

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement
supérieur et de la recherche
scientifique

Université Akli Mohand Oulhadj

Institut des Sciences et
Techniques des Activités
Physiques et sportives



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة أكلي محند اولحاج

- البويرة -

عهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
التخصص: تربية وعلم الحركة

مساهمة الرياضات الجماعية في التقليل من السلوكات العدوانية

لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط (من 12 إلى 15 سنة)

دراسة ميدانية أجريت على بعض متوسطات بلدية عمر - البويرة -

إشراف الدكتورة:

فاطمة الزهراء زيدان.

إعداد الطلبة:

أحلام درموش.

أحلام هواري.

السنة الجامعية: 2020/2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وتقدير

الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة وأعاننا على أداء هذا الواجب ووفقنا على إنجاز هذا العمل.

نتوجه بالشكر والامتنان إلى كل من ساندنا من قريب أو من بعيد على إنجاز هذا العمل ونخص بالذكر الأستاذة المشرفة زيدان فاطمة الزهراء التي لم تبخل علينا بتوجيهاتها ونصائحها القيمة التي كانت عوناً لنا في إتمام هذا البحث.

ولا يفوتنا أن نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل دكاترة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وإلى جميع الأساتذة وإلى الطاقم الإداري والبيداغوجي للمعهد. فالشكر لهم جميعاً وعسى الله أن يتقبل منا هذا العمل ويجعله خالصاً لوجهه الكريم.

إهداء

لا شيء أعز من رب الكون الذي لم يبخل علي برحمته ونعمته له الشكر والحمد حمدا كثيرا لا نهاية له.
إلى ينبوع الحنان الذي انفجر يوما ليلهمني الصبر والمثابرة إلى التي احترقت حتى تراني اليوم أشع علما ونورا، إلى
أعظم إنسانة في حياتي أمي العزيزة.

إلى من كابد الصعوبات وقهر المستحيالات من أجلي أبي العزيز أطل الله في عمره.

إلى الذين أمر الله ببرهما وطاعتهما فقال جلا وعلا:

"واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا"

[الإسراء (24)]

إلى أعلى ما أملك في هذه الدنيا أختي الغالية ياسمينة وأخي الغالي ياسر.

إلى خالتي العزيزة فاطمة الزهراء وأبناءها.

إلى صديقاتي نعيمة، رانيا، صبرينة، سامية.

إلى كل الأهل و الأقارب.

إلى من كانت سندي في عملي هذا "درموش أحلام".

إلى من رفعوا رايات العلم والتعليم أساتذتي الأفاضل.

كما أهدي هذا البحث إلى كل من شاركنا في إتمامه.

والحمد لله على كل شيء.

هواري أحلام.

الإهداء

الحمد لله الذي وفقنا لهذا ولم نكن لنصل إليه لولا فضل الله علينا، أما بعد إلى من لا يجب أن أبدأ إلا بهما، اللذان قال فيهما تعالى: وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا] إلى التي سقتني من حنانها والتي لا أجد كلمة لتعكس ما أكنه لها من حُبٍ ووفاء، أُمِّي "حياة"، أطال الله في عمرها.

إلى من كرّس حياته من أجل أن يُيسّر لي دربي، وساعدني بكل ما يملك من قوة ليجعلني بما أنا عليه الآن، أبي الغالي "كمال" أدامك الله دُخرا وسندا لنا جميعا...

إلى أجدادي وجداتي: علي، السعيد، الجوهري، يمينة، حفظهم الله وأطال في عمرهم. إلى أخواتي حبيباتي حنان، لينا، ألاء

إلى أعمامي وعمّاتي فريد، محمد، نادية، مسعودة، نسيمة وكل أولادهم.

إلى أخوالي وخالاتي محمد، زايد، حمزة، حورية، فاطمة، سميرة، جميلة، سميحة، سامية، وخاصة لويضة، حفظ الله بناتهم وأبناءهم .

إلى من شاركتني هذا العمل وجل المشوار الدراسي " هواري أحلام"

إلى كل صديقاتي شيماء مسعودة ابتسام، إلى كل طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، إلى كل الأساتذة الكرام

إلى كل هؤلاء، إلى كل من نساهم قلمي ولم ينساهم قلبي أهديكم عملي هذا...درموش أحلام.

محتوى البحث

الورقة	الموضوع
أ	_ شكر وتقدير.
ب	_ إهداء.
ت	_ إهداء.
ث	_ محتوى البحث.
د	_ ملخص البحث.
ذ	_ مقدمة.
مدخل عام: التعريف بالبحث.	
02	1_ الإشكالية.
03	2_ الفرضيات.
03	3_ أسباب اختيار الموضوع.
04	4_ أهمية البحث.
04	5_ أهداف البحث.
04	6_ الدراسات المرتبطة بالبحث.
06	7_ تحديد المصطلحات والمفاهيم.

الجانب النظري

الفصل الأول: الرياضات الجماعية.

08	_ تمهيد.
09	1-1- مفهوم الرياضة الجماعية.
09	1-2- إيجابيات الرياضات الجماعية.
10	1-3- خصائص الرياضات الجماعية.
11	1-4- مميزات الألعاب الجماعية.
11	1-5- فوائد الألعاب الجماعية.
12	1-6- بعض أنواع الرياضات الجماعية.
12	1-6-1- كرة اليد.
17	1-6-2- كرة السلة.
20	1-6-3- كرة الطائرة.
22	_ خلاصة.

الفصل الثاني: السلوكيات العدوانية.

21	_ تمهيد.
22	1-2- مفهوم السلوك العدواني.
23	2-2- أنواع العدوان.
24	2-3- أهداف العدوان.

25	4-2-سمات السلوك العدواني.
26	5-2-أسباب السلوك العدواني.
27	6-2-نظريات السلوك العدواني
28	7-2-مظاهر السلوك العدواني
29	خلاصة
الفصل الثالث: مرحلة التعليم المتوسط من (12 إلى 15 سنة).	
30	تمهيد
31	3-1- مفهوم المراقبة
32	3-2- أطوار المراقبة
32	3-3- خصائص الفئة العمرية
36	3-4- مشاكل المراقبة المبكرة
37	3-6- دور الرياضة في مرحلة التعليم المتوسط
39	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.	
49	_ تمهيد.
50	4-1- المنهج.
50	4-2- متغيرات البحث.

50	4-3- مجتمع البحث.
50	4-4- عينة البحث.
51	4-5- مجالات البحث.
51	4-6- أدوات الدراسة.
51	4-7- الوسائل الإحصائية.
51	4-8- اقتراحات وفروض مستقبلية
53	خاتمة.
54	المراجع

_ ملخص البحث:

تعتبر الدراسة الحالية ميدان خصب للبحث نظرا لغايته الرامية للإجابة عن التساؤل المحوري للدراسة ألا وهو الكشف عن مساهمة الرياضات الجماعية في التقليل و التخفيف من السلوكات العدوانية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، هذا ما انبثق عنه تساؤلات للإجابة عنها قمنا بطرح الفرضيات التالية:

_ تساهم الرياضات الجماعية في التقليل من السلوكات العدوانية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

_ تساهم الرياضات الجماعية (كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة) في القليل من العنف لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

_ تساهم الرياضات الجماعية (كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة) في القليل من الغضب لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

تهدف هذه الدراسة إلى:

_ إبراز مساهمة الألعاب الجماعية في التقليل من ظاهرة السلوك العدواني والعنف لدى التلاميذ.

_ معرفة دور (كرة اليد، كرة السلة وكرة الطائرة) في التقليل من العنف لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

_ معرفة دور (كرة اليد، كرة السلة وكرة الطائرة) في التقليل من العنف لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

_ مساهمة الألعاب الجماعية في بناء شخصية التلميذ السوية

وقد تم تناول متغيرات الدراسة من جانبها النظري في فصول تشمل: الرياضات الجماعية، السلوكات العدوانية، مرحلة التعليم المتوسط (12_15) سنة، أي المراهقة. أما من حيث الجانب التطبيقي فقد تعذر علينا انجازه كاملا، اكتفينا بالتطرق إلى منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

مقدمة:

تعد الرياضات الجماعية ذات أهمية كبيرة لما تكسب الكائن البشري من فوائد نفسية، اجتماعية، تعليمية وسلوكية وهذا لما تتميز به عن باقي الرياضات الفردية من خلال التدريب ودخول المنافسة بطريقة منظمة بين أفراد القسم الواحد أو بين الأقسام الدراسية وجعل المنافسة شريفة بعيدة عن التحايل والعنف والعدوان، حيث تعد هذه الأخيرة من أهم المشاكل التي شغلت اهتمام العاملين في مجال التربية خاصة في الآونة الأخيرة، وهذا لانتشارها المفزع في المؤسسات التربوية خاصة عند تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط أي المراهقين هذا ما جعل الساهرين على التربية يكتفون الدراسات لتقصي أسباب هذه الظاهرة حيث أنها أثرت على التلميذ والأستاذ وكذا المؤسسة، فالتلميذ يرجع سبب عدوانه إلى الأستاذ وبالمقابل يلقي الأستاذ عبئ هذا السلوك على التلميذ على أنه توجد مؤثرات تعمل على إظهار هذا السلوك، خاصة إذا تعلق بتلميذ مرحلة التعليم المتوسط التي تقابل مرحلة المراهقة التي هي منعطف خطير في حياة الطفل وذلك لأنها تؤثر على حياته ويظهر ذلك في سلوكه الاجتماعي، الخلق والنفس.

كان اختيارنا لهذا الموضوع نظرا لما لاحظناه من تجاوز السلوكات العدوانية للتلاميذ الحد المعقول وتمت أهمية البحث في إبراز مساهمة الرياضات الجماعية خاصة كرة اليد، كرة السلة وكرة الطائرة في التقليل والتخفيف من السلوكات العدوانية باعتبار أن ظاهرة العدوان هي حصيلة ونتاج لتصرفات التلاميذ.

من هذا المنظور تطرقنا إلى الأسباب التي دفعت بنا لاختيار هذا الموضوع أو العنوان، بعد ذلك ذكرنا الأهمية والأهداف المتوخاة عن هذا البحث ثم تناولنا الدراسات السابقة وما وصلت إليه من نتائج، بعدها انتقلنا لتحديد وتعريف المصطلحات والمفاهيم المرتبطة بموضوع بحثنا والمتمثلة في: الرياضات الجماعية، العدوان، المراهقة.

فيما يخص الجانب النظري فقد تطرقنا إلى ثلاثة فصول:

الفصل الأول يتضمن الرياضات الجماعية من حيث مفهومها، إيجابياتها، خصائصها، مميزاتها، فوائدها، وبعض أنواعها المتمثلة في (كرة اليد، كرة السلة وكرة الطائرة) بتحديد مفهومهم وخصائصهم وأهم المهارات وكذا القواعد والقوانين الخاصة بهم.

الفصل الثاني يتمحور حول السلوك العدواني من حيث مفهومه، أنواعه، أهدافه، سماته وأسبابه وأهم العوامل التي تؤثر فيه، ثم مظاهره ونظرياته.

في الفصل الثالث تناولنا مفهوم المراهقة وأطوارها، خصائص هذه الفئة العمرية (12_15) سنة ومشاكل المراهقة المبكرة.

أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد تعذر علينا انجازه نظرا للظروف الصحية الغير مستقرة التي يعيشها العالم التي أدت إلى غلق المؤسسات التربوية. اكتفينا فقط بالتطرق إلى الفصل الرابع الذي يتمحور حول منهجية البحث وإجراءاته الميدانية من حيث المنهج المتبع، متغيرات البحث، المجتمع، العينة، مجالات وأدوات البحث، وأخيرا الاقتراحات والفروض المستقبلية.

1- الإشكالية:

تعتبر الرياضات الجماعية من الأنشطة الهامة لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط لها تأثيرها الفعال ومداهما الواسع، فالتلميذ لا يمارسها بمعزل عن الآخرين بل بصفته عضو في جماعة أو فريق ينتمي إليه حيث تعتبر هذه الرياضات وسيلة مهمة في تكوين وبناء شخصية الطفل بتطوير الصفات النفسية والعلاقات الاجتماعية وتحسين سلوك الفرد الرياضي.

لا بد أن تتخلل هذه الرياضات مجموعة من السلوكيات العدوانية حيث أشار بعض المؤرخين في المجال الرياضي إلى أنه منذ أنه منذ أن وجدت الرياضة كان العنف والعدوان ملازمين لها، حيث أصبح العدوان في الوسط المدرسي مشكلة سلوكية واقعية موجودة في معظم دول العالم تشغل كافة العاملين في ميدان التربية بشكل خاص مما لاقت اهتماما كبيرا من طرف الباحثين نظرا لخطورة هذا السلوك.

تعد مرحلة التعليم المتوسط في الوقت الراهن توجهها تربويا جديدا يسعى لمعالجة جل النواحي حيث تعتبر هذه المرحلة من أهم المراحل العمرية في حياة الإنسان لظهور السلوك العدواني وأصعبها كونها تشمل على عدة تغيرات عقلية، جسمية، انفعالية وفيزيولوجية.

من خلال ما سبق نتساءل:

❖ هل تساهم الرياضات الجماعية في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط؟

ومن خلال هذا الطرح قمنا بطرح تساؤلين هما:

❖ هل تساهم الرياضات الجماعية (كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة) في التقليل من العنف لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط؟

❖ هل تساهم الرياضات الجماعية (كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة) في التقليل من الغضب لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط؟

2- الفرضيات:

من خلال التساؤلات السابقة فإننا نطرح الفرضيات التالية:

الفرضية العامة:

- تساهم الرياضات الجماعية في التقليل والتخفيف من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

الفرضيات الجزئية:

- تساهم الرياضات الجماعية (كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة) في التقليل من السلوك العنيف لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.
- تساهم الرياضات الجماعية (كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة) في التقليل من السلوك الغضب لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

3-أسباب اختيار الموضوع :

هناك عدة أسباب دفعتنا لاختيار هذا الموضوع، ونذكر منها ما يلي:

-الأهمية البالغة التي نوليها للطفل والصعوبات التي يواجهها في هذه المرحلة الحساسة ومجموع التغيرات التي تطرأ عليه خلالها.

-الميل والرغبة لدراسة واقع انتشار السلوكيات العدوانية داخل المؤسسة التربوية.

-يتناسب مع إمكانياتنا.

-القيمة العلمية للموضوع.

- إبراز فاعلية (كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة) في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

-إبراز أهمية ومساهمة الرياضات الجماعية في التقليل من العدوان والعنف لدى التلاميذ.

-إثراء مكتبة المعهد وتوفير البحوث للدفعات القادمة.

4- أهمية البحث:

- تستمد هذه الدراسة أهميتها كون ظاهرة السلوك العدواني أصبحت الشغل الشاغل للقائمين على التعليم عامة وأستاذ التربية البدنية خاصة، فالسلوكات العدوانية هي أحد أهم مظاهر الهدر التربوي.
- الوصول إلى حقائق علمية من خلال طرح ملف السلوك العدواني.
- دراسة السلوك العدواني والتقليل منه من خلال ممارسة الرياضات الجماعية.
- محطة من المحطات المساعدة في التقليل والتخفيف من السلوكات العدوانية.
- إلقاء الضوء على الألعاب الجماعية من الجانب السلوكي الذي يتمثل في السلوكات العدوانية التي أصبحت جزءا لا يتجزأ من ممارسة هذه الألعاب.

5- أهداف البحث:

- إبراز مساهمة الألعاب الجماعية في التقليل من ظاهرة السلوك العدواني والعنف لدى التلاميذ.
- معرفة دور (كرة اليد، كرة السلة وكرة الطائرة) في التقليل من العنف لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.
- معرفة دور (كرة اليد، كرة السلة وكرة الطائرة) في التقليل من العنف لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.
- مساهمة الألعاب الجماعية في بناء شخصية التلميذ السوية.

6- الدراسات المرتبطة بالبحث:

من خلال ما تم عرضه من دراسات تناولت موضوع بحثنا سواء كانت عربية أو أجنبية أو جزائرية فقد ساهمت في تحديد موضوعنا وخدمته بطريقة مباشرة أو غير مباشرة فبالنسبة للدراسة الأولى التي كانت بعنوان مدى تأثير الألعاب الجماعية في تعديل السلوك العدواني لدى تلاميذ الطور الثانوي هي مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي من إعداد الطالبين حريزي مسعود وغضبان عبد المؤمن، من خلال هذه الدراسة حاول الباحثان الإجابة على المشكلة التالية ما مدى تأثير الألعاب الجماعية في تعديل السلوك العدواني لدى تلاميذ

الطور الثانوي حيث يكمن الهدف الرئيسي لهذه الدراسة في معرفة مدى تأثير الألعاب الجماعية على التنشئة الاجتماعية وبناء الجماعة بين تلاميذ المرحلة الثانوية. ومن أهم الفرضيات نجد:

الفرضية العامة: تساهم الألعاب الجماعية في التقليل من السلوك العدواني عند تلاميذ الطور الثانوي. الفرضيات الجزئية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك العدواني الجسدي بين تلاميذ الطور الثانوي الممارسين للألعاب الجماعية والألعاب الفردية.

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك العدواني اللفظي بين تلاميذ الطور الثانوي الممارسين للألعاب الجماعية والألعاب الفردية.

استعمل الباحث المنهج الوصفي في هذه الدراسة واعتمد في عينة البحث على العينة القصدية، حصرها على تلاميذ السنة النهائية البكالوريا (17-18 سنة)، حيث اعتمد لاختبار صحة الفرضية طريقة المقياس يقوم فيها المبحوث بالإجابة على العبارات القائمة على مقياس خماسي التدرج وقام بأخذ بعدان من هذا المقياس اللذان يخدمان فرضيات الدراسة وفي الأخير توصل إلى أن للرياضات الجماعية دور في تنمية التماسك لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي باعتبار التربية البدنية متنفساً للأحاسيس العدوانية للتلاميذ تعمل على خلق جو من التعاون والتسامح بين اللاعبين وأستاذهم، وهذا إن دل على شيء إنما يدل على اهتمامهم البالغ بالألعاب الرياضية الجماعية وتفضيلها.

انطلاقاً من الدراسة وعلى ضوء النتائج تمكن الباحث من تقديم بعض الاقتراحات والتوصيات: التركيز على الألعاب الجماعية لما لها من تأثير في التماسك وتعزيز العلاقات الاجتماعية لدى التلاميذ.

- تشجيع وتحفيز التلاميذ فردياً وجماعياً لتقوية الروابط بينهم -تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضات الجماعية خاصة الإناث.

أما الدراسة الثانية للباحثين أزلمات فؤاد، زقير لمين ومزراق سمير (2016-2017) تحت عنوان دور الرياضات الجماعية في التقليل من بعض السلوكيات العدوانية لدى المراهقين مشروع مذكرة تخرج ضمن نيل شهادة ليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن الرياضات الجماعية وأثرها في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى المراهقين وكذا إبراز دور كل من كرة القدم وكرة اليد في التقليل من الإحباط والغضب لدى المراهقين، ومن الفرضيات التي اعتمدها الباحث:

الفرضية العامة: للرياضات الجماعية دور في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى المراهقين.

الفرضيات الجزئية: تساهم الرياضات الجماعية (كرة القدم، كرة اليد) في التقليل من الإحباط لدى المراهقين -تساهم الرياضات الجماعية (كرة القدم، كرة اليد) في التقليل من الغضب لدى المراهقين.

اعتمدوا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي وطريقة الاستبيان من أجل اختبار صحة الفرضية وزع على لاعبي كرة القدم عين بسام ولاعبي كرة اليد عين بسام بينما كانت عينة بحثهم اختيار اللاعبين بطريقة عشوائية و كان عدد الفرق فريقين توصل إلى أن للرياضات الجماعية دور في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى المراهقين، كما تؤثر في اللاعبين وتحد من سلوكهم العدواني وتكسبهم بعض السمات الشخصية تجعلهم يحسنون المعاملة واحترام الآخرين وتعلمهم النظام واحترام زملاء. ومن الاقتراحات والتوصيات التي ذكرها الباحث في هذه الدراسة، الاهتمام بالمراهقين اهتماما كبيرا ومراعاتهم لتقادي الانحراف وكذا إعطاء المسؤولية للمراهقين وتحسين سلوكهم وإشراكهم في وضع القوانين والأسس والسير الحسن داخل النادي. توصل الباحث في نهاية هذه الدراسة إلى أن للرياضات الجماعية دور في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى المراهقين باعتبارها تؤثر في اللاعبين وتحدهم منها حيث تعلمهم النظام واحترام زملاء.

7- تحديد المصطلحات والمفاهيم:

_ الرياضات الجماعية أو الألعاب الجماعية:

هي أي رياضة أو لعبة يمارسها عدد من اللاعبين يعملون ضمن فريق من أجل تحقيق هدف أو فوز مشترك، يمكن القيام بذلك من خلال عدد من الطرق مثل التفوق على الفريق المنافس.

يقوم أعضاء الفريق بتحديد الأهداف واتخاذ القرارات والتواصل وحل المشاكل في جو من الثقة من أجل هدف أساسي هو تحقيق الفوز.¹

_ العدوان:

هناك مجموعة من التعاريف قدمها الباحثون لتحديد مفهوم العدوان بصفة عامة، ويكاد يتفق العديد منها على التعريف التالي: العدوان هو سلوك يهدف إلى محاولة إصابة أو إحداث ضرر أو إيذاء لشخص آخر.

إن السلوك العدواني الذي يتضمن إلحاق الأذى أو الضرر أو المعاناة لشخص آخر قد يتضمن العديد من وسائل التعبير عن العدوان إذ قد يتضمن التهجم أو الاحتكاك البدني أو العدوان اللفظي أو العدوان المباشر أو غير المباشر.²

لغة: هو الظلم و تجاوز الحد.¹

¹ - محمد إبراهيم شحاتة و مجدي محمد عبد الله موسوعة الألعاب الجماعية ماهي للنشر و التوزيع 2016 للإسكندرية مصر ص 9 .

² - محمد حسن علاوي سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة، الطبعة الثانية، مركز الكتاب للنشر القاهرة، ص 9 .

إجرائياً: هو أي شعور بالغضب أو سلوك يصدره الفرد أو جماعة سواء كان لفظياً أو بدنياً أو مادياً، مباشر أو غير مباشر بهدف إيقاع الأذى لشخص أو جماعة أو الذات أو بالامتلاك الخاصة أو العامة.

_ المراهقة:

اصطلاحاً: يعتبر ستانلي هول Hall Stanley من أوائل الباحثين الذين اهتموا بهذا المفهوم، فهو يرى أن المراهقة مرحلة صراع تتماثل مع المراحل البدائية لحياة الإنسان حيث يؤكد أنه مهما يكن السياق الثقافي والاجتماعي فالمراهقة مرحلة أزمة وعدم توازن وأن الفرق الكائن من مراهق إلى آخر ومن ثقافة إلى أخرى هو في الحدة أو شدة الأزمة وفي الأشكال التي تتخذه والحلول التي تعطي له.²

يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يتم فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي، وهي لفظ وصفي يطلق على الفرد غير الناضج انفعالياً وجسيمياً وعقلياً، ومن مرحلة البلوغ ثم الرشد.

وأيضاً هي القدرة الانتقالية الانفعالية بين الطفولة والرشد والتي تتميز بعدد من التغيرات الجسمية بالإضافة إلى التغيرات الوجدانية.

¹-ريكان إبراهيم النفس و العدوان آفاق عربية بغداد 1987 ص 9 .

²- عبد الحفيظ جدو استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهقين ذوي صعوبات التعلم، رسالة ماجستير، جامعة سطيف2، كلية العلوم

الإنسانية و الاجتماعية2013_2014 ص 12,13

الجانب النظري

تمهيد:

تعتبر الرياضات من الأساسيات المهمة في حياتنا بما فيها الرياضات الجماعية التي تعمل على تنمية روح التعاون وكذا العلاقات بين الأفراد في الوسط الاجتماعي والعالم المحيط بنا عموماً كل هذا يدخل في بناء شخصية الفرد ما يجعل منه كائناً اجتماعياً نافعا في بيئته مع نفسه ومع زملائه من خلال التضامن والتآزر معهم بالابتعاد عن حب الذات والأنانية مع العمل على فك كل أنواع الضغوط.

سنقوم في هذا الفصل بتحديد مفهوم الرياضات الجماعية، وتحديد إيجابياتها وخصائصها ومميزاتها وأنواعها ثم نتطرق إلى لعبة كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة وتحديد خصائصهم وأهم المهارات الأساسية فيهم وكذا القواعد و القوانين الخاصة بهم.

1-1- مفهوم الرياضة الجماعية:

هي رياضة أو لعبة يمارسها عدد من اللاعبين يعملون ضمن فريق من أجل تحقيق هدف أو فوز مشترك، يمكن القيام بذلك من خلال عدد من الطرق مثل التفوق على الفريق المنافس.

1-2- ايجابيات الرياضات الجماعية:

- من ايجابياتها والبعض من يعرفها هي تنمية روح الفريق حيث تحس المجموعة ككل بالمسؤولية، حيث أن كل أعضاء الفريق يقتسمون الأفراح والأحزان.

- تقوية عزيمة وطموح الشخص لأنه يحس بالمساندة والتشجيع، وإذا كانت المجموعة تشتغل لمدة طويلة بعضها البعض واقصد بالاشتغال التمارين الرياضية فهذا سيولد انسجام داخل المجموعة وبالتأكيد تحقيق مبتغى المجموعة والوصول إلى القمة.

-ومن ايجابياتها هي الروح الرياضية الجماعية والتعاون كإصلاح الأخطاء بينهم والمساعدة.

-للرياضة دور كبير في حياتنا فبدونها لن يستمر الإنسان لأنها تقويه وترفع روح التحدي به وتزعمه فلولاها لما استطاع الإنسان الوصول إلى هذه الحالة التي نحن بها بالتطور التكنولوجي والعملية.

-الاستمتاع بالعمل من خلال فريق العمل وكيفية تحقيق التجانس بين أفراد الفريق يعود على اللاعبين والأجهزة الفنية بالكثير من الفوائد في تطوير وتنمية الذات والتنمية البشرية في المجتمع.

-تعمل الألعاب الجماعية على تنمية أساليب التواصل والاتصال الجماعي وكيفية التعامل من خلال الضغوط وخاصة أثناء العمل كما يحدث أثناء ممارسة الفريق للمباريات.¹

¹-محمد إبراهيم شحاتة، مجدي محمد عبد الله. مرجع سابق ص9,10

1-3- خصائص الرياضات الجماعية:

تختلف الرياضات الجماعية عن الألعاب الأخرى من حيث خصائصها ومميزاتها المختلفة. وهي كالاتي: الكرة، الميدان، الهجوم والدفاع وذلك من خلال بنية اللعب في الألعاب الرياضية الجماعية، الخصم، الزملاء للقوانين كل هذه العناصر تبقى تتسم بالخصوصيات من التطبيق ومن بين الخصائص والمميزات نجد:

_ الضمير الجماعي:

هو من أهم خاصية في الرياضات الجماعية إذ تكتسي طابعا اجتماعيا يشترك فيها عدة علاقات و أدوار متكاملة و مترابطة في تحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي.

_ النظام:

تحديد طبيعة القوانين في كل رياضة جماعية صفة الاتصال المسموح بها مع الزملاء والاحتكاك بالخصم وهذا ما يكسبها طابعا مهما في تنظيم اللعب بتجنب كل ما يتعارض مع تلك القوانين.

_ العلاقات المتبادلة:

تتميز الرياضة الجماعية بتلك العلاقات المتواصلة والمتبادلة بين الزملاء في جميع خطوط الجماعة إذ تشكل حلا متكاملًا لجهود كل الأعضاء وهذا بدوره ناتج عن التنظيمات والتنسيقات خلال معظم فترات المنافسة.

ويتطلب العمل الجماعي قواعد معينة لا بد من مراعاتها وهذا إلا صورة من صور التعاون.

_ التنافس:

بالنظر لوسائل الرياضة كالكرة والميدان وكذلك بالنظر للدفاع والهجوم وكل هذه العوامل تعتبر دوافع وحوافز مهمة في إعطاء صفة تنافسية بحتة إذ يبقى التلميذ خلال فترة الحصة في حركة مستمرة ومتغيرة لمراقبة تغيرات الزميل وهذا ما يزيد من مدة الاحتكاك بالزميل لكن في الإطار المسموح به، إذ أن كل رياضة جماعية لها قوانين محددة بالحالة التي تواجه التلاميذ خلال المنافسة أي حسب طبيعة الزميل والمنافسة.

_ الحرية:

مقارنة بالرياضات الفردية فإن التلميذ في الرياضات الجماعية ورغم ارتباطه بزملائه وبالهدف الجماعي الذي يسيطره الفوج إلا أنه يملك حرية أكبر في اللعب الفردي والإبداع في الأداء المهاري، وهذا يرتبط طبعاً بإمكانيات كل تلميذ، إذ أنه ليس مقيد بأداء تقني ثابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية، بل يملك الحرية في الفعالية والتصرف حسب الوضعية التي يكون فيها، وهذا ما يكسب الرياضات الجماعية طابعاً تشويقياً ممتعاً.¹

4-1-مميزات الألعاب الجماعية:

تعد الألعاب الجماعية أكثر تشويقاً وتحفيزاً من الألعاب الفردية، تتطلب المزيد من الإعداد والتحضير لأنها تعزز التنافس ليس مع الفريق الخصم فقط بل بين أعضاء الفريق نفسه فهي تحوي على مزيد من القوانين والواجبات التي تقع على عاتق الفريق ككل.

5-1-فوائد الألعاب الجماعية:

تنمية روح الجماعة والعمل بروح الفريق لتحقيق الأهداف المشتركة، فالنتائج سواء كانت بالخسارة أم بالربح تعود على الفريق كله وليس على فرد بعينه.

اكتساب الخبرات والمهارات من الآخرين، وتعزيز التعاون للتشجيع على العمل، والتخلص من الملل لإنجاز المزيد وتحقيق الأهداف.²

¹ - بن عليّة صدام، دور ممارسة الرياضات الجماعية في تنمية روح التماسك لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة ماستر أكاديمي، جامعة محمد بوضياف المسيلة، معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية 2016_2017 صفحة 8,9.

² -وليد عبد الحي زروق وآخرون، تأثير الألعاب الجماعية على السلوك العدواني لتلاميذ الطور المتوسط، مذكرة ليسانس، جامعة الجلفة ص16.17

6-1- بعض أنواع الألعاب الجماعية:

1-6-1- كرة اليد:

_ تعريفها:

هي الكرة التي تعرف بكرة اليد الجماعية أو كرة اليد الأولمبية وكرة اليد الأوروبية وهي رياضة جماعية يتبارى فيها فريقان لكل منهما 7 لاعبين بحارس مرمى، يمرر اللاعبون الكرة فيما بينهم ليحاولوا رميها داخل مرمى الخصم لإحراز الهدف وتتألف المباراة من شوطين مدة كل منهما 30 دقيقة والفريق الذي يتمكن من تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم في نهاية شوطي المباراة هو الفريق الفائز.¹

_ قوانين رياضة كرة اليد:

_ طريقة اللعب:

تلعب كرة اليد ككرة القدم إلا أن نقل الكرة وتمييرها وضربها يتم باليد وهدف الفريق هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم حيث تبدأ المباراة بضربة بداية للفريق في بداية الشوط من على خط منتصف الملعب، ويحق لكل لاعب استلام وتميير ونقل وتصويب الكرة بجميع أجزاء الجسم ما عدا القدم ولا يحق للاعب عندما تكون الكرة معه أن يتقدم بالمشي أو بالجري أكثر من ثلاث خطوات فقط.

الهدف فيتم احتسابه عندما تدخل الكرة بكاملها مرمى الخصم.

يحق للفريق إجراء أي عدد من التبديلات في أي وقت شاء ودون التقدم من أي حكم، شرط أن يتم التبديل من المنطقة المخصصة له، وينفذ وفق القوانين المتبعة بحيث يخرج اللاعب المستبدل قبل دخول البديل، علماً أن هناك مراقب يشاهد التبديلات ويتدخل عند حدوث أي مخالفة، وإذا ما حصلت تجزى الفريق الذي أخطأ.

تتألف المباراة من شوطين مدة كل واحد نصف ساعة تفصل بينهما فترة راحة مدتها عشر دقائق، وفي حال التعادل وكانت المباراة تقضي بتحديد فائز يلجأ إلى تمديد الوقت شوطين إضافيين مدة كل شوط خمس دقائق، مع فاصل راحة دقيقة واحدة.

¹ - الكابتن رعد محمد عبد ربه، الرياضات الكروية كرة السلة كرة الطائرة كرة اليد كرة المضرب و رياضات أخرى، عمان 2010 صفحة 55.

إذا استمر التعادل يلجأ إلى تمديد ثانٍ مطابق للأول وإذا لم تحسم المباراة يصار إلى تحديد الفائز وفقاً للنظام الخاص في كل دورة

اللعبة السلبية هو الاحتفاظ بالكرة دون القيام بأي محاولة هجوم جديّة، عندها يوقف الحكم اللعب ويمنح الكرة للفريق الآخر

يعطى الإنذار للأخطاء المعتمدة والمنافية لقواعد اللعبة وللأخلاق الرياضية السيئة، وهناك عقوبة إيقاف عن اللعب لمدة دقيقتين، يفرضها الحكم على اللاعب الذي يدخل بدون إذن أو يكون زائداً عن العدد المسموح، أو يتدخل بشكل أو بآخر بمجريات اللعب، أو إذا ارتكب خطأً متكرراً يستدعي توجيه الإنذار فيحاسب على الخطأ الأكبر.

أما عقوبة الطرد والإقصاء، فتتخذ في حالة أن ارتكب اللاعب خطأين متعمدين أو حصل على إنذار أو عقوبة إيقاف لدقيقتين، أو حصل على ثلاثة إيقافات.

يتعين على الحكم أن يوقف المباراة ويعلن طرد اللاعب المخالف ويبلغ لجنة الحكام بحالة الطرد ويشير بكل واضح للحالة من خلال وضع يديه متعارضين فوق رأسه، ويتم الطرد والإقصاء لكل ما تبقى من وقت المباراة وعلى الفريق أن يكمل المباراة بالعدد الباقي.¹

¹ - الدكتور فتحي أحمد هادي السقاف، التدريب العملي الحديث في رياضة كرة اليد صفحة 34,35

_ المبادئ الأساسية لرياضة كرة اليد:

رياضة كرة اليد لها مبادئ أساسية تعتمد عليها في إتقانها ويتوقف نجاح اللعب على إتقان اللاعب لهذه المبادئ الأساسية.

إن فريق كرة اليد الناجح هو الذي يستطيع كل لاعب فيه أن يؤدي التمريرات على اختلاف أنواعها بدقة وسرعة وبتوقيت صحيح ويصوب نحو الهدف بإحكام ويتحرك بخفة ويصمم الهجمات ويحاور بالكرة عند اللزوم بمهارة ويستعمل حركة القدمين في أوسع مدى للهفوة والخداع فيمكن له أن يلعب في أي مكان وفي أي مركز.

_ تقسيم المبادئ الأساسية لرياضة كرة اليد كالاتي:

- *مسك الكرة.
- *تمرير الكرة.
- *استقبال الكرة.
- *المحاور بالكرة.
- *حركة القدمين.
- *التصويب.
- *الهفوة والخداع.
- *الرمية الجانبية.
- *حراسة المرمى.¹

¹ - فتحي أحمد هادي السقاف, مرجع سابق, صفحة 41, 40.

_ أهداف وقواعد اللعبة:

- يسمح برمي الكرة باليد فقط ويمنع رميها بالرجل.
- يسمح يمشي أو جري ثلاث خطوات فقط، ويسمح بتطيط اللاعب للكرة.
- لا يسمح بالاحتفاظ بالكرة أكثر من ثلاث ثوان دون تطيط الكرة وإلا سيعطيه الحكم خطأ.
- لا يسمح بمسك أو دفع الخصم.
- استقبال الكرة في اليد: يجب على اللاعب إتقان استقبال الكرة حتى يتمكن من سرعة التنفيذ والتصرف بالكرة في حالات اللعب، وكقاعدة عامة يجب على اللاعب استقبال الكرة باليدين كلما أمكن بالإضافة إلى إمكانية استقبال الكرة بيد واحدة في بعض الحالات التي يضطر إليها.

_ الخصائص التقنية الجماعية في كرة اليد:

التقنيات الجماعية في الفريق هي تعاون كل اللاعبين في تنسيق الحركات خلال اللعب وفي الأهداف المحققة بخلق وعمل اللعب في الهجوم وفي الدفاع تحت تأثير الخصم.

_ الخصائص التقنية الفردية في كرة اليد:

التقنيات الفردية هي أفعال مسيرة بواسطة نتائج اللاعب أو حلول وضعية اللاعب الفردية خلال المنافسة وامتدادها المحتمل.¹

¹ - عبد السلام محمد الشناق، رياضات الألعاب الجماعية، صفحة 164, 162

_ وقت المباراة:

الوقت الطبيعي لمباراة كرة اليد للشباب من عمر 16 سنة فما فوق هو شوطان ولكل شوط 30 دقيقة، بينهما فترة استراحة لعشر دقائق.

إن وقت مباراة الفتيان من عمر (12 إلى 16) سنة هو شوطان لكل شوط (25) دقيقة، بينهما فترة استراحة بين الشوطين لعشر دقائق.

وللفتيان من عمر (8 إلى 12) سنة، شوطان لكل شوط 20 دقيقة واستراحة لعشر دقائق.

خلال المباراة يمكن للفريقين طلب وقت مستقطع واحد، يمكن أن يحدث تعادل في لعبة كرة اليد حيث تمتد المباراة على عكس السلة التي لا يسمح بانتهاء المباراة إلا في حالة فوز أحد الفريقين، ويمكن أن تنتهي المباراة بالتعادل في مباريات الدوري.

في حالة تعادل الفريقين في الوقت الأصلي للمباراة لكافة الأعمار، هناك ضرورة لكسر التعادل وتحديد الفائز بأخذ الفريقين استراحة لخمس دقائق، ثم يلجأ إلى تمديد المباراة لعشر دقائق تقسم لشوطين آخرين للعشر دقائق تقسم بين شوطين أيضا إلى أن يكسر التعادل أو يتم اللجوء إلى ضربات الجزاء الترجيحية من مسافة 7 أمتار.¹

¹ - فتحي أحمد هادي السقاف، مرجع سابق، صفحة 31، 32.

1-6-2-كرة السلة:

_ **تعريفها:** هي لعبة تجري بين فرقين، يسعى كل فريق لإدخال الكرة في سلة مرتفعة عن أرض الملعب، وفي كل جهة من الملعب سلة لفريق يركض أعضاء الفريق لإدخال الكرة في سلة لتسجيل نقطة تفوق.

كما أنها إحدى الألعاب الرياضية الأكثر شعبية في العالم بعد كرة القدم يستطيع الرجال والسيدات ممارستها ضمن القوانين نفسها والقواعد مهارية ذاتها.

_ **وقت اللعب:**

يستغرق وقت المباراة (40) دقيقة، تقسم إلى شوطين كل منهما (20) دقيقة وكل شوط يمكن أن يقسم إلى ربعين، تتخللهما فترة راحة مدتها من (10 إلى 15) دقيقة. ولا تنتهي المباراة بالتعادل فإذا كانت النتيجة متعادلة عند نهاية الأربعين دقيقة، تلعب فترة خمس دقائق إضافية، إضافة إلى أي عدد من فترات الخمس دقائق الإضافية اللازمة لكسر حالة التعادل.¹

_ **القواعد والقوانين:**

غالبا ما تتباين المقاييس والحدود الزمنية المتعلقة بقواعد كرة السلة التي سيتم تناولها في هذا الجزء بين المسابقات والاتحادات المختلفة غير أنه سيتم الاعتماد على القواعد الدولية وقواعد دوري الرابطة الوطنية لكرة السلة (NBA) في هذا الجزء.

يتمثل هدف مباراة كرة السلة النهائي في أن يتفوق أحد الفريقين المتنافسين على الفريق الآخر من حيث عدد النقاط التي يحرزها وذلك من خلال رمي الكرة داخل سلة هذا المنافس من أن يقوم هو الآخر بذلك. ويطلق على محاولة إحراز النقاط بهذه الطريقة اسم التسديدة الناجحة بنقطتين أو ثلاث نقاط إذا تم تنفيذها من خارج قوس الثلاث نقاط وذلك يبعد عن السلة بمقدار 6,25 متر (20 قدما و6 بوصات) في المباريات الدولية و23 قدما و9 بوصات (7,24 مترا) في مباريات دوري الرابطة الوطنية لكرة السلة الأمريكية.²

¹ - عبد السلام محمد الشناق، مرجع سابق، صفحة 118,126.

² - الكابتن رعد محمد عبد ربه، مرجع سابق، صفحة 21، 22.

_ مصطلحات هامة في كرة السلة:

الارتكاز: اسم آخر لموقع لاعب الوسط عندما يهاجم، في الارتكاز العالي يتحرك لاعب الوسط قرب قمة دائرة الرمية الحرة، وأما في الارتكاز المنخفض فيتحرك قرب السلة.

استلاب: يحدث في حالة استحواذ أحد اللاعبين المدافعين على الكرة بطريقة قانونية من الفريق المهاجم ولإسقاط هدف ميداني يتم إحرازه بضرب الكرة بقوة من أعلى إطار السلة لتسقط في السلة، وإعاقة التصويبة حالة ضرب لاعب مدافع الكرة بطريقة قانونية قبل وصولها إلى السلة مستخدماً ذراعه أو كفه، والتحول يحدث عندما يفقد الفريق المهاجم الاستحواذ على الكرة بدون أخذ تصويبة.

التسديد: رمية تنفذ على مقربة من السلة، دفعة خفيفة لداخل الهدف ويعتبر هدف ميداني يحدث بدفع كرة مرتدة لداخل السلة، إعاقة غير قانونية للاعب ما في حالة رفع الكرة عند محاولة تسجيل هدف ميداني عندما تكون الكرة فوق السلة. فإذا أحدث صرف الهدف من لاعب مدافع تسجل التصويبة كأنها هدف ميداني. وإذا حدث إبعاد للهدف من لاعب مهاجم، تعطى الكرة للفريق المدافع ولا تسجل نقاط.

الكرة المرتدة: كرة تترد عائدة من لوحة الهدف أو الإطار بعد أن أخطأت التصويب.

الكرة الممسوكة: كرة في حوزة لاعب من كلا الفريقين في آن واحد، لعبة النقاط الثلاث تلعب عندما يسحب خطأ على لاعب أثناء تسجيل هدف في السلة، ثم تسجل الرمية الحرة. تحدث تصويبة النقاط الثلاث عندما يسجل لاعب هدفاً بعد قذفه الكرة من خلف الخط الخاص بالثلاث نقاط.

المساعدة: تمرير لاعب مهاجم الكرة بحيث تؤدي إلى الهدف مباشرة. المنطقة الأمامية للملعب الذي يحتله الفريق المهاجم، المنطقة الخلفية للملعب نصف الملعب الذي يحتله الفريق المدافع.¹

¹ - عبد السلام محمد الشناق، رياضات الألعاب الجماعية، مرجع سابق، صفحة 124، 125.

_ تسجيل الأهداف :

يحرز الفريق نقاطا بتسديده أهداف ميدانية ورميات حرة. ويساوي الهدف الميداني نقطتين ويمكن أن يقوم أي لاعب مهاجم بتسجيل هدف ميداني من أي مكان في الملعب أثناء تشغيل ساعة المباراة، وفي بعض قوانين لعبة كرة السلة تمنح الأهداف الميدانية طويلة المدى ثلاث نقاط.

أما الرمية الحرة فتساوي نقطة واحدة وتتخذ كعقوبة بعد ارتكاب أخطاء معينة، ويحاول اللاعب تنفيذ الرمية الحرة من خلف خط الرمية الحرة وفي داخل دائرة الرمية الحرة. ويمنح اللاعب مدة خمس ثوان للتصويب على الهدف بعد أن يسلمه الحكم الكرة.¹

¹ - عبد السلام محمد الشناق، مرجع سابق، صفحة 127.

1-6-3-كرة الطائرة:

_ مفهومها:

هي إحدى أكثر الألعاب شعبية يلعب فيها فريقان تفصل بينهما شبكة عالية على الفريق ضرب الكرة فوق الشبكة لمنطقة الخصم، لكل فريق ثلاث محاولات لضرب الكرة فوق الشبكة، تحسب نقطة للفريق حينما تضرب الكرة أرضية الخصم، أو إذا تم ارتكاب خطأ أو إذا أخفق الفريق في صد الكرة وإرجاعها بشكل صحيح.

_ طريقة اللعب:

كيفية لعب الكرة الطائرة: يجب على اللاعب أن يتمكن من ضرب الكرة إلى ساحة الخصم في مكان ما أو على شخص ما مباشرة. وتكون أكثر الضربات تأثيراً عندما تهب الكرة من أحد أعضاء الفريق إلى المهاجم ويقوم الأخير بضربها بسرعة ودقة.

_ مهارات الكرة الطائرة:

* التمرير .

* الإعداد .

* الدفاع .

* الإرسال .

* الاستقبال .

* الضربة الساحقة الهجومية .

* الصد.¹

¹ - الكابتن رعد محمد عبد ربه، الرياضات الكروية، مرجع سابق، صفحة 79.

_ خصائص الكرة الطائرة:

إن لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الفرقية وتعمل إلى أبعد حد في توضيح الجمعي (الفرقي) للنواحي الفنية والخطية. فالكرة الطائرة تمتلك قيمة عالية في التربية وتغرس القيم النبيلة لدى اللاعب والتي تظهر أثناء السباقات مما تدفعه نحو الفوز، وتحمل المسؤولية العالية لدى اللاعبين.

طبيعة الحركة فيها تكون: "الركض، القفز، الهبوط، الدحرجة الخلفية، الدحرجة الجانبية، السقوط الأمامي".

وتحتاج إلى المكونات البدنية التالية: "القوة، السرعة، التحمل، المرونة، الرشاقة، الدقة، التركيز، التوافق، سرعة رد الفعل والتوازن".

مباراة الكرة الطائرة تتطلب من اللاعبين تحضير وإعداد عناصر اللياقة البدنية والمهارات الفنية (التكنيكية) والخطية (التكتيك) والنفسية إعدادا جيدا لأن السباقات فيها تتطلب نشاطات متعددة من اللاعبين داخل الملعب وأثناء فترة السباق بين الفريقين المتباريين (المتنافسين)، كما ينبغي التعاون بين أعضاء الفريق لدمج إمكانياتهم الفردية للحصول على نشاط جمعي (فرقي) وتطبيق النواحي الخطية (التكتيكية) عن طريق إتقانهم المهارات الحركية الفنية (التكنيكية) بصورة متكاملة نحو الإنجاز العالي واكتساب النقاط وتحقيق نتيجة أفضل نحو الفوز ويتصف هذا النشاط باتخاذ أشكال مختلفة وفاعلية عالية لإنهاء الكرة لصالح فريقهم.¹

-يعتبر ملعب الكرة الطائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية.

-يعتبر ملعب الكرة الطائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التصويب عليه.

-اللعبة الجماعية الوحيدة التي لا تمس الكرة الأرض.

-يمكن إعادة الكرة ولعبها حتى ولو خرجت خارج الملعب.

-يمكن للاعب أن يلعب في جميع المراكز الأمامية والخلفية ما عدا اللاعب الحر فهو يلعب في المراكز الخلفية فقط.

-لكل فريق ملعب خاص به حيث لا يمكن للفريق دخول ملعب الفريق المنافس.²

¹ - د. سعد حماد الجميلي، الكرة الطائرة تعليم و تدريب وتحكم، صفحة 23، 24.

² - أكرم زكي خطايبية، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، دار الفكر العربي، 2002 ص 59.

_ خلاصة :

بعد تطرقنا لأهم الجوانب الخاصة بالرياضات الجماعية من حيث مفهومها، إيجابياتها، خصائصها، مميزاتها، فوائدها وبعض أنواعها نستخلص أن الرياضات الجماعية بمختلف أنواعها من الأنشطة الهامة لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط (المراهقين).

بالنظر إلى اهتمامهم ورغبتهم ووعيهم وإقبالهم المتزايد على ممارستها تكسبهم مواقف وسلوكات التعاون والتضامن ونبذ العنف والمساهمة مع الغير .

تمهيد:

قد يؤدي التفاعل بين أطراف المجتمع لكون الإنسان كائن اجتماعي بطبعه إلى ظهور اختلافات بين الأفراد وهذا الاختلاف يؤدي إلى ظهور عدة سلوكيات أحيانا قد تكون سلوكيات إيجابية، وقد تكون هذه السلوكيات غير إيجابية نتيجة لعدة أسباب سواء داخلية تخص الفرد ذاته أو خارجية يتأثر بها الفرد من خلال تفاعله مع المحيط، فالسلوك العدواني هو أحد هذه السلوكيات الغير مقبولة اجتماعيا ولقد بات السلوك العدواني في العصر الحديث ظاهرة واسعة الإنتشار ومشكلة هامة تعترض المربين بالمؤسسات خاصة والأهل على حدي سواء حيث يجدون أنفسهم في حيرة أمام مراهقين لا يعرفون سبب تصرفاتهم العدوانية بالرغم من هدوء من حولهم ومحاولة مساعدتهم لهم، فالسلوك العدواني. ولهذا فإن هذا الفصل سوف يتناول مفهوم السلوك العدواني وأنواعه وأهدافه وسمياته وأسبابه، والعوامل التي تؤثر في السلوك العدواني ونظريات السلوك العدواني، ومظاهر السلوك العدواني.

1-2- مفهوم السلوك العدواني:

هو سلوك موجه ضد الآخرين يكون القصد منه إيذاء الآخرين بشكل مباشر أو غير مباشر فالعدوان المباشر يمكن ملاحظته كالمشاجرة والضرب وإيذاء الآخرين أما العدوان غير المباشر فيكون كامنا وغالبا ما يحدث من قبل الأطفال الأذكياء إذ حيث يتصفون بحبهم للمعارضة وإيذاء الآخرين بسخريتهم منهم فيحدث رد فعل غريزي يكون دافع الإحباط أو الغضب أو ألم بدني أو ألم نفسي مما يدفعه للتلذذ في إيذاء الآخرين ويتم تهذيب هذا السلوك بالتعلم.

العدوان هو الشعور الداخلي بالغضب والعداوة ويعبر عنها ظاهريا في صورة فعل أو سلوك يقصد به إيذاء الأذى وإلحاق الضرر أو أي شيء من هذا القبيل كما يوجه أحيانا إلى الذات ويظهر في كل عدوان لفظي أو بدني¹

لقد تطرق علماء النفس إلى الكثير من التعريفات الخاصة بالعدوان كل حسب آرائه ومعتقداته فقد تجده تارة ناتج عن استعداد أو غريزة لدى البشر وقد تجده أحيانا نتيجة الإحباط الذي يصاب به الإنسان أو آخر نجده سلوكا متعلما من المحيط أو البيئة التي يعيش فيها عن طريق تقليد أو محاكاة الآخرين لذا فإن تعريف العدوان بشكل موحد يعد أمرا غاية في الصعوبة وذلك لاختلاف النظرية التي تبرره إن للعدوان ليس شكلا واحدا أو مظهرا محددًا وإنما أشكال ومظاهر كثيرة ومتنوعة لذلك تعددت تعريفه وتصنيفه، إن العدوان "هو هجوم أو فعل معادي نحو شخص أو شيء"
إن المعنى العام للعدوان يتمحور حول إيذاء الغير أو الممتلكات السلوك العدواني هو أي سلوك يتسم بالأذى أو التدمير أو الهدم أكان موجها ضد الآخرين أو ضد الذات وسواء تم التعبير عنه في شكل بدني أو شكل لفظي.²

¹ عبد الستار جبار الصمد، العدوانية عند الأطفال (مفهوم علاج)، ص39
² محمد حسن علاوي، سيكولوجيا العدوان والعنف في الرياضة، الطبعة الثانية، مركز الكتاب للنشر القاهرة، 2004، ص34

2-2- أنواع العدوان:

بالرغم من تعريف العدوان من حيث أنه سلوك يهدف إلى محاولة إصابة حدوث ضرر أو إيذاء شخص آخر قد يحدد المعالم الرئيسية للعدوان وفي صدد ذلك استطاعوا التمييز بين نوعين هاميين من العدوان

- العدوان العدائي
- العدوان الوسيلى.

●العدوان العدائي:

أشارت برندا بردماير (1976) ودلايت 1991 إلى أن المقصود بالعدوان العدائي هو السلوك الذي يحاول فيه الفرد إصابة كائن حي آخر لإحداث الألم أو الأذى أو المعاناة للشخص الآخر وهدفه التمتع والرضا بمشاهدة الأذى أو الألم أو المعاناة التي لحقت بالفرد المعتدى عليه كنتيجة لهذا السلوك العدوانى ويلاحظ أن السلوك العدوانى فى هذه الحالة يكون غاية فى حد ذاته.

●العدوان الوسيلى:

أشار <واينبرجweinberg> و <بيلbull> إلى أن العدوان الوسيلى يقصد به السلوك الذى يحاول إصابة كائن حي آخر لإحداث الألم أو الأذى أو المعاناة للشخص الآخر بهدف الحصول على تعزيز أو تدعيم خارجى مثل تشجيع الجمهور أو رضا الزملاء أو إعجاب المدرب وليس بهدف مشاهدة مدى معاناة المعتدى عليه وفى هذه الحالة يكون السلوك العدوانى وسيلة لغاية معينة مثل الحصول على ثواب أو حافز أو رضى أو تشجيع.¹

¹محمد حسن علاوي، سيكولوجيا العدوان والعنف فى الرياضة، مرجع سابق، ص12

2-3- أهداف العدوان:

أولاً: أهداف غير مؤذية وغير ضارة

يعتقد عدد لا بأس به من علماء الاجتماع أن معظم الهجمات العدوانية تدفعها أكثر من رغبة لإلحاق الأذى بأحد الضحايا، والغرض الأساسي هو أن المعتدين يتصرفون بطريقة عقلانية وهذا المنظور يؤكد أن المهاجمين لهم هدف آخر أو ترسيخ هوية معينة، وهذه بالطبع في بعض الأحيان تعمل معاً، ويمكن أن يحاول المعتدون أن يشقوا طريقهم أو يؤكدوا سلطتهم لبناء قيمهم الذاتية، ويؤكد علماء الاجتماع على أن هناك أهداف معينة غير الأذى المستهدف.

ثانياً الإكراه (الإجبار)

أكد باترسون وجيمز تديش (pattersen and jamestedesch)

أن العدوان في الغالب محاولة إكراه قام بها جمهور يلحقون الأذى بضحاياهم في محاولة التأثير على سلوكهم لإجبارهم على أن يفعلوا ما يريدون.

ثالثاً: السلطة والهيمنة

إن السلوك العدواني يتضمن ما هو أكثر من الإجبار حيث أن السلوك العدواني يهدف غالباً إلى الحفاظ على سلطة المعتدين وتعزيزها والحفاظ على هيمنتهم وربما يضرب معتدين ضحاياهم، والدراسات في هذا المجال أوضحت وبصورة متكررة أنه عندما يهاجم أحد أفراد الأسرة فرد آخر فإن الأقوى عادة هو الذي يظلم الضعيف ويجعل منه ضحية.

رابعاً: إدارة الانطباع (تكوين انطباع جيد عند الآخرين)

العنائيون يهتمون أساساً فيما يظنه الآخرين بهم والدراسات التي أجريت على العصابات من الشباب المجرمين الذين مارسوا العنف والعدوان لاحظت أن الكثير من هؤلاء الأفراد يهتمون بسمعتهم بصورة كبيرة وقد توسع عالم الاجتماع <ريتشارد فيلسون RechardeFelson> في تفسير عمق التفكير للعدوان كمحاولة لإدارة الانطباع (تكوين انطباع جيد عند الآخرين) وفي تحليله كان معظم الأشخاص وليس فقط الخارجون عن القانون.¹

¹محمد حسن علاوي، سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة، مرجع سابق، ص40

4-2- سمات السلوك العدواني:

- إحداه فوضى في الصف عن طريق الضحك والكلام
- التهريج في التصرفات.
- الاحتكاك بالمتعلمين وعدم الاحترام.
- العشاء والتحدي.
- التدافع القوي والحاد فيما بينهم.
- استعمال الألفاظ البذيئة.
- عدم الإصغاء الآخرين.¹

5-2- أسباب السلوك العدواني:

تم تقييم العوامل المسببة للسلوك العدواني إلى عدة أقسام وهي:

2-5-1- العوامل البيولوجية: يتسم السلوك البشري السوي بالضبط البيوكيميائي، بمعنى أن ثمة صورة واضحة عن أثر الفيزيولوجيا على السلوك التكيفي تبدو في جهاز الغدد الصماء، وهو عبارة عن شبكة محطات الهرمون التي تفرز المواد البيوكيميائية بمثابة ما يسترز جهاز الغدد بوجه عام، نظرا لما تفرزه من هرمون يؤثر في الوظائف السيكلولوجية.

2-5-2- العوامل الفيزيولوجية:

لم تستطيع البحوث التدريبية إقامة الدليل الكافي على صحة التصور القائل بوجود علاقة مباشرة بين الناحية الفيزيولوجية والعدوان المتمثل في افتراض الانتقال الوراثي للعدوان عبر الأجيال، قول بوجود أساس فطري للعدوان، ومسؤولية أجزاء معينة في المخ كالمهاد عن السلوك العدواني، إلا أن استقراء ما توصلت إليه البحوث من نتائج في هذا الشأن يشير إلى علاقة غير مباشرة بين النواحي الفيزيولوجية والعدوان، إن الجهاز السمفاوي (أحد أجزاء الجهاز الهضمي الذاتي) مسؤول عن رفع مستوى الاستثارة الفيزيولوجية وتعبئة طاقات الفرد لمواجهة حالات الطوارئ بما فيها الاستعداد للعدوان، فإن التفاوت في مستوى نشاط هذا الجهاز لدى الأفراد يتبعه بالضرورة تباين في استعداد كل منهم للعدوان.

¹سعيدون محمد لمين، مذكرة الإرشاد التربوي في التخفيض من السلوك العدواني، ص64

2-5-3- العوامل الطبيعية:

يتأثر العدوان بالظروف الطبيعية السائدة في البيئة مثل الضوضاء، المناخ وغيره في فالضوضاء تجعل الفرد مهيناً للاستجابة العدوانية من خلال تأثيرها في بعض وظائفه الحيوية (السمع، نبض القلب) فضلاً عن إثارتها الشعور بالانزعاج والتوتر

2-5-4- العوامل النفسية:

أشارت العديد من المراجع إلى أن هناك العديد من الخبرات غير السائدة أو الخبرات البغيضة الذي يمكن أن تثير السلوك العدواني ومن بين أهمها ما يلي

-الشعور بالألم

-المهاجمة أو الإهانة الشخصية

-الإحباط

-الشعور بعدم الراحة.¹

-الاستثارة.²

2-5-4-1- الشعور بالألم: أشار ليونارد بركوفتر (1919) إلى أن الشعور بالألم سواء نفسي أو بدني يمكن أن يحرض على المزيد من الجوانب الانفعالية وبالتالي إمكانية حدوث السلوك العدواني

وفي المجال الرياضي يمكن ملاحظة ذلك عند إصابة لاعب لمنافسه

إصابة بدنية أو محاولة إصابته نفسياً عن طريق السخرية منه وشعور هذا المنافس بالألم البدني أو النفسي فقد يمكن توقع استجابة هذا المنافس بصورة عدوانية اتجاه اللاعب المتسبب في حدوث هذا الألم.

كما يدخل في إطار ذلك شعور اللاعب بالألم الناتج عن الإجهاد أو الإرهاق الذي قد يدفعه إلى ارتكاب السلوك العدواني .

2-5-4-2- المهاجمة أو الإهانة الشخصية:

عندما يهاجم أو يهان شخص ما فإنه قد يكون في موقف مثير أو مشجع على السلوك العدواني اتجاه الشخص الذي قام بمهاجمته أو إهانته في ضوء “ العين بالعين و سن بالسن والبادئ أظلم”

وقد نجد في المجال الرياضي بعض أنواع السلوك العدواني من بعض اللاعبين ضد منافسيهم كنتيجة لمهاجمتهم بعنف من هؤلاء المنافسين أو كنتيجة لشعورهم بالإهانة منهم.

¹. هشام عراب فاعلية برنامج ألعاب الصيف في خفض مظاهر السلوك العدواني في قطاع غزة، غزة فلسطين، ص120
². هشام عراب، فاعلية برنامج ألعاب الصيف في خفض مظاهر السلوك العدواني في قطاع غزة، مرجع سابق، ص120

2-4-5-3- الإحباط:

يقصد بالإحباط إعاقة الفرد عن محاولة تحقيق هدف ما وأصحاب نظرية (الإحباط-العدوان) يرون أن الإحباط يؤدي إلى السلوك العدواني وقد يكون هذا السلوك العدواني موجها نحو مصدر الإحباط أو قد يتجه نحو مصدر آخر كبديل للمصدر الأصلي المسبب للإحباط وقد يلاحظ في المجال الرياضي حدوث السلوك العدواني من بعض اللاعبين كنتيجة لعدم قدرتهم على مواجهة منافسيهم أو كنتيجة لقيام منافسيهم بإعاقتهم عن تحقيق هدفهم

2-4-5-4- الشعور بعدم الراحة:

أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن الشعور بعدم الراحة مثل التواجد في أماكن مزدحمة أو مكان مغلق أو سكن غير مريح أو التواجد مع جماعة غريبة عن الفرد وغير ذلك من المواقف التي تثير لدى الفرد الضيق وعدم الراحة يمكن اعتبارها من العوامل التي تشكل نوعا من الضغوط على الفرد وبالتالي تسهم في إثارة السلوك العدواني لديه وفي ضوء ذلك ننصح بضرورة توفير الشعور براحة اللاعبين خاصة قبيل اشتراكهم في المنافسات الرياضية حتى يمكن بذلك الابتعاد عن بعض العوامل التي قد تثير السلوك العدواني لدى اللاعبين.

2-4-5-5- الإثارة والغضب والأفكار العدائية:

أشار دافيد ميرز (1997) إلى أن العوامل السابق ذكرها (الشعور بالألم أو المهاجمة أو الإهانة الشخصية والإحباط والشعور بعدم الراحة) قد تؤدي إلى الإثارة والغضب أو الأفكار أو الذكريات العدائية لدى الفرد وهو الأمر الذي قد يحدث الاستجابات العدوانية.¹

¹محمد حسن علاوي، سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة، مرجع سابق، ص 30

2-6- نظريات السلوك العدواني:

هناك بعض النظريات والافتراضات التي قدمها العديد من الباحثين لمحاولة تفسير السلوك العدواني على أنه غريزة فطرية أو استجابة للإحباط أو نتيجة لعملية التعلم أو على أساس محاولة تفريغ الانفعالات المكبوتة داخل الفرد وفيما يلي عرض موجز لأهم نظريات وافتراضات السلوك العدواني التالية:

- نظرية العدوان كغريزة
 - نظرية الإحباط -العدوان
 - نظرية التعلم الاجتماعي
 - نظرية التنفيس (تفريغ الانفعالات المكبوتة)
- 2-6-1- نظرية العدوان كغريزة:

ترجع جذور هذه النظرية إلى سيغموند فرويد الذي أشار إلى أن العدوان غريزي فطري وفي رأي فرويد هي قوى دافعة للشخصية تحدد الاتجاه الذي يأخذه السلوك. أي أن الغريزة تمارس التحكم الاختياري للسلوك عن طريق زيادة حساسية الفرد لأنواع معينة من المثيرات وقد افترض فرويد أن الإنسان يولد ولديه صراع بين غريزة الحياة والموت. ومن المشتقات الهامة لغريزة الحياة الغريزة الجنسية. كما أن غريزة العدوان تعتبر من المشتقات الهامة لغريزة الموت وأشار فرويد إلى أن غريزة العدوان هي قوة داخل الفرد تعمل بصورة دائمة على محاولة الفرد تدمير نفسه ونظرا لأن غريزة العدوان فطرية فإنه لا يمكن الهرب منها ولكن يمكن محاولة تعديلها والسيطرة عليها عن طريق إشباعها أو إبدالها وعلى ذلك فإن الإنسان في محاولته تدمير ذاته فإن قوى غرائز الحياة قد تفوق هذه الرغبة وعندئذ يتجه الفرد نحو موضوعات بديلة لإشباع غريزة العدوان كأن يقوم الفرد بالاعتداء على الآخرين وتدمير الأشياء.

وهذا التفسير قدمه فرويد لتفسير العدوان الدموي بين المحاربين في الحرب العالمية الأولى وفي ضوء هذه النظرية يبدو العدوان غريزة فطرية لا بد من إشباعها أو محاولة تعديلها والسيطرة عليها وفي هذا الإطار يرى بعض الباحثين أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية أو مشاهدة المنافسات الرياضية يمكن أن تسهم في إشباع أو السيطرة على هذه الغريزة.

وقد ثار حول نظرية الغرائز الكثير من الجدل وعارضها بعض الباحثين على أساس أن هذه النظرية وإن كانت تصدق على الحيوان إلا أنه يصعب تعميمها على الإنسان لأن الطفل البشري عند ميلاده يولد في جماعة ويتعلم من اللحظة الأولى حاجته للجماعة ويكتسب عن طريقها دوافع توجهه، كما أن هذه النظرية تعتبر نظرية غيبية علمية أي تقتصر إلى التفسير العلمي للسلوك. كما أشار كل من "ألدريان" و"فشر" إلى أن هذه النظرية تعمل في طياتها إمكانية عدم القدرة على السيطرة على العدوان. كما أنها تشير إلى أن طبيعة الفرد غير قابلة للتعديل أو التغيير الأمر الذي لم تؤيده العديد من الدراسات والبحوث في مجال سلوك الإنسان.¹

2-6-2- نظرية الإحباط - العدوان:

يعرف الإحباط بأنه كل ما من شأنه أن يسبب منع تحقيق هدف أو إشباع حاجة هامة لنا، وليس من الضروري أن يوجه العدوان نحو من سبب الإحباط خاصة إذا كان هذا المصدر قويا، بل نجد على العكس من ذلك، إذ ترى هذه النظرية إن العدوان الناتج عن الإحباط يمكن أن يوجه إلى أهداف بديلة، فالوالدان اللذان يشعران بالإحباط بسبب كثرة خلافتهما سوف يصيبان عدوانهما على أطفالهما والذين سوف يتحولون بدورهم إلى تفرغ انفعالاتهم على أهداف بديلة فيشدون ذيل قطنهم أو يحطمون الدمى التي يلعبون بها، وتمثل هذه الفرضية واحدة من التفسيرات السببية الكبرى للعدوان، الإحباط يحدث حالة من التحريض على العدوان وفي عام 1939 نشر دولار وميلر وبعد ذلك كلمن دوب و وماورر وسيرز أول كتاب لهما بعنوان الإحباط والعدوان، وقمنا فيه بتحليل رأي فرويد القاضي بأن الإحباط يقود إلى العدوان، وعرف الإحباط بأنه تلك الحالة التي تحدث عندما يعاق إشباع الهدف، أو هو الأثر النفسي المؤلم المترتب على عدم الوصول للهدف أو تكرار الفشل، وعرف العدوان بأنه أي تصرف يترتب عليه أي ضرر أو أذى للذات أو الآخرين أو الوسط المحيط، وهما يفترضان أن عدم تحقيق الهدف يسبب الإحباط وأن الإحباط يؤدي بدوره إلى السلوك العدواني إزاء الأشخاص أو الإشباع التي حال دون تحقيق الهدف.

2-6-3- نظرية التعلم الاجتماعي:

تفسر نظرية التعلم الاجتماعي العدوانية بأنها سلوك يتم تعلمه عن طريق ملاحظة الآخرين والاقتران بسلوكياتهم، ثم الحصول على التعزيز والتشجيع لإظهار سلوكيات مشابهة، ولقد وجد عالم النفس ألبرت باندورا 1973م أن الأطفال الذين يشاهدون النماذج من الكبار يرتكبون أعمال عنيفة، ولقد كانت هذه التغييرات أشد عندما تم تشجيع الأطفال على تقليد أفعال النماذج من الكبار. وهكذا يتضح من هذه

¹محمد حسن علاوي، سيكولوجية العدوان والعنف، مرجع سابق، ص20

النظرية أن السلوك العدواني يتم تعلمه من خلال التعزيز والمحاكاة فعلى سبيل المثال إذا قام أحد المدربين بتقديم تعزيز إيجابي للسلوك العدواني لأحد اللاعبين فإن هذا اللاعب في الغالب سيظهر نفس هذا السلوك مرة أخرى في المستقبل.

2-6-4- نظرية التنفيس (تفريغ الانفعالات المكبوتة):

يقصد بالتنفيذ في مجال علم النفس تفريغ أو إطلاق المشاعر أو الانفعالات المكبوتة عن طريق التعبير عنها أو التسامي بها الأمر الذي يؤدي إلى تفريغ أو تخفيف هذه المشاعر أو الانفعالات نظراً لأن كبتها يسبب حدوث بعض الاضطرابات النفسية والجسمية وتثير نظرية التنفيس إلى أن السلوك العدواني ما هو إلا تفريغ للانفعالات المكبوتة لدى الفرد الأمر الذي يؤدي إلى الإقلال من المزيد من العدوان، في حين أشارت بعض الدراسات الأخرى إلى أن السلوك العدواني -في ضوء هذه النظرية- يمكن أن يؤدي إلى خفض العدوانية وفي بعض الأحيان يؤدي إلى المزيد من العدوان.¹

2-7 مظاهر السلوك العدواني:

تختلف صور التعبير عن العدوان باختلاف السن والثقافة وأسلوب التربية والتكوين النفسي والنمط الخفي الذي نشأ عليه الفرد، ويتمثل العدوان في صور متعددة منها:

ما يظهر على قسماات الوجه مثل: التهجم، العبوس، الاحمرار، النظرات الغاضبة

2-7-1 من خلال الفم مثل العض، البصق، إصدار أصوات الاحتقار، التهديد

2-7-2 من خلال الجسم مثل الارتداء على الأرض، الرفس، الإغماء، الدفع، الخدش شد الشعر

2-7-3 من خلال الصور اللفظية مثل: الصراخ، الألفاظ الجارحة، اللوم والنقد.

2-7-4 من خلال الصور المعنوية مثل: الانتقام، المخالفة، الإهمال من خلال اللامبالاة

2-7-5 خلال الأفعال العدوانية العلنية مثل: الضرب، الدفع، التشاجر، أو التخريب أو أي نوع من الأساليب التي يستخدمها الأطفال مع بعضهم كتمزيق الكتب أو إخفائها أو الكتابة عليها أو الكتابة على الجدران

2.

¹ محمد حسن علاوي، نظرية العدوان والعنف، مرجع سابق، ص 21 و22
² دهباشم غراب، فاعلية برنامج ألعاب الصيف في خفض مظاهر السلوك العدواني في قطاع غزة، مرجع سابق، ص 126

خلاصة:

نستخلص مما سبق ذكره في هذا الفصل أن السلوك العدواني تسبب فيه عدة جوانب وعدة مؤثرات سواء كانت نفسية اجتماعية، ما إن توفرت تساهم في وجود سلوكات عدوانية عند التلاميذ خاصة إذا ما تكلمنا عن المراهقين الذين تكون قابليتهم لمثل هذه السلوكات أكبر، وعليه فإنه يتوجب تحديد الأسباب الحقيقية التي تتبع بالمراهقين لسلك تصرفات عدوانية من أجل معالجتها وقبل ذلك الوقاية منها باعتبار أن الوقاية أفضل من العلاج.

كما انه لا ينبغي أن نعطي الأشياء أكثر مما تستحق فهناك فترات أين يظهر فيها هذا النشاط الزائد في سلوك الأفراد وما يترتب عليه لذا وجب معرفة الكيفية المناسبة للتصرف معه بحكمة وعقلانية.

تمهيد:

مع بداية البلوغ الجنسي تنتاب الفرد تغيرات شاملة لكيانه جسمانيا وعقلانيا وانفعاليا واجتماعيا، فتتغير آرائه وميوله وتتعدل كثير من اتجاهاته وينتقل من مرحلة الاعتماد على الآخرين إلى مرحلة يحاول فيها الاعتماد على نفسه وتأكيد ذاته، ويتبع ذلك ميلا للتحرر من سلطة الكبار وإلى الاستقلال بأفكاره وشؤونه، وتكوين صداقات جديدة يحدد أفرادها بإرادته، ويبحث لنفسه عن مثل عليا ينتقيها دون الخضوع لآراء الكبار، مما يعتبر مؤشرا هاما في تحديد سلوكه الاجتماعي في الحاضر والمستقبل غير أن الفرد لا يتعلم ذلك الاستقلال فجأة، وإنما يتلمس طريقة ما بين اللين مرة والتشدد مرة أخرى، وما بين مشاوير ومستبد، لهذا يلزم الآباء والمعلمين وكل من يتعامل مع المراهقين أن يتفهموا خصائص تلك المرحلة (مطالبها ومظاهرها ومشاكلها) لكي لا يصطدموا بهم، ولكي يحسنوا توجيههم ولينجحوا في التعامل معهم. وتبدأ بعض العائلات اندهاشها من كثرة الحديث عن مشاكل المراهقين، وتقرر أنها لم تشعر أبدا بمثل تلك المشاكل ويكمن السبب في أنهم تفهموا خصائص أبنائهم في تلك السن وتقبلهم قبولاً حسناً وتعاملوا معهم بواقعية ومودة.

ومن هذا المنبر ارتأينا في هذا الفصل التطرق إلى مفهوم المراهقة، وأطوار المراهقة، وخصائص الفئة العمرية (12-15) سنة ومشاكل المراهقة المبكرة، حتى يتسنى لنا الإلمام بجميع جوانب الموضوع.

3-1- مفهوم المراهقة :

لغة:

إن كلمة المراهقة مشتقة من فعل راهق بمعنى لحق أو دنى، فهي تفيد الاقتراب والذنو من اللحم، فالمراهقة بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من اللحم واكتمال النضج حسابا في المعجم الوسيط مايلي الغلام الذي قارب اللحم والمراهقة، هي الفترة الممتدة من بلوغ اللحم إلى سن الرشد.

اصطلاحا:

يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يتم فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني و الجنسي والعقلي والنفسي ولفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا وجسما وعقليا، ومن مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة وأيضا هي القدرة الانتقالية الانفعالية بين الطفولة والرشد و التي تتميز بعدد من التغيرات الجسمية بالإضافة إلى التغيرات الوجدانية، أما الأصل اللاتيني فيرجع إلى كلمة "DOPESCERE" تعني التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي والعاطفي أو الوجداني أو الانفعالي ويشير ذلك إلى حقيقة مهمة وهي أن النمو ينتقل من مرحلة إلى مرحلة مفاجأة، ولكنه تدريجي ومستمر ومتصل فالمراهقة لترك عالم الطفولة ويصبح مراهقا بين عشية وضحاها ولكنه ينتقل انتقالا تدريجيا ويتخذ هذا الانتقال شكل نمو و تغير في جسمه وعقله ووجدانه فالمراهقة تعد امتدادا لمرحلة الطفولة وإن كان هذا لا يمنع من امتيازها بخصائص معينة تميزها عن مرحلة الطفولة ولهذا فهي مرحلة حساسة ومهمة جدا مما يستوجب معرفة خصائصها وحاجاتها كي يتجنب انحرافها

التعريف الإجرائي للمراهقة:

هي مرحلة انتقالية ما بين الطفولة والرشد تمتد غالبا ما بين 11 إلى 21 سنة، تعتبر من أصعب مراحل العمر مما يصاحبها من تغيرات فيسيولوجية وعقلية و نفسية نتيجة ضغوط قد تفرضها الأسرة كأساليب التربية الخاطئة الفراغ الروحي إضافة إلى ضغوطات اجتماعية كجماعة الرفاق، المدرسة، الحي إلخ¹.

3-2- أطوار المراهقة:

بعوش خالد و سعيدي أمين دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية المهارات الحركية لدى تلاميذ مرحلة التعليم
مذكورة ماستر، قسم التدريب الرياضي، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة أكلي¹المتوسط(12-15)،
محدد أولحاج، البويرة، 2012-2013، ص14

مرحلة المراهقة المبكرة: ويطلق عليها أيضا اسم المراهقة الأولى وهي تبدأ من سن 12 إلى 14 سنة من العمر و تمتد هذه الفترة من بداية البلوغ إلى ما بعد وضوح السمات الفيزيولوجية الجديدة بعام تقريبا، وهي فترة تتسم بالاضطرابات المتعددة، حيث يشعر المراهق خلالها بعد الاستقرار النفسي والانفعالي وبالقلق والتوتر وبحدة الانفعالات والمشاعر المتضاربة، وينظر المراهق إلى الآباء والمدرسين في هذه الفترة على أنهم رمز لسلطة المجتمع مما يفعله يبتعد عنهم ويرفضهم ويدفعه إلى الاتجاه نحو رفاقه وصحابته الذين يتقبل آرائهم ووجهات نظرهم ويقلدها في أنماط سلوكهم.

فهذه المرحلة تعتبر فترة تقلبات عنيفة وحادة مصحوبة بتغيرات في مظاهر الجسم وظائفه، مما يؤدي إلى الشعور بعدم التوازن ومما يزيد الأمر صعوبة ظهور الاضطرابات الانفعالية المصاحبة للتغيرات الفيزيولوجية، ووضوح الصفات الجنسية الثانوية وضغوط الدوافع الجنسية التي لا يعرف المراهق كيفية كبح جماحها أو السيطرة عليها¹

مرحلة المراهقة الوسطى:

وهي تبدأ من سن 14 إلى 17 سنة من العمر وفيها يشعر المراهق بالنضج الجسمي والاستقلال الذاتي نسبيا، كما تتضح له كل المظاهر المميزة والخاصة بمرحلة المراهقة الوسطى.²

ويتميز المراهق في هذه الفترة بالخصائص التالية:

-النمو البطيء

-زيادة القوة والتحمل

-التوافق العضلي والعصبي

المقدرة على الضبط والتحكم في الحركات.³

مرحلة المراهقة المتأخرة

تبدأ من سن 17 إلى سن 21-20 سنة من العمر، وتعتبر هذه المرحلة في بعض المجتمعات مرحلة الشباب⁴، وهي كذلك فترة يحاول فيها المراهق لم شتاته ونظمه المبعثرة ويسعى خلالها إلى توحيد جهوده من أجل إقامة وحدة متألفة من مجموع أجزائه ومكونات شخصيته.

¹رمضان محمد القذافي، علم النفس الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية الحديثة، الإسكندرية، ص 353-354

²عبد الرحمن الوافي وزيان سعيد، النمو من الطفولة إلى المراهقة، الخنساء للنشر والتوزيع دون تاريخ، ص 55

³أكرم زاكي خطايبية، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، الطبعة 1، دار الفكر، عمال، 1997، ص 72-73

⁴عبد الرحمن الوافي وزيان سعيد، النمو من الطفولة إلى المراهقة، مرجع سابق، ص 59

ويتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالاستقلال، وبوضوح الهوية، وبالالتزام، بعد أن يكون قد استقر على مجموعة من الاختيارات المحددة.¹

3-3- خصائص الفئة العمرية من 12-15 سنة (مرحلة التعليم المتوسط)

3-3-1- النمو الجسمي:

يتميز هذا النمو في بداية المراهقة بعدم الانتظام والسرعة فهناك ارتفاع مطرد في قامته واتساع منكبيه، اشتداد في عضلاته واستطالة ليديه، وقدميه، وخشونة صوته والطلائع الأولى للحية والشارب من الشعر الذي يوجد في مواضيع مختلفة من جسمه علاوة على الإفرازات المنوية، إلى جانب، إلى جانب التغيرات الفيزيولوجية كانهخفاض معدل النبض بعد البلوغ والارتفاع للضغط الدموي وانخفاض استهلاك الجسم الأكسجين. التخاذل وعدم القدرة على بذل المجهود البدني الشاق. وتصاحب هذه التغيرات الاهتمام الشديد للجسم، والشعور بالقلق نحو التغيرات المفاجئة للنمو الجسمي للحساسية الشديدة للنقد مما يتصل بهذه التغيرات محاولات المراهق التكيف معها.²

3-3-2- النمو العقلي

الوظائف العقلية المختلفة التي تنظم البناء العقلي للطفل يغشاها التغير والنمو وذلك كلما تقدم الطفل في مراحل العمر المختلفة حتى يصل إلى مرحلة المراهقة ونجد هذه التغيرات المتمثلة واضحة للعيان في هذه الفترة في كل الوظائف العقلية ولا شك إن النمو العقلي للمراهق يعتبر عاملا محددًا في تقدير قدراته العقلية ويساعد هذا على أن يفهم المراهق نفسه أو يستفيد بما ينتظم شخصيته من ذكاء وقدراته عقلية مختلفة ومن السمات الشخصية والاتجاهات والميول...³

كما أن النمو يساعد من يقوم على تنشئة المراهق بتنشئة وما لديه هذه الإمكانيات الشخصية ومن أبرز مظاهر النمو العقلي في مرحلة المراهقة أن الذكاء يستمر ولكن لا تبدو فيه الطفرة

¹ رمضان محمد ألقذافي، علم النفس الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص 357

² مجدي أحمد عبد الله، النمو النفسي بين السواء والمرض، دار المعرفة الجامعية للتوزيع والنشر، 2003، ص 256

³ مجدي أحمد عبد الله، النمو النفسي بين السواء والمرض، مرجع سابق، ص 257

التي تلاحظ على النمو الجسمي بل يستمر النمو بالنسبة للبناء العقلي للمراهق بهدوء، ويصل الذكاء إلى اكتمال نضج في بين 15-18 سنة وذلك بالنسبة لغالبية أفراد المجتمع إما المتفوقين أو الأذكياء فإن نسبة ذكائهم تتفوق فيما بين سن 20-21 سنة ولكن بالرغم من توقف نسبة الذكاء في هذا السن إلا أن هذا لا يمنع الإنسان من التعلم والاكساب فهو يكتسب خبرات جديدة طوال حياته وتصبح القدرات العقلية أوضح ظهوراً في مرحلة المراهقة. ومن هذه القدرات العددية القدرة على التصور البشري المكاني، القدرة على التعلم، وكذا اكتساب المهارات الحركية وغير الحركية.

كما ينمو الإدراك والانتباه والتذكر والتخيل والتفكير.... الخ وتزيد القدرة على التخيل و يظهر الابتكار، ويميل المراهق إلى التعبير عن نفسه وتسجيل ذكرياته في مذكرات خاصة به كما يبدو هذا في اهتمامه لأنشطة مختلفة.¹

3-3-3- النمو الانفعالي:

تعتبر مرحلة الطفولة المتأخرة مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي. ولذلك يطلق عليها مرحلة الطفولة الهادئة، في بدايتها يبرز الميل للمرح وتنمو لديه الاتجاهات الوجدانية ومظاهر الثورة الخارجية، ويتعلم كيف يتنازل عن حاجاته العاجلة التي تغضب والديه وتعتبر هذه المرحلة تمثيل الخبرات الانفعالية التي مر بها الطفل وتلاحظ لديه بعض الأعراض العاطفية، وإلى ماذا تعرض الطفل في هذه المرحلة إلى الشعور بالخوف وعدم الأمن أدى ذلك إلى القلق الذي يؤثر تأثيراً قوياً على النمو الفيزيولوجي والعقلي والاجتماعي للطفل، لقد قرر كثير من العلماء النفس أن المراهقة تتسم بالتوتر الانفعالي والقلق والاضطراب أو هي فترة تتسم بتقلبات انفعالية عنيفة تحدد ملامحها بالثورة والتمرد على الوالدين والمحيطين به، تذبذب بين الانفعال الشديد والتبديل أو الهدوء الزائد، التناقض الواضح في انفعالاته بين الواضح والحزن والانقباض والتهيج، وتفسير ذلك أنه في مرحلة المراهقة يكون الفرد قد انتقل جزئياً من حياة الطفولة ودخل جزئياً إلى مرحلة أخرى وهي حياة الراشدين.

وتبعاً لمفهوم الكبار وملاحظاتهم فإن التعبير الانفعالي عند المراهقين دائماً يكون غير ملائم فهو تعبير يتسم بأنه شديد وقوي، صارخ بنسبة تفوق الواقع والمقبول وهو تعبير شديد وكثيف، فالمثير

¹مجدي أحمد محمد عبد الله، النمو النفسي بين السواء والمرض، مرجع سابق، 257

- البسيط الخفيف يثير فيهم عاطفة مدوية من الضحك أو ثورة صاحبة من الغضب ولقد وصف HURLOCK انفعالات المراهقين كالتالي:
- عدم الثبات الانفعالي وقلة دوامها
 - عدم ضبط أو نقص القدرة على التحكم في انفعالاته بشكل واضح.
 - الشدة والكثافة.
 - نمو عواطف نبيلة مثل الوطنية والولاء والوقار، وكذلك نمو نزعات دينية صوفية.
- 3-3-4- النمو الاجتماعي:**

يأخذ النمو الاجتماعي في هذه المرحلة شكلا مغايرا لما كان عليه في فترات العمر السابقة، فبينما نلاحظ اضطراب النمو الاجتماعي للطفل منذ ولادته، ومنذ ارتباطه في السنوات الأولى بذات، التي تتمثل فيها جميع مقومات حياته، فهي مصدر غذائه ومصدر امنه وراحته وهي الملجأ الذي يحتضنه، او بمعنى أدق هي الدنيا كاملة بالنسبة له.. ثم اتساع دائرة الطفل الاجتماعية لتشمل الأفراد الآخرين في الأسرة ثم الأقارب و أطفال الجيران.. وهكذا إلا أن هذه العلاقات جميعها تكون داخل الدائرة الاجتماعية التي تمثل الأسرة وارتباطاتها، ولا يخرج الطفل عن هذه الدائرة الاجتماعية، ويخرج الطفل عن هذه الدائرة ليكون لنفسه ارتباطات خاصة خارج نطاق الأسرة إلا في فترة المراهقة.¹

وحتى عندما يخرج الطفل خارج البيت ليلعب مع أطفال الجيران. نجد أن صلته بالبيت تضل موجودة باستمرار حتى أثناء لعبه فأى شجار يحدث بين الأطفال إنما يحسمه الكبار .. الأب أو الأم أو غيرهما من كبار أفراد الأسرة، وعند أي اعتداء يقع على الطفل فإنه يهرع إلى البيت شاكيا، وتنتهي مشكلته بمجرد أن تربت الأم على كتفيه، أو تأخذه في أحضانها وتمسح له دموعه.

تتكون علاقات من نوع جديد تربط المراهق بغيره وبجماعات معينة يشد ويزداد ولائه، وتكون هذه العلاقات والارتباطات - في العادة - وهذا على حساب اندماجه للأسرة وإحساسه بالأمن وبراحة. تقوي رغبة المراهق في الاستقلال والتحرر من سلطة الأبوين والكبار عموما كما تزيل رغبته في أن يعامل معاملة الشخص الكبير، ومن ثم يجب أن يسر على معاملته للكبار على معاملته

¹هدى محمد قناوي، سيكولوجية المراهقة، دار الفكر للطباعة والنشر، بدون سنة، ص19

للأطفال ويزيد من لجوئه إلى الجماعات الأخرى التي تؤكد ذاته وتعامله على المساواة ومن انتماءه إليها.

وهناك خصائص اجتماعية بارزة تميز المراهق، تعلقه بفرد تتمثل فيه صفات زعمائه والمثل العليا وهذا هو سبب تسمية هذه المرحلة -مرحلة المراهقة- بمرحلة عبادة الأبطال.¹

3-3-5- النمو الجنسي:

من أهم التطورات التي تظهر على أن المراهق يوجد في موقف خطر أو أنه يمشي بخطوات سليمة وحذرة للخروج من هذه المرحلة التي يبدأ فيها العمل الغريزي الجنسي.

وهذا يظهر على المراهق نوع من الميل إلى التجميل قصد لفت الانتباه إلى الجنس الآخر وهو بذلك في بحث دائم عن رفيق من الجنس الآخر، وهذا هو أصعب الأمور لأن الغرض هو التلذذ والظهور وليس الغرض قصد آخر وهذه الغريزة هي التي تجعله يندفع وراء الانفعال وسلوكات غير مستحبة لا عند المجتمع ولا عند الطرف الآخر... ونتيجة الحتمية أن المراهق يقع في حالة الرفض للكبت فيظهر في شكل آخر، التزمت الديني ونبذ المجتمع وبالأحرى الجنس الآخر وإما الهروب إلى بعض التعرضات الجنسية كالاستمناء أو ربما إلى البحث عن اللذة مغايرة المظهر متطابقة المضمون.²

3-3-6- النمو الحركي:

في بدء مرحلة المراهقة ينمو الجسم نموا سريعا "طفرة النمو" فينتج عن هذا النمو السريع غير المتوازن ميل المراهق لأن يكون كسولا خاملا قليل النشاط و الحركة، وهذه المرحلة على خلاف المرحلة السابقة (الطفولة المتأخرة) التي كانت يتميز فيها الطفل بالميل للحركة والعمل المتواصل وعدم القابلية للتعب وذلك لأن النمو خلال الطفولة المتأخرة يسير في خطوات معتدلة، فالمراهق في بدء هذه المرحلة يكون توافقه الحركي غير دقيق، فالحركات تتميز بعدم الاتساق فنجد إن المراهق كثير الاصطدام بالأشياء التي تعترض سبيله أثناء تحركاته وكثيرا ما تسقط من بين يديه الأشياء التي يمسك بها.³

¹مجددي أحمد محمد عبد الله، النمو النفسي بين السواء والمرض، مرجع سابق، ص259

²مجددي أحمد محمد عبد الله، النمو النفسي بين السواء والمرض، مرجع سابق ص 259

³هدى محمد قناوي، سيكولوجية المراهقة، مرجع سابق، ص29

ويساعد على عدم استقراره الحركي التغيرات الجسمية الواضحة والخصائص الجنسية الثانوية التي طرأت عليه، وتعرضه لنقد الكبار وتعليقاتهم وتحمله العديد من المسؤوليات الاجتماعية، مما يسبب له الارتباك وفقد الاتزان، وعندما يصل المراهق قدرا من النضج تصبح حركاته أكثر توافقا وانسجاما، فيزداد نشاطه ويمارس المراهقون تدريبات رياضية محاولين إتقان بعض الحركات الرياضية التي تحتاج إلى الدقة والتأزر الحركي مثل العزف على الآلات الموسيقية وبعض الألعاب الرياضية المتخصصة والكتابة على الآلة الكاتبة¹.

¹ هدى محمد قناوي، سيكولوجية المراهقة، مرجع سابق، ص29

4-3-4- مشاكل المراهقة المبكرة :

تتميز مرحلة المراهقة المبكرة بالفوضى والتناقض فيبحث الفرد عن هوية جديدة، يحاول تجاوز هذه الأزمات والتأثرات بالرياضة والأعمال الفنية، في أول الأزمة تبدأ ببطء ثم تنفجر، ويعود سببها إلى الإحساس بالخوف والخجل والخطأ فهي مرتبطة بمستوى الذكاء كما يمكن إرجاع هذه المشاكل لعدة عوامل من بينها عوامل نفسية كالعزلة وعوامل اجتماعية كعدم الامتثال للمجتمع (العنوانية) وقد يكون يبحث أيضا على الامتثالية فيتجنب العادات والذات فيكون له القلق وهذا نجده عند الشباب وسنلخص أهم هذه العوامل في النقاط التالية.¹

3-4-1- المشكلات النفسية:

من المعروف أن هذه المشاكل قد تؤثر في نفسية المراهق انطلاقا من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التحرر والاستقرار وثورته لتحقيقه بشتى الطرق و الأساليب، فهو لا يخضع لقيود البيئة وتعاليم وأحكام المجتمع وقيمه الخلقية والاجتماعية بل أصبح يحمص الأمور ويناقشها ويزينها بتفكيره وعقله، وعندما يشعر المراهق بان البيئة تتسارع معه ولا تقدر مواقفه ولا تحس بأحاسيسه الجديدة لهذا فهو يسعى دون قصد في انه يؤكد بنفسه وثورته وتمرده وعناده، فإذا كانت كل من المدرسة والأسرة والأصدقاء لا يفهمونه ولا يقدرون قدراته ومواهبه ولا يذكر ويعترف الكل بقدرته وقيمه.

3-4-2- المشكلات الصحية:

إن المتاعب التي يتعرض لها الفرد في سن المراهقة هي السمنة، إذ يصاب المراهقون بسمنة بسيطة مؤقتة ولكن إذا كانت كبيرة فيجب العمل على تنظيم الأكل والعرض على طبيب مختص، فقد تكون وراءها اضطرابات شديدة في الغدد، كما يجب عرض المراهقين على انفراد مع الطبيب النفساني للاستماع إلى متاعبهم وهو في ذاته جوهر العلاج لأن عند المراهق أحاسيس خاطئة ولأن أهله لا يفهمونه.²

3-4-3- المشكلات الانفعالية:

إن العامل الانفعال في حياة المراهق يبدو واضحا في عنف انفعاله وحدتها واندفاعاتها، وهذا الاندفاع الانفعالي ليس أساسية نفسية خالصة، بل يرجع ذلك إلى التغيرات الجسمية، فإحساس

¹ خليل ميخائيل عوض، مشكلات المراهقة في المدن والريف، دار المعارف، مصر، 1971، ص72

² خليل ميخائيل عوض، مشكلات المراهقة في المدن والريف، مرجع سابق، ص 72

المراهق ينمو وشعوره بأن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجل وصوته قد أصبح خشنا فيشعر المراهق بالزهو والافتخار وكذلك يشعر في الوقت نفسه بالحياء والخجل من هذا النمو الطارئ.

3-4-4- المشكلات الاجتماعية:

يحاول المراهق أن يمثل رجل المستقبل، امرأة المستقبل، بالرغم من وجود نضج على مستوى الجسم، وإلا أن تصرفاته تبقى غير ناضجة، وهذا التصادم بين الراغبين يؤدي إلى عدة مشاكل نفسية ويمكن أن نبرز السلوك الاجتماعي عند المراهق مايلي:

إن الفترة الأولى من المراهقة يفضل فيها العزلة بعيدا عن الأصحاب، وهذه نتيجة لحالة القلق أو الانسحاب من العالم المحيط به والتركيز على تمديد الذات والسلوك الانفعالي المرتبط بمجموعة محدودة غالبا ما تكون من نفس الجنس، أما في منتصف هذه الفكرة يسعى المراهق أن يكون له مركز بين الجماعة وذلك عن طريق القيام بأعمال تثبت الانتباه للحصول على الاعتراف بشخصيته.¹

3-4-5 - مشاكل الرغبات الجنسية:

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد بالجنس الآخر، ولكن التقاليد في مجتمعه تقف حائلا دون أن ينال ما ينبغي، فعندما يفصل المجتمع الجنسية فإنه يعمل على إعاقة الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق اتجاه الجنس الآخر وإحباطها، وقد يتعرض لانحرافات وغيرها من السلوك المنحرف، بالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى أساليب ملتوية لا يقرها المجتمع كعكاسة الجنس الآخر للتشهير بهم أو الغرق في بعض العادات والأساليب المنحرفة.²

3-5- دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المراهق:

تتميز الدوافع بالطابع المركب نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية ومجالاتها، والتي تحفز المراهق بالممارسة وأهميتها ذلك بالنسبة للفرد الرياضي أو بالنسبة للمجتمع الذي يعيش فيه فلكل فرد دافع يحثه على القيام بعمل ما ولقد حدد الباحث "رويدك" أهم الدوافع المرتبطة بالأنشطة الرياضية وقسمها إلى قسمين:

¹ نعمي عادل وآخرون، أهمية المراقبة الطبية والصحية لدى لاعبي كرة القدم فئة أصغر، مذكرة ليسانس، كلية العلوم الاقتصادية والعلوم التجارية وعلوم التسيير، قسم الإدارة والتسيير الرياضي، جامعة المسيلة، 2008، ص 95-96

² نعمي عادل، أهمية الطبية والصحية لدى لاعبي كرة القدم فئة أصغر، مرجع سابق، ص 95-96

●دوافع مباشرة:

- الإحساس بالرضى والإشباع بعد نهاية النشاط العضلي نتيجة الحركة.
- المتعة الجماعية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.
- الاشتراك في التجمعات والمنافسات الرياضية.

●دوافع غير مباشرة:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة الرياضة
- الإحساس بضرورة الدفاع عن النفس، إنقاص الوزن الزائد.
- الوعي بالشعور الاجتماعي إذ يرى المراهق وجوب المشاركة في الأندية والسعي للانتماء للجماعة والتمثيل الرياضي
- تحقيق النمو العقلي والنفسي.¹

3-6- دور الرياضة في مرحلة التعليم المتوسط:

الإنسان عبارة عن وحدة متكاملة عقلا وجسما، ووجدانا، فلا يستطيع القيام بتجربة حركية لوحدها بل لابد من عملية التفكير والتنسيق بين ذلك من الفعال والتصرف إزاء هذا الموقف أصبحت الرياضة تهدف للتنمية لدى الناشئ تنمية الكاملة من الناحية الصحية جسما وعقلا ومن الناحية الاجتماعية والنهوض به إلى المستوى الذي يصبح به فعالا في مجتمعه ومحيطه ووطنه لذا استرعت في ذلك المراحل التي يمر بها الفرد في فترة النمو وقسمت بحيث وضعت برامج للاعتماد عليها كي يتحقق الهدف من ورائها ضمن أغراضها العامة والتي ندرجها كما يلي:

- تنمية الكفاءة البدنية

-تنمية القدرة الحركية

- تنمية الكفاءة العقلية

-تنمية العلاقات الاجتماعية

3-6-1تنمية الكفاءة البدنية:

المقصود بها الجسم السليم من الناحية الفيزيولوجية أي سلامة الجهاز الدوراني التنفسي وكذا الجهاز العصبي والعظام والمفاصل خاليا من التشوهات الجسمية أو الأمراض الوراثية المكتسبة

¹Caga- Etleill.R.Thomas:Manuel de ledenciation sport. Evigot. Paris. 1993.p 227

بالإضافة للنظام الغذائي المتوازن الجسمية بما يناسبه من تدريبات للمرحلة السنية لتقوية العضلات والمفاصل وتنمية القدرة الوظيفية للأجهزة.¹

2-6-3- تنمية الكفاءة الحركية:

تؤثر خاصة في الناحية البدنية التي تؤهل الجسم لتأدية جميع الحركات بكفاءة منقطعة النظير وأثرها ما اكتسبه الجسم من خفة ورشاقة ومرونة وقوة التحمل وسلامة آلية التنفس وغيرها من عناصر اللياقة البدنية وقدرات الدراسة وكيفية التنمية للقدرة الحركية برنامج خاص أيضا "العمر-الجنس".

3-6-3- تنمية الكفاءة العقلية:

سلامة البدن لها تأثير أكبر على الخلايا الجسمانية وتحديدتها المتواصل مما يجعل الأعضاء تقوم بدورها بشكل سليم فالقدرة على استيعاب المعلومات ونمو القوى العقلية والتفكير العميق ليأتي بصورة مرضية إلا إن كان الجسم سليما تماما حيث إن الجسم هو الوسط للتعبير عن العقل والإرادة وأن مجال الألعاب المختلفة لممارسة المهارات وطريقة اللعب والخطط المتبعة فيها تتطلب قدرا من التفكير وتشغيل العقل.

4-6-3- تنمية العلاقات الاجتماعية:

أغراضها تربية تتصف بأهداف يمكن للفرد اكتسابها عن طريق الألعاب المختلفة حيث يكتسب منها عادات وصفات خلقية حميدة "كالصبر، قوة التحمل والاعتماد على النفس، الطاعة، النظام، احترام الطرف الآخر، تقبل الهزيمة، إنكار الأنانية، المثابرة، الشجاعة، الحذر من الغير، الثقة بالنفس، التعاون مع الفريق، وحدة العمل، المسؤولية، الترابط الأسري، اتخاذ المواقف المهمة..." وغيرها من الصفات التي تعدل من سلوك الفرد وتقوم شخصيته وتهدبها هذا الشيء البسيط فقط من ممارسة النشاط الرياضي.²

7-3- التطور البدني لدى فئة المراهقين:

زعيتر بهاء الدين وآخرون، دور رياضة كرة القدم في تنمية الجانب الاجتماعي لدى المراهقين، مذكرة ليسانس، قسم الإدارة¹

زعيتر بهاء الدين وآخرون، دور رياضة كرة القدم في تنمية الجانب الاجتماعي لدى المراهقين، مذكرة ليسانس، قسم الإدارة²

والتسيير الرياضي، كلية العلوم الاقتصادية وعلوم التسيير والعلوم التجارية، جامعة المسيلة 2007، ص 16

إن رياضة المستوى العالي تتطلب تدريب إجباري وأكثر تعقيدا "مبدأ التدرج التحملي للتدريب" فيمكن طرح السؤال التالي: إلى أي حد يمكن الوصول بالمراهق بواسطة التدريب؟ إذا علمنا أن المراهقة تتميز بنمو تطور متواصل هذا النظام السريع والمتغيرات تظهر جليا هناك ثلاث عوامل تؤثر في النمو:

- عوامل محددة بعامل نضج التغيرات المورفولوجية تحت تأثير الإفرازات الهرمونية.
- عوامل ناجمة عن تدريب غير مخطط النمو العظمي الذي لا ينتج إلا أثناء وجود حمل متزن وكافي.

- عوامل ناجمة عن تدريب مخطط التعلم النسبي لبعض الحركات المعقدة.
بالنسبة للمدرب ليس من الضروري تبديل العاملين الأولين وإنما العكس يجب معرفة أي الطرق الطبيعية لتمام عملية النمو الطبيعي، فبدون تدريب خاص تتجاهل مركبات هذه الطريقة التي يمكن تعديلها بواسطة تدريب ملائم وفي أي وقت تكون أنسب.¹

¹ زعتر بهاء الدين وآخرون، مرجع سابق، ص 16

خلاصة:

من خلال ما طرح في هذا الفصل نستخلص أن الإنسان يمر بعدة مراحل في عمره وأهمها هي مرحلة المراهقة المبكرة التي تعتبر أصعب مرحلة في حياته، وذلك بما تتميز به بمتغيرات فيزيولوجية ومرفولوجية والتي لها تأثير مباشر على نفسيته والتي تنعكس بصورة واضحة في سلوكه.

ووجب على المربي أو المدرب أن يعرف خصائص واحتياجات ومتطلبات المراهق الضرورية ليحقق نموا متزنا ويكون شخصية قوية ومنتزنة في حياته.

الجانِب التَطْبِيقِي

4- تمهيد:

بعد محاولتنا تغطية الجانب النظري للبحث ،سننتقل في هذا الجزء إلى الإحاطة بالموضوع من الجانب التطبيقي والذي كنا سنقوم بدراسة ميدانية تهدف إلى تحقيق الأهداف المسطرة من قبل،ثم بعد غلق المؤسسات التربوية بسبب تفشي فيروس كوفيد 19 لم يسمح لنا الأمر بالقيام بهذه الدراسة ولهذا سوف نتطرق لأهم ما كنا سنقوم به.

4-1 المنهج:

إن البحث في الحقائق ومحاولة التوصل إلى قوانين عامة لا يكون أبداً بدون منهج واضح يلزم الباحث نفسه بتتبع خطواته ومراحله بكل دقة وصرامة ولقد كنا سنستخدم في بحثنا المنهج الوصفي الذي يهدف إلى وصف الظواهر أو إحداث أو أشياء معينة وجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها وتقدير حالاتها كما توجد عليه في الواقع وهذه البحوث تسمى بالبحوث المعيارية أو التقييمية.

والمنهج الوصفي من ناحية أخرى هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما يعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كمياً عن طريق جمع المعلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة.¹

4-2 متغيرات البحث:

_ المتغير المستقل: هو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة، أي هو الذي يؤثر في المتغير التابع (السبب)، وهو الأداة التي يؤدي التغير في قيمتها إلى إحداث التغير في قيم متغيرات أخرى، كما أنه السبب في علاقة السبب والنتيجة، ويتمثل في دراستنا هذه في الرياضات الجماعية.

_ المتغير التابع: وهذا المتغير هو نتاج العامل المستقل في الظاهرة، وهو مختلف التغيرات الناتجة من العمليات التي تعكس الأداء أو السلوك، وعلى ذلك فإن المثير هو المتغير المستقل بينما الاستجابة تمثل المتغير التابع والذي يلاحظه الباحث من خلال معالجته للظروف المحيطة بالتجربة، ويتمثل في دراستنا هذه في السلوك العدوانية.

4-3 مجتمع البحث:

وهو المجتمع الذي تجمع منه البيانات الميدانية و لكي يكون البحث مقبولاً وقابلًا للإنجاز لابد من تعريف مجتمع البحث الذي نريد فحصه، وأن توضح المقاييس المستعملة من أجل حصر هذا المجتمع. ومجتمع بحثنا في هذه الدراسة هو تلاميذ بعض متوسطات بلدية عمر ولاية البويرة.

4-4 عينة البحث:

هي ذلك الجزء من المجتمع يتم اختيارها وفق قواعد وطرق علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً، والهدف الأساسي من اختيار العينة هو الحصول على معلومات عن المجتمع الأصلي للبحث. تتمثل عينة البحث في 10% من المجتمع الأصلي للدراسة أي ما يعادل 100 تلميذ وتلميذة تم اختيارها بطريقة قصدية.

¹ - كمال أيت منصور ورايح طاهير: منهجية إعداد بحث علمي، دار الهدى للطباعة والنشر، عين مليلة، 2003، ص18.

4-5 مجالات البحث:

_ المجال الزمني:

بعد اختيارنا لموضوع دراستنا انطلقنا في الدراسة النظرية بداية من منتصف شهر جانفي إلى غاية بداية شهر أفريل 2020، أما فيما يخص الجانب التطبيقي فلم نتمكن من إتمامه بسبب غلق المؤسسات التربوية نظرا للظروف الصحية التي يعيشها العالم منذ تفشي فيروس كوفيد 19.

_ المجال المكاني:

كنا بصدد إنجاز بحثنا الميداني على مستوى بعض متوسطات بلدية عمر.

4-6 أدوات الدراسة:

_ الاستبيان: وهو عبارة عن مجموعة من الأسئلة المرتبة بطريقة منهجية يتم وضعها في استمارة لترسل أو تسلم إلى الأفراد الذين تم اختيارهم لموضوع البحث ليقوموا بتسجيل إجاباتهم على الأسئلة الواردة وإعادتها للباحث التي تخدم الأهداف التي يسعى لتحقيقها ويشترط أن تكون واضحة وتتميز بعدم التحيز، وأن تكون الألفاظ والكلمات التي تتضمنها الأسئلة بسيطة وسهلة.

كنا سنستخدم هذا النوع من أدوات البحث و المتمثل في استمارة الاستبيان الموجه للتلاميذ وذلك لجمع النتائج المحصل عليها للوصول للإجابة عن الأسئلة المطروحة في بحثنا.

4-7 الوسائل الإحصائية:

كنا سنعتمد على طريقة الإحصاء باستعمال النسبة المئوية من أجل تحليل وترجمة النتائج المحصل عليها بعد عملية تفرغ الاستمارات وفرز الأسئلة المطروحة على العينة.

_ اختبار كاف تربيع يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه للتلاميذ.

4-8 اقتراحات وفروض مستقبلية:

_ توعية التلاميذ بخطورة السلوكات العدوانية وأثرها على شخصية الفرد.

_ تشجيع التلاميذ فرديا وجماعيا وذلك لتقوية الأخوة والصداقة بينهم.

_ التركيز على الألعاب الجماعية لما لها من تأثير في تعزيز العلاقات الإجتماعية ونبذ أشكال السلوك العدواني.

_ تقديم خدمات الإرشاد النفسي في سن مبكر للتلاميذ و إدراجها في المؤسسات التربوية.

_ الاهتمام بالدراسات التي ترتبط بالرياضات الجماعية.

_ الاطلاع على كل ما هو جديد فيما يخص الحلول بالنسبة لظاهرة السلوك العدواني.

- _ إعطاء أهمية كبيرة للألعاب الجماعية في المتوسطات وذلك ببرمجة دورات رياضية لإثبات العلاقة الطيبة بين الأطفال.
- _ الانخراط في الألعاب المدرسية ليكون الاحتكاك ولبروز الروح الجماعية والخلقية.
- _ برمجة أكثر من حصة في الأسبوع وتمديد الوقت المبرمج للألعاب الجماعية.
- _ يجب على الأساتذة البروز بالسلوك الجيد لان الطفل يراقب ويحب التقليد والامتثال وليكون له مثال عن السلوك.
- _ تشجيع الطفل على الالتحاق بالجمعيات الرياضية والأندية لممارسة الأنشطة الرياضية التي يميلون إليها.
- _ تقديم دروس نظرية لتبيين قيمة الألعاب الجماعية ليس كهوية وإنما من الناحية الخلقية والاجتماعية.
- _ على الأستاذ أن يعرف كيف يفرض الانضباط في الحصة من خلال محاولة التنسيق بين حاجات الطفل أو التلميذ للترفيه والترويح عن النفس وبين وجوب احترام قواعد اللعبة والنشاط وعدم تجاوز حدود الغير.

خاتمة:

تمحور مضمون هذا الفصل حول منهجية البحث وإجراءاته الميدانية التي قمنا بها متماشية مع طبيعة البحث العلمي و متطلباته، حيث تطرقنا إلى المنهج المتبع في البحث ثم متغيرات البحث ثم مجتمع و عينة البحث ثم مجالات البحث والأدوات المستعملة وأهم الاقتراحات والفروض المستقبلية.

وفي الأخير نستخلص من هذه الدراسة أن للرياضات الجماعية دور في التقليل من السلوكات العدوانية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط (12_15 سنة)، حيث أنها تغرس فيهم بعض الصفات النبيلة التي يجب على الإنسان أن يتحلى بها، كما أنها تكسبهم بعض السمات الشخصية التي تجعلهم يحسنون المعاملة، تعلم النظام، الاحترام، التعاون وعدم الاعتداء على الغير مهما كان.

البيبلوغرافيا:

المراجع باللغة العربية:

- 1_ أكرم زاكي خطابية ،المناهج والمعاصرة في التربية الرياضية الطبعة دار الفكرة عام 1997.
- 2_ أكرم زكي خطابية موسوعة الحديثة ،دار الفكر العربي 2002.
- 3_ الكابتن رعد محمد عبد ربه ،الرياضات الكروية كرة السلة كرة الطائرة كرة اليد كرة المضرب ورياضيات أخرى، عمان، دار الجنادرية للنشر و التوزيع 2010.
- 4_ بن عليّة صدام دور ممارسة الرياضات الجماعية في تنمية روح التماسك لدى التلاميذ الطور الثاني مذكرة ماستر أكاديمي، جامعة محمد بوضياف المسيلة معهد علوم وتقنيات البدنية والرياضية 2016-2017.
- 5_ بعوش خالد، سعدي أمين، دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية المهارات الحركية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط مذكرة ماستر قسم التدريب الرياضي معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة أكلي محند اولحاج البويرة 2012-2013.
- 6_ خليل ميخائيل عروض مشكلات المراهقة في المدن والريف دار المعارف مصر 1971.
- 7_ دكتور فتحي احمد هادي السقاف ، التدريب العملي الحديث في رياضة كرة اليد، مؤسسة حورس الدولية للنشر 2010.
- 8_ د.سعد جماد الجميلي ،الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكم.
- 9_ د.هشام عراب فاعلية برنامج العاب الصيف في خفض مظاهر السلوك العدواني في قطاع غزة ،غزة فلسطين.
- 10_ رمضان محمد القذافي ،علم النفس الطفولة، الإسكندرية.
- 11_ زعيتر بهاء الدين وآخرون دور رياضة كرة القدم في تنمية الجانب الاجتماعي لدى المراهقين مذكرة ليسانس، قسم الإدارة والتسيير الرياضي كلية العلوم الاقتصادية والعلوم الاجتماعية وعلوم التسيير والعلوم التجارية، جامعة المسيلة 2007.
- 12_ سعيدون محمد لمين ،مذكرة الإرشاد التربوي في التخفيض من السلوك العدوان .
- 13_ عبد الرحمان الوافي وزيان السعيد النمو من الطفولة إلى المراهقة الحنساء للنشر والتوزيع دون تاريخ.

- 14_ عبد الستار جبار الضمد، العدوانية عند الأطفال (مفهوم العلاج) عمان، دار البداية ناشرون وموزعون 2016، الطبعة الأولى 2017.
- 15_ عبد السلام محمد الشناق، رياضات الألعاب الجماعية، الطبعة 2012م.
- 16_ عبد الحفيظ واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهقين ذوي صعوبات التعلم رسالة ماجستير جامعة سطيف 2، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية 2013-2014.
- 17_ كمال أيت منصور ورايح طاهير: منهجية إعداد بحث علمي، دار الهدى للطباعة والنشر، عين مليلة. 2003.
- 18_ مجدي احمد محمد عبد الله النمو النفسي بين السواء والمرض.
- 19_ محمد إبراهيم شحاتة ومجدي محمد عبد الله موسوعة الألعاب الجماعية ماهي للنشر والتوزيع ماهي للنشر والتوزيع 2016 الاسكندرية مصر.
- 20_ محمد حسن علاوي سيكولوجية العدوان والعنف والرياضة الطبعة الثانية مركز الكتاب للنشر القاهرة 2004.
- 21_ نعمي عادل وآخرون أهمية المراقبة الطبية والصحية لدى لاعبي كرة القدم لاعبي فئة أصاغر مذكرة ليسانس كلية العلوم الاقتصادية والعلوم التجارية وعلوم تسيير قسم الإدارة والتسيير الرياضي جامعة المسيلة 2008.
- 22_ هدى محمد قناوي سيكولوجية المراهقة دار الفكر للطباعة والنشر بدون سنة.
- 23_ _ وليد عبد الحي زروق وآخرون ،تأثير الألعاب الجماعية على السلوك العدواني لتلاميذ الطور المتوسط ، مذكرة ليسانس جامعة الجلفة .
- المراجع باللغة الفرنسية:**

evigot paris1993 p 227.1CAGA Aetleill.R.Thomas: Mariel de 45 le denciation sport