؤثرة على المراقبة

47	4- أهمية التربية البدنية عند المراهق
49	- خلاصة
	الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث
51	- تمهيد
51	الدراسات السابقة
55	الدراسات المشابهة
	الجانب التطبيقي: الدراسة الميدانية للبحث
	الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية
64	1-3- الدراسة الاستطلاعية
64	2-3- المنهج
64	3-3- متغيرات البحث
64	4-3- المجتمع
64	5-3- العينة
64	6-3- مجالات البحث
65	7-3- أدوات البحث
65	8-3- الوسائل الإحصائية
66	- الخاتمة
	البيبليوغرافيا
68	- المراجع
71	- الملاحق

الملخص:

يتمحور عنوان دراستنا حول: "دور الألعاب الشبه رياضية في إثارة دافعية الإنجاز لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي" حيث كانت أهداف الدراسة كالتالي: - محاولة معرفة سلوك تلاميذ السنة الأولى ثانوي - معرفة مدى تفاعلهم مع المجتمع - معرفة درجة حبهم للعب و النشاط- كما كانت صياغة التساؤلات كالتالي: التساؤل العام: - هل للألعاب الشبه رياضية دور في إثارة دافعية الإنجاز لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي؟ أما التساؤلات الجزئية فكانت:- هل للألعاب الشبه رياضية دور في تحفيز التلاميذ على ممارسة الأنشطة البدنية؟ هل للألعاب الشبه رياضية دور في إثارة رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة البدنية؟ هل للألعاب الشبه رياضية دور في زيادة تفاعل التلاميذ مع الأنشطة البدنية؟ كما قمنا بصياغة فرضياتنا على النحو التالي: الفرضية العامة: للألعاب الشبه رياضية دور على إثارة دافعية الإنجاز لدى التلاميذ، أما الفرضيات الجزئية:- للألعاب الشبه رياضية دور في تحفيز التلاميذ على ممارسة الأنشطة البدنية- للألعاب الشبه رياضية دور في إثارة رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة البدنية - للألعاب الشبه رياضية دور في زيادة تفاعل التلاميذ مع الأنشطة البدنية وبخصوص العينة فقد تم اختيارها بشكل فقد كنا سنجري دراستنا عشوائي و تشمل تلاميذ السنة الأولى ثانوي- أما فيما يخص المجال المكاني و الزماني على مستوى بعض ثانويات بلدية عين بسام بولاية البويرة و ذلك خلال الفصل الثالث من السنة الدراسية 2020/2019- وقد استعملنا كأداة للدراسة استبيان مكون من اثنا عشر سؤال تنقسم إلى ثلاث محاور، كل محور يحتوي على أربعة أسئلة- كما قد اتبعنا في دراستنا المنهج الوصفي.

مقدمة:

لقد شهد المجتمع الدولي تطوراً سريعاً في مختلف الميادين ، نظراً للثورة العلمية و التكنولوجيا التي تعيشها البلدان المتطورة في مختلف المجالات، والذي ظهر كنتيجة علمية حتمية للمجهودات التي ما فتئت تبذلها تلك البلدان، من طرف علمائها وباحثيها لتطوير اقتصادها، و بالموازاة مع هذا يشهد المجال الرياضي الذي لا يقل شأناً عن باقي العلوم الأخرى و ذلك من حيث استعمال أحدث الأجهزة و الأساليب العلمية المتطورة في المجال الرياضي، وبعثه في صورته التربوية الحديثة، و بتنظيم قواعده المبنية على أساس علمي سليم و بمختلف أنواعه. فهو يعد ميداناً هاماً في ميادين التربية الحديثة و عنصراً قوياً و فعالاً في إعداد التلميذ، و ذلك من خلال تزويده بمختلف الخبرات الواسعة، فالتمرين البدني يعود بالفائدة على الصحة البدنية و العقلية، خاصة بالنسبة للتلميذ المراهق المعروف لفضوليته الزائدة و حبه للتطلع، و استعداداه لإنجاز التمارين البدنية داخل الفصل الدراسي وعلى هذا الأساس حاولنا جاهدين دراسة إحدى المواضيع التي لها علاقة دافعية الانجاز، ألا وهو "دور الألعاب الشبه رياضية في إثارة دافعية الانجاز لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي" وهذا للدور الهام الذي تلعبه هذه الألعاب في الوسط الرياضي ، إذ تعمل على تعويض تلك العراقيل و الصعوبات التي تواجه الأستاذ في أداء مهمته، وهذا لكونها تضمن مشاركة أكبر عدد من التلاميذ ولا تتطلب وسائل كبيرة و تساهم في الاستغلال الجيد لوقت الحصة كما تعمل على تحضير التلاميذ و تشويقهم... الخ، وذلك قصد التوصل إلى تحقيق أهداف الحصة و بطريقة مريحة.

فهذه الدراسة تناولت جانبين "نظري و تطبيقي"، يحتوي الجانب النظري على فصلين يتضمن الفصل الأول ثلاث محاور، يتضمن المحور الأول تعريف و أهمية الألعاب الشبه رياضية، و يتضمن المحور الثاني دافعية الانجاز، كما يتضمن المحور الثالث تلاميذ السنة الأولى ثانوي ومرحلة المراهقة و أهم ما يحدث فيها من تطورات عقلية و حركية، أما الفصل الثاني فيحتوي على بعض الدراسات المرتبطة ببحثنا و أهم النتائج التي توصلوا إليها ومقارنة فروضهم ونتائجهم مع نتائج دراستنا، بينما الجانب التطبيقي يتضمن فصلين ، الفصل الأول يحتوي على الجانب المنهجي، وفيه نتطرق إلى إجراءات البحث، أما الفصل الثاني فكان سيحتوي على عرض و تحليل النتائج، إلا أننا لم نتمكن من الوصول إلى القيام بدراستنا الميدانية وذلك لقرار الرئاسة بغلق جميع المؤسسات التربوية، كما تحتوي على الاستنتاج وخاتمة البحث .

مدخل عام:
التعريف بالبحث:

1- الإشكالية:

تعرف التربية البدنية على أنها أحد جوانب التربية القائمة على تنمية وتطوير اللياقة البدنية والمهارات الحركية والجسدية للأفراد من خلال المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرجة ضمن البرنامج التربوي كسباق السرعة ودفع الجلة والقفز الطويل وكرة اليد و كرة السلة و الكرة الطائرة، وتعرف الألعاب الشبه رياضية أنها مجموعة من النشاطات تكسوا بطابع اللهو والمرح والترفيه بطريقة نشطة ومرحة، وهي عبارة عن ألعاب جماعية وفردية لا تتطلب وسائل كثيرة لتجسيدها كونها لا تفترض هيئة خاصة، لكن تكون محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم، والعمل بها يخلق روح التنافس، ولا تهتم كثيرا بالنتائج، كما تتصف بمجهود بدني وعقلي، تعمل على تحفيز الطفل وبناء فكره (عدنان درويش جلول وآخرون، 1954، ص 171)

، كما تعرف دافعية الإنجاز بأنها الرغبة في الأداء المتميز بأقل وقت وجهد ممكن، وتكمن أهمية التربية البدنية في كونها تساعد على تنمية المهارات العقلية للأشخاص، بحيث تزيد من جانب التفكير الحر لديهم، وتكسبهم القدرة على الاعتماد على الذات، وعلى زيادة القدرة على التحمل والصبر، وزيادة العزيمة والإرادة، وتكسبهم ما يُسمى بالكفاية البدنية والتي تتمثل في القوة العضلية التي تمكنهم من ممارسة كافة الأنشطة والقيام بالوظائف الحياتية دون كلل أو ملل، وتزيد من مهارات التخطيط والإدراك وحساب الخطر والتركيز والانتباه، وتساعد على تحديد الأهداف وتحديد أفضل السبل الكفيلة بالوصول إليها، كما تساعد على تحسين حالتهم النفسية، وتقلل من مشاعر العصبية والتوتر الناتجة عن الضغوطات الاجتماعية والأسرية والمهنية وغيرها، مما يزيد من الاستقرار النفسي، كما تعد مفيدة جداً للتخلص من الملل، وتساعد على تعبئة وقت الفراغ بما هو مفيد، كما أنها تنمي الصحة البيولوجية الداخلية للأشخاص وتحافظ على صحة العمليات المتعلقة بها، تحارب السمنة وتكسب الأشخاص قواماً مميّزاً، يزيد من ثقتهم بأنفسهم، تزيد من مرونة الأشخاص وتقبلهم لبعضهم البعض، وتحفز من الروح الرياضية لديهم، مما ينعكس بصورة إيجابية جداً على استقرار العلاقات بين الأفراد والجماعات. (طارق كمال، 2006، ص 90)

ولكن مع تلك الأهمية التي تحظى بها التربية البدنية والفائدة التي تعود بها على التلاميذ والمربين والبرامج التربوية، إلا أن الأساتذة والمربون لاحظوا وجود عزوف عند بعض التلاميذ عن المشاركة في ممارسة الأنشطة البدنية داخل الفصل الدراسي، و هذا راجع لعدة أسباب من بينها الملل، الروتين، التكرار، انعدام المتعة، عدم وجود روح المنافسة... وغيرها من الأسباب، لذلك فكر الأساتذة و المختصون في إيجاد الحلول المناسبة وابتكار الأساليب الفعالة من أجل تحفيز التلاميذ وإثارة رغبتهم و إقبالهم على ممارسة الأنشطة البدنية، و من بين تلك الأساليب والحلول نجد الألعاب الشبه رياضية.

و على ضوء هذا الطرح نحاول الإجابة على التساؤل التالي:

2- التساؤل العام:

هل للألعاب الشبه رياضية دور في إثارة دافعية الإنجاز لدى التلاميذ؟

3- الأسئلة الفرعية:

هل للألعاب الشبه رياضية دور في تحفيز التلاميذ على ممارسة الأنشطة البدنية؟

هل للألعاب الشبه رياضية دور في إثارة رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة البدنية؟

هل للألعاب الشبه رياضية دور في زيادة تفاعل التلاميذ مع الأنشطة البدنية؟

4-الفرضيات:

الفرضية العامة:

للألعاب الشبه رياضية دور في إثارة دافعية الإنجاز لدى التلاميذ

5-الفرضيات الجزئية:

للألعاب الشبه رياضية أثر في تحفيز التلاميذ على ممارسة الأنشطة البدنية

للألعاب الشبه رياضية دور في إثارة رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة البدنية

للألعاب الشبه رياضية دور في زيادة تفاعل التلاميذ مع الأنشطة البدنية

6- أسباب اختيار الموضوع :

من أهم الأسباب التي دفعتنا لاختيار موضوع بحثنا نجد ما يلي:

_ إثارة موضوع الدراسة لفضولنا الشخصي

_ الاهتمام للموضوع نظرا لأهميته البالغة

_ الاهتمام بمرحلة المراهقة باعتبارها أهم مرحلة

_ الرغبة الشخصية في العمل على مثل هذه المواضيع

7- أهمية الدراسة:

تكمّن أهمية هذه الدراسة في ما يلي:

و تتجسد أهمية هذا البحث في عدة عوامل منها :

- _ تسديد سلوك التلميذ إلى الطريق السوي
- _ رفع درجة تفاعله الايجابي مع المجتمع
- _ الرفع من دافعيته لإنجاز الأنشطة داخل الحصّة
- _ إفراغ الشحنات السالبة لديه و الخفض من توتره

8- أهداف الدراسة:

إن الهدف من خلال هذا البحث يتمثّل في النقاط التالية:

- _ محاولة معرفة سلوك تلاميذ السنة الأولى ثانوي.
- _ معرفة مدى تفاعلهم مع المجتمع .
- _ معرفة درجة حبهم للعب و النشاط .

9- شرح المفاهيم و المصطلحات:

9-1- مفهوم الألعاب الشبه رياضية:

- عرفها "عدنان درويش جلول" أنها: {تلك الألعاب بسيطة التنظيم التي يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافسوا وفق قواعد ميسرة ولا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويلعب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم أدوات أو أجهزة أو بدونها} (عدنان درويش جلول وآخرون، 1954، ص 171)

- كما عرفها "الين وديع فرح" أنها: {ألعاب منظمة تنظيما بسيطا، سهلة في أدائها ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها ولا توجد لها قوانين ثابتة ولكن يمكن للمعلم وضع قوانين تتناسب مع سن اللاعبين واستعداداتهم (الين وديع فرح، 1996، ص 26)

- وحسب "مناهج التعليم الأساسي": {هي نشاطات حركية تجعل اللاعبين متنافسين حسب قواعد محددة ويستعملون حركات معينة} (مناهج ومواقيت السنة السادسة، 1986، ص 116)

*ومن خلال التعريفات السابقة نستخلص أن الألعاب الشبه رياضية هي تمارين تخدم هدف الحصة كغيرها من التمارين، ولكن تختلف عنها في كونها تكتسي بطابع اللهو والمرح و الحيوية

9-2- مفهوم دافعية الانجاز :

- عرفها "ماكلياند" وزملاؤه: الدافعية للإنجاز تشير إلى استعداد ثابت نسبيا في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومثابرته في سبيل تحقيق وبلوغ النجاح يترتب عليه نوع من الإرضاء

- كما عرفها "جولدنسون": تشير على حاجة الفرد للتغلب على العقبات من السيطرة على التحديات الصعبة وهي أيضا الميل إلى بعض المستويات مرتفعة من الأداء والسعي نحو تحقيقها والعمل بمواظبة شديدة ومثابرة مستمرة (عبد اللطيف خليفة، 2002، ص94)

- عرفها "محمود عبد الحليم منسي": يقصد بها كفاح الفرد لأداء مهامه والأعمال الصعبة على أفضل وجه ممكن - ويعرفها "هليجارد" وزملائه: إن دافعية الإنجاز هي تحديد الفرد لأهدافه وفقا لمعايير التفوق في إنتاجه وإنجازه (طارق كمال، 2006، ص90)

*من خلال ما سبق يمكن تعريف دافعية الانجاز بأنها الرغبة في الأداء المتميز بأقل وقت وجهد ممكن

9-3- تعريف المراهقة :

- عرفها "ستايلي هول": المراهقة هي فترة عواطف تؤثر بشدة تكتسيها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق وصعوبات التوافق (حامد عبد السلام زهران، 1995، ص325)

- أما حسب "دورتي روجر": هي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية ومرحلة زمنية، كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة (ملك مغول سليمان، 1985، ص206)

*من خلال ما سلف يمكننا تعريف المراهقة بأنها المرحلة التي تقع بين مرحلتي الطفولة وسن الرشد، حيث يكون الشاب في أوج تطوراته الجسمية والذهنية ، لذلك تعد مرحلة جد حساسة يجب التعامل معها بشكل حذر.

الجانب النظري:

الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث

الفصل الأول:

الخلفية النظرية للدراسة

المحور الأول:

الألعاب الشبه رياضية

تمهيد:

لقد أولى علماء التربية و النفس أهمية دراسة كيفية التعامل الحركي مع التلاميذ والسبل الكفيلة لإنجاح حصة التربية البدنية ، وذلك بإدخال اللعب كعنصر حيوي حيث يعتبره علماء النفس وسيلة من وسائل التعبير عن الذات و طريقة لتفريغ الطاقات و الشحنات الزائدة ، لذا وجد الأساتذة في الألعاب الشبه رياضية خير وسيلة لبلوغ هدف الحصة و الدور التي تلعبه لتنشيط التلاميذ .

1- اللعب:

1-1- تعريف اللعب:

اللعب هو إحدى الظواهر السلوكية التي تسود عالم الكائنات الحية بشكل عام (وخاصة الإنسان؟ وهذه الظاهرة السلوكية لم تنل ما تستحقه من الدراسات الجادة والبحوث المعمقة في الدراسات السلوكية والنفسية على الرغم من أهميتها العالية في تكوين وصقل الشخصية الإنسانية، ووردت العديد من التعريفات المختلفة للعب، لكن كان يربط فيما بينها العديد من السمات المشتركة التي تتركز على النشاط والدافع له، ومنها:- عرفه الدكتور "دريسان عبد المجيد" أنه: {هو نشاط حيوي واستخدام حر دائم يقوي المرء وإبداعه في إطار قواعد محددة} (دريسان عبد المجيد، 2000،ص 11)

- كما عرفه "عبد المجيد شرف" أنه: {اللعب ميل فطري موروث في كل فرد طبيعي وهو وسيلة للتعبير عن الذات باستغلاله طاقته ويدفع الفرد إلى التجريب والتقليد واكتشاف طرق جديدة لعمل الإنسان

وبذلك يشعر الفرد فيه بالمتعة والسرور وله دور كبير في تكوين شخصية الفرد} (عبد المجيد شرف، 1987،ص5)

- أما "غروس" فعرفه: {اللعب ما هو إلا إعداد الطفل للعمل الجد في الحياة المستقبلية} (حسن علاوي، 1985ص35)

- ويرى "د. عطية محمود" أن اللعب:

{يعد الوسيلة الطبيعية التي تفهم مشاكل الحياة التي تفرضها تحيط بالطفل، في كل لحظة وأونة، فعن طريق اللعب يتكشف البيئة التي يعيش فيها ويو

سعد من معلوماته ويبرز من مهاراته ويغير عن أفكاره ووجدانه} (عطية محمود، 1949،ص11)

1-2- أهمية اللعب:

- اللعب نشاط طبيعي يدفع الأفراد إلى الميل لمزاولة

- اللعب نشاط طبيعي يدفع الفرد إلى أن يحقق لنفسه لذة اللعب والمرح والسرور
- اللعب نشاط طبيعي عن طريقه يعبر الفرد عن ذاته
- اللعب نشاط طبيعي من خلاله يدفع الأفراد إلى ممارسة الأنشطة الحركية
- يخلق اللعب لدى الأفراد الشعور بالسرور ويصاحب ذلك الاهتمام بالعمل المكلف به والتفاني فيه
- اللعب الطبيعي يشبع الحاجات الأولية للأفراد ذلك من خلال إكسابهم الخبرات المختلفة والمواقف المشابهة
- اللعب نشاط طبيعي عن طريقه يمكن الأفراد استنفاد الطاقة الزائدة
- يساعد اللعب ذو التنظيم الجيد على تنمية الجسم تنمية سليمة بالإضافة إلى تحسين الصحة
- يساعد اللعب المنظم على النمو العقلي وإتاحة الفرصة لبناء العلاقات الاجتماعية

1-3- أنواع اللعب:

تتنوع أنشطة اللعب عند الأطفال من حيث شكلها ومضمونها وطريقتها وهذا التنوع يعود إلى الاختلاف في مستويات نمو الأطفال وخصائصها في المراحل العمرية من جهة وإلى الظروف الثقافية والاجتماعية المحيطة بالطفل من جهة أخرى وعلى هذا يمكننا أن نصنف نماذج الألعاب عند الأطفال إلى الفئات التالية:

- اللعب العفوي:

يعتبر أساس النشاط النفسي والحركي للاعب، وهو عبارة عن الوسيلة الأولى للتعبير عن إشارات و حركات تظهر مجانية

- اللعب التربوي:

المدرسة الفعالة النشيطة اهتمت بأنه يمكن أن يقوم اللعب بدور تربوي وذلك خاصة عندما يكون الطفل في ريعان نموه، بحيث يثير الانتباه وينمي روح الملاحظة في التعاون وبعد ذلك يمكن من النزعة تهيئته للحياة (مفتي إبراهيم حماد، 2000، ص 25-26)

- اللعب العلاجي:

يستعمل في العلاج النفسي عند الأطفال الذين هم تحت التشخيص، إذ أن الطفل لا يستطيع التعبير

على كل مشاكله أي ما يختلج في صدره عن طريق الكلام، ولكن تحملها بظهر بوضوح في نشاطات للهوية

كاللعب (مفتى إبراهيم حماد، 2000، ص 27)

1-4 - وظائف اللعب:

للعب عدة وظائف يمكن حصرها فيما يلي:

- الوظيفة الاجتماعية:

يرى (ماكينكو) أن جماعات اللعب هي الرابط الأول الذي يربط الطفل بالعلاقات الاجتماعية مع الآخرين

، التي يخضع فيها الأطفال لقواعد النظم و الجماعات ، باللعب يمكن للطفل تعلم بعض القواعد

الاجتماعية كالاحترام ، مساعدة الغير، التعاون... هذا بتوجيه من الكبار ، و بالتالي يمكن من خلاله إنماء

السلوك المرغوب فيه كنظام التربية ، النظافة ، الاحتكاك .

هذا ما يبين أهمية اللعب في إعطاء الثقة في النفس التي يتولد عنها التأقلم و الاندماج مع أفراد المجتمع

بعاداته وقوانينه و أحكامه ، فمن طريق اللعب يتمكن الطفل من احترام الغير و حقوق الآخرين و تنمو فيه

روح المبادرة و الأخذ والعطاء حتى يتمكن من التمتع داخل البيئة التي ينتمي إليها.

- الوظيفة النفسية :

اللعب ما هو إلا تعبير من الطفل عن حالته النفسية ، و مشاكله الداخلية وبالتالي يعد اللعب الطريقة المثلى لفهم

المحاولات التي يقوم بها المراهق بالتوفيق مع الخبرات المتعارضة التي يمر بها. (صالح عبد العزيز (1964) ص

328-329)

اللعب يعتبر المناخ و المحيط الذي يتماشى وخصائص و مميزات مرحلة النمو هذه ، ومنه فاللعب له

مكانة سامية لدى الطفل ، و هو الوسيط الوحيد الذي يمكن للطفل الكشف عن حقيقته الكاملة الداخلية لان

الترغيب لكل الضغوطات و الغرائز و الهويات المكبوتة و بالتالي لما نلاحظ نوعا من العنف لدى

الطفل فما هو إلا تعبير عن أمور شرعية ، يحاول الطفل إخراجها بطريقة طبيعية و إعطاء رأيه في أمور

يراهها خاطئة بسبب خجله وخوفه

- الوظيفة الفسيولوجية:

في نظر الفسيولوجيين لا يمكن إنكار الوظيفة الايجابية للعب في إتقان الحركات و تطوير جسم الإنسان ، فالقيام بالحركات و تحديد الوضعيات البدنية الطبيعية كالقفز ، الجري، الدفع ، الرمي... هذه النشاطات تقوم بخدمة عضلات الجسم ، إضافة إلى توازن في عمل الأجهزة العضوية الأساسية كالجهاز التنفسي و الجهاز الدوري الدموي أي أن كل الجسم معرض للاختبارات تؤدي به إلى حالة حركية و وضعية سليمة.(مصطفى حجازي 1(1964) ص 328-329)

و من بين الذين تطرقوا إلى هذا الجانب نجد (باراروفت) الذي يقول " أن الطفل الحزين والثقيل الذي يتميز بالنقص في الملاحظة ما يحيط به من ظواهر خارجية (سمعية ، بصرية ، حالات استجابة ، و فكرية) يمكن تغيير حالته عن طريق اللعب وأن الذين يتميزون بالغباء يمكنهم اكتساب الذكاء بفضل اللعب "

- الوظيفة العقلية:

يقول (شاتو) " اللعب يدرّب الطفل على التفكير الحسن بإيتاح الفرصة للتخيل و البناء و استثارة نشاطه و بالتالي توجيهه نحو الابتكار والإبداع فاللعب يكسب الطفل بعض المهارات النقدية و التحليلية و إصدار الأحكام و تنمية القدرة على التعرف على التشابهات و كذا بعض المميزات و الصفات المشتركة بين الأشياء.(Château J. p422)اختلافات و) بفضل اللعب يمكن للطفل أن ينمي قدراته العقلية و إعطائه الوسائل اللازمة للتفكير الصحيح وقدرته على التنسيق والتركيز والربط و التحليل و الخفة في فهم الأشياء. (Klein.M (1973) p171)

1-5- دور اللعب في تكوين الطفل :

اللعب له الدور الكامل في تكوين الطفل فعلى هذا الموضوع يقول (لي) " بفضل اللعب يمكن الطفل من إشباع رغباته الجسمية و النفسية بتطوير قدراته " كما أن اللعب يسمح له بتعلم اللعب الذي يدفع به إلى إدراك صاحبه و خصمه ، و إدخال الروح الرياضية فيه و لا يساعده فقط في اكتساب المهارات الجسمية ، بل يساعده على النضج العقلي . حيث على هذه الفكرة أقيمت تجارب من بينها تلك التي قام بها على مئات من التلاميذ ذوي الدخل الضعيف في الدراسة، فبينت تجربته أن بإدخال الألعاب توصل هؤلاء التلميذ إلى تحقيق تقدم ملحوظ ، أي ما يمكن استنتاجه من هذه التجربة هو أن خدمة الجسد تساعد عملية التحرير النفسي و الثقة في الذات . هذا من الناحية العامة ، أما من الناحية الخاصة للعب دور هام في جوانب أخرى منها:

1- الجانب الاجتماعي:

إن اللعب يساهم في تهيئة الطفل اجتماعيا و اتزانه عاطفيا و انفعاليا. لان من خلال اللعب مع الآخرين و الثارة ،الأخذ و العطاء ، احترام حقوق الآخرين، بالإضافة إلى أن اللعب يؤدي دورا هاما في تكوين النظام الأخلاقي ، و نجد أن الجانب الاجتماعي للألعاب هو الأكثر إفادة للطفل ، لأنه لا يمكنه اللعب بمفرده ، لهذا يكون الطفل مجموعة الأطفال. (C.Boyer(1982) p24مدعوا للاندماج في م)

2- الجانب النفسي:

الطفل كأبي كائن حي في علاقة تبادل دائمة مع محيطه، و أن اللعب يسمح للطف بالتعلم التدريجي و السيطرة اعلی محيطه و كذا التحكم في وجوده.(عمر محمد تومي الشيباني (1981) ص217)
إن المحللون النفسانيون ينظرون إلى اللعب على انه الطريقة المثلى لفهم المحاولات التي يقوم بها الطفل الذي يعاني من مشكلة بنفسيته.

3- الجانب البدني:

توجد فوائد عديدة للعب تعود على البدن بالإيجاب، بحيث تساعد على زيادة الوزن و نمو القدرات الجسمية و العقلية للطفل، لهذا يعتبر اللعب ضروري في هذه المرحلة لتهيئة الطفل لاستقبال الأعمال و المهارات التي تتطلب المراحل المقبلة. (محمد علاوي (1986) ص120)
كما يقوم اللعب بتنمية العضلات الصغرى والكبرى التي تمكن الطفل من القيام ببعض الأعمال التي تتطلب المهارة اليدوية و تتضح أهمية اللعب في النمو الجسمي. (مجلة التربية (1986) ص120)

2- الألعاب الشبه رياضية:

2-1- مفهوم الألعاب الشبه رياضية:

هناك عدة تعريفات للألعاب الشبه الرياضية من أهمها:

- عرفها "عدنان درويش جلول" أنها: {تلك الألعاب بسيطة التنظيم التي يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافسوا وفق قواعد ميسرة ولا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويلعب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم أدوات أو أجهزة أو بدونها} (عدنان درويش جلول وآخرون، 1954، ص 171)

- كما عرفها "الين وديع فرح" أنها: {الألعاب منظمة تنظيما بسيطا، سهلة في أدائها ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها ولا توجد لها قوانين ثابتة ولكن يمكن للمعلم وضع قوانين تتناسب مع سن اللاعبين واستعداداتهم (الين وديع فرح، 1996، ص 26)

- وحسب "مناهج التعليم الأساسي": {هي نشاطات حركية تجعل اللاعبين متنافسين حسب قواعد محددة ويستعملون حركات معينة} (مناهج ومواقيت السنة السادسة، 1986، ص 116)

*ومن خلال التعريفات السابقة نستخلص أن الألعاب الشبه رياضية هي تمارين تخدم هدف الحصة كغيرها من التمارين، ولكن تختلف عنها في كونها تكتسي بطابع اللهو والمرح و الحبوية

2-2- خصائص الألعاب الشبه رياضية:

الألعاب لشبه رياضية هي ألعاب جماعية و فردية لا تتطلب وسائل كثيرة لتجسيدها ، كونها لا تفرض هيئة خاصة ، لكن تكون محددة صحيحة و سهلة الفهم والعمل بها، تخلق روح التنافس و لا تهتم كثيرا بالنتائج كما تتصف بمجهود بدني و عقلي تعمل على تحفيز الطفل و بناء فكره

2-3- تصنيف الألعاب الشبه رياضية:

حسب تصنيف (اينولريدومابر) الألعاب الشبه رياضية مصنفة حسب أهدافها الفسيولوجية و هي:

- ألعاب جد نشيطة :

هي تلك الألعاب التي تتصف ببذل جهد بدني بشدة كبيرة دون انقطاع طوال وقت التمرين و يطبق على كل اللاعبين دون أي استثناء تتميز بتحقيق نتائج مقبولة

- ألعاب نشيطة :

لها نفس المستوى كالجهد نشيطة إلا أن هذه الأخيرة تطبق على فريق واحد في وقت يكون الثاني في راحة نسبية أي عدم ترك الحركة.

- ألعاب ذات شدة ضعيفة :

تستعمل غالبا عند وجود عدد قليل من اللاعبين كونها نشاط فردي أي يكون الجهد البدني فردي وتستهلك وقت كبير الحصة. (Demars(1991_1992). P38). فيE

و نجد أيضا حيث صنفها حسب أهدافها البيداغوجية كما يلي :

-ألعاب متعلقة بالمنافسة:

وهي ألعاب تهدف إلى خلق روح الانتصار والفوز ، أي هي ألعاب تدخل للتلاميذ روح المنافسة و الانتصار، وذلك قصد بلوغ أهدافه في المنافسات الأساسية ، و من بين الألعاب التي تحقق هذه الصفات عند الطفل نجد :

_ لعبة المساجين

_ السباق بالأرقام

_ المتابعة بالمفاجأة

-ألعاب خاصة بمراقبة الحركات و التنقلات :

هي ألعاب تهدف إلى تنمية القدرات العقلية و الانتقالية في كل الجهات (أمام-وراء-جانب ...) و تغيير الوضعيات ، الوتيرة ، وأداء التقنيات ، و يمكننا تحقيق ذلك بالتمارين التالية :

_ الزوايا الأربعة

_ سباق الحواجز

_ الصياد و كلابه

-ألعاب خاصة بتحسين مراقبة الكرة:

تتمثل في ألعاب تهدف إلى دراسة التلميذ لحالة انتقال الكرة ، و تقدير مدى قوتها ، وسرعتها ، واتجاهها ، كيفية استقبالها ، الدقة و السرعة و التسديد و القذف ... ومن بين هذه التمارين التي تساعد على تحقيق هذه الصفات

-كرة الرواق

-الهروب - الكرة داخل الحيز

-تسديد الكرة

- ألعاب خاصة بتنظيم الفريق :

هي ألعاب الوضعيات المختلفة في الميدان سواء جماعية أو فردية كوضعية الزملاء ، وضعية الخصم ، وضعية حارس المرمى ، الانتقالات ، المراقبة و التخلص منها ، الانطلاقات ، وفي هذه الحالات نجد هذه التمارين :

_ التمريرات العشرة

_ الكرة عند الصياد بالفرق

_ الكرة في المرمى المتنقل

- ألعاب ترويحية و تثقيفية:

حيث تتميز بجهد بدني ضعيف نسبيا، و إثارة الجهد الذهني للاعب، وهذا ما يساعده على الترويح و التثقيف.

2-4- أهداف الألعاب الشبه رياضية:

تساهم الألعاب الشبه رياضية بتنشيط حصة التربية البدنية و الرياضية، وخلق روح الحيوية و المتعة و التنافس بين التلاميذ قصد ترويحهم ، كما تختلف أهداف الألعاب الشبه رياضية حسب اختلاف مراحل الحصة ، بحيث نجد أن أهدافها في المرحلة التمهيديّة تختلف عن أهدافه في المرحلة الرئيسية و النهائية و يمكن حصر بعض الأهداف في كل جزء من أجزاء الحصة .

- المرحلة التمهيديّة:

تستعمل الألعاب الشبه رياضية في هذه المرحلة بغرض القيام بعملية الإحماء لتحفيز الجسم قصد تقبل الجهد في الأجزاء الموالية من الحصة كما تعمل على تنشيط الحصة و تحفيز التلاميذ على القيام بمجهود بدني و عقلي.

- المرحلة الرئيسية:

هدف الألعاب الشبه رياضية في هذه المرحلة هو مساعدة التعلم و ذلك باقتراح ألعاب حسب هدف الحصة، بحيث تسمح باكتساب مهارات و تقنيات بالإضافة إلى خلق جو تنافسي يسمح بتحفيز التلاميذ علا القيام بمجهود بدني و عقلي .

- المرحلة النهائية:

الغرض من استعمال الألعاب الشبه رياضية في هذه المرحلة هو تدعيم عملية الاسترخاء بعد أداء الجهد، وترك التلاميذ ذاتها في حالة نشاط أي الاحتفاظ بالجانب الترفيهي .

ما يمكن استخلاصه مما اشرنا إليه حول الألعاب الشبه رياضية هو أنها تعتبر كنشاط رياضي ترفيهي ممتع، فهي وسيلة تربية و تثقيفية جد فعالة و تساهم في تطوير التلميذ، ولذلك تحفزه، هذا ما يسمح بتنمية الجانب البدني و العقلي، الجانب التربوي، النفسي، و الاجتماعي .

و نظرا لفائدة استعمال الألعاب الشبه رياضية، و أهميتها في تطوير التلميذ في عدة جوانب أخرى ضرورة الاهتمام بهذا النوع من الأنشطة و الاستعانة بها خلال حصة التربية البدنية و الرياضية.

خلاصة:

إن ما يمكن استخلاصه من خلال ما اشرنا إليه حول فعالية الألعاب الشبه رياضية ضمن حصة التربية البدنية و الرياضية و فائدتها بصفة عامة، فالألعاب الشبه رياضية ذات أهمية كبيرة عن تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي و

بالنظر إلى اهتمامهم الكبير و إقبالهم المتزايد عليها، كما أنها تساهم في التطوير الايجابي لمختلف الجوانب عند الفرد سواء كانت حسية، نفسية، تربوية .و بها يتم تنمية و تطوير القدرات العقلية عند التلاميذ، كما خلق جو من التبادل بين التلاميذ و تسمح لوم بالتعبير بكل حرية عن آرائهم حول مختلف المواضيع.

بالإضافة إلى هذه الأهمية التي تحظى بها الألعاب الشبه رياضية عند الأساتذة و إدراجها ضمن حصة التربية البدنية و الرياضية و ذلك قد سد بعض الثغرات في الحصة، و تملأ الجسم صحة و انتعاشا لأنها نشاط رياضي، وكل هذا يخلق روح الثقة و الطموح و يساعد على التفكير المتزن، و تعتبر هذه الألعاب وسيلة حقيقية لرفع المستوى الصحي و تنمية القدرات و المهارات الحركية و الصفات البدنية و السمات الإدارية و الخلقية، كما تعتبر وسيلة لتعارف المراهقين على بعضهم البعض معرفة صادقة أساسها حسن المعاملة و التعارف في عنق الجماعة.

المحور الثاني:
دافعية الإنجاز

تمهيد :

تمثل دافعية الإنجاز أحد الركائز المهمة في منظومة الدوافع الإنسانية والتي كانت محور اهتمام الباحثين في مجال علم النفس التربوي وعلم النفس الاجتماعي وعلم النفس الصناعي، وتعد بداية النصف الثاني من القرن العشرين نقطة تحول هامة في دراسة موضوع الدافعية بشكل عام، إذ أن قبل هذا التاريخ اتسمت الدراسات التي تناولت هذا الموضوع بعدم الدقة والخلط بينه وبين مفاهيم أخرى لكن بعد هذا التاريخ أصبحت هذه الدراسات أكثر دقة ووضوحاً والتي أدت إلى تحديد أبعاد هذا المفهوم وعناصره، كما تم وضعه ضمن إطاره النظري.

إن موضوع دافعية الانجاز تلقى النصيب الأكبر من الدراسات مقارنة بباقي الدوافع الاجتماعية الأخرى، وسعد عالم النفس الأمريكي (هنري موراي) هو أول من قدم مفهومًا لدافعية الإنجاز باعتبارها مكونًا أساسيًا من مكونات الشخصية.

1- الدافعية:

يحتاج كل إنسان إلى شيء يحركه اتجاه ما يريد أن يفعله ولكي يحقق أهدافه، ومن أكثر الأمور التي تساعد الإنسان على تحقيق أهدافه هو وجود ما يسمّى بالدافعية، والتي سنقوم بعرض العديد من التعريفات لها، مثل:

1-1- تعريفات الدافعية:

- عرفها "توماس يونج": الدافعية هي استثارة وتحريك السلوك أو العمل وتعزيد النشاط إلى التقديم وتنظيم نموذج النشاط

- ويرى "دونالد لندزلي": هي مجموعة القوى التي تحرك السلوك وتوجهه وتعزده نحو هدف من الأهداف

(طلعت منصور وآخرون، 2003، ص110)

- كما تعرف الدافعية بأنها: تشير إلى مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من أجل إعادة التوازن الذي اختل (عبد الرحمن عدس، محي الدين توك، 2009، ص227)

- وتعرف بأنها: القوة الذاتية التي تحرك سلوك الفرد وتوجهه لتحقيق غاية معينة يشعر بالحاجة إليها أو بأهميتها العادية أو المعنوية النفسية بالنسبة له (فاطمة عبد الرحيم النوايسة، 2015، ص261)

- من خلال ما سبق يمكن تعريف الدافعية على أنها حالة من عدم التوازن الداخلي تثير سلوك الفرد وتوجهه نحو تحقيق هدف معين يؤدي إلى إشباع حاجاته وتخفيض التوتر لديه

1-2- أنواع الدافعية:

يمكن تصنيف الدوافع على مجموعتين حسب مصدر نشوءها كالتالي:

1- الدوافع الداخلية:

وهي الدوافع التي تثار بفعل العوامل التي تنشأ من داخل الفرد وتشمل:

1-1- دوافع البقاء: وهي الحاجات الضرورية لبقاء حياة الإنسان

1-2- دوافع داخلية: وهي مجموعة دوافع داخلية تنشأ داخل الفرد وتشمل حب المعرفة والاستطلاع والاكتشاف

والميول والاهتمامات

2- الدوافع الخارجية:

وتعرف بالدوافع المكتسبة أو الدوافع الثانوية مثل هذه الدوافع يمكن تعلمها واكتسابها من خلال عمليات التفاعل الاجتماعي والتنشئة الاجتماعية وفقا لمبدأ الملاحظة والنمذجة بحيث تتقوى بعوامل التعزيز والدعم الاجتماعي وتشمل دوافع الحب والتقدير والاحترام والتملك والسيطرة كما تشمل جملة الأهداف والأعراض التي يضعها الإنسان لنفسه ويسعى لتحقيقها (عماد عبد الرحيم الزعول وشاكر عقله المحايد، 2007، ص98)

1-3- أهمية الدافعية:

تتجلى أهمية الدافعية من الوجهة التربوية من حيث كونها هدفاً تربوياً في ذاتها، فاستثارة دافعية الطلاب وتوجيهها وتوليد اهتمامات معينة لديهم، تجعلهم يقبلون على ممارسة نشاطات معرفية وعاطفية وحركية خارج نطاق العمل المدرسي وفي حياتهم المستقبلية، هي من الأهداف التربوية الهامة التي ينشدها أي نظام تربوي. كما تنبئ أهمية الدافعية من الوجهة التعليمية من حيث كونها وسيلة يمكن استخدامها في سبيل إنجاز أهداف تعليمية معينة على نحو فعال، وذلك من خلال اعتبارها أحد العوامل المحددة لقدرة الطالب على التحصيل والإنجاز، لأن الدافعية على علاقة بميول الطالب فتوجه انتباهه إلى بعض النشاطات دون أخرى، وهي على علاقة بحاجاته فتجعل من بعض

المثيرات معززات تؤثر في سلوكه وتحته على المثابرة والعمل بشكل نشط وفعال (عبد المجيد نشواتي، 2003، ص206-207)

2- دافعية الإنجاز :

2-1- تعريف دافعية الإنجاز :

- عرفها "ماكليلاند" وزملاؤه: الدافعية للإنجاز تشير إلى استعداد ثابت نسبيا في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومثابرته في سبيل تحقيق وبلوغ النجاح يترتب عليه نوع من الإرضاء

- كما عرفها "جولدنسون": تشير على حاجة الفرد للتغلب على العقبات من السيطرة على التحديات الصعبة وهي أيضا الميل إلى بعض المستويات مرتفعة من الأداء والسعي نحو تحقيقها والعمل بمواظبة شديدة ومثابرة مستمرة (عبد اللطيف خليفة، 2002، ص94)

- عرفها "محمود عبد الحليم منسي": يقصد بها كفاح الفرد لأداء مهامه والأعمال الصعبة على أفضل وجه ممكن - ويعرفها "هليجارد" وزملائه: إن دافعية الإنجاز هي تحديد الفرد لأهدافه وفقا لمعايير التفوق في إنتاجه وإنجازه (طارق كمال، 2006، ص90)

التعريف الإجرائي:

من خلال ما سبق يمكن تعريف دافعية الانجاز بأنها الرغبة في الأداء المتميز بأقل وقت وجهد ممكن

2-2- أنواع دافعية الإنجاز

ميز(فيروف) و(شارلز سميث) بين نوعين أساسيين من دافعية الإنجاز هما:

2-2-1- دافعية الإنجاز الذاتية:

ويقصد بها تطبيق المعايير الداخلية أو الشخصية في مواقف الإنجاز

2-2-2- دافعية الإنجاز الاجتماعية:

وتتضمن تطبيق معايير التفوق التي تعتمد على المقارنة الاجتماعية، أي مقارنة أداء الفرد بالآخرين، ويمكن أن يعمل كل من هذين النوعين في نفس الموقف ولكن قوتها تختلف لأيهما أكثر سيادة وسيطرة على الموقف فإذا كانت دافعية الإنجاز الذاتية لها وزن أكبر وسيطرة على الموقف غالباً ما تدفعها دافعية الإنجاز الاجتماعية والعكس صحيح.

(عبد اللطيف محمد خليفة (2000) ص68)

2-3- الأثر النظرية المفسرة لدافعية الإنجاز:

لقد وضعت عدة نظريات حاولت تفسير دافعية الإنجاز نخص بالذكر منها:

2-3-1- دافعية الإنجاز في ضوء منحنى التوقع - القيمة:

هناك العديد من نظريات التوقع ولكن أكثرها ارتباطاً بالسياق الحالي هي نظرية التوقع التي قدمها (تولمان) في مجال الدافعية والتي أشار فيها إلى أن السلوك يتحدد من خلال الهاديات الداخلية والخارجية والبيئة كما أوضح تولمان أن لأداء فعل معين هو دالة أو محصلة التفاعل بين ثلاث أنواع من المتغيرات هي:

المتغير الدافعي: ويتمثل في الرغبة أو الحاجة إلى تحقيق هدف معين

متغير التوقع: الاعتقاد بأن فعل ما في موقف معين سوف يؤدي إلى موضوع الهدف

متغير الباعث: أو قيمة الهدف بالنسبة للفرد (المرجع نفسه، ص107)

ومن خلال هذه المتغيرات يستثار السلوك ويوجه نحو تحقيق الهدف المنشود وبشكل عام كلما كانت التوقعات المرتبطة بقيمة الإنجاز ضئيلة ومحدودة كلما قلت شدة استثارة السلوك الموجه نحو الإنجاز والعكس صحيح

وتعد كل من نظرية ماكلياند ونظرية أتيكسون أهم نظريتين وضعتا من خلال هذا الإطار:

نظرية ماكلياند:

يقوم تصور ماكلياند لدافعية الإنجاز في ضوء تفسيره لحالة السعادة أو المتعة بالحاجة للإنجاز فقد أشار ماكلياند وآخرون إلى أن هناك ارتباط بين الهاديات السابقات والأحداث الإيجابية وما يحققه الفرد من نتائج فإذا كانت مواقف الإنجاز الأولية إيجابية بالنسبة للفرد فإنه يميل للانجذاب والسلوكيات المنجزة أما إذا حدث نوع من الفشل وتكونت نوع من الخبرات السلبية فإن ذلك سوف ينشأ عنه دافعا لتحاشي الفشل

ونظرية ماكلياند ببساطة تشير إلى أنه في ظل ظروف ملائمة سوف يقوم الأفراد بعمل المهام والسلوكيات التي دعت من قبل، فإذا كان كوقف المنافسة مثلا هاديا لتدعيم الكفاح والإنجاز فإن الفرد سوف يعمل بأقصى طاقته ويتفانى في هذا الموقف. (عبد اللطيف محمد خليفة، مرجع سابق، ص 109)

نظرية أتيكسون:

اتسمت نظرية أتيكسون في دافعية الإنجاز بعدد من الملامح التي تميزها عن نظرية ماكلياند ومن أهم هذه الملامح أن أتيكسون أكثر توجهها معمليا وتركيزا على المعالجة التجريبية للمتغيرات الاجتماعية المركبة لمواقف الحياة التي تناولها ماكلياند، كما تميز أتيكسون بأنه أسس نظريته في ضوء كل من نظرية الشخصية وعلم النفس التجريبي، ووضع أتيكسون نظرية الدافعية للإنجاز في منحنى التوقع- القيمة متبعا في ذلك توجهات كا من (تولمان) و(كورت ليفن) وافترض دور الصراع بين الحاجة والإنجاز والخوف من الفشل (المرجع نفسه، ص 113-114)

2-3-2- دافعية الإنجاز في ضوء الغزو السببي:

ترجع الخلفية الأساسية لنظرية الغزو السببي إلى عالم النفس الاجتماعي الألماني (هيدر) إذ يرى أن الإنسان ليس مستجيبا للأحداث كما هو الحال في النظريات السلوكية وإنما مفكر في سبب حدوثها وأن سلوك الفرد هو الذي يؤثر على سلوكه القادم وليست النتيجة التي يحصل عليها ويفترض هيدر أن الأفراد يقومون بالغزو لأسباب النجاح أو الفشل عندهم هو عبارة عن محاولة ربط السلوك بالظروف التي أدت إليه إذ أن إدراك الفرد لسبب يساعده في السيطرة على ذلك الجزء من البيئة ويعتقد (هيدر) أن معتقدات الأفراد حول أسباب نتائجهم حتى ولو لم تكن حقيقية يجب أن تؤخذ بعين الاعتبار عند تفسير توقعاتهم وأشار إلى أن الأفراد يرجعون الأسباب إما إلى عوامل خارجية (بيئية) مثل الحظ وصعوبة العمل أو إلى عوامل داخلية (تتعلق بهم) مثل الجهد والقدرة (نبيل محمد زايد (2003) ص74)

فاعتقاد الفرد بأن فشله ناتج عن عوامل داخلية ثابتة نسبيا يقود الفرد إلى توقع الفشل في المهام التالية كما أن اعتقاد الفرد بأن نجاحه ناتج عن أسباب وعوامل ليست مرتبطة به (خارجية) وهي قابلة للتغيير والتبديل (غير ثابتة) فإن توق الفرد للنجاح في المستقبل يقل. (مصطفى باهي حسين، أمينة الشلبي (1998) ص41)

2-3-3- دافعية الإنجاز في ضوء التنافر المعرفي:

تمثل نظرية التنافر المعرفي التي قدمها (ليون فستجر) امتدادا إلى منحنى التوقع- القيمة، وتشير هذه النظرية إلى أن لكل منا عناصر معرفية تتضمن معرفته بذاته (ما نحب وما نكرهه، وأهدافنا وضروب سلوكنا) كما أن لكل منا

معرفة بالطريقة التي يسير بها العالم من حولنا فإذا تنافر عنصر من هذه العناصر مع عنصر آخر بحيث يقضي وجود أحدهما منطقياً غياب الآخر حدث التوتر الذي يملينا ضرورة التخلص منه

وتفترض هذه النظرية أن هناك ضغوطاً لتحقيق الاتساق بين معارفه أو نسق معتقداته وبين أنساق معتقداته وسلوكه وأشار فستنجر إلى أن هناك مصدرين أساسيين هما:

- آثار ما بعد اتخاذ القرار

- آثار السلوك المضاد للمعتقدات والاتجاهات

فقد ينشأ عدم الاتساق بين الاتجاهات والمعتقدات التي يتبناها الفرد وبين سلوكه نظراً لأن الفرد اتخذ قراراً دون تروي أو معرفة بالنتائج على اتجاهه وقيمه، أما فيما يتعلق بآثار السلوك المضاد للإنجاز فقد يعمل الشخص في عمل معين ويعطيه أهمية كبرى على الرغم من أنه لا يرضى عنه في الحقيقة، فإنه يعطيه قيمة وأهمية لأنه يريد مثلاً الحصول من ورائه على كسب مادي ومن هنا ينشأ عدم الاتساق بين القيم والسلوك وتوصف أشكال عدم الاتساق هذه بأنها حالة من حالات التنافر المعرفي (عبد اللطيف محمد خليفة (مرجع سابق) ص 146)

2-4-4- برامج تنمية دافعية الإنجاز:

2-4-1- تنمية دافعية الإنجاز من وجهة نظر ماكلياند:

صمم ماكلياند برنامجاً يتضمن أربعة محاور أساسية لتنمية دافعية الإنجاز هي:

- التعريف بدافعية الإنجاز:

إن دافعية الإنجاز هي نظام شكلي من التفكير والمشاعر والسلوك المرتبط بالسعي نحو الامتياز ويبدأ ماكلياند وينطلق في برنامجه بتكوين ذلك النظام الشبكي ويستله بتدريب المشاركين على التعرف على مفهوم دافعية الإنجاز وتدريبهم على التفكير في إطار المفاهيم الإنجازية ويتم ذلك بأشكال متعددة منها أن يطلب القائم على التدريب من المشاركين أن يكتبوا قصصاً على بطاقات اختبار تفهم الموضوع ثم يقومون بتصحيحها في ضوء المفاهيم الإنجازية مما يساعدهم على معاشة الأفكار الإنجازية واكتساب لغة جديدة هي للغة الإنجاز

وهنا يبدأ المشاركون لأول مرة في التعرف على خصائص الشخص المنجز حيث يقدم لهم المسؤول عن البرنامج تعريفاً يتضمن الخصائص التالية:

- التنافس مع الذات

- التنافس مع الآخرين

- الاستغراق في عمل طويل

- الإنجاز الفردي التميز

ويصيغ ماكيلاند المدخل الخص بالتفكير الإنجازي كآلآتي: (بقد ما يستطيع المشارك أن يستوعب بدقة ووضوح مفاهيم النظام الشبكي الإنجازي بقدر ما ينمو ويقوي الدافع الإنجازي لديه) (حسين أبو رياش، عبد الحكيم الصافي، أميمة عمور، سليم شريف، (مرجع سابق) ص195)

ويهدف التدريب على كل من التفكير الإنجازي والسلوك الإنجازي إلى إكساب الفرد القدرة على تطبيق ما تدرب عليه في حياته وهو ما يعني انتقال أثر التدريب

- دراسة الذات:

لقد تمحور الحديث حول محاولة تنمية دافعية الإنجاز عند المشارك ولم يكن من بينها ما يتعلق بالفرد ولما كان الهدف هو محاولة إحداث تغيير أو تعديل على المستوى الفكري أو السلوكي لدى الفرد، فال بد من ترك الفرصة له في البرنامج لكي يستبصر الحقائق الخاصة بحياته ويعمله وبأهدافه وقيمه وكيف يمكن أن تتأثر دافعية الإنجاز لديه بهذه الحقائق

- تحديد الهدف:

يعد هذا المدخل بمثابة التدريب على الشبكة الإنجازية أو التطبيق العملي لها بحيث يعمل القائمون على البرنامج على استثارة اهتمام المشاركين وساعدتهم على صياغة الأهداف التي يريدون الوصول إليها ويتم ذلك بحثه على وضع هدف عام يحلله إلى أهداف صغيرة فيبدأ المشارك بتحديد الاستجابات المرغوبة والمطلوب تنميتها والاستجابات الغير مرغوبة والمطلوب التخلي عنها أو تعديلها

- التدعيم والمساعدة:

يرى ماكيلاند أن التفاعل بين الأفراد له دور حاسم في بناء أي موقف يهدف إلى تعديل السلوك حيث يوضح ان الخبرة الانفعالية لا تنفصل عن الخبرة المعرفية وبخاصة أن الدافع يعرف بأنه الصيغة الانفعالية للشبكة المرتبطة به، ومن هنا يؤكد ماكيلاند على أن التفاعل المتبادل بين المشاركين أنفسهم وبين المدرب يعد أمرا لا يمكن إغفاله في التدريب، ولقد أشار ماكيلاند

أن الهدف هو إحداث تغيير يتطلب بالطبع تخلي الفرد عما اعتاد من أساليب قائمة من التفكير والسلوك وما يصاحب ذلك من قلق معيقا يعطل التغيير ويبرز دور دفيء العلاقة الصادقة في تخفيف القلق الناجم عن هذا التغيير (المرجع نفسه، ص198)

2-4-2- تنمية دافعية الإنجاز في نظر (الشولر):

يتفق كثيرا ممن عملوا في مجال التربية السيكولوجية مع (ماكلياند) في الجوانب الرئيسية للبرنامج سواء في الأساس النظري أو في محتوى البرنامج ومن هؤلاء نعرض الأسس التي وضعها الشولر في بناء برنامج دافعية الإنجاز يلخص الشولر تلك الأسس في ست خطوات إجرائية تعتمد في دافعية الإنجاز وهي:

- ركز انتباه المشاركين فيما يجري والآن
- قدم خبرات مركزة ومتكاملة لخبرات جديدة وانفعالات وسلوك جديدين
- ساعد المشاركين على استخلاص معنى هذه الخبرات وذلك بتقديم عناصر الخبرة في مفاهيم يمكن تعلمها
- ساعد المشاركين على إدراك العلاقة بين تلك الخبرات وبين قيمهم وأهدافهم ومفاهيمهم عن الذات أو الآخرين
- اعمل على تثبيت الأفكار والسلوك الجديدين بالتدريب عليها وممارسة الخبرة عمليا
- بعد أن يتمثل المشاركون تلك الخبرة فإنها تدخل في نسيج أفكارهم ومشاعرهم وسلوكهم أي تصبح جزءا من شخصياتهم. (حسين أبو رياش، عبد الحكيم الصافي، أميمة عمور، سليم شريف، (مرجع سابق) ص199-200)

2-5- طرق قياس دافعية الإنجاز:

تبين أن المقاييس التي استخدمت في قياس دافعية الإنجاز انقسمت إلى قسمين رئيسيين هما:

2-5-1- المقاييس الإسقاطية:

قام ماكلياند وزملاؤه بإعداد اختبار لدافعية الإنجاز مكون من أربعة صور تم اشتقاق الذي أعده موراي أما بعضها من اختبار تفهم الموضوع (T.A.T) البعض الآخر

فقام ماكلياند بتصميمه لقياس دافعية الإنجاز

وفي هذا الاختبار يتم عرض كل صورة من الصور على شاشة لمدة عشرين ثانية أمام المبحوث ثم يطلب الباحث منه كتابة قصة تعطي أسئلة بالنسبة لكل صورة، والأسئلة هي:

- ما يحدث؟ ومن هم الأشخاص؟

- ما الذي أدى إلى الموقف؟

- ما محور التفكير؟ وما المطلوب عمله؟ ومن الذي يقوم بهذا العمل؟

- ماذا يحدث؟ وما الذي يجب عمله؟

ثم يقوم المبحوث بالإجابة عن الأسئلة الأربعة بالنسبة لكل صورة ويستكمل عناصر القصة الواحدة في مدة لا تتجاوز أربعة دقائق ويستغرق إجراء الاختبار كله في حالة استخدام الصور الأربعة حوالي عشرين دقيقة، ويرتبط هذا الاختبار أساساً بالتحليل الإبداعي ويتم تحليل القصص أو نواتج الخيال لنوع معين من المحتوى في ضوء يمكن أن يشير إلى الدافع للإنجاز. (عبداللطيف محمد خليفة (مرجع سابق) ص 97-98)

ولقد تعرضت هذه الطرق الإسقاطية في قياس دافعية الإنجاز للنقد الشديد إذ يرى البعض أن هذه الطرق ليست مقاييس على الإطلاق ولكنها عبارة عن وصف لانفعالات المبحوث، كما شككوا في درجة ثباتها لذلك فقد اتجه نفر كثير من الباحثين نحو التفكير في تصميم مقاييس أكثر موضوعية لقياس الدافعية

2-5-2- المقاييس الموضوعية:

قام الباحثون بإعداد المقاييس الموضوعية لقياس الدافعية للإنجاز بعضها أعد لقياس الدافع للإنجاز لدى الأطفال مثل مقياس (وينر)، وبعضها أعد لقياس الدافع للإنجاز لدى الكبار

¹ مثل مقياس (مهريبان) عن الميل للإنجاز ومقياس (لن) ومقياس (هومانز). (المرجع نفسه ص 100)

3- دوافع ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في الوسط المدرسي:

تعتبر دوافع ممارسة الأنشطة البدنية سواء كانت داخلية أم خارجية بمثابة دوافع اجتماعية مكتسبة من المجتمع حيث يمكن تعلمها أو إكسابها للفرد حتى منذ صغره، وإن كان الأمر يحتاج إلى البحث عن الأسباب التي تؤدي إلى اختيار فرد ما لهذا النشاط دون باقي الأنشطة الأخرى ولماذا هذا الفرد يستمر في ممارسة هذا النشاط دون الأنشطة الأخرى بينما ينقطع أو يكاد عن أداء نشاط آخر وفي حقيقة الأمر لا يمكن الإجابة عن مثل هذه التساؤلات دونما الرجوع إلى تحليل بعض العوامل المهمة المرتبطة بالأداء الرياضي بشكل عام ومن بين هذه العوامل نجد عامل الاستعداد للتعلم

3-1-1- الاستعداد للتعلم والأداء الرياضي:

الاستعداد يعني الحالة التي يكون عليها الفرد من حيث القابلية للتعلم والتدريب ويمكن ملاحظة أن وسائل وطرق تنمية الدافعية تفقد قيمتها إذا لم يكن الفرد على أتم الاستعداد لتعلم المهارات الرياضية الخاصة بنشاط رياضي معين ومفهوم الاستعداد هوة مفهوم ذو بعدين هما:

3-1-1-1- الاستعداد البدني:

عندما نتحدث عن الاستعداد البدني من المهم أن نشير إلى مفهوم النضج الذي يمكن تعريفه بأنه عملية تطور ونمو داخلي تتابع بشكل معين منذ بدء الحياة وذلك منذ اتحاد الخلية الذكرية بالخلية الأنثوية ولا دخل للفرد فيه وتشمل هذه العمليات تغيرات تشريحية وفسولوجية وعضوية وكذلك تغيرات عقلية وهي ضرورة ولازمة وسابقة لاكتساب أي خبرة أو تعلم معين فالنضج شرط أساسي لكل عملية تعلم فهو يضع الحدود والإطار التكويني الفطري الذي يكون للممارسة أثرها في داخله لكي يحدث التعلم، ومعنى ذلك أنه توجد أنماط سلوكية موروثة لدى الفرد وتكون هذه الأنماط ليست على استعداد للعمل رغم وجود المثيرات المختلفة في البيئة الخارجية إلا إذا نضجت هذه الأعضاء المناسبة الخاصة بها ويمكن توضيح ذلك بحقيقة أن الطفل مهما درب لا يستطيع المشي إلا إذا صل نموه العصبي والعضلي إلى مستوى معين يمكنه من هذا الأداء (أسامة كمال راتب، 1990، ص 41)

وعندما نتحدث عن الاستعداد البدني العام فمن المهم الأخذ بعين الاعتبار الاستعداد البدني الخاص يحتاج إليه نشاط رياضي معين، فمثلا عند زيادة حجم الجسم وزيادة قوته فهاتان صفتان دالتان على أن الفرد مستعد لممارسة مسابقات الرمي في ألعاب القوى وهكذا...

لذلك فإنه في الآونة الأخيرة نجد أن الباحثين قد اتجهوا إلى تحديد المواصفات الجسمية والبدنية لكل نشاط رياضي ووضعها كأساس يسمح بالإختيار السليم للرياضيين

3-1-2- الاستعداد النفسي:

ما يجب أن نلفت الانتباه إليه أن النضج البدني وحده لا يكفي لضمان استمرار الناشئ في الممارسة والتدريب ولكن من الأهمية أيضا أن يحقق الناشئ النضج النفسي الذي يؤهله للإقبال على ممارسة النشاط الرياضي وتحمل العبء البدني والنفسي الناتج عن عملية التدريب واحتمال الاشتراك في المنافسة، لذلك ينصح بأن قدر الاهتمام الذي يوجه

إلى النضج والنمو البدني يجب أن يواكب الاهتمام بالنمو والنضج النفسي فمن الأهمية أن نتفهم الانفعالات والاتجاهات الخاصة بالناشئ فعلى سبيل المثال يجب أن يكون لدى الناشئ الرغبة في تنمية المهارات الرياضية ويمتلك الدافع والتهيئة النفسية لمواجهة المتطلبات النفسية الخاصة بالنشاط الرياضي (المرجع نفسه، ص42)

ويتميز كل نشاط رياضي بخصائصه النفسية فمثلا نجد أن هناك بعض الأنشطة التي تتطلب الجرأة والاندفاع في حين أن هناك أنشطة أخرى تطلب الانتباه والتركيز، وما نود قوله هنا أن الفرد الذي يريد ممارسة نشاط رياضي معين يجب عليه أن يمتلك الخصائص النفسية الخاصة بذلك النشاط ناهيك عن امتلاكه للخصائص النفسية العامة التي تميز كل الأنشطة البدنية والرياضية مثل القدرة على التحمل وتقبل الفشل والاستعداد للتضحية بالوقت والجهد

3-2- أهمية دراسة الدافعية لمدرس التربية البدنية والرياضية:

تظهر أهمية دراسة الدافعية بالنسبة للمدرس باعتبار أنها تساعد في:

- اختيار التلميذ لنوع معين من النشاط البدني الذي يمارسه أو اختيار المدرس أو المدرب الذي يفضل أن يمارس معه النشاط أو الانضمام لفريق رياضي دون فريق آخر وهذا يمثل احد وظائف الدافعية الهامة والتي يطلق عليها معرفة اتجاه الجهد نحو الممارسة الرياضية

- مقدار الجهد المتوقع أن يبذله التلميذ أثناء درس التربية البدنية أو خلال تدريبات الفرق المدرسية حيث أن بعض التلاميذ يواظبون على حضور درس التربية البدنية أو جرعات تدريب الفرق الرياضية ولكن في حقيقة الأمر لا يشاركون بإيجابية وفعالية مما يفقد الدرس أو التدريب قيمة الهدف منه وهذا يمثل أحد وظائف الدافعية الهامة التي يطلق عليها معرفة شدة الجهد نحو الممارسة الرياضية

- مقدرة التلميذ على مواجهة بعض المشكلات التي تحول دون ممارسته للرياضة داخل أو خارج المدرسة مثل صعوبة التوفيق بين إنجاز الواجبات المدرسية والانتظام في الممارسة الرياضية وهذا يمثل أحد وظائف الدافعية الهامة والتي يطلق عليها المثابرة نحو الممارسة الرياضية. (أسامة كمال راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة، (1999) ص138)

3-3- تحليل دوافع التلميذ نحو ممارسة النشاط الرياضي:

تتعدد دوافع الممارسة للنشاط الرياضي كما أن الفرد قد يمارس الرياضة لإشباع أكثر من

دافع وقد أظهرت نتائج تحليل دافع ممارسة النشاط الرياضي للتلميذ أنها ترتبط بعوامل متعددة منها ما يرتبط بالعوامل النفسية مثل الشعور بالمتعة، تكوين أصدقاء، تحقيق النجاح والفوز...

وكذلك هنالك عوامل ترتبط بتطوير القدرات مهارية والبدنية واكتساب المهارات الجديدة (أسامة كمال راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة (مرجع سابق) ص 139-140)

وفيما يلي أهم الفئات الرئيسية لدوافع المشاركة في النشاط البدني الرياضي:

- الاستحسان الاجتماعي (الأباء- الأصدقاء- الجمهور- المربي الرياضي)

- المنافسة (الفردية- الجماعية- متعة المنافسة- المنافسة أمام الجمهور)

- السيطرة والتحكم الذاتي (من خلال تعلم المهارات الحركية الجديدة- التفوق في الداء الحركي)

- أسلوب الحياة (عادة سلوكية مستمدة من توجيهات الأسرة في العمر المبكر)

- الخوف من الفشل (الخوف من تقييم الآخرين)

- اللياقة البدنية والصحة (الشعور بالصحة- المظهر الجسماني الجيد)

- الأصدقاء والعلاقات الاجتماعية (علاقات مع الزملاء- الشهرة- علاقات مع الفرق المنافسة)

- النجاح والإنجاز (الاشتراك في المسابقات الهامة- الإنجاز في التدريب- إنجاز أهداف شخصية)

- الاعتراف والتقدير (من الأصدقاء- الجمهور- المربي الرياضي)

- التخلص من التوتر (الشعور بتفريغ الانفعالات والراحة والهدوء)

- الاستقلالية والاعتماد على النفس (عمل برنامج تدريب فردي- مساعدة المدرب في إعداد برنامج التدريب-

إظهار الفروق الفردية)

- الإثارة والمتعة (فالمنافسة والتحدي يؤديان على تدعيم المشاعر الانفعالية الإيجابية مثل الإثارة والمتعة والاندماج)

- المكانة الاجتماعية (تحقيق النجاح واكتساب المهارات والقدرات- تدعيم الجوانب الإيجابية للشخصية وجعل

الآخرين يتعاملون باحترام والشعور بالأهمية من قبل الآخرين)

- الوعي الذاتي والثقة بالنفس (زيادة الشعور بالثقة- إحساس أفضل نحو القدرات البدنية والمهارية- الشعور أفضل نحو الذات)

- المكافأة المادية (السفر - الجوائز - درجات التفوق الرياضي). (أسامة كمال راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة (مرجع سابق) ص 141)

وفي سياق تحليل دوافع ممارس التلاميذ للأنشطة الرياضية فإنه ينبغي الإشارة إلى كل من البواعث الداخلية والبواعث الخارجية ويقصد بالبواعث الداخلية هي المكافآت التي يعطيها التلميذ لذاته أثناء ممارسته للنشاط الرياضي، لذلك فإننا نجد بعض التلاميذ يقبلون على دروس التربية البدنية بدافع المتعة والإثارة والرضا الذاتي

أما البواعث الخارجية فيقصد بها المكافآت الخارجية التي يأمل التلميذ الحصول عليها من الآخرين نظير اشتراكه في الأنشطة البدنية وتوجد علاقة وطيدة بين هذين النوعين من البواعث حيث أن معظم التلاميذ يمارسون الأنشطة البدنية بغرض الحصول على كلا النوعين

3-4- طرق تنمية دافعية التلاميذ نحو ممارسة النشاط الرياضي المدرسي:

بالرغم من تعدد وتنوع دوافع الممارسة الرياضية للتلاميذ إلا أنها جميعا تندرج تحت فئتين رئيسيتين هما:

- حاجة التلاميذ إلى الشعور بالاستمتاع

- حاجة التلاميذ إلى الشعور بالقيمة والتقدير

ويقصد بحاجة التلميذ إلى الشعور بالاستمتاع أن لكل فرد منا مستوى معين من الحاجة إلى الإثارة والمتعة وبيبتعد عن الانفعالات السلبية والقلق...

أما حاجة التلميذ إلى الشعور بالقيمة والتقدير فيقصد بها أن التلميذ مثله مثل أي فرد آخر بحاجة إلى الشعور بكفاءته وأن يحقق النجاح وأن يحس بأنه شخص ذو قيمة وفي مجال ممارسة الأنشطة الرياضية حيث تتعدد مواقف المنافسة فإن التلميذ يفسر المكسب بمعنى النجاح والخسارة بمعنى الفشل

وعلى ضوء ذلك عندما ينجح التلميذ في أداء المهام (الواجبات) أو المهارات المطلوبة منه بين زملائه في الممارسة الرياضية فرصة لإشباع الحاجة إلى الشعور بالقيمة ومن ثم يزداد إقباله على ممارسة النشاط الرياضي وفي المقابل عندما لا يستطيع تحقيق المهام أو المهارات المطلوبة منه فإن ذلك يدعم لديه الشعور بعدم القيمة وأنه فاشل ويلوم نفسه عندما تتكرر خبرات الفشل في الدرس أو أثناء التدريب في الفرق الرياضية المدرسية فإنه يحاول تجنب تكرار

خبرات الفشل -أي ممارسة النشاط الرياضي- ما دام أنها تمثل له خبرة سلبية لها تأثير سلبي على تقديره وقيمه لذاته.أسامة كمال راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة (مرجع سابق) ص(149)

3-4-1- دور مدرس التربية البدنية في جعل الرياضة مصدرا للاستمتاع عند التلاميذ:

يجب على المدرس أن يتقيد بجملة من القواعد التي تجعل الممارسة الرياضية مصدرا للاستمتاع ومن بين أهم هذه القواعد يمكن ذكر مايلي:

- يجب أن تتحدى واجبات الأداء قدرات التلاميذ:

عندما يقدم المدرس واجبات يهدف من ورائها تعلم المهارات الحركية أو تطوير القدرات البدنية فإنه يجب عليه أن يأخذ بعين الاعتبار أن تكون هذه الواجبات بدرجة صعوبة تتحدى قدرات التلاميذ مما يثير عنده الدافعية نحو تحقيق الهدف ويتجنب قدر الإمكان إعطاء الواجبات التي تكون درجة صعوبتها أكثر بكثير من قدرات التلاميذ وذلك لما لها من آثار سلبية تظهر على شكل تراكم خبرات الفشل

- المشاركة الإيجابية للتلميذ في النشاط الرياضي:

تعتبر المشاركة الإيجابية للتلميذ في النشاط الرياضي أحد أهم مصادر الاستمتاع وتفريغ الانفعالات السلبية لذلك فإن مدرس التربية البدنية عندما يريد التخطيط للدرس يجب عليه أن يراعي نقطتين أساسيتين هما:

- كمية النشاط المراد القيام به مع التلاميذ وهنا يجب أن تتناسب هذه الكمية مع القدرات البدنية للتلميذ

- استثمار وقت الحصة من أجل تحقيق أكبر قدر ممكن من المشاركة الفعالة للتلاميذ

- توعية التلاميذ بفائدة النشاط الرياضي:

مما لا شك فيه أن التوعية المستمرة للتلاميذ بفائدة الأنشطة البدنية تعمل على تنمية الدافعية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية المدرسية، وتنم هذه التوعية عن طريق نشر الثقافة الرياضية من خلال إبراز فوائد الرياضة على الصحة الجسمية والعقلية وكذلك مساهمتها في تنمية الشخصية وتحقيق الذات

- الإعداد الجيد للوسط الذي يمارس فيه التلميذ النشاط الرياضي:

الإعداد الجيد لبيئة الممارسة (الملعب، فناء المدرسة، الصالات إن وجدت...) يمثل أحد المصادر الإيجابية لتوفير خبرة الاستمتاع بالممارسة الرياضية، ومن أمثلة الإعداد الجيد للبيئة التي يمارس فيها التلميذ نشاطه البدني ما يلي:

- التخطيط الواضح للملعب أو مكان الدرس
 - توفير الأدوات المناسبة لنجاح الدرس والتي تناسب التلميذ
 - سلامة الأدوات وتعددتها قدر الإمكان
 - تنظيم وضع الأجهزة داخل الملعب أو الصالة أو الفناء
 - خلو مكان الممارسة من العوائق الحديدية أو البروزات الإسمنتية أو العوائق الأخرى
 - بُعد أماكن الممارسة قدر الإمكان عن الأعمدة الخرسانية أو أعمدة الإنارة وبعيدا عن مصادر الكهرباء الضارة
 - الإضاءة الجيدة لمكان الممارسة داخل المدرسة
 - نظافة المكان وخلوه من الحصى
 - مكان الممارسة متجدد الهواء وصحي
 - أن يكون الأستاذ قدوة في إظهار الاستمتاع:
- القدوة الحسنة أحد مصادر تنمية الدافعية للتلميذ نحو أداء الأنشطة البدنية حيث أن التلاميذ ينظرون على مدرس التربية البدنية والرياضية على أنه القدوة وأحد أهم مصادر الاستمتاع مما يستوجب على المدرس أن تتوفر فيه الشروط التالية:
- أن يكون ذا مظهر جيد
 - أن يظهر الاهتمام بالدرس
 - أن يظهر قيم خلقية عالية أمام التلاميذ
 - أن يشارك التلاميذ في ممارستهم لأنشطتهم الرياضية دون أن يكون مصدر خطورة أو مصدر للإصابة
 - أن يظهر الابتسام والمرح طوال فترات الحصة

- تجنب استعمال النشاط البدني كنوع من العقاب:

الأصل أن يكون النشاط البدني بكل أنواعه مصدر للمتعة والإثارة، أما أن يستخدم النشاط البدني الرياضي كمصدر للعقاب فذلك غير مقبول كون أنه يكسب هؤلاء التلاميذ نظرة سلبية حول ممارسة النشاط البدني الرياضي ويسهم بدرجة كبيرة في تدني الدافعية لديهم

- تجنب التقييم المستمر للتلميذ أثناء الأداء:

يجب على المدرس أن يتيح الفرصة للتلاميذ كي يحققوا الاندماج والاستمتاع بممارسة الأنشطة البدنية والرياضية وذلك بابتعاده عن تكرار توقيف النشاط من أجل إعطاء تعليمات معينة

3-4-2- دور مدرس التربية البدنية في جعل الرياضة مصدرا لتقدير الذات عند التلميذ:

يجب على المدرس أن يتقيد بجملة من القواعد التي تجعل الممارسة الرياضية مصدرا لتقدير الذات عند التلميذ ومن بين أهم هذه القواعد يمكن ذكر ما يلي:

- توفير خبرات النجاح للتلاميذ أثناء ممارسة النشاط الرياضي:

تعتبر عملية توفير خبرات النجاح للتلاميذ أثناء ممارسة النشاط الرياضي من أهم الطرق التي تسمح للتلميذ بالشعور بالقيمة والتقدير ويتطلب ذلك مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين التلاميذ عند تلقينهم المهارات الحركية بحيث يجب على أستاذ التربية البدنية التحديد الدقيق لقدرات كل تلميذ مما يسمح له بإعطائه أنشطة تتوافق مع قدراته ويستطيع إنجازها مما يعزز لديه الشعور بالقيمة والتقدير وبالتالي تنمية دافعية الإنجاز الرياضي لديه، ويتجنب المربي إعطاء المهام أو الأنشطة التي تتجاوز قدرات التلميذ لأنه يعجز عن إنجازها مما يعزز لديه خبرات الفشل وينقص من دافعيته نحو ممارسة الأنشطة الرياض

- إعطاء الفرصة للتلميذ للتعرف على معدلات التقدم لقدراته البدنية:

تعتبر دوافع التلميذ نحو تطوير قدراته البدنية والرياضية من أهم الدوافع التي تثير سلوكه وتوجهه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية المدرسية لذلك فإنه من الأهمية أن يتيح المربي الفرصة للتلاميذ للتعرف على مدى التقدم الذي أحرزوه من خلال ممارستهم

إن إدراك التلميذ للقدرات البدنية التي وصل إليها من شأنه أن يؤدي إلى تنمية الدافعية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية خاصة إذا عرف أن مستوى أدائه في تحسين مستمر

- تقديم التشجيع والثناء وتجنب التهديد والعقاب للتلميذ:

تعتبر دوافع ممارسة النشاط الرياضي من الدوافع الاجتماعية والتلميذ عادة غير مضطر ولا مجبر على ممارسة النشاط الرياضي ولكنه يمارس النشاط الرياضي لإشباع دوافع اجتماعية تشبع لديه الشعور بالقيمة وتقدير الذات وعندما يفقد ذلك فإنه يفقد الدافع نحو الممارسة، ويعتبر أسلوب تعامل المربي الرياضي أحد الأسباب الهامة التي يتحقق من خلالها شعورهم بالقيمة والتقدير أو تكوين اتجاهات سلبية نحو أنفسهم وهنا تظهر أهمية استخدام أسلوب التشجيع والثناء على سلوك التلميذ خاصة بنجاح بتحقيق الواجبات الحركية المطلوبة منه إنجازها

بل ربما يؤكد هنا على ضرورة أن يهيئ المربي الرياضي المواقف التعليمية المتنوعة التي تمثل خبرات إيجابية يستحق عليها التلميذ التشجيع والثناء وفي المقابل فإنه من الأهمية أن يتجنب المربي الرياضي استخدام أسلوب التهديد والتخويف في الموقف التعليمي للمهارات الحركية والرياضية أو موقف المنافسة لأن ذلك يجعل خبرة الممارسة الرياضية تتميز بالقلق والتوتر وتزيد من دوافع الخوف والفشل والنتيجة تكوين مفاهيم سلبية نحو ذاته وقدراته ويزداد الأمر سوءا عندما يلاحظ أن بعض المدرسين يصرون على استخدام أسلوب التهديد والعقاب والسخرية ظنا منهم أن ذلك هو الأسلوب الأفضل لزيادة الدافعية لدى التلاميذ نحو بذل المزيد من الجهد والنجاح في الأداء. (أسامة كمال راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة (مرجع سابق) ص151)

- تنمية مهارات القيادة لدى التلاميذ:

من بين أهم المهارات الاجتماعية التي يمكن إكسابها للتلاميذ وتنمي لديهم الشعور بالقيمة وتقدير الذات نجد مهارات القيادة ويمكن أن يتحقق ذلك من خلال إعطاء فرصة للتلميذ كي يقود مجموعة من التلاميذ أثناء تأديتها لنشاط ما

خلاصة:

من خلال ما سبق يمكننا استخلاص أن الدافعية تعتبر من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وتعقيدا وذلك لارتباطها بالسلوك، كما أنها عبارة عن حالة من عدم التوازن الداخلي التي تثير السلوك وتوجهه نحو تحقيق هدف معين، ومفهوم الدافعية يتداخل في كثير من الأحيان مع مفاهيم أخرى مرتبطة بالسلوك، كما يعد التصنيف وفق المنشأ التصنيف الأكثر شيوعا، إضافة إلى هذا فإن وظائف الدافعية تتمثل في استثارة السلوك وتوجيهه بالإضافة إلى تحديد شدة السلوك اللازمة والمحافظة على ديمومته حتى يتحقق الهدف، كما وضعت العديد من الأطر النظرية التي حاولت تفسير الدافعية أهمها النظرية المعرفية والنظرية الإنسانية ونظرية التحليل النفسي، وتعتبر دافعية الإنجاز من الدوافع الاجتماعية المنشأ وتتميز بأهميتها مقارنة مع باقي الأنواع الأخرى وتعرف على أنها الرغبة في الداء المتميز للعمال بأقل وقت وجهد ممكنين، ويمكن قياس دافعية الإنجاز عن طريق المقاييس الإسقاطية والمقاييس الموضوعية، ويعد هذا النوع الخير الأكثر صدقا وثباتا مقارنة بالنوع الأول، كما تظهر أهمية دافعية الإنجاز عند التلاميذ أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية المدرسية وضرورة تنميتها، وتتعدد دوافع ممارسة النشاط الرياضي المدرسي، كما أن هناك العديد من الطرق التي تسمح بتنمية دافعية الإنجاز نحو ممارسة الأنشطة الرياضية المدرسية.

المحور الثالث:

تلاميذ السنة الأولى ثانوي

يمر الفرد خلال مشواره الدراسي بعدة عقبات عليه تخطيها كي يصل إلى المستوى الأعلى، وأهم عقبة في حياته هي مرحلة السنة الأولى ثانوي وهذا مم يحدث انعكاسات على تصرفاته وانفعالاته وعواطفه.

بالإضافة إلى ذلك المرحلة العمرية التي ينتمي إليها، وهي أهم وأخطر مرحلة في حياة الإنسان، حيث يكون فيها عرضة لجميع المؤثرات و العوامل الاجتماعية، و يؤكد علماء النفس أن المراهقة منعرج خطير في حياة الإنسان، إذ تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة، و تحول الطفل إلى عضو في مجتمع الراشدين كما تتسم بكونها مرحلة معقدة تحدث فيها تغيرات هامة و مختلفة و لهذا وجب تغيير هذه المرحلة و مسايرتها وفق متطلبات المجتمع بواسطة عدة طرق و وسائل التربية البدنية و الرياضية و ما تحتويه من مناشط و أهداف، و تعد إحدى هذه الطرق التي تستخدمها المنظومة التربوية والتي من خلالها نجد إثارة دافعية الإنجاز الرياضي.

و في هذا الفصل سنتعرض إلى بعض تعاريف المراهقة و الخصائص العامة لشخصية المراهق ثم الوقوف عند العوامل المؤثرة في المراهقة و مراحلها، ومظاهر النمو الجسمية و النفسية لهذه الفترة

- تعريف المراهقة:

لغة: إن كلمة المراهقة مشتقة من الفعل راهق بمعنى لحق أو دنى، فهي تفيد الاقتراب والدنو الحلم، فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج (فؤاد البهي السيد، 1997، ص 257)

اصطلاحاً: يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي تحدث فيها الانتقال تدريجياً في النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي (عبد الرحمان العيساوي، 1999، ص 10)

من الناحية البيولوجية:

هي تلك المرحلة التي تبدأ من بداية البلوغ أي بداية النضج الجنسي حتى اكتمال نمو العظام، وهي تتميز بخاصية النمو السريع غير المنتظم وقلّة التوافق فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدنها وظاهرة اجتماعية في غايتها (فؤاد البهي السيد، 1997، ص 272)

- عرفها "ستايلي هول" المراهقة هي فترة عواطف تؤثر بشدة تكتسيها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق وصعوبات التوافق (حامد عبد السلام زهران، 1995، ص 325)

- أما حسب "دورتي روجر": هي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية ومرحلة زمنية، كما أن للفترة تحولات نفسية عميقة (ملك مغول سليمان، 1985، ص 206)

*من خلال ما سلف يمكننا تعريف المراهقة بأنها المرحلة التي تقع بين مرحلتي الطفولة وسن الرشد، حيث يكون الشاب في أوج تطوراته الجسمية والذهنية، لذلك تعد مرحلة جد حساسة يجب التعامل معها بشكل حذر.

2- مراحل المراهقة:

تمتد المراهقة من العقد الثاني من حياة الفرد 12-18 أو قبل ذلك بسنة أو سنتين أو بعد ذلك بسنة أو سنتين. و تنقسم هذه الفترة إلى ثلاث مراحل فرعية وهي:

- المراهقة المبكرة الممتدة بين الحادية عشر والرابعة عشر.

- المراهقة المتوسطة الممتدة بين الرابعة عشر والثامنة عشر.

- المراهقة المتأخرة الممتدة بين الثامنة عشر و الحادية والعشرين.

فمرحلة المراهقة هي فترة نمو شامل يستطيع الفرد البشري من خلالها الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد.

3- العوامل المؤثرة في المراهقة:

تصل البنات إلى المراهقة قبل الذكور بسنة أو سنة و نصف، قد دلت الدراسات التي أجريت لعدة آلاف من الأولاد في الولايات المتحدة على أنهم لا يبلغون في سن 12-14 سنة وسطيا، بالإضافة إلى هذا الفرق بين الجنسين دلت الدراسات على وجود اختلافات في ذلك بين المجتمعات و بين الأفراد، فإن المراهقة نتيجة التفاعل بين العوامل الوراثية العضوية من جهة و النمط الثقافي و البيئة الاجتماعية من جهة أخرى و تتأثر المراهقة حسب "سلامة" ب المراحل التالية:

_ موعد البلوغ بالتركيب الجسدي العام و ما يتقبل به من صحة أو مرض و وفرة الغذاء.

_ العوامل المناخية؛تبدأ في المناطق الباردة في سن 15-16 سنة، وفي المناطق المعتدلة في سن 12-13 سنة،

أما في المناطق المدارية و الاستوائية فتبدأ ما بين 9-12 سنة

_ الأولاد في الريف يكون بلوغهم مبكرا عن الأولاد في المدينة

_ ثقافة المجتمع و قيمة المشتريات الثقافية التي يمر بها، فوضع المراهق في المجتمعات الرأسمالية يكون شعورا في

بعض الأحيان بأن حياته دون هدف، و يختلف عن وضعه في مجتمع عربي ذي ثقافة إسلامية.

4- مظاهر النمو في فترة المراهقة:

4-1- النمو الجسمي للمراهق:

يظهر النمو الجسمي عند المراهق في ناحيتين، الناحية الفسيولوجية و تشمل نمو نشاط بعض الغدد و الأجهزة الداخلية التي ترافق بعض الغدد الخارجية، و الناحية الجسمية العاملة و تشمل الزيادة في الطول و الوزن و الحجم.

4-1-1- النمو الفسيولوجي: و يتضمن ما يلي:

_ نمو الخصائص الجنسية الأولية بتكامل الجهاز التناسلي ثم ظهر الخصائص الجنسية الثانوية و هي: الصفات التي تميز الشكل الخارجي للمرأة و يصاحب هذه التبادلات انفعالات عديدة عند المراهقين مثل الخجل.

_ تغيرات في الغدد الصماء التي تؤدي هرموناتها استثارة النمو بوجه عام و تنظيم الشكل الخارجي للإنسان، و أهم هذه الغدد في هذه المرحلة الغدة النخامية خاصة الوجه الأمامي منها.

_ تغيرات في الأجهزة الداخلية: فالقلب ينمو و الشرايين تتسع و يزداد ضغط الدم و لهذا التغير أثر بعيد في انفعال المراهق و حساسيته

4-1-2- التغيرات الجسمية:

تتم في المظاهر الجسمية العامة طفرة نمو قوية بين بداية المراهقة و سن السادسة عشر و هذه الطفرة تسبق البلوغ عند الإناث، بينما تحدث أثناء فترة البلوغ عند الذكور و من بين هذه المظاهر نذكر منها:

- الطول:

لقد بنيت بعض الأبحاث التي أجريت على الزيادات في الطول بالمقارنة بين البنات و الولد أن نمو الطول يسير سيراً مضطرباً حتى سن الخامسة عشر عند البنات و في سن السابعة عشر عند الذكور غالباً. (محمد سلامة - توفيق الحداد ص105_106)

- الوزن:

الوزن يزداد زيادة سريعة عند المراهق مع نمو العضلات، حيث يمكن أن يزيد الوزن في سن واحدة ما يقارب 11 كغ و تبدأ هذه الزيادة عند الذكور في سن 14-16 بينما عند الإناث ما بين 12-14

إن هذه التغيرات لا تصبح مألوفة عند المراهق إلا بعد مرور فترة زمنية غير محدودة، حيث بينه هذا النمو السريع اهتمام المراهق بذاته الجسمية، بعد أن كان شبه ثابت في فترة النمو البطيء نسبياً في فترة الطفولة، خاصة عندما تظهر بوضوح في الوجه و تزداد شهوته إلى الطعام و تتغير نظرات الآخرين له، كما يبدأ بإجراء مقارنة بين أبعاد جسمه و أبعاد أجسام الآخرين.

4-2- النمو الحركي للمراهق:

يتأخر نمو الجهاز العضلي عن نمو الجهاز العظمي مقدار سنة تقريبا، وبسبب ذلك للمراهق تعب وإرهاقا، ولو دون عمل أي شيء يذكر و ذلك لتوتر عضلاته و انكماشها مع نمو العظام السريع، كما أن سرعة النمو في الفترة الأولى من المراهقة تجعل حركاته غير دقيقة و ينيل نحو الخمول والكسل و التراخي حتى يتسنى له إعادة التنظيم لعاداته الحركية مما يلزم هذا النمو الجديد ، أما بعد سن الخامسة عشر فتغدو حركات المراهق أكثر توافقا و انسجاما و يأخذ نشاطه بالزيادة و يبطن نشاط بناء يرمي إلى تحقيق هدف معين يرمي على العكس من النشاط الزائد غير الموجه الذي يقوم به الأطفال في المدرسة الابتدائية. (مصطفى فهمي "،1967،ص224)

4-3- النمو الانفعالي للمراهق:

إن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن انفعالات الطفل و كذلك انفعالات الشاب، بحيث تمتاز الفترة الأولى من المراهقة بأنها فترة انفعالات عنيفة، إذ نجد المراهق في هذه الفترة يثور لأتفه الأسباب، شأنه في ذلك شأن الأطفال الصغار و مرجع هذه الظاهرة إلى النمو الجسمي السريع و التغيرات المفاجئة التي تصحب البلوغ (محمد سلامة - توفيق الحداد " مرجع سابق ص108)

ومن بين الانفعالات التي تصحب المراهق نجد:

- حساسية شديدة:

يتأثر المراهق لأتفه الأسباب و المثيرات الانفعالية فهو مرهف، رقيق الشعور تسيل مدامعه منعزلا أو بين الآخرين، و يتأثر حين ينقده الآخرون و لو كان النقد هادئا و صحيحا، ثم انه شديد الحساسية لما يسمع من مواعظ خلقية أو قصص تاريخية أو بطولية، و ترجع هذه الحساسية إلى هرمونات الغدد، وإلى النمو الجسمي السريع ما سبق ذكره ثم إلى عدم قدرة الفتى على التكيف مع البيئة المعقدة التي تتطلب منه تصرفا أكثر تعقلا بينما هو لا يزال عاجزا عن التحكم الكامل في جسمه و في تغيراته و يجب على الآباء و المعلمين أن يراعوا هذه الحساسية و أن يكونوا له أصدقاء مخلصين.

ويتميز هذا البعد في المراهق لدى علماء النفس عموما بالعنف و عدم الاستقرار الانفعالي، ويتجلى ذلك في الأنماط الانفعالية التي تبدو شائعة في هذه المرحلة،

حيث يرى(كمال الدسوقي) أن { المراهق يغضب عندما يوبخ أو ينتقد أو يؤنب أو يكرر له النصح كدرس أو محاضرة و يغضب عندما لا يستطيع إنجاز ما يسعى إلى تحقيقه.(كمال الدسوقي (1979) ص189)

فالمراهق يغضب عندما يجد صعوبة في تحقيق استقلاليته الذاتية، وهذا ما حاول "توري الحافظ تأكيده في قوله {... يرتبط الغضب منذ أيام الطفولة في محاولة المراهق تأكيد استقلاليته و تحقيق ما يصبو إليه بصورة منفصلة... ، و حاول إثبات ذاته و تكوين شخصية سوية مستقلة...}. (محمد عماد الدين إسماعيل (1982) ص118)

- الصراع النفسي:

الصراع النفسي في المراهقة ينشأ في نفسية المراهق بين مجموعة من الدوافع القوية الجارفة، تركز حول البحث لنفسه عن مركز و دور في هذا المجتمع، و بين موانع العالم الخارجي و عاداته و تقاليده... ، و يبدو أن هذا الصراع يبلغ حده الأقصى في أوائل فترة المراهقة و هو يؤثر في جميع سلوك المراهق، كونه ينتقل من مرحلة إلى أخرى. (مصطفى غالب (مرجع سابق) ص823)

- مظاهر اليأس و القنوط و الكآبة:

يتعرض بعض المراهقين لبعض حالات اليأس و الحزن و القنوط، نتيجة لما يتعرضون له من فشل و إحباط بسبب أمانيتهم العريضة و عجزهم على تحقيقها، و يدفعهم ذلك إلى الحزن و العزلة والانطواء على الذات و قد يشتد بهم اليأس و يسوقهم إلى التفكير في التخلص من الحياة و أعبائها، ومنه تظهر بعض حوادث الانتحار، حيث يحذو بعض المراهقين بدون أمل نتيجة لما يعيشونه من الضياع و الاغتراب، حيث تتجلى الكآبة في عدة مظاهر منها ما أشار إليه "محمد مصطفى زيدان" بقوله { يتردد المراهق أحيانا عن الإفصاح عن انفعالاته خشية أن يثير نقد الآخرين و لومهم، فينطوي على ذاته و يلوذ في أحزانه و يبتعد عن صحبة الناس...}. (محمد مصطفى زيدان (1991) ص 171)

- الجنس:

يعرف الفرد في فترة المراهقة ميلا يجذبه إلى الجنس الآخر حيث ينتبه إلى الجنس الآخر بنوع من الحذر و الخجل، و ينطلق بعد ذلك إلى إقامة علاقات مع الجنس الآخر، و يشتد به ذلك الشعور بالانسلاخ عن أسرته و إقامته لأسرته الخاصة يتحمل مسؤولياتها ، ولكن قبل أن يصل إلى هذا المستوى من النضج يعرف عدة مراحل في علاقاته مع الجني الآخر فتتصف هذه العلاقة في بدايتها بالتدافع و النفور، ثم الاهتمام بالجنس الآخر و يتخذ في البداية صفة الاهتمام الجماعي، ينتقل بعدها إلى مرحلة انجذاب الفرد الواحد إلى أحد أفراد الفرد المقابل وفي نحو خاتمة المراهقة يصل بين الفتى و الفتاة ترابط برباط أطول يفكر فيه المترابطان بالزواج و الأسرة و الأولاد. (حناغالب(1970) ص281)

4-4- النمو العقلي للمراهق:

إن النمو العقلي للمراهق لا يسير بسرعة واحدة في جميع الأعمار فقد أثبتت الدراسات أن هذا النمو يكون بطيئاً في الصغر، و يلي ذلك فترة النمو السريع و ذلك خلال فترة المراهقة المبكرة، ثم يأخذ النمو العقلي ابتداء من السادسة عشر في البطء.

إن هذا الارتقاء في عالم الطفل و خاصة في مرحلة المراهقة يؤثر بدوره على خبرات الطفل و على قدراته العقلية المختلفة كالذكاء، الإدراك، التفكير، الاستدلال و التخيل.

حيث يرى "مالك سليمان مخول" { أن النمو العقلي لدى المراهق يرتبط برغبته في تحقيق استقلاله الذاتي و يميز بين نوعين من الأشخاص بمليون ادعاء بأكثر مما لديهم بالفعل من قدرات تكون لديهم رغبة في تحقيق ذواتهم و رغبة في الاستقلال عن الآخرين تكون أقوى من الأشخاص الذين يملون التواضع الكاذب و التقليل من قيمة ذواتهم}. (مالك سليمان مخول (1984) ص334)

و من بين عناصر النمو العقلي نجد:

- الذكاء:

حسب دراسات "هوركس جون" يرى أن {...نمو الذكاء ليس له في المدة التي يستغرقها معدل مستقر بل أنه ينمو بسرعة في زمن الطفولة ثم يأخذ معدل زمن المراهقة بالانخفاض... بعد الخامسة عشر يزداد الانخفاض بسرعة...}. (حنا غالب (1970) ص271)

- الإدراك:

إن تذكر المراهق يعتمد على الفهم و الميل، فالتفكير عنده يعتمد على القدرة على استنتاج العلاقات الجديدة بين الموضوعات المتذكّرة، و لذلك لا يتذكر الموضوع جيداً إلا إذا فهمه تماماً و ربطه بما سبق أن مر به في خبراته السابقة، و وضعه في الكل المنتظم الذي تتبلور فيه خبراته . كما ينمو الإدراك هو الآخر و يرقى بالمراهق من المستوى الحسي المباشر إلى المستوى الحسي المعنوي البعيد، و تنمو عملية التذكر و تنمو معها القدرة على الاستدراك و التعرف و ترتبط عملية التذكر في آفاقها المختلفة بنمو قدرة الفرد على الانتباه، أما الخيال فيغدو خصباً و يطبع بطابع جمالي.

- التفكير والاستدلال:

كلما كان الطفل صغير السن يزداد تفكيره حول الحوادث المتصلة بخبراته المباشرة و الأمور الذاتية، إذا ما تقدم به السن أصبح أكثر قدرة على أن يشغل نفسه بأمر غير مباشرة وأن يعالج أموره المعنوية، تختلف عن الأمور المحسوسة أو يمكن ملاحظة هذه التغيرات فيما يتصل بزيادة المعاني المرتبطة ب ألفاظ اللغة التي يستعملها، و

فيما يظهر من اهتمامه بالأمور الاجتماعية و من القدرة على معالجتها، و في قدرته على إدراك ما يقع في العالم الواسع من حوادث ماضية ومستقبلية. (مصطفى فهمي (مرجع سابق) ص263)

- القدرة على التخيل:

إن المراهق في هذه المرحلة يكون واسع الخيال و ذا خصوية كاملة، يبدو في مواضع التعبير التي يكتبها و التي تظهر ميله إلى التزيين و الزخرفة و حب الطبيعة، كما ينمو لديه التخيل المجرد الذي يعتمد على الصورة اللفظية، و يمكنه هذا التخيل من التفكير العلمي، و يتجه هذا التخيل أحيانا إلى أحلام اليقظة التي لها آثار إيجابية و سلبية، فمن ناحية هي وسيلة مفيدة للتنفيس عن الخيبة التي تولدها مصاعب الحياة، و تثير همة المراهق لتحقيق ما يفكره في عالم الخيال وتنمي الاتجاه إلى الابتكار، و لكنها من ناحية أخرى مضيعة لوقت المراهق و معرقة لنمو ميوله و نشاطه و جهوده من أجل تحقيق نجاح واقعي. (محمد سلامة - توفيق الحداد (مرجع سابق) ص112)

-القدرة على الانتباه:

تزداد القدرة على الانتباه الإرادي في مرحلة المراهقة، فيصبح باستطاعة المراهق استيعاب مشاكل طويلة و معقدة من يسر و سهولة، إذ تلميز المرحلة الثانوية يصبح قادرا على الاستمرار في الدرس الواحد لمدة أطول، كما يمكن أن يفكر باستمرار في موضوع معقد دون ملل أربع ساعات كما في الامتحانات العامة. (نفس المرجع السابق ص109)

4-5- النمو الاجتماعي للمراهق:

يتميز السلوك الاجتماعي للمراهق بمظهرين مختلفين، يسعى من ورائها المراهق إلى تحقيق استقلاله مع الآخرين فهو يحاول أن يتألف معهم و ينتمي إلى مجموعة من الزملاء، كمال يحاول في الوقت ذاته النفور منهم لأن ذلك يسمح له بتكوين شخصية مستقلة من مظاهر التألف الاجتماعي و الميل إلى الجنس الآخر، و اتساع ظاهرة التفاعل الاجتماعي، حيث تتسع علاقة المراهق الاجتماعي لتشمل الجيران و القارب و المجتمع ككل، بعد أن كانت تقتصر على الأسرة و المدرسة. (محمد عماد الدين إسماعيل (مرجع سابق) ص166)

وتتجلى مظاهر النفور الاجتماعي في التمرد على الأسرة و المجتمع، فيتمرد المراهق على الأسرة لرفضه للروابط العاطفية التي تفرض عليه أن يكون تابعا لوالديه، و المدرسة تعد امتدادا لسلطة الأسرة في الوظيفة التربوية، لذا فهو ينفر منهما و يعبر عن رفضه لهما متى أتيحت له الفرصة، أما تمرده على المجتمع (الدين، العادات، الدولة) فلا يكون إلا في مرحلة متأخرة من المراهقة، أي بعد أن يكون قد حقق قدرا من النضج العقلي و حصل على بعض الثقافة

و قد يظهر المراهق بنفوره بالتعصب لآرائه و السخرية من الحياة الواقعية، حيث أن بروز النفور و الألف لدى المراهق يكون موجه لجماعة دون أخرى، فهو يميل إلى التحرر من المنزل و يميل إلى جماعة من الزملاء لاكتفائه

بما يعرفه من والديه، و الكراهية للخضوع إلى سلطتيهما لأن هذه السلطة تذكره بطفولته (د.العزیزالقويبيسي(1975) ص156)

عموما يتميز النمو الاجتماعي للمراهق بالانعتاق لسلطة الكبار، نتيجة رغبته الملحة في فرض وجوده كذات مستقلة عن الآخرين، يترتب عن ذلك صراع مرير مع مختلف مصادر السلطة، نتيجة لشعور بالتناقض بأنه ما يزال طفلا تكاليا وأنه أصبح راشدا قادرا على إدارة شؤونه بنفسه، و لكن الشعور قد يدرك مكانه تدريجيا ليحل محله وعي و نضج اجتماعيين، يتحلى من خلاله المراهق بروح النقد و نزعة الإفصاح كما يقوم بالتعبير الصريح عن ميوله المهنية، بل يذهب إلى أكثر من ذلك في المشاركة بحرية دون تدخل الآخرين، فتتوسع علاقته الاجتماعية كما يستقل في اتخاذ القرارات و يميل إلى الاعتماد على نفسه فتكون فلسفته في الحياة واضحة المعالم.

5- الحاجات الأساسية للمراهق :

إن التحول الكبير و النضج الواضح الذي يعرفه المراهق في شخصيته، يعل على إعداد نفسه و دعم مركزه و تثبيت حقوقه في أن يحيى حياة الراشدين المتكاملة، و بتعبير آخر فان الشعور بالرغبة في تأكيد الذات من طرف المراهق يدفع به إلى البحث عن مكانته الاجتماعية المقبولة و السعي إلى تحقيق أهدافه، و هذا ما يخلق له صراعات مع الأسرة، المدرسة، المجتمع تؤدي هذه الصراعات إلى ضياع الأهداف الأساسية و المكانة المناسبة للمراهق بسبب العناد بينه و بين الأطراف الأخرى (الأسرة، المجتمع).

و من كل هذا فللمراهق عدة حاجات و رغبات يسعى لتحقيقها و هي:

5-1- الحاجات الفسيولوجية:

و هي تلك التي تتبع من طبيعة التكوين العضوي و الجسمي للمراهق و هي سلطة الإشباع و التحقيق، إذ يسعى إلى نمو الجسم و نضجه و تحقيق التوازن الوظيفي و العضوي له، و من بين هذه الحاجات: الحاجة إلى الطعام، الحاجة إلى حماية الجسم من الإصابات.

5-2- الحاجات النفسية:

و هي حاجات تعمل على تحقيق التوازن النفسي لدى الفرد، مما لا شك فيه أن التوازن النفسي لعمليات الإنسان النفسية و العقلية و الوجدانية، و تتمثل أغلب الحاجات النفسية في:

¹فصيل محمد الزرار "مشكلات المراهق و الشاب" ط1 - دار النفائس- بيروت 1997 ص227.
* الحاجة في الاستقرار والأمن والاطمئنان.

* الحاجة إلى إتباع الدوافع و الميول والرغبات لدى المراهق.

* الحاجة إلى توفير الراحة والسرور والتخلص من الألم.

* الحاجة إلى الحرية و الاستقلال.

5-3- الحاجات الاجتماعية:

وهي الحاجات المتعلقة بالبيئة و المحيط و الفرد ومنها:

- الحاجة إلى المكانة:

إن المراهق يريد أن يكون شخصا مهما و أن يكون له مكانة في مجتمعه و جماعته، وأن يعترف لشخص ذو قيمة، فالمكانة التي يطلبها المراهق بين رفقاءه أهم لديه من مكانته عند أبويه أو معلميه، و من هنا كانت أهمية الحرص على أن تكون فعاليات المراهقين مما يوفر لهم المعلم المكانة، فالمراهق حساس و حريص على أن لا يعامل معاملة الأطفال، فالمعلم إذا ما أراد كسب المراهق يحسن معاملته كراشد لا كطفل .

- الحاجة إلى الاستقلال:

إن المراهق يبحث دائما عن كيفية التخلص من قيود الأسرة وأن يجد الحرية التامة في اتخاذ القرارات، فهو يرغب دائما بالإحساس ب المسؤولية الذاتية، فإنه يشعر أن لديه كفاءة وأنه محل ثقة عند أبويه وأنهما أشعراه بالعطف و الحنان، و هكذا يكتسب اتجاه يتمثل في اللطف و يشعر معهما بأنه مرغوب و قادر على تخطي الصعوبات بنفسه، و بالإضافة إلى هذه الحاجات الاجتماعية فالمراهق بحاجة إلى الاستقرار الأسري، و الابتعاد عن عوامل التفكك كالطلاق و الشجارات، و الحاجة إلى الانتماء إلى الجماعة إذا منع مكانته داخل الجماعة يدرك قيمته و شخصيته، و يكتسب مهارات لم يتحملها في الجو الأسري. (فاخر عاقل (1972) ص118)

5-4- الحاجة الجنسية:

لقد دلت دراسة (كنزي) عن المراهقين من الفتيان و الفتيات دلالة واضحة على أن فترة المراهقة هي فترة رغبات جنسية قوية، و قد أثبتت أن ما يزيد عن 90 بالمائة من المراهقين الذكور في المجتمع الأمريكي يكونون فعالين جنسيا حين بلوغهم 15 سنة من العمر، و في هذا دليل على الحاجة الكبرى للتربية الجنسية، وذلك لأن المراهق بحاجة إلى المساعدة في مشكلاته الجنسية و بإمكان المدرسة و البيت أن تساعداه في هذا الخصوص.

6- مشاكل النمو في المراهقة:

6-1- السلوك العدوانى:

يكثر انتشار هذا النمط السلوكي بين تلاميذ المدرسة المتوسطة و الثانوية، أي أنه يكثر بين المراهقين و يتمثل هذا السلوك في مظاهر عديدة منها الشغب و الفوضى ف القسم و مقاعد الدراسة، و كثرة الشجار بين المراهقين و الإهمال المتعمد لنصائح و تعليمات المعلم و بالتالي للمناهج المدرسية، كذلك للنظم و القوانين المدرسية و عدم

الانتظام في الدراسة و مقاطعة المعلم أثناء الشرح، واستعمال الألفاظ البذيئة و إحداث أصوات مزعجة بالأقدام في الأرضية.

و لا يمكن إرجاع هذا السلوك العدوانى إلى عوامل الذات، بل ترجع غالبا هذه الأنماط السلوكية إلى عوامل كثيرة متشابكة منها: عوامل شخصية وأخرى اجتماعية يمكن تلخيصها في:

_ الشعور بالجنسية الاجتماعية للتأخر المدرسى

_ المبالغة في تقييد الحرية و التدخل في الشؤون الخاصة بالمراهق

_ توتر الجو العائلى الذى يعيش فيه المراهق من إجراء غضب الوالدين لأتفه الأسباب.

_ وجود نقص جسمي مما يضعف قدراته على مواقف الحياة أحيانا.

6-2- المرض و التمارض:

للصحة العامة أثر في التكيف المدرسى و النفسى الاجتماعى للتلميذ، فالصحة الجيدة تجعل التلميذ أقدر على بذل الجهد و تحمل المشقة و أداء ما يطلب منه عمله، كما أنها تهيب التلميذ الشعور بالسعادة و العكس صحيح، يحدث عند التلميذ المريض أو المصاب بعاهة جسمية، و هناك حالات التمارض و التلميذ المتمرّض هو غالبا هارب من الدرس و راغب في التخلص من الشؤم الذى يحس به، و في بعض الحالات يتظاهر التلميذ بالمرض ليخرج من المدرسة لعذر طارئ لا يستطيع أن يتفاهم بشأنه مع إدارة المدرسة مثل استقبال بعض أفراد أسرته في المطار. (محمد مصطفى زيدان (مرجع سابق) ص164)

6-3- الانطواء والعزلة:

إن الانطواء دليل على نقص النمو الاجتماعى و يرتب عادة بنواحي أخرى من النقص، و هو يعبر عن تصور في الشخصية، إذا لم يعالج في وقت مبكر فإنه قد يستعصى العلاج فيما بعد، ويعتبر الأطباء النفسانيون هذه الظاهرة من أخطر أنواع سوء التكيف، و المراهق الانطوائى هو مراهق يعاني عرقلة ما في حياته. ولكنهدلا أن يغالب العرقلة لتحقيق هدفه و بدلا من أن يستجيب للفشل بالعدوان؛ يستجيب للفشل و الانسحاب و الانطواء بسبب الحساسية الشديدة التي تمنعه عن النشاط حتى لا يعاني من جديد مرارة الفشل فضلا عن تأنيب الضمير.

6-4- الجنوح:

تنتشر ظاهرة الجنوح بن تلاميذ المتوسطة والثانوية، و الجنوح درجة شديدة أو من حرفة من السلوك العدوانى، حيث بيدر عن المراهق تصرفات تعتبر ذات دلالة على سوء الخلق و الفوضى، و قد يصل بهم الحال إلى الجريمة و قد

يظهر الجنوح في صورة الاعتداء على المعلم أو الأب، و قد يظهر في الانحراف الجنسي أو إدمان المخدرات و إيذاء النفس و قد ينتهي في بعض الحالات إلى الانتحار، و يرجع الجنوح إلى عدة عوامل منها:

عدم قدرة المراهق على التكيف تكيفا سليما في المنزل أو المدرسة، كذلك قد يرجع إلى ضعف في قدرة المراهق العقلية أو العاهة الجنسية الواضحة، أو لفشله المتكرر في المدرسة أو لمعاناته من قلق انفعالي.

6-5- الانحرافات الجنسية:

قد ينحرف المراهق جنسيا و قد يلجأ إلى التعدي أو التلذذ بالنظر أو الجنسية التناسلية أو العادة السرية أو الاغتصاب أو الدعارة و هذه الانحرافات ليست شائعة لدى معظم المراهقين و لكن موجودة لدى بعضهم و تهدف هذه الانحرافات الجنسية إلى تحقيق إشباع جزئي عاطفي و جسي بواسطة تحويل موضوع الغريزة الجنسية من موضوعها الأصلي إلى موضوعات ثانوية أو فرعية غير رسمية. (فيصل محمد الزرار(مرجع سابق) ص 87)

6-6- الإدمان على الكحول و المخدرات و المؤثرات العقلية:

و هي شائعة لدى المراهقين و يستخدمها المراهق عندما يكون مع الجماعات بشكل خفي عن الآباء و يكون ذلك على شكل مناسبات أو مراحل، و يغلب لدى المراهق استخدام المخدرات التي تأخذ عن طريق الفم أو الحقن، و الهدف هو الإحساس بالسعادة و التخلص من القلق و قد يدمن على المخدرات فيقع في أسر هذه العادة السيئة التي تتحول إلى مرحلة الإدمان.

6-7- مشكلة الفتر الدراسي:

يلاحظ المربون ظاهرة الانقطاع عن الدراسة لدى بعض المراهقين و فتور الهمة في التحصيل لدى البعض الآخر، فالطفل الذي كان متقدما في الدراسة في المراحل الابتدائية قد يهبط مستواه في المرحلة المتوسطة و يتباين مقدار الهبوط بين المراهقين.

و هو ما يؤثر تباطؤ نمو الذكاء، و يتميز بتوقفه في أواخر المراهقة، و في معظم الأحيان يكون هذا الأثر وقتيا، و سرعان ما يستعيد المراهق تقدمه الدراسي، غير أن بعضهم لا يصل إلى مستواه الدراسي القديم و تظل عزيمته في التحصيل قليلة، و يعجزون عن تركيز إنتاجهم و يلتمسون وسائل مختلفة لتحقيق رغبتهم خارج المدرسة و ينطوون على أنفسهم و يستغرقون ساعات في أحلام اليقظة، أو يقومون بالعدوان على ما حولهم، أو ينهمكون في النشاط الرياضي و الاجتماعي على حساب النشاط الدراسي الجاد مما يسبب لهم الرسوب، فإذا قوبل ذلك بالعنف و السخرية.

وإذا المراهق استهزأ و جعل المدرسة في عينيه مجالا عميقا فيدفعه ذلك إلى الانقطاع الجزئي ثم الكلي عن المدرسة، و تضيع فرصة العمر، فعلى المسؤولين من المراهق أن يدركوا أن الفطور المدرسي ظاهرة طبيعية في فترة المراهقة و أن يأخذوا بيده ليجتاز هذه الظاهرة. (محمد سلامة - توفيق الحداد (مرجع سابق)ص114)

7- أهمية التربية البدنية و الرياضية عند المراهق:

إذا كانت تعرف التربية البدنية بصفة شاملة أنها جزء متكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية و العقلية و كذلك الاجتماعية و الانفعالية،و ذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني و اختيرت بعرض تحقيق هذه الأغراض. (شارلز أبو بكر (1969) ص37)

حيث تستطيع التربية البدنية أن تحقق من وطأة المشكلة العقلية، فعند ممارسة المراهق للنشاط الرياضي المتعدد و مشاركته في اللعب النظيف و احترام حقوق الآخرين، فيستطيع المربي أن يحول بين الطفل و السلوكيات غير المرغوب فيها مثل: الخوف، القلق، الكراهية، الغيرة... و هذا نرى باستطاعة التربية البدنية و الرياضية أن تساهم في تحسين الصحة العقلية و ذلك بإيجاد منقذ صحي سليم العواطف، وخلق نظرة جميلة متفائلة للحياة و تنمية حلة أفضل من الصحة الجسمية و العقلية. (ميخائيل ابراهيم أسعد (مرجع سابق) ص127)

فالنشاط البدني و الرياضي يلعب دورا كبيرا في حياة الفرد و نموه، لاسيما عندما يتعلق الأمر بصحة التربية البدنية و الرياضية، التي يمثل فيها النشاط البدني و الرياضي مركزا أساسيا، و التي تعتبر كمادة مساعدة و منشطة نفسية المراهق و توجيه سلوكه، لكي تحقق له فرصة اكتساب الخبرات و تنمية الصفات المهارية و الحركية التي تزيد رغبة و تفاعلا لتحسين هذه المهارات و التحصيل على القيم التي يعجز المنزل عن توفيرها له .

و من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل عن المراهقة و مشاكلها، نستنتج أن المراهقة في أوقات فارغة و في غياب مثل هذه الحصص التي تجتنب النشاط البدني و الرياضي في نفسيته يجد نفسه محاصرا بالملل و القلق و الكآبة و هذا ما يؤدي دائما إلى خموله و عدم رغبته في الدراسة، أما في وجود حصة التربية البدنية و الرياضية يفسح المجال للطلاب من أجل تنمية صفاتهم المهارية و الحركية و تحسينها و تطوير طاقاتهم البدنية داخل و خارج المؤسسة، لأن المراهق خلال هذه المرحلة للنمو يكون معروفا بفضوليته الزائدة و حبه للقطع و استعداده لتعلم مهارات في جميع المجالات.

لهذا تعتبر حصة التربية البدنية و الرياضية حصة ترفيهية و ترويحية بحيث تهين للمراهقين نوعا من النشاط الفكري و البدني يؤدي غالبا إلى تحسين مهاراتهم نحو تعلم هادف و توفر لهم الراحة النفسية اللازمة لعدم الانحراف نحو المنعرجات الخطيرة التي يعاني منها مجتمعنا.

ففي حصة التربية البدنية و الرياضية يعبر المراهق عن أحاسيسه و مشاعره عن طريق الصفات المهارية و الحركية، حيث تكون هذه الصفات متوازنة و متناسقة تخدم أجهزته الوظيفية و العضوية و النفسية ككل، و يملك

من خلال ذلك الآراء و المسؤولية و الثقة في النفس و يصبح له حرية التعبير و الرأي و الحق في التصرف مثله مثل الكبار، فيشجعه هذا على المشاركة في النوادي الرياضية خارج المؤسسة و اندماجه في مختلف شرائح المجتمع، فهناك العديد من الدراسات التي تشير إلى أن الرياضي محب للناس و سهل المعيشة و اجتماعي لدرجة كبيرة، و من هذه الدراسات: دراسة (شندي) 1965 ، دراسة (جروفر) 1965، دراسة (فرندي)، دراسة (جوتاهيل) 1966، دراسة (بهرمان) 1765، ودراسة (كجامي) 1980. (د.ج. بجيلفورد) (1984) ص (318)

8- الأنشطة البدنية و الرياضة التي يحتاجها المراهق:

المدرسين التفكير في التخفيف عن هذا الضغط على المراهق، ولا سبب لذلك غير النشاطات التربوية و الرياضية الهادفة سواء كانت في المنزل أو المدرسة أو النوادي فهو يروح عن نفسه بمشاهدة مختلف البرامج التلفزيونية في المنزل و التي تنمي قدراته المعرفية و الفكرية، كما يمارس مختلف الأنشطة البدنية و الرياضية داخل المؤسسة التي توضح حاجياته في إطار يكون مرتبطا ارتباطا وثيقا بالجسم و صفاته المهارية و الحركية، ويمكن استعمال الألعاب الفردية القوية و العنيفة بالنسبة للذكور لتحسين مهاراتهم الحركية تنمية القوة البدنية التي تظهر عندهم في هذه المرحلة بصورة أكبر مما كانت عليه في سابقاتها و ذلك لتطوير بعض الصفات مثل: التحمل، الصبر، الشجاعة. وعند الإناث مع طبيعة أجسامهم مهاراتهم الحركية و كذا قدراتهم البدنية الضعيفة يمكن استعمال الجمباز مثلا، حركات الرشاقة و المرونة و بعض الألعاب الغير مجهدة، و يمكن استعمال بعض الألعاب الجماعية ككرة السلة، كرة الطائرة، كرة اليد ، وذلك للجنسين معا لتنمية و تحسين صفات أخرى تخدم الجنسين معا مثل: التعاون، الاحترام، القيم و الرقي، كما يمكن للمراهق التفاعل مع رياضات أخرى خارج المؤسسة في النوادي الرياضية مثلا (ألعاب فردية و ألعاب جماعية) أو مع الأصدقاء كالرياضات الفكرية.

(ويليام ماسترز/ رالف بيتز مرجع سابق ص 118)

ونظرا للتغيير الملحوظ في هذه المرحلة على مستوى النمو الجسمي خاصة يجب وضع برنامج مناسب يتفق في شكله مع هذا النمو، لاعتدال القوام و جمال الأجسام الذي يميز المراهق في هذه المرحلة بالإضافة إلى أهداف تربوية مختلفة

خلاصة:

و مما سبق عن ذكره عن المرافقة و ما تمتاز به من تغيرات و خصائص، نستطيع القول أنه لا ينبغي النظر للمراهق على أنه طفل صغير أنه بدأ يحس بتجاوز مرحلة الطفولة و دخوله في مرحلة تتسم بجملة من التغيرات الهامة الفسيولوجية منها و العقلية و النفسية و الاجتماعية بكل عناية حتى لا نخرج شعوره لأنه من مميزات شخصية المراهق في هذه المرحلة رفاهية الحس و الحساسية الزائدة خاصة أمام انتقادات الآخرين .

فعلى الأسرة و خاصة الوالدين أن يساعدوا المراهق في فهم التغيرات التي تحدث له، و التي تترك في نفسه صراعات و اضطرابات خاصة إذا لم يجد تفسير لما يحدث له، وعلى الأسرة التربوية و لاسيما الطريقة في أداء الدرس و في معاملة التلميذ المراهق داخل المدرسة حسب نضجهم الحسي و العقلي و الوجداني.

كما ينبغي علينا جميعا أن نستمع إلى آراء المراهق و ملاحظاته باهتمام و تقييم أفكاره أثناء الدرس و خارجه حتى نجعله يحس بأن له كيان و شخصية فتزداد ثقته بنفسه و تقديره لذاته، كما يجب أن نتيح له الفرصة الكافية للتعبير عن ما تميل إليه نفسه و اتجاهاته و شخصيته مع الإرشاد و التوجيه عند الضرورة و هذا ما يجعل المراهق يشعر بالارتياح.

الفصل الثاني:

الدراسات المرتبطة بالبحث

تمهيد:

للدراسات المرتبطة بالبحث دور هام في البحث العلمي، حيث أن الباحث لا يستطيع استئناف بحثه إلا على ضوء ما توصل إليه سابقوه من الباحثين ومقارنة نتائجه مع نتائجهم، و ينبغي عليه أن يبدأ حيث انتهى الآخرون. ومن الدراسات التي عثرنا عليها و التي لها علاقة بموضوعنا نجد ما يلي:

1- الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى: من إعداد الطالب (راشدي عبد المؤمن) تحت عنوان {دور الألعاب الشبه رياضية في الرفع من دافعية التلاميذ نحو ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية من وجهة نظر الأساتذة} -دراسة ميدانية لأساتذة الطور المتوسط لبلديات دائرة بوقاعة- السنة الجامعية 2016/2017 في مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر . مشكلة البحث {هل للألعاب الشبه رياضية دور في الرفع من دافعية التلميذ نحو ممارسة اصة التربية البدنية و الرياضية من وجهة نظر الأساتذة}

أهداف البحث:

- إبراز دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية الرغبة لدى التلاميذ نحو حصة التربية البدنية والرياضية
- إبراز أهمية الألعاب الشبه رياضية في رفع معنويات التلاميذ نحو حصة التربية البدنية والرياضية
- إبراز دور الألعاب الشبه رياضية في إثراء معنويات التلاميذ في إنجاز الحصة
- محاولة لفت انتباه الأساتذة بأهمية إدراج الألعاب الشبه رياضية في حصة التربية البدنية

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: للألعاب الشبه رياضية دور في الرفع من دافعية التلاميذ نحو ممارسة حصة التربية البدنية في نظر الأساتذة

الفرضيات الجزئية:

- خلو حصة التربية البدنية من الألعاب الشبه رياضية تحبط معنويات التلميذ نحو ممارسة الحصة
- إدراج الألعاب الشبه رياضية ينمي الرغبة لدى التلاميذ نحو ممارسة حصة التربية البدنية
- للألعاب الشبه رياضية دور في رفع معنويات التلاميذ نحو ممارسة حصة التربية البدنية

المنهج المتبع: المنهج الوصفي

عينة الدراسة: اشتملت العينة على أساتذة التربية البدنية للطور المتوسط على مستوى متوسطات دائرة بوقاعة والبالغ عددهم 14 أستاذ موزعين على 15 متوسطة، وقد اعتمد في طريقة جمعها على طريقة المسح الشامل أدوات البحث: قام الباحث بإعداد استبيان مكون من ثلاث محاور كالتالي:

المحور الأول: وبه 7 أسئلة ويتعلق بالفرضية الأولى المتمثلة في: خلوصة التربية البدنية من الألعاب الشبه رياضية تحبط معنويات التلميذ نحو ممارسة الحصة

المحور الثاني: وبه كذلك 7 أسئلة ويتعلق بالفرضية الثانية المتمثلة في: إدراج الألعاب الشبه رياضية ينمي الرغبة لدى التلاميذ نحو ممارسة حصة التربية البدنية

المحور الثالث: وبه 8 أسئلة ويتعلق بالفرضية الثالثة المتمثلة في: للألعاب الشبه رياضية دور في رفع معنويات التلاميذ نحو ممارسة حصة التربية البدنية

أهم النتائج المتوصل إليها:

- للألعاب الشبه رياضية دور فعال في الرفع من دافعية التلاميذ نحو حصة التربية البدنية
- للألعاب الشبه رياضية دور إيجابي يعمل على مساعدة التلاميذ في الاندماج داخل الجماعة المدرسية
- تعمل الألعاب الشبه رياضية على تعليم التلاميذ تقبل توجيهات نصائح الأستاذ، وكذلك من طرف الزملاء
- ممارسة الألعاب الشبه رياضية يساعد على خلق جو التفاهم بين التلاميذ

أهم الاقتراحات والتوصيات:

- ضرورة استعمال الألعاب الشبه رياضية في الحصص التعليمية
- ضرورة مراعاة ظروف تطبيق الألعاب خلال الحصة التعليمية
- مراعاة اختيار أنواع الألعاب الشبه رياضية حسب هدف كل حصة

- على الأستاذ التنوع في الألعاب الشبه رياضية لعدم إحساس التلاميذ أثناء الحصة

الدراسة الثانية: من إعداد الطلبة (رافع رضا) و(راقب محمد أمين) تحت عنوان { دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية دافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط في إصلاحات مناهج الجيل الثاني}

-دراسة ميدانية على مستوى بعض متوسطات والية البويرة- الستة الجامعية 2018/2017 في مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مشكلة الدراسة: هل للألعاب شبه الرياضية دور في تنمية دافعية التعلم لدى التلاميذ السنة الرابعة متوسط في ظل الإصلاحات الجيل الثاني؟

أهداف البحث:

- معرفة تأثير دور الألعاب شبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية على دافعية التعلم

- معرفة ما إذا كانت النشاطات الرياضية المبرمجة تتضمن ألعاب شبه الرياضية تستجيب لمطالب التلميذ في المتوسطة وتنمي دافعية التعلم

- التعرف على مختلف المشاكل والعراقيل التي تعيق التلميذ في تنمية دافعية التعلم

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: للألعاب شبه الرياضية دور في تنمية دافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط في ظل الإصلاحات الجيل الثاني

الفرضيات الجزئية:

هناك مستوى مرتفع لدافعية التعلم لدى التلاميذ السنة الرابعة متوسط في ظل الإصلاحات الجيل الثاني

لممارسة الألعاب شبه الرياضية دور في تنمية الرغبة و الإقبال لدى تلاميذ السنة الرابعة في ظل الإصلاحات الجيل الثاني

الألعاب شبه الرياضية دور في تنمية الثقة بالنفس للتلاميذ السنة الرابعة في ظل الإصلاحات الجيل الثاني

تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تغيير طريقة التعامل مع الضغط الدراسي

منهج البحث: المنهج الوصفي

عينة البحث: يبلغ حجم عينة بحثنا (87) تضم فئة التلاميذ ذكور وإناث تتراوح أعمارهم بين 13 و18 سنة منهم (29) إناث و (58) ذكور من أصل مجتمع بحث يبلغ عدده 874 تلميذ موزعين على 131 متوسطة

طريقة اختيار العينة: اعتمدنا استنادا لطبيعة الموضوع على العينة العشوائية البسيطة

أدوات البحث: الاستبيان

أهم النتائج المتوصل إليها:

وبعد تحليل نتائج المقياس والاستبيان توصلنا من خلال نتائج بحثنا إلى الاستنتاجات التالية:

- لأساتذة التربية البدنية والرياضية من خلال التربية والتوجيه وطريقة التعامل مع التلاميذ في هذه المرحلة يؤثر في تنمية دافعية التعلم لديهم والرغبة في الدراسة لتحسين مستواهم الدراسي.

- البرنامج المطبق وما يحتويه من نشاطات الألعاب الشبه الرياضية يساهم بشكل كبير في تنمية دافعية التعلم عند التلاميذ في المتوسط.

- هناك فرق حقيقي ذو دلالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم بين التلاميذ الذين مارسوا الألعاب الشبه الرياضية في المتوسطة وبين أقرانهم الذين لم يمارسوا (معيين)، إذا فالألعاب الشبه الرياضية التي تمارس في حصة التربية البدنية والرياضية تؤثر إيجابيا على دافعية التعلم (ينمي دافعية التعلم) عند التلاميذ المرحلة المتوسطة

- ومن خلال هذه النتائج يرى الباحثان أن الألعاب الشبه الرياضة تساعد على تنمية دافعية التعلم لدى التلاميذ السنة الرابعة متوسط في ظل الإصلاحات الجيل الثاني، وهذا ما يثبت صحة الفرضيات الجزئية للدراسة.

ومنه توصلنا أن "الألعاب الشبه الرياضية دور فعال في تنمية دافعية التعلم لدى التلاميذ السنة الرابعة متوسط في ظل الإصلاحات الجيل الثاني."

أهم الاقتراحات والتوصيات:

- ضرورة استعمال الألعاب الشبه رياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.
 - الاهتمام أكثر بالألعاب الشبه الرياضية وإعطائهم الأهمية التي يستحقها وكذلك معالجتها من كل الجوانب وهذا لما يمكن أن تقدمه من سهولة لهم، في حصص التربية البدنية والرياضية
 - ضرورة الاعتماد على منهاج المقاربة بالكفاءات من طرف الأساتذة.
 - مراعاة اختيار أنواع الألعاب الشبه رياضية حسب هدف كل حصة مع عدم إهمال الجانب الترفيهي لها
 - استغلال هذه الألعاب بشكل واسع أثناء تلقينهم للبرامج داخل الحصة لأنها تمثل قاعدة صلبة لهم.
 - تحسيس كل من الأساتذة والتلاميذ بأهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية دافعية التعلم.
- فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين للألعاب الشبه الرياضية و الغير ممارسين في القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط

الفرضيات الجزئية:

- يطبق أغلب أساتذة الطور المتوسط الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين
- وجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على مواجهة القلق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين
- وجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على الثقة بالنفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين

2- الدراسات المشابهة:

الدراسة الأولى: من إعداد الطالب (دراف عبد النور) تحت عنوان { مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط 12-15 سنة} -دراسة ميدانية أجريت على مستوى متوسطات مدينة حاسي مسعود- السنة الجامعية 2016/2017 مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي تخصص تربية حركية للطفل والمراهق

مشكلة الدراسة: هل توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين للألعاب الشبه الرياضية و الغير ممارسين في القدرات النفسية لصالح الممارسين لدى تلاميذ التعليم المتوسط ؟

أهداف البحث:

- معرفة واقع ممارسة الألعاب الشبه رياضية داخل مؤسساتنا التربوية وهل يطبقها الأساتذة أثناء الحصة

- معرفة هل هنالك فروق في القدرات النفسية بين التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية و الغير ممارسين من أجل الخروج بنتيجة للبحث

- معرفة هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين للألعاب الشبه الرياضية و الغير ممارسين في القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط

الفرضيات الجزئية:

- يطبق أغلب أساتذة الطور المتوسط الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين

- وجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على مواجهة القلق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين

- وجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على الثقة بالنفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين

منهج البحث: المنهج الوصفي

عينة البحث: اشتملت على 10 أساتذة من 6 متوسطات مختلفة و70 تلميذ ممارس للألعاب شبه رياضية من 5 متوسطات و24 تلميذ غير ممارس من نفس المتوسطة كلها من مدينة حاسي مسعود

طريقة اختيار العينة: العينة القصدية

أدوات البحث: لغرض دراسة موضوع أهمية الألعاب شبه الرياضية في تنمية القدرات النفسية استخدم الباحث مقياس أو اختبار المهارات العقلية (النفسية) موجه للتلاميذ (عينة ممارسة و عينة غير ممارسة)، هذا الاختبار صممه كل من "ستيفن بل" و "جون البنسون" و "كريستوفر شامبروك" (1996) (لقياس بعض الجوانب النفسية الهامة للأداء الرياضي، وقد قام بترجمته و تعديله للبيئة العربية محمد حسن علاوي

الأبعاد التي يقيسها- 1: القدرة على التصور الذهني - 2الثقة بالنفس - 3القدرة على مواجهة القلق

ويتضمن الاختبار 12 عبارة و كل عبارة و كل بعد من الأبعاد الثلاثة تمثله أربع عبارات ويقدم التلاميذ بالإجابة على عبارات الاختبار على مقياس ثلاثي الدرجات (تنطبق علي بدرجة كبيرا - تنطبق علي بدرجة متوسطة - لا تنطبق علي)

أهم النتائج المتوصل إليها:

تبين من خلال نتائج الاستبيان الخاص بالأساتذة والمقياس الخاص بالتلاميذ للمرحلة المتوسطة والذي أردنا من خلاله تبين دور الألعاب شبه الرياضية في تنمية القدرات النفسية، و وقع الألعاب شبه رياضية في وسطنا المدرسي و من وجهة نظر الأساتذة، وهذا ما أظهرته أيضا النتائج بعد المعالجة الإحصائية، وفي الأخير يمكن القول أن تطبيق الألعاب شبه الرياضية وحسن استغلالها في حصة التربية البدنية والرياضية تنمي للتلاميذ قDRAM النفسية ، وأغلب الأساتذة في التعليم المتوسط يطبقون هته الأخيرة

أهم التوصيات والاقتراحات:

-الإلمام بأكثر من لعبة والتنوع في استخدامها خلال حصة التربية البدنية والرياضية

-ضرورة استعمال الألعاب الشبه الرياضية في التعليم المتوسط خاصة لكون التلميذ في هذه المرحلة من العمر بحاجة إلى اللعب للنمو السليم لشخصيته في جميع جوانبها.

-توعية التلاميذ بأهمية حصة التربية البدنية والرياضية بشكل عام والألعاب الشبه الرياضية بشكل خاص

-اخذ البرنامج المقترح للألعاب الشبه الرياضية كأداة ضرورية داخل الحصة.

الدراسة الثانية: من إعداد الطلبة (لقياس وليد) و(لمامري محمد أمين) تحت عنوان {الألعاب الشبه رياضية ودورها في تنمية المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور المتوسط 12-15} -دراسة ميدانية بمتوسطة محمد شلال بمليانة ولاية عين الدفلى - السنة الجامعية 2015/2016. في مذكرة تخرج ضمن متطلبات لبات نيل شهادة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخص نشاط رياضي مدرسي، مشكلة الدراسة: هل الألعاب الشبه رياضية طريقة ناجحة لتنمية المهارات الحركية عند تلاميذ الطور المتوسط؟

أهداف الدراسة:

-معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه رياضية في إنجاح حصة التربية البدنية.

-معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تنمية الجانب الحركي لتلاميذ خلال حصة التربية البدنية.

-دراسة خصوصيات المرحلة العمرية (12-15) وكيفية التعامل معها.

-تصميم برنامج تدريبي باستخدام الألعاب الشبه رياضية يهدف إلى تنمية المهارات الحركية لتلاميذ الطور المتوسط.

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: -الألعاب الشبه رياضية طريقة ناجحة لتنمية المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور المتوسط.

الفرضيات الجزئية:

-للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين و تطوير مهارتي التمرير و الاستقبال.

-تساهم الألعاب الشبه رياضية بشكل فعال في تطوير مهارتي التنطيط و التسديد.

منهج البحث: المنهج التدريبي

عينة البحث: تتكون من 20 تلميذ من جنس واحد وهم ذكور، تتراوح أعمارهم من 12 إلى 15 سنة، بمتوسطة محمد شلال بمليانة ولاية عين الدفلى

طريقة اختيار العينة: تم اختيار عينة البحث بشكل عشوائي وتمثلت في عينتين ضابطة وتجريبية

أدوات البحث: الاختبارات المهارية التي تقيس مهارات (التنطيط، التمرير، الاستقبال، التسديد) - برنامج الألعاب شبه رياضية - شبكة ملاحظات.

نتائج الدراسة:

تبين لنا من خلال تحليل النتائج أن تأثير و فعالية برنامج الألعاب الشبه رياضية مرتبط بمستوى وكفاءة التلاميذ وفي الأخير يمكن القول أن للألعاب الشبه رياضية دور في تعلم المهارات الحركية لتلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية إن أحسنا وعرفنا كيفية استعمالها بوجه صحيح في مرحلة التعليم المتوسط.

أهم الاقتراحات والتوصيات:

- إدراج الألعاب الشبه رياضية في المرحلة التمهيديّة من الحصة لغرض الإحماء وعدم إدراجها كوضعيّات تعلم
- ضرورة استعمال الألعاب الشبه رياضية في التعليم المتوسط والابتدائي خاصة لكون التلاميذ في هاتين المرحلتين من العمر بحاجة إلى اللعب للنمو السليم لشخصيته في جميع جوانبها
- تكيف الألعاب الشبه رياضية حسب قدرات التلاميذ
- يجب أن يراعي منفذ الألعاب الشبه رياضية تكرار نفس الوحدات التدريبية لزيادة مستوى فهم واستيعاب التلميذ للعبة
- زيادة في عدد وزمن الألعاب شبه الرياضية لإتاحة الوقت الكافي لممارستها

الدراسة الثالثة: من إعداد الطالب (بلبول فريد) تحت عنوان {علاقة الإصابات الرياضية بدافعية الإنجاز لحصة التربية البدنية والرياضية عند تلاميذ الطور الثانوي} السنة الجامعية 2009/2008 في مذكرة لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية تخصص العلوم البيوطبية الرياضية، مشكلة الدراسة: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإصابات الرياضية ودافعية الإنجاز لحصة التربية البدنية عند تلاميذ الطور الثانوي الذين سبق لهم وتعرضوا لإصابات رياضية؟

أهداف الدراسة:

- تحديد طبيعة العلاقة بين الإصابات الرياضية ودافعية الإنجاز عند تلاميذ الطور الثانوي أثناء حصة التربية البدنية

- التوعية بالآثار النفسية الناتجة عن الإصابات الرياضية

- محاربة المخاوف من التعرض للإصابات الرياضية التي تظهر عند بعض التلاميذ

- ضرورة الاهتمام بدافعية الإنجاز الرياضي عند التلاميذ الذين تعرضوا لإصابة والعمل على تنميتها

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإصابات الرياضية ودافعية الإنجاز لحصة التربية البدنية عند تلاميذ الطور الثانوي الذين سبق لهم وتعرضوا لإصابات رياضية.

الفرضيات الجزئية:

- تؤثر الإصابات الرياضية سلبا على سلوك التلاميذ الذين سبق لهم وتعرضوا لإصابات رياضية وذلك أثناء حصة التربية البدنية

- للإصابات الرياضية دور في التقليل من مستوى أداء هؤلاء التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية

- تؤثر الإصابات الرياضية سلبا على مستوى التنافس عند هؤلاء التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية

- تلعب الإصابات الرياضية دورا في التخفيض من الرغبة في تحقيق النجاح وتجنب الفشل عند التلاميذ الذين سبق لهم وتعرضوا لإصابات رياضية

منهج البحث: المنهج الوصفي

عينة البحث: تتمثل في 80 تلميذ من الطور الثانوي الأقسام النهائية موزعين عبر 5 ثانويات من ولاية المسيلة

طريقة اختيارها: تم اختيار العينة بطريقة مقصودة، أي التلاميذ الذين سبق لهم وتعرضوا لإصابات

أدوات البحث: استبيان موزع على 70 تلميذ مكون من 22 عبارة، وآخر موزع على 40 أستاذ مكون من 20 عبارة

النتائج المتوصل إليها:

- الإصابات الرياضية تؤثر سلبا على سلوك التلاميذ الذين سبق لهم وتعرضوا للإصابات الرياضية وذلك أثناء قيامهم بحصة التربية البدنية

- تخفض الإصابات الرياضية من مستوى أداء هؤلاء التلاميذ أثناء الحصة

- تؤثر الإصابات الرياضية سلبا على مستوى التنافس عند التلاميذ الذين سبق لهم التعرض للإصابات الرياضية وذلك أثناء قيامهم بالألعاب الجماعية التنافسية

- تخفض الإصابات الرياضية من رغبتهم في النجاح وتجنب الفشل

أهم الاقتراحات والتوصيات:

- العمل على تنمية دوافع التلاميذ نحو ممارسة النشطة الرياضية وذلك عن طريق التوعية بدورها في تنمية الصحة الجسمية والعقلية والنفسية للفرد

- ضرورة الاهتمام بحصة التربية البدنية وذلك من خلال توفير كافة الوسائل التي تسمح لها ببلوغ أهدافها التربوية

- العمل على زيادة حجمها الساعي في مرحلة التعليم الثانوي

- العمل على تنمية دافعية الإنجاز لحصة التربية البدنية

- ضرورة تنمية العلاقة التربوية بين التلميذ والأستاذ أثناء حصة التربية البدنية

- الأخذ بعين الاعتبار الجانب النفسي للمراهق عند كل تعامل معه

- ضرورة التوعية بمخاطر الإصابات الرياضية على الجانب النفسي للتلميذ

- التكفل الحقيقي بالتلاميذ الذين يعانون من مخاوف التعرض للإصابات الرياضية وذلك بإخضاعهم لبرامج إعادة تأهيل نفسي

الدراسة الرابعة: من إعداد الطالب (جمال الدين بومنجل) تحت عنوان { عامل الإرشاد النفسي الرياضي وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي}-الرياضات الفردية النخبوية- السنة الجامعية 2006/2007، في مذكرة من بين متطلبات نيل شهادة الماجستير في منهجية ونظريات التربية البدنية والرياضية تخصص إرشاد نفسي رياضي، مشكلة البحث: هل يمكن رد انخفاض دافعية الإنجاز الرياضي للرياضيين الجزائريين-رياضات فردية- إلى غياب عامل الإرشاد النفسي الرياضي لرياضيي المستوى العالي داخل الوطن؟

أهداف الدراسة:

- معرفة سبب عدم إدراك الرياضي الجزائري لإمكاناته الحقيقية

- تحسيس المسؤولين في المنظمات الرياضية بأهمية عامل التوجيه والإرشاد النفسي الرياضي لرياضة المستوى العالي-النخبة-

- التأكد من ضرورة اصطحاب أخصائي نفسي رياضي للقيام بالعملية الإرشادية وذلك لأنها تعتبر جد مهمة للرياضيين لما تنطوي عليه من أهداف تزيد من نجاعة وفعالية الرياضي من خلال إدراكه لإمكاناته الحقيقية
فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: يعود انخفاض دافعية الإنجاز الرياضي للرياضيين الجزائريين-رياضات فردية- إلى غياب عامل الإرشاد النفسي الرياضي لرياضيي المستوى العالي داخل الوطن

الفرضيات الجزئية:

- دافعية الميول والممارسة الرياضية للبطولة قوية لصالح الرياضيين المتريصين بالخارج مقارنة بالرياضيين المتريصين بداخل الوطن.

- دافعية الإنجاز الرياضي للرياضيين الذين لهم منحة الإتيقان الرياضي بالخارج مرتفعة مقارنة بزملائهم المترشحين داخل الوطن.

- تكوين المدربين الجزائريين هو تكوين خططي مما لا يسمح لهم ببناء الأهداف التي تتناسب واستعدادات وقابليات وقدرات اللاعبين والقيام كذلك بالتعبئة النفسية من الدرجة الثانية

المنهج المتبع: المنهج الوصفي

عينة الدراسة: تحتوي على 20 لاعب ريفعي المستوى و12 مدربا من رياضات مختلفي كالسباحة والملاكمة وألعاب القوى وغيرها

طريقة اختيارها: طريقة مقصودة لأن المجتمع الإحصائي جد محدود

أدوات البحث: مقياس مكون من 14 عبارة تعبر كلها على الحاجات النفسية الموجهة للممارسة الرياضية أثناء البطولة

أهم النتائج المتوصل إليها:

- لزيادة القدرة الإنجازية يجب أن تتوافر جهود كل من (المدرّب-الطبيب الرياضي- الأخصائي النفسي الرياضي) لتنظيم أسلوب حياة الرياضي بما يتناسب مع متطلبات التدريب الهادف

- المدرب لا يستطيع القيام بعملية الإرشاد النفسي من المستوى الثاني حيث فهم المشكلات النفسية المرتبطة بعملية التدريب والمنافسات الرياضية كما في حالات نقص الدافعية... الخ.

- المدرب لا يستطيع القيام بالتعبئة النفسية للاعبين ومحاولة إكسابهم الدافعية نحو التفوق والانجاز والثقة بالنفس وغيرها ذلك ونمط خططي لا نمط نفساني.

أهم الاقتراحات والتوصيات:

- تكوين وإدراج مختصين نفسانيين في مجال الرياضي (مرشد رياضي) على المستوى الداخلي لأنه أثبت فاعلية على المستوى الخارجي.

- فرض وضع مختص نفسي لكل فريق، وهذا ما انتهجته الوزارة للشباب والرياضة مؤخرا

-زيادة نسبة الرياضيين الذين تمنح لهم منحة الاتفاق وتحسين المستوى بالخارج قصد زيادات الاستفادة من التطور الحاصل هناك.

- الاهتمام بخريجي الجامعات في هذا المجال أي توظيف البحث العلمي في العمل الميداني مع الأندية.

الجانب التطبيقي:
الدراسة الميدانية للبحث

الفصل الثالث:

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1- الدراسة الاستطلاعية:

قبل الشروع في تحضير و توزيع الاستبيان قمنا بدراسة استطلاعية لبعض مؤسسات دائرة عين بسام ولاية البويرة قصد الاطلاع عن قرب عن خفايا واثرائه مع بعض التلاميذ، والذي كان بمثابة الموجه لعملية تحضير فرضيتانا و كذلك الاستبيان.

3-2- المنهج العلمي المتبع:

اعتمدنا المنهج الوصفي كمنهج للدراسة باعتباره أكثر المناهج ملائمة لطبيعة موضوعنا والذي من خلاله تمكننا من وصف كيفية إثارة الدافعية لدى التلاميذ في حصة التربية البدنية.

3-3- متغيرات البحث:

المتغير المستقل:

و هو الأداة التي تؤدي التغيير في عملية التغيير، و ذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة بها، و يتمثل هذا المتغير المستقل في الألعاب الشبه رياضية.

المتغير التابع:

هو الذي نتوقف قيمته على معمول تأثير قيم أخرى، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل يستظهر النتائج على قيم المتغير التابع، ويمثل المتغير التابع في دافعية الانجاز.

3-4- مجتمع البحث:

كنا سنقوم بدراستنا الميدانية على مستوى تلاميذ السنة الأولى ثانوي، حيث قمنا باختيار ثلاث ثانويات من بلدية عين بسام ولاية البويرة وهي كالتالي:

ثانوية العقيد طالب ساعد: 124 تلميذ

متقنة بربار عبد الله: 127 تلميذ

ثانوية الشهيد محمد المقراني: 147 تلميذ

3-5- عينة البحث:

تم اختيار العينة بطريقة عشوائية

حيث كنا سنقوم بأخذ نسبة 10% من تلاميذ كل ثانوية

3-6- مجالات البحث:

المجال البشري: تلاميذ السنة الأولى ثانوي

المجال المكاني: ثانويات بلدية عين بسام ولاية البويرة

المجال الزمني: السنة الدراسية 2020/2019

3-7- أدوات البحث:

الفصل الثالث :

منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

لقد أعدنا من أجل بحثنا استيين متكون من اثنا عشر سؤال ينقسم إلى ثلاث محاور، يحتوي كل محور على أربعة أسئلة موزعة كالتالي:

المحور الأول:

وبه ثلاث أسئلة ويتعلق بالفرضية الأولى المتمثلة في: *للألعاب الشبه رياضية أثر في تحفيز التلاميذ على ممارسة الأنشطة البدنية*

المحور الثاني:

وبه ثلاث أسئلة وتعلق بالفرضية الثانية المتمثلة في: *للألعاب الشبه رياضية اثر في إثارة رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة البدنية*

المحور الثالث:

وبه ثلاث أسئلة ويتعلق بالفرضية الثالثة المتمثلة في: *للألعاب الشبه رياضية أثر في زيادة تفاعل التلاميذ مع الأنشطة البدنية*

الوسائل الإحصائية:

قد يحصل الباحث على مجموعة من البيانات الإحصائية لظاهرة من الظواهر، ثم يريد استعمال البيانات في تحليلات بحثه، و الوصول من خلالها إلى نتائج صحيحة، و طرق واضحة و مختصرة لذلك يضطر إلى اختصار هذه البيانات العددية.

وبعد توزيع الإستبيان كنا سنقوم بحساب عدد التكرارات للأجوبة الخاصة بكل سؤال و بعدها يتم حساب النسبة المئوية.

$$س = (ك \times 100) / مج \quad (س = النسبة المئوية) \quad (ك = العدد التكراري) \quad (مج = المجموع)$$

ما نخلص إليه من خلال جمع ودراسة وتحليل البيانات هو أن موضوع الدوافع يعتبر أكثر مواضيع علم النفس أهمية وتعقيدا، وذلك لكونه متعلق بالجانب الحسي الانفعالي، وخاصة مع الفئة العمرية التي ينتمي إليها تلاميذ السنة الأولى ثانوي والمسماة بمرحلة المراهقة، وما تشهده من تقلبات عاطفية وتطور جد متسارع من جميع النواحي سواء الفسيولوجية منها أو البدنية أو الذهنية أو الحسية أو العاطفية، لذلك فه تتطلب رعاية خاصة، وكذلك لاحظنا أهمية الألعاب الشبه رياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية كونها لا تتطلب بذل جهد كبير ولا وسائل متطورة، بل حتى أنها لا تتطلب مساحة كبيرة، كما أنها تمكن من اندماج التلاميذ خلال الحصة وذلك لأنها تثير فيهم روح اللعب والمنافسة.

ولكن مع كل الجهد الذي قمنا به من أجل جمع وتحليل البيانات لم نتمكن من القيام بالدراسة الميدانية، وذلك نظرا للظروف القاهرة التي مرت بها البلاد وكل العالم، وبعد قرار الوزارة بغلق جميع المؤسسات التربوية بسبب جائحة كورونا، وبعد جمع وتحليل الدراسات المرتبطة ببحثنا هذا، وبعد مقارنة فروضها مع فروضنا لاحظنا أن معظمها كانت جد متقاربة مع فرضياتنا والتي كانت أهم نتائجها كالتالي:

- للألعاب الشبه رياضية دور فعال في الرفع من دافعية التلاميذ نحو حصة التربية البدنية
- ممارسة الألعاب الشبه رياضية يساعد على خلق جو التفاهم بين التلاميذ
- تعمل الألعاب الشبه رياضية على تعليم التلاميذ تقبل توجيهات نصائح الأستاذ، وكذلك من طرف الزملاء
- للألعاب الشبه رياضية دور إيجابي يعمل على مساعدة التلاميذ في الاندماج داخل الجماعة المدرسية

أهم الاقتراحات والتوصيات:

- ضرورة استعمال الألعاب الشبه رياضية في الحصص التعليمية
- ضرورة مراعاة ظروف تطبيق الألعاب خلال الحصة التعليمية
- مراعاة اختيار أنواع الألعاب الشبه رياضية حسب هدف كل حصة
- على الأستاذ التنويع في الألعاب الشبه رياضية لعدم إحساس التلاميذ بالملل أثناء الحصة

البيبيو غرافيا:

المراجع باللغة العربية:

- 1- دريسان عبد المجيد: "ألعاب الحركة" دار الشروق، الأردن، ط1، 2000-
- 2- حسن علاوي : "علم النفس الرياضي " ط6، 1985
- 3- عطية محمود، 1949،
- 4- عبد المجيد شرف ،1987
- 5- مفتي إبراهيم حماد : " التدريب الرياضي الحديث "،دار الفكر العربي ،القاهرة، ط2 ، 2001
- 6- عدنان درويش جلول وآخرون :التربية البدنية والرياضة: دار الفكر العربي، ط3 1954
- 7- ألين وديع فرح، "خبرا تقي الألعاب للصغار والكبار " : دار المعارف الإسكندرية. ، 1996
- 8- مناهج ومواقيت السنة السادسة
- 9- مجلة التربية (1986)
- 10- أسامة كمال راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة، النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999
- 11- أسامة كمال راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي(المدرّب-اللاعب-المربي)، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990
- 12- طلعت منصور وآخرون: ،2003، أسس علم النفس مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة
- 13- عبد الرحمن عدس، محي الدين تواق: ،2009، مدخل إلى علم النفس، دار الفكر، عمان
- 14- فاطمة عبد الرحيم النوايسة: ،2015،اساسيات علم النفس، دار النهج، عمان
- 15- عماد عبد الرحيم الزعول وشاكر عقله المحايد: ،2007، سيكولوجية التدريس الصفي، دار المسيرة، عمان
- 16- عبد اللطيف خليفة: ،2002، الدافعية للإنجاز، دار الغريب، القاهرة
- 17- طارق كمال: ،2006، أساسيات علم النفس التربوي، مؤسسة شباب الجامعة الاسكندرية
- 18- عبد المجيد نشواتي 2003 :علم النفس التربوي، ط4، دار الفرقان للنشر والتوزيع، عمان، الأردن
- 19- نبيل محمد زايد، الدافعية والتعلم، ط1، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 2003،
- 20- عبد الرحمان العيساوي : "ورشات في تنشئة لسلوك الإنساني"، دار الزاتب للجامعة بيروت لبنان، 1999،

- 21- فؤاد البهي السيد : " الأسس النفسية للفرد " ،دار الفكر العربي ،القاهرة، 1997
- 22- شادلي مول : "علم نفس الطفل المراهق "،دار المعارف ،ط5، بيروت،لبنان، 1981
- 23- حامد عبد السلام زهران: "عامالنفساالنمووالطفولةوالمراهقة"،عالمالكتاب،جامعةعين الشمس
،القاهرة،1995
- 24- ملك مغول سليمان: علم النفس الطفولة والمراهقة "،ط2 ،جامعة دمشق،سوريا. 1985
- 25- محمد سلامة - توفيق الحداد "على نفس الطفل" ط_1 مديرية التكوين و التربية _ 1973
- 26- مصطفى فهمي "سيكولوجية المراهقة" - مكتبة مصر- القاهرة _ 1967
- 27- كمال الدسوقي "النمو التربوي للطفل و المراهق" ط_1 -دار النهضة العربية- بيروت _1979
- 28- محمد عماد الدين إسماعيل "النمو في مرحلة المراهقة" ط_1 -دار العلم- الكويت _1982.
- 29- محمد مصطفى زيدان "النمو النفسي للطفل و المراهق" ط_3 -دار الشروق- جدة 1991
- 30- حنا غالب "التربية المتجددة و أركانها" ط_2 -دار الكتاب اللبناني- بيروت 1970
- 31- مالك سليمان مخول "علم النفس النمو و المراهق" ط_جديدة- دمشق 1984

- 1- Klein.M « psychanalyse d'un enfant » Ed paris; Thou 1973
- 2- J .Château « Le jeu et l'enfant après trois ans » Ed VRIN
- 3- C .Boyer « l'enseignement des jeux sportifs » Ed ; Vigot, Paris 1982
- 4- E .Demars cite par Chaouuha .B « Etude comparative des jeux méthode d'entraînement » Thèse magistère 1991_1992

الملاحق:

اللعبة رقم 01: التمريرات العشرة

الشدة: متغيرة

المكان: ملعب خالٍ من العوائق

الهدف: تمرير الكرة، الدقة، روح التعاون

الوسائل: كرة

طريقة الأداء:

_ تكوين فريقين حسب عدد الممارسين.

_ هدف اللعبة هو تمرير الكرة بين أفراد نفس الجماعة حتى صل العدد إلى عشر تمريرات دون قطعها من طرف الخصم.

_ في كل مرة يتمكن أحد الفريقين من إتمام عشر تمريرات يقوم الفريق الخصم بأداء عقوبة معينة.

اللعبة رقم 02: الرد السريع

الشدة: متغيرة

المكان: الملعب

الوسائل: كرة

الهدف: سرعة الاستجابة، الدقة، تمرير وتصويب الكرة

طريقة الأداء:

_ تشكيل فريقين أ و ب

_ يقوم الفريق أ بتشكيل دائرة، أما الفريق ب فيتوزع داخلها

_ يقوم الفريق أ بتمرير الكرة بينهم (4-3 تمريرات) ثم التصويب على أحد لاعبي الخصم.

اللعبة رقم 03: المجموعات الصغيرة (الأرقام)

الشدة: متغيرة

المكان: ملعب

الهدف: سرعة الاستجابة، تغيير الإيقاع و الاتجاه

الوسائل: بدون وسائل

طريقة الأداء:

_ يقوم اللاعبون بالجري في كل الاتجاهات و عند سماع الإشارة يتجمع التلاميذ في مجموعات صغيرة حسب العدد المطلوب.

_ التلاميذ المخالفون للعدد المطلوب يعاقبون أو يقصون.

اللعبة رقم 04: كرة الهدف

الشدة: قوية

المكان: ملعب

الهدف: التمرير، التسديد، الدقة، سرعة التنفيذ.

الوسائل: كرة و إشارتين.

طريقة الأداء:

_ تكوين فريقين أ و ب (حوالي 10 لاعبين في كل فريق).

_ محاولة إسقاط إشارة الخصم في ثلاث مرات.

_ يمنع الدخول إلى المنطقة المرسومة لكلا الفريقين.

اللعبة رقم 05: البازالمزدوج

الشدة: قوية

المكان: ملعب

الهدف: التحمل، روح الجماعة

الوسائل: مناديل

طريقة الأداء:

_ يربط كل اثنين بمنديل

_ يعين اثنان يمثلان الباز داخل الملعب لمسك العصافير الذين يحاولون قطع الملعب

_ كلما يمسك الباز عصفورين يصبحان بجانبه.

_ في كل حالة انفصال الطرفين الباز أو العصافير لا تحسب النقطة.

ملاحظة: لتحسين السرعة تكبر الملعب، و لتحسين التحمل نقلص فترة الاسترجاع.

اللعبة رقم 06: لعبة الألوان

الشدة: متوسطة

المكان: ملعب

الهدف: التمرير، الدقة، روح التعاون

الوسائل: كرة

طريقة الأداء:

_ تقسيم التلاميذ إلى فوجين أ و ب

_ يصطف الفريقين ظهر لظهر في منتصف الملعب على مسافة 1 متر بين كل اثنين

_ عند سماع نداء المعلم يقوم الفريق أ بالهرب و يحاول الفريق ب مسكه ثم نقوم بحساب الممسوكين.

اللعبة رقم 07: التداول و المراوغة

الشدة: قوية

المكان: ملعب

الهدف: السعة، التخطيط، التحكم في الكرة

الوسائل: أربع كرات، أربع شواخص

طريقة الأداء:

_ وضع الوسائل حسب الشكل

_ عند الإشارة ينطلق الأول في كل فريق بمراوغة الشواخص ذهابا و إيابا

اللعبة رقم 08: الجسور

الشدة: متوسطة

المكان: ملعب

الهدف: المرونة، الانتباه

الوسائل: بدون وسائل

طريقة الأداء:

_ اختيار صياد و الآخرون على شكل أزواج

_ عند الإشارة يقوم الصياد بمسك أحد الأزواج الذين يتحولان إلى جسر برفع الأيدي

_ يقوم الصيد بمنع ظل من يحاول العبور داخل الجسر

_ يواصل الصياد حتى يمسك كل الأزواج

اللعبة رقم 09: التهرب، كرة داخل مربع.

الشدة: متوسطة

المكان: ملعب

الهدف: الرشاقة، الدقة، روح الفريق

الوسائل: كرة وحيدة

طريقة الأداء:

_ ينقسم القسم إلى فريقين أ و ب

_ يكون الفريق أ خارج الملعب و الفريق ب داخل الملعب

_ عند الإشارة يرمي لاعب من أ كرة داخل المربع و يجري حول الملعب بينما يكون زميله داخل المربع يحول تجنب مسه بالكرة من طرف ب

اللعبة رقم 10: الكرة المحررة

الشدة: متوسطة

المكان: ملعب

الهدف: مراقبة الكرة

الوسائل: 3-4 كرات.

طريقة الأداء:

_ يصطف التلاميذ على شكل سباق التتابع

_ التلاميذ الذين يكونون على رؤوس الفرق تكون بحوزتهم كرة

_ عند الإشارة يمررها إلى من يليه ثم يجري حتى آخر الصف و يلمس زميله الأخير ثم ينطلق الثاني و هكذا حتى تعود الكرة إلى التلميذ الأول.

اللعبة رقم 11: لعبة الأكياس

الشدة: متوسطة

المكان: الملعب

الهدف: التحمل، التعاون، سرعة رد الفعل

الوسائل: أكياس حنطة، شواهد

طريقة الأداء: _ تقسيم التلاميذ إلى 3-4 فرق بحوزة كل فريق كيس حنطة

_ يقوم اللاعب الأول من كل فريق بارتداء الكيس و الركض به في المضمار ذهابا و إيابا ثم يمرره لزميله و هكذا حتى انتهاء الفوج و الفريق الخاسر يعاقب.

أسئلة الاستبيان:

السؤال الأول: ما نوع اللعبة الشبه رياضية التي تفضل ممارستها؟

*لعبة جماعية

*لعبة فردية

السؤال الثاني: كيف تشعر و أنت تمارس هذه الألعاب؟

*الارتيح

*الضجر

المتعة

*الملل

السؤال الثالث: في أي مرحلة من مراحل الحصة تحب ممارسة الألعاب الشبه رياضية؟

*بداية الحصة

*نهاية الحصة

السؤال الرابع: هل تساعدك الألعاب الشبه رياضية في التفاعل أكثر مع الزملاء؟

*نعم

*لا

*بعض الشيء

السؤال الخامس: هل ترى أن الألعاب الشبه رياضية تساعد على؟

*التقارب بين التلاميذ

*تقوية روح التعاون

* استثارة دافعية الأداء لدى التلاميذ

السؤال السادس: هل تشعر حين ممارستك للألعاب الشبه رياضية باستثارة دافعيتك لممارسة الأنشطة البدنية؟

*نعم

*لا

*بعض الشيء

السؤال السابع: هل استطعت من خلال ممارستك للألعاب الشبه رياضية اكتساب المتعة في أداء الأنشطة البدنية؟

*نعم

*لا

*بعض الشيء

السؤال الثامن: كيف تقيم حصة التربية البدنية مع وجود الألعاب الشبه رياضية؟

*دون الوسط

*متوسط

*حسن

السؤال التاسع: هل تعتقد أن شعورك بالمتعة أثناء حصة التربية البدنية كان نتيجة؟

*ممارسة الألعاب الاثبه رياضية

*خبرة الأستاذ

*تفاعل مع الحصة

السؤال العاشر: هل تستعين بالألعاب التي اكتسبتها خلال الحصة خارج المؤسسة:

*نعم

*لا

*بعض الشيء

السؤال الحادي عشر: هل استطاعت الألعاب الشبه رياضية من تعديل بعض سلوكياتك خارج الحصة؟

*نعم

*لا

السؤال الثاني عشر: هل التنوع في الألعاب الشبه رياضية يزيد من تفاعلك مع الأنشطة البدنية

*نعم

*لا

*بعض الشيء

Résumé :

Titre de l'étude : l'effet des jeux pré sportif sur la motivation de la réussite des élèves des 1^{ères} années secondaire.

- Les objectifs de l'étude : reconnaître le comportement des élèves du 1^{ère} année secondaire (connaître leur interaction dans la société) et voir plus leur patience vers les jeux et l'activité

Question générale :

- Est-ce que les jeux pré sportif jouent un rôle envers le développement des compétences cinétiques chez les élèves du 1^{ère} année secondaire

Question partielle :

- est-ce que les jeux pré sportif ont un effet sur la stimulation de la motivation pour pratiquer des activités sportives.

Hypothèse générale : les jeux pré sportif ont un effet sur la stimulation de la motivation de réussite chez l'élève.

Hypothèse parcelle : les jeux pré sportif ont un effet et motive les élèves pour pratiquer les activités physiques

- Est-ce que les jeux pré sportif ont un effet sur la stimulation de la patience chez l'élève pour pratiquer les activités physiques.
- Les jeuxont un effet et augmentent l'interaction des élèves envers les activités physiques .

Échantillon: le choix de l'échantillon a été aléatoire sur l'ensemble des élèves du 1^{ère} année secondaire

le champs spatio-temporelle : notre étude été prévue au niveau des établissements (lycées de la commune d'Ain Bessem w- Bouira) pendant la 3^{ème} trimestre de l'année scolaire 2019-2020

Outil utilisé : on utilise le questionnaire comme outil, qui comporte 12 questions divisées sur 03 axes, chaque axe comporte 04 questions.

Méthode utilisée : on a utilisé dans notre étude la méthode descriptive