

# جامعة آكلي محند أولحاج-البويرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات

النشاطات البدنية والرياضية.

التخصص: نشاط رياضي تربوي.

الموضوع

التربية البدنية والرياضية وانعكاسها على الجانب النفسي والاجتماعي لتلاميذ الطور

الثانوي ( من 15 الى 18 سنة)

- دراسة ميدانية على ثانويات دائرة عين بسام -

-إعداد الطلبة :

- إشراف الأستاذ

\* العكروت السعيد

• زروقي بوبكر

• يونسسي أسامة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# شكر و عرفان



الحمد لله حمدا طيبا مباركا فهو الأحق بالحق. والشكر على جزيل نعمه.

ووقوفنا عند قوله عليه الصلاة والسلام: "من لم يشكر الله".

أتقدم بالشكر الخالص للأستاذ المشرف على هذه المذكرة

الذي لم يبخل على بنطائه وتوجيهاته القيمة في البحث.

كما اشكره على جديته ودقته في العمل. وأتمنى له التوفيق.

وفي الأخير أتمنى من الله عز وجل أن يرشدني إلى سواء السبيل ويعتق هدفتنا النبيل.

فإن أصيب فمن الله وحده وإن أخطأ فمن نفسي والشيطان.



# الإهداء

إلى من يحمل صدارة إهدائي وطني الغالي " الجزائر "

نهدي ثمرة جهدنا وهذا العمل المتواضع

إلى الوالدين الكريمين أطال الله في عمرهما وإلى الأختوة والأقوات

وإلى أفراد عائلتي زروقي وبنو عيني .

وإلى كل من قدم لنا المساعدة في هذا البحث

وإلى الأصدقاء والزلاء وإلى جميع عمال وأساتذة معهد علوم وتكنولوجيا النشاطات

البدنية والرياضية

## الفهرس

### البسمة

- الشكر..... (أ)
- الإهداء..... (ب)
- قائمة المحتوى..... (ج)
- قائمة الجداول..... (ح)
- قائمة الأشكال..... (ط)
- ملخص البحث..... (ك)
- مقدمة..... (م)

### الجانب التمهيدي

- 1- الإشكالية..... (02)
- 2- الفرضيات..... (03)
- 3- أسباب اختيار الموضوع..... (03)
- 4- أهمية البحث..... (03)
- 5- أهداف البحث..... (04)
- 6- الدراسات السابقة والمشابهة..... (04)
- 7- تحديد المصطلحات..... (05)

### الجانب النظري

#### الفصل الأول : "التربية البدنية والرياضية"

- تمهيد..... (09)
- 1-1 مفهوم التربية البدنية والرياضية..... (10)
- 2-1 أهداف التربية البدنية..... (10)
- 1-2-1 الجانب البدني..... (10)
- 2-2-1 الجانب الاجتماعي..... (11)
- 3-2-1 الجانب النفسي..... (11)
- 4-2-1 التنمية المعرفية..... (11)
- 3-1 التربية البدنية كمادة أساسية..... (12)

4-1 نبذة تاريخية عن تطور التربية البدنية والرياضية في الجزائر خلال الفترة الاستعمارية -1960  
1830..... (12)

1-4-1 السياسة الرياضية في الجزائر..... (13)

2-4-1 أشكال التكوين..... (14)

3-4-1 أهداف تكوين الإطارات الرياضية..... (14)

5-1 أهداف التربية البدنية والرياضية في الجزائر..... (15)

- الخلاصة..... (18)

### الفصل الثاني : " مرحلة التعليم الثانوي "

- تمهيد..... (20)

1-2 مفهوم مرحلة التعليم الثانوي..... (21)

2-2 مكانة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية..... (22)

3-2 أهداف التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي..... (23)

1-3-2 أهداف المجال الحسي الحركي..... (24)

2-3-2 أهداف المجال الاجتماعي..... (24)

3-3-2 أهداف المجال المعرفي..... (24)

4-3-2 أهداف المجال النفسي..... (25)

5-3-2 أهداف المجال الحركي..... (25)

4-2 التربية البدنية والرياضية كمادة دراسية في المرحلة الثانوية..... (26)

5-2 علاقة التربية البدنية والرياضية بالمواد الأكاديمية الأخرى..... (27)

1-5-2 العلاقة التربوية بين المدرس والتلميذ في التربية البدنية والرياضية..... (28)

6-2 برنامج التربية البدنية والرياضية..... (28)

1-6-2 توزيع الحصص في كل مادة..... (29)

- الخلاصة..... (30)



### الفصل الثالث : "المرحلة العمرية "المراهقة" "

- (32) .....تمهيد -
- (33) .....1-3 تعريف المراهقة
- (34).....2-3 مراحل المراهقة
- (34) .....1-2-3 مرحلة المراهقة المبكرة
- (34) .....2-2-3 مرحلة المراهقة الوسطى
- (34) .....3-2-3 مرحلة المراهقة المتأخرة
- (34) .....3-3 أهمية دراسة مراحل المراهقة
- (34).....4-3 أهداف مرحلة المراهقة
- (35).....1-4-3 النضج الاجتماعي
- (35).....2-4-3 النضج العقلي
- (35).....3-4-3 النضج الانفعالي
- (35).....4-4-3 اختيار المهنة
- (35).....5-4-3 استخدام وقت الفراغ
- (36).....6-4-3 فلسفة الحياة
- (36).....7-4-3 توحيد الذات
- (36).....5-3 المراهقة الوسطى من 15 إلى 18 سنة
- (36).....1-5-3 النمو الجسمي
- (36) .....2-5-3 النمو الحركي
- (37).....3-5-3 النمو العقلي
- (37).....4-5-3 النمو الاجتماعي
- (38).....5-5-3 النمو الانفعالي
- (39).....6-3 خصائص تلميذ التعليم الثانوي

- 1-6-3 الخصائص العقلية لتلاميذ التعليم الثانوي.....(39)
- 1-1-6-3 الذكاء والقدرات الخاصة.....(39)
- 2-1-6-3 الانتباه.....(39)
- 3-1-6-3 التخيل.....(39)
- 4-1-6-3 الذاكرة.....(39)
- 5-1-6-3 القدرة على الاستدلال والتفكير.....(39)
- 2-6-3 الخصائص الانفعالية لتلاميذ التعليم الثانوي.....(40)
- 1-2-6-3 التغيرات الجنسية الداخلية والخارجية.....(40)
- 7-3 ميول المراهقة.....(40)
- 1-7-3 ميل المراهق إلى التحرر الاقتصادي.....(40)
- 2-7-3 تفكير المراهق في مستقبله الاقتصادي ومركزه الاجتماعي.....(40)
- 3-7-3 ميل المراهق إلى الطبيعة.....(40)
- 8-3 علاقة المراهق بالثانوية وأهمية التربية البدنية.....(40)
- 1-8-3 علاقة المراهق بالثانوية.....(40)
- 2-8-3 أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق.....(40)
- 9-3 مشاكل المراهقة في الثانوية.....(41)
- الخلاصة.....(43)
- الفصل الرابع: " الجانب النفسي والجانب الاجتماعي للتلميذ"**
- تمهيد.....(45)
- 1-4 تعريف النمو.....(46)
- 1-1-4 الغرض من دراسة النمو.....(46)
- 2-4 على الجانب النفسي.....(46)
- 1-2-4 النمو النفسي.....(46)
- 2-2-4 علاقة التربية البدنية والرياضية بالنمو النفسي.....(47)



- (47).....3-2-4 الآثار النفسية للتربية البدنية والرياضية على المراهق.....
- (48).....3-4 على الجانب الاجتماعي.....
- (48).....1-4-3 النمو الاجتماعي.....
- (49).....2-4-3 علاقة التربية البدنية والرياضية.....
- (49).....3-4-3 الآثار الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية على المراهق.....
- (51).....- الخلاصة.....

### الجانب التطبيقي

#### الفصل الخامس : "منهجية البحث وإجراءاته الميدانية"

- (54).....- تمهيد.....
- (55).....1-5 الدراسة الاستطلاعية.....
- (56).....2-5 الدراسة الأساسية.....
- (56).....1-2-5 المنهج المتبع.....
- (56).....2-2-5 متغيرات البحث.....
- (56).....3-2-5 مجتمع البحث.....
- (57).....4-2-5 عينة البحث.....
- (57).....5-2-5 مجالات البحث.....
- (57).....6-2-5 أدوات البحث.....
- (57).....1-6-2-5 الاستبيان.....
- (58).....7-2-5 الوسائل الإحصائية.....
- (60).....- الخلاصة.....

#### الفصل السادس : "عرض وتحليل ومناقشة النتائج"

- (62).....- تمهيد.....
- (63).....1-6 عرض وتحليل نتائج الاستبيان.....

(90)	2-6 مقارنة النتائج بالفرضيات.....
(90)	1-2-6 الفرضية الأولى.....
(92)	3-2-6 الفرضية الثانية.....
(93)	4-2-6 الفرضية الثالثة.....
(95)	4-2-6 مقارنة النتائج بالفرضية العامة.....
(96)	- الخلاصة.....
(97)	- استنتاج عام.....
(98)	- خاتمة.....
(100)	- بيلوغرافيا.....
(102)	- الملاحق.....

### قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الجدول رقم
الفصل السادس عرض وتحليل النتائج		
(63)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (01)	01
(64)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (02)	02
(67)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (03)	03
(68)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (04)	04
(70)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (05)	05
(72)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (06)	06
(73)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (07)	07
(75)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (08)	08
(77)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (09)	09
(79)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (10)	10
(81)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (11)	11

(83)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (12)	12
(85)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (13)	13
(87)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (14)	14
(88)	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا <sup>2</sup> للسؤال رقم (15)	15
(90)	الدلالة الإحصائية لعبارة الفرضية الأولى	16
(92)	الدلالة الإحصائية لعبارة الفرضية الثانية	17
(93)	الدلالة الإحصائية لعبارة الفرضية الثالثة	18
(95)	مقارنة النتائج بالفرضية العامة	19

#### قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الشكل رقم
	الفصل السادس عرض وتحليل النتائج	
(63)	التمثيل البياني للسؤال رقم (01)	01
(65)	التمثيل البياني للسؤال رقم (02)	02
(67)	التمثيل البياني للسؤال رقم (03)	03
(69)	التمثيل البياني للسؤال رقم (04)	04
(70)	التمثيل البياني للسؤال رقم (05)	05
(72)	التمثيل البياني للسؤال رقم (06)	06

(74)	التمثيل البياني للسؤال رقم (07)	07
(76)	التمثيل البياني للسؤال رقم (08)	08
(78)	التمثيل البياني للسؤال رقم (09)	09
(79)	التمثيل البياني للسؤال رقم (10)	10
(81)	التمثيل البياني للسؤال رقم (11)	11
(83)	التمثيل البياني للسؤال رقم (12)	12
(85)	التمثيل البياني للسؤال رقم (13)	13
(87)	التمثيل البياني للسؤال رقم (14)	14
(89)	التمثيل البياني للسؤال رقم (15)	15

## ملخص البحث:

اخترنا كعنوان لدراستنا التربية البدنية والرياضية انعكاسها على الجانب النفسي والجانب الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي من 15 إلى 18 والأهداف التي دفعتنا إلى الخوض في هذه الدراسة: معرفة انعكاس التربية البدنية والرياضية من الناحية الدراسة على تلاميذ الثانوية، معرفة انعكاس التربية البدنية والرياضية على الجانب النفسي لتلاميذ الطور الثانوي، معرفة انعكاس التربية البدنية والرياضية على الجانب الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي.

وقد طرحنا التساؤل التالي: هل للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب النفسي والجانب الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي؟

ومن خلال هذا التساؤل قدمنا مجموعة من الفرضيات، فكانت الفرضية العامة كالتالي:

التربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب النفسي والجانب الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي .

أما الفرضيات الجزئية من الفرضية العامة هي:

للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي لتلاميذ الثانوية من الناحية الدراسية.

للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب النفسي لتلاميذ الطور الثانوي.

للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي.

أما في الجانب التطبيقي ولكي تكون العملية علمية وأكثر دقة ووضوح استعملنا ما يلي:

العينة: وقد كانت عشوائية وقدرت بحوالي 90 تلميذ من المؤسسات التربوية.

المجال الزمني: ابتداء من شهر جانفي 2016م إلى غاية شهر ماي 2016م.

المجال المكاني: عين بسام.

المنهج: الوصفي.

الأداة المستعملة: الاستبيان.

وفي الخير أسفرت النتائج عن صحة الفرضيات المقترحة وكشفت حقيقة الانعكاس الايجابي للتربية البدنية والرياضية على الجانب النفسي والاجتماعي لتلاميذ الثانوية.

وعليه نوصي بضرورة الاعتماد على التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

الكلمات الدالة: التربية البدنية والرياضية, الجانب النفسي, الجانب الاجتماعي, المراهقة.



## - مقدمة :

تعتبر التربية البدنية والرياضية في عصرنا هذا ظاهرة اجتماعية وحضارية يمكننا من خلالها قياس مدى تقدم وتطور الشعوب والأمم، كما أنها تلعب دورا هاما في خلق العلاقات الطيبة والحسنة وتوثيقها بين الشعوب وذلك من خلال تبادل الخبرات والتجارب والتعاون والسعي من أجل تحقيق هدف مشترك ألا وهو تطوير مجال التربية البدنية والرياضية وتنميتها داخل المؤسسات التربوية، فالتلميذ الذي يتعب ذهنه طوال النهار في الدروس النظرية وهو جالس على مقعد لا يبدي أية حركة ويكون خاضع لقوانين تضبطه داخل القسم وتقيد حريته يحتاج إلى راحة ذهنية لبعض الوقت للترويح عن نفسه. وبما أن التربية البدنية والرياضية هي نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل فهي جزء من التربية العامة ومظهر من مظاهر العملية الكلية للتربية وممارستها من بين الأنشطة التعليمية الرسمية المقررة طيلة حياة التلميذ الدراسية تحت رعاية أساتذة مختصين ومؤطرين مهمتهم تحقيق أهداف المنظومة التربوية.

ولما كانت التربية البدنية والرياضية مادة أساسية مقررة من طرف وزارة التربية والتعليم لا تقل أهمية عن المواد الأخرى، تهدف أساسا إلى تدريب وتعليم التلاميذ على ممارسة الأنشطة البدنية في إطار تربوي منظم، إلا أن هذه الأخيرة تترك بعض الانعكاسات والآثار على مختلف جوانب شخصية المراهق، ومن بين هذه الجوانب نجد الجانب النفسي الذي يعتبر من أهم الجوانب فيها لما له من دور هام في بناء الشخصية والتحصيل العلمي، ومن آثار التربية البدنية والرياضية على المراهق نفسيا نجد أنها تريحه من روتين وتعب الدراسة والضغوطات اليومية وتجدد فيه طاقاته من أجل العمل أكثر، كما نجد انعكاساتها على الجانب الاجتماعي للمراهق لأن ممارستها في الثانوية تحت إشراف الأستاذ في إطار تربوي تخلق تنظيما اجتماعيا يسوده روح التعاون والتآخي كما أن لها تقوي لديهم روح الحماسة والرغبة في التنافس وهي مجال للتعرف أكثر للتلاميذ على بعضهم البعض، وإذا لاحظنا انعكاساتها عليه فنجد أنها تعمل على تربيض جسمه لطرده الكسل والخمول منه فالتلميذ الرياضي يكون أكثر نشاطا وحيوية من زملائه غير الرياضيين.

وإذا أخذنا بعين الاعتبار أن التلاميذ المتمدرسين في المرحلة الثانوية يكونون في مرحلة المراهقة التي تعد من أهم مراحل حياة الإنسان، ارتأينا في بحثنا هذا معرفة أهمية وانعكاسات هذه المادة الحيوية على هذه الشريحة المهمة من المجتمع من الجانب النفسي والاجتماعي.

وعليه سوف نتطرق في بحثنا هذا وبعد الإلمام ببعض المفاهيم الأساسية والمصطلحات لغرض تحقيق هذه الدراسة إلى :

- مقدمة
- **الجانب التمهيدي** : سنتطرق فيه إلى الإشكالية المطروحة، الفرضيات، أسباب اختيار الموضوع، أهمية الموضوع، أهداف الموضوع، الدراسات السابقة، تحديد المفاهيم والمصطلحات.
- **الجانب النظري** : والذي يشمل الخلفية المعرفية النظرية، وتحتوي على أربعة فصول .
  - الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية.
  - الفصل الثاني : مرحلة التعليم الثانوي.
  - الفصل الثالث : المرحلة العمرية "المراهقة"
  - الفصل الرابع : الجانب النفسي والجانب الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي
- **الجانب التطبيقي** : وتتضمن فصلين هما :
  - الفصل الخامس : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.
  - الفصل السادس : عرض وتحليل ومناقشة النتائج.
- وفي الأخير نتطرق إلى :
  - استنتاج عام.
  - خاتمة.
  - الاقتراحات والفرضيات المستقبلية.





الحمد لله الذي  
جعلنا من عباده

1- الإشكالية:

على الرغم من المكانة والبعد التربوي الذي عرفته التربية البدنية والرياضة المدرسية في الجزائر، وفي ظل الدراسات المرجعية والأبحاث العلمية التي أكدت أن ممارسة الأنشطة البدنية المنتظمة تؤدي إلى تحسين الوظائف المعرفية وتساهم بشكل فعال في تطوير القدرات العقلية مثل : زيادة القدرة على التركيز والتحليل والاستيعاب والحفظ والتذكر والتركيز الذهني و تحسين الذاكرة والتفكير الإبداعي، وبالرغم أيضا إلى التطور الذي شهدته التربية البدنية والرياضية والتي أصبحت تعتمد على مجموعة من العلوم ومنهجية علمية في طرق التدريب، والاعتماد على وسائل بيداغوجية ملائمة.

وقد اتفق العلماء على أن النشاط البدني الرياضي هو عامل مساعد على التخفيف من القلق الذي هو وليد الإحباط، وهذا الأخير من شأنه أن يعرقل الطاقة الغريزية للتلميذ فعن طريق النشاط الرياضي يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة اجتماعية مقبولة إذ يستطيع التلميذ الوصول إلى حل أو على الأقل التحكم في مراعاته النفسية و يتمكن من تقسيم وتقويم إمكاناته الفكرية والعاطفية والبدنية ومحاولة تطويرها باستمرار .

ولهذا ركزنا انتباهنا في هذا البحث على التربية البدنية والرياضية التي يراها المختصون بأنها جزء هام من قطاع التربية والتعليم، مما يحققه من توافق نفسي واجتماعي للتلاميذ إلا أننا بإلقاء نظرة على المدارس اليوم نجد غالبية التلاميذ غاب عنهم البعد التربوي للنشاط الرياضي، ولا يعون مدى تأثيره في تحسين مستوى الأداء العام للعقل والبدن، فأصبحوا لا يلون أهمية لمادة التربية البدنية و يلتمسون الأعذار لعدم ممارستها، و يطرحون الكثير من التساؤلات حول مدى أهمية هذه المادة التعليمية.

و أهم هذه التساؤلات :

- انعكاسات التربية البدنية و الرياضية على الجانب النفسي و الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي ؟

ومن هذا المنطلق يمكن طرح التساؤلات التالية :

- 1- هل للتربية البدنية والرياضية دور ايجابي ينعكس على المراهق في الطور الثانوي من الناحية
- 2-
- 3-
- 4-
- 5- الدراسية؟

2- هل تنعكس التربية البدنية والرياضية ايجابا على الجانب النفسي لتلميذ الطور الثانوي؟

3- هل تنعكس التربية البدنية والرياضية ايجابا على الجانب الاجتماعي لتلميذ الطور الثانوي؟

## 2-الفرضيات :

### - الفرضية العامة :

- للتربية البدنية والرياضية انعكاس على الجانب النفسي والاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي.

### - الفرضيات الجزئية :

1- للتربية البدنية والرياضية دور ايجابي يعكس على المراهق في الطور الثانوي من الناحية الدراسية.

2- للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب النفسي لتلميذ الطور الثانوي.

3- للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب الاجتماعي لتلميذ الطور الثانوي.

## 3- أسباب اختيار الموضوع :

تكمن أسباب اختيار هذا الموضوع وهو نابع من واقع دراستنا في جامعة أكلي محند اولحاج، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص النشاط الرياضي التربوي، حيث تمحور هذا الموضوع حول مدى تأثير التربية البدنية والرياضية على الجانب النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية ، محاولين لفت الانتباه للعاملين في هذا المجال، وهذا من اجل إعطاء الأهمية البالغة التي تكتسبها الأنشطة الرياضية مع تبيان التأثيرات الايجابية التي تحدثها على الجانب النفسي والاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي ولهذا نذكر بعض الأسباب التي دفعتنا لاختيار هكذا موضوع :

1-افتقار المكتبة بمعهد التربية البدنية والرياضية على دراسات و مواضيع تحمل هذا العنوان.

2- إبراز أهمية مادة التربية البدنية و الرياضة للمراهق المتمدرس بالثانوي .

3- إبراز فائدة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للشباب عامة و المراهق المتمدرس خاصة.

4- معرفة انعكاسات مادة التربية البدنية والرياضية على المراهق المتمدرس.

## 4- أهمية البحث :

تتبع أهمية البحث من أهمية الموضوع الذي نتناوله بالدراسة وهو " مدى تأثير التربية البدنية والرياضية على الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ في الطور الثانوي"، ومن جانب آخر لكي نبرز مكانة التربية البدنية والرياضية في ثانوياتنا وانعكاسها على التلاميذ في هذه المرحلة، كما يمكن حصر بعض النقاط في أهمية هذا البحث والمتمثلة في :

- 1- إبراز أهمية المرحلة العمرية ومدى فعاليتها في تطوير الناحية النفسية والاجتماعية للتلميذ.
- 2- استخراج أخبار تهدف إلى تحديد نفسية التلميذ وظروفه الاجتماعية من خلال التربية البدنية والرياضية.
- 3 - انجاز دراسة بيداغوجية يمكن من خلالها الإحاطة بموضوع البحث والتطرق إلى مختلف الجوانب التي تمس الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ.
- 4 -إبراز الانعكاس الذي يتركه النشاط البدني الرياضي على الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ.
- 5- أهداف البحث :

نظرا للأهمية البالغة التي يكتسبها هذا الموضوع وضعنا هذه الأهداف الرئيسية للدراسة:

- 1- معرفة الدور الايجابي الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية و الذي ينعكس على تلميذ الطور الثانوي من الناحية الدراسية.
- 2- معرفة انعكاسات التربية البدنية و الرياضية على المراهق المتمدرس نفسيا.
- 3- معرفة انعكاسات التربية البدنية و الرياضية على المراهق المتمدرس اجتماعيا.
- 6-الدراسات السابقة و المشابهة :

وهي مصدر اهتمام كل باحث مهما كان تخصصه فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى وتمهيد لبحوث قادمة لذلك يجب القيام أولا بتصفح أهم ما جاء في الكتب ومختلف المصادر والاطلاع على الدراسات السابقة يكتسي أهمية كبيرة فهي تفيد في نواحي النقص والفجوات وتفيد كلها في أنها تزود الباحث بأفكار ونظريات و فروض و تفسيرات معينة تفيد الباحث في تحديد أبعاد المشكلة التي يبحث عنها ويؤكد "تركي رابح" سنة (1984) فيما يتعلق بأهمية الدراسات السابقة يقول "من الضروري ربط المصادر الأساسية من دراسات و نظريات سابقة حتى تتمكن من تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينها وبين الموضوع الوارد البحث فيه" و انطلاقا من هذا المبدأ يتضح انه من المنطقي استعراض أهم الدراسات السابقة

والمشابهة ذات العلاقة بموضوع البحث وذلك من اجل التحديد السليم للإشكالية و كذا صياغة الفرضيات المناسبة لهذه الدراسة لكن في إطار حدود البحث والإمكانات المتوفرة لم نوفق في الحصول على دراسات سابقة تعالج الموضوع على الرغم من الأهمية البالغة التي يكتسبها هذا الموضوع الذي تطرقنا إليه وأثره البالغ في المجال التربوي .

### أ-الدراسات السابقة :

من خلال إطلاعنا على الأبحاث والدراسات المشابهة لموضوعنا لم نجد الكثير من المواضيع التي مست أو درست هذا الموضوع، إن وجدت بعض مذكرات تناولت بعض جوانب هذا الموضوع وهي كالتالي:

- تأثير درس التربية البدنية والرياضية من الناحية التطبيقية على نفسية تلاميذ المرحلة الثانوية.

من إعداد: رمضان الطاهر - بن زيد محمد الكامل - منصورى احمد توفيق

- دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الاندماج النفسى الاجتماعى لتلاميذ

الطور الثانوى.

من إعداد الطالبين: محمد شعشوعة- احمد قويدري .

### -الدراسات المشابهة:

- تأثير التربية البدنية والرياضية على الجوانب النفسية و الاجتماعية والصحية على تلاميذ الطور

المتوسط.

- من إعداد الطالبين:-بوداود طارق - يوسفى عمر

### 7- تحديد المصطلحات :

### -التربية البدنية والرياضية:

### التعريف النظرى :

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدمه

الجهاز الحركى لجسم الإنسان والذي ينتج عنه أن يكتسب الفرد بعض الاتجاهات السلوكية<sup>1</sup>.

### التعريف الإجرائى:

<sup>1</sup> تشارلز ابيكور. أسس التربية البدنية. حسن عوض وكمال صالح عبده. القاهرة. 1964. ص30

التربية البدنية والرياضية جزء مكمل للتربية العامة تعمل على الحرص أن ينشأ الفرد على أحسن ما ينشأ عليه من قوة جسم وسلامة وحيوية ونشاط عن طريق الأنشطة البدنية المختارة التي تمارس بقيادة وإشراف أساتذة وهذا بهدف إعداده بصفة لائقة من الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية.

### - المراهقة :

#### التعريف النظري:

هي الانتقال من المرحلة الإعدادية إلى المرحلة الثانوية وإطراء الشعور بالنضج والاستقلال والمراهقة الوسطى هي قلب مرحلة المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لمرحلة المراهقة بصفة عامة<sup>1</sup>.

#### التعريف الإجرائي:

هي فترة التحولات التي تطرأ على الجسم والنفس كما تسمى بالمرحلة الجديدة لعملية التحرر لمختلف أشكال التبعية القديمة فهي كلمة واسعة ودقيقة حيث أن المعنى يعطي الانتقال إلى الرشد.

#### الجانب النفسي :

هو التوافق التام أو المتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة مجابهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ على الإنسان مع الإحساس الايجابي بالسعادة والكفاية<sup>2</sup>.

#### الجانب الاجتماعي :

يعني قدرة الفرد على معايشة غيره من الأفراد وتعامله معهم وتفهمه لتصرفاتهم وأنماط سلوكهم واكتساب حبهم واحترامهم وتعاونهم في تكوين بيئة اجتماعية صحيحة يمارسون من خلالها حياتهم الطبيعية لصالحهم وصالح المجتمع الذي يعيشون فيه<sup>3</sup>.

1 احمد الإوزي. المراهق والعلاقات المدرسية. منشورات علوم التربية مطبع النجاح الجديد. الدار البيضاء. 1992. ص50.

2 حسين محمد الأطرش. التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى طلبة الثانوية. رسالة ماجستير. كلية الأدب. 2005م.

3 علي محمد زكي. التربية الصحية بين النظرية والتطبيق. ط1. منشورات ذات سلاسل الكويت. 1983. ص25.

الحمد لله الذي  
الذي

# مفصل الأول

التربية البدنية والرياضية



### تمهيد:

إن التربية البدنية والرياضية ليست بالأمر الجديد والمتحدث وإنما هي قديمة وأساسية ، إلا أن النظر إليها اقتصر، إذ يعتقد البعض أن التربية البدنية والرياضية هي مختلف الرياضات ، والبعض الآخر يعتقد أنها عضلات وعرق ، أو عملية تدريب تأتي عن طريق الممارسة. لكن الواقع أنها مجموعة من الخبرات التي تمكن الفرد من فهم تجارب جديدة بطريقة أفضل ، لذلك دخلت نطاق مفهومها الحديث لطبيعة ، وجعل التربية البدنية والرياضية تعني التربية عن طريق النشاط الجسمي وما يترتب عن ذلك من الناحية التطبيقية ومن ضرورة الاهتمام بالاستنتاجات الانفعالية والعلاقة الشخصية والسلوك الاجتماعي الوجداني والجمالي.

## 1-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

نجد في تعريف التربية البدنية و الرياضية عدة تصورات فهناك من يرى أنها مرادفة لمفاهيم مثل الألعاب ، التمرينات ، الترويح ، المسابقات الرياضية ، الرقص ، لكن في الحقيقة هذه المفاهيم كلها تعبر عن أطر وأشكال الحركة المنظمة في المجال الأكاديمي، الذي يطلق عليه اسم التربية البدنية و الرياضية. ومنه التربية البدنية و الرياضية هي الأساس السليم للشخصية وبنية الإنسان الخارجية في المراحل الأولى من التربية ،حيث تشكل النواة الأولى للشباب السليم وتغرس فيها كل القيم الروحية والإنسانية السليمة. ويشير شارمان **sharmann** أن التربية البدنية والرياضية هي ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدم الجهاز الحركي لجسم الإنسان والذي ينتج عنه أن يكتسب الفرد بعض الاتجاهات السلوكية" أما ويليام و براونلوفيرنيو **william ,brownell et vernier** فيقولون:"أن التربية البدنية عبارة عن أنشطة بدنية مختارة تؤدي بغرض الفوائد التي قد تعود على الفرد نتيجة لممارسة هذه الأوجه من النشاط"<sup>1</sup>.

## 1-2- أهداف التربية البدنية:

لقد اهتم الإنسان منذ القديم بجسمه وصحته ولياقته وشكله كما تعرف على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية التي اتخذت أشكالاً اجتماعية كاللعب والتمارين البدنية و الرياضية ، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني والصحي فحسب بل تعداها إلى منافع في الجانب النفسي والاجتماعي والجانب العقلي المعرفي.

ومن هنا نحاول أن نوضح أهم الأهداف للتربية البدنية و الرياضية التي نذكر جوانب منها:

### 1-2-1- الجانب البدني :

يهدف إلى الاهتمام بالبرامج الحركية التي تبني القدرة الجسمية في الفرد عن طريق تقوية الأجهزة العضوية المختلفة للجسم وينتج عنها المقدرة على الاحتفاظ بمجهود تكيفي والمقدرة على الشفاء والمقدرة على مقاومة التعب ، كما تتمثل أهمية هذا الهدف انه من الأهداف المقصورة على التربية البدنية و الرياضية ولا يدعي أي علم أو نظام أكاديمي آخر يستطيع أن يقدم ذلك الاسهام لجسم الإنسان بما في ذلك الطب. وهذا ما ذكره المربي الألماني **جوتسموتسر** أن الناس تلعب من أجل أن يتعارفوا وينشطوا أنفسهم"<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>شالز، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبدوا : "أسس التربية البدنية" ط.4 ص 40  
<sup>2</sup>أمين أنور الخولي : "أصول التربية البدنية" ط. 21997 ص193

### 1-2-2-1 الجانب الاجتماعي:

تعتبر التربية البدنية أسهل وسيط للدعوة إلى الإيحاء وأقوى وسيلة ليتعارف الناس على بعضهم البعض معرفة صادقة أساسها حسن المعاملة و التعاون عن طريق لعبهم معا، كما تساعد على فهم العلاقات الاجتماعية و التكيف معها.

وتهيء التربية البدنية خلال أوجه نشاطاتها العديدة فرصة من أثنى الفرص لهذه العمليات التكيفية شريطة وجود القيادة الملائمة .

و هذا ما أكده العالم "كلارك":(عن طريق ألوان نشاط التربية البدنية التي تدار تحت قيادة مؤهلة يكتسب الشخص صفات كالتعاون واحترام حقوق الآخرين والخلق الرياضي والمسؤولية اتجاه المجموعة .....).

و تساعده على أن تكون علاقته بالغير طابعها الانسجام كما تساعده على أن يكون مواطنا صالحا.

### 1-2-3-1 الجانب النفسي :

لقد كشفت العلوم السيكولوجية و البحوث التي أجريت أن التربية البدنية والرياضية لها أهداف كبيرة للصحة النفسية ، وبناء الشخصية السوية المتكاملة كما يرى بيردي كوبركان أن التربية البدنية " تعني الفرد وشخصيته لمعارك الحياة"<sup>1</sup>.

إضافة إلى هذا يعتبر هدف التنمية النفسية من مختلف القيم والخبرات والحاصلات الانفعالية الطبية و المقبولة و التي يمكن أن تكسبها برامج التربية البدنية و الرياضية للمشاركين بها حيث يمكن إجمال هذا التأثير في تكوين الشخصية الإنسانية المتزنة والتي تتصف بالشمول والتكامل كما أنها تتيح الكثير من الاحتياجات النفسية للفرد. ويساهم هدف التنمية النفسية عبر أنشطة التربية البدنية و الرياضية مع إنتاجه فرص المتعة و البهجة لأن الأصل في هذه الأنشطة هو اللعب والحرية بحيث يتحرر الإنسان من التوتر والضغوط و يشعر بنشاط يتيح له اللذة ويمكنه من التنفيس عن هذه الضغوط والتوترات والأحداث المزعجة .

### 1-2-4-1 التنمية المعرفية :

إن الجانب المعرفي له علاقة بالجانب العقلي والإدراكي حيث يمكن للتربية البدنية و الرياضية أن تساهم في التنمية المعرفية والفهم والتحليل والتركيب من خلال الجوانب المتضمنة في النشاطات البدنية و الرياضية كتاريخ السباقات الرياضية و تاريخ الألعاب وسيرة أبطالها و أرقامها القياسية قديما و حديثا و قواعد خاصة و أساليب التدريب والممارسة وقواعد التغذية وضبط الوزن.....الخ، من الجوانب المعرفية التي تفيد الفرد في حياته اليومية وتساعد على التفكير واتخاذ القرار.

<sup>1</sup>أمين أنور الخولي : المرجع السابق ص 166

1-3- التربية البدنية كمادة أساسية :

حتى يمكن إعطاء أفضل فهم للتربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية هادفة يجب الاعتماد على الخبرة الواقعية المشاهدة في الميدان والتي يمكن أن تتمثل في المهارات الأدائية والمعرفية والمعرفة المطلوبة والأساسية لممارسة الرياضة و أيضا الاتجاهات والميولات التي يحملها الأفراد اتجاه الأنشطة البدنية بشكل عام واتجاه ألوان و أنواع رياضية مختلفة بشكل خاص.

إن برامج التربية البدنية و الرياضية تهدف وتهتم بتعليم المهارات وما يصاحبها من سلوكيات مثله في ذلك مثل الاهتمام بالتربية الموسيقية بالأداء على الآلات أو الاهتمام بالتربية المسرحية بأداء الفرد لادوار درامية.

- إن التربية البدنية و الرياضية في هذه السياقات يمكن اعتبارها أحد فنون الأداء.

- إن مزاوله النشاط البدني الترويحي مفيد وممتع وذلك بعد التخرج والدخول في معترك الحياة<sup>1</sup>.

1-4- نبذة تاريخية عن تطور التربية البدنية و الرياضية في الجزائر خلال الفترة الاستعمارية

1830 - 1960.

إن الثقافة البدنية كان بها نفس مصير عناصر الثقافة الجزائرية الأخرى حيث أن كل الممارسات البدنية لم تسلم من الهدم ومن بين الاحتياطات التي أخذت في هذه الفترة بصفة مباشرة أو غير مباشرة هذه الممارسات نستطيع أن نذكر:

- استملاك الأراضي والعتاد بما في ذلك الأحصنة....الخ.

- منع أو حصر حمل السلاح على كل مسلم جزائري الذي يعتبر من التقاليد والعادات الجزائرية (مثل إطلاق النار في الحفلات).

- تنظيم حركات وتنقلات السكان مما أدى إلى غياب اللقاءات الثقافية التقليدية أين تقام حفلات المبارزة والتنافس.

- أما الممارسات التي لها علاقة بالوقاية والعناية الجسمية منعت مع استملاك الحمامات التي حولت إلى أماكن للتعذيب .

وفي أواخر القرن 19 وبداية القرن 20 وفي الوقت الذي تطورت فيه ممارسة التربية البدنية والرياضية في أوروبا و أمريكا أين بدأت الرياضة تأخذ شيئا من الازدهار مع تأسيسها مختلف الفيدراليات الدولية و جديد الألعاب الاولمبية ظهرت بعض الألعاب و الممارسات البدنية الحديثة كالمبارزة والجمباز والملاكمة وسباق الدراجات ورياضات أخرى.

<sup>1</sup>يوسف حر شاوي " دور التربية والرياضية في تنمية القدرة على الانتباه " رسالة ماجستير، مستغانم 1995 ص 49

وفي عام 1911 ظهرت إجبارية الخدمة الوطنية حيث تعرف للشباب الجزائري بالبداية على فنون الرياضة المشهورة harbertsamolos و كانت من أصل حربي وكانت تدرّب في معسكرات التجنيد الاجباري وبذلك فان تكوين رياضيين عسكريين مسلمين في بداية هذا القرن كان نتيجة اقتراب الحرب العالمية الاولى<sup>1</sup>.  
-انتفاضة أكتوبر التي جعلت عدة شعوب تأخذ وضعيتها أحوالها الميدانية.

- مشاركة المسلمين طيلة الحرب العالمية الأولى .

- تطور الألعاب الاولمبية وتنظيمها من طرف فرنسا بباريس عام 1924 مما فتح باب الاعتراف والعمل التجاري ... مع خلق النوادي بعد ذلك في الرياضات الجماعية أولا (كرة القدم) ثم بعد ذلك العاب القوى الملاكمة.

إن تأسيس الكشافة في ميدان التربية من طرف badenpoel فيبداية القرن 20 وتقديمها من طرف فرنسا لصالح أطفال المستعمرين وجد بواسطة محمد بوراس، في أوائل الثلاثينات ميدان للتطبيق في حصن الجماهير الشعبية الثانية والأصلية ومع اقتراب الحرب العالمية الثانية وحدث مجزرة ايقضت ضمير الشعب الجزائري في الإحساس بوضعيتها لاستعمارية ليجعل من الرياضة و التربية البدنية وسيلة إعادة من اجل صحة الضمير الوطني للاستقلال وقد برز فريق كرة القدم لحزب جبهة التحرير الوطني المتكون في 1955 لجلب أنصار الهيئة الدولية على الحاضرو الواقع الجزائري المعاش<sup>2</sup>.

#### 1-4-1 السياسة الرياضية في الجزائر:

تندمج في إستراتيجية شاملة للاستثمار والنمو الوطني، ولقد حددت برامج الحكومة المصادق عليه من قبل المجلس الشعبي الوطني بتاريخ 17 أوت 1997 لأهداف التالية:

- تطوير القيم التربوية والأخلاق الرياضية.
- إلزامية الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي و الجامعي.
- مساندة النشاط الرياضي الترفيهي اتجاه الكبار.
- تطوير المنشآت الرياضية.
- مواصلة تكوين الإطارات والمختصين في الرياضة.
- تكفل الدولة بالخبذة الرياضية الوطنية .
- تشجيع التمويل غير العمومي للرياضة التنافسية .

<sup>1</sup>محمود عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي: " نظرية وطرق التربية البدنية " الطبعة الأولى. ص 27  
<sup>2</sup>محمود عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي: المرجع السابق. ص 27

### 1-4-2- أشكال التكوين:

التكوين من اجل تدريس التربية البدنية والرياضية، تحت وصاية وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، ووزارة التربية الوطنية ، التكوين من اجل التدريب الرياضي ، تحت وصاية وزارة الشبيبة والرياضة.

### 1-4-3- أهداف تكوين الإطارات الرياضية:<sup>1</sup>.

- إن قانون الرياضة الجزائرية المتمثل في الأمر (95-09) المؤرخ في 25 فبراير 1995 يحدد هدفا أساسيا لتكوين التأطير الرياضي والمتمثل في :
- التربية البدنية و الرياضية .
  - النشاط البدني و الرياضي الترفيهي .
  - الرياضة التنافسية ، المركز الاولمبي المحاذي من 18 إلى 22 ماي و 1998 جمهورية مصر العربية .
  - رياضة النخبة ذات المستوى العالي.

تطبيقا لبرامج الحكومة الموافق عليه من طرف المجلس الشعبي الوطني بتاريخ 17 أوت 1997. وتجسيدا لمحاوَر برامج الوزارتين للتكفل بالأنشطة الثقافية و الترفيهية و الممارسات البدنية و الرياضية تم الاتفاق بين وزير الشباب والرياضة و وزير التربية الوطنية على مايلي:

#### المادة الأولى:

يعمل كل من قطاع الشباب والرياضة وقطاع التربية الوطنية على العمل المشترك وتوحيد الجهود في مجال تعميم وترقية الممارسات البدنية و الرياضية و الأنشطة الثقافية و العلمية و الترفيهية في الوسط التربوي.

#### المادة الثانية:

تنشأ بمقتضى قرار وزاري مشترك لجنة وزارية مشتركة للتنسيق بين وزارتي الشباب والرياضة و التربية الوطنية

#### المادة الثالثة:

تتكفل اللجنة بتجسيد المهام الموكلة إليها و المتمثلة في:

- وضع برامج عمل تعرض على وزير الشباب و الرياضة و التربية الوطنية .
- متابعة تنفيذ البرنامج المتفق عليه من طرف الوزيرين.
- تقديم وتقييم دوري للنتائج في عملها و مدى تطبيق البرنامج المعد إلى الوزير مرة كل سنة، أو أشهر على الأقل.

<sup>1</sup>بطاقة فنية متعلقة لتكوين الإطارات الرياضية في الجزائر وزعت في مؤتمر القاهرة حول تكوين الإطارات الرياضية في الدول العربية، المركز الاولمبي المحاذي من 18 إلى 22 مايو 1998 جمهورية مصر العربية .

### المادة الرابعة:

في إطار برنامج العمل ، توضع صيغ ومجالات التشاور والتنسيق والعمل بين القطاعين ، والمؤسسات الموضوعة تحت وصاية كل من وزارة الشبيبة والرياضة و التربية الوطنية من أجل التكفل بالأنشطة المذكورة في المادة الأولى أعلاه.

### المادة الخامسة:

تساعد اللجنة على تجنيد الوسائل المادية و المالية و البشرية التابعة إلى كلا القطاعين قصد التجسيد الميداني لمحاور البرنامج المصادق عليه.

### المادة السادسة:

يمكن تعديل البروتوكول في أي وقت و باتفاق الطرفين متى استدعت الضرورة ذلك.

### المادة السابعة:

يسري مفعول هذه الاتفاقية من تاريخ التوقيع عليها من طرف الوزيرين<sup>1</sup>.

### **1-5- أهداف التربية البدنية في الجزائر:**

إن مكانة التربية تضع نصب عينها تنفيذ مبادئها وطبيعة احتياجات التلاميذ ، إذ أن التعليم لا يفي بالغرض إلا إذا كان له معنى يفيد المتعلم ، ولكي تصبح برامج التربية البدنية والرياضية ذا تأثير ايجابي وفعالية واضحة فلا بد أخذ بعين الاعتبار أساس تفهم الطبيعة العامة للاحتياجات والميول والقدرات والسلوك والخصائص والمميزات للمراحل السنوية للجماعات التي تخدمها المدرسة و الوسائل التي تمكن التربية أن تخدم فيها نحو التحضر والتطور.

وبالنسبة للتربية البدنية و الرياضية تقسم الأهداف إلى ثلاث أقسام:

- الارتفاع بالتطور الاجتماعي والنفسي.
- الارتفاع بتطور مستوى اللياقة البدنية.
- الارتفاع بكفاءة وظيفية و عضوية.

<sup>1</sup>وثيقة بروتوكول اتفاق بين وزارتي الشباب والرياضة ووزارة التربية الوطنية

يؤكد الميثاق الوطني الجزائري على أن الشباب يشكلون العنصر الأساسي للمجتمع ، وعند إقرار سياسة تربية شاملة لا يمكن تجاهل دور التربية البدنية والرياضية ، بصفتها عاملا لتجنيد وتنشيط الشباب باعتبارهم أهم مصادر الطاقة الاجتماعية التي تخدم البلد ، إذ أنها تمثل القيم التربوية و الخلقية التي تحملها إحدى دعائم إقرار هذه السنة.

كما صدر قانون "02" الذي ينص على تنظيم المنظومة التربوية الوطنية للتربية البدنية وتطويرها والذي ركز على مايلي:

- تشكل الممارسة التربوية الجماهيرية الأساس اللازم لتطوير النشاطات البدنية و الرياضية كما تتمثل في تمارين بدنية<sup>1</sup> موجهة لوقاية وتطوير و تقويم وتحسين الكفاءات النفسية والحركية للعمال والشباب خاصة الطفل.

-تنظيم وتطوير الممارسة الجماهيرية على مستوى دور الحضارة والمؤسسات التربوية و التكوين والوسط الاجتماعي والمهني وكذلك بالنسبة للمعوقين.

- تعد الممارسة التربوية الجماهيرية جزء مكمل للبرامج على مستوى مؤسسات التربية و التكوين يدرس على شكل تعليم .

- تعد الممارسة الجماهيرية جزء مكمل للبرامج على مستوى مؤسسات التربية و الوسط الاجتماعي والمهني.

-تنظيم الممارسة التنافسية الجماهيرية في الأوساط المدرسية و الجامعية في إطار جمعية رياضية تتشأعلى مستوى كل مؤسسة.

- تمثل الممارسة التنافسية الجماهيرية في تدريبات رياضية متخصصة ممهدة للمنافسة و تهدف إلى المساهمة في :

- التعبئة والتكوين والانسجام الاجتماعي للشبيبة عن طريق التنافس السليم .

- وضع منظومة تربية وطنية لكشف مواهب الشباب والرياضة و انتمائها خاصة في الوسط التربوي والتكوين وتحديد كفاءات إنشائها وتنظيمها و سيرها عن طريق التنظيم وتشكل النخبة الوطنية في حاصل هذا المسار . يتم تنظيم الممارسة التنافسية حسب نظام المنافسة لكل أصناف السن في كل المؤسسات ولكن القطاعات بالأخص في الأوساط المدرسية و الجامعية و الاجتماعية المهنية والجيش الشعبي الوطني وكذلك في البلديات والأحياء وكل التجمعات السكانية<sup>2</sup>.

لقد بينت "ويست بوتشر" سنة 1991 أن للمدارس مزايا عديدة ورسائل نبيلة تتمثل في الأخذ بيد الشباب والأطفال ومعاونتهم لتشكيل حياة أفضل لهم من خلال الارتقاء بالصحة وتبني أسلوب صحيح للحياة<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي : المرجع السابق. ص 27

<sup>2</sup>محمد عوض بسيوني وفيصل الشاطي : مرجع سبق ذكره. ص 20

<sup>3</sup>أمين أنور الخولي . المرجع السابق. ص 147-148



كما أشارت "لوميكن" إلى أن مدرسي التربية البدنية و الرياضية مطلوب منهم أن يكونوا قادة في كل المواقف المهنية التي يخوضونها فالقادة يتصفون بالإبداع و الحماس و تحمل المسؤولية والحسم كما أن نجاحهم في تعليم أشكال الحركة للمشاركين فيها ، وربما إن مدرسي التربية البدنية و الرياضية يؤمنون بأدوارهم القيادية فإنهم يتحملون مسؤولية نتائج البرامج التي يقودونها .

ويمثل دور مدرسي التربية البدنية والرياضية في التركيز على الجانب التربوي والتنسيق مع البرامج المقررة في الثانوية ويمكن تقسيم هذا الدور إلى أربعة أقسام .

### - قسم لتدريس التربية البدنية:

وذلك من خلال دروس التربية البدنية والرياضية المقررة في المنهج المدرسي حسب كل مستوى دراسي.

### - قسم لإدارة النشاط الداخلي:

وهي الأنشطة المكتملة للدرس ذات الطابع التطبيقي حيث تتم داخل المدرسة .

### - قسم لإدارة النشاط الخارجي:

وهي أنشطة ذات طابع تنافسي حيث تمثل فرق المدرسة و منتخباتها في المسابقات و المنافسات.

### - قسم لإدارة البرامج الخاصة:

وهي الأنشطة التي تعتمد على حالات التفوق والامتياز الرياضي مما يعمل على استمراريته والارتقاء به.

### الخلاصة

ترمي التربية البدنية والرياضية إلى التوفيق بين قوى الفرد الكاملة عقليا وجسميا واجتماعيا والرقى بحياة المجتمع، حيث توضح الدكتورة عفاف عبد الكريم أن المهمة الكبرى للتربية البدنية والرياضية في مجتمعنا هي أن تقوم بدورها في تنمية الشخصية المتكاملة من خلال النهوض بالمستوى البدني والرياضي للناشئ لهذا يعتبر مطلب أساسي تقتضيه أي سياسة تنموية لأي بلد كان، فتضافر الجهود واستعمال جميع الوسائل المشروعة من أجل بناء مواطن قوي وفعال في مجتمع سيوصلنا في الأخير إلى مجتمع قوي فعال وحركي.

# الفصل الثاني

مرحلة التعليم الثانوي

**تمهيد :**

يمر التلميذ خلال مسيرته الدراسية عبر ثلاث مراحل تعليمية أساسية هي :

مرحلة التعليم الابتدائي مرحلة التعليم المتوسط ومرحلة التعليم الثانوي .

إن مرحلة التعليم الثانوي هي أهم مرحلة من المراحل التعليمية وتعتبر ثالث وآخر مرحلة من مراحل التعليم الأساسية حيث يكون فيها التلميذ في مرحلة عمرية صعبة وهي مرحلة المراهقة التي تجعله في حالة نفسية مشتتة ولهذا سنرى إن كانت التربية البدنية والرياضية تستطيع أن تتقلب إيجابا على الناحية النفسية والاجتماعية لتلميذ هذه المرحلة التعليمية الصعبة.

## 2-1- مفهوم مرحلة التعليم الثانوي:

تعتبر المرحلة الثانوية مرحلة هامة ورئيسية بين التعليم المتوسط والتعليم العالي وعالم الشغل، فهي تعد مجالا خصبا ومنبعا غزيرا لمد النخبة الرياضية بالرياضيين الموهوبين في شتى الاختصاصات فعلى قدر الرعاية والاهتمام بهؤلاء الرياضيين تحدد استمرارية الاستثمار في هذه الطاقات والإمكانيات في الأنشطة الرياضية المختلفة فالتدريب المستمر والإعداد الجيد والصقل والتوجيه السليم يمكن الوصول بهؤلاء الطلبة الرياضيين إلى تحقيق الانجاز الرياضي العالي، وما نص عليه قانون المادة الثامنة من قانون تنظيم المنظومة الوطنية على أنه "تعد الممارسة التربوية الجماهيرية جزءا مكملا للبرنامج على مستوى مؤسسات التربية والتكوين وتدرس على شكل تعليم مناسب"<sup>1</sup>.

وانطلاقا من هذا المفهوم التربوي للسياسات التعليمية المختلفة التي تنادي بضرورة الاهتمام بالفرد كوحدة واحدة لا تتجزأ فانه من الضروري الاهتمام بالطالب الثانوي الاهتمام اللازم والنظر إلى درس التربية البدنية والرياضية والنشاط اللاصفي الداخلي والنشاط اللاصفي الخارجي كوحدة متكاملة، فشهدت الثانويات مرحلتين: مرحلة السنوات الأولى للاستقلال والتي عكست محدودية انتشار الثانويات ومرحلة اعتماد سياسة ديمقراطية التعليم وانتشار التعليم الأساسي على النطاق الواسع خاصة في القرى والمناطق النائية التي عكست فتح المزيد من الثانويات العامة والمتاقن والثانويات التقنية، بحيث يقسم التعليم الثانوي إلى قسمين:

- التعليم الثانوي العام : ويقدم في الثانويات العامة.
- التعليم التقني : ويقدم في الثانويات التقنية والمتاقن.

كما لعب القطاع المدرسي دورا هاما وحيويا في بعث الحركة الوطنية الرياضية وبوضع أسس المدرسة في سبتمبر 1980، أظهرت الجزائر تمسكها بتكوين جيل جديد، والبنية التي تقترحها هذه المؤسسة التربوية الجديدة تتمثل في ثلاثة أطوار للتكوين، وأصبحت التربية البدنية والرياضية مدرجة في البرنامج الدراسي ابتداء من الطور الأول ولها نفس الأهمية مثل باقي المواد الأخرى<sup>2</sup>.

وباعتبار المؤسسات التربوية أول مؤسسات منظمة ملقنة لممارسة التربية البدنية والرياضية اعتماد أحكام تثبت مرة أخرى مدى الأهمية الكبيرة المعطاة للرياضة في الوسط المدرسي، وتمثل ذلك في إعطاء طابع الإلزامية في ممارسة الرياضة ابتداء من الطور الأول من المدرسة الأساسية والنص القانوني واضح في هذا المجال حيث بنص على ما يلي:

1 عبد المجيد شعلال : رسالة الماجستير : معوقات ممارسة الرياضي اللاصفي وطرائق معالجتها 1998. ص 28.  
2 بوعلام العمراني " الرياضة في المدرسة الأساسية " ديوان المطبوعات - الجزائر - 1987 ط 1 ص 14.

- ينبغي أن تكون ممارسة الرياضة حقا وواجبا.

- تنظيم وتطوير الممارسة التربوية الجماهيرية على مؤسسات التربية والتكوين. [المادة 07 - من قانون 03-<sup>1</sup>8].

وتدوم مرحلة التعليم الثانوي مدة 3 سنوات وتتقضي بشهادة البكالوريا التي تخول للمتحصل عليها الالتحاق بالجامعات ومعاهد التعليم العالي وعلى فان مرحلة التعليم الثانوي مرحلة مهمة من مراحل التعليم في المنظوم.

## 2-2- مكانة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية:

لقد أولت الجزائر اهتمام كبيرا بالتربية البدنية والرياضية وذلك باهتمامها في إعداد الشباب الرياضي من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية وهذا ما يؤيده قانون التربية البدنية والرياضية المتعلق بتنظيم المنظومة التربوية للتربية البدنية في مادته الأولى والثانية والمادة الثالثة فيما يخص الأحكام العامة والأهداف، وكذلك المادة الخامسة والسابعة فيما يخص تنظيم الممارسة البدنية بهدف تنظيم حركة وطنية واسعة تضم كل الجزائريين نظمت فيه المجال الأشخاص تنمية قدراتهم الطبيعية والمعنوية في سبيل تحقيق العمل لمجتمع سليم يتولى القيام بمهام التنمية للبلاد، ومن هنا كان الانطلاق في بناء الحركة الوطنية في التربية البدنية والرياضية ويرى الدكتور- عباس أحمد صالح - أن مرحلة الدراسة الثانوية هي مرحلة اكتمال النضج البدني وارتفاع الكفاءة، وعليه فان متطلبات المدرس تكون ذات أثر فعال لأجل توفير أرض أكثر خصوبة للنمو الاجتماعي والتعاون والمنافسة وكلاهما يتضمن علاقات مباشرة حقيقية مع الغير والتربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة بالإمكان أن تصبح قوة لها أثر في مساعدة التلاميذ على تكوين أنماط مرضية لحياة تضع العمل واللعب والتمارين والترويح كل في مكانه الصحيح وتعطي عنايتها لكل هذه المظاهر على حد وبذلك تساعد على إرسال العادات والاتجاهات التي تجعل الطلاب أن يبادروا في توفير الصحة البدنية والقدرة الكافية في الانجاز والاكتساب . والعلاقات الطيبة مع الآخرين، وهنا تبرز المكانة الحقيقية للتربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.

والمجتمع التقدمي الواعي يستطيع أن يقدر مستقبله باختيار التربية ونوع المناهج والأهداف التي يقدمها لأبنائه من الأجيال الصاعدة وبذلك تكون التربية الرياضية عاملا مكملا لشخصيتهم وبنائها بناءا سليما<sup>2</sup>.

1 قانون رقم 03 - 89 المتعلق بتنظيم المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية وتطويرها.  
2 عباس احمد صالح السمراني : " طرق التدريب في مجال التربية الرياضية " الطبعة الاولى ص 172.

## 2-3- أهداف التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي:

بعد انتهاء الدراسة المتوسطة ينتقل التلميذ أو التلميذة إلى مرحلة الدراسة الثانوية [الطور الثالث]، وهم عادة إما في طور المراهقة أو اجتازوا هذه المرحلة.

وفي كلتا الحالتين نجد أن الأمر يتطلب عناية خاصة وتوجيها سديدا لتحقيق الأهداف الخاصة للتربية البدنية والرياضية، ولهذا فلا بد للمدرس أن يراعي الأهداف عند الخطة العامة للتربية البدنية والرياضية والتي يسير بموجبها خلال السنة الدراسية لغرض تمشية النشاط الرياضي.

فتلاميذ المدرسة الثانوية يكونون عادة في مرحلة المراهقة أو كانوا قد اجتازوها ويمكن تلخيص الأهداف التالية:

- ممارسة الحياة الصحية السليمة وتعريف التلاميذ بحاجات النمو الجسمي السليم في كل من طور المراهقة والبلوغ ودور التربية الرياضية في تحقيق هذه الحاجات.

- تنمية القوة الجسمية وصفات المرونة والرشاقة وسرعة التلبية والشجاعة والجد.

- رفع مستوى الكفاءة البدنية في كافة الظروف والأحوال.

- العناية بالقوام الصحيح وملاحظة الأوضاع البدنية الخاطئة في حالتها السكون والحركة والسعي ومعالجة ما قد يصيب الجسم من عيوب في كل من طوري المراهقة والبلوغ ومكافحة العاهات الجسمية ومحاولة إصلاحها بالتمارين والحركات الإصلاحية.

- السعي لرفع الروح الرياضية بين التلاميذ واحترام القوانين والتعليمات<sup>1</sup>.

- تنمية المهارات الحركية في الألعاب المناسبة.

- تعويد التلاميذ على الطاعة وحب النظام و التعاون مع الجماعة .

- المساهمة في خدمة المجتمع عن طريق النشاط الرياضي وذلك بتدريب التلاميذ خلال مزاولتهم الفعاليات على ممارسة العلاقات الإنسانية السوية في المجتمع داخل المدرسة وخارجها وتدعيم أخلاقهم وإكسابهم الخلق الرياضي في اتجاهاتهم وسلوكهم.

- تهدف إلى تحقيق بعض الأهداف العامة خلال ثلاث سنوات من التعليم الثانوي والتي نمت صياغتها ومراعاة مع خصائص النمو البيولوجي والنفسي للتلميذ ومبنية على قواعد تربوية تعليمية كمعرفة:(القيم الاجتماعية وقواعدها مع احترامها ...الخ).

1 عبد المجيد شعلال . المرجع السابق ص 32.

### 2-3-1- أهداف المجال الحسي الحركي:

يهدف بشكل خاص إلى تطوير القدرات البدنية والمهارات الحركية ومساعدة التلاميذ لاكتساب القدرات العامة وتحسينها ومنها:

- الإدراك والتحكم في الجسم .

- التعلم التدريجي للحركات متزايدة الصعوبة (حركات معقدة).

- اكتساب سلوكيات حركية منسقة وملائمة مع المحيط وفي كل الوضعيات البسيطة.

- ( المشي، الركض... )، والأكثر تعقيدا ذات صبغة مقيدة أو سلسلة (اجتياز الحواجز - ملامسة الأجهزة التربوية).

- اكتساب القدرات مثل: (السرعة، المرونة، المطاولة، القوة)<sup>1</sup>.

### 2-3-2- أهداف المجال الاجتماعي:

العاطفي: تتميز مادة التربية البدنية والرياضية عن باقي المواد الأكاديمية بالعلاقة الديناميكية المبنية على المساعدة والتعاون .

المناقشة وتحقيق أهداف المجال الاجتماعي العاطفي الذي يحاط بنفس الأهمية التي تعطى للأهداف الحسية الحركية.

وعلى هذا يجب إعطاء الفرصة للتلميذ لاتخاذ المواقف والتحكم مع القدرات التالية:

- حب النشاط البدني والرياضي.

- امتلاك الرغبة في بذل الجهد قصد تعويده على التدريب بصفة مستمرة.

- الاندماج في الفوج عن طريق مشاركته في النشاط البدني.

- التحلي بالتصرفات الخلقية و تقبل القوانين واحترامها.

- التعبير عن الانفعالات بطريقة ايجابية: الفرح الارتياح، تقبل الهزيمة... الخ.

- التحكم في الانفعالات السلبية (العدوانية).

- احترام وتمجيد العمل الجماعي : التعاون، التعامل،... الخ.

### 2-3-3- أهداف المجال المعرفي:

تساعد الأنشطة البدنية والرياضية على تحسين القدرات الإدراكية والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية واكتساب القدرات الفكرية والمعارف التالية:

1 مناهج التربية البدنية للتعليم الثانوي - الجزائر - 1996 ص 03 - 07



- معرفة قوانين الألعاب التي يمارسها.
- معرفة تاريخ الأنشطة البدنية والرياضية بصفة عامة.
- فهم أهداف التربية البدنية والرياضية.
- توعية التلاميذ بالتغيرات الجسمية التي تحدث في مرحلة المراهقة.
- توعية التلاميذ بثقافة رياضية عامة .
- اكتساب التلاميذ المعلومات الوافية عن قوانين الألعاب وتوضيح أسلوب السلوك الجيد عند المشاركة بالمسابقات.

### 2-3-4- أهداف المجال النفسي:

- تتميز الجوانب النفسية في مواقف الإثارة في الألعاب الرياضية.
- تعزيز روح القيادة عند التلاميذ والتلميذات.
- تمكين التلاميذ من ضبط أنفسهم وانفعالاتهم في اتجاه السلوك السلبي خلال المشاركة في السباقات .
- تنمية روح التحلي بالصبر والنظام وحسن التصرف والشجاعة والتضحية والنداء في سبيل الوطن.
- غرس روح الانضباط والتحلي بالمسؤولية<sup>1</sup>.

### 2-3-5- أهداف المجال الحركي:

- زيادة تطوير القابليات البدنية والتوقع الحركي وسرعة رد الفعل.
- تطوير الجانب المهاري والخططي للألعاب الرياضية المختلفة في دروس التربية البدنية والرياضية والتدريب الرياضي.
- توفر فرص التدريب وممارسة الألعاب لتطبيق النواحي الفنية لذوي الكفاءات الرياضية.
- تنمية وتطوير اللياقة البدنية والمهارات الحركية.
- ولتحقيق ذلك أصبح من واجب مدرس التربية البدنية والرياضية أن يدرك تماما أن التدريبات الرياضية تحتاج إلى تدعيم يتصل بالقيم التربوية بغية تحديد الأهداف العامة والخاصة للنشاط الرياضي المدرسي بنوعيه المنهجي واللاصفي.

إن الدولة الجزائرية اهتمت بالتربية البدنية والرياضية اهتماما كبيرا واعتبرتها جانبا ضروريا في حياة المواطن اليومية، وان صدور قانون التربية البدنية والرياضية في 23 أكتوبر 1976 وتعديله حيث صدر القانون

<sup>1</sup> محمد عوض بسيوني . المرجع السابق . ص 09.

الجديد في 24 فيفري 1989 كدليل قاطع على مدى دعم الجزائر للتربية الرياضية والعناية بها حيث تعتب هذه الوثيقة الهامة دستورا هاما يحدد واجبات التربية البدنية والرياضية وتكوين إطارات وتنظيم الحركة الرياضية الوطنية وتعتبر هذه الوثيقة ثورة في مجال حيوي وهو مجال للتربية البدنية والرياضية للجزائري في طريق النمو.

### 2-4- التربية البدنية والرياضية كمادة دراسية في المرحلة الثانوية:

تعتبر مرحلة التعليم الثانوي من أهم المراحل التي يجتازها التلميذ في حياته، فقد تساهم بشكل كبير في تكوين شخصيته.

والتلميذ في هذه الفترة يهتم بمادة التربية البدنية والرياضية من أجل الترويح عن النفس وإظهار قدراته البدنية ، فكان لهذه الأخيرة دور ايجابي في تكوين الشخصية السوية والمنتزعة نفسيا وفيزيولوجيا، إضافة إلى الدور الكبير والهام الذي يلعبه المدرس في تجسيد هذه الحصة ميدانيا وذلك لأهمية الحصة في توطيد العلاقة بين التلميذ والمؤسسة التربوية.

فقد شهدت ممارسة التربية البدنية والرياضية في مختلف الأكاديميات والثانويات تطورا مشجعا راجعا أساسا إلى المساهمة الفعلية والجدية والعطاء المستمر لخريجي معهد التربية البدنية والرياضية في سبيل تطوير الأداء الهادف للنشاط الرياضي بالوسط التربوي .

فالأكاديميات والثانويات طبقت فيها المراسيم والنصوص الرسمية التي تنص على:

إلزامية ممارسة التربية البدنية والرياضية في كل الأطوار التعليمية واعتبارها مادة أساسية كباقي المواد الأكاديمية الأخرى (قانون التربية البدنية والرياضة أفريل 1989).

فهذا أن دل على شيء فإنما يدل على أن مادة التربية البدنية فعلا مادة دراسية لا يمكن الاستغناء عنها في الطور الثانوي لما تحتويه من ايجابيات تمنع المراهق وتسد أمامه طريق الانحراف .

وحتى يمكن إعطاء فهم للتربية البدنية والرياضية كمادة دراسية يجب الاعتماد على الخبرة الواقعية المشاهدة في الميدان والتي يمكن أن تتمثل في المهارات الأدائية والمعرفة المطلوبة والأساسية لممارسة الرياضة وأيضا الاتجاهات والميول التي يحملها الفرد تجاه الأنشطة البدنية بشكل عام واتجاه الألوان وأنواع الرياضة المختلفة بشكل خاص.

ويعتقد "لوسون و بلاسيك" 1981 م أن ما ندرسه يتوقف على عاملين أساسيين هما:

خصائص التلاميذ وطبيعة المادة الدراسية فإذا ما دمج هذان العاملان معا فان مفهوم برنامج التربية البدنية والرياضية، يمكن أن يتضح لنا تحديد أهداف التربية البدنية والرياضية ويتم تحديد أهداف برامج التربية البدنية والرياضية حسب أسس علمية مضبوطة<sup>1</sup>.

1 عبد المجيد شعلال . المرجع السابق . ص 46.

يرى كل من "محمد الحمامي" و "أمين الخولي" ما يلي:

"إن أهم الأسس التي يتم في ضوءها تحديد برامج التربية الرياضية هي للبناء الاجتماعي للدولة وهو ارتباط الأهداف التربوية بالنظم الاجتماعية للمرحلة التعليمية وطبيعة التلاميذ وحاجاتهم تحدد أهداف برامج التربية الرياضية، دراسة خصائص نمو التلاميذ، أي دراسة الأفراد الذين يعد لهم البرنامج"<sup>1</sup>.

يلتمس الباحث من هذا أن عملية تحديد الأهداف للتربية البدنية والرياضية مرتبطة بعدد من الأسس وهي ارتباط الأهداف بالنظم الاجتماعية والثقافية والاقتصادية والسياسية وطبيعة التلاميذ وتطلعاتهم وحاجاتهم بالنسبة لكل مرحلة تعليمية، ودراسة مميزات وخصائص نمو المتعلمين.

## 2-5- علاقة التربية البدنية والرياضية بالمواد الأكاديمية الأخرى:

تساهم مادة التربية البدنية والرياضية مع بقية المواد الأكاديمية الأخرى في تحقيق الغايات التربوية للمنظومة التربوية وربط المدرسة بالمجتمع وفي هذا الصدد يقول "الان هربراد" ما يلي :

"تشارك التربية البدنية والرياضية مع المواد الأخرى في عمليات التعبير والتطبيق، وان هذه التطبيقات المفتوحة على الحياة تكون مناسبة للتحقيق بطريقة ملموسة على الشيء الذي تعلمه التلاميذ خلال الأطوار التعليمية"<sup>2</sup>.

وترى "عنايات محمد احمد فرح" بان درس التربية البدنية والرياضية يدخل ضمن المواد الدراسية الأخرى في المدارس ويكمل العملية التعليمية والتربوية اليومية والتي يمكن تلخيصها في:

- الوحدة بين النظري والعملي وربط المدرسة بالحياة .
- نشاط التلميذ المستمر الفعال الواعي تحت القيادة الواعية للمدرس .
- التناسق بين عمليتي التعليم والتربية وربطها بالمواد الدراسية الأخرى والمختلفة.
- يستكشف الباحث من مادة التربية البدنية والرياضية.

وتتميز بحصائل تعليمية وتربوية هامة يستفيد منها المراهق والمدرسة والمجتمع من خلال استعماله الأنشطة البدنية والرياضية كقاعدة ووسيلة في تحقيق غايات التربية العامة.

وتنصب الركيزة الأساسية لمادة التربية البدنية والرياضية في دراسة ظاهرة حركة الإنسان ونشاطه البدني الذي اهتمت به كذلك المواد الأكاديمية الأخرى.

ويرى الباحث: بأن العلاقة التي يجب أن تكون ما بين مدرسي التربية البدنية والرياضية وزملائهم الآخرين هي علاقة تتسم بالتعاون الذي ساعد على تبادل المعلومات المتعلقة بحاجيات التلاميذ وبالمشاكل الاجتماعية والنفسية منجهة، وتبادل الخبرات الخاصة بمواردهم المختلفة قصد تحقيق الأهداف المشتركة والتي تتمثل في

1 أمين أنور الخولي ومحمد الحمامي . نظريات وطرق التربية البدنية . الطبعة الاولى. 1996 . ص 47  
2 إبراهيم عصمت مطاوع "أصول التربية" دار الفكر العربي - القاهرة . 1995 ط.1. 238 - 239.

إعداد التلميذ الثانوي إعدادا شموليا متكاملا كمواطن ينفع نفسه ومجتمعه ووطنه والتي تعتبر الهدف الرئيسي من التربية العامة من جهة أخرى<sup>1</sup>.

## 2-5-1- العلاقة التربوية بين المدرس والتلميذ في التربية البدنية والرياضية:

إن دور ومكانة المدرس لأي مادة دراسية مهم في العقلية التعليمية والتربوية وللعلاقة التربوية بين المدرس والتلميذ الجزء الأهم في ذلك.

يقول "عدنان درويش حلون" هنا العلاقة المميزة بين مدرس التربية البدنية والرياضية والتلاميذ مايلي: "لقد أفادت بعض الدراسات على أن شخصية مدرس التربية البدنية والرياضية لها تأثير كبير على النمو الاجتماعي والنفسي للتلاميذ فإذا أراد معاونتهم فعليه أن يدرك أهمية أن يكون حساسا اتجاه الصعوبات التي تواجههم وأن يتعامل معهم كأفراد من فصلين ومختلفين بعضهم عن البعض".

وبسبب العلاقة الحميمة بين التلميذ ومدرس التربية البدنية والرياضية فان مدرس التربية البدنية يعد من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع تأثيرا في تشكيل الأخلاق والقيم لدى التلميذ.

ويرى إبراهيم عصمت مطاوع فيما يخص مسؤولية المدرس إلى مايلي: "المدرس كما تعلم هو حجز الزاوية وعليه يقع عبء جسيم لتنتشة جيل جديد ديمقراطي"<sup>2</sup>

## 2-6- برنامج التربية البدنية والرياضية:<sup>3</sup>

- تحقيق المبدأ الاستمرار والتكامل والنمو يجب أن تهتم المدرسة الثانوية وبالدرجة الأولى بتنمية المهارات الحركية التي سبق وأن تعلمها التلميذ في المرحلة الثانوية.

- يراعي استبعاد بعض الرياضات غير المناسبة للإناث مثل رفع الأثقال والملاكمة والمصارعة وتتشابه ألعاب البنات مع ألعاب الأولاد في كرة السلة والكرة الطائرة وغيرها من الرياضات المدرسية.

- تمارين بدنية لبناء اللياقة وتحسين القوام وتمارين أرضية وتمارين على الأجهزة.

- ألعاب جماعية وزوجية وفردية وشعبية مثل كرة القدم والسلة واليد.

- ألعاب القوى مثل الركض والوثب العالي والطويل والثلاثي والوثب بالحواجز والقفز بالزانة ورمي القرص

والرمح والجلة.

- السباحة والرياضات المائية.

- المعسكرات والرحلات.

- الرقص الحديث.

1 عدنان درويش "التربية البدنية والرياضية المدرسية" دار الفكر. القاهرة. ص 35.

2 إبراهيم عصمت مطاوع المرجع السابق ص 238 - 239.

3 محمد عوض البيسوني وفيصل ياسين الشاطي المرجع السابق ص 148 - 149.

2-6-1 - توزيع الحصص في كل مادة:

يعتمد هذا التوزيع على العوامل التالية :

- يجب أن تكون الحصص الخاصة لمادة معينة كالجري أو لعبة جماعية متقاربة جدا حتى لا تنسى مكتسبات الحصة السابقة عندما تبدأ الحصة الموالية.
- يجب تجميع الحصص بطريقة تسمح بإعادة تعلم هذه المادة مرتين في السنة إن أمكن.
- يجب تجنب جمع الحصص بعدد قد يتسبب استعمال إمكانيات التحول من مادة إلى أخرى حسب الأدوار.

### الخلاصة:

ومن خلال الكلام المطروح سالفًا نستخلص بان مرحلة التعليم الثانوي هي أهم المراحل التعليمية التي يمر بها التلميذ خلال مشواره أو مسيرته الدراسية الحافلة سواء بالانجازات أو التعثرات وهذا الكلام يشمل جميع المواد الدراسية وليس فقط مادة التربية البدنية والرياضية.

ومن هنا نطالب وزارة التربية والتعليم تخصيص الأهمية الكبرى لهذه المرحلة ليس على حساب المراحل الأخرى وإنما الاهتمام بهذه المرحلة اهتماما يليق بها لأنهم يصنعون بذلك تلميذ ذا منفعة لنفسه ومجتمعه.

# الفصل الثالث

المرحلة العمرية "المراهقة"

تمهيد :

يعرف الإنسان مراحل تطور عدة، والمراقبة مرحلة من مراحل حياته، فيها من المشاكل ما يجعلها تستحوذ على عدد كبير من البحوث التربوية والنفسية، والاجتماعية فأصبح بالضرورة بما كان أن يتعرف أستاذ التربية والرياضية على خصائص هذه المرحلة وأهميتها ما يجعله يبنى أهداف حصصه على أساسها، وكي يتمكن كذلك من أخذ الفوارق الفردية بين التلاميذ فيما بينهم، وبين الذكور من جهة، والإناث من جهة أخرى وبالتالي يتمكن من تنمية وتعزيز النمو بجميع جوانبه في هذه المرحلة" فالعلاقة بين الأنشطة البدنية والنمو الفكري والنمو الانفعالي، والنمو الاجتماعي، هي علاقة وثيقة بل في الواقع من المستحيل الفصل بينهما".

تعتبر المراقبة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الكائن الإنساني، بل وأهمها لكونها تشتمل على عدة تغيرات وعلى كل المستويات فهي إذن فترة حرجة في حياة الفرد، باعتبارها فترة نمو شامل تنقل الفرد من الطفولة إلى الرشد، بالإضافة لما تشهده هذه المرحلة من اضطراب، في التوازن الشخصي الكلي وإعادة بناء الشخصية، وحياته مع الآخرين من جراء التحولات والتغيرات العميقة والسريعة التي يعرفها المراهق على المستوى الجسدي، النفسي، والاجتماعي.



### 3-1- تعريف المراهقة:

المراهقة بمعناها الدقيق هي المرحلة التي تسبق وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج، وهي بهذا المعنى عند البنات والبنين حتى يصل عمر الفرد إلى الواحد والعشرين سنة وهي بهذا المعنى تمتد من البلوغ إلى الرشد<sup>1</sup>.  
لغويا:

كلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب والذنو من الحلم فالمراهقة بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكمال النضج.

### اصطلاحا:

فهي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل والفرد غير الناضج انفعاليا وجسمي او عقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة<sup>2</sup>.

والمراهقة بمعناها الحقيقي: هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي لهذا عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدنها وأمرها اجتماعي في نهايتها.

مرحلة المراهقة: تعني الفترة الممتدة بين الثالث عشر ( 13 ) والعشرين ( 20 ) سنة حيث يحدث تغير جسماني ونفساني مهم متصل بتملك استقلالية الرشد وتعتبر مرحلة المراهقة من أهم وأصعب مراحل النمو في حياة الفرد إن لم تكن أهمها على الإطلاق حتى أن بعض العلماء النفسانيين يعتبرونها بدء ميلاد جديد للفرد.

وتكون هذه الفترة بين البلوغ الجنسي والرشد حيث تلي مرحلة الطفولة وتسبق الرشد، كما أنها تتأخر من مجتمع لآخر ويمكن أن نقول أن فترة المراهقة في الدول العربية تكون غالبا من سن الثانية عشر تقريبا حتى سن الثامن عشر، وتعتبر مرحلة المراهقة مرحلة دقيقة وفاصلة في جميع نواحي الشخصية للفرد حيث تتجدد فيها معالم جسم المراهق من حيث الطول، الوزن، الأعضاء وكذلك نجد أن جسم المراهق يأخذ شكله النهائي كما تتطور في هذه المرحلة جميع النواحي العقلية بصفة عامة من حيث كفاءة الذكاء إلى أقصى نموه.

كما تكتشف القدرات وتظهر الميول في هذه المرحلة، وكذلك الصفات الانفعالية للفرد كما تظهر صفاته الاجتماعية وعلاقاته و تتضح اتجاهاته وقيمه التي يكونها ويكتسبها من الوضع الاجتماعي الذي يعيش فيه.

-المراهقة أكثر من ان تقال بسيط متصلب البلوغ، وهي عبارة عن فترة تحول وتطور بيولوجي متصلب ظاهرة البلوغ.

- تغيير نفسي متصلب اكتساب هويته وأخيرا تغير اجتماعي تحت تأثير تغيير العلاقات مع المحيط العائلي أو المدرسي أو المؤسسة التعليمية.

1 فؤاد الباهي. السيد الأسس النفسية للنمو. دار الفكر العربي. بدون طبعة. ص 272.  
2 تركي رابح. "اصول التربية والتعليم". الطبعة الثانية. ص 242.

### 3-2-3- مراحل المراهقة:

نستطيع أن نتصور المراهقة على أنها إحدى الحلقات في دورة النمو النفسي تتأثر بالحلقات السابقة وتؤثر بدورها في الحلقات التالية:

ونحن وإذا كنا نتحدث عن مرحلة المراهقة كوحدة متكاملة مع ما قبلها وما بعدها من مراحل النمو فإن بعض الدارسين يقسمونها اصطناعيا بنص الدراسة إلى ثلاثة مراحل فرعية تكون على النحو التالي:

3-2-3-1- مرحلة المراهقة المبكرة : تبدأ هذه المرحلة من سن 12 إلى 14 سنة وتقابل المرحلة الإعدادية

3-2-3-2- مرحلة المراهقة الوسطى : تبدأ هذه المرحلة من 15 إلى 17 سنة وتقابل المرحلة الثانوية.

3-2-3-3- مرحلة المراهقة المتأخرة : تبدأ هذه المرحلة من سن 18 إلى 20 سنة وتقابل المرحلة الجامعية.

وهكذا فإن مرحلة المراهقة تنتهي حوالي الحادية والعشرين ( 21 ) حيث يصبح الفرد ناضجا جسديا وفسولوجيا وجنسيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا<sup>1</sup>.

انقسام المراهقة: يقسم الدكتور صامويل مغاريوس في كتابه " المراهق المصري" المراهقة إلى الأقسام التالية:

- المراهقة المتكيفة: وتنسم بالهدوء النسبي والهدوء والاستقرار.

- المراهقة الإنسحابية المنطوية: وتتميز بالإكتئاب والعزلة الشديدة والسلبية والخجل والتردد.

### 3-3- أهمية دراسة مرحلة المراهقة:

تعود أهمية دراستنا لمرحلة المراهقة إلى أنها مرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الاجتماعية إذ يتعلم فيها الناشئون تحمل المسؤوليات الاجتماعية وواجباتهم كمواطنين في المجتمع كما أنهم يكونون أفكارهم عن الزواج والحياة الأسرية، وبالزواج يكتمل جزء ومن ثم يولد الطفل، وبالتالي تبدأ دورة جديدة لحياة شخص آخر، تسير الدورة في الوجود ويستمر الانسان في الحياة.

ولاشك أن دراسة سيكولوجية المراهق مفيدة للمواطنين وأيضاً للوالدين والمربين ولكل من يتعامل مع الشباب. وما لا جدل فيه أن الصحة النفسية للفرد طفلاً فمراهقاً ذات أهمية بالغة في حياته وصحته النفسية راشداً فشيخاً.

### 3-4- أهداف مرحلة المراهقة:

تتلخص أهم أهداف المراهقة حسب كولوهول 1973 في:

- الاهتمام بأعضاء نفس الجنس إلى الاهتمام بأعضاء الجنس الآخر.

- خيرات مع رفاق كثيرين نمو إلى اختيار رفيق واحد.

- الواعد الكامل بالنمو الجنسي إلى قبول النضج الجنسي.

1 حامح عبد السلام زهران . "علم نفس النمو الطفولة والمراهقة". الطبعة الخامسة. ص 327 .

### 3-4-1- النضج الاجتماعي:

يبدأ النمو الاجتماعي مما يلي:

- الشعور بعدم التأكد من قبول الآخرين له نمو إلى شعور بالأمن وقبول الآخرين.
- يحصل ته ارتباك اجتماعي ثم النمو إلى التسامح اجتماعيا.
- التقليد المباشر للأفراد ثم النمو إلى التحرر من التقليد المباشر.
- التخفيف من سلطة الأسرة.
- ضبط الوالدين التام نمو إلى ضبط الذات
- الاعتماد على الوالدين من أجل الأمن نمو إلى الاعتماد على النفس من أجل الأمن.
- التوحد مع الوالدين كمثال ونموذج نمو إلى الاتجاه نحو الوالدين كأصدقاء.

### 3-4-2- النضج العقلي:

يبدأ النضج العقلي مما يلي:

- قبول الحقيقة على أنها صادرة من سلطة أو مصدر ثقة نمو إلى طلب الدليل قبل القبول.
- الرغبة في الحقائق نمو إلى الرغبة في تفسير الحقائق.
- اهتمامات وميول جديدة وكثيرة إلى ميول ثابتة وقليلة.

### 3-4-3- النضج الانفعالي:

- التعبير الانفعالي غير الناضج نمو إلى التعبير الانفعالي البناء.
- التفسير الذاتي للمواقف نمو إلى التفسير الموضوعي للمواقف.
- المواقف والدوافع الطفلية إلى المميزات الناضجة للانفعالات.
- عادات الهروب من الصراعات نمو إلى عادات المواجهة وحل الصراعات<sup>1</sup>.

### 3-4-4- اختيار المهنة:

- الاهتمام بالمهن البراقة نمو إلى الاهتمام بالمهن العملية.
- الاهتمام بمهن كثيرة نمو إلى الاهتمام بمهنة واحدة.
- زيادة أو قلة تقديم قدرات الفرد نمو إلى التقديم الدقيق قدرات الفرد.
- عدم مناسبة الميول للقدرات نمو إلى مناسبة الميول للقدرات.

### 3-4-5- استخدام وقت الفراغ:

يمر المراهق من:

- الاهتمام بالألعاب النشطة غير المنظمة نمو إلى الاهتمام بالألعاب الجماعية المنظمة.
- الاهتمام بالنجاح الفردي نمو إلى الاهتمام بنجاح الفريق.

<sup>1</sup> حامد عبد السلام زهران . المرجع السابق ص 330.

- الاشتراك في الألعاب نمو إلى الاهتمام بمشاهدة الألعاب.
- الاهتمام بهوايات كثيرة نمو إلى الاهتمام بهواية أو اثنين.
- الاشتراك في العديد من الأندية نمو إلى الاشتراك في أندية قليلة.

### 3-4-6- فلسفة الحياة:

يمر المراهق من:

- الميل بخصيص المبادئ العامة نمو إلى الاهتمام بالمبادئ العامة وفهمها.
- يعتمد السلوك على العادات الخاصة المتعلقة نمو على قيام السلوك على أساس المبادئ الأخلاقية<sup>1</sup>.
- يقوم السلوك على أساس تحقيق السرور وتخفيف الآلام نمو إلى قيام السلوك على أساس الضمير والواجب.

### 3-4-7- توحيد الذات:

يمر المراهق من:

- إدراك قليلا لذا تنمو إلى إدراك نسبي للذات.
- فكرة بسيطة عن إدراك الآخرين للذات إلى فكرة جيدة من إدراك الآخرين.
- توجد الذات مع أهداف شبه مستحيلة نمو إلى توحيد الذات مع أهداف ممكنة.

### 3-5-5- المراهقة الوسطى من 15 إلى 18 سنة:

ويؤدي الانتقال من المرحلة الإعدادية إلى المرحلة الثانوية (الطور الثانوي) إلى الشعور بالنضج والاستقلال والمراهقة الوسطى هي قلب مرحلة المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لمرحلة المراهقة بصفة عامة.

### 3-5-1- النمو الجسمي :

يلحق المراهقون والمراهقات في هذه المرحلة أهمية كبيرة على النمو الجسمي ويتضح الاهتمام بالمظهر الجسمي والصحة البدنية.

مظاهره : تتباطىء سرعة النمو الجسمي نسبيا على المرحلة السابقة، ويزداد الطول عند كل من الجنسين كما يزداد الوزن وتزداد الحواس دقة كاللمس والذوق والسمع وتحسن الحالة الصحية للمراهق . ويختلف المراهقون كثيرا في الطول والوزن بصفة خاصة في هذه المرحلة بحيث يزداد الطول بدرجة أكثر عند الذكور وتصل الإناث إلى أقصى الطول في نهاية هذه المرحلة.

### 3-5-2- النمو الحركي :

تتميز هذه المرحلة بإتقان المهارات الحركية فتصبح حركات المراهق أكثر توافقا ويزداد نشاطه وقوته ويزداد إتقان المهارات الحركية مثل العزف على الآلات الموسيقية والكتابة على الآلة الراقنة والألعاب الرياضية كما تزداد معرفة زمن الرجوع وهو الزمن الذي يمضي بين المثير والاستجابة.

1 حامد عبد السلام زهران . المرجع السابق ص 331.

يلحق الذكور بالإناث من حيث نمو القوة والمهارات الحركية ويسبقون ويتفوقون عليهن ويظل الحال كذلك بعد ذلك كما يتأثر النمو الحركي تأثيراً سيئاً في وجود إصابة جسمية أو إعاقة حسية بحيث يلاحظ أن نقص الرغبة والقدرة على المشاركة في برامج التربية الرياضية ترتبط بسمات الخجل والحساسية وعدم تحمل الإحباط والهزيمة.

### 3-5-3- النمو العقلي :

في هذه المرحلة يكون الاهتمام مركزاً على النمو العقلي نظراً لأهميته بالنسبة للتوجيه التربوي في نهاية المرحلة الثانوية وبداية التعليم العالي أو بداية العمل في معظم الحالات<sup>1</sup>.  
مظاهره: تبدأ سرعة نمو الذكاء ويقترّب هذا من الوصول إلى اكتماله في هذه الفترة ويزداد نمو القدرات العقلية وخاصة القدرات اللفظية والميكانيكية والسرعة والإرادة لتباعد المستويات وتنوع حياة المراهق.  
هذه المرحلة ينمو التفكير المجرد والتفكير الإبتكاري كما تزداد القدرة على التحصيل وعلى نقد ما يقرأ من المعلومات ويميل المراهق عادة إلى التعبير عن نفسه و تسجيل أفكاره وذكرياته في مذكرات وخطابات وشعر وحصص صغيرة يضع فيها رغباته و تتمو الميول والاهتمامات وتتأثر بالعمر الزمني والذكاء الجنسي والبيئة الثقافية وبنمط الشخصية العامل لمراهق ويظهر هنا اهتمام المراهق جدياً بمستقبله المهني والتربوي ويزداد تفكيره في تقدمه الدراسي وفي المهن التي تناسبه أكثر من غيرها.  
إلى جانب ميل المراهق إلى التفكير الديني والاعتماد على المنطق أكثر من اعتماده على الذاكرة والحفظ الآلي.

وقد دلت الأبحاث على أن المراهقين يميلون ميلاً قوياً إلى القراءة والإطلاع ولاسيما الجرائد وكتب الدين والرحلات وأخبار الأبطال في جميع المجالات، والمراهقين في هذه المرحلة يغرمون بتقليد من يختارونه من الأبطال يكون مثلهم الأعلى.

### 3-5-4- النمو الاجتماعي:

يسعى المراهقون في هذه الفترة إلى تحقيق المستوى المطلوب من النمو الاجتماعي فتصبح الرغبة الأكيدة في تأكيد الذات مع الميل إلى مسايرة الجماعة ويتضح البحث عن الذات في ثلاثة جهات رئيسية وهي البحث عن نموذج يتحدى مثل الوالدين، المربين، شخصيات هامة، اختيار المبادئ والقيم والمثل العليا، لتكوين فلسفة الحياة<sup>2</sup>.

ويظهر لنا العوز بالمسؤولية الاجتماعية وهي محاولة فهم ومناقشة المشكلات الاجتماعية والسياسية العامة والتعاون مع الزملاء وبذل جهد يساعدهم في احترام الواجبات الاجتماعية والسياسية ويشاهد الميل إلى مساعدة الآخرين والعمل في سبيل الغير وعمل الخير ويلاحظ الاهتمام باختيار الأصدقاء والميل إلى

1 حامد عبد السلام زهران . علم نفس النمو . عالم الكتب القاهرة ط1 . 1995 ص 329.

2 حامد عبد السلام زهران . المرجع السابق. ص 332.

الانضمام إلى جماعات مختلطة الجنس ويكثر المراهقون الكلام عن المدرسة والنشاط والمواعيد والمطامح الرياضية والموسيقى والرحلات والحياة أو أي شيء يهتمون به.

ونلاحظ الميل إلى الزعامة الاجتماعية والعقلية والرياضية ويجاهد المراهق لتحقيق المزيد من الاستقلال الاجتماعي وتنمو الاتجاهات ونلاحظ أنها تعكس في أقل الأمر اتجاه الكبار في المنزل وخارجه وتفتح الميول وتتنوع بين ميول أدبية وفنية وعلمية وشخصية واجتماعية ورياضية ونجد الرغبة في مقاومة السلطة والميل إلى شدة انتقاء الوالدين والتحرر من سلطتهم ومن سلطة جميع الراشدين في المجتمع بوجه عام وبميل المراهق إلى تقسيم التقاليد القائمة في ضوء المشاعر والخبرات الشخصية.

ويزداد الوعي الاجتماعي والميل إلى النقد ورغبة الإصلاح الاجتماعي وتغيير مجرى الأمور بطريقة الطفرة دون الدراسة، كما يفعل الكبار ويلاحظ الشعور بعدم الارتياح نحو بعض القوانين خاصة تلك التي تحد من حرية المراهقين وقد يقدم المراهقون على بعض أنماط السلوك الممنوع الخارج عن القانون أو العرف والمعايير الاجتماعية.

### 3-5-5- النمو الانفعالي:

يسود النمو الانفعالي في هذه المرحلة على سائر مظاهر النمو في كل جانب من جوانب الشخصية، وتطور مشاعر الحب حيث يتضح الميل نحو الجنس الآخر، ويميل المراهق على التركيز على عدد محدود من أفراد الجنس الآخر ثم على واحد فقط، ويفرح المراهق عندما يشعر بالقبول والتوافق الاجتماعي، وعندما يشبع حاجاته من الحب والمحبة ونلاحظ الحساسية الانفعالية حيث لا يستطيع المراهق غالباً التحكم في المظاهر الخارجية لحالاته الانفعالية وتظل ثنائية المشاعر أو التناقض الوجداني، وفي هذه المرحلة يتعرض بعض المراهقين لحالات من الاكتئاب واليأس والأمال نفسية نتيجة لما يلاقونه من احتياطات وما يعانونه من صراع بين الدوافع وبين تقاليد المجتمع ومعاييره.

ويزداد شعور المراهق بذاته ونلاحظ مشاعر الغضب والتمرد نحو مصادر السلطة في الأسرة والمدرسة والمجتمع وخاصة تلك التي تحول بين المراهق وتطلعه إلى التحرر والاستقلال، ويلاحظ أيضاً الخوف في بعض المواقف عندما يتعرض المراهق للخطر حيث يستجيب المراهق للخوف ذو الطبيعة الاجتماعية، التي قد تهدد مكانته الاجتماعية، والتي يعبر عنها بعدة طرق منها: العادات العصبية، الانفجارات الانفعالية والعراك.

3-6- خصائص تلميذ التعليم الثانوي<sup>1</sup>:

3-6-1- الخصائص العقلية لتلاميذ التعليم الثانوي:

3-6-1-1- الذكاء والقدرات الخاصة:

ينمو الذكاء وهو القدرة العقلية الفطرية العامة نموا مطردا حتى الثانية عشر، ثم يتعثر قليلا في فترة المراهقة نظرا لحالة الاضطرابات النفسية السائدة في هذه المرحلة، ويقف نمو الذكاء عند سن معين فيقف عند الاعتياديين من الناس في حوالي سن 16 وعند الأغبياء عند سن 14 وعند الأذكيا في حوالي سن 18 وفترة المراهقة هي فترة ظهور القدرات الخاصة ويقصد بها إمكانية نمط معين من أنماط السلوك المعرفية والنمو العامل لمراهقين يسمح لنا بالكشف عن ميوله التي غالبا ما ترتبط بقدرة خاصة والتي يمكننا الكشف عنها في حوالي سن الرابعة عشر وبالتالي يمكننا أن نوجههم تعليميا ومهنيا.

3-6-1-2- الانتباه:

يعتبر الانتباه من أهم العمليات العقلية العليا لأنه شرط لازم لكل عملية عقلية، ويقصد به أن تبلور الفرد شعوره على شيء ما في مجاله الإدراكي وتزداد مقدرة تلميذ التعليم الثانوي على الانتباه سواء في المدة أو المدى، فهو يستطيع أن يستوعب كل مشكلة طويلة معقدة في يسر وسهولة.

3-6-1-3- التخيل:

يتجه تخيل التلميذ المراهق نحو الخيال المجرد المبني على الألفاظ أي الصور اللفظية ولعل ذلك يعود إلى أن عملية اكتسابه للغة تكاد تدخل في تطويرها النهائي ولاشك أن نمو قدرة تلميذ المدرسة الثانوية على التخيل تساعده على التفكير المجرد في مواد مثل: الجبر والهندسة مما يصعب عليه إدراكها في المراحل السابقة.

3-6-1-4- الذاكرة:

ويقصد بالذاكرة استعادة ما مر من خبرة الفرد السابقة، عند تذكير تلميذا لمدرسة الثانوية فإنه يؤسس على الفهم والميل فتكون عملية التذكر عنده القدرة على استنتاج العلاقات الجديدة بين الموضوعان المتذكرة، ولا يتذكر موضوعا إلا إذا فهمه تماما وربطه بغيره مما سبق إن كان قد مر به في خبرته السابقة.

3-6-1-5- القدرة على الاستدلال والتفكير:

يقول جيمس في كتابه علم النفس التربوي أنه كلما كان الطفل صغير السن ازداد تركيز تفكيره العادي حول الحوادث المتصلة بخبراته المباشرة وأموره الذاتية، فإذا تقدم به العمر غدا أكثر قدرة على أن يشغل نفسه بالأمر الغير مباشرة، وإن يعالج أمورا معنوية تختلف عن المشكلات المحسوسة. ويمكن ملاحظة هذه التغيرات في دور المراهقة في ما يتصل بزيادة المعاني المرتبطة بمختلف ألفاظ اللغة التي يستعملها، وفي ما يظهر من اهتمامه بالأمر الاجتماعية ومن معالجتها، وفي قدرته على إدراك ما يقع في العالم الواسع من حوادث ماضية ومستقبلية.

1 محمد مصطفى زيدان . دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام. بدون طبعة. القاهرة. ص 158.

وإذا استطعنا أن ننمي ما يقع في طالب التعليم الثانوي من القدرة على التفكير الصحيح المؤسس على المنهج العلمي البعيد عن الأهواء والمعتقدات لضمنا نوعا ما الاستقرار في الحياة العلمية وليسرنا له فرصة معالجة المشاكل عن طريق علمي تفكيري .

### 3-6-2- الخصائص الإنفعالية لتلاميذ التعليم الثانوي:

العوامل المؤثرة في انفعالات تلميذ التعليم الثانوي المراهق:

### 3-6-2-1- التغيرات الجنسية الداخلية والخارجية:

تتأثر انفعالات تلميذ التعليم الثانوي أي المراهق بالنمو العضوي الداخلي وخاصة نمو أو ظهور الغدد الصماء فنشاهد الغدد التناسلية بعد كمونها طوال الطفولة وظهور الغدد الصنوبرية.

### 3-7-7- ميول المراهق:

### 3-7-1- ميل المراهق إلى التحرر الاقتصادي:

يחס المراهق بشقاء كبير لأنه لم يبلغ من النضج الاقتصادي درجة تمكنه من الاعتماد على نفسه والاستغناء ماليا عن غيره، فهو مضطر أن يظل تابعا لوالديه كما أنه عاجز عن إشباع دوافقه الجنسية عن طريق الزواج، ويستطيع المعلم أن يخفف كثيرا من شعور المراهق لأنه يعامله معاملة حسنة تشجعه على أن يفضي له سره ويشرح له مشاكله التي يعانها.

### 3-7-2- تفكير المراهق في مستقبله الاقتصادي ومركزه الاجتماعي

ومن المسائل التي تشغل بال المراهق وتجول في تفكيره كثيرا مستقبله الاقتصادي ومركزه الاجتماعي فهو يفكر في المهنة التي سيزاولها والطريق إلى النجاح في الحياة العملية، وكل هذا يتطلب من المدرسة قدرا من التوجيه العلمي، والتربية الاقتصادية والإعداد للمهنة.

### 3-7-3- ميل المراهق إلى الطبيعة:

ويهوى المراهق الطبيعة ومشاهدة مفاتها والخروج إلى ظاهر البلدة التي يعيش فيها، وقد يسبب للمراهق الشغف والشوق إلى رؤية الأفطار الأخرى في فكر ونفي الهجرة<sup>1</sup>، وقد ينفذون هذه الأفكار من دون علم الآباء أحيانا لأنهم يريدون التحرر من سلطة الكبار والحياة في بيئة لا تعلم عن طفولتهم وعجزهم شيئا. لقد دلت دراسات أجريت في بريطانيا على أن المراهقين أميل إلى قراءة الجرائد والمجلات المصورة منهم إلى قراءة المجلات والجرائد الأدبية أو العلمية.

### 3-8-8- علاقة المراهق بالثانوية وأهمية التربية البدنية:

### 3-8-1- علاقة المراهق بالثانوية:

تعتبر المرحلة الثانوية من التعليم منعرجا حاسما في حياة التلميذ، وهذا لما يبديه من سلوكات وأفعال في مختلف السنوات حيث تميل سلوكات المراهق نحو الأشياء التي يجذب إليها بدون أن يشعر أنها ببساطة

<sup>1</sup> تركي رابح. المرجع السابق. ص 250.



المراهقة، فالثانوية مرحلة تهدف إلى إعداد التلاميذ إلى المرحلة التي تليها واكتسابهم مهارات تعينهم وتنفعهم في حياتهم العملية خارج الثانوية، وتهتم بقدرات التلميذ المنطقية والتحليلية وتساهم في بناء الشخصية السوية الناضجة الملتزمة بالمسؤولية.

### 3-8-2- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق:

لو كنا نضع التربية البدنية والرياضية في المرحلة الأولى من العمل التربوي فما ذلك أننا ننقص من أهمية المواد الأخرى، بل لأننا نرى فيها الأساس الذي تستند إليه في كل شيء، لأنها عمل منظم تدريجي ومستمر من الطفولة حتى سن الرشد، غرضه ضمان النمو الجسدي الكامل وزيادة قدرة الأعضاء على المقاومة وإبراز القابلية لجميع أنواع التمارين الطبيعية والنفعية والضرورية.

### 3-9- مشاكل المراهقة في الثانوية:

في الولايات المتحدة الأمريكية ومنذ بضع سنوات أصدر جون هنري مدير المكتب الفدرالي للتحقيقات تصريحاً ولم يزل لهذا التصريح آثاره حتى اليوم، قال فيه أنه لو استمر الاتجاه السائد حالياً في انحراف الشباب فإن الجرائم في 30 سنة القادمة ستبلغ ما يقارب 07 ملايين حالة سرقة للسيارات و 16 مليون حادثة سطو و 02 مليون سرقة بإكراه و 03 ملايين حالة اعتداء عنيف وألفين حالة قتل.

ولقد أظهرت أخيراً أن مدمني المخدرات من بين الشباب الذين تقل أعمارهم عن 20 سنة في مدينة نيويورك وحدها بلغ عددهم أكثر من 5 آلاف ويقول جون إننا نصرف على المجرمين في الولايات المتحدة الأمريكية أكثر من 04 أمثال ما نصرفه على التعليم أن ثلاث تلميذات فصلن من المدرسة في أسبانيا USA العام والخاص وذكرت شرطة بعد أن كشف المحققون عن مآمرة دبرنها لقتل زميلة لهن في الفصل.

كما يتعرض المراهق في كثير من الحالات إلى ما يسبب انحراف نموه، ويصيبه ببعض المشكلات السلوكية التي تؤثر في نموه النفسي وتعلمه، وربما كانت فترة المراهقة أكثر تعرضاً لهذا عن غيرها من المراحل، نتيجة لحساسية المراهق بنفسه وبمن حوله وامتلاء نفسه بالأطماع والآمال. وترجع أسباب بعض هذه الحالات إلى النمو الجسدي للمراهق.

فالمراهق يكره أن يكون متميزاً عن غيره أو مختلفاً في شيء من ناحية النمو الجسدي، فأى نقص في جسده يولد له مشاكل نفسية، وهكذا وفي حالات كثيرة تتحول هذه المشاكل إلى اضطرابات عصبية تتخذ أشكالاً عدة.

وفي كثير من الأحوال تكون أسباب هذا القلق وهمية لا أصل لها وهناك نوع آخر من القلق والاضطراب يحدث للمراهقين لأسباب أخرى منها ما يتعلق بالنمو الجسدي أو الزواج أو الدين أو العلاقات مع بقية أفراد الأسرة أو التقدم المدرسي أو المستقبل المهني.

وتدل كثير من الأبحاث على أن أكثر ما يقلق المراهقين من البنين هو العمل الدراسي والمستقبل المهني. والتعليم الجيد والتوجيه الحكيم يخففان من غير شك فرص حدوث هذه الاضطرابات بل ويخففانها كثيراً إذا

حدثت، وفي المراهقة يزيد الاستعداد للإجرام، والسبب في هذا أنه في طور المراهقة تقل رقابة الأسرة على المراهق وقد يزيد اختلاطه برفقاء السوء فينزلق إلى المخالفات السلوكية<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> محمد مصطفى زيدان . المرجع السابق. ص 11.

الخلاصة :

ومما سبق نستنتج أن أكثر ما يقلق المراهق هو التحصيل الدراسي، كما أن فترة المراهقة أكثر تعرضاً للمشكلات السلوكية من غيرها من المراحل نتيجة لحساسية المراهق بنفسه وبمن حوله وامتلاء نفسه بالأطماع والآمال.

وترجع بعض أسباب الحالات إلى النمو الجسدي للمراهق، فالمراهق يكره أن يكون متميزاً عن غيره أو مختلف في شيء من الناحية الجسدية.

وسبب آخر هو ميل المراهق إلى تجربة الخبرات الجديدة مع ما يعترضه في فترة المراهقة، كما يشعر المراهق بالحاجة إلى الاستقلال والعطف والاحترام والأمن، وتجنب الحدوث الاضطرابات النفسية وإحباط شخصية المراهق في الثانوية يجب على المدرسين والقائمين بأعمال التربية احترام المراهق وتفهم آماله وتطلعاته.

# مفصل الرابع

الجانب النفسي والجانب الاجتماعي

للتلميذ

### تمهيد :

تطراً على التلميذ خلال مسيرته الدراسية أو مشواره الدراسي مجموعة من التحولات على عدة جوانب من الحياة وبرز هذه الجوانب نجد الجانب النفسي والجانب الاجتماعي فبالنسبة للجانب النفسي نرى التحولات أو الانعكاسات التي تكون على هذا الجانب تحدث تغيرات على التلميذ التي تنعكس عليه كذلك للجانب الاجتماعي أو المجتمع الذي يعيش فيه ولهذا سنرى إن كانت التربية البدنية والرياضية تساعد على جعل هذه الانعكاسات ايجابية على التلاميذ في المرحلة الثانوية

### 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<sup>1</sup>.

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 منذ لحظة تلقيح البويضة ويستمر إلى مرحلة الرشد<sup>2</sup>. 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 - شنيرالا - 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 معين أو خلال فترة زمنية معينة، وهو لا يحدث فجأة أي أن الانتقال من مرحلة لأخرى يتم تدريجيا.

إن عملية النمو عملية داخلية وكلية أي تحدث 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 كمعرفة الطفل لعمره الزمني وعلاقة وزنه بطوله وعمره وعلاقة لغته بمراحل نموه وبذلك يقيس الباحث النمو الجسدي والنفسي والاجتماعي بمقاييس صحيحة، فيكشف النمو العادي المتوسط والنمو البطيء 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 كبيرا ويقحم نفسه في أحاديث الكبار، لكنهم يرفضونه لأنهم يعتبرونه صغيرا، وتقاس الصحة النفسية بمدى قدرة الفرد على مجابهة مشاكله و حلها حلا سليما .

<sup>1</sup>د.عبد الفتاح دويرار . "سيكولوجية النمو والارتقاء" - دار المعارف الجامعية-الإسكندرية-بدون طبعة-1996- ص 20.  
<sup>2</sup>رمضان محمد ألقذافي "علم نمو الطفولة والمراهقة"-المكتبة الجامعية الحديثة-الإسكندرية- الطبعة2-1997-ص64.62.

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 .

### 4-2-2-4- علاقة التربية البدنية والرياضية 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<sup>1</sup>.

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 وقوانين التعلم التي تتضمنها الأطر النظرية<sup>2</sup>.

### 4-2-3- الآثار النفسية للتربية البدنية والرياضية على المراهق:

إن المراهق بالدرجة الأولى يهتم بالخصائص الجسمية، وتذوقه للنشاط والحركة يصاحبه في جميع مراحل نموه ، ونتيجة هذا فالتربية البدنية والرياضية حريصة على أن يكون مصدرها و رائدها التطور الطبيعي لسلوكات المراهق، ولا بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره النفسي و الإسراع فيه .

كما أن التربية البدنية والرياضية 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 على الجانب النفسي للفرد عامة والمراهق خاصة، نذكر منها دراسة أنجزت سنة 1973 وسنة 1975 وتعلق بأشخاص بلغوا سن الرشد ، حيث كانوا يقومون ببرنامج من التدريب البدني المتواصل، وذلك لمدة أربعة أشهر والنتيجة أن التدريب أحدث لهم تعديلاً في ثوابتهم الفيزيولوجية وكذلك تعديلاً في خصائصهم النفسية، ولا سيما في ما يخص استقرارهم العاطفي .

وهناك تجربة قام بها العالم جونز 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 للضعفاء فقد كان لضعاف البنية صورة وضعية في أعين أقرانهم<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> محمد الأفندي. "علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية الرياضية" دار النهضة للطبع والنشر ص 14.

<sup>2</sup> محمد الأفندي. نفس المرجع السابق ص 15-16.

<sup>3</sup> مالك سليمان مخول. "علم نفس الطفولة والمراهقة" . مطابع مؤسسة دمشق 1981 ص 237-238.

يقول " أمارداكا " ( اللعب يعطي ويعكس الحياة النفسية للطفل، حيث يعتبره المسلك الوحيد الذي يتخذه الطفل من أجل التنسيق والتفريغ لكل الضغوط والشحنات والغرائز والاهوام الداخلية المكبوتة)<sup>1</sup>. إذن فإن النشاط البدني يؤدي دورا هاما في نمو الجانب النفسي، حيث أنه من أهم عوامل بناء الشخصية الناضجة السوية من جهة و من جهة أخرى فهو أهم 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 يسمح للمراهق بالتعلم التدريجي والسيطرة على المحيط وكذا التحكم في وجوده، فعن طريق اللعب الذي يعد أحد أنواع النشاطات البدنية الرياضية، يجد المراهق الوسيلة لكي يكون أكثر انتباها و أكثر استعدادا للعمل، كما أنه يطور فيه الحرية والإرادة والجرأة ويحفز الرؤية الفكرية بمعرفة قواعد اللعب و المفهوم و الواجب .

كما تنمي التربية البدنية والرياضية 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، و بذلك 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<sup>2</sup>.

### 4-3- على الجانب الاجتماعي:

### 4-3-1- النمو الاجتماعي:

هو العملية التي يصبح المراهق بموجبها كائنا اجتماعيا وتتضمن هذه العملية تعليم العادات الاجتماعية و الاستجابات والمؤثرات، كما يعرف بأنه العملية التي تساعد الفرد على التكيف و التلاؤم مع بيئته الاجتماعية و يتم 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 و تفاعله 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..... إلخ وإنما يتعلم هو بنفسه أن يكون أياً من هؤلاء بالخبرة والتجربة .

<sup>1</sup>قاسمي الصادق وابشوكانمحمد."اثر الممارسة الرياضية على التوازن النفسي والاجتماعي لدى المراهقين" مذكرة ليسانس-جامعة الجزائر. 1994 ص 32.

<sup>2</sup>محمد حسن علوي."علم النفس الرياضي" دار المعارف-الطبعة-1-1986 ص 120.



#### 4-3-2- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو الاجتماعي:

تلعب التربية البدنية والرياضية دورا هاما في بناء المجتمع، حيث تكسب الفرد مهارة حركية، ولياقة بدنية و تعوده بثتى الطرق الجذابة الشيقة على الأساليب الصحيحة في التعامل حيث تهذب سلوكيا وتسمو نزاعاته و رغباته وبما أن ممارسة الرياضة ميل غريزي وطبيعي في الإنسان، إلا أنها في كل الظروف والأحوال تؤدي الوظيفة الاجتماعية التي تربط أكثر بظروف وقيم ممارسيها سواء كانوا أفراد أو جماعات أو مجتمعات، لهذا أصبحت التربية البدنية والرياضية في عصرنا هذا أساسا من أسس إعداد الفرد وتهيئته للحياة المستقبلية تهيئة عملية يكون الدافع فيها ميل الفرد تلقائيا للعب مع أفراد من سنه ورغبة الشباب في القضاء على الملل الذي يشعرون به في أوقات الفراغ .

#### 4-3-3- الآثار الاجتماعية للتربية البدنية و الرياضية على المراهق:

ومن الجهة الاجتماعية فإن التربية البدنية والرياضية تقوي الرغبة في النشاط والعمل، وتخلق في المراهق روح الجماعة والتعاون والتضامن وتعذي 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 معينة، ولكن هي الاستيعاب للطفل أو المراهق ما دامت هي ظاهرة اجتماعية .

و تكون آثار التربية البدنية والرياضية الاجتماعية على المراهق في التنشئة الصالحة له وتمكين المواطنين أفراد و جماعات من الانتفاع بإمكانياتهم و إمكانيات مجتمعهم لتحقيق أعلى مستوى إنتاجي، يمكن الوصول إليه وفقا للمستوى المعيشي في العالم .

إن للتربية البدنية والرياضية دخلا كبيرا 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<sup>1</sup>.

تعتبر البرامج الرياضية من الوسائل الهامة في تربية المراهق وتنشئته وتنمية حواسه واستعداداته والانتقال به من مرحلة إلى أخرى وإعدادة لحياته المستقبلية، و النشاط 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 وخلقية متعددة كالتعاون والنظام والتسامح والتغلب على الصعاب والعمل من أجل الجماعة .

<sup>1</sup>بشير رشد وحسن الحبيب ودرعي."انعكاسات ممارسة التربية البدنية والرياضية على النمو الاجتماعي للفرد في المرحلة الثانوية"مذكرة ليسانس- جامعة الجزائر-1998. ص 59.

إن للنشاط البدني الرياضي دورا أساسيا، إذ هو الوسيلة لنمو الجسم سليما وفضلا عن هذا فإنه يعمل على اكتساب الفرد 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 و يلعبون أدوارا هامة في ديناميكية الجماعة وتوجيه تفاعلها الجماعي .

كما يتيح النشاط الرياضي الفرصة للأفراد لكي يعبروا عن أنفسهم بحرية وطلاقة أثناء الممارسة للألعاب الرياضية .

إن النشاط الرياضي وسيلة تربية إلى جانب أنه وسيلة ترويحوية، فكل لعبة لها قوانينها ونظمها الخاصة فكل عضو في الجماعة عليه إتباعها أثناء اللعب إذا شاء الاستمتاع بهذا النشاط<sup>1</sup>.

و النشاط 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، و كل هذه القوى بلا شك تؤدي إلى تماسك وحدة المجتمع .

كما أننا نجد للنشاط الرياضي أنه 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 ينقص، لأن انشغال الأطفال والشباب المراهقين في الملاعب يحول دون اشتراكهم أو تفكيرهم في الجريمة.

هناك دراسة تبين أن الرياضيين هم أقل جناحا من الأفراد الذين لا يمارسون الرياضة، ومن هنا فإن الممارسة الرياضية تعود بالفائدة على الفرد والمجتمع للقضاء على بعض الآفات الاجتماعية منها : التدخين، المخدرات، الجناح حيث قام **Resevelt Theodor** بفتح قاعات مجانية للملاكمة بضواحي نيويورك فحقق بذلك ضعف في نسبة الإجرام .

بالإضافة إلى هذا فإن الباحث **Rosemberger** يؤكد على وجود علاقة إيجابية بين التمرينات الرياضية و البدنية بالحالة النفسية والاجتماعية التي تساهم في تحسين عملية التوافق النفسي الاجتماعي للتلميذ المراهق .

ومن هنا نستنتج أن للممارسة الرياضية دورا فعالا وإيجابيا تلعبه في جعل التلميذ المراهق أكثر توازنا اجتماعيا وعلى تنمية شخصيته وهذا بعيدا عن أشكال الانحراف لمرحلة المراهقة<sup>2</sup>..

<sup>1</sup>محمد عادل خطاب كمال الدين تركي "التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية" دار النهضة العربية-القاهرة.1965.ص 19-20.

<sup>2</sup>محمد عادل خطاب كمال الدين تركي.المرجع السابق ص 21.

### الخلاصة :

ومن هذا الحديث سالفنا نقول أن الجانب النفسي والجانب الاجتماعي هما أكثر الجوانب تحكما في التلميذ وان التربية البدنية والرياضية هي الوسيلة المثلى لجعل هذان الجانبين المؤثرين في حالة ايجابية كما تساعده في الرفع من المستوى الدراسي العام عند الانعكاس الايجابي الذي تتركه عليهم

الحمد لله

# الفصل الخامس

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

**تمهيد:**

لاشك أن تقديم أي بحث علمي من العلوم يقاس بدرجة الدقة التي يصل إليها في تحديد مفاهيمه، وفي دقة الأدوات المستخدمة لقياسه وتزداد الصعوبة في المقياس الذي يعتمد على السلوك البشري في مجالاته المتعددة، ولا يمكن للباحث أن يقوم بدراسة ظاهرة دون أن تكون لها الأداة المناسبة لقياس هذه الظاهرة. وفي هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي أتبعناها في الدراسة، ومن أجل الحصول على نتائج علمية يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى كما هو معروف فإن الذي يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا لا يتحقق إلا إذا اتبع صاحب الدراسة، منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

5-1- الدراسة الاستطلاعية :

البحوث الاستطلاعية، هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أوحى بها الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها<sup>1</sup>.

كما لا يخفى على أي باحث، إن ضبط سؤالاً 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 مامكتنا من الإطلاع على عمل بعض الأساتذة، وكانت لنا لقاءات مع بعض الأساتذة وطرح بعض الأسئلة عليهم بخصوص الانعكاسات التي تتركها التربية البدنية والرياضية 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. هذه الأدوات تم عرضها على الأستاذ المشرف والغرض منه هو التأكد من أن هذه الأدوات تحقق غرض الدراسة وتخدم فرضيات البحث وبعد مراجعة الأسئلة والتصحيح وتغيير البعض منها حسب ملاحظات الأستاذ، أي قمنا بتوزيع الاستبيان الأولي على مجموعة من التلاميذ المقدرين ب 45 تلميذ، من أجل الوقوف على نقائص وثغرات الاستبيان قبل التوزيع النهائي له.

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

ولقد مكنتنا الدراسة الاستطلاعية من دراسة كل التقنيات والاحتمالات قصد صياغة فرضية عمل قابلة للاختبار ومدى استجابة عينة البحث للأهداف.

<sup>1</sup>نص ثابت. أضواء على الدراسة الميدانية. مكتبة الفلاح الكويتية. 1984. ص 74.

5-2- الدراسة الأساسية :

5-2-1- المنهج المتبع :

يعتبر اختيار منهج الدراسة مرحلة هامة عملية البحث العلمي، إذ يحدد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس، لذا فإن منهج الدراسة له علاقة مباشرة بموضوع الدراسة، وإشكالية البحث، حيث طبيعة الموضوع هي التي تحدد اختيار المنهج المتبع، وانطلاقاً من موضوع دراستنا: التربية البدنية والرياضية وانعكاسها على الجانب النفسي والاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي.

حيث نتطرق في بحثنا إلى موضوع أظاهرة من الظواهر التربوية والنفسية والاجتماعية ماهي عليه في الحاضر وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها، بغرض توضيح انعكاس المتغير المستقل على المتغير التابع واستجابة لطبيعة الدراسة، اعتمدنا المنهج الوصفي الذي يعرف

ب: هو تصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتصور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية.

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

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

عرفه بشير صالح الرشيدى بأنه "مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكلم لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا الاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات على الظاهرة أو الموضوع.

كما أننا اعتمدنا على الاستبيان قصد الوصول إلى الحلول البناءة والمقنعة.



5-2-2- متغيرات البحث :

- المتغير المستقل : التربية البدنية والرياضية
- المتغير التابع : الجانب النفسي والجانب الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي

5-2-3- مجتمع البحث :

إن مجتمع الدراسة يمثل الفئة الاجتماعية التي نريد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة، وفي هذه الدراسة يتكون مجتمع بحثنا من 1100 تلميذ يدرسون في الثانوية، وهم موزعين على ثانويات بعين بسام، والتي عددها 03 مؤسسات.

5-2-4- عينة البحث :

إن الهدف من اختيار العينة 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 دائرة عين بسام ولاية البويرة وذلك لكوننا نساكن فيها، حيث قمنا بتوزيع الاستبيانات الموجهة لتلاميذ الثانوي.

وتحتوي هذه العينة على 90 تلميذ موزعين كالتالي:

30 تلميذ من ثانوية طالب ساعد.

30 تلميذ من ثانوية محمد المقراني.

30 تلميذ من متقنة بريار عبد الله.

وكان اختيارنا لهذه العينة عشوائياً أي ان العينة كانت تحتوي على مختلف السنوات (أولى، ثانية، ثالثة).

5-2-5- مجالات البحث :

1-المجال البشري :

يتكون مجتمع البحث المدروس من عدد أفراد يقدر بحوالي 1160 موزعين على ثلاث ثانويات كالتالي :

- ثانوية طالب ساعد تحتوي على حوالي 390 تلميذ

- ثانوية محمد المقراني تحتوي على حوالي 400 تلميذ

- متقنة بريار عبد الله تحتوي على حوالي 370 تلميذ

2- المجال المكاني :

أجري البحث بثلاث ثانويات ( طالب ساعد - محمد المقراني - بريار عبد الله ) دائرة عين بسام ولاية البويرة .

3-المجال الزمني :

لقد تم بدأ هذا البحث في شهر جانفي عن طريق البحث في الجانب النظري أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد دام شهرين افريل وماي في هذه المدة قمنا بتوزيع الاستبيانات وتحليل النتائج المحصل عليها باستعمال الطرق الإحصائية.

### 5-2-6- أدوات البحث :

### 5-2-6-1- الاستبيان :

يعتبر الاستبيان أحد وسائل البحث العلمي المستعملة على نطاق واسع من اجل الحصول على بيانات أو معلومات تتعلق بأحوال الناس أو ميولهم أو اتجاهاتهم، و دوافعهم أو معتقداتهم، وتأتي أهمية الاستبيان كأداة لجمع المعلومات بالرغم مما يتعرض له من انتقادات كما أنه اقتصادي في الجهد والوقت، كما يعرف انه 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 .

### 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<sup>1</sup>.

### 2- الاستبيان المفتوح :

وفيه تكون الإجابة حرة مفتوحة، حيث يحتوي الاستبيان على عدد من الأسئلة يجيب عليها المفحوص بطريقة 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 ووقتا وتفكيرا 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.

<sup>1</sup>سامي عريف وآخرون. مناهج البحث العلمي وأساليبه. ط2 دار مجدلاوي للنشر. عمان. سنة 1999. ص 67-68.

5-2-7- الوسائل الإحصائية :

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

\* النسب المؤوية :

استخدم الباحث قانون النسب المؤوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة بعد حساب تكرارات كل منها و مثال ذلك الإجابة على السؤال التالي :هل تساعد التربية البدنية والرياضية في القضاء على الاكتئاب ؟

فكانت الإجابة بنعم=70 والإجابة ب لا = 20

بعد تطبيق الطريقة المألوفة لحساب النسب المؤوية" الطريقة الثلاثية"، تكون النتيجة كما يلي:

مجموع عدد الإجابات ب نعم $100 \times 70$	=	الإجابة ب نعم =
$77.77 =$		المجموع الكلي لإفراد العينة "ن" 90
مجموع عدد الإجابات ب لا $100 \times 20$	=	الإجابة ب لا =
$22.23 =$		المجموع الكلي لأفراد العينة "ن" 90

\* اختبار كاي تربيع " كا 2 :

$(ت ح - ت ن)^2$	كا <sup>2</sup> = مجموع
ت ن	

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

\* كا<sup>2</sup>: القيمة المحسوبة من خلال الاختبار .

\* ت ح: عدد التكرارات الحقيقية ( الواقعية ) (المشاهد)

\* ت ن: عدد التكرارات النظرية (المتوقعة).

- درجة الخطأ المعياري " مستوي الدلالة "a = 0.05

- درجة الحرية ن = n-1، حيث "n" تمثل عدد الفئات.

\* نموذج كيفية حساب كا 2

الإجابات	ت ح	ت ن	ت ح - ت ن	(ت ح - تن) <sup>2</sup> كا <sup>2</sup>
نعم	70	45	25	13.88
لا	20	45	-25	13.88
المجموع	90	90		27.77

الخلاصة:

نظرا لطبيعة مشكلة بحثنا الحالي استدعينا التعريف بالبحث ومنهجه وإجراءاته في هذا الفصل. فطرحنا من خلال مشكلتنا معتمدين في ذلك على المعاينة الميدانية ، لأجل تثمينها بدراسة استطلاعية للتأكد من أن المشكلة موجودة فعلا .

ويعتبر هذا الفصل بمثابة الدليل والمرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة في هذا البحث ، كما تناولنا فيه أهم العناصر التي تفيد الدراسة بشكل مباشر منها (المنهج المتبع ، متغيرات البحث ، الدراسة الاستطلاعية ، مجتمع الدراسة ، أدوات البحث ، العمليات الإحصائية).

# الفصل السادس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

**تمهيد :**

من متطلبات البحث العلمي انه يقتضي عرض ومناقشة وتحليل مختلف النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية وعلى أساس العلاقة الوظيفية التي بينها الإطار النظري. وانطلاقا من هذه الاعتبارات المنهجية يمكننا تفسير النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية في البحث، وانطلاقا من افتراضنا العام هو أن للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب النفسي والجانب الاجتماعي لمرحلة التعليم الثانوي.

6-1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان :

-السؤال رقم (01) :

ما هي نظرتك لمادة التربية البدنية والرياضية ؟

-الغرض من السؤال رقم (01) :

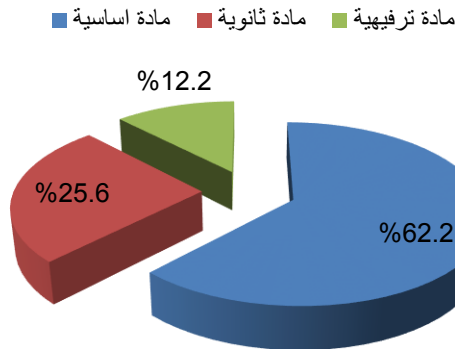
هو معرفة قيمة التربية البدنية والرياضية عند تلاميذ المرحلة الثانوية.

-الجدول رقم (01) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم ك<sup>2</sup> للعبارة رقم (01)

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
مادة أساسية	56	62.2	38.2	5.99	0.05	02	دالة إحصائية
مادة ثانوية	23	25.6					
مادة ترفيهية	11	12.2					
المجموع	90	100/100					

الشكل (1): التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (01)  
رقم (01)





- تحليل الجدول رقم (01) :

من خلال الجدول نرى أن نسبة 62.2% يرون أن التربية البدنية والرياضية هي مادة أساسية وبالمقابل لدينا نسبة 25.6 يرون أنها مادة ثانوية في حين هناك نسبة تقدر ب 12.2% ترى أن التربية البدنية والرياضية هي مادة ترفيهية.

أما مقدار  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة (0.05)، ودرجة الحرية (02) ،حيث كانت قيمة  $\chi^2$  المجدولة 5.99، وهي أصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي تقدر ب: 38.2، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

انطلاقاً من المعطيات السالفة الذكر يتضح لنا أن اغلب العينة يرون أن التربية البدنية والرياضية هي مادة أساسية وهذا ما يؤكد أن قيمة التربية البدنية والرياضة عند التلاميذ في هذا الطور الثانوي كبيرة لأنهم يعتبرونها محفز أساسي لدراسة.

أما النسبة الأخرى والمتمثلة في الأقلية ترى عكس ذلك وهذا راجع لعدم ميولهم لممارسة الرياضة داخل وخارج المؤسسة التعليمية.

- السؤال رقم (02):

كيف تفضل أن تكون مادة التربية البدنية والرياضية ؟

- الغرض من السؤال رقم (02):

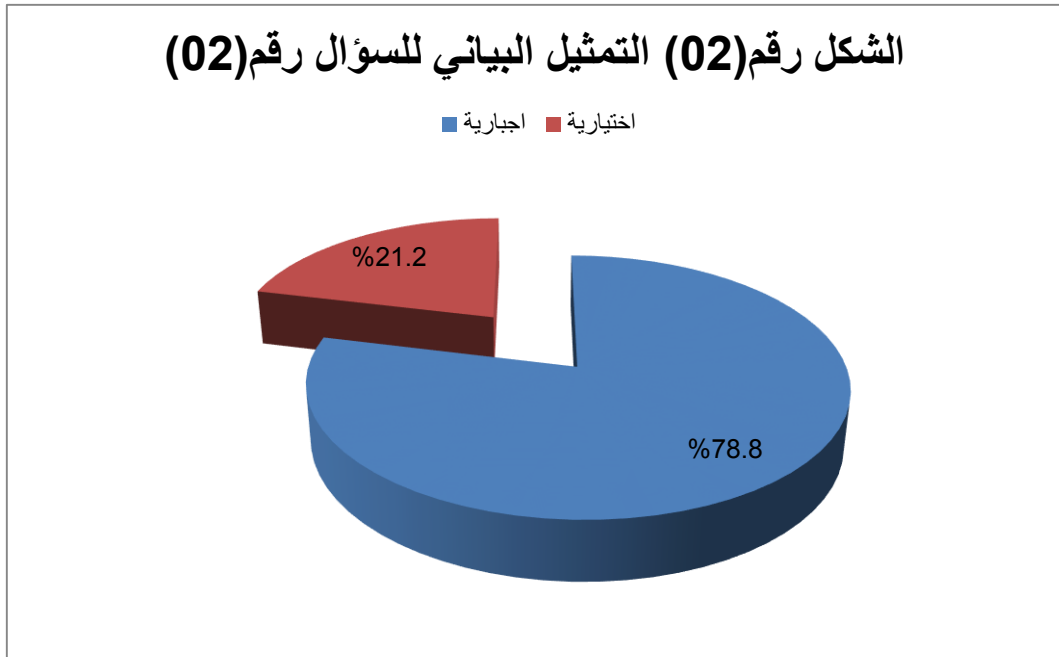
تبيين الدور الذي تلعبه التربية البدنية والرياضية بالكيفية التي يفضل التلميذ أن تكون عليها التربية البدنية والرياضية.

- الجدول رقم (02) :

يبين التكررات والنسب المئوية وقيم كا<sup>2</sup> للسؤال رقم (02)

الإجابة	تكررات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
إجبارية	71	78.8	30.04	3.84	0.05	01	دالة إحصائياً
اختيارية	19	21.2					
المجموع	90	100/100					

الشكل رقم (02) التمثيل البياني للسؤال رقم (02)



- تحليل الجدول رقم (02)

عند ملاحظة الجدول أعلاه نرى ونلاحظ أن نسبة 78.8% يحبون ويفضلون أن تكون التربية البدنية والرياضية مادة تعليمية إجبارية في حين نسبة قليلة والتي تبلغ 21.2% يفضلون أن تكون التربية البدنية والرياضية مادة اختيارية.

أما بالنسبة لمقدار  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب (01) ، حيث كانت قيمة  $\chi^2$  الجدولة تقدر ب 3.84، وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 30.04، وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

من خلال المعطيات السالفة نرى أن أغلبية المستجوبين يحبون ويفضلون أن تكون التربية البدنية والرياضية مادة تعليمية إجبارية وهذا دليل على أن التلاميذ يرون في التربية البدنية والرياضية المادة التي تترك عليهم انعكاس ايجابي .

أما النسبة الأخرى وهي نسبة قليلة فيفضلون عكس ذلك أي اختيارية فهذا راجع اعدم ميولهم للتربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (03) :

هل تساعدك التربية البدنية والرياضية على استيعاب دروسك؟

- الغرض من السؤال رقم (03) :

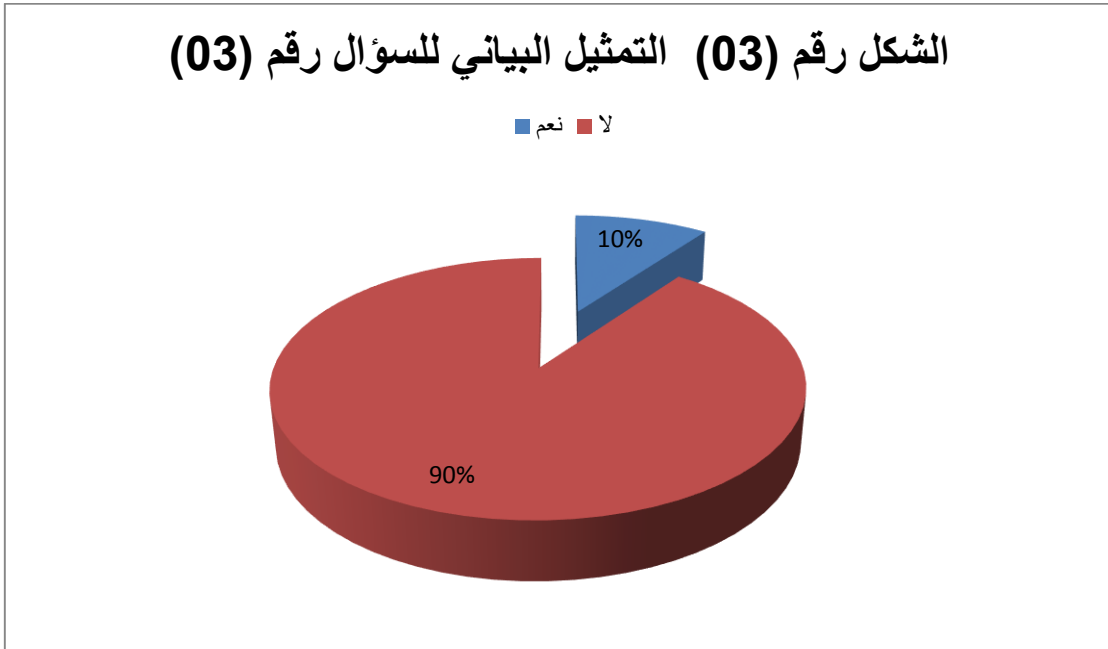
معرفة مدى تأثير التربية البدنية والرياضية على استيعاب التلاميذ للدروس النظرية.

- الجدول رقم (03) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا<sup>2</sup> للسؤال رقم (03)

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
لا	81	90	72.22	3.84	0.05	01	دالة إحصائياً
نعم	09	10					
المجموع	90	100/100					

الشكل رقم (03) التمثيل البياني للسؤال رقم (03)



- تحليل الجدول رقم (03):

من خلال الجدول المبين أعلاه نجد أن نسبة 90% وهي نسبة ساحقة يقولون أن التربية البدنية والرياضية تساعدهم على استيعاب دروسهم النظرية، ونسبة قليلة تقدر ب 10% يقولون العكس.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب (01) ، حيث كانت قيمة  $\chi^2$  المجدولة تقدر ب 3.84، وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 72.22 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

من خلال المعطيات السالفة والنتائج نستنتج أن التربية البدنية والرياضية لها دور كبير وهام يتمثل في عدة نواحي منها مساعدتهم في التخفيف من ضغط المواد الأخرى وبالتالي تساعدهم في التحصيل الدراسي.

- السؤال رقم (04):

هل تكون لك قابلية لمزاولة دروسك بعد أدائك لحصة التربية البدنية والرياضية ؟

- الغرض من السؤال رقم (04) :

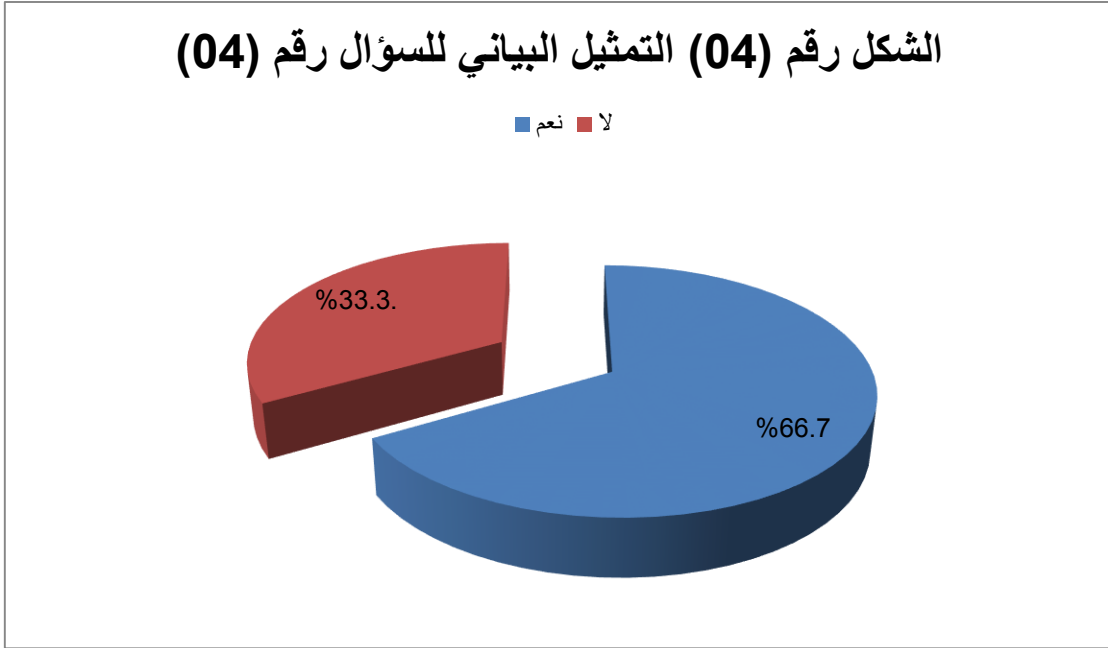
معرفة الحالة التي يكون عليها التلاميذ بعد حصة التربية البدنية والرياضية وقابليتهم لمزاولة الدروس بعد ذلك.

- الجدول رقم (04):

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم  $\chi^2$  للسؤال رقم (04)

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	$\chi^2$ المحسوبة	$\chi^2$ المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	30	33.3	10	3.84	0.05	01	دالة إحصائية
لا	60	66.7					
المجموع	90	100/100					

الشكل رقم (04) التمثيل البياني للسؤال رقم (04)



- تحليل الجدول رقم (04) :

نلاحظ من خلال الجدول أن ما يقارب 66.7% لديهم قابلية لمزاولة الدراسة بعد حصة التربية البدنية والرياضية ونسبة لا نقول عنها أنها قليلة وإنما معتبرة تقدر ب 33.3% يقولون عكس ذلك.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب (01)، حيث كان قيمة  $\chi^2$  المجدولة تقدر ب 3.84، وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 10 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

من خلال المعطيات السالفة والنتائج نستنتج أن التلاميذ بعد قيامهم بحصة التربية البدنية والرياضية تكون لهم قابلية لمزاولة الدروس أكثر منه عند مزاولتها قبل الدراسة.

- السؤال رقم (05) :

ما هو الشيء الذي يعجبك أثناء ممارسة لمادة للتربية البدنية والرياضية ؟

- الغرض من السؤال رقم (05) :

معرفة نوع النشاط الذي يحببه التلاميذ أثناء ممارسة التربية البدنية والرياضية

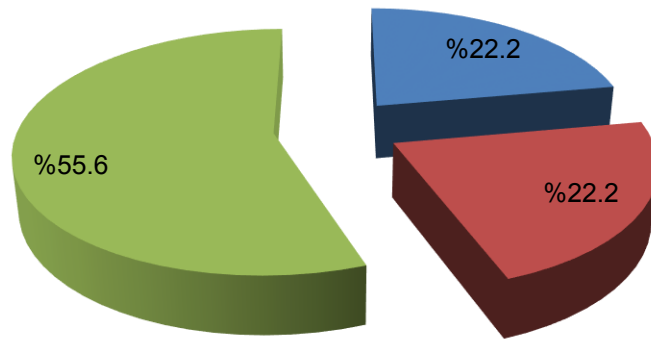
- الجدول رقم (05):

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم  $\chi^2$  للسؤال رقم (05)

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	$\chi^2$ المحسوبة	$\chi^2$ الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
اللعب	20	22.2	28.1	5.99	0.05	02	دالة إحصائية
التدريب	20	22.2					
المنافسة	50	55.6					
المجموع	90	100/100					

الشكل رقم (05) التمثيل البياني للسؤال رقم (05)

■ اللعب ■ التدريب ■ المنافسة



- تحليل الجدول رقم (05) :

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 22.2% من التلاميذ الخاضعين للاستجواب أن الشيء الذي يعجبهم في ممارسة التربية البدنية والرياضية هو اللعب وكذلك نسبة 22.2% أخرى تقول أن الشيء الذي يعجبهم في ممارسة التربية البدنية والرياضية هو التدريب أما النسبة الكبيرة منهم والمتمثلة في 55.6 يقولون انه يعجبهم في حصة التربية البدنية والرياضية جو المنافسة.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب(02) حيث كانت قيمة  $\chi^2$  المجدولة تقدر ب(5.99) وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 28.1 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

من خلال المعطيات السالفة والنتائج المتحصل عليها والتي تمثل نصف العينة جاوبوا بان المنافسة هي أكثر ما يعجبهم في حصة التربية البدنية والرياضية وهذا لما تخلقه من جو حماسي يكسر الروتين الذي يعيشونه طيلة الأسبوع.

أما بالنسبة للإجابة التي تتعلق باللعب هؤلاء يحبون خلق روح المرح وجو لهو بينهم.

أما الإجابة الثالثة وهي التدريب فهي ناتجة لتعلقهم بممارسة الرياضة والحفاظ على اللياقة البدنية لديهم.

- السؤال رقم (06) :

في رأيك هل تساعد التربية البدنية والرياضية في القضاء على كل من العزلة ، الاكتئاب، الخجل ؟

- الغرض من السؤال رقم (06) :

تبيين الدور الذي تلعبه التربية البدنية والرياضية على الجانب النفسي ومدى مساهمتها في جعل التلاميذ بعيدين عن المشاكل النفسية.



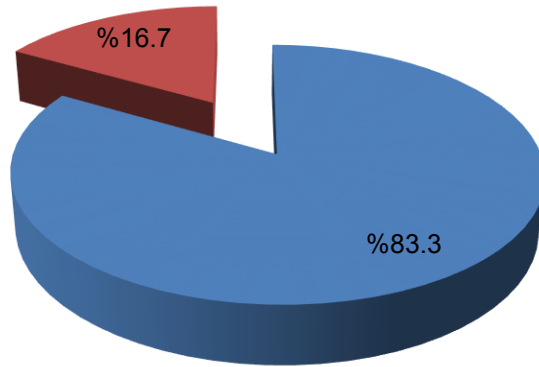
- الجدول رقم (06):

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا<sup>2</sup> للسؤال رقم (06)

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	75	83.3	60	3.84	0.05	01	دالة إحصائياً
لا	15	16.7					
المجموع	90	100/100					

الشكل رقم (06) التمثيل البياني للسؤال رقم (06)

■ نعم ■ لا



- تحليل الجدول رقم (06):

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 83.3% من التلاميذ الخاضعين للاستجواب يرون أن مادة التربية البدنية والرياضية تساعدهم على القضاء على كل من العزلة والاكنتاب والخجل ونسبة قليلة تتمثل في 16.7% يرون أنها لا تساعدهم.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب (01) ، حيث كانت قيمة  $\chi^2$  الجدولة تقدر ب 3.84، وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 60 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

من خلال هذه النسب المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن أغلبية التلاميذ مقتنعين بان مادة التربية البدنية والرياضية تساعدهم في القضاء على العزلة والاكتئاب والخجل وهذا لما تخلقه من جو تأخي وتجانس وترفيه. أما النسبة القليلة منهم الذين أجابوا بالنفي فلأسباب أخرى لا ندري ما هي .

- السؤال رقم (07) :

ما هو شعورك بعد أداءك لمهارة رياضية صحيحة ؟

- الغرض من السؤال رقم (07) :

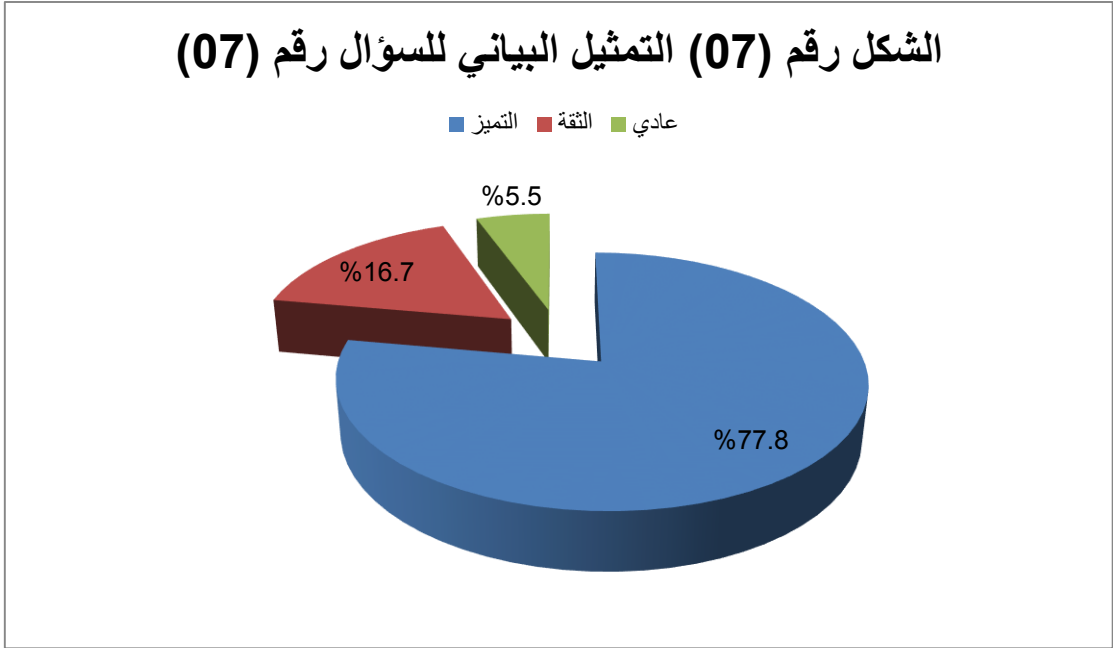
معرفة الحالة النفسية التي يكون عليها التلميذ بعد أدائه للمهارة الرياضية الصحيحة .

- الجدول رقم (07) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم  $\chi^2$  للسؤال رقم (07).

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	$\chi^2$ المحسوبة	$\chi^2$ الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
التميز	70	77.8	68.3	5.99	0.05	02	دالة إحصائية
الثقة	15	16.7					
عادي	05	05.5					
المجموع	90	100/100					

الشكل رقم (07) التمثيل البياني للسؤال رقم (07)



- تحليل الجدول رقم (07)

نلاحظ من خلال هذه النسب المبينة في الجدول أن نسبة ما يقارب 77.8% من التلاميذ الخاضعين للاستجواب يشعرون بالتميز ونسبة معتبرة تقدر بحوالي 16.7% يشعرون بالثقة ونسبة قليلة تقدر ب 5.5 يشعرون شعورا بعد أدائهم للمهارة الصحيحة.

أما بالنسبة إلى كاسم<sup>2</sup> عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب(02) حيث كانت قيمة كاسم<sup>2</sup> المجدولة تقدر ب(5.99) وهي اصغر من قيمة كاسم<sup>2</sup> المحسوبة والتي هي 68.3 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

من خلال المعطيات السالفة والنتائج المتحصل عليها أعلاه نستنتج بان التلميذ عند قيامه بمهارة رياضية صحيحة يكون في قمة الشعور بالتميز وهذا دليل على البصمة التي تتركها التربية البدنية والرياضية في نفسية التلاميذ.

أما الأقلية المتبقية الذين لا يشعرون بالشعور السابق فربما لعدم إعطائهم المكانة الصحيحة للتربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (08) :

ما هو شعورك أثناء ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية ؟

- الغرض من السؤال رقم (08) :

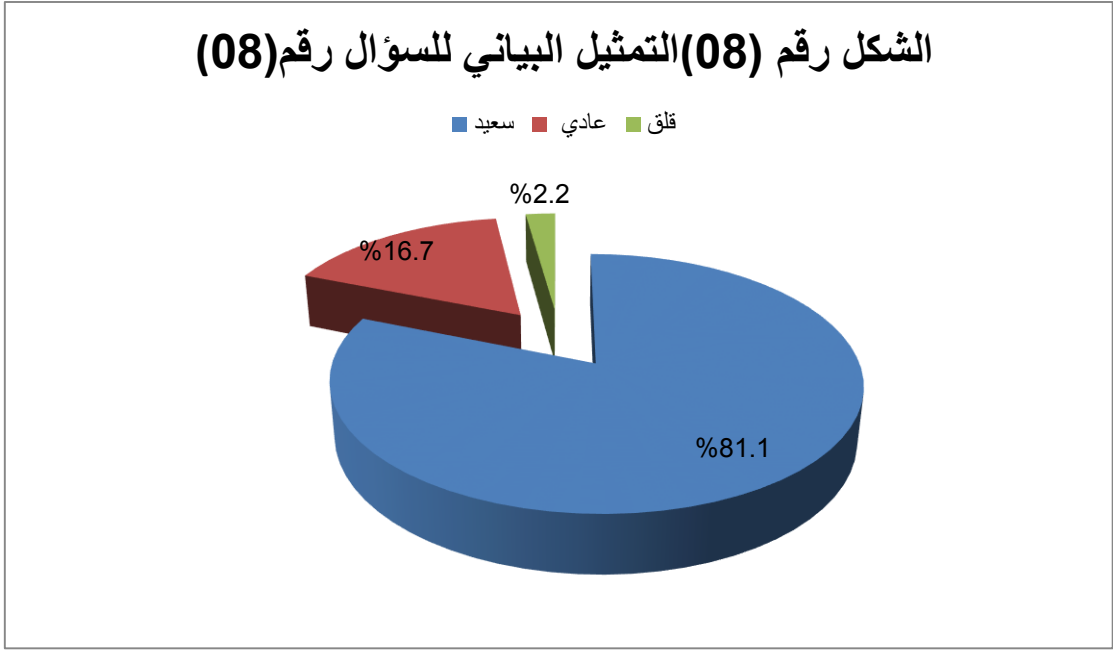
إظهار الحالة التي يكون عليها التلميذ أثناء ممارسته للتربية البدنية والرياضية وتشخيصها.

- الجدول رقم (08) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا<sup>2</sup> للسؤال رقم (08).

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
سعيد	73	81.1	78.3	5.99	0.05	02	دالة إحصائياً
عادي	15	16.7					
قلق	02	02.2					
المجموع	90	100/100					

### الشكل رقم (08) التمثيل البياني للسؤال رقم (08)



#### - تحليل الجدول رقم (08):

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 81.1% من التلاميذ المستجوبين يشعرون بالسعادة أثناء ممارستهم للتربية البدنية والرياضية، وهناك كذلك نسبة قليلة تقدر بـ 16.7% يكونون في حالة عادية، ونسبة 02.2% يشعرون بالملل.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر بـ (02) حيث كانت قيمة  $\chi^2$  المجدولة تقدر بـ (5.99) وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 78.3 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

#### - استنتاج:

من خلال هذه النسب نستنتج أن جل التلاميذ يشعرون بالسعادة عند ممارستهم للتربية البدنية والرياضية وهذا راجع للأثر الإيجابي الذي تتركه ممارسة التربية البدنية والرياضية عليهم من الناحية النفسية.

أما النسبة الضئيلة التي تشعر بالقلق فربما لعدم تقبلهم الخسارة عند المنافسة أو لعدم اقتناعهم بممارسة التربية البدنية والرياضية أو أسباب أخرى .

- السؤال رقم (09) :

ما هو رأيك في دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية ؟

- الغرض من السؤال رقم (09) :

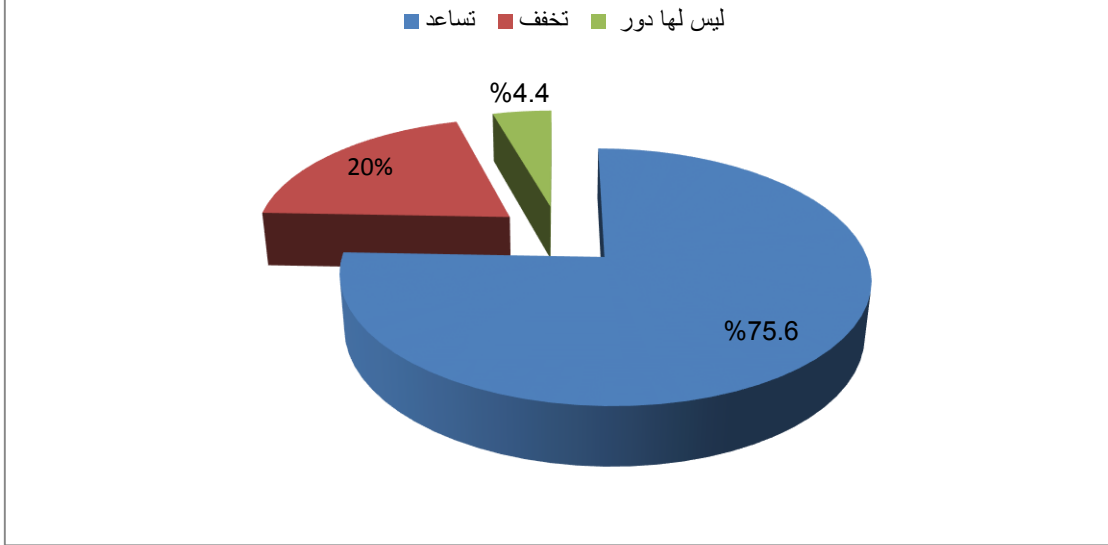
معرفة نظرة التلاميذ حول مقدرة التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية.

- الجدول رقم (09) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا<sup>2</sup> للسؤال رقم (09).

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
تساعد	68	75.6	57.1	5.99	0.05	02	دالة إحصائياً
تخفف	18	20					
ليس لها دور	04	04.4					
المجموع	90	100/100					

### الشكل رقم (09) التمثيل البياني للسؤال رقم (09)



#### - تحليل الجدول رقم (09) :

من خلال الجدول نلاحظ نجد أن نسبة 75.6% من العينة المدروسة يرون في التربية البدنية والرياضية لها دور في معالجة المشاكل النفسية، ونجد نسبة ما يقارب 20% يقولون أن التربية البدنية والرياضية هي من العوامل المخففة للمشاكل النفسية، ونرى نسبة أخرى تقدر ب 4.4% يقولون أن التربية البدنية والرياضية ليس لها دور في معالجة المشاكل النفسية.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب(02) حيث كانت قيمة  $\chi^2$  المجدولة تقدر ب(5.99) وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 57.1 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

#### - استنتاج:

من خلال المعطيات والنتائج نستنتج أن أغلبية المستجوبين يقولون أن للتربية البدنية والرياضية دور في معالجة المشاكل النفسية وهذا لما يكون فيها من أجواء تساعد الطالب على تخطي مشاكله النفسية ومعالجتها.

ونفس الاستنتاج ينطبق على الاختيار الثاني الذي يقول أن التربية البدنية والرياضية تخفف من المشاكل النفسية.

أما النسبة القليلة فهي ترى أن ليس لها دور وهذا ربما راجع لسوء فهمهم لمادة التربية البدنية والرياضية.

- السؤال رقم (10) :

هل للتربية البدنية والرياضية اثر ايجابي على الجانب النفسي للتلميذ ؟

- الغرض من السؤال رقم (10) :

معرفة اثر التربة البدنية والرياضية على الجانب النفسي للتلميذ.

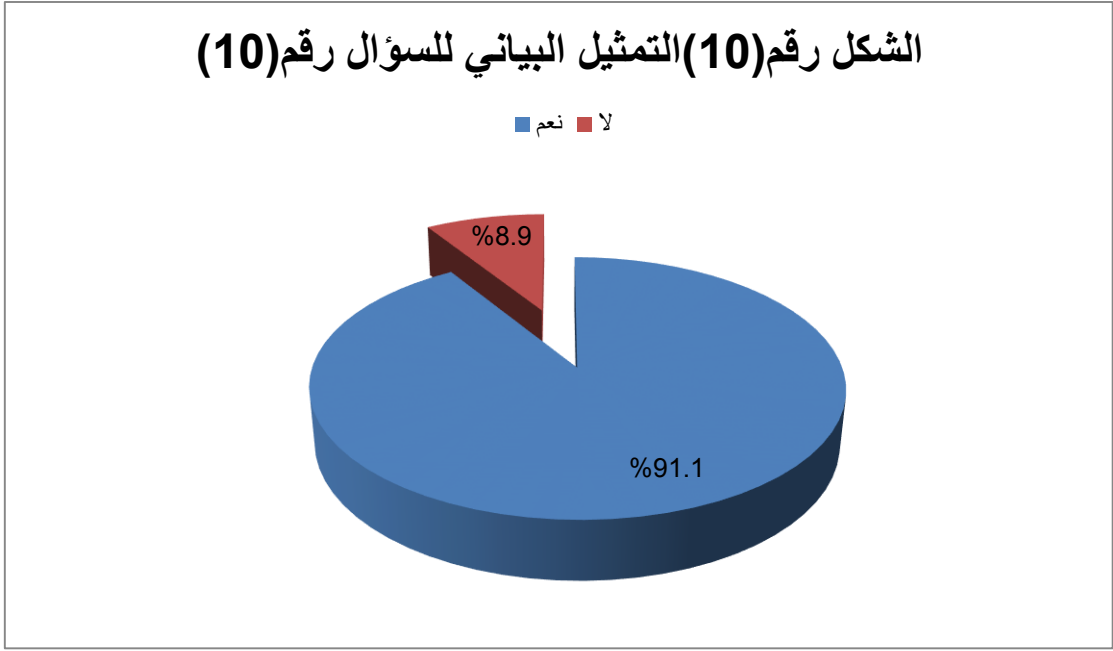
- الجدول رقم (10) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم  $\chi^2$  للسؤال رقم (10).

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	$\chi^2$ المحسوبة	$\chi^2$ الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	82	91.1	60.8	3.84	0.05	01	دالة إحصائياً
لا	08	08.9					
المجموع	90	100/100					



الشكل رقم (10) التمثيل البياني للسؤال رقم (10)



- تحليل الجدول رقم (10) :

من خلال الجدول نلاحظ نسبة ما يقارب 91.1% من المجموع الكلي للعينة يرون أن التربة البدنية والرياضية لها اثر ايجابي على الناحية النفسية عليهم، وبالمقابل نسبة ما يقارب 8.9% يرون أنها لا تؤثر على الناحية النفسية لديهم.

أما بالنسبة إلى كاسد عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب (01) ، حيث كانتقيمة كاسد المجدولة تقدر ب 3.84، وهي اصغر من قيمة كاسد المحسوبة والتي هي 60.8 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

من خلال المعطيات السابقة الذكر في الجدول نستنتج أن للتربية البدنية والرياضية اثر ايجابي على الجانب النفسي للتلميذ نظرا للنسبة الفائقة التي أجابت بنعم وهذا راجع لأنهم يرون فيها متنفس ومكان لخلق جو متعة وترفيه وتحرر من ضغط المواد الأخرى.

أما النسبة الأخرى والمتمثلة في الأقلية منهم ترى عكس ذلك وهذا ربما راجع لعدم ميولهم لممارسة التربية البدنية والرياضية داخل وخارج المؤسسة التعليمية.

- السؤال رقم (11) :

أثناء ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية هل تعير اهتمام للمجموعة ؟

- الغرض من السؤال رقم (11) :

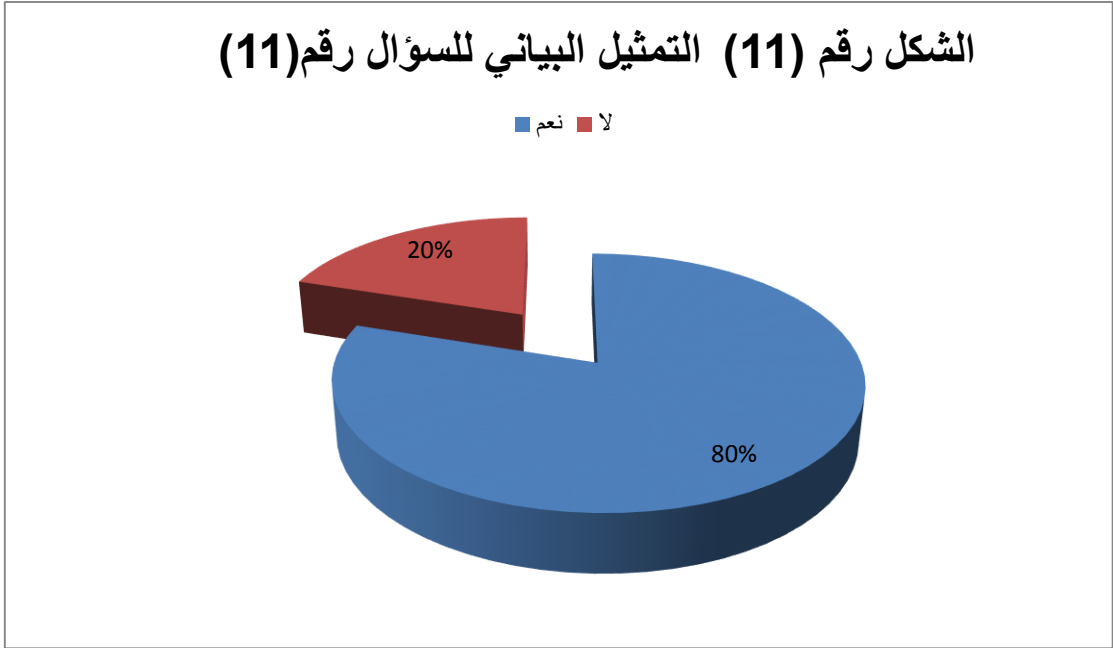
معرفة إن كانت التربية البدنية والرياضية تستطيع أن تخلق نوع من التجانس والتفاهم وروح المجموعة بين التلاميذ.

- الجدول رقم (11) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا<sup>2</sup> للسؤال رقم (11).

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	72	80	32.4	3.84	0.05	01	دالة إحصائياً
لا	18	20					
المجموع	90	100/100					

الشكل رقم (11) التمثيل البياني للسؤال رقم(11)



- تحليل الجدول رقم(11) :

من خلال الجدول نلاحظ نسبة ما يقارب 80% من المجموع الكلي للعينة يقولون أنهم يعيرون اهتمام للمجموعة، وفي المقابل نسبة تقدر ب 20% يقولون عكس ذلك أي لا يعيرون اهتمام للمجموعة.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب (01) ، حيث كانت قيمة  $\chi^2$  الجدولة تقدر ب 3.84، وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 32.4 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

من خلال هذه النسب المتحصل عليها نستنتج أن التربية البدنية والرياضية تساعد التلاميذ في خلق روح مجموعة فيما بينهم وذلك عن طريق النسب الإجابات المتحصل عليها.

أما بالنسبة للإجابات التي تقول أنها لا تعير اهتمام للمجموعة فلربما هذا راجع لشخصيتهم الانعزالية.

- السؤال رقم(12) :

هل تساعد التربية البدنية والرياضية على الاندماج في المجتمع ؟

- الغرض من السؤال رقم(12) :

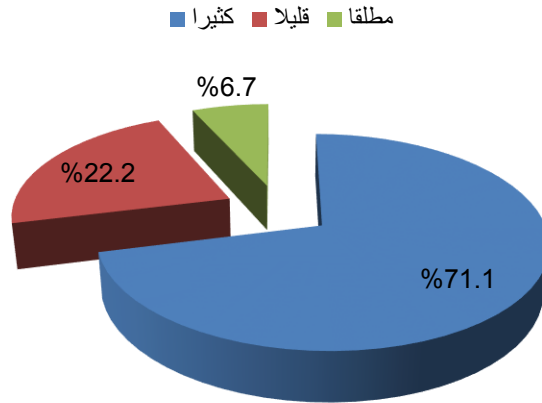
معرفة ان كانت التربية البدنية والرياضية لها دور في إدماج التلميذ في مجتمعه.

- الجدول رقم (12) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا<sup>2</sup> للسؤال رقم (12).

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
كثيرا	64	71.1	55.8	5.99	0.05	02	دالة إحصائية
قليلا	20	22.2					
مطلقا	06	06.7					
المجموع	90	100/100					

الشكل رقم (12) التمثيل البياني للسؤال رقم (12)



- تحليل الجدول رقم (12) :

من خلال الجدول نلاحظ فيما يخص السؤال هل تساعد التربية البدنية والرياضية في الاندماج في المجتمع أن نسبة ما يقارب 71.1% يقولون تساعد كثيرا، ونسبة حوالي 22.2% يقولون تساعد قليلا، ونسبة قليلة ومعتبرة تقدر ب 6.7% أن التربية البدنية والرياضة لا تساعد مطلقا.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب (02) حيث كانت قيمة  $\chi^2$  المجدولة تقدر ب (5.99) وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 55.8 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

عند رؤية الجدول وتحليل نتائجه نستنتج أن للتربية البدنية والرياضية دور فعال في إدماج التلميذ في مجتمعه وذلك عن طريق النسب المتحصل عليها وهذا جله راجع للجو الذي يعيشه التلميذ أثناء أدائه لمادة التربية البدنية والرياضية.

أما بالنسبة للاجابات الأخرى التي تقول أن التربية البدنية والرياضة تساعد قليلا ولا تساعد مطلقا فهذا راجع ربما لكونهم لا يعيرون الأهمية الكبيرة للتربية لبدنية والرياضية وعدم ميولهم إليها.

- السؤال رقم (13) :

ماذا تعلمك التربية البدنية والرياضية ؟

احترام الغير اللامبالاة بالغير

- الغرض من السؤال رقم (13) :

معرفة أهداف التربية البدنية والرياضية على التلميذ في الثانوية.

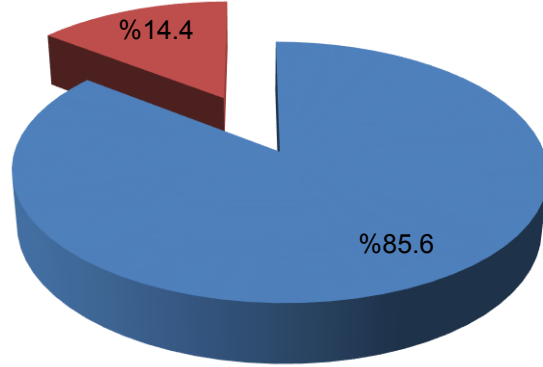
- الجدول رقم (13) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم  $\chi^2$  للسؤال رقم (13).

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	$\chi^2$ المحسوبة	$\chi^2$ الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
احترام الغير	77	85.6	45.5	3.84	0.05	01	دالة إحصائية
اللامبالاة بالغير	13	14.4					
المجموع	90	100/100					

### الشكل رقم (13) التمثيل البياني للسؤال رقم (13)

■ الاحترام الغير ■ اللامبالاة



#### - تحليل الجدول رقم (13) :

من خلال الجدول نلاحظ فيما يخص السؤال الذي يقول ماذا تعلمك التربية البدنية والرياضية أن نسبة ما يقارب 85.6% يقولون أنها تعلمهم احترام الغير ونسبة أخرى تقدر بحوالي 14.4% أجابوا الإجابة الثانية.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب (01) ، حيث كانت قيمة  $\chi^2$  المجدولة تقدر ب 3.84، وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 45.5 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

#### - استنتاج:

عند رؤية الجدول وتحليل نتائجه نستنتج أن التربية البدنية والرياضية تعلم التلاميذ في الثانوية احترام الغير وهذه عن طريق النسبة المتحصل عليها في الجدول وهذه تنعكس إيجاباً على الجانب الاجتماعي للتلميذ في الثانوي.

أما فيما يخص النسبة الأخرى والمتعلقة باللامبالاة فيمكن أن نرجح السبب وراء ذلك إلى عدم الاكتراث للتربية البدنية والرياضية من طرف التلاميذ.

#### - السؤال رقم (14) :

هل تخلق التربية البدنية والرياضية جو من :

التفاهم التعارف العدوانية ؟

- الغرض من السؤال رقم (14) :

معرفة نوع العلاقات التي يكسبها التلاميذ من خلال ممارستهم للتربية البدنية والرياضية.

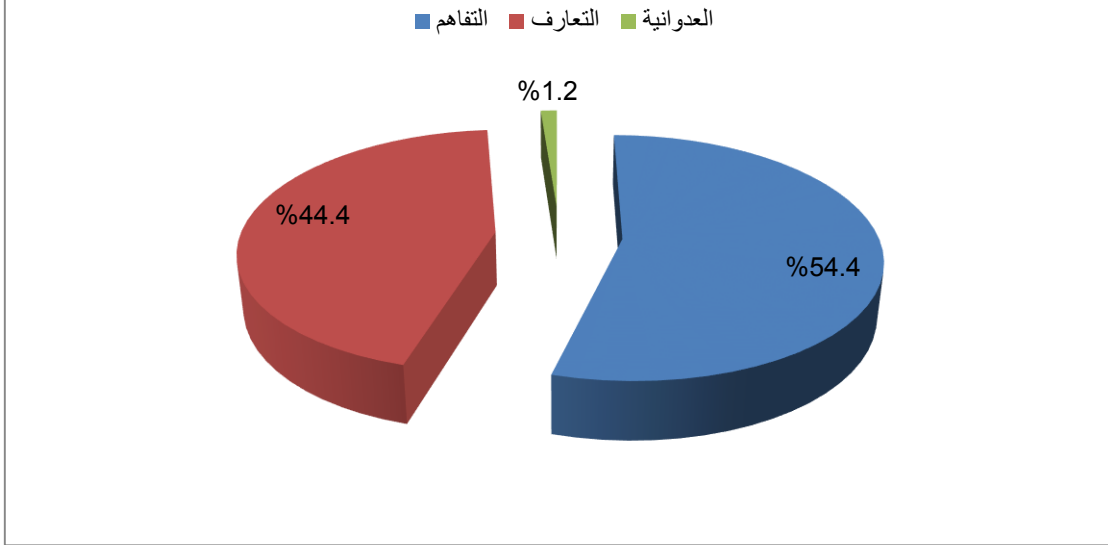
- الجدول رقم (14) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا<sup>2</sup> للسؤال رقم (14).

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
التفاهم	49	54.4	43.7	5.99	0.05	02	دالة إحصائية
التعارف	40	44.4					
العدوانية	01	01.2					
المجموع	90	100/100					



### الشكل رقم (14) التمثيل البياني للسؤال رقم (14)



#### - تحليل الجدول رقم (14) :

من خلال الجدول نلاحظ فيما يخص السؤال الذي يقولهل تخلق التربية البدنية والرياضية جو من التفاهم التعارف العدوانية، فان نسبة ما يقارب %54.4 أجابوا بالتفاهم، ونسبة حوالي ما يقارب %44.2 أجابوا بالتعارف، ونسبة ضئيلة تقدر ب %01.2 أجابوا بالعدوانية.

أما بالنسبة إلى ك<sup>2</sup> عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب(02) حيث كانت قيمة ك<sup>2</sup> المجدولة تقدر ب(5.99) وهي اصغر من قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة والتي هي 43.7 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

#### - استنتاج:

عند رؤية الجدول وتحليل نتائجه نستنتج أن التربية البدنية والرياضية تخلق جو من التفاهم والتعارف وها للنسبة الكبيرة المتحصل عليها في الجدول وهذا له دلالة واضحة للأبعاد الاجتماعية لمادة التربية البدنية والرياضية.

أما بالنسبة للإجابة التي قالت العدوانية فإننا نرجح ذلك لنفسية التلميذ أثناء الإجابة.

#### - السؤال رقم (15) :

هل تسمح لك التربية البدنية والرياضية بخلق علاقات اجتماعية جديدة ؟

- الغرض من السؤال رقم (15) :

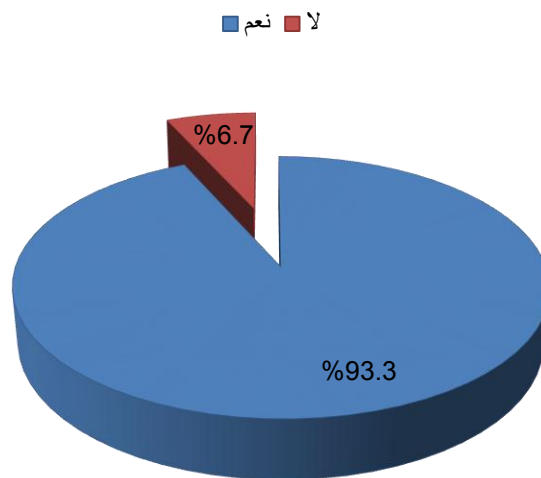
معرفة دور التربية البدنية والرياضية في الاندماج الاجتماعي.

- الجدول رقم (15) :

يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا<sup>2</sup> للسؤال رقم (15).

الإجابة	تكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	84	93.3	67.6	3.84	0.05	01	دالة إحصائياً
لا	06	06.7					
المجموع	90	100/100					

الشكل رقم (15) التمثيل البياني للسؤال رقم (15)



- تحليل الجدول رقم (15) :

من خلال الجدول نلاحظ فيما يخص السؤال الذي يقول هل تسمح لك التربية البدنية والرياضية بخلق علاقات اجتماعية جديدة أن نسبة ما يقارب 93.3 من المستجوبين قد قالوا نعم، فيما هنالك نسبة قليلة تقدر ب 06.7 قد قالوا لا.

أما بالنسبة إلى  $\chi^2$  عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة حرية تقدر ب (01) ، حيث كانتقيمة  $\chi^2$  المجدولة تقدر ب 3.84، وهي اصغر من قيمة  $\chi^2$  المحسوبة والتي هي 67.6 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

- استنتاج:

عند رؤية الجدول وتحليل نتائجه نستنتج أن التربية البدنية والرياضية لها دور اجتماعي كبير من خلال النتيجة التي تحصلنا عليها بالإجابة بنعم من طرف المستجوبين.

أما فيما يخص النسبة الاخري فتدل على أن التلاميذ لا يتعاملون جيدا مع المادة ومع زملائهم.

6-2- مقارنة النتائج بالفرضيات :

6-2-1- الفرضية الأولى :

- جدول رقم (16) الدلالة الإحصائية لعبارات الفرضية الأولى.

- نتائج المحور الأول -

الدلالة الإحصائية	$\chi^2$ المجدولة	$\chi^2$ المحسوبة	$\chi^2$ العبارات
-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

دالة	05.99	38.2	العبارة رقم (01)
دالة	03.84	17.6	العبارة رقم (02)
دالة	03.84	27.4	العبارة رقم (03)
دالة	03.84	10	العبارة رقم (04)
دالة	05.99	28.1	العبارة رقم (04)

من اجل التحقق من صحة الفرضية الأولى للبحث والتي افترضنا أن للتربية البدنية والرياضية دور ايجابي ينعكس على تلميذ الطور الثانوي.

وانطلاقا من هذه الفرضية والنتائج المتحصل عليها من خلال الجدول رقم(03)و(04) السابقة الذكر،والمؤكدة بطرق إحصائية علمية ومنه فإننا نستطيع إثبات صحة هذه الفرضية إذ أن للتربية البدنية والرياضية دور ايجابي ينعكس على تلميذ الطور الثانوي.

فمن خلال النسب المئوية التي تحصلنا عليها يمكننا القول أن للتربية البدنية والرياضية دور ايجابي ينعكس على تلميذ الطور الثانوي وهذا لان التربية البدنية والرياضية مبنية أساسا على أهداف مسطرة.

وهذا ما أشار إليه فيصل عباس " إن للتربية البدنية والرياضية دورا على تنمية روح الجماعة"، ومن هنا وفي إطار وحدود وظروف ما ترمي إليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للنتائج يمكننا القول انه قد تحققت الفرضية الأولى.

6-2-2- الفرضية الثانية :

- جدول رقم (17) الدلالة الإحصائية لعبارات الفرضية الثانية.

- نتائج المحور الثاني -

الدلالة الإحصائية	كا <sup>2</sup> المجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> العبارات
-------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

العبارة رقم (06)	60	03.84	دالة
العبارة رقم (07)	68.3	05.99	دالة
العبارة رقم (08)	78.3	05.99	دالة
العبارة رقم (09)	57.1	05.99	دالة
العبارة رقم (10)	60.8	03.84	دالة

لقد قمنا بصياغة الفرضية الثانية على أن للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي نفسي على التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي.

وانطلاقاً من هذه الفرضية والنتائج المتحصل عليها من خلال الجدول رقم (09) و(10) السابقة الذكر والمؤكدة بطرق إحصائية علمية ومنه فإننا نستطيع إثبات صحة هذه الفرضية إذ أن للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي نفسي على التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي.

فمن خلال النسب المئوية التي تحصلنا عليها يمكننا القول أن التربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي نفسي على التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي وهذا من خلال عملها على الترويج من نفسية التلاميذ والزيادة من دافعيتهم وحماسهم.

ومن هنا وفي إطار وحدود وظروف ما ترمي إليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للنتائج المحصل عليها يمكننا القول انه قد تحققت الفرضية الثانية.

### 6-2-3- الفرضية الثالثة :

- جدول رقم (18) الدلالة الإحصائية لعبارات الفرضية الثالثة.

- نتائج المحور الثالث -

الدلالة الإحصائية	كأ <sup>2</sup> الجدولة	كأ <sup>2</sup> المحسوبة	كأ <sup>2</sup> العبارات
دالة	03.84	32.4	العبارة رقم (11)
دالة	05.99	55.8	العبارة رقم (12)
دالة	03.84	45.5	العبارة رقم (13)
دالة	05.99	43.7	العبارة رقم (14)
دالة	03.84	67.6	العبارة رقم (15)

لقد قمنا بصياغة الفرضية الثانية على أن للتربية البدنية والرياضية انعكاس إيجابي اجتماعيا على التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي.

وانطلاقا من هذه الفرضية والنتائج المتحصل عليها من خلال الجدول رقم (12) و(15) السابقة الذكر والمؤكدة بطرق إحصائية علمية ومنه فإننا نستطيع إثبات صحة هذه الفرضية إذ أن للتربية البدنية والرياضية انعكاس إيجابي اجتماعيا على التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي.

فمن خلال النسب المئوية التي تحصلنا عليها يمكننا القول أن التربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي اجتماعيا على التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي وهذا من خلال عملها زرع روح المجموعة بين التلاميذ والعمل الجماعي الذي خلال ممارسة مادة التربية البدنية والرياضية.

ومن هنا وفي إطار وحدود وظروف ما ترمي إليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للنتائج المحصل عليها يمكننا القول انه قد تحققت الفرضية الثانية.

6-2-4- مقارنة النتائج بالفرضية العامة :

- الجدول رقم (19) :مقارنة النتائج بالفرضية العامة

الفرضية	صياغتها	النتيجة
---------	---------	---------



الفرضية الجزئية الأولى	للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي من الناحية الدراسية	تحققت
الفرضية الجزئية الثانية	للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب النفسي للتلميذ في الثانوية.	تحققت
الفرضية الجزئية الثالثة	للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب الاجتماعي للتلميذ في الثانوية.	تحققت
الفرضية العامة	للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على الجانب النفسي وعلى الجانب الاجتماعي للتلميذ في الثانوية.	تحققت

على ضوء ماسبق نجد أن مادة التربية البدنية والرياضية تعتبر جزء أساسي بالغ الأهمية في المنظومة التربوية تسعى إلى تحسين الفرد عامة من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة وأن أهمية التربية البدنية والرياضية كونها القاعدة التربوية الهادفة إلى تنمية الكفاءات العقلية والجسمية والنفسية والاجتماعية عامة والأداء المهاري لمختلف الأنشطة الرياضية خاصة وليس مجرد حشو في الجدول المدرسي أو فترة راحة تتخللها بعض الحركات كما يعتقد البعض.

#### خلاصة :

احتوى هذا الفصل على عرض وتحليل النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية بعد معالجتها إحصائياً، وقد تبين من نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ في الثانوية والذي أردنا من خلاله تبين دور التربية البدنية

والرياضية في الرفع من معنويات التلاميذ لمرحلة التعليم الثانوي ومقدرتها على إدماج التلميذ في المجتمع وحثه على صنع علاقات جديدة وهذا ما أظهرته أيضا النتائج بعد المعالجة الإحصائية.

### الاستنتاج العام

من خلال الدراسة التي قمنا بها حاولنا تبيان أن للتربية البدنية والرياضية دور ينعكس إيجاباً على التلميذ في مرحلة التعليم الثانوي من الناحية النفسية ومن الناحية الاجتماعية لما تحتويه التربية البدنية والرياضية من طابع ترفيهي وترويحي بما يناسب التلميذ في مرحلة التعليم الثانوي كي ينمو نمواً سليماً من الناحية النفسية والاجتماعية.

وهذا ما يسمح لنا أن نقول أن التربية البدنية والرياضية لها انعكاس إيجابي على التلميذ في الطور الثانوي من الناحية النفسية ومن الناحية الاجتماعية وتحسين المستوى الدراسي له.

ومع تحليلنا للنتائج المتحصل عليها في الدراسة والتي عالجناها بطرق إحصائية علمية المطلوبة توصلنا إلى تحقيق الفرضية العامة وكذلك بينت النتائج المتحصل عليها عن تحقيق الفرضيات الجزئية المطروحة في الدراسة.

ومن هذا الكلام وما تبين لنا أثناء البحث يمكننا القول أن للتربية البدنية والرياضية دور فعال وإيجابي على التلميذ في المرحلة الثانوية من الجانب النفسي والجانب الاجتماعي.

كما ارتأينا في هذا البحث إلى أن التربية البدنية والرياضية تعمل على خلق تلميذ مهذب يتحلى بصفات حميدة تساعد على إعداد مواطن صالح وبالتالي تكوين مجتمع صالح .

ومن ما سبق ذكره نستنتج أن التربية البدنية والرياضية لها انعكاس إيجابي كبير تتركه على التلميذ في مرحلة التعليم الثانوي من الجانب النفسي ومن الجانب الاجتماعي إذ عرفنا الأهمية التي تلعبها التربية البدنية والرياضية على التلميذ.

## خاتمة :

انطلاقاً مما سبق من الدراسة النظرية والتطبيقية واستناداً إلى النتائج المحصل عليها من الاستبيان نستنتج أن مادة التربية البدنية والرياضية مادة أساسية بالغة الأهمية لا تقل أهمية عن المواد النظرية الأخرى وهي تعتبر متنفس للتلاميذ من عناء الدراسة، تهدف أساساً إلى تنمية القدرات العقلية والذهنية والاجتماعية عامة والأداء المهاري لمختلف الأنشطة الرياضية خاصة.

كما أنها مادة أساسية تسعى ونهدف إلى تحسين وتكوين شخصية التلاميذ في الطور الثانوي وتقوي لديه روح الحماسة والرغبة في التنافس كما أن لها آثار وانعكاسات ايجابية عليه، فهي متنفس للتلاميذ من ضغط وروتين الدراسة فهم يرون فيها مادة للترويح عن النفس واللعب بحرية محاولين نسيان قيود الدراسة النظرية داخل القسم كما يرون فيها مجال لاكتشاف قدراتهم الرياضية والتعرف على بعضهم البعض أكثر فممارستها تخلق جواً من التآخي والتعاون في ما بينهم كما تساهم بشكل كبير في تنمية القدرات العقلية والذهنية والجسمية لهم، وهي مجال للتلاميذ للتعبير عن أنفسهم بكل حرية، كما أن لها انعكاس ايجابي على التحصيل الدراسي فهي فترة راحة وتمتع يستطيع من بعدها التلميذ الدراسة بنشاط وقابلية أكثر، كما وجدنا حب التلاميذ لهذه المادة أكثر من المواد الأخرى كونها مادة حيوية ويشعرون بالسعادة والارتياح والاطمئنان عند ممارستها كما يرون أنها تساعدهم على طرد القلق والتوتر النفسي كما تساعدهم على فرض شخصيتهم ومكانتهم بين بعضهم البعض من خلال إبراز مواهبهم الرياضية، وهم يرون أنها مادة أساسية لا تقل أهمية عن المواد الأخرى.

وانطلاقاً من النتائج المتوصل إليها وجدنا أن للتربية البدنية والرياضية أهمية بالغة في حياة التلميذ الدراسية فهي ليست مجرد فترة لعب فقط أو مجرد ملء للفراغ بل هي مادة أساسية تخضع لأسس علمية ذات فائدة للتلميذ، وهذا في ما يتجلى في انعكاساتها على التلميذ من النواحي النفسية والاجتماعية، غير أن المشكل المطروح أن ممارستها في بلادنا تعتبر كلاسيكية إذا ما قورنت بالدول الأخرى ولعل هذا ما يجعل نظرة الناس إليها أنها مجرد لعب فقط وشغل وقت الفراغ غير عالمين بأهدافها وانعكاساتها الصحيحة وهذا كله راجع إلى نقص الهياكل والإمكانيات وفي الأخير نستنتج أن للتربية البدنية والرياضية انعكاس ايجابي على النواحي النفسية والاجتماعية على التلميذ في الثانوية فهي تساعده في حياته اليومية والدراسية، وفي الأخير نتمنى أن نكون قد وصلنا إلى نتائج قيمة تبرز أهمية هذه المادة الحيوية على التلميذ وإبراز أهدافها الحقيقية.

## - الاقتراحات والتوصيات المستقبلية.

على ضوء النتائج والاستنتاجات المحصل عليها نوصي:

- 1- يجب أن تتضافر الجهود مابين الأولياء والمجتمع والثانوية من أجل مساعدة التلاميذ على ممارسة النشاط الرياضي بصفة عامة.
- 2- تدعيم وعي التلاميذ بأهمية هذه المادة وذلك بالقيام بحصص نظرية خاصة بالتربية البدنية والرياضية.
- 3- أساتذة مادة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية بإعطاء الصورة الحقيقية لهذه المادة وذلك بتوعية التلاميذ والتعريف بمادة التربية البدنية والرياضية وتوضيح أهدافها ودورها في المجتمع وفي حياة التلميذ والحث على ممارستها خارج الثانوية.
- 4- إلى المنظومة التربوية التي نرى أنه يجب عليها إعطاء أهمية حقيقية لمادة التربية البدنية والرياضية وهذا برفع معامل المادة والزيادة في الحجم الساعي لأن ساعتين في الأسبوع غير كافية لممارستها بشكل جيد.
- 5 - زملائنا المتخرجين من المعهد إعطاء صورة حقيقية وجيدة لمادة التربية البدنية والرياضية.
- 6 - تطوير الرياضة المدرسية وهذا بتنظيم دورات رياضية داخلية وخارجية من أجل تعاون أكثر واندماج في المجتمع.
- 7- ضرورة التنسيق بين الرياضة ومؤهلين نفسانيين لمحاربة الأمراض النفسية على مستوى المدارس.
- 8- توعية الأولياء لأهمية التربية البدنية والرياضية.
- 9 - يجب توفير الوسائل والمنشآت اللازمة لتسهيل ممارسة التربية البدنية والرياضية من طرف التلاميذ والوصول إلى الأهداف المسطرة.
- 10 - يجب أن تكون هناك توعية إعلامية للأولياء بأهمية ممارسة التربية البدنية والرياضية ومعرفة أهدافها وانعكاساتها على التلميذ.
- 11 - إعطاء المكانة الحقيقية لمادة التربية البدنية والرياضية وذلك بالزيادة في الوقت ورفع المعامل.

## البيبلوغرافيا:

### - المراجع العامة:

- 1- إبراهيم عصمت مطاوع. "أصول التربية". دار الفكر العربي - القاهرة - 1995 -
- 2- فؤاد الباهي السيد. "الأسس النفسية للنمو". دار الفكر العربي. بدون طبعة.
- 3- تركي رابح، أصول التربية والتعليم. الطبعة الثانية.
- 4- حامد عبد السلام زهران. علم النفس النمو الطفولة والمراهقة . الطبعة الخامسة.
- 5- محمد مصطفى زيدان، دراسة سيكولوجية تربوية، لتلميذ التعليم العام، بدون طبعة - القاهرة.
- 6- د. عبد الفتاح دويرار: "سيكولوجية النمو والارتقاء" - دار المعارف الجامعية - الإسكندرية - بدون طبعة -
- 1996
- 7- رمضان محمد القذافي. "علم النفس الطفولة والمراهقة" - المكتبة الجامعية الحديثة - 1997 الإسكندرية -
- الطبعة 2 -
- 8- مالك سليمان مخول. "علم النفس الطفولة والمراهقة". مطابع مؤسسة دمشق 1981

### - المراجع الخاصة:

- 1- شالز. "أسس التربية البدنية". الطبعة الرابعة.
- 2- أمين أنور الخولي. "أصول التربية البدنية". الطبعة الثانية 1997.
- 3- محمود عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطىء. "نظرية وطرق التربية البدنية". الطبعة الأولى.
- 4- بوغلالى عمران رولة. "الرياضة في المدرسة الأساسية". ديوان المطبوعات. الجزائر 1987.
- 5- عباس أحمد صالح السمراني. "طرق التدريب في مجال التربية الرياضية". الطبعة الأولى.
- 6- أمين أنور خولي ومحمد الحمامي. نظريات وطرق التربية البدنية. الطبعة الأولى.
- 7- عدنان درويش. "التربية البدنية والرياضية للمدرسية". دار الفكر. القاهرة.
- 8- محمد الأفندي. "علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية الرياضية". دار النهضة للطبع والنشر.
- 9- محمد حسن علوي. "علم النفس الرياضي" - دار المعارف - الطبعة 10. 1986.
- 10- محمد عادل خطاب، كمال الدين تركي "التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية". دار النهضة العربية، القاهرة 1965 .

### - الرسائل والمذكرات:

- 1- يوسف حرشواوي. "دور التربية والرياضية في تنمية القدرة على الانتباه". رسالة ماجستير مستغانم 1995

- 2- فاطمة بوراس. أثر وحدات تعليمية مقترحة. رسالة ماجستير 1997 .
- 3- عبد المجيد شعلال. رسالة الماجستير. معوقات ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي وطرائق معالجتها-  
1998-
- 4- بشير رشد وحسن الحبيب ودرعي": انعكاسات ممارسة النشاطات التربوية البدنية والرياضية على النمو الاجتماعي للفرد في المرحلة الثانوية " مذكرة ليسانس، جامعة الجزائر 1998 .
- 5- قاسمي صادق وأيشوكان محمد": اثر الممارسة الرياضية على التوازن النفسي والاجتماعي لدى المراهقين والمراهقات "مذكرة ليسانس- جامعة الجزائر 1994 .
- مصادر أخرى مختلفة:
- 1- وثيقة بروتوكول اتفاق بين وزارتي الشباب والرياضة ووزارة التربية الوطنية.
- 2- مشروع الميثاق الوطني لسنة 1986. الجزائر. المتعلق بتنظيم المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية وتطويرها.

## قائمة الملاحق

### - الملحق رقم (01)

#### الاستبيان:

#### الأسئلة:

1) ما هي نظرتك لمادة التربية البدنية والرياضية ؟

-مادة أساسية -مادة ثانوية -مادة ترفيهية

2) كيف تفضل أن تكون مادة التربية البدنية والرياضية ؟

-إجبارية -اختيارية

3) هل تساعدك التربية البدنية والرياضية على استيعاب دروسك ؟

-نعم -لا

4) هل تكون لك قابلية لمزاولة دروسك بعد أدائك حصة التربية البدنية والرياضية ؟

-نعم -لا

5) ما هو الشيء الذي يعجبك أثناء ممارستك لمادة التربية البدنية والرياضية؟

-اللعب -التدريب -المنافسة

6) في رأيك هل تساعد التربية البدنية والرياضية في القضاء على كل من العزلة ، الاكتئاب ، الخجل؟

-نعم -لا

7) ما هو شعورك بعد أدائك لمهارة رياضية صحيحة ؟

-التميز -الثقة -عادي



8) ما هو شعورك أثناء ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية ؟

-سعيد -عادي -قلق

9) ما هو رأيك في دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية ؟

-تساعد -تخفف -ليس لها دور

10) هل للتربية البدنية والرياضية اثر ايجابي على الجانب النفسي لك ؟

-نعم -لا

11) أثناء ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية هل تعير اهتمام للمجموعة ؟

-نعم -لا

12) هل تساعد التربية البدنية والرياضية على الاندماج في المجتمع؟

-كثيرا -قليلا -مطلقا

13) ماذا تعلمك التربية البدنية والرياضية؟

-احترام الغير -اللامبالاة بالغير

14) هل تخلق التربية البدنية والرياضية جو من ؟

-التفاهم -التعارف -العدوانية

15) هل تسمح لك التربية البدنية والرياضية بخلق علاقات جديدة ؟

-نعم -لا