



جامعة أسيوط محند أولحاج



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في الميدان العلوم والتقنيات

النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: تربية وعلم الحركة

الموضوع:

دور التربية البدنية والرياضية في تنمية قدرات طفل العقلية

والنفسية والاجتماعية لمرحلة العمرية -09-12 سنة

دراسة ميدانية على بعض الابتدائيات -مقطعة مشدالة-

إشراف الأستاذ:

زيدان فاطمة الزهراء

إعداد الطلبة:

- عبد النور سليمان

- ولعيد بنان

- لمين بار

السنة الجامعية 2020/2019



الصفحة	فهرس المحتويات
	البسمة
	الشكر
	الإهداء
	ملخص
01	مقدمة
	الفصل التمهيدي
04	1- إشكالية
05	2- الفرضيات
05	2- 1 الفرضية العامة
05	2- 2 الفرضيات الجزئية
05	3- أسباب اختيار الموضوع
06	4- أهداف البحث
06	5- أهمية البحث
06	6- تحديد المفاهيم والمصطلحات
07	7- الدراسات السابقة والمثابفة والتعليق عليها
	الجانب النظري للبحث
	الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي التربوي
14	تمهيد
15	1- 1 تعريف النشاط
15	1- 2 تعريف النشاط البدني

16	3-1 تعريف النشاط البدني التربوي الرياضي
17	3-خصائص النشاط البدني الرياضي التربوي
18	7- أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي
19	8-الأهداف العامة للنشاط البدني التربوي
19	8-1 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية
19	8-2 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي في المرحلة الابتدائية
19	خلاصة
	الفصل الثاني: الأبعاد التربوية (العقلية، النفسية، والاجتماعية)
21	تمهيد
22	1-الأبعاد التربوية
22	1-1 البعد الاجتماعي
22	2-البعد النفسي
22	2-1 الصحة النفسية
23	2-1-1 معايير النفسية
23	2-1-2 خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية
27	خلاصة
	الفصل الثالث: الفئة العمرية (الطفولة المتوسطة)
29	تمهيد
30	1-تعريف الطفولة
30	2-خصائص مرحلة الطفولة
31	3-تقسيمات مرحلة الطفولة
31	3-1مرحلة الطفولة الوسطى

31	2-3 مراحل النمو التي يمر بها الطفل في هذه المرحلة
31	3-3 النمو العقلي
31	4-تأثير الممارسة على النمو الاجتماعي
31	5- تأثير الممارسة الرياضية على النمو النفسي
37	خلاصة
	الجانب التطبيقي: إجراءات البحث
39	تمهيد
40	1. منهج البحث
40	2. مجتمع البحث
40	3. عينة البحث
40	4. أدوات البحث
40	5. متغيرات الدراسة
40	6. الأساليب الإحصائية المستخدمة
41	الاستنتاج
43	خاتمة
45	قائمة المراجع

شكر وعرّفان

أشكر الله عزوجل أن وفقني لإنجاز هذه الدّراسة ولا يتم شكر الله تعالى إلا بشكر عباده الذين كثيرا ما ساعدوني لكي يظهر هذا العمل على هذا الشكل ولهذا أتقدم بالشكر الجزيل والتقدير إلى حضرة الأستاذة زيدان فاطمة الزهراء ولا يفوتني في هذا المقام أنّ أقدم جزيل الشكر والامتنان إلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد من أجل إنجاز هذا العمل.

إهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى :

من هما قدوتي ومثلي الأعلى :الوالدين الكريمين وخاصة أبي أمدّ الله في عمره

وإلى الأصدقاء والأحباب دون تفرقة

وإلى كل الطلبة قسم التربية البدنية والرياضية خاصة دفعة 2019-2020.

ملخص البحث

العنوان: دور التربية البدنية والرياضية في تنمية قدرات الطفل العقلية والنفسية والاجتماعية لمرحلة

العمرية 09-12 سنة

تحت إشراف :

إعداد الطلبة:

د/زيدان فاطمة الزهراء

- سليمان عبد النور

- بار لمين

- بنان ولعيد

في الدراسة الحالية دور ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية بعض الأبعاد التربوية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (09-12) سنة، وبذلك فهي تهدف إلى معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية البعد الاجتماعي والبعد النفسي لدى تلاميذ الطور الابتدائي، وقد قمنا بوضع الفرضيات التالية: لممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي دور في تنمية البعد الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الابتدائي، لممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي دور في تنمية البعد النفسي لدى تلاميذ الطور الابتدائي، حيث استخدمنا في بحثنا هذا الاستبيان في المحور الأول والذي يخص البعد الاجتماعي ويتكون من 23 سؤال موجه للتلاميذ ، وهذا لجمع المعلومات التي تساعدنا في الوصول إلى الإجابات عن أسئلتنا، كذلك قمنا باستخدام مقياس الصحة النفسية الذي يخص المحور الثاني وهو البعد النفسي ويتكون من 15 سؤال موجه للتلاميذ، وقد تبنت الدراسة المنهج الصوفي حيث يعرف بأنه أحد أشكال التحليل والتغيير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميل عن طريق جمع البيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة، وتلخص الأساليب الإحصائية كمايلي:النسبة المئوية، اختبار المحسوبة والجدولية، مستوى الدلالة ودرجة الحرية.

وقد أسفرت النتائج النهائية أن للنشاط البدني الرياضي التربوي دور كبير في تنمية البعد الاجتماعي والنفسي لتلاميذ الطور الابتدائي (09-12) سنة، وأن النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل على تطوير التنشئة الاجتماعية وتحقيق النفسية للأطفال، وهذا ما أكدته النتائج الإحصائية المتحصل عليها الجداول والدوائر النسبية والتي كانت ذات دلالة احصائية بصفة نسبية، مما يؤكد لنا صحة الفرضيات الجزئية والفرضية العامة

الكلمات المفتاحية: النشاط البدني الرياضي التربوي، الابعاد التربوية، الفئة العمرية من 9 إلى 12

سنة.

مقدمة

لعل أهم الأشياء التي تتميز بها الشعوب الحديثة في عصرنا هذا هو تقدير الرياضة والعمل على تدعيمها وإيجاد السبل من أجل النهوض بها وتطويرها، فالرياضة ذات أهمية كبيرة من جوانب شتى منها النفسية والحركية والعقلية والاجتماعية تقوي النسق الاجتماعي والنفسي لأي بلد ينمو الفرد في مجتمع سليم ويتفاعل معه إيجابيا وينشئ فيه تنشئة اجتماعية جيدة.

ويعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي من العوامل الأساسية التي تساعد على تنمية القدرات المختلفة والتي تحدث عنها العديدين من العلماء وبينتها الكثير من الدراسات إذ تبين دراسة "سيندر" أن الممارسة الرياضية تؤدي دورا هاما في تكوين شخصية الفرد وكذلك أوضح "فرويل" أن العملية التربوية يجب أن تقوم أساسا على النشاط والعمل والتفكير¹.

وتسعى الأنشطة الرياضية والبدنية على اكتساب المهارات الحركية وإرتقانها والعناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل وقوام سليم وحياة أطول وأكثر نشاطا، بالإضافة إلى تحصيل المعارف وتنمية الأبعاد والاتجاهات الإيجابية نحو الأنشطة المختلفة، والتي تعد بالنسبة للفرد جانبا هاما من جوانب شخصيته، وإضافة إلى ذلك تساعد على التكيف مع المجتمع وتوفر له القدرة على اتخاذ القرارات في المواقف النفسية المتعددة بتفكير مستقل.

وتمثل المدارس أهم المؤسسات الاجتماعية ذات التأثير الكبير في المجتمع، حيث تقع على عاتقها المسؤولية نحو فئة كبيرة وهامة من أفراد المجتمع، فالمدرسة هي الإدارة التي تتعاون مع الأسرة في تربية الأبناء، لأن الأسرة لا تستطيع أحيانا القيام بعملية التربية بمفردها.²

فالتلميذ يدخل المؤسسات التعليمية التي تحتوي على الأنظمة التربوية في أي مرحلة ولدية ذخيرة من أنماط السلوك فيها ما هو مقبول، فتبقي عليه، ومنها ما يحتاج إلى تعديل فنعدله أو نحذفه، وبذلك يصبح من المهم في بداية كل مرحلة تعليمية تحديد نشاط السلوك التي ينبغي للتلميذ الوصول إليها، بدرجة ملائمة من الكفاءة والجودة، وبالتالي تصبح عملية التعليم هي تهيئة الظروف والشروط والمواقف لإصدار السلوك.

¹ رباح صالح، الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البنوية والرياضية، 2012-2013، ص01.

² حسن، زكي محمد، أبو القاسم، عماد، الاتجاهات نحو النشاط الرياضي وعلاقتها بالعادات والسلوكيات الصحية لتلاميذ صف الأول ثانوي، المؤتمر العلمي 2002.

مقدمة

وقد برزت أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي كوسيلة منفردة في تنمية الأبعاد التربوية وما يتصل بها من قيم صحية ونفسية واجتماعية وذهنية التي تمكن الفرد من القيام بواجبه نحو وطنه، أمته ومجتمعه، ورغم هذه الأهمية البالغة لهذه المادة لاحظنا تراجع الاهتمام بها وخاصة في مرحلة جد مهمة في نمو الانسان وهي مرحلة من (06 إلى 12) سنة أي مرحلة التعليم الابتدائي¹.

وقد حاولنا تسليط الضوء على العلاقة الموجودة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي بتمتية بعض الأبعاد التربوية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (09-12) سنة، على النحو التالي:

- الفصل التمهيدي: ويضم الإطار العام للدراسة، الذي يتناول:
 - طرح الإشكالية، ثم صياغة الفرضيات وأسباب اختيار الموضوع، ثم أهمية وأهداف الدراسة، كما تناول التعريف بمصطلحات البحث، لينتهي بعرض مجموعة من الدراسات السابقة.
 - الجانب النظري: ويضم ثلاثة فصول:
 - الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي التربوي.
 - الفصل الثاني: الأبعاد التربوية.
 - الفصل الثالث: الفئة العمرية
- الجانب التطبيقي: ويضم فصلين:

- الفصل الأول: يتولى شرح منهج الدراسة، وصف مجتمع البحث وعينة الدراسة تحديد مجالات الدراسة ومتغيرات البحث، إعداد الأدوات الرئيسية للدراسة وفحص صدقها وثباتها، وبيان الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة النتائج، كذلك الصعوبات التي واجهة الباحثان.

- الفصل الثاني: يتضمن عرض، تحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضيات، ثم استخلاص الاستنتاجات والاقتراحات.

¹ الدكتور الزيود، الشباب والقيم في عالم المتغير، دار الشروق، الأردن، 2006، ص 08.

الجانب المنهجي للدراسة

يعمل النشاط البدني الرياضي التربوي من خلال تعدد أنشطته وتنوعها، على إعداد الفرد إعداد متكاملًا ومتوازنًا بحيث تزوده بمختلف الخبرات، إذ تعتبر العامل الحاسم في إعداد شخصية الفرد، ومعرفة أبعادها من خلال الاحتكاك بالأخر ولهذا الغرض اهتمت أوجه النشاط البدني التربوي بإعداد التلميذ صحيًا ونفسيًا واجتماعيًا، وهذا من خلال الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية من تحسين القدرات الحركية والجسمية، المعرفية والنفسية الوجدانية والاجتماعية، وقد أكد الباحثون على أهمية النشاط البدني، حيث استخدموا تعبيره على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأثر الثقافة البدنية للإنسان، ومنهم "لارنس" اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمن كل الأنظمة الفرعية الأخرى¹.

كما أكد بعض الباحثين أن ممارسة النشاط البدني التربوي ينتج عنه اكتساب لبعض الأبعاد والاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي²

ومنه تعد الأبعاد النفسية والاجتماعية عناصر أساسية في بلورة السلوك الانساني الذي يتماشى وحاجات الفرد الاساسية (اللعب، الترويج) وهذه الأخيرة تدعما عوامل الاتزان النفسي الاجتماعي قصد تحقيق وتكوين اتجاهات معينة تعمل على تكيف الفرد مع مجتمعه ومع نفسه وغيره، وفي مدرسته وفي أحسن صورة يجب أن يراه بها زملائه وخاصة من خلال الممارسة الرياضية أين يحاول التفوق على غيره وهذا لا يتم إلا من خلال اتجاه إيجابي أو سلبي نحو النشاط البدني الرياضي التربوي.

فالنشاط البدني الرياضي التربوي يمنح الشخصية ما يحتاج إليه الفرد من ثقة وقيمة الذات، كما يمنح ما يحتاج إليه من اعتراف وقبول وانتماء وتكوين العلاقات مع المحيط المدرسي والمحيط البيئي من حيث الاندماج الاجتماعي، وأثناء التنافس الرياضي يتيح فرصة التحكم في الانفعالات خاصة في المواقف المشحونة بالإثارة من خلال التنافس، فالنشاط البدني التربوي الرياضي يساعد على تكوين شخصية سوية بما يكسبها جسم رشيق وتوافق نفسي اجتماعي وتوازنا انفعاليا يعكس على النفس الشعور بالقبول والانتماء والعلاقات عند التلميذ.

ولكن ورغم أهمية النشاط البدني التربوي الرياضي في المرحلة الابتدائية خاصة ودوره في تنمية الأبعاد التربوية وتأثيرها على التحسين الدراسي والدعم المعنوي والنفسي وتوجيه السلوكات عند التلاميذ. وانطلاقا من هذه الخلفية النظرية نطرح التساؤل التالي:

¹ أمين أنور الخولي، الرياضية والمجتمع، المجلس الوطني الثقافي للأدب والفنون، سلسلة عالم الكوني، 1996، ص22.

² علي الدير، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية في المرحلة الأساسية(التربية الحركية)، جامعة اليرموك، 1999، ص05.

الفصل التمهيدي

هل لممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي دور في تنمية بعض الأبعاد التربوية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12 سنة)

■ التساؤلات الفرعية:

- هل الممارسة النشاط البدني التربوي الرياضي دور في تنمية البعد الإجتماعي لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12 سنة).

- هل لممارسة النشاط البدني التربوي الرياضي دور في تنمية البعد النفسي لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12 سنة).

2-الفرضيات:

1-2 الفرضية العامة:

لممارسة النشاط البدني التربوي الرياضي دور في تنمية بعض الأبعاد التربوية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12 سنة)

2-2 الفرضيات الجزئية:

- لممارسة النشاط البدني التربوي الرياضي دور في تنمية البعد الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12 سنة).

- لممارسة النشاط البدني التربوي الرياضي دور في تنمية البعد النفسي لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12 سنة).

3- أسباب اختيار الموضوع:

تكن أسباب اختيار المرحلة الابتدائية للقيام بحصة التربية البدنية والرياضية نظر لأن الطفل في هذه المرحلة يبدأ في اكتساب العديد من المهارات في جميع النواحي المعرفية والحركية ومن أخرى هناك عدة أسباب نذكر منها:

- لفت انتباه السلطات أو العاملين في هذا المجال لإعطاء أهمية للنشاط البدني الرياضي التربوي في المدارس الابتدائية.

- معرفة أهمية ودور النشاط البدني التربوي الرياضي وتأثيراته على تلاميذ المدرسة الابتدائية.

- معرفة الواقع الذي يمارس فيه النشاط التربوي الرياضي في المدارس الابتدائية.

- معرفة دور ممارسة النشاط البدني التربوي الرياضي في تنمية الأبعاد التربوية لدى تلاميذ الطور الابتدائي.

3- أهداف البحث:

نسعى من خلال دراستنا لهذا البحث، الوصول إلى جملة من الأهداف والمبتغيات أملين تحقيقها

في المدارس الابتدائية والتي تتمثل في :

الفصل التمهيدي

- إبراز دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية البعد الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الابتدائي.
 - إبراز دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية البعد النفسي لدى تلاميذ الطور الابتدائي.
 - إبراز دور النشاط البدني التربوي الرياضي في تنمية الأبعاد التربوية لدى تلاميذ الطور الابتدائي.
 - إبراز القيمة والعملية الأنشطة التربوية البدنية المبرمجة
- 4- أهمية البحث:**

تكمن أهمية بحثنا بأن الطفل في فترة الطفولة المتأخرة يمر بتغيرات جسمانية وعقلانية وجنسية، بحيث تؤثر عليه اجتماعيا ونفسيا، لذا كان لابد من إبراز دور ممارسة البدني التربوي الرياضي في تنمية بعض الأبعاد التربوية وكذلك:

- إبراز الأهمية الاجتماعية والنفسية للنشاط البدني التربوي الرياضي.
- إبراز أهمية الأنشطة البدنية والرياضية في الوسط المدرسي.

6- تحديد المصطلحات والمفاهيم:

1- النشاط البدني التربوي الرياضي:

❖ التعريف الاصطلاحي:

هو مظاهر مختلفة وأشكال عديدة من النشاط الرياضي في المؤسسات التربوية والتعليم وهو ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدم الجهاز الحركي لجسم الإنسان والنشاط البدني الرياضي التربوي على ثلاث أشكال:

✓ درس التربية البدنية والرياضية.

✓ النشاط الداخلي.

✓ النشاط الخارجي¹

❖ التعريف الإجرائي:

هو كل مظاهر الحركة التي تتميز بالنشاط الرياضي وفق لقواعد وأسس تربوية.

2- الأبعاد التربوية:

هي تربية وتنقيف التلميذ وجعله مواطن صالح يؤثر ويتأثر بالمجتمع ويحترم عاداته وتقاليده²

¹ محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، 1992، ص 94.

² أميمة كير، خديجة كشيدة، دور مادة التربية البدنية في تعزيز قيم المواطنة في بعديها الاجتماعي والقيمي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، 2014-2015، ص 49.

الفصل التمهيدي

-التعريف الإجرائي: وهي مختلف الجوانب التي تساهم في تنمية وتطوير شخصية التلميذ أكاديميا.

3-الطفولة المتأخرة(09-12سنة):

تمتد من سنة التاسعة إلى سن الثانية عشر حيث تبدأ علامات البلوغ في الظهور في آخر هذه المرحلة حيث تقل سرعة النمو بصفة عامة ويزداد نمو العضلات وتصير العظام أقوى وأيضا تتساقط الأسنان اللبنية ويحل محلها الأسنان الدائمة،ويسع النمو الحركي فيزيد نشاط الطفل ويبدأ بممارسة العديد من الألعاب الرياضية وهذا ما يمكنه من الاستقلال جزئيا عن أسرته إذ يكون قادرا على القيام بنفسه وكثير من حاجاته ومتطلباته ومواجه الأحداث والمواقف العديد التي يمكن أن يواجهها خلال هذه المرحلة¹

7-الدراسات السابقة والمشابهة:

لإجراء البحث يجب على الباحث أن يستند إلى مؤشرات تساعده في إثراء بحثه والدراسات السابقة هي نقطة بداية للباحث ببحثه لأنه يستطيع مقارنة ما وصل إليه في بحثه،بما وصل غره نفس الاتجاه، فإما أن يؤكد النتائج السابقة أو الخروج بنتائج جديدة تكون إضافة جديدة إلى المعرفة الإنسانية، والإطلاع على الدراسات السابقة يكتسي أهمية كبيرة في كنها تزود الباحث بأفكار ونظريات وتفسيرات تفيد الباحث في تحديد أبعاد المشكلة المراد دراسته ولعل أهم الدراسات التي نجحت في المجال هي:

7-1 دراسة الطلبة حاج صدوق عبد الرحمن- شماني محمد(2013-2014) بعنوان"دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلميذ مستوى الثالثة ثانوي" مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

حيث طبقت على عينة عددها "153 تلميذ" واعتمد الباحثان على المنهج"الوصفي" وهدفت هذه

الدراسة إلى :

- إبراز دور الأنشطة البدنية والرياضية في تفعيل العلاقات الاجتماعية للأفراد.
- ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية وتأثيرها على المراهق.
- إبراز دور الأنشطة البدنية والرياضية في الحياة الاجتماعية وذلك بتحسين العلاقات مع الآخرين والقضاء على المشاكل الاجتماعية.
- وأسفرت نتائج هذه الدراسة على:
- أن النشاط البدني الرياضي التربوي له دور عام في تحقيق مبدأ التعاون الإجتماعي.
- أن النشاط البدني الرياضي التربوي له دور كبير في خلق التنافس الإجتماعي.
- أن النشاط البدني الرياضي التربوي له دور إيجابي في تنمية روح الجماعة.

¹ بوداود عبد اليمين،مناهج البحث العلمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية

الفصل التمهيدي

7-2 دراسة الطلبة قراي وليد- ناصري حسان (2015-2016) بعنوان: "تأثير التربية البدنية والرياضية في نمو بعض المهارات الحركية الأساسية خلال مرحلة الطفولة المتأخرة (9-12 سنة)، مذكرة لنيل شهادة الماستر في التربية الحريكة.

حي طبقت هذه الدراسة على عينة عددها (العينة التجريبية 29 تلميذ ذكور وإناث، العينة الضابطة 29 تلميذ ذكور وإناث) وأعتمد الباحثان على المنهج التجريبي، وهدفت هذه الدراسة إلى:

- إبراز ضرورة القيام بحصة التربية البدنية والرياضية في المدارس الابتدائية لما لها من أهمية في مختلف الجوانب وخاصة على نمو المهارات الحركية من قبل أساتذة مؤطرين في هذا المجال.
- التوعية بالآثار الإيجابية للألعاب التربوية الموجهة في التنمية الحركية للطفل.
- ضرورة الاهتمام بالكفاءات الحركية لأطفال الأقسام التحضيرية.
- وأسفرت نتائج هذه الدراسة على :

- وجود نسبة التحسن أكبر عند أفراد المجموعة التجريبية من أفراد المجموعة الضابطة بجميع المهارات، وهذا راجع للبرنامج التعليمي الذي قام به الباحثان فالتربية تدعو دائما إلى النشاطات الذاتية، وتتميز فيه عنصر التجريبي والمحاولة والاكتشاف وتشجعه على اللعب الحر، وترفض مبدأ الإيجار والقسر بل تركز على مبدأ المرونة والإبداع والتجديد والشمول.

7-3 دراسة الطالب نحال حميد (2008-2009) بعنوان "دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفس الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"، مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية النشاط البدني الرياضي، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي وهدفت هذه الدراسة إلى:

- الكشف عن الخصائص النفسية والاجتماعية لتلاميذ الطور الثانوي.
- معرفة طبيعة النمو النفسي والاجتماعي أثناء المرحلة الثانوية.
- إيجاد نوعية التأثير التي تحدث عند التلاميذ من خلال ممارسة النشاط الرياضي.
- لفت انتباه الكثير من الفئات إلى مكانة التربية البدنية والرياضية بالمدارس.
- إبراز مهام وأهداف التربية البدنية والرياضية داخل المنظومة التربوية في مرحلة التعليم الثانوي.
- وأسفرت نتائج هذه الدراسة على:
- أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي إلى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الفصل التمهيدي

7-4 دراسة الطالب عبد الرحمن سيد علي 2009 بعنوان "مساهمة الألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"، مذكرة لنيل شهادة ماجستير.

حيث طبقت هذه الدراسة على عينة تجريبية تتكون من العينة الأولى وتتشكل من 60 تلميذ وتلميذة تم تحديدها بالأفراد الممارسين للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، أما العينة الثانية تتكون من 50 تلميذ وتلميذة تم تحديدهم بالأفراد الغير ممارسين للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وقد استعمل الباحث استبيان استمارة البيانات الأولية ومقياس الشخصية للمرحل الإعدادية والثانوية معتمدا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي ذلك لتلاؤمه مع هدف الدراسة، وهدفي الدراسة إلى :

- التحقق من مدى مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تحقيق التوافق النفسي الإجتماعي وتحسين المستوى البدني.

- إبراز القيمة العلمية والعملية للألعاب الشبه رياضية.

- معرفة واقع ممارسة الألعاب الشبه رياضية داخل مؤسساتنا التربوية واسفرت نتائج هذه الدراسة على :

- الألعاب الشبه رياضية تساعد التلاميذ على تحقيق التوافق مع نفسه ومحيطه أي المجتمع، وتحسين اللياقة البدنية والحالة النفسية للتلميذ.

- تعمل الألعاب الشبه رياضية أيضا على تكوين شخصية التلميذ وإكسابه مختلف الصفات والسمات السلوكية الحميدة التي تعمل على إعداد المواطن الصالح.

- تلعب الألعاب الشبه الرياضية الهادفة الفعالة دورا وأهمية كبيرة في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي.

7-5 التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

■ عمدت دراسة الطلبة حاج صدوق عبد الرحمن-شمانى محمد (2013-2014) إلى البحث في "دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الإجتماعي لدى تلميذ مستوى الثالثة ثانوي".

طبقت هذه الدراسة على بعض المدارس الابتدائية ببلدية الخروب وكانت العينة تتكون من 153 تلميذ من كلا الجنسين واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي.

■ عمدت دراسة الطلبة قراي وليد-ناصرى حسان (2015-2016) إلى البحث في "تأثير التربية البدنية والرياضية في نمو بعض المهارات الحركية الأساسية خلال مرحلة الطفولة المتأخرة (9-12 سنة)".

طبقت هذه الدراسة بمدرسة قوادرية صالح بلدية عين البيضاء على عينة عددها (العينة التجريبية 29 تلميذ ذكور وإناث، العينة الضابطة 29 تلميذ ذكور وإناث) واعتمد الباحثان على المنهج التجريبي.

■ عمدت دراسة الطالب نحال حميد (2008-2009) إلى البحث في دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وهدفت هذه الدراسة إلى :

الفصل التمهيدي

- الكشف عن الخصائص النفسية والاجتماعية لتلاميذ الطور الثانوي.
 - معرفة طبيعة النمو النفسي والاجتماعي أثناء المرحلة الثانوية.
 - إيجاد نوعية التأثير التي تحدث عند التلاميذ من خلال ممارسة النشاط الرياضي.
 - لفت انتباه الكثير من الفئات إلى مكانة التربية البدنية والرياضية بالمدارس.
 - إبراز مهام وأهداف التربية البدنية والرياضية داخل المنظومة التربوية في مرحلة التعليم الثانوي.
- حيث أسفرت نتائج هذه الدراسة على :
- أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
 - أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو الاجتماعي لدى تلاميذ المرحل الثانوية.
 - عمدت دراسة الطالب عبد الرحمن سيد علي 2009 إلى البحث عن مساهمة الألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- حيث طبقت الدراسة على عينة تجريبية تتكون من العينة الأولى وتتشكل من 60 تلميذ وتلميذة تم تحديدها بالأفراد الممارسين للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، أما العينة الثانية تتكون من 50 تلميذ وتلميذة تم تحديدهم بالأفراد الغير ممارسين للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وقد استعمل الباحث استبيان استمارة البيانات الأولية ومقياس الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية معتمدا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي وذلك لتلاؤمه مع هدف الدراسة.
- حيث تم التوصل في هذه الدراسة إلى النتائج التالية:
- الألعاب الشبه رياضية تساعد التلاميذ على تحقيق التوافق مع نفسه ومحيطه أي المجتمع، وتحسين اللياقة البدنية والحالة النفسية للتلميذ.
 - تعمل الألعاب الشبه رياضية أيضا على تكوين شخصية التلميذ وإكسابه مختلف الصفات والسمات السلوكية الحميدة التي تعمل على إعداد المواطن الصالح.
 - تلعب الألعاب الشبه الرياضية الهادفة الفعالة دورا وأهمية كبيرة في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي.
 - ساهمت الدراسات السابقة والمشابهة في تحديد وضبط الإشكالية مع مراعاة الفرضيات المقترحة والإحاطة بالموضوع بتحديد أوجه التشابه والاختلاف والأهداف المراد تحقيقها.

الباب الأول

الجانِب النظري

الفصل الأول

النشاط البدني الرياضي

التربوي

تمهيد:

اهتم الإنسان ومنذ القديم بجسمه وصحته ولياقته، كما تعرف عبر كفاءته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكالاً اجتماعية كاللعب والتمارين البدنية، التدريب البدني، الرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأنشطة الجانبية النافعة لها على النواحي النفسية الاجتماعية العقلية، المعرفية، الحركية، المهارية، الجمالية والفنية، وهذه الجوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلاً متكاملاً، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في إطار ثقافي وتربوي بحيث تعتبر التربية البدنية والرياضية هي الترويج العصري لفوائد هذه الأنشطة، التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي على المستوى الوطني وهذا ما سيكون محور دراستنا هذا الفصل الذي سنتناول فيه أبرز الجوانب المتعلقة بالنشاط البدني الرياضي التربوي.

1- ماهية النشاط البدني الرياضي التربوي:

1-1 تعريف النشاط:

هو وسيلة تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية¹

2-1 تعريف النشاط البدني:

يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتريص في مقابل الكسل والوهن والخمول، في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأطوار الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء ببرز "LARSEN" الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تندرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى.

2

وتضيف "كوسولا" (أن التنافس سمة أساسية تضيف على النشاط الرياضي طبعاً اجتماعياً ضرورياً وذلك لأن النشاط الرياضي عن بقية ألوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص، ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على أنه نشاط رياضي قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة.

وهذه القواعد تكونت على مدى التاريخ قديماً أو حديثاً والنشاط الرياضي يعتمد أساساً على الطاقة البدنية للممارس في شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطرق اللعب³.

إن النشاط البدني الرياضي عبارة عن مجموعة من المهارات، واتجاهات يمكن أن يكتسبها الفرد دون سن معين يوظف منا تعلمه في تحسين نوعية الحياة نحو المزيد من تكيف الفرد مع بيئته ومجتمعته، حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي لا تقتصر المنافع على الجانب الصحي فقط إلا أنه يتم التأثير الإيجابي على جوانب أخرى ألا وهي نفسية واجتماعية، العقلية والمعرفية، الحركية والمعرفية، الحركية والمهارية وكل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملاً منسقاً ومتكاملاً⁴

1- خصائص النشاط البدني الرياضي التربوي:

يتميز النشاط البدني الرياضي التربوي بعدة خصائص متنوعة منها:

¹ محمد الحمامي، أنور الخولي، أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربية، القاهرة، 1990، ص29.

² أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص120.

³ أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، دون ط، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة 1996، ص209.

⁴ علي يحي منصور، الثقافة الرياضية، الجزء الأول، ط1، مصر، سنة 1971، ص209.

- النشاط البدني عبارة عن نشاط اجتماعي وهو يعبر عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.
- خلال النشاط البدني الرياضي التربوي يلعب البدن وحركاته الدور الأساسي
- أصبحت الصورة التي يتسم بها النشاط هو تدريب ثم تنافس.
- يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية وأركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، يؤثر المجهود الكبير على يسر العمليات النفسية للفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الانتباه والتركيز.
- لا يوجد رأي نوع من أنواع النشاط الإنساني أثر واضح للفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل بصورة واضحة ومباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي باستقطاب جمهور غير من المشاهدين، الأمر الذي لا يحدث في كل فروع الحياة، كما أنه يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد على التكيف مع محيطه ومجتمعه، حتى يستطيع إخراج العبء الداخلي والاستراحة من عدة حالات في ذهنه.¹

5- الأسس العلمية للنشاط البدني الرياضي:

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

5-1 الأسس النفسية:

هي كل الصفات الخلقية والإرادية والمعرفية لشخصية الفرد ودوافعه وانفعالاته، وهي تساعد على تحليل أهم نواحي النشاط الرياضي من خلال السلوك كما تساهم في التحليل الدقيق للعمليات المرتبطة بالنشاط الرياضي، إضافة إلى المساعدة في الإعداد الجيد والمناسب والتدريب الحركي المناسب.

5-2 الأسس الاجتماعية:

ويقصد بها العمل الجماعي، التعاون الألفة، الاهتمام بأداء الآخرين ويمكن لهذه الصفات تنميتها من خلال أوجه النشاطات الرياضية المختلفة².

¹ عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، دار المكتبة الجامعية، مصر، 1982، ص19.

² محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة، 1994، ص161..

7- أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي:

اهتم الإنسان منذ قديم الأزل بجسمه وصحته ولياقته وشكله، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على المنافع تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكال اجتماعية كاللعب، والألعاب والتمارين البدنية والتدريب الرياضي، والرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني الصحي فحسب، وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية-المعرفية والجوانب الحركية المهارية، والجوانب الجمالية الفنية، وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا منسقا متكاملًا، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في إطارات ثقافية وتربوية، عبرت عن اهتمام الإنسان وتقديره، وكانت التربية البدنية والرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة والتي اتخذت أشكال واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها، لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفا غالبا وتاريخيا، ولعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي، ما ذكر سقراط فكرة الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب: "على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي" كما ذكر المؤلف شيلر في رسالته "جماليات التربية" إن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب" ويعتقد المفكر ريد أن التربية البدنية تمدنا بنهذيب الرادة ويقول: "إنه لا بأسف على الوقت المخصص للألعاب في مدارسنا، بل على النقيض فهو الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه،" ويذكر المري الألماني جون موتن أن الناس تلعب من أجل أن يتعارفوا وينشطوا أنفسهم¹.

8- الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي:

إن أهداف التربية البدنية والرياضية تسعى إلى التعبير عن مفاهيم واتجاهات النظام التربوي والعمل في سبيل تحقيق انجازها وتوضيح وظائفها ومجالات اهتمامها وهي تتفق ببداية مع أهداف تربية وتنشئة وإعداد الفرد الصالح بطريقة متوازنة متكاملو وشاملة، وفي مايلي نذكر بعض أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي.

8-1 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية:

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها التطور الطبيعي للفرد ولا بد أن تستخدم

¹ محمد بقدي، مرجع سابق، ص 41.

محبته للحركة من أجل تسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط للإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي.

كما تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة وقوية، وبمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة.

فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أبا وعونا وتنمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عضوا في الجماعة¹

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

8-2 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي في المرحلة الابتدائية:

- غرس العادات الصحية القومية السليمة للوقاية من العادات الخاطئة.
- تنمية الصفات البدنية والمهارات الطبيعية لتحقيق مستوى اللياقة البدنية العامة.
- اكتساب التوافق الأولى للمهارات الحركية.
- اكتساب القدرات الفردية الخاصة وتوجيهها ورعايتها.
- إشباع الميول والاحتياجات في إطار من التوجيه السليم²

¹ محمد بقدرى، مرجع سابق، ص 23-24..

² هنية محمود الكاشف، دور التربية في تنمية الوعي السياسي، دار الوفاء لدنيا للطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر

2004، ص 13.

خلاصة:

من خلال ما درسناه في الفصل الأول يتجلى لنا المفهوم الصحيح للنشاط البدني الرياضي وكذا يتبين مدى أهمية المادة في النظام التربوي لطور الابتدائي ومدى منافعها في تربية الطفل تربية شاملة ومتكاملة وتوظيف جميع طاقاته النفسية، البدنية ووعيه وكيفية التحكم في انفعالاته، وهذا ما يجعل من النشاط البدني الرياضي، ذلك الجزء الذي لا يتجزأ من التربية العامة لها عدو أسس وأهداف تساهم في تنميتها تحاول الوصول إلى تحقيقها.

الفصل الثاني

الأبعاد التربوية (العقلية بالنفسية

والاجتماعية)

تمهيد:

بعد أن تطرقنا في فصلنا الأول إلى تعريف النشاط البدني الرياضي التربوي وتحديد أهم مميزاته وخصائصه في طور الابتدائي ووضحنا أهميته بالنسبة لهذه الفئة يبقى لأن نخرج في هذا الفصل على ماهية الأبعاد التربوية، والذي سنتناول فيه بوجه الخصوص البعد الاجتماعي والبعد النفسي.

1-الأبعاد التربوية:

1-1 البعد الاجتماعي:

هو تقبل التوجيهات والنصائح من الآخرين، الانضباط، تكوين صداقات جديدة والاندماج التعاون، القدرة على فهم الآخرين اعتمادا على أسلوب الحوار، تحمل المسؤولية، المبادرة للأنشطة الجماعية، الحرص على احترام الدور، تقبل العمل ضمن فريق، حسن التضامن مع الغير وروح التنافس البناء والمسالم، التزود بآليات التعاون الايجابي، والتعامل مع الزملاء من أجل الفوز في بعض الألعاب، تقبل آراء الآخرين¹.

1-2 الفوائد الاجتماعية للنشاط البدني الرياضي التربوي:²

- الفوائد الحالية: تساعد الممارسة المنتظمة للنشاط البدني على تمكين الطفل وتفعيل دوره في المجتمع، بالإضافة إلى إعطائه الفرصة للتفاعل الاجتماعي والثقافي.
- الفوائد على المدى البعيد: تساعد الممارسة المنتظمة للنشاط البدني على:
 - ❖ تعزيز المشاركة بدور فاعل في المجتمع.
 - ❖ تكوين صداقات جديدة.
 - ❖ تبني أدوار إيجابية جديدة لخدمة المجتمع.

2-البعد النفسي:

تعريفه:

هو الذي يهتم بالصدمات الخلقية والإرادية للتلميذ، وكذلك مختلف المعطيات الانفعالية والوجدانية قصد تنمية شخصية الفرد تنمية تتسم بالاتزان والشمول والنضج وخلق نوع من التكيف النفسي، ومن بين هذه القيم السلوكية تحسين مفهوم الذات النفسية والذات الجسمية، الثقة بالنفس وإشباع الميول والاحتياجات النفسية³.

2-1 الصحة النفسية:

يختلف الكثير من العاملين في مجال الصحة النفسية في تحديد تعريف دقيق لمفهوم الصحة النفسية وذلك باختلاف مذاهبهم الفكرية واختلاف نظرتهم إلى طبيعة الإنسان وكيفية تكوين شخصيته، وهناك عدة مفاهيم النفسية نذكر منها:

¹ أميمة كير، خديجة كشيدة، دور مادة التربية البدنية في تعزيز قيم المواطنة في بعديها الاجتماعي والقيمي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة الماستر في علم اجتماع التربية، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة الشهيد حمة لخضر - الوادي، 2015، ص11..

² عصام الحسنات، علم الصحة الرياضية ، ط1، دار أسامة للنشر والتوزيع، الأردن، عمان، 2009، ص52.

³ أميمة كير، خديجة كشيدة، مرجع سابق، ص39.

عرفها ناظم العبيدي بأنها "الشخصية بين السواء والمرض وذلك لأن مفهوم الشخصية لا يضطرب إلا باضطراب مفهوم الصحة النفسية"¹.

ويرى حامد عبد السلام زهران " أن مفهوم الصحة النفسية يعبر عن التوافق أو التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية التي تطرأ عادة على الإنسان ومع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية"، ويؤكد حامد أيضا " أن خلو المرء من النزاع وما يترتب عليه من توتر نفسي وتردد وقدرته على حسم النزاع حال وقوعه هو الشرط للصحة النفسية"²

- ويرى غريب غريب³ أن مفهوم الصحة النفسية مفهوم بسيط يصف الشخص الصحيح نسبيا بأنه الشخص الذي يسيطر على بيئته بطريقة إيجابية نشطة تتضح فيها وحدة اتساق الشخصية، ويدرك نفسه والعالم الذي حوله بطريقة واقعية ويستطيع أن يوظف قدراته بفاعلية دون الاعتماد كثيرا على الآخرين"، وأن الشخص الصحيح نفسيا لا بد أن تتوفر فيه الصفات التالية: تحقيق الذات والاستثمار في الحياة، الاتجاهات الإيجابية نحو الذات، مقاومة الضغوط، الاستقلال، وإدراك الواقع.

2-1-1 معايير الصحة النفسية:

تحدد معايير الصحة النفسية بنمط ما يدور في واقع الأفراد وما يواجهون من ضغوطات، وتحدد بمدى غياب عناصر الشعور بالأمن المادي والاقتصادي والاجتماعي فالصحة النفسية نمط إنساني اجتماعي يرتبط بوجود الإنسان وواقعه، ومن معايير قياس الصحة النفسية مايلي:

أ- المعيار الإحصائي:

أي ظاهرة نفسية عند قياسها إحصائيا تتوزع وفقا للتوزيع الاعتيادي، بمعنى أن الأغلبية من العينة الإحصائية تحصل على درجات متوسطة في حين تحصل فئتان متناظرتان على درجات مرتفعة (أعلى من المتوسط) ودرجات منخفضة (أقل من المتوسط)، وبهذا المعنى تصبح السوية هي المتوسط الحسابي للظاهرة في حين يشير الانحراف إلى طرفي المنحنى إلى الغير سوية، فالشخص الغير سوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام للتوزيع الاعتيادي.

ومن المأخذ على هذا المعيار أنه قد يصلح عند الحديث عن الناس العاديين من حيث الصفات الجسمية مثل الطول والوزن، بينما لا يصلح هذا المعيار في حالة القياس النفسي لأن القياس النفسي يقوم على أسس معينة إن لم يتم مراعاتها يصبح الرقم الذي نخرج به رقما مضللا ولا معنى له، لأن القياس

¹ ناظم العبيدي، الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، إربد، الأردن، 1999، ص56.

² حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، القاهرة، 1982، ص22.

³ غريب غريب، علم الصحة النفسية، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1999، ص83..

النفسي هو قياس نسبي غير مباشر، فمثلا عند قياس الذكاء فنحن نفترض وجود الذكاء ولكنه بشكل واقعي غير ملموس ولكن نستدل عليه من صفات الفرد¹.

ب-المعيار الاجتماعي:

تحدد السوية في ضوء العادات والتقاليد الاجتماعية حيث تكون السوية مسايرة للسلوك المعترف به اجتماعيا، ويعني ذلك أن الحكم على السوية أو السوية أو اللاسوية لا يمكن التوصل إليه إلا بعد دراسة ثقافة الفرد، ويخلو هذا المعيار من مخاطر المبالغة في الأخذ بمعايير المسايرة أي اعتبار الأشخاص المسارين للجماعة هم الأسوياء في حين يعتبر غير المسارين هم الأبعد عن السوية، فهناك خصائص لا سوية كالانتهازية تكتسب مشروعيتها في إطار من الرغبة الاجتماعية، فالمسايرة الزائدة في حد ذاتها سلوك غير سوي².

2-1-2 مظاهر الصحة النفسية:

- لكي يمكن القول أن الفرد يتمتع بصحة نفسية سليمة يجب توافر بعض العلامات و السمات وهي:
- 1- غياب الصراع النفسي الحاد(الصراع الخارجي والداخلي).
 - 2- النضج الانفعالي، بحيث يعبر الفرد عن انفعالاته بصورة متزنة بعيدة عن التعبيرات البدائية والطفلية.
 - 3- الدافعية الإيجابية للإنجاز التي تدفع الفرد للقيام بأعمال تحقق له النجاح.
 - 4- التوافق النفسي المتمثل في العلاقة المتجانسة مع البيئة، بحيث يستطيع الفرد الحصول على الإشباع اللازم لحياته مع مراعاة ما يوجد في البيئة المحيطة من متغيرات³.

3- فوائد ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي على الصحة النفسية للطفل:

أكدت الأدلة العلمية مؤخرا على أهمية ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية لجميع مراحل العمر المختلفة، بما في ذلك مرحلة الطفولة، ويمكن تقسيم فوائد الانتظام على ممارسة النشاط البدني الرياضي لهذه المرحلة إلى فوائد حالية وأخرى مستقبلية، فالفوائد الحالية تتمثل في أن الانتظام على ممارسة النشاط البدني يؤدي إلى تحسين الحالة النفسية وخفض أعراض التوتر والقلق، وتعزيز الثقة في النفس

¹.

² محمد شحاتة ربيع، أصول الصحة النفسية، ط2، مؤسسة نبيل للطباعة، مصر، 2000، ص90..

³ محمد شحاتة ربيع، مرجع سابق، ص92-99..

وخصوصا لدى الأطفال الذين لديهم صعوبات في التعلم وممن لديهم انخفاض الثقة في النفس، وتطوير الحالة الاجتماعية والأخلاقية¹.

أما الفوائد المستقبلية فتتمثل في التمتع بحياة أكبر نشاطا لدى البالغين كما يؤدي إلى آثار إيجابية مستقبلية على مخاطر الإصابة بالأمراض القلبية وغيرها من أمراض نقص الحركة ويؤدي إلى تنمية السلوك الإيجابي نحو ممارسة الأنشطة البدنية، مما يتيح فرصة أكبر للبقاء على مستوى معين من النشاط البدني يكون كفيلا بجني الفوائد الصحية المرجوة في مرحلة البلوغ.

ومن هذا المنطلق تبنت الكثير من الدول المتقدمة سياسات تشجيع على زيادة النشاط البدني لأفراد مجتمعاتها، وأصبحت المدرسة قناة ومنفذ مهما لتحقيق هذا الهدف، وهنا يكمن دور التربية البدنية المدرسية كون حصة التربية البدنية هي الوقت الوحيد الذي يمارس فيه جميع الطلاب وبصورة إجبارية نوعا من أنواع الأنشطة البدنية، وهذا يؤكد على أهمية حصة التربية البدنية كونها منفذا أو قناة للمسؤولين للتدخل من خلالها وخصوصا فيها يتعلق بالوقاية من الأمراض.

في الحقيقة فإن دور حصة التربية البدنية يتعدى كونها مكانا لممارسة النشاط البدني بصورة منتظمة مما يعود على الأطفال بالفوائد الصحية التي ذكرناها، فدورها يزيد على ذلك بكثير حيث أنها مكان لإعداد الأطفال للانتظام على ممارسة النشاط البدني طوال العمر، حيث تصبح هذه الممارسة سلوكا لهم في المستقبل وهذا يساعد على منع الخمول وقلة النشاط الحركي في الأجيال القادمة مما يزيد من المردود الإيجابي لهذه السلوكيات.²

4- التأثيرات الجسدية والنفسية للنشاط البدني على الأطفال:

يعد النشاط البدني مهما وضروريا للأطفال، لأنه ذو تأثير إيجابي على صحتهم العضوية والنفسية وعلى نموهم البدني وتطورهم الحركي والعقلي أيضا، ويمكن تلخيص أهم هذه التأثيرات كما يلي:

- ضبط الوزن لديهم وخفض نسبة الشحوم في الجسم حيث تشير البحوث إلى أن الأطفال الأكثر نشاطهم الأقل عرضة للإصابة بالسمنة.
- تعد الأنشطة البدنية التي يتم فيها حمل الجسم، كالمشي والجري والهولة، والقفز من أهم الأنشطة المفيدة لصحة العظام، والمعلوم أن بناء كثافة العظام يتم خلال العقدين الأولين من عمر الإنسان مما يعني أهمية فترة الطفولة بمراحلها المختلفة في تزويد العظام بالكالسيوم وتعزيز كثافتها، الأمر الذي يقلل من احتمالات الإصابة بهشاشة العظام في الكبر.

¹ عصام الحسنات، مرجع سابق، ص 46-47.

² عصام الحسنات، مرجع سابق، ص 46-47.

- على الرغم من أن أمراض شرايين القلب لا تحدث غالبا في منتصف العمر، إلا أن ممارسة الأنشطة البدنية في الصغر مفيد جدا لصحة القلب والأوعية الدموية، كما أن ممارسة النشاط البدني لدى الأطفال بانتظام يقود أصلا إلى خفض مخاطر الإصابة بأمراض القلب، ويسهم في الوقاية من بعض الأمراض المزمنة، كارتفاع ضغط الدم وداء السكري.
- من المؤكد أيضا أن ممارسة الأنشطة البدنية لدى الأطفال تساعد على تنمية قوة العضلات والأوتار العضلية وتعزز من مرونة المفاصل.
- لا شك أن ممارسة الأنشطة الحركية والانخراط في الألعاب الحركية مفيد أيضا للصحة النفسية للطفل، كما أن ممارسة الأنشطة البدنية مع الآخرين يعد عنصرا مهما للنماء الاجتماعي للطفل.
- من خلال الأنشطة الحركية يتمكن الأطفال من التعرف على كيفية استخدام أجزاء الجسم، ومن خلال السلوك الحركي واللعب يتم حث الأطفال على التفكير وتجهيز عقولهم للإدراك والتعلم.
- إن تعلم المهارات الحركية الأساسية في مرحلة الصغر يساعد الطفل على سرعة تطور توافقه الحركي، الأمر الذي يعزز انخراطه في أنشطة حركية متقدمة فيما بعد ويساعده على إتباع نمط حياتي نشط في مرحلة الرشد.¹

¹ عصام الحسنات، مرجع سابق، ص 108-109.

خلاصة :

لقد حاولنا في هذا الفصل أن نبين إلى حد ما مفهوم البعد الاجتماعي والبعد النفسي وعلاقتهم بالأنشطة البدنية، حيث بينا فيه مفهوم اللعب والألعاب وبعدهم الاجتماعي إضافة إلى العلاقة بين النشاط البدني والتنشئة الاجتماعية، أما فيما يخص البعد النفسي تناولنا فيه بعض مفاهيم الصحة النفسية وأهم معاييرها وخصائصها.

الفصل الثالث

الفئة العمرية

تمهيد:

في رحلة الإنسان على صفحة هذا العالم، أطوار ومراحل عديدة يمر بها، الطفولة فالشباب فالكهولة والشيخوخة، وغالبا ما نختزل هذه المراحل في عناوينها العريضة متجاهلين أن داخل كل منها تقسيمات ومراحل فرعية لكل منها خصائصها ومتطلباتها والأمر جلي بأكبر ما يكون في مرحلة الطفولة التي لا تتساوى سنواتها وأيامها في حالة الطفل واحتياجاته، مع تصاعده العمري وترقيه والنفسى يوما بعد يوم، ولأن هذه المرحلة هي بداية صناعة الإنسان وصياغة شخصيته التي سيستكمل الحياة من خلالها، يتعين علينا إذا أردنا أن نعلن حالة سلام حقيقية في هذا العالم، ونخوض حريا ضد الصراع والأمراض والمشكلات النفسية- أن نبدأ بأطفالنا، هذه مقولة للزعيم الهندي "مهاتما غاندي" تلخص كل المعاني التي نحتاج إلى معرفتها واستيعابها، فالأطفال هم مستقبل الأمم وعلى أكتافهم ويسواعدهم تتقدم البلاد والمجتمعات، وإذا تمت تربية هؤلاء الصغار بشكل لائق، بحيث تتم تلبية كل احتياجاتهم ومتطلباتهم، وتنشئتهم بشكل سوي وواع، وتأصيل المبادئ والقيم داخلهم ستصبح مرحلة الطفولة القاعدة الصلبة التي تستوعب بناء وتدعيم باقي مراحل الطفل العمرية، وهنا لا بد من أن نتعرف بشكل علمي ومنهجي على مراحل الطفولة وتقسيماتها، وعلى متطلبات الطفل العضوية والنفسية خلالها، كي نكون على وعي بالطريقة المثلى للتعامل مع الأطفال وتنشئتهم بطريقة سليمة وكذا تكوين وبلورة معالم الشخصية المستقبلية للطفل بجانبها الذاتي الفردي والاجتماعي وقد قسم علماء التربية عالم الطفولة إلى ثلاث مراحل: الطفولة المبكرة بين 2-6 سنوات، والطفولة المتوسطة بين 7 ونهاية 8 والطفولة المتأخرة بين 9-11 سنوات، وتسمى الطفولة المتأخرة مرحلة المدرسة الابتدائية لمن يدمج مرحلة الطفولة المتوسطة مع مرحلتي الطفولة المتأخرة ولهذا سوف نركز في دراستنا هذه على مراحل الطفولة وتقسيماتها وسنركز خاصة على المرحلة العمري لعينة بحثنا وهي مرحلة الطفولة المتأخرة حيث سنتطرق إلى مظاهر النمو لمرحلة الطفولة المتأخرة والمهارات التي يتمتع بها طفل هذه المرحلة وذكر بعض المشكلات التي تصدر لبعض أطفال هذه المرحلة.

1- تعريف الطفولة:

المرحلة التي يعيشها الإنسان وهو تحت سن الثامنة عشر، فالطفل هو كل سن يقل عن 18 عاما وهي كلمة مشتقة من طفيل والطفيل، وهو الذي يعتمد على الآخرين لذلك سمي الطفل طفلا وهي الفترة العمرية التي تبدأ من لحظة الولادة وتمتد حتى يصبح هذا المخلوق بالغا ناضجا، وتعد هذه الفترة أطول فترة يحتاج فيها الإنسان إلى عائل يكفله ويهتم به ووفقا لهذا التعريف تكون مرحلة الطفولة عند الإنسان أطول منها عند الكائنات الحية الأخرى فهي تمتد من مرحلة الولادة حتى الثامنة عشر من العمر¹.

2- خصائص مرحلة الطفولة:

الطفولة مرحلة مميزة عن باقي المراحل، فكما ذكرنا هي أساس البناء، وعلى خلفية ما يتم زرعه في نفسية الطفل فإنه يتميز في هذه المرحلة بعدد من الخصائص والصفات:

1- يتميز الطفل بصدق وتلقائية كبيرين فيما يخص تعبيره عن مشاعره فلا يعمل العقل لديه في أي شئ يخص المشاعر أو يرتبط بها.

2- السطحية أكثر الأمور والصفات التي تميز هذه المرحلة فلا يدرك غير ما يرى أما الأشياء المعنوية فإنه لا يدركها.

3- الطفل في هذه المرحلة يكون اجتماعيا بدرجة كبيرة ويجب التعاون مع أقرانه وزملائه.

4- يتميز الطفل في هذه المرحلة المبكرة بالفضول وحب اكتشاف كل ما هو جديد.

5- يرغب الطفل في هذه المرحلة في القيام بالأشياء الصعبة والتحديات الكبيرة وتكون لديه رغبة جامحة في تطوير ذاته بشكل تلقائي².

2- تقسيمات مرحلة الطفولة:

على امتداد فترات طويلة ودراسات علمية وعملية واسعة، أثار تقسيم مراحل الطفولة جدلا كبيرا بين علماء النفس والتربية، ولكن وسط هذا الجدل هناك تقسيم شائع ومتعارف عليه وهو:

مرحلة المهد: منذ الولادة حتى نهاية العام الثاني "نهاية فترة الرضاعة"³

¹ عمر بن عبد الرحمان، علم نفس المراحل العمرية النمو من الحمل إلى الشيخوخة والهرم، الرياض، جامعة الملك مسعود، 1423م، ص117..

² علاونة شفيق، سيكولوجية النمو الإنساني الطفولة، دار الفرقان، عمان، الأردن، 2001، ص83.

³ علاونة شفيق، مرجع سابق، ص85.

4-1 مرحلة الطفولة الوسطى:

الطفولة الوسطى والتي يسميها بعض العلماء بمرحلة الحوادث نظرا لرغبة الطفل ولهفه لاكتشاف العالم الخارجي، هذه المرحلة تبدأ من عمر السابعة حتى نهاية سن التاسعة. وتعد حقيقة هذه المرحلة نقلة في حياة الطفل، حيث ينتقل من بيئة ألفها ردحا من الزمن وأقصد بيئة المنزل والتي امتدت لست سنوات إلى بيئة جديدة لم يألفها من قبل ألا وهي بيئة المدرسة في هذه المرحلة تتسع الأفاق المعرفية والعقلية للطفل، ويبدأ الطفل في تعلم المهارات الأساسية من قراءة وكتابة وحساب هذا بالإضافة إلى الطفل في هذه المرحلة يتعلم الاستقلالية وتكوين علاقات اجتماعية جديدة.

4-2-1 مراحل النمو التي يمر بها الطفل في هذه المرحلة:

- 1- **النمو الجسمي:** تسمى هذه المرحلة بمرحلة النمو الجسمي البطيء المستمر، حيث يزداد الطول بنسبة 5% والوزن 10% ويصل الرأس إلى حجم رأس الراشد، وفي هذه المرحلة تتساقط الأسنان اللبنية وتتمو الدائمة ومع هذا النمو البطيء المستمر الذي تشهده هذه المرحلة إلا أن هناك نموا سريعا للذات.
- 2- **النمو الحركي:** في هذه المرحلة تنمو العضلات الكبيرة والصغيرة في أ واحد حيث يلاحظ حب الطفل في هذه المرحلة للأعمال اليدوية، كما أن الطفل بهذه المرحلة يستطيع أن يلبس ملابسه وبدون مساعدة، بل يتعدها لمهارات أكثر تعقيدا تحتاج إلى تآزر بصري حركي كالتمسك والعموم والجري والرسم.
- 3- **النمو الحسي:** يلاحظ في هذه المرحلة تطور في النمو الحسي وخاصة فيما يتعلق بالإدراك الحسي حيث يتضح ذلك في عملية القراءة والكتابة، في بداية هذه المرحلة يستطيع الطفل أن يدرك فصول السنة، حيث يدرك في سن الثامنة شهور السنة، كما أنه يدرك أيضا المدى الزمني للدقيقة والساعة والأسبوع والشهر، وتزداد قدرته على إدراك الأعداد فيتعلم العمليات الحسابية الأساسية حيث يعرف الطرح في سن السادسة والضرب في السابعة والقسمة في الثامنة.
- 4- **النمو الاجتماعي:** تتسع دائرة الاتصال الاجتماعي بمجرد دخول الطفل للمدرسة حيث يتعلم الطفل من خلال اللعب الكثير، سواء عن أنفسهم أو الأشخاص اللذين يلعبون معهم كما أن الصداقات تزيد في هذه المرحلة، حيث أن مفهوم الصداقة يتغير في هذه المرحلة ليصبحوا حلفاء بعد أن كانوا بالمرحلة السابقة منافسين يحتاجون إلى التأديب لذا يلاحظ اللعب الجماعي بهدف تحقيق مكاسب مشتركة، ويكون العدوان واضحا بين الذكور ولكنه قليل بين الإناث ولو لجات الأنثى للعدوان فإن عدوانها يكون لفظيا¹.

¹ نفس المرجع، ص 90.

5- النمو العقلي:

مرحلة العمليات العيانية المحسوسة: يطلق العلماء على النمو العقلي في هذه المرحلة مرحلة العمليات العيانية المحسوسة، حيث تظهر عمليات الاستدلال والتفكير المنطقي، والعمليات العقلية في هذه المرحلة تتصل تماما بأصولها الحسية، كما أنها تكون مرتبة في إطارها الزمني الطبيعي، ولا يوجد بها سوى قدر ضئيل من التجريد.

ويتميز تفكير الطفل في هذه المرحلة بخاصتين هامتين:

- **الخاصية الأولى:** وهي منطقة التفكير بمعنى أن الطفل يكون قد تخلص من صفة من صفة التفكير الذاتي التي كان يتصف بها في المرحلة السابقة، وأصبح موضوعيًا في تفكيره.
- **الخاصية الثانية:** هي محدودية التفكير فيما هو عيني أو محسوس مما يقع في خبرة الطفل اليومية المباشرة.

- **التفسيرات التي تطرأ على النمو في هذه المرحلة:** التغيير الجوهرى الذي يطرأ على الطفل في هذه المرحلة أنه يستطيع التفكير باستخدام المعلومات، فبإمكان الطفل لأن تحويل انتباهه من جانب إدراكي معين إلى جانب إدراكي آخر، وتسمى هذه العملية باسم "اللاتمركز" وتتطور وتصبح أكثر شيوعاً في الاستخدام مع التقدم في العمر، حتى يصل إلى عمر المراهقة.

وهناك تغير جوهري آخر يتمثل في قدرة الطفل على الانتقال من النقيض إلى النقيض في الفكر، أي قلب الأفكار وتحويل الواقع المادي إلى مجرد فكرة، وبالتالي يصبح بإمكانه الإلمام بجميع جوانب المواقف على المستوى العقلي.

ويظهر ثبات الأعداد في عمر السادسة، ويظهر ثبات الكتلة في عمر السابعة، ويظهر ثبات الوزن في سن التاسعة، كما يظهر ثبات الحجم في سن الحادي عشرة، ويلاحظ أن ثبات العدد يسبق ثبات الكم، وهناك مظهر آخر لاختلاف التفكير يتمثل في القدرة على إدراك التغيرات وإمكانية تكوين صور ذهنية كلية عن تتابع الأحداث، يستطيع وصف هذا التتابع في الماضي والحاضر والمستقبل دون إعادتها مرة أخرى، وبالتالي يصبح الطفل أكثر قدرة على الاستفادة من قواعد التحكم في السلوك إذا ما عرف النتائج مسبقاً.

- **القدرة على التصنيف والتسلسل والوعي بالأشياء:** وتظهر لدى الطفل أيضاً القدرة على التصنيف، أي تحديد الفئة، وتحديد قوائم العناصر الخاصة بالفئات (الرياضيات الحديثة) فمثلاً يمكنهم أن يتعرفوا على الورود والقرنفل والياسمين كأنواع فرعية ضمن فئة الزهور كما يمكن أيضاً أن يتعرفوا على فئة الزهور كنوع من فئة أعم هي النبات، كما يظهر لديه القدرة على التسلسل، أي وضع الأشياء والأحداث في سياقها الصحيح، وينمو الطفل ويزداد وعيه بالزمان والمكان وكذلك فهمه للناس والأشياء عن طريق التعليم الرسمي في المدرسة وعن طريق أساليب الإعلام الأخرى، وكذلك عن

طريق الصداقات خارج البيت، فتنمو لديه العديد من المفاهيم، كما تنمو لديه القدرة على النقد الذاتي وتجنب أخطاء الإدراك والتقدير، ويزداد مفهومه لذاته وضوحا من خلال انعكاس صورته عند المعلمين والآباء ومن خلال مقارنته لنفسه بالآخرين، ويتمكن أيضا من الوعي بالفروق الجنسية والأدوار الجنسية.

-**التفكير ومهارة الطفل:** ينمو التفكير من إدراك المحسوسات إلى إدراك المجردات، وطفل المدرسة يكون غير متمركز في تفكيره بدرجة كبيرة والطفل بين السابعة والحادية عشرة تقريبا يفهم ويستخدم مبادئ معينة من العلاقات في ما بين الأشياء والأفكار، ويستطيع الجمع والطرح والقسمة والضرب والترتيب.

وتزداد مهارة الطفل في التجميع، وربط الأشياء ببعضها، وبتساع عالم الطفل منذ التحاقه بالمدرسة تتزايد ميوله، ومع تنوع الميول يزداد فهمه للناس، ويستفيد في ذلك من جميع وسائل الإعلام¹.

6- النمو الاجتماعي:

- مظاهره:

الاستقلال: تتميز هذه المرحلة بتحقيق مزيد من الاستقلال والاعتماد على النفس من ناحية ومزيد من القدرة على إنشاء علاقات اجتماعية مع أفراد من خارج الأسرة من ناحية أخرى.

-**الدعم النفسي والسلوك الاجتماعي البناء:** يساعد الدعم النفسي والاجتماعي لكل من الوالدين والعلمين داخل المدرسة على تنمية جوانب السلوك الاجتماعي البناء، الذي يتمثل في مزيد من الإيثار وتحمل المسؤولية، وكفاءة التفاعل مع المحيطين داخل البيئة الأسرية وخارجها.

- **دور المدرسة في التنشئة الاجتماعية:** تعد المدرسة وسيطا جيدا للتطبيع الاجتماعي والتنشئة الاجتماعية في هذه المرحلة، حيث يشجع المعلمين عن قصد الكثير من أنواع السلوك الاجتماعي، من خلال الأنشطة المختلفة التي يقوم بها التلميذ في المدرسة، فتنمو العلاقات الاجتماعية ببطء في بداية هذه المرحلة، وبعد ذلك يمل الطفل من الوحدة ويبحث بنفسه عن إقامة العلاقات الاجتماعية مع الزملاء لأنه يمل أيضا من الكبار.

الجماعات وتأثيرها الاجتماعي على حياة الفرد في هذه المرحلة: ينخرط الطفل في جماعة الأقران، التي تتيح له الفرصة لممارسة أنواع من المهارات الجديدة وينتقل من عالم الأسرة المألوف الذي كان يعتمد عليه إلى عالم غريب خارج الأسرة، ويتم التحول من الاعتماد على الكبار إلى مزيد من ممارسة السلوك المسموح به وبمشاركة الطفل في النشاط الذي تقوم به جماعة الأقران يصبح

¹ حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 223.

واحد منهم، ويتعلم قيم المجتمع أو المهارات الاجتماعية كاتخاذ وجهة نظر لآخرين ويكتسب خاصية أخرى، وهي البحث عن سمات تكون لها أهمية خاصة بالنسبة لهن مثل: الشعبية والقيادة، كما يساعده الأقران على التأثر بالجماعة عن طريق التنافس والتعاون.

ويصبح السلوك الاجتماعي أكثر نضجا، فتتناقص حدة لعناد والمخالفة مع ملاحظة أنه في سن العاشرة يبدأ الذكور من جديد في محاولة التمرد على سلطة الكبار مؤكدين بذلك ذكورتهم ويحاول الأطفال في هذه المرحلة دائما لانتفاء إلى جماعة يحصلون منها على التقبل الاجتماعي، وهذا يفر لنا زيادة الوقت الذي يقضيه الطفل خارج المنزل، وتتكون (شلال) الأطفال وهي عادة للعب واللهو البرئ مع ملاحظة أنهم قد يقعون في أخطاء غير مقصودة ويلاحظ أن جماعات الأطفال ترفض انضمام أطفال جدد إليها.

وتساعد الجماعات الطفل على مسايرة معايير الجماعة والالتزام بها مع ملاحظة أنه في حالة تعارض معايير الجماعة مع معايير الوالدين، فإن الطفل يساير معايير الجماعة¹. وفي الجماعة يتعلم الطفل التنافس والتعاون وتحمل المسؤولية، وكل ذلك تنمية للروح الرياضية، وتدريب على التطبع الاجتماعي، وذلك لا يحدث إلا داخل الجماعة، أما عن الصداقة في هذه المرحلة فتكون دائما بين أفراد نفس الجنس حيث تكون الاتجاهات نحو الجنس الآخر محايدة.

وتلعب (شلة) الأطفال في هذه المرحلة دورا مهما، والطفل الذي يحظى باهتمام (الشلة) واحترامها تتميز شخصيته بينهم، وتكون له صفات مميزة تتحد في الذكاء والحكمة، والفهم والثقة بالنفس، والالتزان الانفعالي، والنشاط وإدراك رغبات الآخرين، والاهتمام بها، ويجب أن يكون جديرا بثقتهم فيه، وتتجاهل الجماعات (الشلال) الطفل الهادئ المنطوي مهما كان ممتاز في صفاته وقد لوحظ في كثير من الدراسات أن الطفل الذي مر بخبرة القيادة في المرحلة السابقة تتوافر له الفرص ليكون قائد جماعة في هذه المرحلة، كما أن الطفل الأكثر شعبية يتوافر فيه عدد من السمات الإيجابية تحقق له درجة كبيرة من التوافق النفسي والاجتماعي².

الفروق الجنسية: يغلب على اتجاهات البنات الطابع الانفعالي، والنضج الجنسي المبكر لهن يجعلهن يشعرن بأنهن أكثر نضجا من الذكور من الناحية الاجتماعية بالذات.

تعلم الأدوار: عند سن السادسة والسابعة يكون الأطفال قد تعلموا معظم المعايير الاجتماعية للسلوك المتعلق بالأدوار لمختلفة، كدور الولد في مقابل دور البنت، ودور الوالد في مقابل دور الابن وهكذا.

■ العوامل المؤثرة فيه:

¹ فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الكفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص262.

² عماد محمد الدين إسماعيل، الطفل من الحمل إلى الرشد، دار القلم، الكويت، 1989، ص83.

تؤثر الثقافة ووسائل الإعلام والخلفية الثقافية للأسرة والطفل والطبقة الاجتماعية التي تنشأ فيها في نموه الاجتماعي، ويلاحظ أن أثر الصحبة في هذه المرحلة أقوى من أثرها في المرحلة السابقة، فالصداقة هنا أكثر بقاء واستقرار ويحتاج الطفل إلى النمو الاجتماعي في جو أسري دافئ هادئ ومستقر، ويحتاج إلى مساندة والديه، كما يحتاج للشعور بالتقبل في إطار الأسرة إذ أن شعوره بالرفض يؤدي إلى السلوك غير مقبول وأعراض واضطرابات أخرى ويؤدي بالطفل إلى رفض قرارات الوالدين وهكذا تتم الحلقة المفرعة التي يجب تجنبها حتى ينمو الطفل متوافقا اجتماعيا، يؤثر كذلك الإخوة الأكبر في الطفل وهو بدوره يؤثر في إخوته الأصغر منه ويتعالى عليهم وتلعب النوادي والمعسكرات دورا هاما حيث تنظم النشاط الاجتماعي وتشبع الميول والحاجات تحت إشراف الكبار، وفي السن المدرسية تظهر ميول الطفل ويهتم ببعض الهوايات التي ترتبط أساسا بوقت الفراغ المتاح وقد تكون الهوايات فردية أو جماعية وتلعب النوادي دورا هاما في تشجيع الهوايات الجماعية وتشجيع الهوايات التي تستهوي الطفل وتتنوع وقت فراغه وتتمى العادات الحسنة لديه¹.

7- تأثير الممارسة الرياضية على النمو الاجتماعي:

يظهر هذا التأثير من خلال الأهداف التي نوجزها في مايلي:

- 1- التفاعل الاجتماعي من خلال التكامل الذي يتم بين الفرد والمجتمع وبيئته.
 - 2- القدرة على صنع القرارات في إطار الموقف الجماعي.
 - 3- تعليم وتحسين القدرة على الاتصال بالآخرين.
 - 4- القدرة على تعديل وتقويم الأفكار داخل الجماعة.
 - 5- تنمية المظهر الاجتماعي للفرد، اتجاهاته، فيمه في إطار تكوين الفرد الفعال نحو المجتمع
 - 6- تنمية الشعور بالانتماء وبالقبول الاجتماعي
 - 7- تنمية السمات الايجابية للشخصية
 - 8- تعلم الاستخدام البناء لوقت الفراغ².
- 8- تأثير الممارسة الرياضية على النمو النفسي:

- 1- ويبرز هذا التأثير من خلال النقاط التالية:
- 2- الاستجابة الصحية للنشاطات البدنية والرياضية من خلال إشباع الحاجات الأساسية للفرد.

¹ حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 225.

² محمد محمد الحماحي، فلسفة اللعب، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1999، ص 196.

3- تنمية ردود الفعل الإيجابية لدى المشاهدين والممارسين تجاه النجاح والفشل والحد من التوتر العصبي من خلال المشاركة في النشاطات البدنية والرياضية المناسبة للفرد والابتكار أو الإبداع في النشاط البدني والرياضة بصفة التعبير عن النفس عامة¹.

¹ Château : l'enfant et le jeu, edscarabe, paris , 1967, p29.

خلاصة:

يتأثر الطفل بالمحيط، فهو ليس جامدا يستوعب ويستهلك دون رد، هو نشيط ومؤثر فنمو الطفل ليس حصيلة العامل الوراثي والبيولوجي وتفاعله مع العامل البيئي فحسب، بل الطفل من جهته يؤثر على المحيط بسلوكياته، برفضه أو قبوله، بخضوعه أو تمردهن في كتابه بحساسية ودقة مدى تأثير الطفل على محيطه" كل طفل منذ ويظهر ولادته له إيقاعات خاصة به، النوم، الأكل، الغضب، التهيج... وهذه السمات إذا لم تتكيف مع خصائصه فهذا يؤدي إلى اضطرابه مبكرا، وكلما تتطور وزاد وعيه بوجوده كلما زاد تأثيره على محيطه فالوعي التدريجي بإمكانياته وقوته يجعله يستعمل كل الحيل للوصول إلى أهدافه، فالإنسان ليس مركبا اجتماعيا ولا يستطيع أن يكون صفحة بيضاء لأن إمكانياته الوراثية والنفسية تمنع ذلك، كما أنه ليس مركبا بيو وراثي لأن المحيط يلعب دورا كبيرا في قمع أو تطوير الاستعدادات هو كل : الموروثة، ودون محيط اجتماعي لا يرقى الفرد إلى مستوى إنسان فالفرد اجتماعي لا نستطيع فصل هذه العوامل عن بعضها، هذا التشابك بين العوامل هو الذي يزيد في تعقيد موضوع علم النفس وفي صعوبة دراسة الإنسان وعليه فإن النظرة الصحيحة للطفل يجب ألا تكون سطحية بل يجب أن تكون أعمق بعمق الجوانب الحساسة في بناء شخصيته.

الجانب التطبيقي: إجراءات

البحث

تمهيد:

يلجأ إلى باحث في دراسته إلى تدعيم الأداة العلمية التي جمعها من موضوع دراسته العلمية للتأكد من مصداقية الفروض التي قامت عليه دراسته فيتعرض إلى إجراءات منهجية لدراسته الميدانية ثم عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها عن طريق تطبيق الأداة العلمية على عينة البحث وقد اعتمدنا في بحثنا هذا في استبيان والمقياس قصد الوصول إلى النتائج يتم تحليلها وتفسيرها في ضوء الفرضيات ووزع الإنسان والمقياس على تلاميذ ابتدائية "عمارين عيسى" ولاية البويرة وبعد ذلك فرجنا بملخص عامة تضمنت كل ما توصلنا إليه من نتائج لنصل فيما بعد إلى إعطاء مجموعة من الاقتراحات وفي الأخير خلصنا بخاتمة عامة للدراسة.

- 1- **منهج البحث:** إن المنهج العلمي هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة التي تعبر أساسا على موضوع الدراسة وهذا بهدف اكتشاف الحقائق والوصول إلى النتائج.
- لقد اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي، باعتبار أنه المنهج المناسب لدراسة الظواهر الإنسانية حيث يعرف المنهج الوصفي على أنه يهتم بوصف ماهو كائن وتفسيره ويهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع.
- 2- **مجتمع البحث:** يعتبر مجتمع البحث إطار مرجعيا للباحث في اختيار عينة البحث وقد يكون هذا الإطار مجتمع كبيرا أو صغير يكون أفراد أو مدارس أو جامعات أو اندية رياضية.
- ليكون مجتمع بحثنا هذا من (543) تلميذ دون مراعاة عامل الجنس الذي يدورسون هي ابتدائية ولاية البويرة القدر ب 6 ابتدائيات
- 3- **عينة البحث:** هي جزء من مجتمع البحث التي تسمح لنا بإنجاز بحثنا نظرا لصعوبة استجواب كل أفراد المجتمع وكانت طريقة اختيار العينة قصبية وتم اختيار العينة المقدر ب 53 تلميذ كمايلي: معرفة عدد الابتدائيات المقدر ب 06 ابتدائيات ،وبعد ذلك تحصلنا على عدد إجمالي التلاميذ المقدر 543 تلميذ.
- 4- **أدوات البحث:** استخدمنا في بحثنا هذا استبيان ومقياس موجه للتلاميذ وهذا لجمع المعلومات التي تساعدنا في الوصول إلى إجابات عن أسئلتنا التي طرحناها في بداية بحثنا.
- 5- **خطوات إعداد وبناء أدوات البحث:** استخدمنا في الاستبيان والمقياس الأسئلة المتعلقة التي هي أن يختار المفحوص الإجابة من مجموعة الإجابات : نعم، لا، لأدلي
- قمنا بإعداد بحثنا من إتباع الخطوات التالية:

 - مراجعة البحوث والدراسات النظرية والميدانية والخبرة الشخصية.
 - توجيهات الأساتذة خلال الدراسات الاستطلاعية .
 - توجيهات الأساتذ المشرف وبعض أساتذة المعهد

- 4- **متغيرات الدراسة:**
- إن المتغير هو العامل الذي يحصل فيه أو بتغير بعلاقته أخره وكما يمكن تعريفه بأنه الشيء الذي له القابلية للتغيير.
- 5- **1 المتغير المستقل:**
- هو الذي يؤدي في وضعيته إلى إحداث تغيير وذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة بها ويمثل المتغير المستقل في بحثنا هذا في النشاط البدني الرياضي التربوي.

2-5 المتغير التابع:

هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم متغيرات أخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قيم المتغير التابع ويتمثل المتغير التابع في بحثنا هذا في تنمية بعض الأبعاد التربوية (العقلية النفسية والاجتماعية).

5- الأساليب الإحصائية المستخرجة: أن الأساليب الإحصائية تستعمل لدراسة أي عينة: وبهدف التعرف على المجموع الكلي للموضوع والتوصل إلى صحة الفرضية أو خطأها وقد تمت المراجعة الإحصائية بواسطة البرامج الإحصائية وكذلك الحصول على النتائج في أسرع وقت وتمثل في:

6- 1 النسبة المئوية:

$$\text{ن النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد أفراد العينة لنوع السؤال} \times 100}{\text{مجموع أفراد العينة}}$$

2-6 اختبار كا²

$$K^2 = \frac{(fo-fe)^2}{fe}$$

Fo = التكرارات المشاهدة

Fe = التكرارات المتوقعة

Df = درجة الحرية (c-1)(l-1)

حيث k = عدد المتغيرات

مستوى الدلالة 0.05

الاستنتاج:

بعد إتمامنا لدراسة خلصنا إلى نتائج هامة وتوصلنا إلى إبات وصدق الفرضيات التي طرحناها في بداية الدراسة، حيث تبين أن نشاط البدني الرياضي التربوي دور كبير في تنمية الأبعاد العقلية النفسية الاجتماعية.

إذ تبين لنا أن النشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تنمية والتطوير البعد الاجتماعي من التوافق والتكيف الاجتماعي لطفل أو الفرد مع مجتمعه وهذا ما تأكده النتائج المتوصل إليه وتحققه الفرضية الأولى .

كذلك النشاط البدني الرياضي دور في تحقيق الصحة النفسية والتطوير ذاته وشخصياته وهذا ما تأكده النتائج المتوصل إليه وما تحققه الفرضية الثانية.

كذلك النشاط البدني الرياضي التربوي دور كبير في تطوير القدرات العقلية كما هو في الفرضيات. أما الفرضية العامة التي تنص على أن النشاط البدني الرياضي التربوي له دور في تنمية بعض الأبعاد التربوي لدى تلاميذ الطور الابتدائي(09-12 سنة) قد تحققت بفعل بالفرضيات الجزئية

خاتمة

وفي الختام حساسية موضوع الطفولة خاصة في المحيط الدراسي وواقع النشاط البدني الرياضي التربوي ونقص الاهتمام بها في الطور الابتدائي جعلنا نتطرق إلى العلاقة الموجودة بينهما، أي في تأثير هذه المادة الحيوية على هذه الفئة المتميزة في الجانب الاجتماعي والنفسي.

باعتبار موضوع الأبعاد التربوية موضوع عام وواسع يصعب الإلمام به من كل النواحي لدى تناولنا في هذا الموضوع تحقق نمو البعد الاجتماعي والبعد النفسي عند الطفل الممارس للنشاط البدني الرياضي التربوي في الابتدائية، وقد افترضنا أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية بعض الأبعاد التربوية للطفل.

ولإثبات هذه الفرضية قمنا بتوزيع استبيان ومقياس خاص بالتلاميذ، وبعد جمع الإحصائيات وتحليل النتائج توصلنا إلى تحقق الفرضيات الجزئية بنسبة معتبرة.

الفرضيات الجزئية والتي تخص مساعدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي على تنمية البعد الاجتماعي والبعد النفسي التي تحققت بنسبة كبيرة.

تحقق هذه الفرضيات أظهر أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية البعد النفسي والاجتماعي للطفل حيث تقيه من المشاكل النفسية كالعزلة والانطواء وذلك بتوفير أجواء تساعد وتساهم في علاقات بين التلاميذ وتخليهم عن بعض السلوكيات السلبية، وترزع فيهم روح الجماعة فتوجه الطاقة التي يتميز بها الفرد في هذه المرحلة توجيهها إيجابيا

ولهذا يمكننا القول أن النشاط البدني الرياضي التربوي ليس نشاط ترفيهي فحسب، بل هو نشاط تربوي هادف لا يتحقق إلا بتوفر شروط أخرى كالوسائل التي تسمح ببلوغ الأهداف المبرمجة، كما يجب توفر مؤطرين لهم كفاءة في التعامل مع الأطفال الذين يجب أيضا أن يحضوا بتشجيع ودعم عائلي يوجههم نحو هذه النشاطات المفيدة

المصادر والمراجع

- 1) أحمد ماهر أنور حسن، التدريس في التربية الرياضية بين النظري والتطبيقي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر 2008.
- 2) أميمة كير، خديجة كشيدة، دور مادة التربية البدنية في تعزيز قيم المواطنة في بعديها الاجتماعي والقيمي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة الماستر في علم اجتماع التربية، كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية، جامعة الشهيد حمة لخضر - الوادي.
- 3) أميمة كير، خديجة كشيدة، دور مادة التربية البدنية في تعزيز قيم المواطنة في بعديها الاجتماعي والقيمي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، 2014-2015.
- 4) أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- 5) أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، دون ط، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة 1996.
- 6) أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة كتب ثقافة الشهرية يصدرها المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب الكويت، 1996.
- 7) أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني الثقافي للأدب والفنون، سلسلة عالم الكوني، 1996.
- 8) أمين أنور الخولي، طالب الكفاءة التربوية، مؤسسة الشرفة للطباعة، 1980.
- 9) إيمان فوزي، دراسات في الصحة النفسية، ط1، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، مصر، 2001.
- 10) بوداود عبد اليمين، مناهج البحث العلمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية 2010.
- 11) حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، القاهرة، 1982.
- 12) حامد عبد السلام زهران، علم نفس النمو الطفولة والمراهقة، ط1، عالم الكتب، القاهرة، بدون سنة.

- 13) حسن محمد درويش حمصي، إعداد طلاب كليات التربية الرياضية في التدريب الميداني، ط1، دار الوفاء لدينا للطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر، 2013.
- 14) عبد الرحمن، محمد السيد، نظريات الشخصية، دار قباء للنشر والطباعة والتوزيع، القاهرة، مصر، 1998.
- 15) عبد السلام عبد الغفار، مقدمة في الصحة النفسية، دار النهضة العربية، مصر، 2001.
- 16) عبد الفتاح دويرا، سيكولوجية النمو والارتقاء، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1996م.
- 17) عصام الحسنات، علم الصحة الرياضية، ط1، دار أسامة للنشر والتوزيع، الأردن، عمان، 2009.
- 18) عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، دار المكتبة الجامعية، مصر، 1982.
- 19) عفاف عثمان عثمان، الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، ط2، دار الوفاء لدينا للطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر 2010.
- 20) علاء الدين كفاني، رعاية نمو الطفل، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1998.
- 21) علاونة شفيق، سيكولوجية النمو الإنساني الطفولة، دار الفرقان، عمان، الأردن، 2001.
- 22) علي الدير، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية في المرحلة الأساسية (التربية الحركية)، جامعة اليرموك، 1999.
- 23) علي يحي منصور، الثقافة الرياضية، الجزء الأول، ط1، مصر، سنة 1971.
- 24) عماد محمد الدين إسماعيل، الطفل من الحمل إلى الرشد، دار القلم، الكويت، 1989.
- 25) عمر بن عبد الرحمان، علم نفس المراحل العمرية النمو من الحمل إلى الشيخوخة والهرم، الرياض، جامعة الملك مسعود، 1423م.
- 26) غريب غريب، علم الصحة النفسية، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1999.

- (27) فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الكفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة ، 1990.
- (28) فادي حسن ريان، النشاط المدرسي، مطبع السياسة للنشر والتوزيع، الكويت، 1996.
- (29) كاملة شعبان، عبد الجابر تيم، الصحة النفسية للطفل، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، 1999.
- (30) اللجنة الوطنية للمناهج، المجموعة المتخصصة، التربية البدنية والرياضية، مصفوفة المادة الطور الابتدائي، وزارة التربية الوطنية، الجزائر.
- (31) ليونيل روسان:النضج النفسي- الحركي عند الطفل، تعريب جورجيت الحداد، دار عويدات للنشر والطباعة، بيروت، 2001م.
- (32) محمد الحمامي، أنور الخولي، أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربية، القاهرة، 1990.
- (33) محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة، 1994.
- (34) محمد شحاتة ربيع، أصول الصحة النفسية، ط2، مؤسسة نبيل للطباعة، مصر، 2000.
- (35) محمد صادق غضبان، التربية البدنية والرياضية، دار الكتابة للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق، 1988.
- (36) محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النشر، القاهرة، 1965.
- (37) محمد محمد الحماحي، فلسفة اللعب، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1999.
- (38) محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي:نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية،ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، 1992.
- (39) مخيمر، صلاح المدخل إلى الصحة النفسية، مكتبة الأنجلو المصرية، 1979.
- (40) مصطفى السايح محمد، ميرفت خفاجة علي، مدخل إلى طرائق تدريس التربية الرياضية، ط1، الوفاء لدنيا للطباعة والنشر،الإسكندرية، مصر، 2008 .

- 41) مصطفى عشوي، مدخل إلى علم النفس المعاصر، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1994.
- 42) ناظم العبيدي، الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، إربد، الأردن، 1999.
- 43) الهنداوي، علي فاتح، علم نفس النمو الطفولة والمراهقة، دار الكتاب الجامعي، العين، الامارات المتحدة العربية 2002.
- 44) هنية محمود الكاشف، دور التربية في تنمية الوعي السياسي، دار الوفاء لدنيا للطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر 2004.
- 45) هيريرت ريد، التربية من أجل السلام، ترجمة حمزة الشيخ، سجل العرب، القاهرة، 1994.
- 46) يوسف علي فهد الرجيب، علم النفس الارتقائي، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت، . عبد علي نصيف، قاسم حسن حسين، مبادئ علم التدريب الرياضي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، العراق، ط1، 1980.

- 1) Auliver kamil : votre enfant et ses loisirs, paris 1973.
- 2) Château : l'enfant et le jeu, edscarabe, paris , 1967.
- 3) Jurgen weinek ; manuel d'entrainement, 4eme edution, France, .
- 4) Jurgen weinek, manuel d'entrainement, 4eme éducation vigot, France
- 5) Norbeert sillamy dictionnaire usuel de psychologie, bordars paris 1983, .
- 6) Robert gubblels, autonomie et cindutionnement chez l'enfant et l'adolescent, edition labor, Belgique 1986.