

جامعة ألكى محند أولحاج بالبوية
كلية علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي



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

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي
الموضوع:

دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات
النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي

دراسة ميدانية في بعض ثانويات ولاية البوية

تحت إشراف الأستاذ:
أ. قليل محمد.

. من إعداد الطالبان:
- بوبحيرة فريد.
- حديوش بلال.

السنة الجامعية: 2021/2020

شكر و تقدير

أتقدم بالشكر الكبير لله سبحانه و تعالى الذي وفقني
لانجاز هذا العمل و بعدها أتقدم بخالص عبارات
شكر و التقدير للأستاذ قليل محمد على كل
ما قدمه لنا من التوجيهات العلمية و المنهجية
لانجاز هذا البحث و الشكر موصول لكافة الأساتذة الذين قدموا
لي يد العون.

كما لا أنسى تقديم الشكر الجزيل للجنة المناقشة
على قبولها مناقشة هذه الرسالة كما أتقدم للشكر
الكبير لكل الذين قدموا لنا يد المساعدة من قريب
أو بعيد خاصة أساتذة التربية البدنية و الرياضية



اهداء

أهدي هذا العمل المتواضع
الى الوالدين أطال الله
في عمرهما و الى اخوتي
و أخواتي أمدهم الله بالصحة
و الى كل الأصدقاء و الزملاء
في الدراسة و الى كل طالب
علم أو باحث في شتى المجالات.

بوحيرة فريد

اهداء

أهدي هذا العمل المتواضع
الى الوالدين أطال الله
في عمرهما و الى اخوتي
و أخواتي أمدهم الله بالصحة
و الى كل الأصدقاء و الزملاء
في الدراسة و الى كل طالب
علم أو باحث في شتى المجالات

حديوش بلال

الصفحة	الموضوع
أ	الشكر و القدير
ب	اهداء
ج	محتوى البحث
د	قائمة الجداول
هـ	قائمة الأشكال
ط	ملخص البحث
ز	المقدمة
مدخل عام: التعريف بالبحث	
02	1_الاشكالية
02	2_فرضيات البحث
02	3_أهمية البحث
02	4_أهداف البحث
04_03	5_تحديد المفاهيم و المصطلحات
05_04	6_الدراسات السابقة و المشابهة

الجانب النظري : الخلفية النظرية للدراسة و الدراسات المرتبطة بالبحث	
الفصل الأول : الخلفية النظرية	
المحور الأول : الرياضة المدرسية	
09	_التمهيد
10	1_تعريف الرياضة المدرسية
10	1_2_الرياضة المدرسية في الجزائر
10	1_2_1_ مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر
11	1_2_2_ تاريخ تطور الرياضة المدرسية في الجزائر
11	1_2_3_ الرياضة المدرسية في الجزائر قبل الاستقلال
12_11	1_2_4_ الرياضة المدرسية بعد الاستقلال
12	1_3_أهداف الرياضة المدرسية
13	1_4_العوامل المؤثرة على الرياضة المدرسية
13	1_4_1_ تأثير البرنامج على الرياضة المدرسية
13	1_4_2_ غياب البنية التحتية
13	1_4_3_ تأثير المستوى التكويني التربوي للأستاذ
14	_الخلاصة
المحور الثاني : القدرات النفسية و الاجتماعية	
16	_تمهيد
17	2_1_تعريف النمو

17	2_1_1_1_2_ الغرض من دراسة النمو
17	2_2_2_ على الجانب النفسي
17	2_2_2_1_1_2_2_ النمو النفسي
18	2_2_2_2_ علاقة التربية البدنية و الرياضية و الرياضة المدرسية بالنمو النفسي
19_18	2_2_2_3_ الآثار النفسية للتربية البدنية و الرياضية و الرياضة المدرسية على المراهق
19	2_3_2_ على الجانب الاجتماعي
19	2_3_2_1_1_3_2_ النمو الاجتماعي
20_19	2_2_2_2_ علاقة التربية البدنية و الرياضية و الرياضة المدرسية بالنمو الاجتماعي
21_20	2_2_2_3_ الآثار النفسية للتربية البدنية و الرياضية و الرياضة المدرسية بالنمو الاجتماعي
22	2_ الخلاصة
المحور الثالث: المراقبة	
24	2_ التمهيدي
25	3_1_ مفهوم المراقبة
25	3_2_ أنواع المراقبة
25	3_1_2_1_ المراقبة الانسحابية
25	3_2_2_2_ المراقبة المنحرفة
25	3_2_3_3_ المراقبة العدوانية
26	3_3_ مميزات المراقبة
26	3_1_3_3_1_ النمو المرفلوجي
26	3_2_3_3_2_ النمو الحركي
26	3_3_3_3_3_ النمو الانفعالي
26	3_3_3_4_4_3_3_ النمو النفسي
26	3_3_3_5_5_3_3_3_ النمو الاجتماعي
27	3_3_3_6_6_3_3_3_3_ النمو العقلي

27	4_3_مشاكل المراهقة
27	5_3_ممارسة الرياضة و علاقتها بالمراهقة
28_27	6_3_الرياضة عند المراهق
29	_خلاصة
الجانب التطبيقي للدراسة الميدانية للبحث	
الفصل الثاني: منهجية البحث اجراءته الميدانية	
32	_تمهيد
33	1_4_الدراسة الاستطلاعية
33	2_4_الدراسة الأساسية
34	1_2_4_المنهج المتبع
34	2_2_4_متغيرات البحث
34	3_2_4_مجتمع البحث
35	4_2_4_عينة البحث
36_35	5_2_4_مجالات البحث
36	6_2_4_أدوات البحث
36	1_6_2_4_الاستبيان
38_37	7_2_4_الوسائل الاحصائية
39	_خلاصة
الفصل الثالث: عرض و تحليل و مناقشة النتائج	
41	_تمهيد
61_42	1_5_عرض و تحليل النتائج
63_62	2_5_مناقشة و مقابلة النتائج بالفرضيات
63	_الاستنتاج العام
64	_الخاتمة
65	_اقتراحات و فروض مستقبلية
69_66	_قائمة المراجع
76_70	_الملاحق

قائمة الأشكال

الصفحة	الشكل	الرقم
42	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (01)	01
43	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (02)	02
44	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (03)	03
45	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (04)	04
46	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (05)	05
47	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (06)	06
48	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (07)	07
49	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (08)	08
50	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (09)	09
51	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (10)	10
52	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (11)	11
53	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (12)	12
54	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (13)	13
55	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (14)	14
56	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (15)	15
57	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (16)	16
58	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (17)	17
59	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (18)	18
60	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (19)	19
61	الدائرة النسبية لتكرار الجدول رقم (20)	20

قائمة الجداول		
الصفحة	الجدول	الرقم
42	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (01)	01
43	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (02)	02
44	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (03)	03
45	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (04)	04
46	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (05)	05
47	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (06)	06
48	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (07)	07
49	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (08)	08
50	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (09)	09
51	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (10)	10
52	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (11)	11
53	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (12)	12
54	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (13)	13
55	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (14)	14
56	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (15)	15
57	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (16)	16
58	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (17)	17
59	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (18)	18
60	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (19)	19
61	جدول يمثل إجابات الأساتذة الخاصة بالعبارة رقم (20)	20

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية أي تلاميذ الطور الثانوي، من خلال:

- إظهار مدى أهمية الرياضة المدرسية وحصّة التربية البدنية والرياضية في الحفاظ على الراحة النفسية للتلاميذ بصفة عامة.

- إبراز الدور الذي تلعبه الرياضة المدرسية والتغيير الذي تحدثه على المستوى العقلي والنفسي والاجتماعي.

- معرفة مدى كفاءة التنافس الرياضي المدرسي في الحفاظ على الاستقرار النفسي والتفاعل الاجتماعي للمراهق.

حيث كان التساؤل العام: هل للرياضة المدرسية دور في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ فريضة عامة لهذا التساؤل مفادها أن للرياضة المدرسية دور في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي، وفرضيات جزئية كانت كالتالي:

- للرياضة المدرسية دور في تطوير العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- الرياضة المدرسية تساعد التلميذ في الاندماج مع الآخرين في الطور الثانوي.

- تساهم الرياضة المدرسية وتنمية مهارة ضبط النفس في الطور الثانوي.

وتم اختيار عينة للبحث تمثلت في أساتذة ثانويات ولاية البويرة، حيث بلغ عدد أفراد العينة 20 أستاذ.

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة وكفاءة للبحث استعمل الباحث الاستبيان لجمع البيانات وأخيرا توصل الباحث إلى النتائج الآتية:

- تساهم الرياضة المدرسية في تطوير العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- تساهم الرياضة المدرسية في تنمية مهارة ضبط النفس في مرحلة الطور الثانوي.

كما قام الباحث بطرح بعض الاقتراحات والفروض المستقبلية:

- إقامة الدورات الرياضية داخل المؤسسات التربوية بشكل دوري ومكثف.
- إدخال الرياضات القتالية ضمن اهتمامات المقيمين أو المشرفين على هذا النوع من المنافسات.
- توفير الإعانات المادية للمنشآت الرياضية داخل المؤسسات التربوية.
- تشجيع التلاميذ على الانضمام إلى النوادي الرياضية المدرسية وذلك عن طريق تحفيزهما على ذلك.
- توعية التلاميذ بأهمية الرياضة المدرسية لما لها من فائدة على جميع الجوانب خاصة النفسية والاجتماعية.
- إجراء بحوث تهتم بفائدة التربية البدنية والرياضية في تنمية المراهق عقليا ونفسيا.

إن طبيعة الحياة تدفع الإنسان للحركة بصفة غير مقصودة وكونه يتميز بمجموعة من الخصائص الميكانيكية المتوافقة والمرنة وذات صلة حركية تجعله في حاجة لتدريبها وخاصة في المراحل الأخرى ليتفتح انفتاحا كاملا مع تطور العصور أصبحت هذه الحركات كأنواع من النشاط الرياضي، وفي عصرنا هذا لا سبيل لإشباع هذه الطبيعة الحركية إلا عن طريق ممارسة ما يسمى بالرياضة وإذا ما رجعنا إلى الوراء قليلا وإلى التاريخ فإننا نجد أن الإنسان البيدائي كان يمارسها بتلقائية ضامنا لإشباع حاجاته الأولية ويظهر ذلك جليا في الرسوم والنقوش التي تمثل المصريين القدامى إذ كانت نمط من أنماط الحياة والبقاء فالاستمرارية تبنى على منهج الاستعداد للقتال والدفاع واللذان يستلزمان استعدادا بدنيا متكاملًا وهذا ما كان في عهد الإغريق وبابل والفرس وغيرهم من الحضارات القديمة.

أما في عصرنا هذا فإن الممارسة الرياضية تعتبر فرصة لشباب العالم للتعرف بالإضافة إلى ذلك فهي تساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل الجهد فهي تعد عامل من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني.

وانطلاقا من الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة إلى تعديل تغيير سلوكه بما يتناسب واحتياجات المجتمع. ومنه فـ'ن الرياضة المدرسية التي تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي والرياضة المدرسية تتجه أساسا نحو تلاميذ المدارس والثانويات حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه أن يصبح في المستقبل رياضيا بارزا ومشهورا وعليه يقوم ببناء المنتخبات المدرسية الوطنية ويساهم في تمثيل بلاده في المحافل الدولية والإقليمية أحسن تمثيل.

ومن المعروف أن المراهقة مشكلة حساسة شغلت العديد من الباحثين والمربين، حيث اختلفت وجهات النظر والآراء حول هذه المرحلة فالتغيرات المفاجئة التي تطرأ على المراهق في هذه المرحلة خاصة منها الفيزيولوجية العقلية والمرفولوجية الاجتماعية والنفسية من شأنها أن تؤثر سلبيا على توازنه وتكيفه الاجتماعي، وهذا ما يخلف الصراع بينه وبين غيره إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، ومما لا شك فيه أن عدم التكيف الاجتماعي يجعل الفرد غير متزن في انفعالاته وتفكيره وأرائه ومعتقداته ومن هنا قد يسلك سلوكا غير سوي يخلق له بعض المشاكل النفسية والاجتماعية لتتوسع دائرة هذه المشاكل لتمس الثانوية التي تعتبر المحيط الثاني للتربية بعد الأسرة ومن خلال هذه الدراسة نحاول إبراز دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

أما الجانب النظري فقد اشتمل على فصل مقسما كالآتي:

الفصل الأول: يمثل الخلفية النظرية للدراسة حيث خصص هذا الفصل للتطرق إلى ثلاث محاور أساسية:

المحور الأول: الرياضة المدرسية حيث سيتناول المحور في مقدمته مفهوم الرياضة المدرسية من خلال سرد مختلف التعاريف التي تبلور معنى هذا المفهوم، وكذا تاريخ تطوير الرياضة المدرسية في الجزائر، إضافة إلى التطرق إلى الهيئات التنظيمية لنشاطات الرياضة المدرسية.

المحور الثاني: القدرات الاجتماعية والنفسية وتطرقنا في هذا المحور إلى تعريف القدرات النفسية والاجتماعية ودور الرياضة المدرسية في تنمية هاذين الجانبين.

المحور الثالث: المراقبة وتطرقنا في هذا المحور إلى عرض مختلف تعاريف المراقبة وتحديد مدة المراقبة، وكذا مشاكل النمو في المراقبة.

أما الجانب التطبيقي فقد اشتمل على فصلين مقسمين كالآتي:

الفصل الثاني: تحدثنا في هذا الفصل عن منهجية البحث وإجراءاته الميدانية وذلك بدءا بالدراسة الاستطلاعية والمنهج المتبع مرورا بمجتمع وعينة الدراسة ومجالاتها المتمثلة في المجال البشري والزمني والمكاني، ثم استعرضنا أدوات الدراسة المستخدمة وكيفية بنائها لجمع المعلومات والبيانات اللازمة التي تناسب موضوع بحثنا، وأساليب التحليل والمعالجة الإحصائية.

الفصل الثالث: قمنا في هذا الفصل بتجميع البيانات والمعلومات التي يمكن استغلالها في إثبات أو نفي فرضيات بحثنا، التي من خلال تحليلها ومناقشتها وصلنا إلى النتائج التي ستفودنا لإثبات أو نفي فرضيات دراستنا.

مدخل عام التعريف

بالبحر

الإشكالية:

تلعب الرياضة دورا هاما في الحفاظ على اللياقة والصحة البدنية والروحية وهذا عن طريق أنواع النشاط البدني مستغلة دوافع هذا النشاط الطبيعي للفرد للتنمية الناحية العضوية والتوافقية لما تلعبه من دور أساسي لتكوين الفرد نفسيا واجتماعيا وثقافيا.

فالرياضة المدرسة تعتبر عنصر مهم وفعال في أي بلد يريد أن يتطور في التربية البدنية والرياضة هنا نشاهد أغلب الدول المتطورة لديها الرياضة المدرسية من أولويات العمل.

ويقضي التلميذ في المدرسة ما يزيد من ست ساعات يوميا بانتظام وفي فترة اليقظة الكاملة وهو ما يجعل أهميتها تتزايد، لأنها المحور الأول في النمو والبناء خصوصا بعد أن أصبح التعليم الأولي من التحضيرى للإبتدائي فالتوسط إجباريا في مختلف أنحاء العالم. ومن هنا تتضح أهمية وضرورة وحيوية الرياضة المدرسية التي تؤهل الأطفال والناشئ ليكونوا على لياقة بدنية تؤهلهم للاستقبال الذهني والتحصيل الدراسي.

تهدف التربية البدنية إلى تنمية الناشئ بطريقة متكاملة جسميا وعقلا روحا، داخل إطار من القيم، التقاليد والأعراف. (أنور الخولي، جمال الدين الشافعي، 2000، ص09).

ومن أجل ذلك تعتبر التربية البدنية والرياضية عامة والرياضة المدرسة خاصة بأهدافها النبيلة وبرامجها المتنوعة من العوامل والعناصر الأساسية التي تبنى عليها المجتمعات المتطورة والحديثة، فالرياضة المدرسية تسعى إلى تحقيق أفراد صالحين ومعافين جسيميا وعقليا، ومحاولة إدماجهم في المجتمع لكن هناك بعض العوائق والمشاكل التي يتأثر بها الفرد تحول دون تحقيق الهدف المنشود، يرى العلماء النفس والاجتماع أن أكثر المراحل صعوبة وحساسة في حياة الإنسان هي حياة المراهقة من الجانب النفسي والاجتماعي لما تمر به تقلبات مزاجية وصراعات نفسية واجتماعية وجسمية وانفعالية ونخص بالذكر تلميذ المرحلة الثانوية والذي قد يخرج عن دوره ويفقد اتزانه ويمارس الكثير من الضروب السلوكية الشاذة، بمجرد التعبير والإفصاح عن انفعالاته وميولاته الاجتماعية التي تنعكس على الأسرة والمدرسة والمجتمع الذي يعيش فيه انطلاقا من إيجابيات الرياضة المدرسة ذات الطابع التنافسي وتأثيرها على شخصية التلميذ الممارس للرياضة من الناحية الذاتية والاجتماعية التي قد تساهم في إحداث علاقات اجتماعية تجعل منه فردا صالحا يتأثر ويؤثر في المجتمع أدى بنا ذلك إلى طرح الإشكالية التالية، هل الرياضة المدرسية تساهم في تحقيق القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوية، كيف ذلك؟

ومنه تتفرع التساؤلات التالية:

- هل للرياضة المدرسية دور في تطوير العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي؟
- هل الرياضة المدرسية تساعد في الاندماج مع الآخرين في الطور الثانوي؟
- هل تساهم الرياضة المدرسية في تنمية مهارة ضبط النفس في الطور الثانوي؟

فرضيات البحث:

الفرضية العامة:

- للرياضة المدرسية دور في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

الفرضيات الجزئية:

- للرياضة المدرسية دور في تطوير العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.
- الرياضة المدرسية تساعد التلميذ في الاندماج مع الآخرين في الطور الثانوي
- تساهم الرياضة المدرسية في تنمية مهارة ضبط النفس في الطور الثانوي.

أهداف البحث:

- توضيح وتبيان دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي
- إظهار العلاقة التي تربط ممارسة الرياضة المدرسية وبناء شخصية سليمة ومتزنة لدى تلاميذ الطور الثانوي
- معرفة بعض الخصائص التي تصف الطبيعة النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي
- مدى تأثير ممارسة الرياضة المدرسية على القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي
- معرفة العلاقة بين القدرات النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي

أهمية البحث:

إن الرياضة المدرسية تلعب دورا فعالا في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته وموهبة الرياضة بالإضافة إلى التعديل والتغيير سلوكه واحتياجات المجتمع حيث تعتد تماما أساسيا في تكوين الشخصية المتكاملة للفرد من خلال البرامج التي تعمل على تأهيل وإعداد التلاميذ عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية بالإضافة إلى ما تحققة الرياضة المدرسية من مردود من الناحية النفسية والجسمية للتلميذ والإحساس بالانتماء إلى مجموعة الفرز والتواصل.

إن البطولات والممارسات الرياضية التي تقام سواء كانت داخلية أو خارجية تتيح للتلميذ فرصة التكيف الاجتماعي مع أقرانهم ومع الأسرة والمجتمع وفرصة للتطور والارتقاء بمواهبهم وقدراتهم الرياضية والفكرية، وتكمن أهمية الدراسة في التأكيد على دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوي والذي قد تعاني من ضغوطات اجتماعية ونفسية إضافة في مختلف الأسباب الضاغطة التي تؤثر عليه وشمل تفكيره وخاصة في أصعب المرحلة فمن المهم معرفة دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

مصطلحات البحث:

1- التربية البدنية والرياضية: هي تربية عن طريق ممارسة النشاط الحركي وشملت أيضا إعداد الفرد من كل النواحي من مهارات وعادات ومعارف ومعلومات ومعان وسلوك اجتماعي مميز وذلك كله من خلال الأنشطة البدنية والألعاب الرياضية التي يمارسها الفرد سواء كان في المنزل أو المدرسة أو النادي. (محمد السيد عبد الرحمن، ، 1988، ص422).

2- الرياضة المدرسية: عبارة عن منافسات رياضية تقام في المدارس وفيما بينها على مختلف الرياضة الجماعية والفردية المقررة في برنامج السنوي الخاص بها وهي مجموعة العمليات والطرق البيداغوجية العلمية، الطبية، الصحية، الرياضية التي بإتباعها يكسب الحسم الصحة والقوة والرشاقة واعتدال القوام. (أحمد سيوطي، 1989، ص127).

- **التعريف الإجرائي:** عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات الرياضية والمقرر في البرنامج السنوي معتمدة في ذلك الطرق البيداغوجية والعملية.

3- القدرات النفسية:

لغة: تعرف في اللغة على أنها الطاقة أو قدرة المرء على فعل شيء ما والتمكن منه.

اصطلاحا: هي عبارة عن قدرة يمكن تعلمها وارتقائها عن طريق التعلم والتمرن، فاللاعب الرياضي لن يستطيع اكتساب وتعلم وإتقان المهارات الحركية، إلا إذا تعلمها وبنطبق ذلك على القدرات النفسية فلن يستطيع اللاعب الرياضي والتلميذ إتقانها إلا إذا تعلمها وتدرّب عليها.

- **التعريف الإجرائي:** هي المهارات والقدرات التي تمكن التلميذ أو الرياضي من مواجهة المواقف التعليمية والرياضية أثناء النشاط البدني والرياضي.

4- التكيف الاجتماعي: هو عملية ديناميكية مستمرة يهدف به الشخص إلى تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه وبين بيئته، وبناء على ذلك نستطيع أن نعرف هذه المظاهر بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء وبيئته. (مصطفى فهمي " 1958، ص329).

5- المراهقة:

لغة: هي لفظ وصفي يرجع للفعل العربي راهق والمعنى يشير للاقتراب من الرشد كما جاء في لسان العرب لابن منظور. (أحمد الأوزي، 1992، ص50).

اصطلاحا: وهي فترة تمتد لسنتين تقريبا وتمتاز هذه المرحلة بشعور المراهق خلالها بالهدوء والسكينة بالاتجاه إلى تقبل الحياة بكل ما فيها وتتوفر لدى المراهق هذه المرحلة طاقة هائلة وقدرة على العمل وإقامة علاقات متبادلة مع الآخرين وعلى إيجاد نوع من التوازن مع العالم الخارجي دون الاعتماد كثيرا على الأقران. ومن أكثر الأمور التي نلاحظها في هذه المرحلة هو أن علاقة المراهق بالآخرين غير عنيفة ولا تستمر لفترات طويلة. (رمضان محمد القذافي، سنة 2000، ص356).

- **التعريف الإجرائي للمراهقة:** هي مرحلة انتقالية من الطفولة إلى مرحلة الرشد وتصاحبها مجموعة من التغيرات الجسمانية والعقلية لدى الشباب والفتيات.

الدراسات السابقة والمتابعة:

الدراسة الأولى: مذكرة نيل شهادة الماستر بعنوان دور الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوي ومن إعداد الطالب لعموري عادل ودراجي محمد تحت إشراف الدكتور أرزقي إسماعيل 2018/2017

- حيث أجريت هذه الدراسة في البويرة.
- حيث الهدف منها هي أهمية الرياضة المدرسية.
- وحيث اتبعت المنهج الوصفي واشتملت مجتمع الدراسة على أساتذة التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية واختارت عينة عشوائية.
- ومن حيث المتغيرات التكيف الاجتماعي وتلاميذ مرحلة الثانوي.
- حيث استخدم الباحث أداة الاستبيان والوسائل الإحصائية واستخدم النسبة المئوية و 45 المحسوبة.
- ومن نتائجها حيث توصلت إلى نتائج إيجابية وتبين أهمية الرياضة المدرسية وتأثيرها على الجانب النفسي والاجتماعي وتساهم في تطوير العلاقات الاجتماعية بين الأفراد والجماعة وتطوير النضج الفكري وتعلم فيها الروح الرياضية والتنافسية.
- ومن حيث التوصيات وتتمثل فيما يلي:
- تطوير المنشآت الرياضية داخل الثانويات لرفع من مستوى الرياضة التنافسية وطنيا ودوليا
- ازدياد الاهتمام بالرياضة المدرسية من خلال إقامة الدورات التنافسية مكثفة ومنظمة، والتنسيق بين الممارسة في النوادي لخلق التكامل بينهما.
- إجراء دورات رياضية بين التلاميذ في أوقات العطل والمناسبات الوطنية.

الدراسة الثانية: مذكرة نيل شهادة ماجستير بعنوان مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة الثانوي من إعداد الطالب عبد الرحمان سيد علي 2009/2008

- حيث أجريت الدراسة في الجزائر.

- ومن أهداف هذه الدراسة هي كيفية تنمية القدرات النفسية لدى المراهق.
- وحيث اتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي.
- واشتملت مجتمع الدراسة على التلاميذ في الطور الثانوي.
- وحيث قام باختيار عينة عشوائية وحيث أن متغيراتها هي الألعاب الشبه الرياضية.
- وحصة التربية البدنية والرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي وتلاميذ الطور الثانوي.
- ومن الأدوات المستعملة حيث اعتمد على أداة الاستبيان
- واستخدمت الدراسة المتوسط الحسابي النسب المئوية ومعامل الارتباط البيروسونوجانتمان
- وحيث توصلت هذه الدراسة إلى نتائج إيجابية وتبين أهمية الألعاب الشبه الرياضية على الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ، وتساهم في الارتقاء بالعلاقات الاجتماعية بين الفرد ذاته وبين الفرد والجماعة وتنمية قدرات التلاميذ العقلية.
- ومن حيث التوصيات:
- التنسيق بين الممارسات في النوادي لخلق التكامل بينهما.
- إجراء دورات رياضية بين التلاميذ في أوقات العطل.
- إدراك أهمية الممارسة الرياضية في حياة المراهق ودورها في تطوير شخصيته.

الجانب النظري:
الخلفية النظرية للدراسة
والدراسات المرتبطة بالبحث

الفصل الأول:

الخلفية النظرية للدراسة

المحور الأول: الرياضة المدرسية

تمهيد:

تعتبر الرياضة المدرسية في أي بلد من بلدان العالم بأسره المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم الذي يحصل في الميدان الرياضي، ولعلها من أهم دعائم الحركة الرياضية والرياضة المدرسية تتجه أساسا نحو تلاميذ المدارس حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل عن الطريق الذي يمكنه مستقبلا ليصبح رياضيا بارزا محليا أو حتى دوليا وقد يساهم في بناء المنتجات المدرسية الوطنية ويمثل بلاده أحسن تمثيل في المحافل الدولية والإقليمية. من خلال هذا الفصل سنتطرق إلى مفهوم الرياضة المدرسية وتاريخ تطورها ثم أهميتها وأهدافها ومميزاتها وخصائص التلاميذ خلال مرحلة الثانوي والمنافسة في الرياضة المدرسية.

1-1- تعريف الرياضة المدرسية:

هي مجموعة العمليات والطرق البيداغوجية العلمية، الطبية، الصحية، الرياضية التي باعتبارها يكسب الجسم الصحة والقوة والرشاقة واعتدال القوام. (إبراهيم محمد سلامة " 1980، ص129).

وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات وما أعطى نفسا جديدا للممارسة المدرسية هو العملية المشتركة بين وزارة التربية الوطنية ووزارة الشباب والرياضة حيث قررت وزارة التربية الوطنية في مقالها "إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية بحسب التعليم رقم 09/95/ بتاريخ 1995/02/25 من خلال المادتين 5 و6 وهي ما أكدت وزارة الشباب والرياضة.(جريدة الخبر الصادرة بتاريخ، 1996 "إجبارية ص24).

1-2- الرياضة المدرسية في الجزائر:**1-2-1- مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر:**

إن الرياضة المدرسية في الجزائر هي إحدى الركائز الأساسية التي تعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة، في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات، وتسهر على تنظيمها وإنجاحها كل من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية بالتنسيق مع الرابطة الولائية للرياضة المدرسية في القطاع المدرسي ولتغطية بعض النقائص ظهرت "الجمعية الوطنية للرياضة المدرسية في 24 مارس 1997" وهذا للحرص ومراقبة النشاطات وإعادة الاعتبار للرياضة المدرسية، وللرياضة المدرسية في المنظومة التربوية مكانة هامة وبعد تربوي معترف به حيث تسعى كل من وزارة التربية الوطنية ووزارة الشباب والرياضة إلى ترقية كل المستويات وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية والمنافسات في أوساط التلاميذ. (B.Samir 1997, p19)

قررت وزارة التربية الوطنية جعل ممارسة التربية البدنية والرياضية إلزامية لكل التلاميذ مع إعفاء كل الذين يعانون من المشاكل الصحية، وجاء هذا القرار بعد التوقيع على اتفاقية مشتركة بين كل من وزارة التربية الوطنية ووزارة الشبيبة والرياضة مع وزارة الصحة والإسكان بشأن ممارسة التربية البدنية في وسط مدرسي في 25 أكتوبر 1997، ويهدف هذا القرار إلى ترقية الممارسات في المدرسة، كما وجهت الوزارة التعليمية تتضمن كيفية الإعفاء من ممارسة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي ونص القرار على استفادة التلاميذ الذين لا يستطيعون ممارسة بعض الأنشطة البدنية والرياضية من الإعفاء، حيث يتم الإعفاء بتسليم طبيب الصحة المدرسية شهادة طبية بعد إجراء فحص طبي للتلميذ ودراسة ملفه الصحي المعد من طبيب أخصائي. (جريدة الخبر الصادرة 1996، ص4).

1-2-2- تاريخ تطور الرياضة المدرسية في الجزائر:

لقد عانت الجزائر خلال فترة الاستعمال الفرنسي في شتى المجالات وإذ تطرقنا إلى المجالات كان الأجدر بنا التطرق إلى الميدان الرياضي المدرسي، وهنا سوف نتطرق إلى التغييرات التي طرأت قبل الاستقلال إلى غاية الاستقلال.

1-2-3- الرياضة المدرسية في الجزائر قبل الاستقلال:

بحكم السياسة الاستعمارية المتبعة منذ أن وطأت أقدامه بالجزائر والتي تهدف إلى التجهيل فقد عدت السلطات الاستعمارية إلى غلق أبواب المدارس في وجه أبناء الشعب الجزائري. إن الرياضة المدرسية قبل الاستعمال كانت المرآة العاكسة للسياسة الاستعمارية في الاستغلال والردع إذ كانت قائمة على أساس أحكام مستمدة من قانون 1901 المتعلقة بالجمعيات، ولم يكن المستعمر يشجع الجزائري على ممارسة كرة القدم والملاكمة إلا لقصد استغلال بعض المواهب التي يمتاز بها الشعب الجزائري، ويسمح ذلك لأخصائي الاستغلال الرياضي بتعاطي شتى أنواع الاستغلال الفاحش وفي المقابل كان المستعمر يسعى دائما إلى هذه الرياضات ذات الأصالة الوطنية طبقا لسياسة الردع المتعددة الأشكال الهادفة إلى المس بالمقومات الوطنية أو الشخصية. (zannguisaid 1985, p44)

1-2-4- الرياضة المدرسية بعد الاستقلال:

بعد الفترة الاستعمارية ونيل الاستقلال، وجدت الجزائر نفسها في مواجهة عدة مشاكل اقتصادية وسياسية وثقافية وكذلك رياضية، حيث عانت الجزائر من المشاكل التنظيمية والتكوينية من أجل تخطي هذه العقبات تطلب الأمر تغيير القوانين والنصوص الموروثة من النظام الاستعماري حيث تم ذلك في 10 جويلية 1963 إعداد (ميثاق الرياضة) مرسوم رقم 63/25 ولكن رغم هذا حتى لسنة 1969 كانت الرياضة لدى التلاميذ مهمشة كليا، ولا يهتم التلميذ إلا عندما يصل إلى مرحلة المنافسة حيث يظهر قدرات عالية وكفاءات كبيرة وهذا ليس عن طريق عمل منظم بل صدفة. (ZannguiSaid-op-cit, 1985, p45).

ابتداء من السبعينات حاولت وزارة الشباب والرياضة خلق مدارس رياضية، وهذا من أجل تكوين التلاميذ، حيث بدأت في إنشاء مدارس متعددة الرياضات مثل مدرسة الأبيار، ومكن عمل هذه المدرسة بالفشل وانقطاع بسرعة وذلك لسوء التخطيط، وبمبادرة من وزارة الشبيبة والرياضة في سنة 1983 نظم مهرجان رياضي كقاعدة طلابية، حيث تم استدعاء 2500 شاب وشابة يمثلون مختلف جهات الوطن، ومن بينهم تم اختيار أحسن الشباب لكي يكونوا ضمن مخيم الأمل وهذا التبرص نظم أثناء العطلة الصيفية وذلك قصد الكشف عن المواهب الشابة، ومن ثم انقطع حتى سنة 1984 حيث نظم مهرجان آخر بعين الترك ضم منهم 240 شاب، حيث شارك 82 شاب لدى الأصاغر، 122 لدى الأشبال، أما الفتيات فشاركن بـ 10 صغيريات و47 من الشبلات.

وفي سنة 1976 تم مراجعة ميثاق الرياضة أن كانت عدة نقاط غامضة كان من الواجب إعادة النظر فيها، فإما أنها غير مكتملة أو غير مبنية على أساس عملية ولا تساير التقدم الرياضي الجديد وفي نفس السنة وبتاريخ 23 أكتوبر تم إنشاء مرسوم وزاري رقم (81/76) المتضمن قانون التربية البدنية والرياضية حيث عملت الدولة على إعطاء انطلاقة جديدة للحركة الوطنية وهذا بواسطة المواهب الشابة والإطارات الرياضية الموجودة آنذاك وذلك من

أجل إبعاد التفرقة بين مختلف المواد التعليمية، حيث يتم دراسة القوانين الجديدة لتكيف مع تنظيم نشاطات التربية البدنية والرياضية، فكان المخطط المنهجي يحتوي على المحاور التالية:

أ- تنظيم وتسيير نشاطات التربية البدنية والرياضية

ب- الرياضة المدرسية والجامعية

ج- تكوين الإطارات والاهتمام بالبحث العلمي

د- الرياضة النخبوية ووضعيتها الرياضييين

هـ- المنشآت والعتاد الرياضي

و- المساعدات المالية.(وزارة الشباب والرياضة للجمهورية الجزائرية، 23 أكتوبر 1976).

1-3- أهداف الرياضة المدرسية:

إن البرنامج الرياضي الجيد يجب أن يشتمل على مساعدة التلاميذ لتحقيق الأهداف التالية:

- إمدادهم بالمهارات الجماعية المفيدة؛
- تحسين النمو الجسماني للتلاميذ بشكل سليم (العقل والجسم)؛
- المحافظة على اللياقة البدنية وتمييزها؛
- تعليم المهارات الاجتماعية المختلفة كالتعاون والتسامح والروح الرياضية؛
- انتقاء الموهوبين من الطلبة رياضيا انطلاقا من مشاركتهم في منافسات رياضة المدارس والمشاركة ضمن الفرق الممثلة في البطولات المدرسية والوطنية والدولية؛
- النهوض بالتربية الرياضية داخل المؤسسات التعليمية؛
- ربط الصلة بين الرياضة المدرسية والأندية الرياضية للاستفادة من أصحاب الكفاءة والممارسات الواسعة للحصول على نتائج رياضية عالية. (محمد عدامي، هشام طواهرير 2001، ص43).
- تشجيع التعليم والديمقراطية والمواطنة في إطار تعزيز وتحقيق التجانس والوحدة الوطنية؛
- تحقيق الترابط بين أكبر عدد ممكن للمتمدرسين؛
- المساهمة في تكوين المتدرب الطفل والمراهق عن طريق الممارسة الرياضية.(وزارة الشباب والرياضة، قانون 2004، ص19).

إن ممارسة الرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية الجزائرية لها أهداف أساسية منها النمو الجسمي والنفسي والحركي والاجتماعي وكما لا يخفى ذكر الهدف الاقتصادي وهذا يرفع المردود الصحي للطفل ثقافية التي تسمح للفرد من معرفة ذاته مع تطوير كل من حب النظام روح التعاون، روح المسؤولية وتهذب السلوك، تنمية صفات الشجاعة والطاعة واتخاذ القرارات الجماعية بالإضافة إلى التوافق الجسمي الحركي العصبي وبهذا يمكننا القول أن ممارسة التربية البدنية والرياضة المدرسية تساهم في إعداد رجل الغد من كل الجوانب فالميزانية المخصصة من طرف الدولة للرياضة المدرسية لا تعتبر فقط استثمار في صالح الجانب المادي كتحقيق النتائج وإنما هو استثمار أيضا في صالح الجانب المعنوي للفرد وبالتالي إصلاح الفرد والمجتمع.

1-4-4- العوامل المؤثرة على الرياضة المدرسية:**1-4-4-1- تأثير البرنامج على الرياضة المدرسية:**

إن عدد الحصص المبرمجة في الأسبوع غير كافية ولا تحقق أهداف الرياضة المدرسة حيث أن حصة واحدة في الأسبوع ولمدة ساعتين لا تمثل حصة الرياضة المدرسية، ولهذا يجب إضافة حصص خاصة بالرياضة المدرسية كي تحقق نتائج حسنة.

1-4-4-2- غياب البنية التحتية:

إن المنشآت الرياضية التي أنشأت لم تكن كافية مع عدد السكان، رغم أن المادتان (98/97) من قانون التربية البدنية والرياضية نص على أن لكل مؤسسة تعليمية حق في منشأ رياضي، كما أن أحكام القانون (09/95) تعطي أولوية للرياضة الجماهيرية إلا أن تجسيد هذه القوانين في الميدان وتطبيقها في الميدان يعكس وضعا مرًا. أما من الناحية العتاد والمنشآت، فمن جهة تبيين الملاعب، ومن جهة أخرى في أحسن الأحوال نجد مساحات اللعب أحييت إلى الأرضية لبناء مساكن، وهذا مخالف المادة (98/88) من قانون (09/95) التي نصت على أهمية المنشآت الرياضية في المناطق العمرانية والزام صيانتها والاهتمام بها.

1-4-4-3- تأثير المستوى التكويني التربوية للأستاذ:

المربي عبارة عن دائرة معارف للسائلين وثقافة للمحتاجين من المرشدين والمتعلمين ورسالة لا تقتصر على التلقين الرياضي فقط، بل رسالة شاملة للمجتمع من المعارف التجريبية أمام التلميذ، ولكن الواقع في المؤسسات التربوية يخالف ذلك، فمعظم التلاميذ يشكون من مستوى الأستاذ الذي يكون في غالب الأحيان غير مؤهل للعمل، فإننا نجد في بعض الثانويات مدرسين مستواهم يخالف المستوى المطلوب ولهذا فالدولة في قوانينها الصادرة في القرار (09/95) في المادة (76) تمتع أي فرد من ممارسة وظائف التأطير لمادة التربية البدنية والرياضية إذا لم يبين بأن له شهادة وإثبات مسلم أو معترف به من طرف الهياكل المؤهلة لهذا الغرض. (وزارة الشبيبة والرياضة للجمهورية الجزائرية، 1976)

خلاصة:

يمكن القول في النهاية أن الرياضة المدرسية لها من الأهمية ما يجعلها معيار من معايير التقدم الرياضي في دول العالم حيث أن الرياضة المدرسية تساهم في إعداد الطفل من خلال تنميته من جميع الجوانب. وبذلك يتعلم التلميذ القدرة على المحافظة على صحته والمشاركة في المنافسات وكيفية دارتها وتوجيهها مما يتناسب مع قائلته الذهنية والبدنية إلا أن مشاكل الرياضة المدرسية في بلادنا أفقدتنا طابعها الحيوي والأساسي.

المحور الثاني: القدرات النفسية والاجتماعية

تمهيد:

تطراً على التلميذ خلال مسيرته الدراسية أو مشواره الدراسي مجموعة من التحولات على عدة جوانب من جوانب الحياة وأبرز هذه الجوانب نجد الجانب النفسي والجانب الاجتماعي فبالنسبة للجانب النفسي نرى تحولات أو الانعكاسات التي تكون على هذا الجانب تحدث تغيرات على التلميذ والتي تنعكس عليه كذلك للجانب الاجتماعي والمجتمع الذي يعيش فيه ولهذا سنرى أن كانت الرياضة المدرسية تساعد على جعل هذه الانعكاسات ايجابية على التلاميذ في مرحلة الطور الثانوي.

4-1 تعريف النمو

إن عملية النمو هي عملية طبيعية تحدث داخل الكائن الحي نفسه، فالنمو هو سلسلة متلاحقة ومتتابعة من التغيرات تحصل في جميع جوانب الشخصية العقلية والنفسية والاجتماعية والخلقية والتي تطرأ على الإنسان، وتسير هذه السلسلة من التغيرات نحو اكتمال النضج. (عبد الفتاح دويرار، 1996، ص 20)

والنمو هو السلسلة من التغيرات التي تؤدي بدورها إلى نضج الكائن الحي عبر عمره الزمني، أي خلال فترة حياته، فهو الزيادة في الحجم ومستوى التعقيد، حيث يبدأ لحظة تلقيح البويضة ويستمر إلى مرحلة الرشد. (محمد القذافي، 1997، ص 62-64)

فيرى الدكتور فؤاد البهي السيد أن النمو سلسلة متتابعة ومتكاملة من التغيرات تهدف إلى غاية واحدة هي اكتمال النضج ومدى استمراره وبدأ انحداره.

ويقول أيضا-شنييرالا- أن النمو نمط من التغيرات تحدث في نظام معين عبر الزمن، إن النمو عملية منظمة وليست مجرد حدث عشوائي، فهو عملية تؤدي إلى زيادة حجم الأعضاء في وقت معيناً وخلال فترة زمنية معينة، وهو لا يحدث فجأة أي أن الانتقال من مرحلة لأخرى يتم تدريجياً

إن عملية النمو عملية داخلية وكلية أ يتحدث داخل الكائن الحي نفسه، فهو مصدر نموه ويحدث النمو في جميع النواحي الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية حيث إن النمو وحدة مستمرة ومتصلة.

4-1-1 الغرض من دراسة النمو

إن الغرض من دراسة النمو أو سيكولوجية النمو هو دراسة نمو السلوك البشري وتطوير الوظائف النفسية في حياة الإنسان.

وتهدف الدراسة العملية للنمو إلى اكتشاف المقاييس والمعايير المناسبة لكل مظهر من مظاهره كعرفة الطفل تعمره الزمني وعلاقة وزنه بطوله وعمره وعلاقة لغته بمراحل نموه وبذلك يقيس الباحث النمو الجسدي والنفسي والاجتماعي بمقاييس، فيكشف النمو العادي المتوسط والنمو البطء المتأخر والنمو السريع المتقدم.

4-2 على الجانب النفسي**4-2-1 النمو النفسي**

هو قدرة الفرد على مجابهة الصعاب والأزمات النفسية التي تطرأ على الإنسان، حيث في مرحلة المراهقة يعيش المراهق صراعات نفسية قوية في تأرجح بين حالة وأخرى، ويميل للتفكير في المشاكل المحيطة به، فهو يرى نفسه كبيراً ويقحم نفسه في أحاديث الكبار، لكنهم يرفضونه لأنهم يعتبرونه صغيراً وتقاس الصحة النفسية بمدى قدرة الفرد على مجابهة مشاكله وحلها حلاً سليماً.

إن النمو النفسي هو قدرة الفرد على تحمل الأزمات التي يصادفها في حياته اليومية وخاصة إذا تعلق الأمر بالمراهق فهو يتميز بقلق وشكوك في نفسه وتأمله في مظهره الخارجي وتصرفاته مع أقرانه وأصدقائه و ملاحظاته لكيفية كلامه معهم.

4-2-2 علاقة التربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية بالنمو النفسي

تشير كلمة التربية البدنية إلى عملية التربية التي تتم عن طريق ممارسة نشاطات تنمي وتصون الجسم البشري وحينما يزاول الفرد لعبة جماعية أو فردية فإن التربية تتم في هذا الوقت. (محمد الأفندي، دون سنة النشر، ص14). كما غيرت النظريات في علم النفس مفهوم اللعب في التربية البدنية واتجه الاهتمام إلى قيمة اللعب في التنفيس عن الغرائز وتحويل طاقاتها إلى تنمية ذاتية للفرد وجلب السرور إلى نفسه ومن ثم أصبح الاهتمام بالصحة النفسية في التربية البدنية يسير جنباً إلى جنب مع الاهتمام بالصحة البدنية وصار تعلم المهارات التي تشتمل عليها الأنشطة الرياضية يتم بصورة أفضل بالاعتماد على مبادئ التعلم التي تتضمنها الأطر النظرية. (محمد الأفندي، نفس المرجع السابق ص15-16).

4-2-3 الآثار النفسية للتربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية على المراهق

إن المراهق بالدرجة الأولى يهتم بالخصائص الجسمية، وتذوقه للنشاط والحركة بصاحبه في جميع مراحل نموه ونتيجة هذا فالتربية البدنية والرياضية حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها التطور الطبيعي لسلوكيات المراهق، ولا بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره النفسي والإسراع فيه. كما أن التربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية بصفة خاصة تعالج الانحرافات النفسية عند التلاميذ وتوجههم إلى الطريق الصحيح حتى يتحقق التوازن النفسي وكذلك لها دور في توجيه الرغبات والتحرر من الكبت، وعند الاضطراب والحركة نجد أن التربية البدنية منصرفاً ناجحاً يؤدي إلى انبعاث الإرادة والإسهام في تنمية خصال العزم والاكتمال.

وقد أجريت عدة بحوث أثبتت الدور الفعال الذي تلعبه التربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية على الجانب النفسي للفرد عامة والمراهق خاصة، نذكر منها دراسة أنجزت سنة 1973 وسنة 1975 وتتعلق بأشخاص بلغوا سن الرشد، حيث كانوا يقومون ببرنامج من التدريب البدني المتواصل، وذلك لمدة أربعة أشهر والنتيجة أن التدريب أحدث لهم تعديلاً في ثوابتهما الفسيولوجية وكذلك تعديلاً في خصائصهم النفسية، ولاسيما في ما يخص استقرار هم العاطفي. وهناك تجربة قام بها العالم جوائز أثبتت وجود العلاقة بين القوة البدنية والآثار النفسية التي تتركها في الفرد حيث قام بمقارنة عشرة من الصبيان الأقوياء بعشرة من الضعفاء وأظهرت الدراسة أن تقويم الضعفاء للأقوياء يختلف اختلافاً جذرياً عن تقويم الأقوياء فقد كان أضعاف البدنية صورة وضعية في أعين أقرانهم. (مالك سليمان مخول، 1981، ص237-238)

يقول "أمرداكا": "اللعب يعطي ويعكس الحياة النفسية للطفل، حيث يعتبره المسلك الوحيد الذي يتخذه الطفل من أجل التنسيق والتعريف لكل الضغوط والشحنات والغرائز والأوهام الداخلية المكبوتة". (قاسمي الصادق، ايشوكا محمد، 1994، ص 32)

إذن فإن النشاط البدني يؤدي دوراً هاماً في نمو عوامل التعلم من ناحية أخرى، كما أن النشاط البدني يعالج الكثير من الانحرافات النفسية عند التلاميذ ويوجههم إلى الطريق القويم حتى يحقق الاتزان والتوافق النفسي إضافة إلى أنه

يعطي الفرصة للمراهق للتحرر من الكبت، حيث أن الانعزال التام يساعد على اشتداد الكبت و بالتالي يتحول إلى مرض نفسي.

كما أن النشاط البدني والرياضة المدرسية تسمحان للمراهق بالتعلم التدريجي والسيطرة على المحيط وكذا التحكم في وجوده فمن طرقي اللعب الذي يعد أحد أنواع النشاطات البدنية الرياضية والرياضة المدرسية يجد المراهق الوسيلة لكي أكثر انتباها وأكثر استمداد للعمل، كما أنه يطور فيه الحرية والإرادة والجرأة وبحفز الرؤية الفكرية بمعرفة قواعد اللعب و المفهوم والواجب.

كما تنمي التربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية الجانب النفسي المعرفي وهذا عن طريق وضع المراهق في وضعيات مشكلة تسمح له بالتأقلم مع الوضعية الموجود فيها من حيث السيطرة على حقل الرؤية والمكان ومنه تنمية الإحساس الحركي، كما يتأقلم مع الوضعية من خلال تحركه في الحيز المحدد، ومحاولة اللعب مع الزملاء، وبذلك يتضح لديه مفهوم التوجيه في الفضاء وكذلك المسافة بينه وبين الزميل أو الخصم، وكيفية التعامل مع ذلك من خلال تمرير الكرة أو استقبالها أو الكشف عن مهارات حركية أخرى عن طريق روح الإبداع. (محمد حسن علوي، 1986، ص120).

3-4 على الجانب الاجتماعي

1-3-4 النمو الاجتماعي

هو العملية التي يصبح المراهق كائنا اجتماعيا وتتضمن هذه العملية تعليم العادات الاجتماعية والاستجابات والمؤثرات، كما يعرف بأنه العملية التي تساعد الفرد على التكيف والتلاؤم مع بيئته الاجتماعية ويتم اعتراف الجماعة به ويصبح متعاوناً معها وفرداً فيها ويظهر نمو الفرد الاجتماعي في اتجاهاته الاجتماعية وأفعاله وأقواله في التعبير عن هذه الاتجاهات، كما تظهر في تعامله اليومي مع غيره من الناس وتفاعله مع الجماعات الأخرى، ومع نواتج ثقافته وينتج عن هذا نشأة اتجاهات محددة نحو هذه الأشياء، فالإنسان لا يولد شيوعياً أو رأسمالياً أو جمهورياً أو ديمقراطياً..... الخ وإنما يتعلم هو نفسه أن يكون أباً من هؤلاء بالخبرة والتجربة.

2-3-4 علاقة التربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية بالنمو الاجتماعي

تلعب التربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية دوراً هاماً في بناء المجتمع، حيث تكسب الفرد مهارة حركية، ولياقة بدنية ونعوده بشتى الطرق الجذابة الشيقة على الأساليب الصحيحة في التعامل حيث تهذبه وتسمو نزاعاته ورغباته وبما أن ممارسة الرياضة ميل غريزي وطبيعي في الإنسان، إلا أنها في كل الظروف والأحوال تؤدي الوظيفة الاجتماعية التي تربط أكثر بطروف وقيم ممارستها سواء كانوا أفراد أو جماعات أو مجتمعات، لهذا أصبحت التربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية في عصرنا هذا أساساً من أسس إعداد الفرد وتهينته للحياة المستقبلية تهيئة عملية يكون الدافع فيها ميل الفرد تلقائياً للعب مع أفراد من سنه ورغبة الشباب في القضاء على الملل الذي يشعرون به في أوقات الفراغ.

3-3-4 الآثار الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية على المراهق

ومن الجهة الاجتماعية فإن التربية البدنية والرياضية تقوي الرغبة في النشاط والعمل، وتخلق في المراهق روح الجماعة والتعاون والتضامن وتغذي لدى الفرق المتنافسة روح الجماعة والشعور باللعب الصادق الذي لا تمليه فكرة معينة. فالتنشئة الاجتماعية هي نسق الإنجاز الشخصي والذي بواسطته يندمج الفرد في المجتمع، فهذا يعني الاندماج للجماعات بطريقة الصدفة أو بطريقة معبئة، ولكن هي الاستيعاب للطفل أو المراهق مادامت هي ظاهرة اجتماعية. وتكون آثار التربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية الاجتماعية على المراهق في التنشئة الصالحة له وتمكين المواطنين أفراد وجماعات من الانتفاع بإمكانياتهم وإمكانيات مجتمعهم لتحقيق أعلى مستوى إنتاجي، يمكن الوصول إليه وفقا للمستوى المعيشي في العالم.

للرياضة المدرسية دور كبير في إعداد المواطن الصالح، إذ لا بد لهذا الأخير أن تتاح له الفرص لإثبات شخصيته، وأن ينال من التربية الرعاية الصحية والاجتماعية قسطا يدعم إيمانه بنفسه، ومن هنا ندرك الصلة بين التربية البدنية والرياضية والنمو الاجتماعي وثيقة، خاصة تلك التي لها صلة بالخدمة الاجتماعية أو الجماعية أو العمل مع الجماعات. (بشير رشد وحسن الحبيب ودرعي 1998، ص 59).

تعتبر البرامج الرياضية من الوسائل الهامة في التربية المراهق وتنشئته حواسه واستعداداته والانتقال به من مرحلة إلى أخرى وإعداده لحياته المستقبلية والنشاط الرياضي يلقي ميلا ورغبة من الأفراد والجماعات و هدفه إيجاد الفرص المناسبة لإشباع ميل الفرد الطبيعي للنشاط البدني وتنمية جسمه تنمية متزنة وإكسابه التناسق في حركاته واكتساب صفات اجتماعية وخلفية متعددة كالتعاون والنظام والتسامح والتغلب على الصعاب والعمل من أجل الجماعة. للنشاط البدني الرياضي دورا أساسيا، إذ هو الوسيلة لنمو الجسم سليما وفضلا عن هذا فإنه يعمل على اكتساب الفرج مهارات رياضية يمكنه من اكتساب مكانة طيبة بين أعضاء الجماعة مما يوفر له إشباع حاجاته النفسية في القيادة، فمثلا الأعضاء المتفوقون في الأنشطة الرياضية ككرة القدم يحتلون مراكز مرموقة في الجماعة ويلعبون أدورا هامة في ديناميكية الجماعة وتوجيه تفاعلها الجماعي.

كما يتيح الرياضة المدرسية الفرصة للأفراد لكي يعبروا عن أنفسهم بحرية، وطلاقة أثناء الممارسة للألعاب الرياضية. إن النشاط الرياضي وسيلة تربوية إلى جانب أنه وسيلة ترويجية، فكل لعبة لها قوانينها ونظمها الخامسة فكل عضو الجماعة عليه إتباعها أثناء اللعب إذ شاء الاستمتاع بهذا النشاط. (محمد عادل خطاب كمال الدين تركي، 1965، ص 19-20).

والنشاط الرياضي نشاط ديمقراطي في أساسه يخلق حالة عامة من الرضا نتيجة المشاركة فيه فتختفي الفوارق فيصبح اللاعبون على اختلاف مراكزهم في الحياة على قدم المساواة ولا يوجد أقوى من اللعب كوسيلة لدعم الصداقة والتفاهم بين الناس، وكل هذه القوى بلا شك تؤدي إلى تماسك وحدة المجتمع.

كما تعتبر الرياضة المدرسية عامل هام في بناء الأخلاق الكريمة فهو لا شك يقتل عناصر الجريمة في النفوس ولا عجب أن تلجأ المؤسسات الاجتماعية إلى النشاط الرياضي باعتباره حليفا قويا لتقويم سلوك المراهق وكلما كانت الرغبة في ممارسة الرياضة قوية عند الشباب فاحتمال ظهور الجريمة في المجتمعات يقل، لأن انشغال الأطفال والشباب المراهقين في الملاعب يحول دون اشتراكهم أو تفكيرهم في الجريمة.

هناك دراسة تبين أن الرياضيين هم أقل جنحا من الأفراد الذين لا يمارسون الرياضة، ومن هنا فإن الممارسة الرياضية تعود بالفائدة على الفرد والمجتمع للفضاء على بعض الآفات الاجتماعية منها: التدخين المخدرات... الخ، حيث قام rosevelttheodor بفتح قاعات مجانية للملاكمة بضواحي نيويورك فحقق بذلك ضعف في نسبة الإجرام. بالإضافة إلى هذا فإن الباحث rosemberger يؤكد على وجود علاقة ايجابية بين التمرينات الرياضية والبدنية بالحالة النفسية والاجتماعية التي تساهم في تحسين عملية التوافق النفسي الاجتماعي للتلميذ المراهق ومن هنا نستنتج أن للممارسة الرياضية دورا فعالا ويجابيا تلعبه في جعل التلميذ المراهق أكثر توازنا اجتماعية وعلى تنمية شخصيته وهذا بعيدا عن أشكال الانحراف لمرحلة المراهقة. (محمد عادل خطاب كمال الدين تركي، المرجع السابق، ص 21).

الخلاصة:

من هذا الحديث سالفنا نقول أن الجانب النفسي والاجتماعي هما أكثر الجوانب تحكما في التلميذ وان التربية البدنية والرياضية بصفة عامة والرياضة المدرسية بصفة خاصة هما الوسيلتان المثلى لجعل هذان الجانبين المؤثرين في حالة ايجابية كما تساعده في الرفع من المستوى الدراسي العام عند الانعكاس الايجابي الذي تتركه عليهم.

المحور الثالث: المراهقة

تمهيد

يمر الفرد منذ ولادته وحتى ينتهي به الأجل بمراحل مختلفة من للنمو تتفاعل خلالها استعداداته البيولوجية مع معطيات محيطه الاجتماعي، ويفضل هذه الحالة الدائمة من النمو يصبح الشخص اجتماعيا مدركا وفاعلاً فعليه النمو تعد من أهم عناصر استمرارية الحياة والحفاظ على العنصر البشري.

والمراهقة من حلقة من حلقات سلسلة الارتقاء الإنساني التي تمثل فترة ميلاد حقيقية لما لها من خصوصيات، ففيما ينفرد النمو بوتيرة سريعة تؤدي إلى حدوث تحولات فسيولوجية عميقة تنعكس بدورها على النواحي المختلفة للشخصية كاضطراب العلاقات الاجتماعية بين الآباء والمراهقين من جهة والمرهقين والراشدين عامة من جهة أخرى، وعدم الاستقرار الانفعالي والتقلب المزاجي، وتعدد الطموحات والرغبة في التحرير من الوصايا الأسرية، فمتى مرحلة انتقالية من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد والتدرج نحو اكتساب الهوية.

1- مفهوم المراهقة

إن المراهقة مصطلح وصفي لفترة أو مرحلة من العمر والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا تكون خبرته في الحياة محدودة ويكون قد اقترب من النضج العقلي والجسدي والبدني، وهي الفترة التي تقع ما بين طفولة وبداية مرحلة النضج، ويمكن إعطاء بعض التعاريف لها فيما يلي:

يصفها "عبد العالي الجسماني بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات". (عبد العالي الجسماني، 1994، ص195)

يقول عبد الرحمن العيسوي أنها: "فترة تسوها مجموعة من التغيرات التي تحدث في نمو الفرد الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي، وفيما يحدث الكثير من التغيرات العقلية والجسمية". (عبد الرحمن العيسوي، 1987، ص22). أما "دوفري روجرز" فيقول أنها فترة نمو جسمي وظاهرة اجتماعية ومرحلة ذهنية كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة". (مخائيل ابراهيم اسعد، 1991 ص225).

وتعرف المراهقة على أنها: "مرحلة استقالة تجمع بين خصائص الطفولة وسمات الرجولة وهي انتقالية لأن المراهق يسعى للانتقال من الطفولة المعتمدة على الكبار ، محاولا الولوج بالاستقلال الذاتي". (عبد الرحمن العيسوي، 1987، ص22).

2- أنواع المراهقة:

- المراهقة المكيفة: خالية من المشكلات والصعوبات وتتسم بالهدوء والميل إلى الاستقرار العاطفي والخلو من جميع التوترات الانفعالية والسلبية ويتميز فيها المراهق مع الآخرين بالحس والتفتح.

المراهقة الإنسحابية: حيث ينسحب المراهق من جميع الأسرة ومن مجتمع الأقران ويفضل الانعزال والانفراد بنفسه حيث يتأمل ذاته ومشكلاته وهي معاكسة للمراهقة المتكيفة.

- المراهقة المنحرفة: يتميز فيها المراهقة بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي وعدم القدرة على التكيف مع الآخرين.

- المراهقة العدوانية: حيث يتم سلوك المراهق بالعدوان على نفسه وعلى غيره من الناس ويتميز كذلك بتمرد المراهق على الأسرة والمدرسة والمجتمع وعدم التكيف والتخلي بالصفات الأخلاقية. (عبد الرحمان العيسوي، 1995، ص 42).

2- مميزات المراهقة:

وهي تنقسم إلى عدة أقسام:

1-3 النمو المرفولوجي: يزيد طول المراهق في هذه المرحلة بحوالي 10سم حاملا خط زيادة في الوزن تصل إلى 9.5 كغ.

إن أكثر ما يميز هذه المرحلة الاضطراب الطولي في نمو الأطراف والذي قد يعطى كلا غير مقبولا عند الشباب مع تباطؤ في النمو الطولي للجذع هذا بالإضافة إلى نمو كبير في حجم العضلات

2-3 النمو الحركي: بسبب طفرة النمو الجسمي واختلاف أبعاد الجسم نمو السريع غير المنتظم نجد أن المراهق في هذه المرحلة لا يستطيع السيطرة على الأعضاء وكذا التحكم في الحركات كما يلاحظ ضعف التوافق العضلي العصبي والارتباك والتصلب وبذل الجهد الزائد عند أداء الحركات.

3-3 النمو الانفعالي: تربط الانفعالات ارتباطا وثيقا بالعالم الخارجي المحيط بالفرد عبر مميزاتها وانسحاباتها وبالعالم العضوي الداخلي غير شعورها للوجداني وتغيراتها الفيزيولوجية والكيميائية. (أحمد سطويسي 1996، ص 65) ومن أهم المظاهر الانفعالية للمراهق:

أ- **الغضب:** ويكون عندما يشعر بما يعوق نشاطه ويحول بينه وبين غايته.

ب- **القلق:** أهم أسبابه في هذه المرحلة هي التغيرات التي تحدث على المستوى الجسدي وكذلك معاملة الوالدين له على أنه لا يزال صغيرا بالتالي فهم لا يأخذون برئيه ولا يحترمون رغباته، كل هذا يتحول إلى شعور المراهق بالإهمال والتهميش من قبل والديه وحتى المجتمع. (د.أكرمزي خطابية، 1997، ص 71)

ت- **العدوانية:** تعد المراهقة من العوامل المساعدة على الزيادة في درجة العدوانية والتي هي تلك النزاعات التي تتجسد في تصرفات حقيقية أو وهمية ترمي إلى الأذى بالأخر وتميز بالجريمة وإذلاله. (محمد سلامة آدم، توفيق حداد، 1973، ص 74)

3-4 النمو النفسي: إن التغيرات الفيزيولوجية والجسدية وإعادة تهيئة الخصم الدماغية الجديدة يعمل على زيادة النزوات وردود الأفعال النفسية والتي تكون كمايلي:

اضطرابات نفسية طويلة لسبب توديع مرحلة الطفولة

- الإحساس بالهوية (ذكر، أنثى) والذي لم ينتبه له في مرحلة الطفولة

- استغالات المراهق تكون موجهة باتجاه التخيلات

النمو السريع في التفكير والمجرى

عدم تقبل س... الكبار. (أحمد زين، 2006، ص 105)

3-5 النمو الاجتماعي: تعتبر هذه المرحلة من المراحل الحساسة التي يعيشها للفرد ، إذ فيها يحقق كيانه الاجتماعي ويحس أنه قد أصبح مكانة بين مجتمعه ومحيطه فهو الآن يطلع إلى اكتشاف علاقات واتجاهات جديدة مختلفة تجعل منه رجلاً مشاركاً في بناء مجتمعه ووطنه فعلى المراهق في هذه المرحلة أن يسير وفق ما تميله العلاقات والتقاليد السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه ،وفي هذا الصدد يذكر مصطفى غالبا إن اكتساب الفرد لهذه العادات والاتجاهات هي شرط أساسي من شروط حصوله على التكيف الاجتماعي الذي يحقق له الاستقرار والراحة النفسية ولذلك فإكتسابها بطريقة غير سوية يحول بينه وبين يحقق أهدافه ويعرضه إلى بعض الأزمات ومشاعر التوتر والاضطرابات وعدم الاستقرار. (أبو بكر مرسي، محمد مرسي، بدون ذكر سنة، ص، ص 22-23)

3-6 النمو العقلي: يقتصر النمو في مرحلة المراهقة على التغيرات العضوية، إنما نميز هذه الأخيرة من الناحية النفسية بأنها فترة تميز وتمايز وفترة نضج في القدرات العقلية والنمو العقلي عموماً، فالنمو العقلي هو تلك التغيرات الطارئة على الأداء السلوكية للأطفال أو الناشئة للمختلفين في أعمارهم الزمنية وهذه التغيرات تتميز عادة بالزيادة نوعاً وكماً مقدراً. (أحمد زكي صالح، 1996، ص 120)

4- مشاكل المراهقة

-**المشاكل النفسية:** تؤثر هذه المشاكل بنسبة كبيرة في نفسية المراهق والتي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التحرر والاستقلال، وثورته لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق والأساليب، فهو لا يخضع لقيود البيئة وتعاملها وأحكام المجتمع، وقيمة الاجتماعية والخلقية، بل أصبح يفحص الأمور ويزنها بتفكيره وعقله وعندنا يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه ولا تقدر موقفه ولا تحس بإحساسه الجدي لهذا فهو يسعى بدون قصد لأنه يؤكد ذاته بثورته وعناده، فإذا كانت كل الأسرة والأصدقاء لا يفهمون قدرته ومواهبه ولا تعامله كفرد مستقل، ولا تشبع فيه حاجاته الأساسية في حسن يجب أن يحس بذاته وأن يعترف الكل بقدراته وقيمه. (ميخائيل خليل عوض، 1971، ص73)

-**المشاكل الاجتماعية:** أهم أبرز مشكلات المراهقة الاجتماعية تنشأ من الأسرة.

5- ممارسة الرياضة وعلاقتها بالمراهق

- **دوافع المشاط الرياضي:** إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بالطابع المركب نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية أهم الدوافع التي تحفز اللاعب على ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة وقد حدد الباحث (R4DIE) أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وقسمها إلى نوعين: (جلال سعد علاوي محمد، 1996 ص187)

- **دوافع مباشرة:**

- الإحساس بالرضا والإشباع يعد نشاط عضلي كنتيجة للنشاط البدني.

- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوباتها

- الاشتراك في المنافسات الرياضية التي تعبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي.

- دوافع غير مباشرة:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة ن.ر.ب

- الإحساس بالضرورة في حالة السمنة حتى تسمح للفرد في تخفيف وزنه من حيث الثقل وكذلك في أنواع الرياضات كالمصارعة الحرة لضرورة الدفاع النفس.

- ممارسته للنشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج وقد يحب الفرد أنه يمارس الرياضة لأنها تساهم في قدرته على أدائه ورفع مستوى إنتاجه في العمل .

6- الرياضة عند المراهق

في مرحلة المراهقة يكون الفرد متحمسا في ممارسة النشاط الرياضي والبدني ومستعد لتجاوز الحدود إذ كان الأمر متعلقا بتحسين وتعديل مهاراته الرياضية وإظهارها وبتنمية استعداداته ومواهبه

- ويكون قد انفصل عن النشاطات التقليدية ويتوجه نحو الرياضة مثل كرة القدم ، كرة السلة .. الخ من أنواع الرياضات فمثلا في سن 16 فإنه يصل إلى التقليل من اللعب بالتدريج في حيث نجده دائما يهتم أكثر فأكثر بمشاهدة الألعاب الرياضية التلفزيونية فبعد ما كان لعب المراهق رمزي في مرحلة الطفولة يشترط في مرحلة المراهقة تنظيم تغنى اللعب بحيث يجب توفير العتاد والمكان وكل الظروف الملائمة.

- المراهقة هي المرحلة التي نريد فيها أبعاد المراهق عن السلبية المهمة وغير الواضحة دون أن نوفر له ونفترض عليه الإمكانات الجذابة للاهتمام بلعب، ويرجع هذا ربما إلى عدم معرفة التحول النفسي الذي يحدث عند كل مراهق

وتعتبر الرياضة من أنواع اللعب المميز الذي توجد الجسم من الروح حيث أن "paribas" المفكر الاجتماعي حيث يركب في الرياضة تربية حركية نفسية وحركية اجتماعية وعلى هذا ففي مرحلة المراهقة لم تصبح المهارة النفسية هما الأساس في الرياضة، وإنما التلميذ المستعمل لهما أي الرياضة تستدعي بعض الشروط حتى يمكن الفرد القيام بها. (علاوة محمد صالح، 1987، ص، ص 162-165)

خلاصة:

نستخلص من خلال النقاط التي تطرقنا إليها في هذا الفصل أن للتلاميذ في هذه المرحلة هم مراهقين لهم خصوصيات ومميزات، نظرا للتغيرات التي تطرأ في هذه المرحلة، ومن تغيرت فيزيولوجية، عقلية جنسية وانفعالية والنمو

الذي يشهده جسم المراهق (الوزن، القامة) و انتقاله من مرحلة الطفولة إلى مرحلة البلوغ الجنسي الجسمي، والعقلي.... الخ.

إن مرحلة المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الفرج لأنها المرحلة التي تتم فيها إعداد الفرد الناشئ ليصبح مواطن يتحمل مسؤوليات المشاركة في نشاط المجتمع الكبير وفيما يتكون شخصيته وتحدد مقوماته وكلمة مراهقة تدل على مرحلة النمو المتوسط بين الطفولة والرشد الذي يتسبب كثيرا في القلق والاضطرابات النفسية حيث يشار لهذه الفترة بأنها فترة زمنية يتم فيها للنضج البيولوجي والفيزيولوجي والجسمي عموماً كما يبلغ فيها الفرج الطفولة النهائية كذلك يتم فيها النضج القلب نسبة لذكائه التي تبلغ أقصى درجة لما في نهاية هذه الفترة كما تظهر الضرورة الفردية تشكل بارز ومستمر إذ ينمو الميول والقدرات العقلية و تباين لدى الأفراد وهناك الكثير من الفروق بين الجنسين سواء من الناحية العقلية أو الجسمية أو الطبيعية فالإناث يسبقن الذكور إلا أن الذكور يزيدون عن الإناث حجماً وطولاً كما أن البنات تظهر تفوقها في بعض القدرات اللغوية والنفسية في حيث يتفوق الذكور في القدرات العلمية وبهذا يجب العناية من طرف الآباء والمربين من حيث أسلوب التعامل معهم.

الجانب التطبيقي:

الدراسة الميدانية

الفصل الثاني:

منهجية البحث وإجراءاته

الميدانية

تمهيد :

بعد تطرقنا إلى الجانب النظري وبعد تكوين خلفية نظرية عن موضوع الدراسة، سوف نحاول فيما يلي وضع الموضوع في إطاره الميداني محاولين تحديد أهم إجراءاته المنهجية بدأ بدراسة استطلاعية، منهج البحث، بالإضافة إلى مجتمع وعينة البحث ومجالاته وتحديد متغيرات البحث، وأيضاً أدوات البحث، وأخيراً الأسلوب الإحصائي المستخدم، وهذه الإجراءات التي تعتبر ذات أهمية كبيرة قبل النزول إلى الميدان فبواسطتها تتحدد كيفية الدراسة الميدانية وبالتالي تحدد درجة صحتها وصحة نتائجها وهذا من خلال اختيار التقنيات التي تتلاءم مع طبيعتها.

الدراسة الإستطلاعية:

البحوث الاستطلاعية، هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها. (ناصر ثابت، 1984، ص74) كما لا يخفى على أي باحث، إن ضبط سوؤالا لإشكالية وصياغة الفرضيات، هو أساس انطلاق الدراسة وأما أدوات البحث المناسبة فهي أساس إنجاز الجانب الميداني، الذي يعطي مصداقية للإشكالية ولما كان الاستبيان هو أحد الأدوات المعتمد عليها لإنجاز هذا البحث.

كانت بداية المشروع منذ توجيه وإرشاد الأستاذ المشرف، وبعدها فقد قمنا بزيارة لمجموعة من المؤسسات التربوية التابعة لمديرية التربية لولاية البويرة وقبل التطبيق النهائي لأدوات البحث قمنا بزيارة ميدانية وهذا بغرض التعرف على ميدان البحث وكذا مختلف العوامل المحتملة التي قد تعرقل التطبيق الجيد لأدوات الدراسة أو السير الحسن للبحث، وذلك ما مكننا من الإطلاع على عمل بعض الأساتذة، وكانت لنا لقاءات مع بعض الأساتذة وطرح بعض الأسئلة عليهم بخصوص الانعكاسات التي تتركها التربية البدنية والرياضية والرياضة المدرسية على التلاميذ، والغرض منها هو إيضاح بعض المفاهيم المتعلقة بموضوع الدراسة.

ثم بعد ذلك تلتها زيارات ميدانية إلى مقر مديرية التربية لولاية البويرة وكان لنا نقاش مع الأمين العام لمديرية التربية الذي أمدنا ببعض المعلومات والإحصاءات المتعلقة بتوزيع وتقسيم المؤسسات على مستوى المقاطعة. ثم قمنا بعرض عبارات الاستبيان على مجموعة من الأساتذة من أجل التحكيم مراجعة الأسئلة والتصحيح وتغيير البعض منها حسب ملاحظات الأستاذ أي نقمنا بتوزيع الاستبيان الأولى على مجموعة من أجل الوقوف على نقائص وثغرات الاستبيان قبل التوزيع النهائي له.

كذلك للتعرف على مدى وضوح الأسئلة، بصفة عامة وقياسها المطلوب قياسه، التعرف على الأسئلة التي قد تسبب حرجا للمستجوبين أو يحاولون عدم عليها، حتى يتم إعادة صياغتها بطريقة أخرى تبعد هذا الحرج.

1-2 المنهج المتبع:

يعتبر اختيار منهج الدراسة مرحلة هامة عملية البحث العلمي، إذ يحدد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس، فإن منهج الدراسة له علاقة مباشرة بموضوع الدراسة، وبإشكالية البحث، حيث طبيعة الموضوع هي التي تحدد اختيار المنهج المتبع، وانطلاقاً من موضوع دراستنا، الرياضة المدرسية ودورها في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

حيث نتطرق في بحثنا إلى موضوع أو ظاهرة من الظواهر التربوية والنفسية والاجتماعية ما هي عليه في الحاضر وكشف جوانبه تحديد العلاقة بين عناصرها، بغرض توضيح انعكاس المتغير المستقل على المتغير التابع واستجابة لطبيعة الدراسة، اعتمدنا على المنهج الوصفي والذي يعرف بأنه: "عبارة عن عملية استقصاء في ظاهرتين الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها، وكشف جوانبها، وتحديد العلاقات بين عناصرها" (رابح تركي، 1984، ص105)

وقد عرفه "هويتي" في تصنيفه للمناهج بأنه: "يعتمد على تجميع الحقائق والمعلومات م مقارنتها أو تحليلها وتفسيرها للوصول إلى تعميمات مقبولة".

يمكن أن يعرف بأنه: "الطريقة المنظمة لدراسة حقائق راهنة متعلقة بظاهرة أو موقف أو أفراد أو أحداث أو أوضاع معينة بهدف اكتشاف حقائق جديدة لو لتحقيق من صحة حقائق قديمة، وأثارها والعلاقات التي تتصل بها وتفسيرها وكشف الجوانب التي تحكمها".

ويعرف أيضاً بأنه: "مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة التي هي محل الدراسة." (بشير صالح راشدي، بدون ذكر السنة، ص59)

لقد تم بدأ هذا البحث في شهر جانفي بالنسبة للجانب النظري أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد دام شهرين أبريل و ماي في هذه المدة قمنا بتوزيع الاستبيانات وتحليل النتائج المحصل عليها باستعمال الطرق الإحصائية.

2-2 متغيرات البحث:

- المتغير المستقل: الرياضة المدرسية

- المتغير التابع: القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي

2-3 مجتمع البحث:

إن مجتمع الدراسة يمثل الفئة الاجتماعية التي نريد الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة، وفي هذه الدراسة يتكون مجتمع بحثنا 123 أستاذ يدرسون في الثانوية، وهم موزعين على ثانويات ولاية البويرة والتي عددها 59 مؤسسات.

2-4 عينة البحث:

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

عند دراسة بحثنا هذا قمنا باختيار العينة من ولاية البويرة وذلك لكوننا نساكن فيها، حيث قمنا بتوزيع الاستبيانات الموجهة لأساتذة التعليم الثانوي وتحتوي هذه العينة على 20 أستاذ موزعين كالتالي:

- ✓ أستاذ من ثانوية صديق بن يحي
- ✓ أستاذين من ثانوية العقيد أوعمران
- ✓ أستاذين من ثانوية عبد الرحمان ميرة
- ✓ أستاذين من ثانوية كريم بلقاسم
- ✓ أستاذين من ثانوية بوشرايين محمد
- ✓ أستاذين من ثانوية هواري بومدين
- ✓ أستاذين من ثانوية حمزة
- ✓ أستاذين من ثانوية زبيدي محمد
- ✓ أستاذين من ثانوية أمزيل أمحمد
- ✓ أستاذين من ثانوية بربار عبد الله

وخمسة أساتذة موزعون على ثانويات أخرى

وكان اختيارنا لهذه العينة عشوائيا والخمس البقية من ثانويات أخرى.

2-5 مجالات البحث:

1- المجال البشري:

يتكون مجتمع البحث المدروس من عدد أفراد يقدر بحوالي 123 استاذ موزعين على كل الثانويات لولاية البويرة و المقدر عددها 59 ثانوية

2- المجال المكاني:

أجري البحث بأربع ثانويات بولاية البويرة وهي: (صديق بن يحي، العقيد أوعمران، كريم بالقاسم، وثانوية عبد الرحمان ميرة).

3- المجال الزمني: لقد امتد الاطار الزمني للدراسة الميدانية من الفاتح أبريل الى غاية منتصف شهر ماي.

أدوات البحث:

الاستبيان:

يعتبر الاستبيان أحد وسائل البحث العلمي المستعملة على نطاق واسع من أجل الحصول على بيانات أو معلومات تتعلق بأحوال الناس أو ميولهم أو اتجاهاتهم، ودوافعهم أو معتقداتهم، وتأتي أهمية الاستبيان كأداة لجمع المعلومات بالرغم مما يتعرض له من انتقادات كما أنه اقتصادي في الجهد والوقت، كما يعرفانه أداة عملية تعتبر من بين وسائل الاستقصاء لجمع المعلومات، الأكثر فعالية لخدمة البحث، يحتوي هذا الأخير على مجموعة من الأسئلة تمت صياغتها لاختبار صحة فروض هذه الدراسة وأهداف البحث وهو ثلاث أنواع. (سامي عريف، 1999، ص، ص 67-68)

1-الاستبيان المغلق:

وفيه تكون الإجابة مقيدة، بحيث يحتوي على أسئلة تليها إجابات محددة، وما على المفحوص أو المشارك، إلا أن يختار واحدة منها بوضع دائرة حولها أو أية إشارة يطلبها الفاحص، كما هو الحال في الأسئلة الموضوعية، ومن مزايا هذا النوع من الاستبيانات أنه يشجع على الإجابة عليه، لأنه لا يتطلب وقتا وجهدا كبيرين، ويسهل عملية تصنيف البيانات وتحليلها إحصائيا ومن عيوبه أن المفحوص قد لا يجد بين الإجابات الجاهزة ما يريد. (سامي عريف، المرجع السابق، ص، ص 67-68)

2-الاستبيان المفتوح:

وفيه تكون الإجابة حرة مفتوحة، حيث يحتوي الاستبيان على عدد من الأسئلة يجيب عليها المفحوص بطريقته ولغته الخاصة، كما هو الحال في الأسئلة المقالية، ويهدف هذا النوع من الاستبيانات إلى إعطاء المشارك فرصة لأن يكتب رأيه ويذكر تبريراته للإجابة بشكل عام وصريح.

ومن مزايا هذا النوع أنه يعطي المفحوص الفرصة لكي يعطي إجابة كاملة عن الأسئلة التي تقدم له، ويقيس اتجاه المفحوص بشكل أفضل من المغلق، ومن عيوبه أنه يتطلب جهدا وقتا وتفكيراً جادا من المفحوص مما قد لا يشجعه على المشاركة بالإجابة، كما تأتي البيانات المأخوذة منه متعددة باختلاف آراء المفحوصين واتجاهاتهم وبالتالي تصعب معالجتها إحصائيا.

3-الاستبيان المغلق المفتوح:

ويحتوي على عدد من الأسئلة ذات إجابات جاهزة ومحددة، وعلى عدد آخر من الأسئلة ذات إجابات حرة مفتوحة أو أسئلة ذات إجابات محددة متبوعة بطلب تفسير سبب الاختيار، ويعتبر هذا النوع أفضل من النوعين السابقين لأنه يتخلص من عيوب كل منهما.

2-7 الوسائل الإحصائية :

لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق و الأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية، تمت بالوصف الموضوعي الدقيق، فالباحث لا يمكنه الاعتماد على الملاحظات و لكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث الى الأسلوب الصحيح و النتائج السليمة، وقد استخدمنا في بحثنا هذا التقنيات الإحصائية التالية:

الفصل الثاني: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

_النسب المئوية:

استخدم الباحث قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة بعد حساب تكرارات كل منها و مثال ذلك الإجابة على السؤال التالي:

هل ممارسة الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يشعر بالمتعة في مساعدة أصدقائه؟

فكانت الإجابة بنعم = 20 و لا = 00 و أحيانا = 00

بعد تطبيق الطريقة المألوفة لحساب النسب المئوية (الطريقة الثلاثية) , تكون النتيجة كما يلي

$$\frac{\text{مجموع عدد الإجابات ب نعم } (100 \times 20)}{100} = \text{الاجابة بنعم}$$

المجموع الكلي لأفراد العينة 20

$$\frac{\text{مجموع عدد الإجابات ب } (100 \times 0)}{100} = \text{الإجابة ب لا}$$

المجموع الكلي لأفراد العينة 20

_اختبار كاف التربيع:

$$\chi^2 = \frac{\text{مجموع (ت ح - ت ن)^2}}{ت ن}$$

يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان و هي كما يلي :

ك2 : القيمة المحسوبة من خلال الاختبار

ت ح : عدد التكرارات الحقيقية

ت ن : عدد التكرارات النظرية

_ درجة الخطأ المعياري (مستوى الدلالة) $a = 0,05$

_ درجة الحرية $n - 1 = n$ حيث n تمثل عدد الفآت

خلاصة :

تساعد الإجراءات الميدانية للبحث العلمي إلى ترتيب البحث بطريقة منهجية و كذلك تساهم في تسيير النتائج المتحصل عليها , و قد اتبعنا في جمع البيانات على الاستمارة الاستثنائية التي سمحت لنا بالحصول على مجموعة من النتائج و التي سنقوم بتحليلها و مناقشتها في الفصل الموالي .

الفصل الثالث:

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

إن أهمية أي دراسة ودقتها تتعدى الجانب النظري المنطلق منه، ولقد تطرقنا في هذا الفصل إلى المعالجة الإحصائية للمعلومات التي تم جمعها عن طريق الاستبيان وذلك بالاعتماد على الوسائل الإحصائية التي تمثلت في النسبة المئوية واختبار كا²، من أجل التأكد من مدى صحة الفرضيات التي تمت صياغتها، تمكنا من تحليل ومناقشة النتائج ومقارنتها بالفرضيات، والخروج بالاستنتاجات.

5-1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان:

المحور الأول:.

1- السؤال رقم (01): هل ممارسة الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يشعر بالمتعة في مساعدة زملائه؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كان ممارسة الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يشعر بالمتعة في مساعدة زملائه.

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	20	%100	39.98	2	5.99	دالة
لا	0	%0				
أحيانا	0	%0				
المجموع	20	%100				

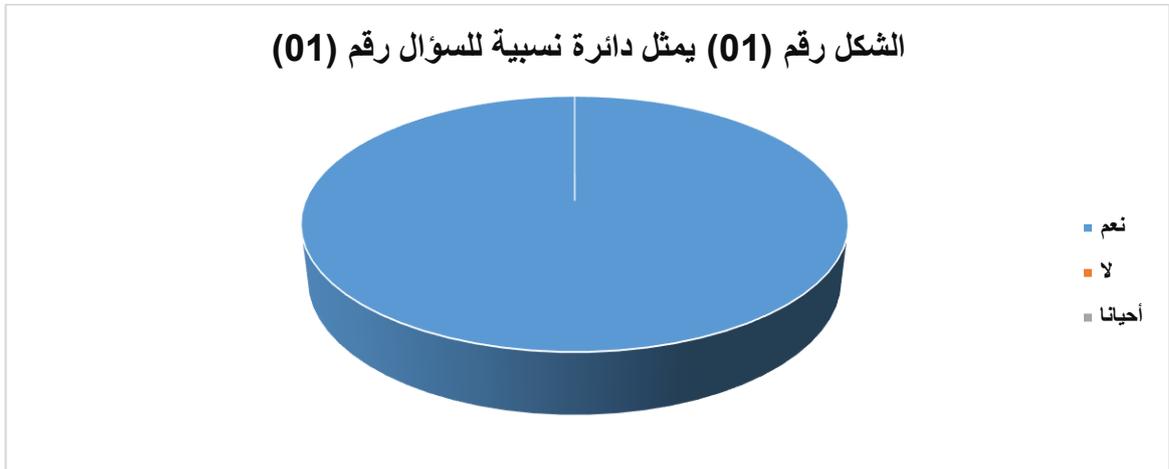
جدول رقم (01) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (01)

تحليل ومناقشة النتائج الجدول رقم (01):

من خلال الجدول رقم 01 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة احصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج: من خلال تحليل النتائج نستنتج أن خلال التنافس في الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يشعر بالمتعة في مساعدة لزملائه. أثناء المنافسة

الشكل رقم (01) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (01)



1- السؤال رقم (2): هل ممارسة الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يفضل العمل كعضو في الجماعة؟
الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كانت الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يفضل العمل كعضو في الجماعة

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	13	65%	09.09	2	5.99	دالة
لا	3	15%				
أحيانا	4	20%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (02) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (02).

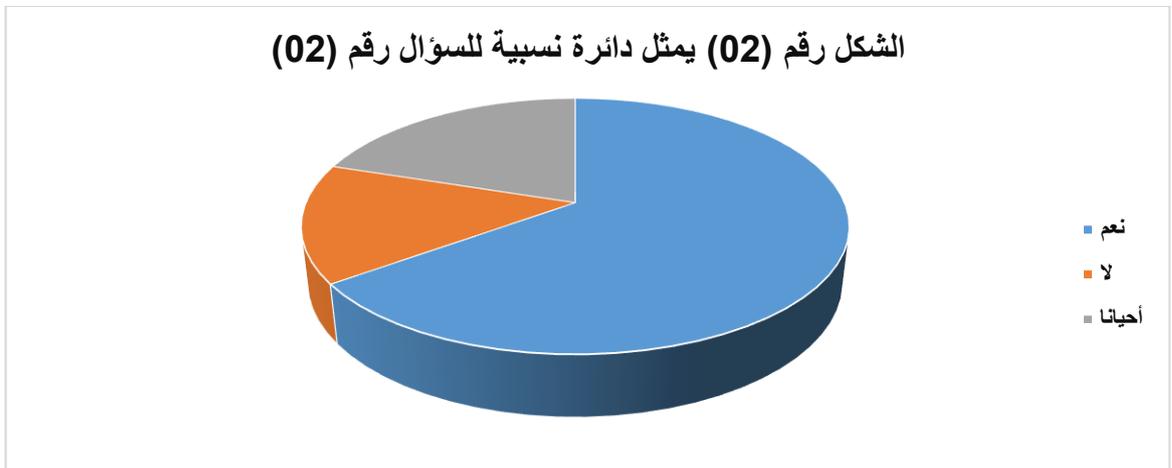
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (02):

من خلال الجدول رقم 02 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج

من خلال تحليل النتائج نستنتج أن للرياضة المدرسية تحبه التلميذ في العمل كعضو في الجماعة لطبيعتها التي تعتمد على تكوين روح الرياضة

الشكل رقم (02) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (02)



1- السؤال رقم (03): هل ممارسة الرياضة المدرسية تشعر التلميذ بأنه على اتفاق مع من حوله من تلاميذ؟
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت الرياضة المدرسية تشعر التلميذ بأنه على اتفاق مع من حوله من تلاميذ.

العبرة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	2	10%	24,08	2	5.99	دالة
لا	1	5%				
أحيانا	17	85%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (03) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (03).

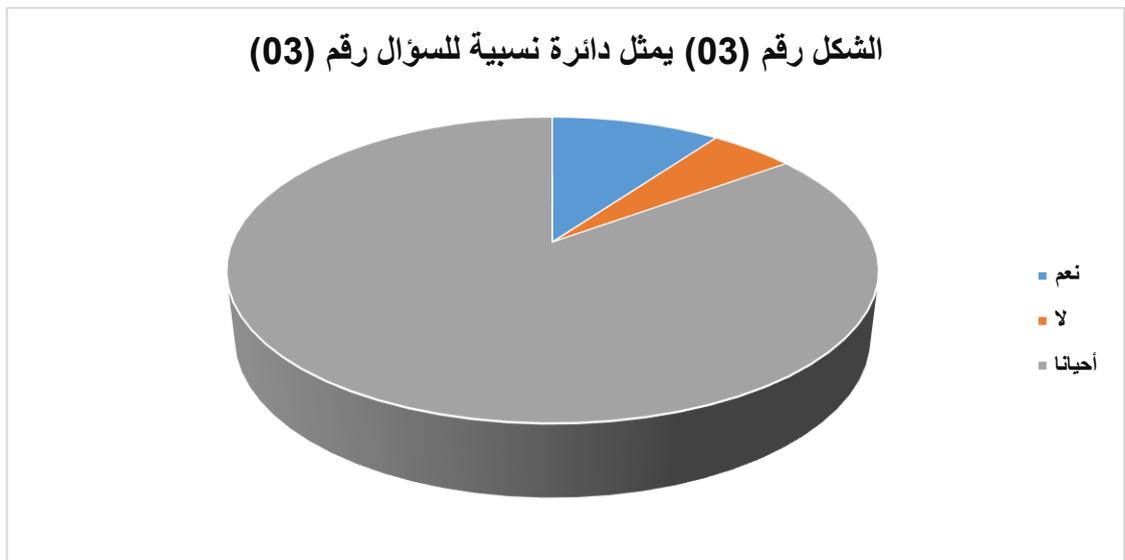
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (03):

من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت ب أحيانا.

الاستنتاج:

من خلال تحليل للنتائج نستنتج أن التلميذ يشعر بأنه على اتفاق مع فريقه وذلك خلال التنافس في الرياضة المدرسية. فالرياضة المدرسية تعلمه التعاون والاتصال الجيد مع زملائه في الفريق.

الشكل رقم (03) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (03)



1- السؤال رقم (04): في رأيك هل ممارسة الرياضة المدرسة تساعد التلميذ على الاحتكاك والميول أكثر إلى زملائه؟

الغرض من السؤال: معرفة ما اذا كانت ممارسة الرياضة المدرسة تساعد التلميذ على الاحتكاك والميول أكثر إلى زملائه

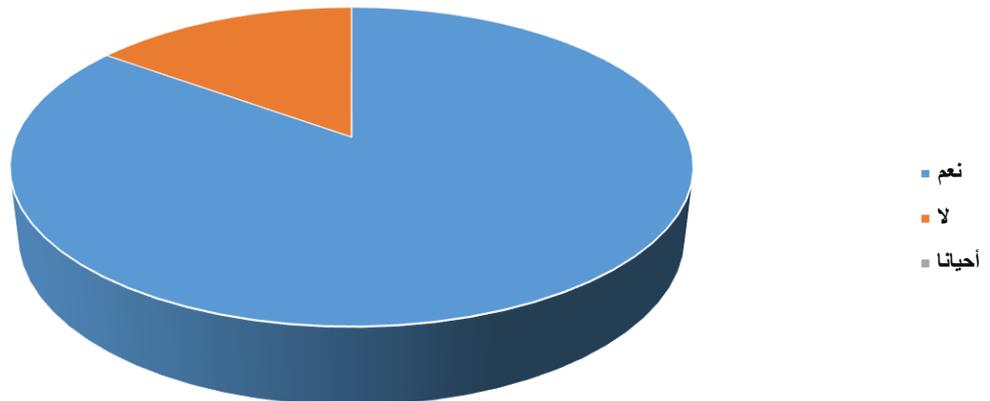
العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك2 المحسوبة	درجة الحرية	ك2 الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	17	85%	24,08	2	5.99	دالة
لا	3	15%				
أحيانا	0	0%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (04) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للسؤال (04).

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (04): من خلال الجدول رقم نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة احصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .
الاستنتاج:

من خلال تحليل للنتائج نستنتج أن الرياضة المدرسية. تجعل وتمكن التلميذ من الاحتكاك والميول إلى زملائه خلال المنافسة وتكرس الصداق والمحبة

الشكل رقم (04) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (04)



1- السؤال رقم (5): هل للرياضة المدرسية دور في جعل التلاميذ يشاركون زملائهم اهتماماتهم و أفكارهم؟
الغرض من السؤال: معرفة إذا للرياضة المدرسية دور في جعل التلاميذ يشاركون زملائهم اهتماماتهم و أفكارهم

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	2	10%	12,38	2	5.99	دالة
لا	4	40%				
أحيانا	14	50%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (05) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (05).

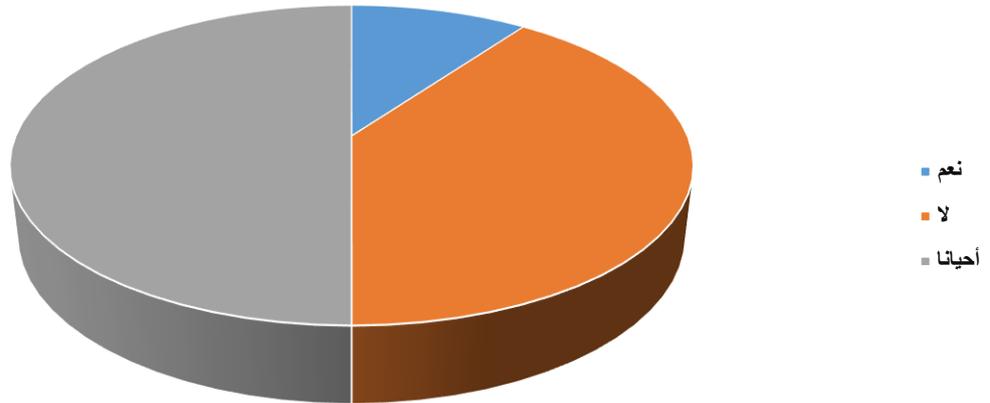
تحليل ومناقشة النتائج الجدول رقم (05):

من خلال الجدول رقم 05 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت ب أحيانا .

الاستنتاج:

من التحليل السابق نستنتج أن الرياضة المدرسية تساعد التلميذ في تقوية علاقات التلاميذ واهتمامهم لهم ومشاركتهم في أفكارهم خلال المنافسة وتبادل الآراء حول داخل الفريق وأثناء وضعيات المباريات المختلفة وأثناء الانتقال إلى مواجهة الفرق.

الشكل رقم (05) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (05)



الفصل الثالث: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1- السؤال رقم (06): في رأيك هل الرياضة المدرسية دور في جعل علاقة بزملائه تدوم لفترة طويلة؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا للرياضة المدرسية دور في جعل علاقة بزملائه تدوم لفترة طويلة

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك2 المحسوبة	درجة الحرية	ك2 الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.95
نعم	14	70%	14,8	2	5.99	دالة
لا	0	0%				
أحيانا	6	30%				
المجموع	20	100%				

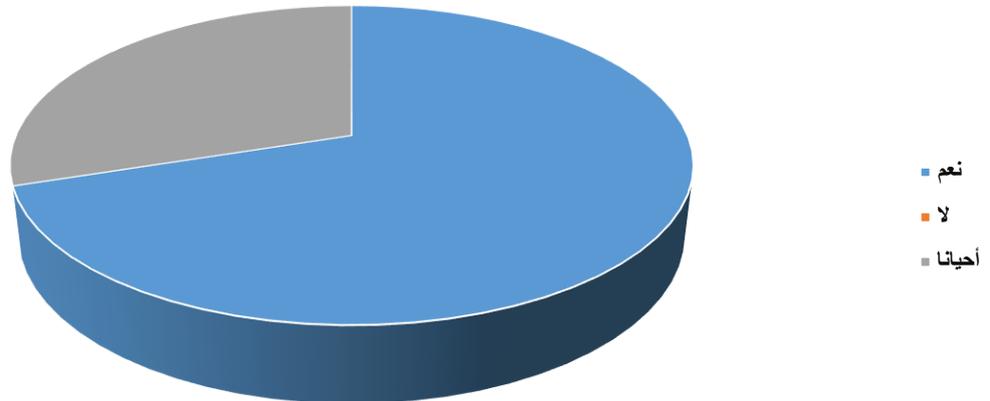
جدول رقم (06) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (06).

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (06):

من خلال الجدول رقم 06 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .
الاستنتاج:

نستنتج أن التنافس في الرياضة المدرسية يجعل علاقات التلاميذ دائمة لأن الفترة التي يتعايش فيها التلميذ لمدة طويلة فيما يشعر ويجتمعون على الخسارة أو الربح.

الشكل رقم (06) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (06)



الفصل الثالث: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

السؤال رقم (07): هل تعتقد أن ممارسة الرياضة المدرسية تشعر التلاميذ بأنهم مسؤولون عن مساعدة زملائهم؟
الغرض من السؤال: معرفة كيفية مواجهة ظاهرة التمر حسب رأي أستاذ التربية البدنية والرياضية.

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	18	90%	29,2	2	5.99	دالة
لا	2	10%				
أحيانا	0	0%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (07) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (07).

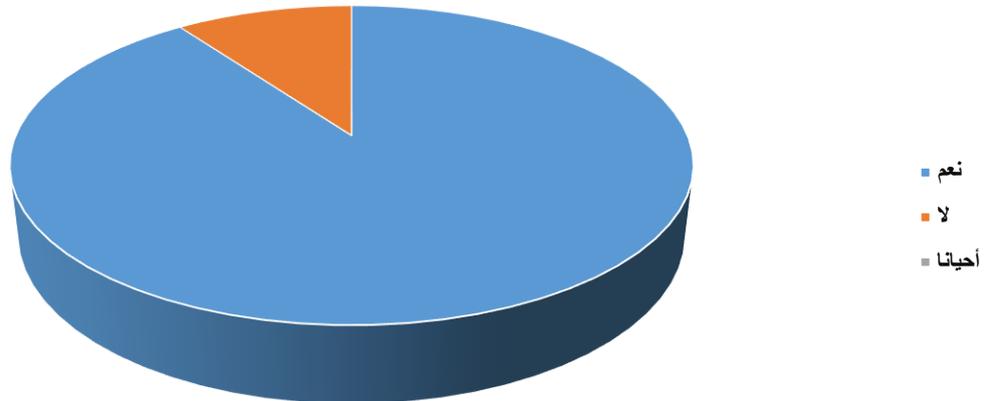
تحليل ومناقشة نتائج السؤال رقم (07):

من خلال الجدول رقم 07 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

من التحليل للجدول رقم 07 نستنتج أن عند ممارسة التلميذ للرياضة المدرسية يشعره بمسؤولية عند زملائه. عن طريق القيام بالمهام على أحسن وجه من أجل الفريق .

الشكل رقم (07) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (07)



المحور الثاني: الرياضة المدرسية تساعد التلميذ على الاندماج مع الآخرين في مرحلة الطور الثانوي.

1- السؤال رقم (8): هل ممارسة الرياضة المدرسية تساعد التلاميذ على كسب أصدقاء جدد بسهولة؟

الغرض من السؤال: معرفة قيمة ممارسة الرياضة المدرسية في مساعد التلاميذ على كسب أصدقاء جدد بسهولة.

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	16	80%	20,79	2	5.99	دالة
لا	0	0%				
أحيانا	4	20%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (08) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (08).

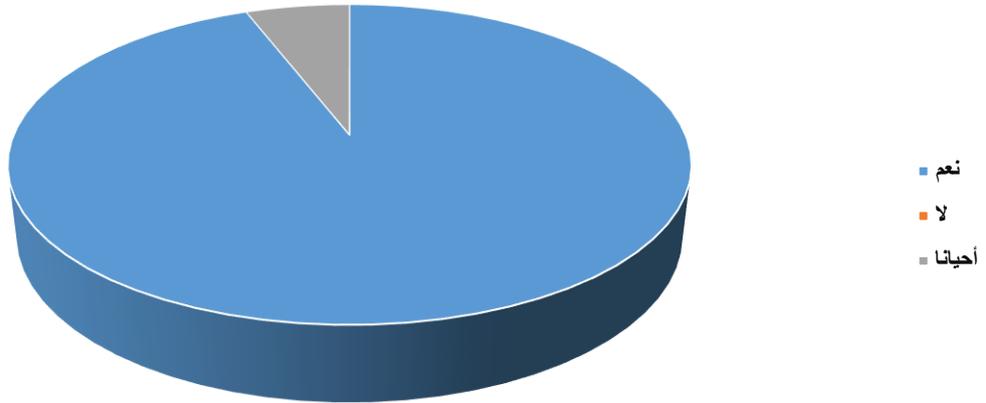
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (08):

من خلال الجدول رقم 08 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

من تحليل الجدول رقم 08 نستنتج أن خلال ممارسة الرياضة المدرسية تساعد التلاميذ في كسب أصدقاء جدد وعلاقات جديدة عن فهي الاتصال بأعضاء جدد عن ضغوط أخرى.

الشكل رقم (08) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (08)



2- السؤال رقم (9): هل الرياضة المدرسة تساعد التلاميذ على إزالة الشعور بعدم الراحة في وجود الآخرين؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كانت الرياضة المدرسة تساعد التلاميذ على إزالة الشعور بعدم الراحة في وجود الآخرين.

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	15	75%	17,04	2	5.99	دالة
لا	0	0%				
أحيانا	5	25%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (09) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (09).

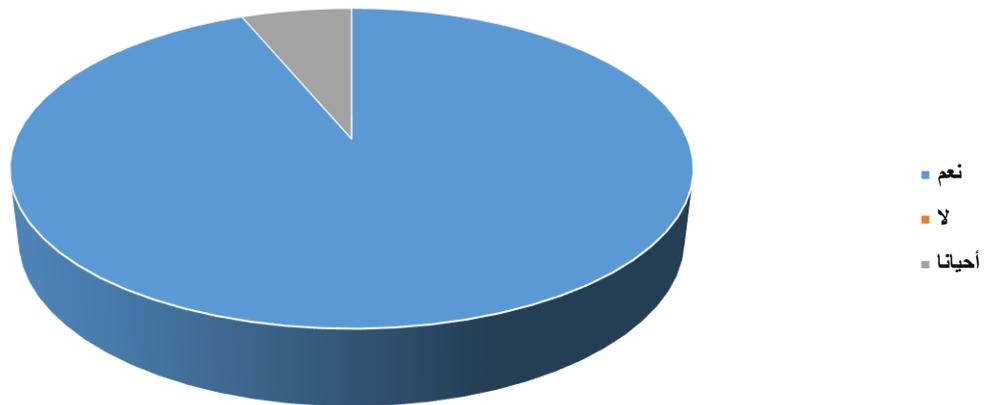
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (09):

من خلال الجدول رقم 09 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

نستنتج من التحليل السابق أن ممارسة المنافسات في الرياضة المدرسية تساهم في إزالة الشعور بعدم الراحة والقلق من وجود الزملاء آخرين لكثرة الاحتكاك ومحاولة معالجة المشاكل التي بينهم.

الشكل رقم (09) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (09)



1- السؤال رقم (10): هل ممارسة الرياضة المدرسية تجعل التلاميذ يشتركون أكثر في الممارسات الاجتماعية عند تسمح لهم الفرصة؟

الغرض من السؤال: معرفة ما اذا كانت الرياضة المدرسية تجعل التلاميذ يشتركون أكثر في الممارسات الاجتماعية عند تسمح لهم الفرصة

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	15	75%	15,69	2	5.99	دالة
لا	2	10%				
أحيانا	3	15%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (10) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (10).

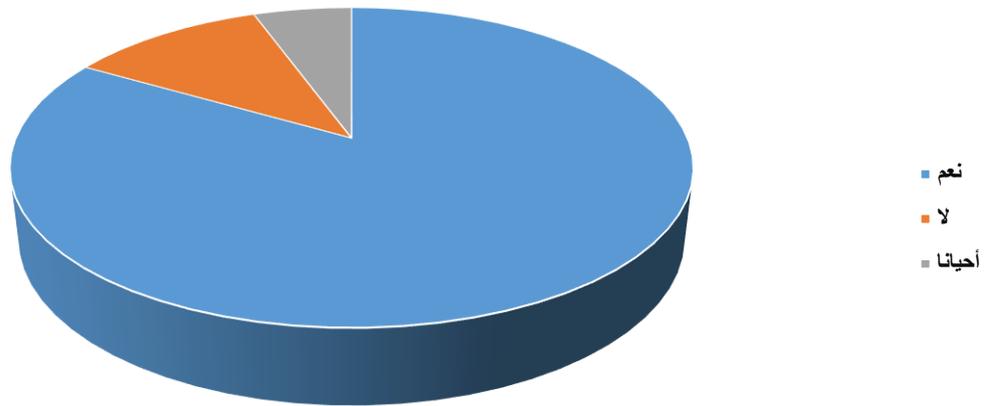
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (10):

من خلال الجدول رقم 10 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

نستنتج أن التلميذ يشارك في الممارسات الاجتماعية وذلك نسبة إلى خبرته وتجربته في المنافسات خلال الرياضة المدرسية تجعل إنسان نشط يجيب الحركة والمساهمة غير منعزل.

الشكل رقم (10) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (10)



الفصل الثالث: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

السؤال رقم (11): هل تعتقد أن ممارسة الرياضة المدرسية تجعل التلميذ متفتح على الآخرين؟

الغرض من السؤال: معرفة ما اذا كانت ممارسة الرياضة المدرسية تجعل التلميذ متفتح على الآخرين

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	20	%100	39,98	2	5.99	دالة
لا	0	%0				
أحيانا	0	%0				
المجموع	20	%100				

جدول رقم (11) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (11).

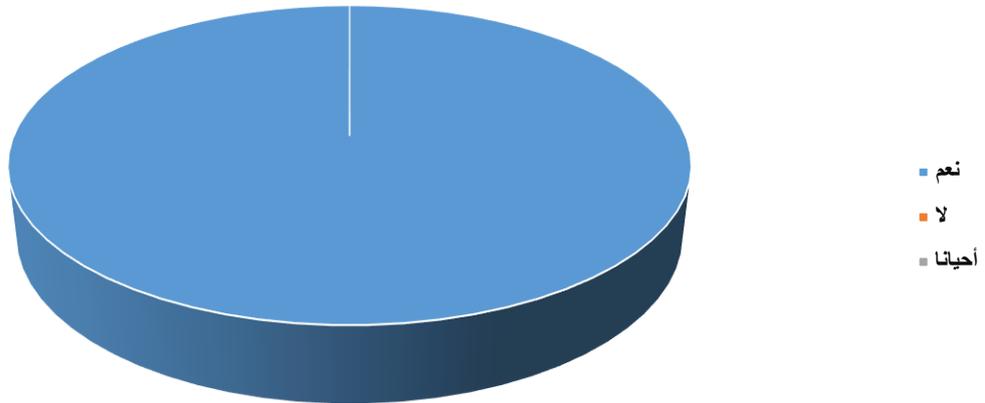
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم(11):

من خلال الجدول رقم 11 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

من خلال تحليل النتائج نستنتج أن التلميذ يصبح شخص اجتماعي ومنفتح على الآخرين وذلك بفضل التنافس في إطار الرياضة المدرسية يجعل قبول الآخر ممكن.

الشكل رقم (11) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (11)



1- السؤال رقم (12): في رأيك هل ممارسة الرياضة المدرسة تشعر التلميذ بأنه شخص اجتماعي؟
الغرض من السؤال: معرفة ما اذا كانت الرياضة المدرسة تشعر التلميذ بأنه شخص اجتماعي

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	17	85%	24,7	2	5.99	دالة
لا	0	0%				
أحيانا	3	15%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (12) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (12).

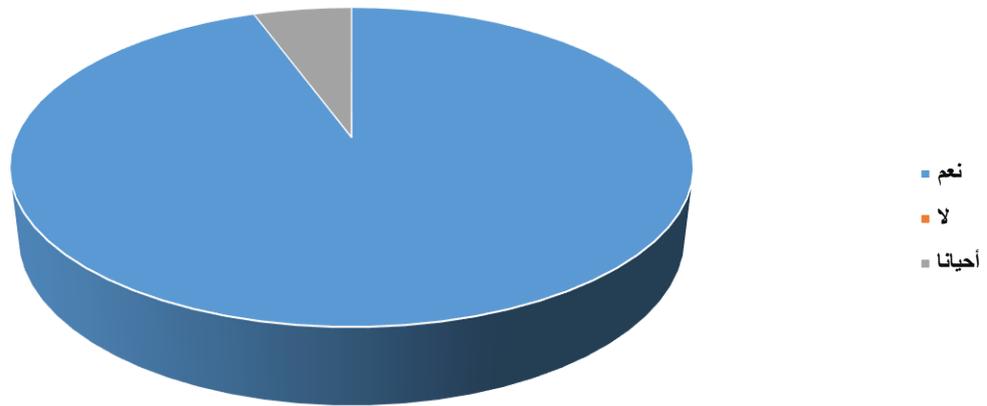
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (12):

من خلال الجدول رقم 12 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

نستنتج من المنافسات في ايطار الرياضة المدرسية بأن التلميذ يستطيع أن يحدد شخصيته فان الرياضة المدرسية توجهه نحو الجانب الاجتماعي عن طريق الاحتكاك بالآخرين أثناء المنافسة

الشكل رقم (12) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (12)



السؤال رقم (13) هل ممارسة الرياضة المدرسة تشعر التلميذ بأنه في اطار مجموعة من الأصدقاء؟
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت الرياضة المدرسة تشعر التلميذ بأنه في اطار مجموعة من الأصدقاء

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	18	90%	29,2	2	5.99	دالة
لا	0	0%				
أحيانا	2	10%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (13) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (13).

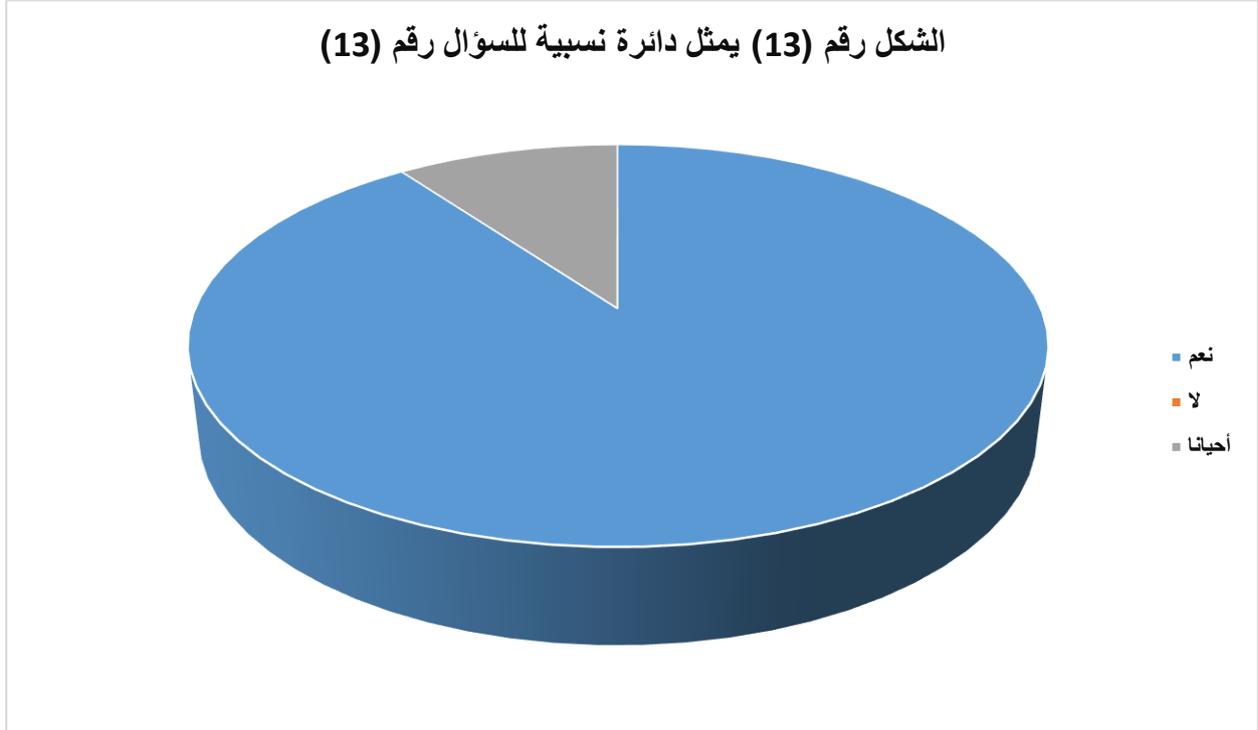
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (13):

من خلال الجدول رقم 13 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

نستنتج أن التنافس يساعد التلميذ ويشعره بأنه ينتمي إلى مجموعة ما ولديه أصدقاء في المجموعة وذلك في بالتعامل مع الأصدقاء عن طريق التنافس الرياضي المدرسي

الشكل رقم (13) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (13)



1- السؤال رقم (14): هل تعتقد أن ممارسة الرياضة المدرسية لها دور في إزالة الشعور بالخجل لدى التلاميذ؟؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا كانت ممارسة الرياضة المدرسية لها دور في إزالة الشعور بالخجل لدى التلاميذ

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	14	70%	14,8	2	5.99	دالة
لا	0	0%				
أحيانا	6	30%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (14) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (14).

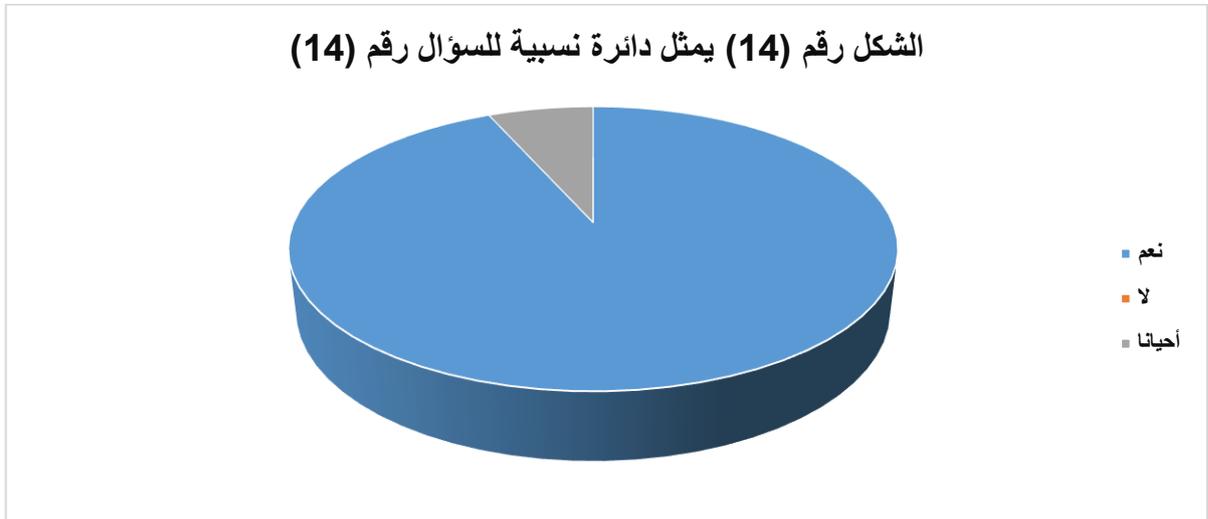
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (14):

من خلال الجدول رقم 14 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

نستنتج من التحليل أعلاه للرياضة المدرسية دور كبير في إزالة الشعور بالخجل والوحدة لدى التلاميذ وذلك إكتساب الثقة بالنفس خلال المنافسة والتعامل مع الزملاء الجدد و هذا عن طريق الاحتكاك مع الزمن إلى أثناء المنافسة

الشكل رقم (14) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (14)



الفصل الثالث: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

المحور الثالث: تساهم الرياضة المدرسية في تنمية مهارة ضبط النفس لدى التلاميذ مرحلة الطور الثانوي
السؤال رقم (15): هل تعتقد بأن ممارسة الرياضة المدرسة تساعد التلميذ على تعزيز ثقته بنفسه والايمن
بقدرته؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كانت ممارسة الرياضة المدرسة تساعد التلميذ على تعزيز ثقته بنفسه والايمن
بقدرته

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك2 المحسوبة	درجة الحرية	ك2 الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	18	90%	29,2	2	5.99	دالة
لا	0	0%				
أحيانا	2	10%				
المجموع	20	100%				

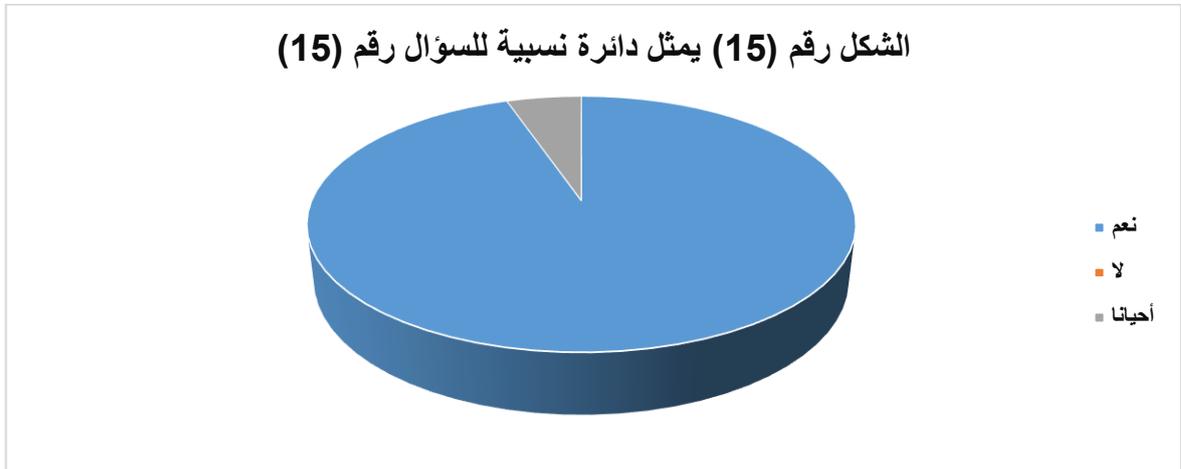
جدول رقم (15) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (15).

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (15) من خلال الجدول رقم 15 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة احصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

من خلال تحليل الجدول رقم 15 نستنتج أن عند ممارسة الرياضة المدرسية وتجربة جو التنافس فيها يزيد في ثقة النفس والإيمان بالقدرات لدى التلاميذ وذلك عن طريق تحقيق النتائج المرجوة والتعامل بالأخلاق الطيبة مع الآخرين.

الشكل رقم (15) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (15)



السؤال رقم (16): هل ترى أن ممارسة الرياضة المدرسية تشعر التلميذ بأنه إنسان محبوب عند زملائه؟
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت ممارسة الرياضة المدرسية تشعر التلميذ بأنه إنسان محبوب عند زملائه.

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك2 المحسوبة	درجة الحرية	ك2 الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	13	65%	12,7	2	5.99	دالة
لا	0	0%				
أحيانا	7	35%				
المجموع	20	100%				

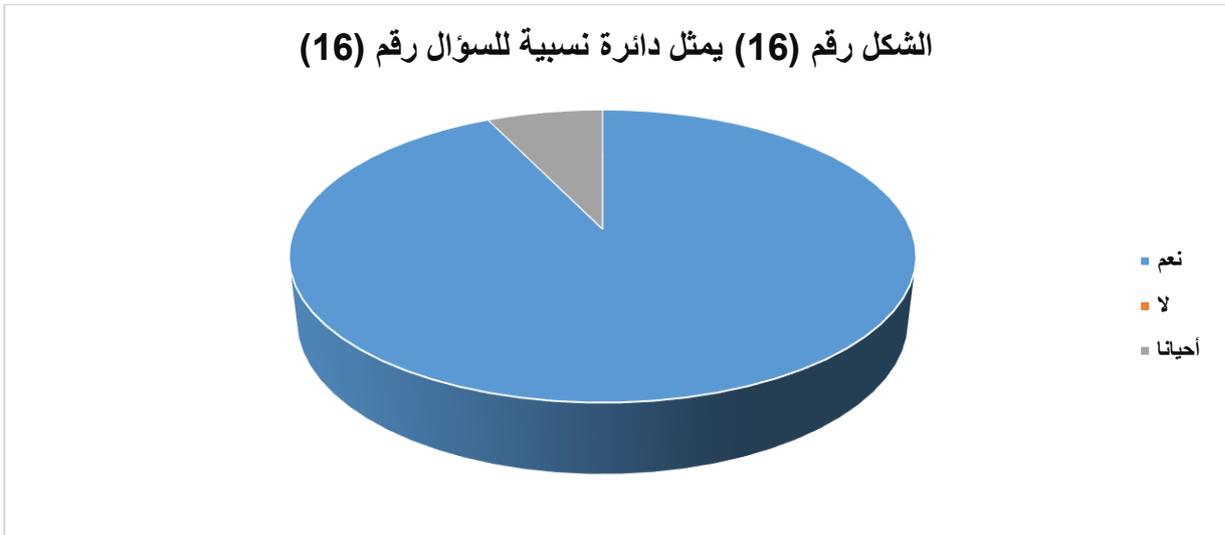
جدول رقم (16) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (16).

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (16): من خلال الجدول رقم 16 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

من خلال تحليل النتائج نستنتج أن التنافس الرياض المدرسي ينمي شعور التلميذ في كونه إنسان محبوب عند زملائه. وهذا عن طريق العلاقات الحسنة المتبادلة سواء بين أعضاء الفريق أو مع المنافس والحاجة إليه عند الغياب الشعور بذلك

الشكل رقم (16) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (16)



السؤال رقم (17): في رأيك هل الرياضة المدرسية تساعد التلاميذ على تقبل نواحي ونقاط الضعف الخاصة بهم؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى مساعدة الرياضة المدرسية للتلاميذ تقبل نواحي ونقاط الضعف الخاصة بهم.

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	14	70%	14,8	2	5.99	دالة
لا	6	30%				
أحيانا	0	0%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (17) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (17).

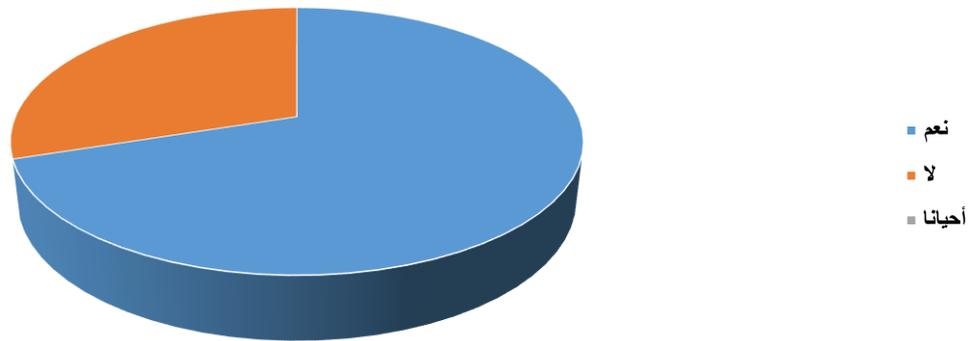
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (17):

من خلال الجدول رقم 17 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة احصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

من خلال تحليلنا لنتائج الجدول رقم 17 نستنتج أن خلال التنافس في الرياضة المدرسية يساعد التلميذ على التقبل نقاط الضعف وهذا نسبة إلى ثقتهم بالبنفس وتعدد أهداف النشاط الرياضي المدرسي بحيث أن الهدف منها هو الترويج عن النفس.

الشكل رقم (17) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (17)



السؤال رقم (18): هل للرياضة المدرسية دور في جعل التلاميذ يعبرون عن مشاعرهم لزملائهم حتى لو أدى ذلك إلى نتائج سلبية؟

الغرض من السؤال: معرفة ما اذا للرياضة المدرسية دور في جعل التلاميذ يعبرون عن مشاعرهم لزملائهم حتى لو أدى ذلك إلى نتائج سلبية

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك2 المحسوبة	درجة الحرية	ك2 الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	20	100%	39,98	2	5.99	دالة
لا	0	0%				
أحيانا	0	0%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (18) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (18).

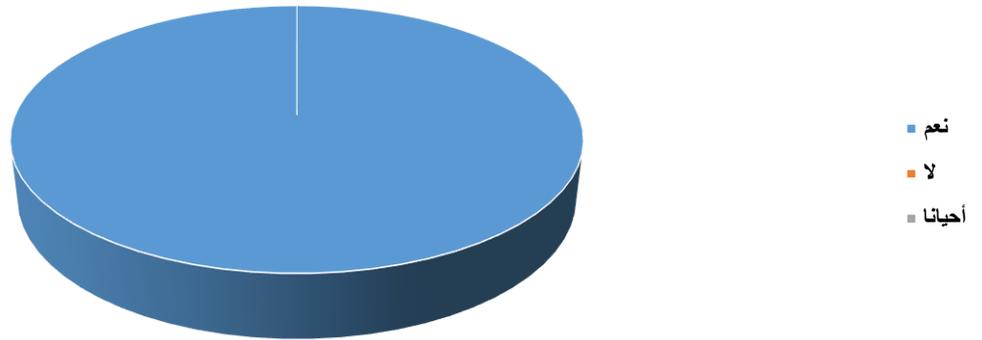
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (18):

من خلال الجدول رقم 18 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة احصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

من خلال تحليل النتائج نستنتج بأنه للرياضة المدرسية دور فعال في جعل التلميذ يفصح ويعبر عن مشاعره الداخلية لزملائه دون التردد في ذلك وهذا نسبة للثقة المتبادلة فيما بينهم.

الشكل رقم (18) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (18)



السؤال رقم (19): هل للرياضة المدرسية دور في جعل التلاميذ يعبرون عن رأيهم بجدية دون تردد أو خوف؟

1- الغرض من السؤال: معرفة ما اذا كانت للرياضة المدرسية دور في جعل التلاميذ يعبرون عن رأيهم بجدية دون تردد أو خوف

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	ك ² الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	14	70%	12,4	2	5.99	دالة
لا	2	10%				
أحيانا	4	20%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (19) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (19).

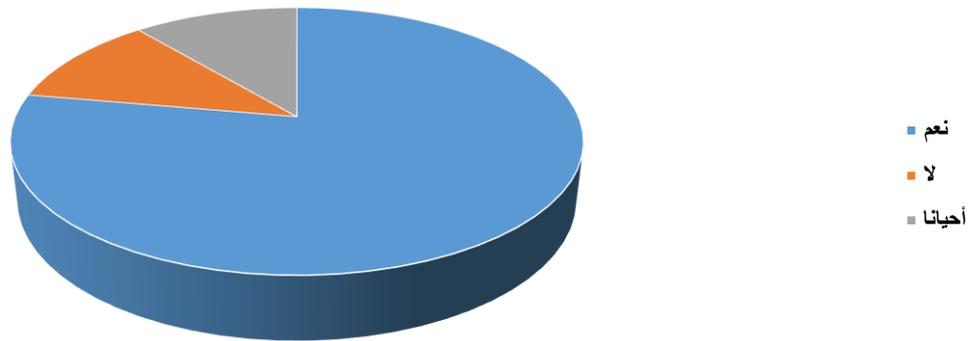
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (19):

من خلال الجدول رقم 19 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

من خلال تحليل النتائج نستنتج بأن النشاط الرياضي التنافسي أو الرياضة المدرسية دور في إنماء صفة ابداء الرأي لدى التلميذ بعد أن زال تأثيرا الخجل وانفتاح على الآخر وعلى الزملاء.

الشكل رقم (19) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (19)



السؤال رقم (20): هل الرياضة المدرسية تساعد التلميذ على نسيان الخلاف مع زملائه في سبيل الحفاظ على علاقته الطيبة معهم؟

الغرض من السؤال: معرفة دور مدى مساعدة الرياضة المدرسية للتلميذ على نسيان الخلاف مع زملائه في سبيل الحفاظ على علاقته الطيبة معهم

العبارة	مجموعة التكرارات	النسب المئوية	ك2 المحسوبة	درجة الحرية	ك2 الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى 0.05
نعم	17	85%	24.09	2	5.99	دالة
لا	2	10%				
أحيانا	1	5%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (20) يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للسؤال (20).

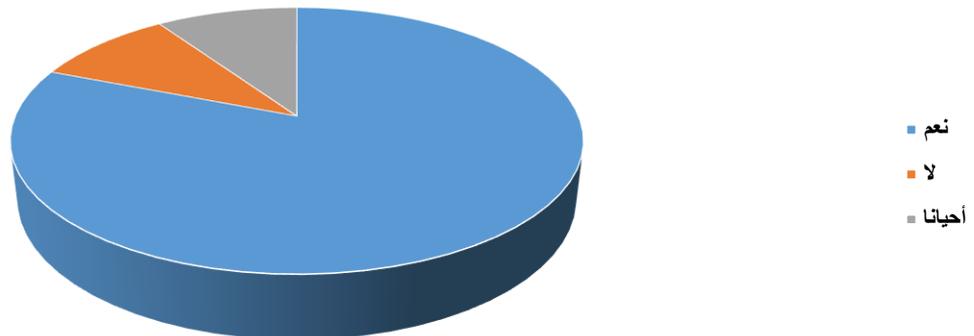
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (20):

من خلال الجدول رقم 20 نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 02 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة احصائية حيث الأغلبية أجابت بنعم .

الاستنتاج:

نستنتج أن التلميذ دائما ينسى العلاقات السيئة مع زملائه ويحافظ دائما على العلاقة الطيبة والوحدة معهم خلال ممارستهم للرياضة المدرسية

الشكل رقم (20) يمثل دائرة نسبية للسؤال رقم (20)



مناقشة عامة:

من خلال بحثنا دور الرياضة المدرسية دور في تنمية القدرات النفسية و الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي ومن هذا في الوسط المدرسي قمنا اقتراح مجموعة من الفرضيات وبعد اختبارها تحصلنا على النتائج التالية:

فيما يخص الفرضية الأولى من نتائج الجدول رقم 01 تبين وجود فروق ذات دلالة الإحصائية فوجدنا أن جل الأساتذة يرون أن الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يشعر بالمتعة في مساعدة الآخرين أو زملائه أثناء المنافسة ومن الجدول رقم 03 تبين وجود فروق ذات دلالة الإحصائية فوجدنا أن أغلبية الأساتذة وافقوا بأن التلميذ يشعر بأنه على اتفاق مع فريقه ذلك خلال التنافس في الرياضة المدرسية وتعلم التعاون والاتحاد والاتصال مع الزملاء في الفريق نتائج الجدول 07 تبين كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية فوجدنا أن جل الأساتذة وافقوا بأن ممارسة التلميذ للرياضة المدرسية يشعره بمسؤولية عند الزملاء عن طريق قيامه بمهامه على أحسن وجه ومن أجل الفريق وعدم التفريط.

- وهذا ما توصلت إليه دراسة الطالبان لعموري عادل و دواجي محمد تحت اشراف الدكتور أرزقي إسماعيل سنة 2017\2018 تحت عنوان دور الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي ومن هذا نستنتج أن الفرضية الأولى صحيحة ومؤكدة.

فيما يخص الفرضية الثانية ومن خلال نتائج الجدول 08 تبين وجود فروق ذات دلالة الإحصائية فوجدنا أغلبية الأساتذة يرون أن الرياضة المدرسية تساعد التلاميذ في كسب أصدقاء جدد وعلاقات جديدة وهذا عن طريق الاتصال بأعضاء جدد من الصفوف الأخرى ومن خلال نتائج الجدول رقم 11 تبين كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية فوجدنا أن أغلبية الأساتذة وافقوا بأن التلميذ يصبح شخص اجتماعي ومنفتح على الآخرين وذلك بفضل تنافس في إطار المدرسة المدرسية وتجعل قبول رأي الآخرين ممكن وهذا ما توصلت إليه دراسة الطالب بن عبد الرحمان سيد علي سنة 2008 \2009 تحت عنوان مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة الثانوي و من هذا نستنتج أن الفرضية الثانية مؤكدة وصحيحة.

أما فيما يخص الفرضية الثالثة ومن خلال نتائج الجدول رقم 16 تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية فوجدنا أن أغلبية الأساتذة يرون أن التنافس الرياضي المدرسي ينمي شعور التلميذ في كونه إنسان محبوب عند زملائه وهذا عن طريق العلاقات الحسنة المتبادلة سواء بين أعضاء الفريق أو مع المنافس والحاجة إليه عند الغياب والشعور لذلك وأداء عمله.

ومن نتائج الجدول رقم 20 تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية فوجدنا أن أغلبية الأساتذة يرون أن التلميذ دائماً ينسى العلاقات السيئة مع زملائه ويحافظ على العلاقة الطيبة والوحدة معه خلال ممارستهم للرياضة المدرسية. وهذا ما توصلت إليه الدراسات فإن الفرضية الثالثة مؤكدة وصحيحة

الاستنتاج العام:

ومنه ومما سبق ذكره وبعد التحقيق من صحة الفرضيات الجزئية المقترحة في بداية الدراسات نستطيع القول بأن الفرضية العامة والتي تقول بأن للرياضة المدرسية دور في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- 1- أن أغلبية الأساتذة يؤكدون بأن الرياضة المدرسية مفيدة لتنمية قدرات التلاميذ نفسيا وتجعله متفتح.
- 2- أن التنافس يجعل التلاميذ يعبرون عن مشاعرهم حتى ولو كانت نتائج سلبية.
- 3- إن الرياضة المدرسية تجعل التلميذ المراهق يكتسب الأخلاق الطيبة والحسنة.
- 4- إن المنافسات في التربية البدنية والرياضية تجعل المراهق يكتسب أصدقاء جدد وعلاقات أخوية.
- 5- إن الرياضة المدرسية تجعل المراهق شخصي اجتماعي محبوب عند زملائه.
- 6- إن الرياضة تساعد التلميذ على تقبله للنقاط الضعف الخاصة به.
- 7- إن الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يشعر ويشارك زملائه في أفكارهم.
- 8- إن التنافس الرياضي المدرسي يساعد على تنمية المراهق نفسيا وبدنيا.

الخاتمة:

أصبحت المشاكل النفسية و كذا الاجتماعية من بين أبرز المشاكل التي يتخبط فيها المراهق بصفة عامة و تلميذ المرحلة الثانوية بصفة خاصة, حيث يعتبر هذان الجانبان موضوع انشغال الكثير من العلماء حيث أقرّو بأن تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لا يتحقق إلا بممارسة النشاط البدني الرياضي و تلقي التوجيهات و الإرشادات و بها تختلف أحسن العلاقات بين التلاميذ في الوسط الاجتماعي و المدرسي , مما دعانا لكتابة بحث خاص درسنا فيه وسيلة من وسائل معالجة هذا المشكل ألا و هي دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية و الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي .

وقد حاولنا في بحثنا هذا أن نوضح التأثيرات الايجابية و الدور الكبير الذي تلعبه الرياضة المدرسية للمراهق في تنمية القدرات النفسية و تحقيق التكيف الاجتماعي و هذا عن طريق تكيف التلميذ مع بيئته الاجتماعية و أيا إشباع حاجاته المتعددة و إمكانياته الأدائية و العقلية .

و عليه فان الرياضة المدرسية تساهم في تطوير العلاقات الاجتماعية بين الفرد و ذاته و بين الفرد و الجماعة و تنمية قدرات التلاميذ العقلية و تطوير النضج الفكري و تعلم قيم الروح الرياضية و التنافسية مما تعمل على إنشاء جيل صحيح البنية الجسمية , قوي الشخصية ذو أفكار بناءة و يعمل على النهوض بالرياضة الوطنية و تمثيلها أحسن تمثيل كما تعتبر وسيلة هامة في إنشاء عاتقات أخوية و صدقات متينة في الوسط الاجتماعي و المدرسي .

و من خلال هذا كله تبين لنا أن للرياضة المدرسية دور في تنمية القدرات النفسية و الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي .

الإقتراحات و الفروض المستقبلية:

- إقامة الدورات الرياضية داخل المؤسسات التربوية بشكل دوري ومكثف.
- إدخال الرياضات القتالية ضمن اهتمامات المقيمين أو المشرفين على هذا النوع من المنافسات.
- توفير الإعانات المادية للمنشآت الرياضية داخل المؤسسات التربوية.
- تشجيع التلاميذ على الانضمام إلى النوادي الرياضية المدرسية وذلك عن طريق تحفيزهما على ذلك.
- توعية التلاميذ بأهمية الرياضة المدرسية لما لها من فائدة على جميع الجوانب خاصة النفسية والاجتماعية.
- إجراء بحوث تهتم بفائدة التربية البدنية والرياضية في تنمية المراهق عقليا ونفسيا.

البيولوجيا الجزيئية

قائمة المصادر و المراجع باللغة العربية:

- أ/م زكي خطابية- المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، د.الفكر العربي، القاهرة، 1997.
- ابراهيم محمد سلامة "اللياقة البدنية للاختبارات والتدريب، ط2، دار المعارف، القاهرة، 1980.
- أبو بكر مرسى، محمد مرسى، النمو الاجتماعي.
- احسن زين - سيكولوجية الطفل والمراهق، منشورات دار الأمواج، ط1، سكيكدة، 2006.
- أحمد بسطويسي، أسسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1996.
- أحمد بسطويسي ، طرق التدريس في مجال التربية البدنية والرياضية، ط2، بغداد، سنة 1989.
- أحمد زكي صالح، النمو العقلي، 1996.
- أنور الخولي، جمال الدين الشافعي - مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط1، القاهرة، مصر، دار الفكر العربي، سنة 2000.
- بشير رشد وحسن الحبيب ودرعى. "انعكاسات ممارسة التربية البدنية والرياضية على النمو الاجتماعي للفرد في المرحلة الثانوية، مذكرة ليسانس، جامعة الجزائر، 1998.
- جريدة الخبر الصادرة بتاريخ 25 نوفمبر 1996.
- الجسيماني عبد العالي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة وخصائصها الأساسية، الدار العربية للعلوم، لبنان، 1981.
- جلال سعد علاوي محمد، علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف، ط1، سنة 1986.
- د. عبد الفتاح دويزر. "سيكولوجية النمو والارتقاء" - د. ر المعارف الجامعية، بدون طبعة - 1996.
- رمضان محمد القذافي "علم نمو الطفولة والمراهقة". المكتبة الجامعية الحديثة، الاسكندرية، الطبعة 2، 1997.
- رمضان محمد القذافي، علم النفس النمو، الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية الأزهرية الاسكندرية، ط2، سنة 2000.
- سامي عريف وآخرون، مناهج البحث العلمي وأساليبه، ط م، دار مجدلاوي، عمان، سنة 1999.
- عبد الرحمان العيسوي. "علم النفس النمو"، دار المعرفة الجامعية، ط1، سنة 1995.
- عبد الرحمان العيسوي، سيكولوجية المراهق والمسلم المعاصر، دار الآفاق الجديدة، بيروت، 1991.
- عبد العالي الجسيماني، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، وخصائصها الأساسية، دار البيضاء للعلوم، لبنان، 1994.
- علاوي محمد صالح، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، ط1، سنة 1987.
- قاسمي الصادق وايسوعا محمد: أثر الممارس الرياضية على التوازن النفسي والاجتماعي لدى المراهقين"، مذكرة ليسانس - جامعة الجزائر، 1994.
- مالك سليمان مغول. "علم نفس الطفولة والمراهقة". مطابع مؤسسة دمشق، 1981.
- محمد الافندي. "علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية الرياضية." دار النهضة للطبع والنشر.

- محمد الافندي، نفس المرجع السابق.
- محمد السيد عبد الرحمان، دراسة في الصحة النفسية، دار قيلة، القاهرة، سنة 1988.
- محمد حسن علوي: "علم النفس الرياضي"، دار المعارف، الطبعة 1، 1986.
- محمد سلامة آدم وتوفيق حداد، علم نفس الطفل، دار العلم، ط1، دمشق، 1973.
- محمد عادل خطاب كمال الدين تركي: التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية: دار النهضة العربية، القاهرة، 1965.
- محمد عادل خطاب كمال الدين تركي، المرجع السابق.
- محمد عدامي وهشام طواهرير، 2011.
- مصطفى فهمي "الصحة النفسية"، دار المعارف، القاهرة، ط3، سنة 1958.
- ميخائيل خليل عوض، مشكلات المراهقة في المدن والريف، دار المعارف، القاهرة، ط1، سنة 1971.
- ناصر ثابت، أضواء على الدراسة الميدانية مكتبة الفلاح الكويتية، 1984، .
- وزارة الشباب والرياضة للجمهورية الجزائرية، قانون التربية البدنية والرياضية، المؤرخ 1976.

قائمة المصادر و المراجع باللغة الأجنبية:

- B. Samir pour un champion du monde en Algérie, liberté le 8 avril 1997.
- Philippe Maier. La physiologie Humaine, 2^{ème} édition Flamasiemmédeume – Science. Paris, SI, 1983.
- ZannguiSaid, fondement organisation et Méthode de logique pour la création d'une école sport pour enfant, is-ts Alger 1985.

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة العقيد أكي محند أولحاج
معهد علوم وتقنيات نشاطات البدنية والرياضية
قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

في إطار انجازنا لمذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية, تحت عنوان دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية و الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي , يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذا الاستبيان, و بصفتكم من ذوي الاختصاص , قد تم اختياركم للإجابة على هذا الاستبيان المغلق لعينة عشوائية .

تحت اشراف الدكتور

د . قليل

من اعداد الطالبان:

❖ حديوش بلال

❖ بوبحيرة فريد

السنة الدراسية: 2021/2020

المحور الأول: للرياضة المدرسية دور في تطوير العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي

01- هل ممارسة الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يشعر بالمتعة في مساعدة التلاميذ الآخرين؟

نعم لا أحيانا

02- هل الرياضة المدرسية تجعل التلميذ يفضل العمل كعضو في الجماعة؟

نعم لا أحيانا

03- هل ممارسة الرياضة المدرسية تشعر التلاميذ بأنه على اتفاق مع من حوله من التلاميذ؟

نعم لا أحيانا

04- في رأيك هل ممارسة الرياضة المدرسية تساعد التلميذ على الاحتكاك والميول أكثر إلى زملائه؟

نعم لا أحيانا

05- هل للرياضة المدرسية دور في جعل التلاميذ يشاركون زملائهم اهتماماتهم وأفكارهم؟

نعم لا أحيانا

06- في رأيك هل للرياضة دور في جعل علاقة التلاميذ بزملائهم تدوم لفترة طويلة؟

نعم لا أحيانا

07- هل تعتقد أن ممارسة الرياضة المدرسية تشعر التلاميذ بأنهم مسئولون عن مساعدة زملائهم؟

نعم لا أحيانا

المحور الثاني: الرياضة المدرسية تساعد التلميذ على الاندماج مع الآخرين في مرحلة الطور الثانوي

08- هل ممارسة الرياضة المدرسية تساعد التلاميذ على كسب أصدقاء جدد بسهولة؟

نعم لا أحيانا

09- هل الرياضة المدرسية تساعد التلاميذ على إزالة الشعور بعدم الراحة في وجود الآخرين؟

نعم لا أحيانا

10- هل ممارسة المدرسية تجعل التلاميذ يشتركون أكثر في الممارسات الاجتماعية عندما تسمح لهم الفرصة؟

نعم لا أحيانا

11- هل تعتقد أن ممارسة الرياضة المدرسية تجعل التلميذ متفتح؟

نعم لا أحيانا

12- في رأيك هل ممارسة الرياضة المدرسية تشعر التلميذ بأنه شخص اجتماعي؟

نعم لا أحيانا

13- هل ممارسة الرياضة المدرسية تشعر التلميذ بأنه عضو في جماعة من الأصدقاء؟

نعم لا أحيانا

14- هل تعتقد أن ممارسة الرياضة المدرسية لها دور في إزالة الشعور بالخجل لدى التلاميذ؟

نعم لا أحيانا

المحور الثالث: تساهم الرياضة المدرسية في تنمية مهارة ضبط النفس لدى تلاميذ مرحلة الطور الثانوي

15- هل تعتقد بأن ممارسة الرياضة المدرسية تساعد التلميذ على تعزيز ثقته بنفسه والإيمان بقدراته؟

نعم لا أحيانا

16- هل ترى أنا ممارسة الرياضة المدرسية تشعر التلميذ بأنه إنسان محبوب لدى زملائه؟

نعم لا أحيانا

17- في رأيك هل الرياضة المدرسية تساعد التلاميذ على تقبل نواحي ونقاط الضعف الخاصة بهم؟

نعم لا أحيانا

18- هل للرياضة المدرسية دور في جعل التلاميذ يعبرون عن مشاعرهم لزملائهم حتى ولو أدى ذلك إلى نتائج سلبية؟

نعم لا أحيانا

19- هل للرياضة المدرسية دور في جعل التلاميذ يعبرون عن رأيهم بجدية دون تردد أو خوف؟

نعم لا أحيانا

20- هل الرياضة المدرسة تساعد التلميذ على نسيان الخلاف مع زملائه في سبيل الحفاظ على علاقاته الطيبة معهم؟

نعم لا أحيانا

الملاحق

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

استمارة مصادقة عينة الدراسة

الموضوع دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية و الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي

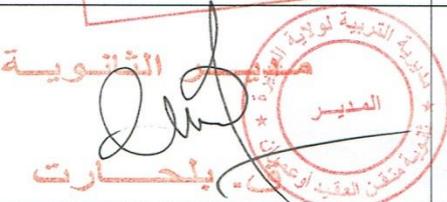
تحت اشراف الدكتور

- قليل محمد

اعداد الطلبة

- بوبحيرة فريد

- حدويش بلال

الامضاء و المصادقة	مكان الثانوية	اسم الثانوية	الرقم
	حي حركات	ثانوية لبنة بيجو بنا يحمي	1
	حي حركات	ثانوية عبد السمات صيرة	2
	حي حركات	ثانوية مسكن العقيد أولمران	3
	حي 1100 مسكن	ثانوية كريم بلقاسم	4

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة العقيد أكي محند أولحاج
معهد علوم وتقنيات نشاطات البدنية والرياضية
قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

قائمة الأساتذة المحكمين والمصححين لاستمارة الاستبيان ضمن متطلبات لنيل شهادة الماستر

تحت عنوان

دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى
تلاميذ الطور الثانوي

قائمة الأساتذة المصححين

الرقم	الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الملاحظة	المؤسسة الأصلية	الامضاء
01	لوناين حميد الله	أستاذ معلم	معدل جيد ملاحظات لفتت	جامعة البحيرة	
02	منهري فيل	أستاذ حاضر	أحمد بن يحيى البحري	جامعة البويرة	
03	علوان رفيق	أستاذ محاضر	مقبول بعد التعديل	جامعة البويرة	
04	أحمد رافع دكتوراه		مقبول بعد التعديل	جامعة البويرة	

تحت اشراف الدكتور

د. قليل

من اعداد الطالبان:

❖ حديوش بلال

❖ بوبحيرة فريد

السنة الدراسية: 2021/2020

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على دور الرياضة المدرسية في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية أي تلاميذ الطور الثانوي، من خلال:

- إظهار مدى أهمية الرياضة المدرسية وحصّة التربية البدنية والرياضية في الحفاظ على الراحة النفسية للتلاميذ بصفة عامة.

- إبراز الدور الذي تلعبه الرياضة المدرسية والتغيير الذي تحدثه على المستوى العقلي والنفسي والاجتماعي.

- معرفة مدى كفاءة التنافس الرياضي المدرسي في الحفاظ على الاستقرار النفسي والتفاعل الاجتماعي للمراهق.

حيث كان التساؤل العام: هل للرياضة المدرسية دور في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ فريضة عامة لهذا التساؤل مفادها أن للرياضة المدرسية دور في تنمية القدرات النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي، وفرضيات جزئية كانت كالتالي:

- للرياضة المدرسية دور في تطوير العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- الرياضة المدرسية تساعد التلميذ في الاندماج مع الآخرين في الطور الثانوي.

- تساهم الرياضة المدرسية وتنمية مهارة ضبط النفس في الطور الثانوي.

وتم اختيار عينة للبحث تمثلت في أساتذة ثانويات ولاية البويرة، حيث بلغ عدد أفراد العينة 20 أستاذ.

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة وكفاءة للبحث استعمل الباحث الاستبيان لجمع البيانات وأخيرا توصل الباحث إلى النتائج الآتية:

- تساهم الرياضة المدرسية في تطوير العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- تساهم الرياضة المدرسية في تنمية مهارة ضبط النفس في مرحلة الطور الثانوي.

كما قام الباحث بطرح بعض الاقتراحات والفروض المستقبلية:

- إقامة الدورات الرياضية داخل المؤسسات التربوية بشكل دوري ومكثف.
- إدخال الرياضات القتالية ضمن اهتمامات المقيمين أو المشرفين على هذا النوع من المنافسات.
- توفير الإعانات المادية للمنشآت الرياضية داخل المؤسسات التربوية.
- تشجيع التلاميذ على الانضمام إلى النوادي الرياضية المدرسية وذلك عن طريق تحفيزهما على ذلك.
- توعية التلاميذ بأهمية الرياضة المدرسية لما لها من فائدة على جميع الجوانب خاصة النفسية والاجتماعية.
- إجراء بحوث تهتم بفائدة التربية البدنية والرياضية في تنمية المراهق عقليا ونفسيا.

Research Summary:

The current research aims to identify the role of school sports in developing the psychological and social abilities of secondary school students, through:

- Demonstrating the importance of school sports and the physical education and sports class in maintaining the psychological comfort of students in general.
- To highlight the role played by school sports and the change it causes on the mental, psychological and social levels.
- Knowing the efficiency of school sports competition in maintaining the psychological stability and social interaction of the adolescent.

Where the general question was: Does school sports have a role in developing the psychological and social abilities of students, a general hypothesis for this question is that school sports have a role in developing the psychological and social abilities of secondary school students, and partial hypotheses were as follows:

School sports play a role in developing social relations for secondary school students.

School sports help the student to integrate with others in the secondary stage

A sample was selected for the research, represented by high school teachers in Bouira state, where the number of sample members was 20 professors.

The researcher used the descriptive approach in order to suit the nature of the study and the efficiency of the research. The researcher used the questionnaire to collect data and finally the researcher reached the following results:

School sports contribute to the development of social relations among secondary school students.