الجمه ورية الجيزائرية الديمقراطية الشعبية République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique

Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -

Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ - Tubirett -

Institut des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives



معهد علوم وتقنيات النشاطات الرباضية والبدنية

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

التخصص: النشاط البدني الرياضي التربوي.

الموضوع

دور النشاط البدني الرياضي في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين - الطورالثانوي-

- در اسة ميدانية أجريت على بعض ثانويات ولاية البويرة

إشراف الأستاذ:

إعداد الطلبة:

* أرزقي إسماعيل

* زوقاري عبد الرحمان

* عجو عبد الحق





الحمد لله الذي وفقنا لهذا ولم نكن لنصل إليه لو لا فضل الله علينا أما بعد فإلى من نزلت في حقّهم الآيتين الكريمتين في قوله تعالى "وَقَضَى رَبُّكَ أَلاَّ تَعْبُدُواْ إِلاَّ إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً" [الإسراء:23]،

"وَوَصَّيْنَا الإِنسَانَ بِوَالدِّيْهِ إِحْسَاناً" [الأحقاف:15].

أمي وأبي العزيزين حفظهما الله لي اللّذان سهرا وتعبا على تعليمي فإتمام هذا العمل وإلى أفراد أسرتي سندي في الدنيا ولا أحصى لهم فضل إلى كل الأصدقاء والأحباب من دون استثناء، وأخص بالذكر "وليد سايح" وإلى أساتذتي الكرام وكل رفقاء الدراسة.

وفي الأخير أرجوا من الله تعالى أن يجعل عملي هذا نفعا يستفيد منه جميع الطلبة المتربصين المقبلين على التخرّج.

🚣 زوقاري عبد الرحمان

_ محتوى البحث _

الصفحة	الموضوع	
ĺ	شكر وتقدير	
ب	إهداء	
ت	محتوى البحث	
7	قائمة الجداول	
ذ	قائمة الأشكال	
ر	ملخص البحث	
س	مقدمة	
	مدخل عام :التعريف بالبحث	
2	1- الإشكالية	
3	2 - الفرضيات	
3	3- أسباب اختيار الموضوع	
3	4 - أهمية البحث	
4	5- أهداف البحث	
4	6- الدراسات المرتبطة بالبحث	
6	7- تحديد المصطلحات والمفاهيم	
	الجانب النظري	
	الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي.	
11	- تمهید	
12	1-1 -تعريف النشاط	
12	1-1-2 تعريف النشاط البدني الرياضي	
12	1-2 خصائص النشاط البدني الرياضي	
13	1-3 أنواع النشاط البدني الرياضي	
13	1-3-1 النشاط الرياضي الترويجي	
14	1-3-1 النشاط البدني الرياضي التنافسي	
15	1-3-3 النشاط البدني الرياضي النفعي	
16	1-4 أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي عند المراهق	
17	1-4-1 أهمية ممارسة النشاط الرياضي البدني للمراهق واحتياجاته الجسمية	
17	1-4-2 أهمية ممارسة النشاط البدني للمراهق واحتياجاته الاجتماعية	

1-4-3 أهمية ممارسة النشاط البدني للمراهق واحتياجاته الوجدانية	18
1-5 أهداف النشاط البدني الرياضي	18
1-5-1 هدف النتمية البدنية	18
1-5-2 هدف النتمية المعرفية	18
1-5-3 هدف النتمية الحركية	19
1-5-4 هدف النتمية الاجتماعية	19
1-5-5 هدف النتمية الترويحية	20
1-6 الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي	20
1-6-1 الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي	21
1 - 6 - 2 الدوافع الغير مباشرة للنشاط البدني	21
1-7 وظائف النشاط البدني الرياضي	21
1-7-1 النشاط البدني الرياضي لتتشيط الذهن	21
1 - 7 - 2 النشاط البدني الرياضي لتتمية التفكير	22
1-7-3 النشاط البدني الرياضي وتأثيره على الحالة الانفعالية	22
1-7-4 النشاط البدني الرياضي وتأثيره على السمات الشخصية	22
فلاصة	23
الفصل الثاني: السلوك العدواني.	
- تمهید	25
2-1 تعریف السلوك	26
2-2 أنواع السلوك	26
2-1-1 السلوك الفطري	26
2-2-2 السلوك المكتسب	26
2-2 تقسيمات السلوك	27
27-3-1 السلوك الغير مفيد	27
2-3-2 مقاومة القرار	27
2-3-3 السلوك العدائي	27
2-4 النظريات المثيرة للسلوك	27
27 - 1 - 1 المدرسة الجيشئالتية	27
2-4-2 المدرسة السلوكية	28
2-4-2 المدرسة السلوكية الجديدة	28

28 - 1 - 1 المدرسة الغريسية 28 - 2 - 1 - 2 - 4 - 4 - 4 - 4 - 4 - 4 - 4 - 5 - 4 - 4			
29 1. P. R. Mercus Interlab Historian, Ukrise. 29 2-4-2 مدرسة التحليل النفسي الجديد. 29 2-2-5 تعريف العوان 20 2-2-1 سباب العدوان 20 30 20 30 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 31 30 32 31 33 31 34 32 35 32 36 32 37 32 38 32 39 34 30 34 31 35 32 34 33 34 34 34 35 35 36 36 37 36 38 36 39 36	-4-4 المدرسة الغرضية	28	
29 -2 - 7 مدرسة تحليل العوامل 29 -2 - 7 مدرسة تحليل العوامل 29 -2 - 2 تعريف المعدوان 29 -3 - 5 تعريف المسلوك العدواني 30 -2 - 3 تعريف المسلوك العدواني 30 -3 - 7 تصنيفات العدوان وأشكاله 30 -2 - 7 تصنيفات العدوان المسلوك 31 -2 - 1 العدوان الوسيلي 4-2 - 2 العدوان الوسيلي -3 العدوان الوسيلي 5-8 الواع السلوك العدواني -3 العدوان المستيدل 2-8 - 2 العدوان المستيدل -3 - 2 العدوان المباشر 2-8 - 3 العدوان المباشر - 3 العدوان المباشر 2-8 - 4 العدوان المباشر - 3 العدوان 33 - 3 - 3 العدوان 34 - 3 - 3 العدوان 35 - 3 - 3 العدوان 36 - 3 - 3 العدوان 37 - 3 - 3 - 3 العدوان 38 - 3 - 3 - 3 العدوان 39 - 1 - 1 - 2 نظرية العدوان بالاشتراط 40 - 1 - 1 - 3 نظرية المعدوان بالاشتراط 40 - 1 - 1 - 3 نظرية المعدوان بالاشتراط 40 - 1 - 1 - 3 نظرية المعدوان بالاشتراط	-4-5 مدرسة تحليل النفس	28	
29 29 29 1-5-2 تعريف العدوان 20 1-5-2 تعريف العدوان 30 20 30 30 30 30 30 1-7-1 لعدوان المتعمد 31 2-8-1 32 2-8 أنواع السلوك العدوان الوسيلي 32 2-8 أنواع السلوك العدواني 32 2-8-2 33 2-8-2 34 32 35 33 36 33 37 34 38 34 39 34 30 34 30 35 31 34 32 34 33 34 34 35 35 36 36 36 37 36 38 36 39 36 30 36 31 36 32 37 33 36 34 36 35 36	-4-6 مدرسة التحليل النفسي الجديد	29	
29 العدوان 29 1-5-12 21-5-12 العدوان 20 2-6 30 2-7 30 30 30 30 30 30 30 30 31 30 32 31 32 32 32 32 32 32 32 32 32 32 33 32 34 32 35 33 36 34 37 36 38 36 39 36 30 36 31 36 32 36 33 36 34 36 35 36 36 36 37 36 38 36 39 36 30 36 31 36 32 37 34 36 35 36 36 36 37 36 38 36 39 36 30 36	-4-7 مدرسة تحليل العوامل	29	
30 30 2-6 تعریف السلوك العدوانی 30 30 30 2-6 تعریف السلوك العدوان وأشكاله 30 30 30 31 2-7-1 32 31 32 32 34 32 35 32 36 32 37 32 38 32 39 30 30 30 31 30 32 33 33 30 34 30 35 30 36 30 36 30 37 30 38 30 39 30 30 30 31 30 32 30 33 30 34 30 35 30 36 30 37 30 38 30 39 30 30 30 <td>-5 تعريف العدوان</td> <td>29</td> <td></td>	-5 تعريف العدوان	29	
30 30 2-7- تصديفات العدوان وأشكاله 30 1-7-2 30 2-7-1 العدوان المتعمد 2-8-2 11 العدوان اللفظي 2-8-1 11 العدوان اللفظي 2-8-2 العدوان اللفظي 2-8-2 11 العدوان المستبدل 2-8-2 12 العدوان المستبدل 2-8-3 13 33 2-8-4 34 2-8-5 35 34 36 35 37 36 38 36 39 30 30 30 31 30 32 30 33 30 34 30 35 30 36 30 37 30 38 30 39 30 30 30 31 30 32 30 33 30 34 30 35 30 36 30 <td< td=""><td>-5-1 أسباب العدوان</td><td>29</td><td></td></td<>	-5-1 أسباب العدوان	29	
30 30 2-7-1 العدوان المستعد 31 2-7-2 العدوان الوسيلي 32 3-8 أنواع السلوك العدواني 32 2-8-2 العدوان اللفظي 32 2-8-2 العدوان اللفظي 32 3-8-1 العدوان المستبدل 33 3-8-2 العدوان المسبدل 33 3-8-3 العدوان المباشر 33 2-8-6 العدوان عير مباشر 33 2-8-6 العدوان عير مباشر 34 3-9-1 العوامل المؤدية ظهور السلوك العدواني 35 3-1-1 العوامل الخاصة بالفرد 35 3-1-1 النظريات المفسرة للسلوك العدواني 36 3-1-1 لنظرية الإعباط 36 3-1-2 نظرية غريزة العدوان 37 3-1-2 نظرية غريزة العدوان 38 3-1-3 نظرية النظرية الليملوخية 39 3-1-3 نظرية تعلم العدوان بالإشتراط 40 40 3-1-7 نظرية تعلم العدوان بالإشتراط 40 3-1-7 انظرية العموان بالملاحظة والتقليد 40 3-1-7 انظرية العموان بالملاحظة والتقليد	-6 تعريف السلوك العدواني	30	
31 العدوان العدوان العدال العدال العدوان الوسيلي 2-8 - العدوان اللهوك العدواني 2-8 - العدوان اللهوكي 32 2-8 - العدوان اللهوكي 32 - 2 - العدوان المستبدل 2-8 - العدوان المستبدل 33 2 - 8 - العدوان المستبدل 34 33 35 34 36 35 37 34 38 35 39 34 30 34 30 34 31 35 32 35 34 35 35 36 36 36 37 36 38 36 39 36 30 36 31 36 32 36 34 36 35 36 36 36 37 36 38 36 39 36 30 36 31 36 32 36 33 36	-7 تصنيفات العدوان وأشكاله	30	
31 2-8-1 العدوان الفوشيني 2-8-1 العدوان اللفظي 2-8-2 32 2-8-2 32-8-2 العدوان الجسدي 2-8-2 33-8-2 العدوان الرمزي 33 2-8-4 العدوان المباشر 33 3-8-5 العدوان المباشر 33 3-8-6 العدوان غير مباشر 33 3-9-1 العدوان غير مباشر 34 2-9-1 العدوان المبلوك العدواني 35 3-10-2 العوامل المؤدية لظهور السلوك العدواني 35 3-10-2 العوامل الاجتماعية 36 3-11-1 لنظريات المفسرة للسلوك العدواني 36 3-11-2 نظرية الإحباط 36 3-11-2 لنظرية البيولوجية 38 3-11-3 لنظرية العدوان بالإشتراط 39 3-11-3 نظرية العدوان بالملاحظة والتقايد 30 3-11-6 نظرية العدوان بالملاحظة والتقايد 30	-7-1 العدوان المتعمد	30	
32 1.0 - 2 1.0 - 2 1.0 - 2 1.1 - 2 1.0 - 2 2 - 8 - 1 العدوان المستبدل 2 - 8 - 2 3 - 8 - 2 1.0 - 2 3 - 8 - 2 1.0 - 2 3 - 8 - 3 1.0 - 2 3 - 8 - 3 1.0 - 2 3 - 3 1.0 - 2 3 - 4 - 3 1.0 - 2 3 - 4 - 4 1.0 - 2 3 - 5 - 5 1.0 - 2 3 - 5 - 6 1.0 - 2 3 - 5 - 7 1.0 - 2 3 - 6 - 7 1.0 - 2 3 - 7 - 7 1.0 - 2 3 - 7 - 8 1.0 - 2 3 - 7 - 1 - 1 1.0 - 2 3 - 1 - 2 1.0 - 3 3 - 1 - 2 1.0 - 3 3 - 1 - 2 1.0 - 3 3 - 1 - 3 1.0 - 3 3 - 1 - 3 1.0 - 3 3 - 1 - 3 1.0 - 3 3 - 1 - 3 1.0 - 3 3 - 1 - 3 1.0 - 3 3 - 1 - 3 1.0 - 3 3 - 1 - 3 1.0 - 3 4 - 1 - 3 1.0 - 3 4 - 1 - 5 1.0 - 3 4 - 1 - 5 1.0 - 3 4 - 5 1.0 - 3 4 - 5 1.0 - 3 4 - 5 1.0 - 3 4 - 5 1.0 - 3	-7-2 العدوان الوسيلي	31	
32 2-8-2 العدوان الجسدي 2-8-1 العدوان الرمزي 33 33 2-8-4 العدوان المستبدل 34 2-8-6 العدوان غير مباشر 2-9 أسباب السلوك العدواني 34 2-01 العوامل المؤدية لظهور السلوك العدواني 35 35 35 36 35 2-10-1 العوامل الاجتماعية 36 2-10-2 العوامل الاجتماعية 36 2-11-1 لنظرية الإحباط 36 36 36 2-11-2 نظرية الإحباط 36 37 36 38 31 39 30 39 30 39 30 39 30 30 30 31-1-2 لنظرية التعلوان بالاجتماعي 30 39 30 30 30 30 30 31 30 32 30 33 30 34 30 35 30 36 30 37 30 38 30	-8 أنواع السلوك العدواني	31	
32 2-8-2 العدوان الرمزي 4-8-2 1 لعدوان المستبدل 2-8-5 العدوان المباشر 2-8-6 1 لعدوان غير مباشر 2-8-6 1 لعدوان غير مباشر 2-9-1 1 لعدوان غير مباشر 30 2-10-1 35 35 36 35 35 35 36 36 2-10-2 1 للعدواني 36 36 37 36 38 37 39 2-11-2 30 38 31 39 32 39 34 39 35 30 36 30 37 30 38 30 39 30 30 30 30 30 31 30 32 30 33 30 34 30 35 30 36 30 37 30 38 <	-8-1 العدوان اللفظي	32	
33 2-8-2 4-8-2 1 هحدوان المستبدل 33 5-8-2 العدوان المباشر 2-8-6 العدوان غير مباشر 9-2 34 2-9 أسباب السلوك العدواني 35 35 35 35 36 36 2-0-1 العوامل الخاصة بالفرد 36 36 37 36 38 37 39 38 39 39 39 39 39 39 39 39 39 39 39 39 39 39 30 39 30 39 30 39 30 39 30 39 31 39 32 39 33 39 34 39 35 39 36 39 37 39 38 39 39 39 30 39	-8-2 العدوان الجسدي	32	
33 2-8-2 العدوان المباشر 33 2-8-6 العدوان غير مباشر 9-9 أسباب السلوك العدواني 34 2-0-1 العوامل المؤدية لظهور السلوك العدواني 35 35 35 35 35 36 36 2-10-2 العوامل الاجتماعية 36 2-11 النظريات المفسرة السلوك العدواني 36 36 36 2-11-1 نظرية الإحباط 37 37 39 38 39 39 39 39 39 39 39 39 39 39 30 39 30 30 30 30 30 30 30 30 30 31 30 32 31 33 32 34 32 35 32 36 32 37 32 38 32 39 32 30 32 30 3	-8-3 العدوان الرمزي	32	
33 28-6 العدوان غير مباشر 2-9 أسباب السلوك العدواني 34 2-01 العوامل المؤدية لظهور السلوك العدواني 35 35 35 2-0-1 العوامل الخاصة بالفرد 35 35 36 2-0-2 العوامل الاجتماعية 36 36 36 37 36 37 37 38 37 39 38 39 39 2-11-2 الظرية البيولوجية 39 39 39 39 39 39 39 39 30 39 30 39 30 30 30 30 30 30 30 31 30 32 30 33 30 34 30 35 30 36 30 37 30 38 30 39 30 30 30 30 30	-8-4 العدوان المستبدل	33	
33 2-0 العدوان عير هياسطر 2-9-1 السالوك العدواني 10-2 10-2 العوامل المؤدية لظهور السلوك العدواني 35 2-10-1 العوامل الخاصة بالفرد 35 35 36 2-10-2 العوامل الاجتماعية 36 2-11-1 لنظريات المفسرة للسلوك العدواني 36 36 36 37 37 38 37 2-11-2 نظرية غريزة العدوان 38 39 39 2-11-3 نظرية التعلم الاجتماعي 39 2-11-4 نظرية التعلم الاجتماعي 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40	-8-5 العدوان المباشر	33	
34 34 2-01-1 العوامل المؤدية لظهور السلوك العدواني 35 35 35 36 2-10-2 36 36 2-11 النظريات المفسرة للسلوك العدواني 36 36 36 37 37 38 37 39 30 39 39 39 30 39 30 39 30 39 30 39 30 39 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	-8-6 العدوان غير مباشر	33	
35 10-2 10-2 10-2 10-2 10-2 35 20-1-2 36 36 36 36 36 36 36 36 37 36 37 20-11-2 38 38 38 38 2-11-2 39 39 39 2-11-4 39 40 39 2-11-5 39 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40<	-9 أسباب السلوك العدواني	33	
35 1 10 2 2-10-2 العوامل الاجتماعية 36 36 1-11 2 36 36 36 36 37 37 38 38 2-11-2 نظرية البيولوجية 38 39 39 2-11-4 نظرية التعلم الاجتماعي 40 40	-10 العوامل المؤدية لظهور السلوك العدواني	34	
36 2 - 10 - 2 الموسرة السلوك العدواني 36 1 - 11 - 2 36 36 37 2 - 11 - 2 38 38 2 - 11 - 2 النظرية البيولوجية 39 2 - 11 - 4 نظرية التعلم الاجتماعي 40 40 40	-10 - العوامل الخاصة بالفرد	35	
36 2-11-1 37 2-11-2 38 38 39 39 2-11-4 نظرية التعلم الاجتماعي 40 40 40	-10 - العوامل الاجتماعية	35	
37 2-11-2 2-11-2 نظرية غريزة العدوان 38 38 3-11-2 2-11-4 نظرية التعلم الاجتماعي 39 2-11-5 نظرية تعلم العدوان بالاشتراط 40 40 40 <	-11 النظريات المفسرة للسلوك العدواني	36	
38 2-11-2 39 39 40 40	-11 ـ نظرية الإحباط	36	
39 التعلم الاجتماعي 40 التعلم الاجتماعي 40 العدوان بالاشتراط 40 العدوان بالملاحظة والتقليد 40 النظرية المعرفية 40 النظرية المعرفية	-11-2 نظرية غريزة العدوان	37	
40 40 العدوان بالاشتراط 40 40 علم العدوان بالاشتراط 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40	-11-3 النظرية البيولوجية	38	
40 العدوان بالملاحظة والتقليد 40 النظرية المعرفية 11-2 النظرية المعرفية 40 العدوان بالملاحظة والتقليد 40 النظرية المعرفية 40 النظرية 40 النظرية المعرفية 40 النظرية	-11-4 نظرية التعلم الاجتماعي	39	
2-11-1 لنظرية المعرفية 40 معرفية المعرفية 40 معرفية المعرفية المعرفية 40 معرفية المعرفية 40 معرفية 40 معر	-11-5 نظرية تعلم العدوان بالاشتراط	40	
ا معرب المعرب المعرب المعرب	-11-6 تعلم العدوان بالملاحظة والتقليد	40	,
2 – 12 أثار السلوك العدواني	-11-7 النظرية المعرفية	40	,
	-12 أثار السلوك العدواني	40	

41	خلاصة	
	الفصل الثالث: المراهقة.	
43	تمهيد	
44	3-1 تعريف المراهقة	
44	2-3 الفرق بين المراهقة والبلوغ	
45	3-3- أنماط المراهقة	
45	3-3-1 المراهقة المتكيفة	
45	3-3-3 المراهقة الجانحة	
46	3-3-3 المراهقة الإنسحابية	
46	3-3-4 المراهقة العدوانية المتمردة	
46	4-3 خصائص مراحل المراهقة	
46	3-4-1 المرحلة المبكرة	
46	2-4-3 المرحلة الوسطى	
46	3-4-3 المرحلة المتأخرة	
47	5-3 خصائص ومميزات المراهقة	
47	3-5-1 التحولات الجسمية	
48	3-5-2 النمو الحركي	
49	3-5-3 النمو العقلي	
50	3-5-4 التغيرات النفسية	
51	3-5-5 التغيير الانفعالي	
51	3-5-6 التغيرات الاجتماعية	
52	3-6 حاجيات واهتمام المراهق	
52	3-6-1 حاجيات المراهق	
53	3-6-2 الحاجة الجسدية و النفسية و الاجتماعية	
54	3-7 إهتمامات المراهق	
54	3-7-1 اختيار المهنة	
54	3-7-2 التوافق للجنس الآخر	
55	3-7-3 الاهتمام بكامل الشخصية	
55	8-3 مشكلات المراهق	
55	3-8-1 المشاكل النفسية	

55
55
56
56
57
60
61
61
62
62
63
63
64
66
68
87
88
89
90
91
55 56 56 57 60 61 62 63 63 64 66 88 89 90

قائمة الجداول الخاص بتلاميذ الطور الثانوي:

الصفحة	العنوان	الرقم
68	معرفة جنس المستجوب.	01
69	يمثل معرفة ممارسة الأنشطة الرياضية بالنسبة للتلاميذ.	02
70	يمثل إجابة التلاميذ في الأنشطة المعينة لديهم.	03
71	يمثل إجابة التلاميذ لدور النشاط البدني الرياضي في خلق الإحتكاك والإندماج بين	04
	الزملاء.	
72	يمثل إجابة التلاميذ عن الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي في التخلص من	05
	القلق والإضطراب.	
73	يمثل تعرض التلاميذ للاعتداء أو عدمه من قبل الزملاء.	06
74	يمثل نوع الإعتداء الذي تعرض له التلاميذ.	01-06
75	يمثل رد فعل التلاميذ إتجاه السلوك العدواني.	07
76	يمثل المكان المفضل للتلاميذ لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.	08
77	يمثل الجدول شخصية الأستاذ وتأثيرها على سلوك التلاميذ.	09
78	يمثل دور النشاط البدني الرياضي في تجنب الإنحرافات.	10
79	يمثل نظرة التلاميذ للأصدقاء الذين لايمارسون الأنشطة البدنية والرياضية.	11
80	يمثل إجابة التلاميذ عن الحالة التي عليها أثناء الأنشطة البدنية.	12
81	يمثل إجابة التلاميذ حول تفهم أساتذة التربية البدنية والرياضية لمشاكلهم النفسية.	13
82	يمثل شعور المراهق عندما يصدر منه سلوك عدواني.	14
83	يمثل شعور المراهق قبل حصة التربية البدنية والرياضية.	15
84	يمثل إجابة التلاميذ حول غضبهم وعدوانيتهم من عدم تفهم الأستاذ لهم.	16
85	يمثل دور النشاط البدني الرياضي ومدى تأثيره على النتائج الدراسية.	17

قائمة الأشكال البيانية الخاص بتلاميذ الطور الثانوي:

الصفحة	العنوان	الرقم
68	التمثيل البياني للجدول رقم(1) معرفة جنس المستجوب	01
69	التمثيل البياني للجدول رقم(2)يمثل معرفة ممارسة الأنشطة الرياضية بالنسبة	02
	للتلاميذ.	
70	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل إجابة التلاميذ في الأنشطة المعينة لديهم	03
71	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل إجابة التلاميذ لدور النشاط البدني الرياضي في	04
	خلق الإحتكاك والإندماج بين الزملاء	
72	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل إجابة التلاميذ عن الدور الذي يلعبه النشاط	05
	البدني الرياضي في التخلص من القلق والإضطراب.	
73	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل تعرض التلاميذ للاعتداء أو عدمه من قبل	06
	الزملاء.	
74	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل نوع الإعتداء الذي تعرض له التلاميذ	01-06
75	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل رد فعل التلاميذ إتجاه السلوك العدواني	07
76	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل المكان المفضل للتلاميذ لممارسة الأنشطة	08
	البدنية والرياضية	
77	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل الجدول شخصية الأستاذ وتأثيرها على سلوك	09
	التلاميذ	
78	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل دور النشاط البدني الرياضي في تجنب	10
	الإنحرافات	
79	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل نظرة التلاميذ للأصدقاء الذين لايمارسون	11
	الأنشطة البدنية والرياضية	
80	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل إجابة التلاميذ عن الحالة التي عليها أثناء	12
	الأنشطة البدنية.	
81	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل إجابة التلاميذ حول تفهم أساتذة التربية البدنية	13
	والرياضية لمشاكلهم النفسية.	
82	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل شعور المراهق عندما يصدر منه سلوك عدواني	14
83	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل شعور المراهق قبل حصة التربية البدنية	15
	والرياضية	
84	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل إجابة التلاميذ حول غضبهم وعدوانيتهم من	16

	عدم تفهم الأستاذ لهم	
85	التمثيل البياني للجدول رقم(2) يمثل دور النشاط البدني الرياضي ومدى تأثيره على	17
	النتائج الدراسية	

ملخص البحث

عنوان الدراسة: دور النشاط البدني الرياضي في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين -الطورالثانوي -.

أهداف الدراسة:

الهدف من خلال الدراسة:

-معرفة سلوكات التلاميذ المراهقين في المرحلة الثانوية من خلال النشاط البدني.

-معرفة أهم مشاكل المراهقة وكيفية معالجتها بالنشاط البدني.

-وضع الأسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة النشاط البدني لدى المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ خلال المرحلة الثانوية.

-أهمية النشاطات البدنية وأبعادها النفسية والتربوية.

فرضيات الدراسة:

من خلال التساؤل العام تم صياغة الفرضية العامة بالشكل التالي:

للنشاط البدني الرياضي دور هام في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين في المرحلة الثانوية

الفرضيات الجزئية:

1 النشاط البدني الرياضي يساهم في الإدماج السليم للمراهق في المجتمع.

2 النشاط البدني الرياضي يلعب دور ايجابي في التخفيف من السلوك العدواني لدى المراهقين.

إجراءات الدراسة الميدانية:

- العينة: شملت عينة بحثنا على 200 تلميذ قسمت على ثانويتين من مدينة البويرة وذلك باستخدام القرعة وكانت النتيجة لثانوية حملاوي شارف قاسم وثانوية حمزة بن الحسن العلوي.
- المجال المكاني: تم إجراء البحث على مستوى ولاية البويرة وذلك كل من ثانوية حملاوي شارف قاسم وثانوية حمزة بن الحسن العلوي.
 - المجال الزماني: تم إجراء هذه الدراسة في الفترة الممتدة من بداية جانفي إلى منتصف شهر ماي.

المنهج المتبع:

لقد اعتمدنا في بحثنا هذا على المنهج الوصفي وذلك استجابة وملاءمة لطبيعة موضوعنا.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

تم استخدام تقنية الاستبيان التي تعتبر أنجع الطرق للحصول على معلومات ومعارف حول موضوع أو مشكلة ما.

النتائج المتوصل اليها:

توصلنا من خلال قيامنا بهذا البحث المتواضع والذي يضم دور والنشاط البدني الرياضي في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهق في المرحلة الثانوية، أن النشاط الرياضي يجعل المراهق يتحكم في إنفعالاته وميولاته كما يزيده الانضباط في الاتزان والسلوك.

إقتراحات وفروض مستقبلية:

- إعطاء المراهق أهمية بالغة وخاصة أنه يحتوي على طاقة هائلة يمكن أن يشغلها ويستفيد منها وذلك بتنويع النشاطات عن طريق إنشاء النوادي.
- توطيد العلاقة بين الوالدين وأبنائهم المراهقين وذلك بمعاملتهم بأسلوب لين بعيدا عن القساوة والإهمال وذلك تجنبا للإنحراف وصرفهم للممارسة الرياضية خاصة في هذه المرحلة الصعبة.
- إبراز الصورة الحقيقية للرياضة وإبراز دورها الهام على الجانب النفسي، وذلك من خلال برنامج التوعية والإرشاد من طرف الأستاذ والأطباء المختصين.
- التوسيع في الحجم الساعي للنشاط البدني هذا ما أكده لنا التلاميذ خلال الإستبيان والرفع من معاملها لزيادة الإهتمام بالحصة من طرف التلاميذ الذين لا يمارسونها أي المعفيين من الرياضة.
 - تحسين ظروف العمل بتوفير الإمكانيات اللازمة التي تسمح بالتعامل الجيد مع التلاميذ.

مقدمة:

تعتبر التربية البدنية والرياضية ركيزة أساسية يستعين بها الفرد في حياته اليومية حتى يكون فردا صالحا مزود بخيارات ومهارات واسعة تجعله جزءا لا يتجزأ من مجتمعه مسايرا التطور الاجتماعي والبيئي وكما نعلم أن هذه الأخيرة قد عرفها الإنسان عبر مختلف عصوره وحضاراته كما أخذت قيمة أساسية في حياته لما تقدمه من فوائد جسمية ونفسية واجتماعية وتربوية، فمن الناحية الجسمية يقوي عضلات الجسم وينشطها أما من الناحية النفسية فيساعد على تطوير القدرات العقلية والوجدانية كما يخلصه من العقد النفسية التي غالبا ما تسبب له اضطرابات، ويتمثل دورها من الناحية الاجتماعية في انه يتيح للفرد فرصة الالتقاء مع غيره من أفراد المجتمع مما يؤدي إلى ربط علاقات حميمية كالصداقة والأخوة، أما من الناحية التربوية فهي تؤدي إلى اكتساب مهارات حركية ومعارف جديدة.

ونظرا لهذه الأهمية فقد أدرجت برامج الأنشطة البدنية والرياضية المختلفة ضمن حصة التربية البدنية والرياضية التي أصبحت كمادة تدرس كباقي المواد الأخرى في المؤسسات التعليمية، ويتبع فيها الأستاذ وسائل مختلفة في إعداد وتكوين الفرد الصالح من النواحي العقلية والجسمية والاجتماعية لتميز هذه المرحلة من تغيرات جسمية وعقلية واندفاعية تطرأ للفرد بحيث أطلق عليها الفلاسفة اسم "الولادة الثانية" فالتغيرات المفاجئة التي تحصل للمراهق في هذه المرحلة تؤثر سلبا على راحته النفسية، وهذا ما يخلق الصراع بينه وبين غيره فهذا يجب أن يكون له قدرة من المعرفة بنفسه وبنفسية غيره وإلا استحال عليه التعامل في المجتمع والتكيف مع المواقف الاجتماعية التي يتعرض لها في حياته حيث تفتح له المجال هاته الأخيرة للدخول إلى عالم الانحراف والجنوح والسعي إلى تابية رغباته بشتى الطرق.

فقد فرضت الأنشطة الرياضية في المجال الدراسي نفسها كعامل من عوامل التربية العامة وهو نص قوي ووسيلة أساسية في إعداد الفرد وتطوير جوانب حياته البدنية والفكرية والنفسية، وفي هذا المجال نجد الهدف الرئيسي من هذه الأنشطة هو التخفيف من السلوك العدواني المدرسي الذي تفشى مفعوله في الوقت الحالي.

وباعتبار السلوك العدواني احد ابرز الصور التي طالت المؤسسات التربوية بصفة عامة والثانويات بصفة خاصة وهو حديث العام والخاص في زماننا هذا، إذ أصبحت الظاهرة مثيرة للجدل وخاصة بعد وصولها إلى المحيط الأكثر حساسية وهو المدرسة، حيث عملت ولا زالت تعمل العديد من الدول جاهدة لاستئصال هذه الظاهرة من المحيط المدرسي إذ أصبحت المدرسة مكان للترويج لهذه السلوكات العدوانية وخاصة في هذه المرحلة الحساسة للتلميذ في الثانوية وهي مرحلة المراهقة.

ولأننا نؤمن أن المدرسة هي أساس تكوين الفرد، تشرفنا كباحثين وقمنا بدراسة استطلاعية لعدد من ثانويات ولاية البويرة معتمدين على خطة بحث تحتوي على فصل تمهيدي وجانبين تضمن الباب الأول الجانب النظري والذي احتوى على ثلاثة فصول، الأول للنشاط البدني الرياضي والثاني للسلوك العدواني والثالث للمراهقة في المرحلة الثانوية.

أما الباب الثاني فتعلق بالجانب التطبيقي الذي تضمن فصلين: الأول حددت فيه منهجية البحث أما الثاني مكان عن عرض وتحليل نتائج الاستبيان. وأقفلنا بحثنا باستنتاج عام وخاتمة للدراسة مع اقتراحات وفروض مستقبلية لعلها تساهم في الحد من السلوك العدواني لدى تلاميذ الثانوي.

الفصل التمهيدي

الإشكالية

يعتبر السلوك العدواني من بين المواضيع التي شغلت اهتمام علماء النفس والاجتماع وهو قديم قدم الانسان على هذه الارض، حيث يعتبر سلوكا شائعا في مختلف المراحل العمرية وقد أخذ قسطا كبيرا من البحوث التربوية نظرا لانتشاره المفزع في المؤسسات التربوية خاصة في الأونة الاخيرة حيث وجد الأرضية المناسبة لذلك.

ومن بين المراحل التي وجدت السلوك العدواني لنفسه متنفسا فيها مرحلة المراهقة التي تعتبر جسرا يمر عليه الفرد من الطفولة الى الرشد حيث يكتسب المراهق فيها سلوكات عدوانية عديدة قسط منها اكتسبه من مرحلة الطفولة والقسط الاخر تعلمه في هذه المرحلة التي يمتاز فيها المراهق بسرعة الغضب والاندفاع، وكذا لما تتميز به هذه المرحلة من تغيرات جسمية ونفسية واجتماعية التي بدورها تؤثر على الحالة النفسية مما ساعد ذلك على كسب المراهق لسلوكات عدوانية خاصة عندما تساعده التتشئة الاجتماعية على ذلك.

وتظهر هاته السلوكات خاصة خلال الأنشطة الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية، التي هي عبارة عن نظام تربوي واسع الانتشار يعكس أحد الجوانب من مظاهر السلوك البشري حين تحتل الأنشطة الرياضية في المؤسسة التربوية مكانة أساسية في حياة التلميذ وتعتبر أحدى قنوات التنفس عن السلوك العدواني¹.

ونظرا للأهمية البالغة التي تشكلها الأنشطة الرياضية في مختلف أطوار التعليم وهذا لما تشكله من تنمية السلوكات سواء الحسية، الوجدانية أو المعرفية أو الحركية ونلمس الأهمية البالغة لها في الدور الكبير الذي تلعبه في الحد من بعض السلوكات العدوانية خاصة في هذه المرحلة وعلى ضوء كل هذا نطرح التساؤل التالي:

هل للنشاط البدني والرياضي أثر فعلي محسوس في التخفيف أو الحد من السمات العدوانية لدى التلاميذ في الثانويات؟

ومن بين جميع ما صيغ في معرفة الدور الحقيقي للنشاط البدني نطرح التساؤلات التالية:

- هل دور النشاط البدني والرياضي ايجابي في التخفيف من السلوك العدواني؟
- ما أثر النشاط البدني والرياضي في تخفيف السلوك العدواني لدى المراهقين؟

1 مصطفى غالب. - في سبيل موسوعة نفسية. - الطبعة 3. - لبنان. - الدار العربية للعلوم. - سنة 1998. - ص05.

2

الفرضيات

الفرضية العامة:

للنشاط البدني الرياضي دور هام في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين في المرحلة الثانوية الفرضيات الجزئية:

1 النشاط البدني الرياضي يساهم في الإدماج السليم للمراهق في المجتمع.

2 النشاط البدني الرياضي يلعب دور ايجابي في التخفيف من السلوك العدواني لدى المراهقين.

أسباب اختيار الموضوع:

إن الغاية من دراستنا هي إبراز الدور الفعال الذي يلعبه النشاط البدني والمهمة التي يؤديها في التأثير على سلوك المراهقين في المرحلة الثانوية، ومنه نستخلص أسباب اختيارنا هذا الموضوع:

- -التعرف على اثر النشاط البدني في تحسين سلوك المراهق في مجتمعه.
 - -التعريف بالبعد التربوي للنشاط البدني الرياضي التربوي.
- -المشاكل النفسية التي يعاني منها التلميذ المراهق والتي تتصف بالانحراف.
 - -إبراز الدور الأكاديمي للنشاط البدني.

أهمية البحث

في هذا المجال تأتي الدراسة لتسلط الضوء على ظاهرة السلوك العدواني المدرسي لدى طلاب المرحلة الثانوية وتتجلى أهميته في:

- أخذ النشاط البدني كطريقة وقائية من الانحرافات السلوكية الشائعة من المراهقين.
- -التعريف بالنشاط الرياضي ومدى تأثيره على السلوك العدواني والعلاقة التي تربطه بالمراهق.
 - -معرفة العوامل التي تؤثر على سلوك المراهق.
 - -دور النشاط البدني في معالجة السلوكات العدوانية.
 - -إثراء رصيدنا المعرفي بالمعلومات المتعلقة بالنشاط البدني وتأثيره على سلوك المراهق.

الفصل التمهيدي

أهداف البحث

أردنا أن نصل من خلال بحثنا هذا إلى:

- -معرفة سلوكات التلاميذ المراهقين في المرحلة الثانوية من خلال النشاط البدني.
 - -معرفة أهم مشاكل المراهقة وكيفية معالجتها بالنشاط البدني.
- -وضع الأسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة النشاط البدني لدى المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ خلال المرحلة الثانوية.
 - -أهمية النشاطات البدنية وأبعادها النفسية والتربوية.

الدراسات السابقة

1دراسة شرفة محفوظ وخرايش سفيان سنة 2011-2012 تحت عنوان "أثر التربية البدنية و الرياضية على سلوك المراهق ".

حيث هدفت الدراسة إلى إبراز الأهمية الكبرى للتربية البدنية والرياضية في التخفيف من السلوك العدواني للمراهق ومعرفة سلوكات التلاميذ خلال المرحلة المتوسطة في المواقف المختلفة وإبراز مستوى العلاقات الاجتماعية جلال حصة التربية البدنية والرياضية.

اعتمد الباحثون في هذه الدراسة على المنهج الوصفي بمجتمع مكون من 60 تلميذ وتلميذة تتراوح أعمارهم مابين 14-15 سنة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، أما بالنسبة لأدوات الدراسة فقد تمثلت في الاستبيان والأسئلة المغلقة والتي تم تحليلها إحصائيا باستعمال النسب المئوية.

حيث توصل الباحثون إلى أن مجمل المراهقين يمارسون التربية البدنية والرياضية لاكتساب اللياقة الجيدة والمحافظة على شكل الجسم الجميل والقوام الجيد وان التربية تساعد المراهق على الاندماج وتجعله اكثر تعاملا واحتكاكا مع الزملاء وتكوين الصداقة داخل الفوج وكذلك خارجه، وأوصى الباحثون على:

-مراعاة فترة المراهقة لأنها مرحلة أساسية وتعتبر منعرج حاسم في حياة الفرد وهذا بتوفير الجو المناسب للمراهق لمزاولته نشاطه على أحسن وجه.

- -اعتبار مادة التربية البدنية والرياضية من المواد التربوية الأساسية والاهتمام بها.
- -تحفيز التلاميذ على الممارسة والاهتمام بحصة التربية البدنية والرياضية وذلك بتشجيعهم وابراز القيم الخفية للحصة.

الفصل التمهيدي

2دراسة بوتويزغة حنان وعبد العالي حمزة سنة 2011-2011 وتحت عنوان "دور الأنشطة الرياضية في تخفيف السلوك العدواني عند المراهقين في الطور الثانوي"

حيث هدفت الدراسة إلى محاولة الوقوف على أهمية النشاط البدني والرياضي في المرحلة الثانوية ومدى مساهمته في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه خاصة منها السلوكية وكذلك معرفة مشاكل التلاميذ في سن المراهقة وإبراز أهم السلوكات العدوانية لدى المراهقين.

اعتمد الباحثون في هذه الدراسة على المنهج الصفي في مجتمع مكون من 1250 تلميذ و 8 أساتذة التربية البدنية والرياضية في عينة متمثلة 200 تلميذ و 10 مربيين تم اختيارهم بطريقة عشوائية، أما بالنسبة لأدوات الدراسة فقد تمثلت في الاستبيان والأسئلة المغلقة والتي تم تحليلها إحصائيا باستعمال النسب المئوية.

حيث توصل الباحثون إلى الدور الايجابي الذي تلعبه الأنشطة الرياضية في التقليل من السلوك العدواني، وان التلاميذ الذين يمارسون الأنشطة الرياضية اقل عدوانية من غير الممارسين لها وبينوا أن العلاقات الجيدة بين الأساتذة والتلاميذ تقلل من نسبة العدوان لدى التلاميذ وان المشاكل العائلية والاجتماعية تساهم بشكل كبير في نسبة العدوان، وأوصى الباحثون على:

- -الاهتمام بالأنشطة الرياضية وتوفير الشروط الضرورية من اجل أن تقوم بدورها بالشكل المطلوب.
 - -التأكيد على الدور لايجابي الذي تلعبه الأنشطة الرياضية في التقليل من السلوك العدواني.
 - -تشجيع التلاميذ على ممارسة النشاط الرياضي داخل الدرس و خارجه.
 - -إعادة دمج التلاميذ الذين لا يمارسون التربية البدنية.

الدراسة المشابهة:

دراسة بلعالم رابح وعوايطية أحلام سنة 2009-2010 تحت عنوان دور النشاط البدني في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين الطور الثانوي.

حيث هدفت الدراسة إلى إبراز دور النشاط البدني في حدة السلوك العدواني وتوضيح فكرة تأثير النشاط البدني على سلوك المراهق العدواني والحدة منه بالدرجة الأولى وجعل المراهق قادرا على التلاؤم من حيث متطلبات الحياة المتجددة، كما تهدف إلى معالجة بعض جوانب النقص وإعطاء بعض الاقتراحات والتوصيات.

اعتمد الباحثون في هذه الدراسة على المنهج الوصفي في مجتمع مكون من 2583 تلميذ موزعين على ثلاث ثانويات في عينة متمثلة من70 تلميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية، أما بالنسبة لأدوات الدراسة فقد تمثلت في الاستبيان والأسئلة المغلقة والتي تم تحليلها إحصائيا باستعمال النسب المئوية.

حيث توصل الباحثون إلى أن النشاط البدني مهم وضروري لكل فرد خاصة في مرحلة المراهقة والتي تعد من أصعب المراحل، كما يتميز المراهق في هذه المرحلة بالسلبية ومنه فأن النشاط البدني والرياضي ساهم في تفادي المشاكل النفسية وبالتالي ضبط سلوكاته العدوانية. وأوصى الباحثون على:

- إعطاء المراهق أهمية بالغة وخاصة أنه يحتوي على طاقة هائلة يمكن أن يشغلها ويستفيد منها وذلك بتنويع النشاطات عن طريق إنشاء النوادي.
- إبراز الصورة الحقيقية للرياضة و إبراز دورها الهام على الجانب النفسي ، وذلك من خلال برنامج التوعية والإرشاد من طرف الأستاذ و الأطباء المختصين.
- النشاط البدني ينعكس إيجابيا على شخصية المراهق، فيحترم الغير و قوانين المجتمع ولا يتحقق هذا الهدف المنشود إلا إذا تم في إطار تربوي تفهمي و على أسس نفسية سليمة.

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

قصد إزالة الغموض على بعض المفاهيم الواردة في موضوعنا هذا نتطرق إلى:

المراهقة:

نظريا: هي من المصطلح اللاتيني ADOLECE معناه التدرج نحو النضج البدني والجنسي و الإنفعالي والعقلي أي النمو النفسي والتغيرات التي تحدث أثناء فترة الإنتقال من الطفولة إلى الرشد. 1

 2 وبمعنى أخر المراهقة من راهق الغلام أي الحلم وبلغ مبلغ الرجال

إجرائيا: هي المرحلة العمرية التي ينتقل فيها الفرد من الطفولة إلى الرشد، وكل المتغيرات التي تحدث له أثناء هذه المرحلة

- والمراهقة بمعني أخر هي المرحلة التي تبدأ وتنتهي بالرشد لهذا السبب عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها.³

النشاط البدنى:

نظریا:

تعريف قاسم حسين ، ميدان من ميادين التربية والتربية الرياضية خصوصا، ويعد عنصرا فاعلا في إعداد الفرد من خلال تزويده بمهارات وخبرات حركية تؤدي إلى توجيه نمو الفرد نموا بدنيا والنفسي والاجتماعي والخلقي، الوجهة الإيجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع. 4

أهدى محمد فنادي، سيكولوجية المراهقة، دار المعارف، القاهرة، سنة 1992، ص3

²عبد الغاني الديدي، التحليل النفسي للمراهقة، ط1، بيروت، دار الفكر اللبناني، سنة1995، ص7

³هدى محمد فنادي، سيكولوجية المراهقة، نفس المرجع، سنة 1992، ص3

كواسم حسن حسين، علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب، ط2، العراق ، جامعة الموصل، سنة 1990، ص65

تعريف أمين أنور الخولي: تعبير شامل لكل ألوان النشاطات البدنية والرياضية التي يستخدم فيها البدن بشكل عام، وهو مفهوم أنثروبولوجي أكثر منه اجتماعي لأن جزء مكون ومظهر رئيسي لمختلف الجوانب الثقافية والاجتماعية لبني الإنسان. 1

إجرائيا: النشاط البدني الرياضي هو مجموعة من التمرينات والألعاب والمباريات التي يؤديها الفرد داخل المدرسة وخارجها قصد تنمية مهارته الحركية والبدنية أو قصد الترفيه والترويح عن النفس في أوقات الفراغ.

السلوك:

نظريا: مشتق في اللغة العربية من مصدر سلك ويعنى سيرة الإنسان وتصرفه. 2

ويعرفه أحمد زكي بأنه كل ما يصدر على الكائن الحي نتيجة إحتكاكه من عمل حركي أو سلوك لغوي أومشاعر أو إنفعالات أو إدراكإلخ من هذه الظواهر السلوكية.3

إجرائيا: هو عملية تكيف مستمرة ودائمة، لأنه مصدر النمو والتطور، هو عملية ينتج عنها في نفسية الإنسان عادة بعض التوترات التي قد تصل إلى درجة يضطر الإنسان إزائها إلى القيام بنوع من النشاط والتكيف يتفق مع طبيعتها ومن ثم يحقق الإنسان عن طريق هذه الوسيلة توازنه الديناميكي.4

العدوانية:

نظريا: هو سلوك يهدف إلى إصابة أو إحداث ضرر إيذاء لشخص أخر. 5

وتعني العدوان الظلم، وكلمة العدوانية هي ترجمة للكلمة الفرنسية AGRESSIVITE المشتقة من الكلمة اليونانية ODGRADI ومعناه سار نحو سار ضد، والعدوانية هي شكل لعدم التوازن النفسي يترجم إلى عدوان دائم للفرد نحو محيطه.

إصطلاحا: هو سلوك هجوم منطوي على الإكراه والإيذاء وبهذا المعني يكون العدوان إندفاعيا، هجوميا يصبح معه ضبط النفس لنوازعها ضعيف.⁶

السلوكات العدوانية:

نظريا: جاء في المعجم الوسيط في باب عدا عليه عدوا وعداء عدوانا، أي ظلمه وتجاوز الحد وكذالك من معانيها " لا عدوان علا فلان لا سبيل عليه" وكما جاء في كتاب الله ، بعد بسم الله الرحمان الرحيم: "فلا عدوان إلا على الظالمين"⁷

أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة1990، ص72

² أحمد العابد، المعجم الأساسي لاروس، سنة1989، ص636

³أحمد زكي، علم النفس التربوي، مصر، مكتبة النهضة المصرية،سنة 1988، ص7

⁴السيد عويس، محاولة تفسير الشعور بالعداوة، القاهرة ، دار الكتاب العربي للطباعة والنشر، سنة 1998، ص23

⁵محمد حسن علاوي، سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة، ط2، مصر ، مركز الكتاب للنشر، 2004، ص15

⁶ عيم الرفاعي، سيكولوجية التكيف، ط5، مصر، مطبعة إبن حيان، سنة 1984، ص80

⁷القرأن الكريم سورة البقرة، الأية 193، ص30

الفصل التمهيدي

- هو تعبير عن إحباط مستمر الذي قد يتعرض له الإنسان في موقف عدة ويقصد منه إيذاء الشخص الأخر أو جرحه¹

إصطلاحا: يقصد بالعدوان أي سلوك يصدره الفرد لفظيا كان هذا السلوك بدنيا أو ماديا، مباشرا أو غير مباشر وحدده مؤديه على أنه سلوك أملته عليه في المقام الأول مشاعر عدائية لديه وترتب على هذا السلوك أذى بدني أو نفسى للشخص أو للآخرين.

 $^{^{1}}$ عبد الرحمان عيسوي، سيكولوجية الجنوح، بيروت، دار النهضة العربية، سنة 1984، ص

تمهيد:

يعتبر النشاط البدني الرياضي بنظمه وقواعده وألوانه المتعددة ميدانا هاما في إعداد الفرد الصالح وذلك من خلال تزويده بخبرات ومهارات واسعة تمكنه من التكيف مع مجتمعه وجعله يستطيع تشكيل حياة مستقرة، كما له دور كبير في تكوين الفرد بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة وذلك من عدة جوانب.

وبالمثل تبرز أهمية الممارسة الرياضية كوسيلة من بين الوسائل التي تخص لتنمية الكفاءات البدنية والحركية، وما يتصل بها من قيم صحية ونفسية واجتماعية وذهنية تساعد الشاب على التحصيل في الدراسة والعامل في توافقه المهنى وحتى مردوده.

لذا يجب النظر إلى ممارسة النشاطات البدنية على أنها ليست عضلات وقوة أرجل و أيدي وعرق سواء تلك المباريات التي يشاهدها الجمهور و يحتكرها القلة نفسها وإنما كونها عملية تربوية وترويحية هادفة إلى تربية الممارسة وتنظيم سلوكاها، فيكسب السلوك النظامي الحاد والخلق الإجتماعي ويشحنه للقيم الروحية والقومية جنبا إلى جنب مع إكساب الصحة والقوة.

1 تعريف النشاط:

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية.¹

كما يعتبرها آخرون عملية عقلية أو سلوكية أو بيولوجية متوقفة على طاقة الكائن الحي و تمتاز بالتلقائية أكثر منها الاستجابة²

1-2 تعريف النشاط البدني الرياضي:

يعرفه مات فيق بأنه نشاط ذو شكل خاص، وجوهر المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها، وبذلك فعلا ما يميز النشاط البدني بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي و أنما من أجل النشاط في حد ذاته.3

المعنى الحقيقي للنشاط البدني الرياضي فسنجده نشاطا إجتماعي يساهم في الإرتقاء بكفاءة الرياضي الحركية والصحية النفسية ويتحدد بصفة أساسية في عنصرين، التدريب والمنافسة ويعرف بأنه لكل نشاط بدني يتصرف ويتصف بروح اللعب بممارسة الرياضي برغبة و صدق يضمن صراعا يتناسب مع الغير أو الذات ومع عناصر الطبيعة. 4

2-خصائص النشاط البدني الرياضي:

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص أهمها ما يلي :5

النشاط البدني عبارة عن نشاط إجتماعي وهو تعبير تلقائي عن متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع خلال نشاط بدني رياضي يلعب البدن و حركته الدور الرئيسي في ذلك.

يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية أهم أركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية ويؤثر المجهود الكبير على سير العمليات النفسية للفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الإنتباه والتركيز. لا يوجد أي نوع من نشاط الإنسان من أثر واضح للفوز والهزيمة، ومتا يرتبط بكل منهم في نواحي سلوكية معينة بصورة واضحة مباشرة مثلما يظهر النشاط البدني الرياضي.

فكما نلاحظ فإن النشاط البدني الرياضي يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف مع محيطه ومجتمعه حيث يستطيع إخراج الكبت الداخلي للاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه.

3-أنواع النشاط البدني الرياضي:

12

¹ د.محمد الحماحمي، د أمين أنور الخولي. - أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية. -القاهرة. - دار الفكر العربي. -سنة1990. - ص29.

² د أحمد زكى بدوي. - معجم العلوم الاجتماعية. - بيروت. - مكتبة لبنان. - سنة1997. - ص08.

³ د أمين أنور الخولي. - الرياضة والمجتمع. - المجلس الوطني للثقافة والأدب والفنون. - الكويت. -سنة1996. - ص32.

⁴ د علي يحيى المنصور . - الثقافة والرياضة . -الجزء 1 . - الطبعة 1 . - بيروت . - دار المعارف . - سنة 1971 . - ص12 .

⁵ كمال درويش. - أمين أنور الخولي. - أصول الترويح وأوقات الفراغ. - القاهرة. - دار الفكر العربي. - سنة1990. - ص43.

يمكن تقسيم النشاط البدني إلى ثلاثة أقسام:

3-1 النشاط الرياضي الترويجي:

3-1-1 مفهوم الترويج:

الترويج حالة إنفعالية تتتج عن شعور الفرد بالإرتياح في المجتمع وفي الحياة، ويتصف بمشاعر إيجابية كالإجادة والبهجة وقيمة الذات، وهو بذلك يدعم الصورة الإيجابية لذاك الفرد، كما أنه يستجيب للخبرة الجمالية ويحقق الأغراض الشخصية ويتخذ الترويح أنشطة مستقلة لوقت الفراغ تكون مقبولة إجتماعيا 1.

3-1-2 مفهوم النشاط الترويحي:

الترويح هو أقدم النظم الإجتماعية إرتباطا بالرياضة، حيث يتصل بها إتصالا وثيقا فطالما إستخدم الإنسان الرياضة كوسيلة للمتعة والتسلية ونشاط للترويح وأنشطة الفراغ، ويشير براتيل Bratil » أن دور مؤسسات الترويح وأنشطة الفراغ في المجتمع المعاصر أصبحت كثيرة ومتنوعة خاصة بما يتصل بالأنشطة البدنية والرياضية².

ويعتقد بتلر Petler أيضا أن الترويح يسهم في تحقيق السعادة للإنسان ويعمل على تطوير صحته البدنية وصحته العقلية وترقية إنفعالاته وأخلاقه، كما يسهم في رفع الروح المعنوية والشعور بالأمان لدى الفرد، كما أنه يعمل على دعم الحياة الديموقراطية للفرد والمجتمع.

وأيضا يسهم في التقليل من إرتكاب الإنحرافات والجرائم، كما يشير أحد تقارير نقابة الأطباء الأمريكية أن لبرنامج الترويح دورا هاما في الإقلال والحد من التوتر العصبي والإكتئاب النفسي والقلق والعديد من الأمراض النفسية والعصبية التي يعاني منها الإنسان في المجتمع المعاصر 3.

3-1-3 أهداف النشاط البدني الرياضي الترويحي:

- إتاحة فرصة الإسترخاء وإزالة التوتر .
 - إشباع حاجة القبول والإنتماء .
- إشباع حب الإستطلاع والمعرفة والفهم .
 - إحترام البيئة الطبيعية والحفاظ عليها .
 - تحقيق الذات ونمو الشخصية.
- نمو المهارات الإجتماعية السليمة والنضج الإجتماعي .
 - الصحة واللياقة البدنية الجيدة .
 - البهجة والسعادة والإستقرار .
 - توطيد الصداقات⁴.

_

¹ كمال درويش. - أمين أنور الخولي. - أصول الترويح وأوقات الفراغ. - مرجع سابق. - 1990. - ص43.

 $^{^{2}}$ كمال درويش. - أمين أنور الخولي. - أصول الترويح وأوقات الفراغ. - نفس المرجع. -1990. - 2

 $^{^{3}}$ كمال درويش. - محمد الحماحمي. - رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ. - مصر. - مركز الكتاب للنشر. - سنة 1997. - ص 5

⁴ أمين أنور الخولي. - الرياضة والمجتمع. - مرجع سابق. - 1996. - ص191.

3-2 النشاط البدني الرياضي التنافسي:

3-2-1 مفهوم التنافس:

كلمة المنافسة هي كلمة لاتينية وتعني البحث المتواصل من طرف عدة أشخاص لنفس المنصب ونفس الصفة وحسب كتاب "روبار" للرياضة الذي يعرف المنافسة على أنها كل شكل مزاحمة تهدف للبحث عن النصر في مقابلة رياضية.

ويأتي ليكمل هذا التعريف بقوله "هو النشاط الذي يحصل داخل إطار مسابقة مثقفة في إطار أو نمط إستعدادات معروفة وثابتة بالمقارنة مع الثقة القصوي¹.

وحتى في علم النفس إهتم بدوره بالمنافسة ويعطي لها التعريف التالي "تفهم المنافسة كمجابهة للغير أو عند المحيط الطبيعي، الهدف نصر الأشخاص أو جماعات لكن كلمة المزاحمة هي أقرب معنى للمنافسة في ميدان الرياضة لأن هذه الأخيرة تخص مجابهة بين أشخاص من أجل أحسن لمحة ولأحسن مستوى"²

3-2-2 مفهوم النشاط البدني الرياضي التنافسي :

لقد عرف أمين الخولي النشاط الرياضي التنافسي على أنه يستخدم تعبير المنافسة إستخداما موسعا وعريضا في الأوساط الرياضية، وتعتبر المنافسة والتنافس غالبا ما يكون بديل أو مرادف لكلمة رياضة، وتعتبر المنافسة المفهوم الأكبر إلتصاقا بالنشاط الرياضي من سائر أشكال النشاط البدني كالترويح واللعب وغيرها ذلك بإعتبار أن روعة الإنتصار وبهجته لا تتم إلا من خلال نشاط تنافسي والإلتزام باللوائح والتشريعات والروح الرياضية والتنافس المشوق وغيرها من الأطر والمعايير التي تعمل على تدريب الأطفال والشباب على عملية التنافس والتعاون³.

3-2-3 أهداف النشاط البدني الرياضي التنافسي:

يسعى النشاط الرياضي التنافسي إلى ما يلي:

- التباهي والتفاخر والإعتزاز القومي .
- رفع المستوى الصحي وإضافة الروح المعنوبة للأفراد .
 - تحقيق تنافس في إطار القيم والأخلاق السامية .
 - التحلي بالروح الرياضية وتنمية روح التعاون .
 - إحترام الخصم والتتافس بشرف .
 - تكوين شخصية متزنة .
 - القضاء على الآفات الإجتماعية .

2 محمد عادل خطاب. - التربية البدنية للخدمة الاجتماعية. - القاهرة. - دار النهضة العربية. - سنة1995. - ص67.

¹Matvier(tp)aspects fondamentaox de lentrainamant edition vigo paris 1983 P13

³ أمين أنور الخولي. - أصول التربية البدنية والرياضية. - الكويت. - سلسلة عالم المعرفة. - سنة1996. - ص190.

وفي مقوماتها فإن المنافسة وبالرغم من النقد الذي وجه إليها تبقى جوهرة الرياضة واحدة لمقوماتها فقط يجب أن تحاط بإطار من القيم المقبولة كالتنافس بنبل ونزاهة وبذلك تبتعد بالمنافسة عن الصراع والمساومة. 1

3-2-4 إيجابيات النشاط البدني الرياضي التنافسي:

يتميز النشاط البدني الرياضي التتافسي بإيجابيات عديدة نذكر منها عملية التوافق الإجتماعي وهي:

الإستسلام: وهو عملية إجتماعية تتبع الهزيمة في المنافسة الرياضية وهو قبول نتيجة المبارات التي قامت على دعائم من إدارة محاذية وفق قواعد اللعبة .

التحكم: يعتمد النشاط الرياضي على التحكم في تقدير الطرف الفائز، يتم ذلك وفق قواعد منضبطة إلى حد كبير مبنية على مبادئ وقيم كالعادات والنزاهة.

الوساطة: تقوم على أساس الجمع بين الأهداف المتصاعدة في محاولة لخلق جو ملائم بينهم ورغبة في حل النزاع

_

التسامح: تغلب صفة التسامح على الممارسين حتى في المنازلات الفردية التي تتم بالإحتكاك البدني كالملاكمة والمصارعة وغالبا ما تنقص قواعد اللعبة على أداب معينة كتقديم الأزهار للمنافس والحكم، الأمر الذي يعطي جوا من التسامح والإيخاء على المنافسة.

التعاون: يقدم النشاط الرياضي التنافسي ظروفا ثرية لتحقيق التعاون وإكسابه للممارسين بإعتبار الإنجازات الرياضية من خلال المنافسة في مجملها إنما هي ثمرة التعاون وسلوكيات التنافس في آن واحد ويكون ذلك مثلا في الرياضة الجماعية².

3-2-3 سلبيات النشاط البدني الرياضي التنافسي:

لقد تحولت أغلب المنافسات الرياضية إلى صراع مرير و ربما إلى تحصيل محدود للقيم البشرية و الإستعانة و الوان هي أبعد ما تكون عن القيم الرياضية الأصلية كالعنف و الغش ؛ تعاطي المنشطات ؛ ووصل الأمر إلى حد تقديم رشاوي مباشرة و غير مباشرة للمسؤولين و الرسميين و هذا ما يزيد تفشي الفساد في المجال الرياضي 3-3 النشاط البدني الرياضي النفعي :

هو تعبير يقصد به مختلف أنواع الأنشطة الرياضية النفعية التي تعود بالنفع و الفائدة على الفرد من الناحية النفسية والعقلية والإجتماعية والبدنية والصحية ومع أن كل الأنشطة البدنية تعتبر نفعية كالنشاط الترويحي والتنافسي.

ومن أهم النشاطات البدنية النفعية ما يلي:

3-3-1 التمرينات الصباحية: وهي عادة ما تتكون من 6 إلى 12 تمرين يشمل جميع العضلات الأساسية مستخدمة التمارين النمطية مبتدئة بالذراعين والبطن ومختلف عضلات الجذع والرجلين ثم تتبع بتمارين التهدئة، حيث أنها لا تحتاج إلى أماكن كبيرة للممارسة أو لوقت طويل لإجرائها.

² أمين أنور الخولي. - الرياضة والمجتمع. - مرجع سابق. - سنة 1996. - ص191 - 192

¹ أمين أنور الخولي. - أصول التربية البدنية والرياضية. - نفس المرجع. - سنة1996. - ص19.

3-3-2 تمارين الراحة النشطة: وهذا النوع يمارسه العمال داخل الوحدات الإنتاجية أثناء فترات الراحة، وهي تزاول بشكل جماعي وأحيانا بشكل فردي وكذلك تقدم هذه التمارين قبل العمل ومدتها من 5 إلى 10 دقائق في اليوم.

- 3-3-3 المسابقات الرياضية المفتوحة: تؤدى بين الفرق الهاوية لإتاحة الفرصة للمراهقين غير مشاركين في الأندية الرياضية وتختار فيها الأنشطة الأكثر شعبية لمحتوى هذا البرنامج مع استخدام قواعد مبسطة لتحكيمها في ضوء الروح العامة للقانون وتجرى منه التدريبات والمسابقات من 2 إلى 3 مرات أسبوعيا.
- 3-3-4 المهرجانات الرياضية: تعد المهرجانات الرياضية نموذجا لارتفاع التنظيم، ويتجلى ذلك في تجمع فقير من المواطنين بهدف المشاركة على اختلاف أعمارهم ومستوياتهم ورغباتهم في مختلف ألوان النشاط أو لمجرد المشاهدة مما قد يؤدي إلى تخلص الكثيرين من عامل الرهبة والخجل في المشاركة.
- 3-3-5 تمارين اللياقة من اجل الصحة: وهذه الحصص تقدم من اجل الصحة لمجموعة من السكان في تجمعات رياضية، والغرض منها هو اكتساب الصحة وتقدم هذه في مجموعات مستقلة للذكور وللإناث خاصة عند الشباب أما الأعمار المختلفة الأخرى فتقدم في مجموعات مختلفة ومختلطة وتمارس بشكل منتظم وفي وقت ثابت من 10 إلى 15 دقيقة.
- 3-3-6 الرحلات: يمارس النشاط الرياضي في الرحلات أحيانا بتوجيه الطبيب المختص والبعض الأخر يزاوله إلا بموافقة الطبيب خصوصا كبار السن، ويعتبر التجول أكثر الأنواع انتشارا في مجال النشاط البدني الرياضي للجماهير وذلك لبساطة في التحضير له حيث لا يحتاج إعداد طويل ومعقد أو أجهزة رياضية، ويجرى هذا النوع من الأنشطة في الأماكن الخلوية والغابات والصحراء حيث الهدوء والهواء الطلق.
- 3-3-7 التدريب الرياضي: هو احد الأشكال المنظمة لممارسة النشاط الرياضي ويخضع للقواعد والقوانين ويتم تحت إشراف مدربين أو مدرسين، وهذا النوع يتم في الأندية الرياضية أو الفرق المدرسية ويتم تقديم البرامج عن طريق إعلانات مفتوحة تقوم بها هذه المؤسسات.

4-أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي عند المراهق:

النشاط البدني والرياضي يلعب دورا كبيرا في حياة الفرد ونموه لاسيما عندما يتعلق الأمر بحصة التربية البدنية والرياضية التي تمثل فيها النشاط البدني الرياضي مركزا رئيسيا، والتي تعتبر كمادة مساعدة ومنشطة لنفسية المراهق وتوجيه سلوكه، لكي يتحقق له فرصة اكتساب الخبرات وتعلم المهارات الحركية التي تزيده رغبة وتفاعلا وتوجيها لدوافعه للتحصيل على القيم التي يعجز المنزل على توفيرها له.

والدارس للمراهقة ومشاكلها يستنتج أن المراهق في أوقات فراغه وفي غياب مثل هذه الحصص (النشاط البدني والرياضي) يجد نفسه محاصرا بالملل والقلق والخجل، وهذا ما يؤدي به دائما إلى الخمول وعدم الرغبة في الدراسة، أما وجود حصة التربية البدنية والرياضية يفسح للطالب المجال من اجل تنمية وتطوير طاقته البدنية داخل وخارج

أمين أنور الخولي. - الرياضة والمجتمع. - مرجع سابق. - سنة1996. ص193 - 194.

المؤسسة، إذن المراهق خلال هذه المرحلة للنمو يكون معروفا بفضوله الزائد وحبه التطلع واستعدادا للتعلم في جميع المجالات.

ولهذا تعتبر حصة التربية الرياضية حصة ترفيه وترويج بحيث تهيأ للمراهقين نوعا من النشاط الفكري والبدني يؤدي غالبا إلى توجيه الدوافع نحو تعلم هادف يوفر لهم الراحة اللازمة لعدم الانحراف نحو المنعرجات الخطيرة التي يعاني منها مجتمعنا، ففي حصة التربية البدنية والرياضية يعبر المراهق عن أحاسيسه ومشاعره عن طريق

حركات رياضية متوازنة ومتتاسقة تخدم أجهزته الوظيفية أو العضوية والنفسية ككل، ويملك من خلال ذلك الآراء والثقة في النفس والشعور بالمسؤولية وتصبح له حرية التعبير والرأي والحق في التصرف مثله مثل الكبار فيشجه هذا على المشاركة في النوادي الرياضية خارج المؤسسة واندماجه في مختلف شرائح المجتمع¹.

4-1 أهمية ممارسة النشاط الرياضي البدني للمراهق واحتياجاته الجسمية:

باعتبار المراهق يقضي معظم فترة المراهقة في الدراسة و كان خلال الحصص الدراسية مرغما على البقاء ساكنا مركزا انتباهه عن محتوى دروسهم اليومية والمتكررة، فهذا يسبب له حالة قلق واضطراب تجعله يسلك بعض السلوكات السلبية ضد كل من المعلم وزملائه وحتى مع نفسه، وبفضل الرياضة يقول gavigoli يخفف المعلم عن المراهق ذات المنشأ الفيزيولوجي كما يبدد طاقته ويعبر عن مشاعره ومشاكله ومطامحه كما تجعله يعطي صورة حسنة وبمعنى آخر إحداث قطيعة الجابية مع الحياة اليومية الروتينية باتجاهها نحو ممارسة الرياضة بدل إحداث قطيعة سلبية باتجاهها نحو الإباحية والإجرامية فالرياضة إذن المرتبط الوحيد للغضب والمسكن والمهدئ له².

4-2 أهمية ممارسة النشاط البدني للمراهق واحتياجاته الاجتماعية:

تعد الرغبة في الاندماج وإشباع الحاجات الاجتماعية من العوامل الهامة خلال هذه الفترة إذا نقص إشباعها يؤدي بالمراهق للسلوكات العدوانية السلبية كالعدوانية والانزواء والانسحاب والتسليم والابتعاد عن الناس هذا ما يشكل ضغطا على المراهقين بصفة خاصة وفي هذا الإطار يقول" الأفندي" إن الضغط الذي تولده النزوات باعتبارها الوسيلة المقبولة اجتماعيا وكذلك الطريقة الوحيدة التي تمكن المراهق من خلالها إثبات ذاته وتكوين هويته وتتحكم في انفعالاته.

3 محمد الأفندي . - علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية . -علم الكتب. - القاهرة. - 1965 ص 45

_

¹ خليل رزوق. - المراهقة والبلوغ. - مصر . - دار الحرف العربية للطباعة و النشر والتوزيع. - سنة1987. - ص120،130.

أمين أنور الخولي. - أصول التربية البدنية والرياضية. - نفس المرجع. - سنة1996. - ص25

4-3 أهمية ممارسة النشاط البدني للمراهق واحتياجاته الوجدانية:

عدم التوافق الاجتماعي له يعد السبب الرئيسي في عدم تكيفه الوجداني وحسب تكيفه واتزانه في مختلف النواحي في صفات نجاح الفرد، والتي تتوقف على شعور الفرد بنفسه وحالته الوجدانية الخاصة، وأهم ما يميز المتزن وجدانيا هو أن يقابل الفرد النجاح والنصر بمثل ما يقابل الفشل والانهزام.

فأهمية النشاط البدني في تدريب الفرد على الاتزان والثبوت من الناحية الوجدانية اذ لا يستهزؤون كثيرا بانتصارهم ولا يجوز أن يظهر عليهم الألم والغضب عند انهزامهم في المباريات المختلفة، كما ينبغي من مدرس التربية البدنية والرياضية في المؤسسات الرياضية والتعليمية هو ترغيب التلاميذ وجلبهم لممارسة النشاط البدني الرياضي بدلا من ترغيبهم على أداء تمرينات قد تضايقهم.

5-أهداف النشاط البدني الرياضي:

نذكر منها:

5-1هدف التنمية البدنية:

يعبر هدف التنمية البدنية عن إسهام النشاط البدني الرياضي في الارتقاء البدني للإنسان، لأنه يتصل بصحة الفرد ولياقته البدنية فهو يعد من أهم أهداف التربية البدنية والرياضية وتطلق عليه بعض المدارس البحثية "هدف التنمية العضوية" لأنه يعمد إلى تطوير وتحسين عمل أعضاء الجسم للإنسان من خلال الأنشطة البدنية الرياضية¹.

ويتضمن هدف التنمية البدنية والعضوية قيما بدنية وجسمية مهمة تصلح لان تكون أغراض ملائمة ومهمة على المستويين التربوي والاجتماعي وتتمثل في:

- -اللياقة البدنية
- -القوام السليم الخالي من العيب والانحرافات
 - -التركيب الجسمي المتناسق
- السيطرة على البدانة والتحكم في وزن الجسم 2

5-2هدف التنمية المعرفية:

يعبر هدف التنمية المعرفية عن مختلف القيم والخبرات والخصال الانفعالية المقبولة التي تكسيها برامج النشاط البدني الرياضي للممارسين له بحيث يمكن إجلاء هذا التأثير في تكوين الشخصية المتزنة للإنسان والتي تتصف بالشمول والتكامل، كما يؤثر النشاط البدني الرياضي على الحياة الانفعالية للفرد بتغلغله إلى أعمق مستويات السلوك، ولقد أوضحت الدراسات التي أجراها رائدي علم النفس الرياضي netko و oglifi على خمس تعشر ألف من الرياضيين ونتيجة التأثيرات النفسية كالآتي:

- -اكتساب الحاجة لتحقيق واحراز أهداف عالية لأنفسهم ولغيرهم
 - -الاتسام بالانضباط الانفعالي والطاعة واحترام السلطة

¹ عصام عبد الخالق. -التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات. - ط2. - مصر . - دار الكتب الجامعية. - سنة 1987. - ص14.

² عصام عبد الخالق. -التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات. نفس المرجع. - 1987. ص15.

- -اكتساب مستوى رفيع من الكفاءات المعرفية المرغوب فيها
 - -طرق الأداء الفني والمهاري وأساليبها1

3-5 هدف التنمية الحركية:

يشتمل هدف التنمية الحركية على عدد كبير من القيم والخبرات والمفاهيم التي تعتمد على حركة الإنسان وتعمل على تطويرها والارتقاء بكفاءتها، وصنفت هذه المفاهيم "بالمهارات الحركية" وهي عمل حركي يتميز بدرجة عالية من الدقة وإنجاز الهدف المحدد.

فالنشاط البدني الرياضي يسعى دوما للوصول إلى ارفع المستويات في المهارة الحركية بمختلف أنواعها لدى الفرد أو بشكل يسمح له بالسيطرة الممكنة على حركاته ومهاراته ومن ثم أدائه أي كان خلال حياته، وحتى تتحقق هذه الأهداف يجب أن يقدم النشاط البدني من خلال برمجة الأنشطة الحركية وأنماطها ومهاراتها المتنوعة في سبيل اكتساب:

- -الكفاية الإدراكية الحركية
 - -الطلاقة الحركية
 - -المهارة الحركية
- واكتساب المهارة الحركية لها منافع كثيرة وفوائد ذات أبعاد منها²:
 - -المهارة الحركية تنمى مفهوم الذات وتكسب الثقة بالنفس.
- -المهارة الحركية توفر الطاقة للعمل وتساعد على اكتساب اللياقة البدنية.
- -المهارة الحركية تمكن الفرد من الدفاع عن النفس وزيادة فرص الأمان.

5-4 هدف التنمية الاجتماعية:

تعد التنمية الاجتماعية عبر برامج النشاط البدني الرياضي أحد الأهداف المهمة والرئيسية، فالأنشطة الرياضية تتسم بثراء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها اكتساب الممارس للرياضة عددا كبيرا من القيم والمميزات المرغوبة والتي تنمي الجوانب الاجتماعية في الشخصية، ومن بين الأهداف الاجتماعية للنشاط البدني من خلال عرض "KOAKLEY":

- -الروح الرياضية.
 - -التعاون.
- -اكتساب المواطنة.
- -تقبل الآخرين بغض النظر عن الفروق.
 - -الانضباط الذاتي.
 - -التعود على التقيد والتبعية.

¹ عصام عبد الخالق. -التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات. نفس المرجع. - 1987. ص16.

² عصام عبد الخالق. -التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات. مرجع سابق. - 1987. ص16.

كما يعمل النشاط البدني الرياضي على تتمية العلاقات الاجتماعية كالصداقة والألفة الاجتماعية، وتجعل الفرد يتقبل دوره في الفريق وتعلمه قواعد اللعب والمنافسات والانضباط الاجتماعي¹.

5-5 هدف التنمية الترويحية:

تشير الأصول الثقافية الرياضية إلى أنها نشأت بهدف التسلية والمتعة والترويح، والهدف الترويحي للنشاط البدني الرياضي هو الهدف الذي يرمي إلى اكتساب الفرد للمهارات الحركية الرياضية، وكذلك زيادة عن المعلومات وكذا إثارة الاهتمامات بالأنشطة الرياضية نشاطا ترويحيا يستمتع له الفرد في وقت فراغه مما يعود عليه بالصحة الجيدة والارتياح النفسي والانسجام الاجتماعي².

وتتمثل التأثيرات الايجابية للترويح من خلال التربية البدنية الرياضية على الفرد فيما يلى :

- الصحة واللياقة البدنية
 - التوجه للحياة
- البهجة والسعادة والاستقرار الانفعالي
- نمو العلاقات الاجتماعية السليمة وتوطيد الصداقات
 - تحقيق الذات ونمو الشخصية
 - إتاحة فرصة الاسترخاء وازالة التوتر

6- الدوافع المرتبطة بالنشاط البدنى الرياضى:

تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي بتعددها نظرا لتعدد المجالات المختلفة لأنواع الأنشطة الرياضية المتعددة و نظرا لتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق الممارسة للنشاط البدني بصورة مباشرة أو غير مباشرة ومن أهم العوامل التي تساهم في تشكيل دوافع الفرد نحو النشاط البدني والرياضي مايلي:

- -المتطلبات الأساسية لحياة الفرد ، واثر البيئة التي يعيش فيها.
 - -الحياة العائلية للفرد واتجاه الوالدين نحو النشاط الرياضي.
- -العاب الظل من مرحلة ما قبل الدراسة (في سن السادسة تقريبا)
 - -التربية الرياضية في الأندية الرياضية والفرق.
 - -المهرجانات والمنافسات الرياضية.
- -الوسائل الإعلامية للتربية سواء عن طريق الصحف أو المجلات أو التلفزة أو الراديو.
 - -التشريعات الرياضية والإمكانيات التي تتبعها الدولة للتربية البدنية والرياضية.

وهنالك الكثير من الدوافع الجمة على توجيه الفرد في ممارسة النشاط الرياضي ومنها ما يرتبط بمحاولة تحقيق بعض الأهداف الخارجية عن طريق ممارسة الرياضة.

ولقد قسم " رودريك "الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني إلى:

20

¹ عصام عبد الخالق. -التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات. نفس المرجع. - 1987. ص17.

6-1 الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي:

تتلخص أهم الدوافع المباشرة الخاصة بالنشاط البدني فيمايلي:

-الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط البدني الرياضي و المتعة الجماعية بسبب رشاقة وجمال و مهارة الحركات الذاتية.

-الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها، والتي تتطلب المزيد من الشجاعة الرياضية و ما يرتبط من خبرات الفعالية المتعددة.

-تسجيل الأرقام القياسية والبطولات واثبات التفوق و إحراز الفوز

 1 نستخلص مما سبق أن الدوافع المباشرة توفر الراحة النفسية للفرد عن قيامه بنشاط رياضي

6-2 الدوافع الغير مباشرة للنشاط البدني:

من أهم الدوافع الغير مباشرة للنشاط البدني:

-محاولة اكتساب اللياقة والصحة البدنية عن طريق ممارسات النشاط البدني.

ممارسة النشاط البدني يساهم في رفع مستوى قدرته في عمله ويرفع من المستوى الإنتاج في العمل، والإحساس بضرورة ممارسة النشاط البدني.

-الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضة، إذ يرى الفرد انه يريد أن يكون رياضيا يشترك في الأندية الرياضية ويسعى إلى الانتماء إلى جماعة معينة ويمثلها رياضيا².

7- وظائف النشاط البدنى الرياضى:

7-1 النشاط البدنى الرياضى لتنشيط الذهن:

"إن الفرد الذي يقبل على النشاط البدني بحيوية وصدق ويكون في حالة تهيأ عقلي أفضل من الإنسان الذي يركن إلى الكسل والخمول، حيث تكافؤ العوامل الأخرى المؤثرة على النشاط الذهني مثل الثقافة الوراثة السن والجنس"⁸. كما يبدو منطقيا الممارسون للأنشطة الرياضية في القدرة العقلية أن المجالات الرياضية زاخرة بالمواقف التي تتطلب إدراكا بصريا للحركة، الأمر الذي يؤدي إلى تتمية وتطوير القدرة وبالتالي تتمية وتطوير التفكير والذكاء العام، وهذا يعني بوضوح أن النشاط البدني الرياضي يساهم في إنعاش الذهن واستخدامه استخداما أكثر فائدة وتأثير. كما يعمل على فتح العقول وتقوية العضلات بالإضافة إلى أن ألوان النشاط الرياضي ليست مقتصرة على الناحية البدنية فقط، بل يصاحبها اكتساب الكثير من المعلومات والمعارف ذات الأهمية البالغة في تتمية الثقافة العامة.

2-7 النشاط البدني الرياضي لتنمية التفكير:

إن للأداء الرياضي الحركي جانبين، جانب فكري يتمثل في التفكير الحركي قبل أداءها وتحديد غرضها ومسارها "القوة، السرعة، الاتجاه" وهذا التحديد العقلي هو ما يسمى بالتوقع الحركي أي المداومة الفكرية الرياضية. وجانب

42 على عمر منصور . - الرياضة للمجتمع - القاهرة . دار الفكر العربي . - سنة 1982 . - ص 3

__

¹ محسن علاوي. - علم النفس الرياضي . - القاهرة. - دار المعارف. - سنة 1986 - ص161 161.

² محسن علاوي. - علم النفس الرياضي. -نفس المرجع. -سنة 1986. - ص 161.

أخر عملي وهو يتعلق بتطبيق الحركة فعليا كما فكر الفرد وصاغها لعقليات على ضوء استبصاره المسبق للعلاقات الكائنة بين الوسيلة والهدف وهو ما يسمى بالإيقاع الحركى.

والمؤكد أن التفكير المسبق للحركة ومدى صياغة العقل وأبعاده هو الذي يتوقف عليها نجاحه فكلما كان التفكير سليم كلما كان الأداء ناجح محقق لأغراضه وأهدافه والعكس صحيح، فالأداء الرياضي الحركي لايتم بصورة آلية ولكنه يتأسس على التفكير الذي يؤثر فيه ويتأثر به وهنا تكمن أهمية الأنشطة الرياضية في تتمية التفكير 1.

7-3 النشاط البدني الرياضي وتأثيره على الحالة الانفعالية:

يعتبر الانفعال بوجه عام مظهر لفقدان الاستقرار أو التوازن ومحيطه الاجتماعي كما انه في الوقت ذاته وسيلة لإعادة التوازن، والنشاط البدني الرياضي يؤدي إلى زيادة مصادر الانفعالات الايجابية مثل:الاستمتاع، السعادة، الرضا، الحماس، التحدي.

ولقد حاول "kerter" التعرف على العلاقة القائمة بين انتظام الأفراد في ممارسة النشاط البدني الرياضي ودرجة السعادة، وأمكن تغيير ذلك في ضوء التغيرات التي حسنت نتيجة ممارسة الرياضة ومنها زيادة كفاية الذات والحصول على فرص أكثر للاتصال الاجتماعي².

7-4 النشاط البدني الرياضي وتأثيره على السمات الشخصية:

يبين تأثير النشاط البدني الرياضي على شخصية الفرد مدى أهمية هذا الأخير في ترقية سلوك الإنسان، ومن ذلك أن بعض علماء النفس الرياضي يرون أن ممارسة الرياضة تؤدي إلى خفض السلوك العدواني باعتبارها وسيلة لتتقيص الطاقة وإنها تساعد على التخلص من الأمراض النفسية مثل الاكتئاب وإن تطوير اللياقة البدنية يؤثر في تحسين مفهوم وتقدير الذات لدى الفرد، فعلى سبيل المثال أظهرت النتائج والدراسات التي أجريت في البيئة الأجنبية مثل morgan1980 ، schorr1977 ، kam1967 ،coopr1967 ، أن الممارسين وغير الممارسين تجد بينهم فروق والمتمثلة في 3:

الثقة في النفس - انخفاض القلق

- الاستقرار

- الانفعالي

- المسؤولية

¹ على عمر منصور. - الرياضة للمجتمع. - نفس المرجع. - سنة 1982. - ص43

22

² أسامة كمال راتب. - إبراهيم خليفة. - رياضة المشي مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية. - القاهرة. - دار الفكر العربي. - سنة1998. - ص 23.

 $^{^{3}}$ أسامة كمال. - راتب علم النفس الرياضي. - القاهرة. - دار الفكر العربي. -سنة 3

خلاصة:

تبرز أهمية الممارسة الرياضية كوسيلة من بين الوسائل التي تخص تنمية الكفاءة البدنية والحركية وما يتصل بها من قيم صحية، التي تساهم في تكوين الفرد الصالح وتكسبه لياقة بدنية تؤهله للقيام بواجباته ومواجهة متطلبات الحياة والعمل بها يحقق له السعادة والصحة ولا يدعي أي علم أو نظام أخر انه يستطيع أن يقدم ذلك الإسهام لبدن الإنسان بما في ذلك الطب .

فالنشاط البدني يسعى دوما للوصول إلى ارفع المستويات المهارية الحركية بمختلف أنواعها لدى الفرد بشكل يسمح له بالسيطرة الممكنة على حركاته ومهاراته ومن ثم على أدائه, ومن كل النواحي فان النشاط البدني الرياضي يلعب دورا كبيرا من حيث النشأة الاجتماعية والجسمية والوجدانية للمراهق، إذ تمكنه من زيادة وتقوية روابط الاحترام والصداقة للغير و مساعدة الآخرين.

فالتلميذ المراهق بالمرحلة الثانوية معرض للكثير من المشاكل من بينها السلوكات العدوانية, بصفة تلقائية وهذا ما يجعل أستاذ التربية البدنية والرياضية يهتم بوضع مناهج خاصة بتعليم وتدريب التربية البدنية والأنشطة الرياضية التي تعطي الراحة والتوازن والحدة من السلوكات العدوانية لدى المراهق.

الفصل الثاني السلوك العدواني

تمهيد:

يعتبر السلوك العدواني من بين المواضيع التي شغلت اهتمام علماء النفس والإجتماع وهو قديم قدم الإنسان على هذه الأرض، حيث يعتبر سلوك شائعا في مختلف المراحل العمرية وقد أخذ قسطا كبيرا من البحوث التربوية نظرا لإنتشاره المفزع في المؤسسات التربوية خاصة في الأونة الأخيرة حيث وجدت الأرضية المناسبة لذلك:

ومن بين المراحل التي وجد السلوك العدواني لنفسه متنفسا فيها مرحلة المراهقة التي تعتبر جسرا يمر عليه الفرد من الطفولة إلى الرشد حيث يكتسب المراهق فيها سلوكات عدوانية عديدة قسط منها إكتسبها في مرحلة الطفولة والقسط الأخر تعلمه في هذه المرحلة التي يمتاز فيها المراهق بسرعة الغضب والإندفاع وكذا لما تتميز به هذه المرحلة من تغيرات جسمانية وإجتماعية التي بدورها تؤثر على الحالة النفسية للمراهق مما ساعد ذلك على كسب المراهق لسلوكات عدوانية خاصة عندما تساعده التنشئة الإجتماعية على ذلك.

ومن هذا المنظور إرتأينا في هذا الفصل أن نتطرق إلى مختلف العناصر وأنواع السلوك العدواني والأسباب والنظريات المفسرة لهذا السلوك حتى يتبين لنا الإلمام بالمتميز التابعة للموضوع محل الدراسة.

1- تعريف السلوك:

تعددت التعاريف التي تحاول أن تصف السلوك وتعبر عنه ورغم هذا فإن هذه التعاريف لا تتضارب ولكن يمكن أن تكون إحداهما هامة للأخرى ومن هذه التعاريف نذكر:

السلوك مجموعة من الحركات المنسقة التي تقود إلى وظيفة ما، فتمكن صاحبها من الوصول إلى غاية أو غرض مادي أو معنوي 1

والسلوك هو أي نشاط جسمي إنفعالي إجتماعي، يصدر عن الكائن الحي نتيجة علاقة ديناميكية أو تفاعل بينه وبين البيئة المحيطة به، فالسلوك عبارة عن إستجابة لمؤشرات معينة بصفة عامة²

وبصفة أخرى السلوك هو ما يقوم به الفرد من نشاط ويشمل النشاط الظاهر كالنشاط الرياضي والنشاط الباطن كلإدراك والتفكير والإحساس، والسلوك السوي منه وغير السوي هو إفصاح عن تيارات متعددة في حركة دائمة داخل الشخصية ومن هذه التيارات ما يرجع إلى التكوين البيولوجي للفرد وإلى الخبرات الفنية التي إكتسبها أو إلى المواقف الإجتماعية أو إلى إحتمالاته المستقبلية³

2-أنواع السلوك:

2-1 السلوك الفطري:

لا يوجد هذا السلوك عند الحيوان فحسب، يل يوجد عند الإنسان كذلك هواستعداد يولد به الإنسان بالفطرة، فالطفل الصغير لا يتعلم من أحد الصراخ أو البكاء أو الامتصاص في الرضاعة أو الخوف من الأصوات النائية العالية، وإنما ولد مفطور بهذه السلوكيات⁴.

2-2 السلوك المكتسب:

وهو السلوك الذي يتعلمه الكائن الحي من البيئة المادية التي يعيش فيها كالقراءة والكتابة والعزف على آلة موسيقية والسباحة وكرة القدم وغير ذلك من المهارات والميول والعقائد الاجتماعية، ومثل هذه السلوكيات يتعلمها الفرد من الأسرة أو المجتمع الذي يعيش فيه بطريقة التعلم أو التقليد⁵.

.30 معالم علم النفس.نفس المرجع. - سنة 1984. - ص 5

¹ إبراهيم فريد. - الآثار البيولوجية لسلوك الإنسان. -الطبعة 1. - بيروت. - الدار العربية للعلوم. - سنة 1994. - ص 44.

² مصطفى غالب. - في سبيل موسوعة نفسية. - الطبعة 3. - لبنان. - الدار العربية للعلوم. - سنة 1998. - ص08.

³ عبد الفتاح محمود دويدة. - السلوك الإنساني الاتصال الجامعي والعلاقات العامة. - بيروت. - دار النهضة العربية للنشر. - سنة1993. - ص98.

⁴عبد الرحمان عيسوي. - معالم علم النفس. - بيروت. - دار النهضة العربية. - سنة 1984. - ص 30.

3 - تقسيمات السلوك:

هناك مظاهر متعددة لسلوك التلاميذ والتي تحدث خاصة خلال الحصة والتي تعتبر من الأساس الذي يبني عليه المربى في تقويمه للتلميذ، ومن خلال الملاحظات العامة لسلوك التلميذ يمكن تقسيمه إلى ثلاث أنواع:

3-1 السلوك الغير مفيد:

عندما يتحدث التلميذ بحيث لا يفهم أحد الأخر، وعند ضوضاء الفصل بشكل عام وتسمى هذه الحالة بالفوضى، كذلك يعطي التلميذ زميله شيئا أو يرميه عليه من بعيد، أو يهز زميله بوسيلة ما أثناء شرح الأستاذ.

3-2 مقاومة القرار:

هي الفئة الثابتة من السلوك وفيه يلجأ التلاميذ إلى مخالفة أوامر المعلم ومقاومة رغبته بخصوص تنفيذهم لأمرها.فقد يقول تلميذ مثلا عندما يطلب منه الأستاذ شيئا فيرفضه دون سبب أو يتظاهر التلميذ بأنه لم يسمع تعليمات الأستاذ.

3-3 السلوك العدائي:

ينقسم إلى:

1/الهجوم المباشر من التلميذ: سواء كان هذا الهجوم لفظيا أو كان هجوما فعليا جسميا.

 2 كنطف الممتلكات: كما يحدث عندما يأخذ التلميذ شيئا ما من زميله بالقوة 2

4- النظريات المثيرة للسلوك:

لقد تعددت واختلفت مدارس كثيرة في نظرياتها للسلوك من أبرزها:

4-1 المدرسة الجيشئالتية:

من أبرز علمائها "kofka" وكوهلر وهي ترى بان الكائن الحي يعيش وسط بيئة اجتماعية ومادية معينة وأن أي تغيير في هذه البيئة يسبب للكائن الحي الشعور بالقلق والتوتر، ولا يزول هذا التوتر والقلق إلا إذا قام بنشاط معين، وهي تنظر إلى الفرد ككل متكامل وليس كمركب من أجزاء مختلفة.

²عبد الفتاح محمود دويدة. - السلوك الإنساني الاتصال الجامعي والعلاقات العامة. -مرجع سابق. - سنة1993. - ص100

¹ محمد زيدان حمدان. - أدوات ملاحظة التدريس. - دار السعودية للنشر والتوزيع. - سنة1983. - ص144،143.

4-2 المدرسة السلوكية:

من روادها "واستن" تنظر على الإنسان على انه آلة ميكانيكية معقدة تهتم بالظاهر الحركي للسلوك الإنساني بغض النظر على حالته الشعورية فهي ترفض منهج الاستنباط رفضا صريحا، كذلك تنكر وجود قدرات واستعدادات فطرية فلا وجود لغرائز والذكاء موروث، فالتعلم والعادات تمثل المحور الرئيسي لعلم النفس.

4-3 المدرسة السلوكية الجديدة:

تركز في أبحاثها على التعلم والعادات المكتسبة، ولكنها ترى إمكانية دراسة الحالة الشعورية عن طريق ما يسمي بالتقرير اللفظي، ولكنها لا تحلل هذه الحالات وانما تهتم بالسلوك الظاهري الموضوعي وحده، أي ما يفعله ويقوله في ظروف معينة.

4-4 المدرسة الغرضية:

من روادها "ماك دوجال" وبعض أنصار المدرسة السلوكية الجديدة، ترى بان الغايات والأغراض تقوم بدور هام في سلوك الإنسان وتوجيهه، فكل سلوك في نظرها يهدف إلى غاية ويتجه على تحقيق غرض '.

4-5 مدرسة تحليل النفس:

من روادها البارزين" سيقموند فرويد " يقول أن جميع دوافع الإنسان ورغباته يمكن ردها إلى غريزتين هما:

*غريزة الحيات أو الغريزة الجنسية.

*غريزة الموت أو العدوان أو التدمير.

وتظهر غريزة الحياة في كل ما نقوم بيه من أعمال ايجابية بناءة من اجل المحافظة على حياتنا وعلى استمرار وجود الجنس البشري، ولقد توسع فوريد في مفهوم الغريزة الجنسية ويرى أنها تشمل على:

- الميولات الجنسية: تستهدف الإنسان والتكاثر.
- مظاهر الحب والود بين الآباء والأبناء وحب الذات وحب الأصدقاء، وحب الحياة الإنسانية عامة.
- مظاهر اللذة التي يشعر بها الطفل في عملية الامتصاص والإخراج ونحوهما من النشاط الحركي.

¹عبد الرحمان عيسوي. - معالم علم النفس. مرجع سابق. سنة1984. ص37

أما الجانب الآخر من الدوافع عند فرويد فيتمثل في غريزة العدوان أو الموت، ففرويد يرى أن العدوان ينشأ من كبت الميولات الجنسية وعلى ذلك فدوافع السلوك فطرية وغير مكتسبة أ.

4-6 مدرسة التحليل النفسى الجديد:

من روادها " فروم ،كارديز ،هورناي " بما أنها لا تزال داخل الإطار العام للمدرسة الأم فهي تؤكد على تأثير العوامل الحضارية الراهنة، أي نهتم بالفرد في حياته الحاضرة وظروفه الراهنة أكثر مما نهتم بماضيه فيما يخص بالغريزة الجنسية وغريزة العدوان.

4-7 مدرسة تحليل العوامل:

من روادها "سبيرمان" ومؤسس المدرسة هو "تريستون" من أشهر ممثليها، تهدف إلى الكشف عن العناصر أو العوامل المستقلة التي تتألف منها المركبات السيكولوجية، كالذكاء والشخصية، وتعتمد في ذلك على الاختبارات السيكولوجية المختلفة، ومعالجة النتائج بطريقة إحصائية إلى درجة كبيرة من الصعوبة والتعقيد2.

5- تعريف العدوان:

العدوان سلوك هجومي صفته إلحاق الأذى بالشخص أو تكسير الأشياء التي تقابله ويرى بعض المختصين على أنه سلوك هجومي منوط على الإكراه والإيذاء وبهذا المعنى يكون العدوان إندفاع هجومي يصبح معه ضبط النفس لنوازعها ضعيف³

 4 ويعرفه كاضم ولي آغا أنه سلوك نشط فعال تعهد العضوية من ورائه لسد حاجياته الإنسانية أو غرائزها

ويمكن لنا أن نخرج من تلك التعريفات السابقة بتعريف العدوان في مجال الرياضة أنه سلوك يهدف إلى إيذاء المنافس والزميل سواء داخل المنافسة أو خارجها بهدف محاولة تحقيق تنفيس الإنفعالات الناجمة عن الإحباط بأي شكل من أشكال العدوان البدني أو اللفظي⁵

5-1 أسباب العدوان:

تعتبر من السلوكات المتعددة الأسباب ويمكن جمعها فيمايلي:

¹عبد الرحمان عيسوي. - معالم علم النفس.نفس المرجع. سنة1984. ص39

²عبد الرحمان عيسوي. - معالم علم النفس. مرجع سابق. سنة1984. ص51

³ نعيم الرفاعي. - سيكولوجية التكيف. - القاهرة. - مطبعة بن حيان. - سنة1974. - ص423.

⁴كاضم ولى أغا. - علم النفس الفيزيولوجي. - ط3. - بيروت. - دار الآفاق الجديدة. - سنة1981. - ص225.

محمد يوسف حجاج. - التعصب والعدوان في الرياضة. - مصر . - دار الأفاق الجديدة. - سنة2002. - ص 165.

يرتبط العديد من الفيزيولوجيين الأسباب بالهرمونات الجنسية، فمن المعلوم أن الإنسان يحتوي على 46 كروموزون "(22زوج) في حين الزوج 23 يختلف، فعند الأنثى (xx) وعند الرجل(xy) ولقد تبين عند الكثير من الأفراد المعتقلين من جراء ارتكاب شتى أنواع العنف عندهم شذوذ في الصبغي الجنسي وإن زيادة(x) أو (xx) تسبب تخلفا عقليا ولكن زيادة(y) واحد يكون لها تأثير على الغرائز الإجرامية هذا من الناحية الجنسية، أما من الناحية الهرمونية فيعتبر هرمون التسترون على الأجنة في ميولاتهم العدائية ألى العدائية العدا

6-تعريف السلوك العدواني:

لقد حاول العديد من العلماء والباحثين كشف اللبس والغموض الذي يكتسبه مصطلح السلوك العدواني، فإختلفو في تعريفه وهذا راجع إلى الإطار النظري الذي ينطلق منه كل باحث فنجد أن السلوك العدواني هو سلوك هجومي يحال الفرد أن يقوم به ضد بيئته لكى يحصل على أهدافه أو يجد مخرجا لتوتره².

وبتعريف آخر هو سلوك يقصد به المعتدي إيذاء الشخص الآخر كما أنه نوع من السلوك الإجتماعي يهدف إلى تحقيق رغبة صاحبة في السيطرة وإيذاء الغير أو الذات تعويضا عن الحرمان.3

أما في ضوء التحليل النفسي فيعرف " فرويد" أن السلوك العدواني ناجم عن الإحباط أو هو مظهر لغريزة الموت أو كمظهر لغريزة الحياة، وهو بذلك مكون أساسي للدفعات الغريزية الأولية⁴

فمن خلال هذه التعاريف الموجزة للسلوك العدواني يصعب علينا تحديد مفهوم أو تعريف واحد لهذا السلوك، وترجع هذه الصعوبة إلى عدم القدرة على الفصل بين السلوك العدواني الذي يمكن أن نحتمله ونعتبره ضروريا لبقائنا، وبين السلوك العدواني المدمر والمخرب فهناك مثلا من يعتبر الطفل عدوانيا عندما يثور على السلطة ومنهم من يعتبره سلوكا يمثل رغبته في الحرية وميله للاستقلالية. 5

ومنه نستطيع القول أن السلوك العدواني يشترك في نقطة واحدة أساسية، هي وجود فاعل معتدي بطريقة عنيفة على شخص آخر ويكون هدفه هو إلحاق الضرر به.

7 - تصنيفات العدوان وأشكاله:

إختلفت تصنيفات العدوان حسب إختلاف التعريفات المستخدمة لهذا السلوك وغالبا ما يتم التمييز بين نوعين من العدوان هما:

_

أمحمد يوسف حجاج. - التعصب والعدوان في الرياضة.نفس المرجع -سنة2002. - ص189

² سعد على بهادر . - سيكولوجية المراهق . -ط2 . - دار البحوث العلمية . - بيروت . - سنة 1981 . - ص 150 .

أركرياء الشربيني. - المشكلات النفسية عند الأطفال. - ط1. - دار الفكر العربي. - القاهرة. - سنة 1994. - ص84.

⁴عبد الرحمان عيسوي. - في الصحة النفسية والعقلية. - النهضة العربية للطباعة والنشر. -بيروت. - سنة 1992. - ص28.

⁵عبد الحميد الهاشمي. - علم النفس الاجتماعي. - ط1. - دار المشرق. - جدة. - سنة1984. - ص233.

7-1 العدوان المتعمد:

ويشير إلى الفعل الذي يصدر عن الفرد ويهدف إلى إلحاق الآخرين للألم أو الأذى ويطلق عليه أيضا إسم العدوان الناتج عن الغضب ويعني أن هذا العدوان يحدث نتيجة تعرض الشخص للأذى من الآخرين فيستجيب وهو في حالة إنفعالية غاضبة.

7-2 العدوان الوسيلى:

وهنا يكون إستخدام العدوان كوسيلة للحصول على ممتلكات الآخرين أو أشياء التي كانت بحوزتهم، بعبارة أخرى هذا النوع من العدوانية وسيلة وليس غاية.¹

وقد يأخذ العدوان شكلين آخرين:

1/العدوان الإجتماعي ويكون بسبب الآخرين وتصرفاتهم، وتتضمن أفعال عدوانية تهدف إلى ردع الأفعال العدوانية التي تصدر عن الآخرين.

2/العدوان الإجتماعي ويشمل على الأفعال التي يظلم بها الإنسان الآخرين مثل حالات الإغتصاب أو الجريمة وما إلى ذلك.

كما وصل البعض إلى ثلاثة أنواع تلاحظ عند الطلبة وهي:

1/عدوان ناتج عن الإستفزاز: حيث يدافع الطالب هنا عن نفسه ضد إعتداء أقرانه.

2/عدوان ناتج من غير إستفزاز: وهنا يهدف الطالب من خلاله إلى السيطرة على أقرانه وإزعاجهم أو إغاظتهم أو التسلط عليهم.

3/العدوان المتفجر المصحوب بنوبة من الغضب ويلجأ الطالب فيه إلى تحطيم الأشياء، ويبدو هنا كأنه لا يستطيع السيطرة على الغضب.²

8-أنواع السلوك العدواني:

قسم العلماء النفسانيون العدوان من حيث أشكاله وحسب الظروف المحيطة بالفرد إلى مايلي:

أخليل عبد الرحمان المعايطة. - الاضطرابات السلوكية والانفعالية. - ط1. - دار المسيرة والتوزيع. - عمان. - سنة 2007. - ص204.

²خليل عبد الرحمان المعايطة ،مصطفى نور القمش. - الاضطرابات السلوكية والانفعالية. -نفس المرجع. - سنة 2007. - ص204.

8-1 العدوان اللفظى:

ما إن يبلغ الناشئ مراهقته إلا ويكون قد اكتسب الكثير من مهارات التعبير اللغوي عن الغضب والتي تشمل التنابز بالألقاب والتعابير اللاذعة والكلمات الجارحة والاحتقار ونقل الأخبار السيئة عن الشخص المكروه وإشاعتها بين الناس.¹

عموما فإن هذا النوع من العدوان V يتعدى حدود الكلام وV تكون مشاركة الجنس ظاهرة فيه V.

ويكون الهجوم باستعمال الألفاظ الجارحة السيئة والسب والشتم، والتي تؤدي تعقيدات في العلاقات الإنسانية ولا تسهل تفاعل الإنسان، وقد يميل الشخص نحو العنف بصورة الصياح أو القول والكلام أو يرتبط السلوك العنيف مع القول البذيء الذي غالبا ما يشمل السب والشتم ووصف الآخرين بالعيوب والصفات السيئة واستخدام كلمات أو جمل تهديد 4.

8-2 العدوان الجسدي:

وفي هذا النوع من العدوان يشترك الجسد في الاعتداء على الآخرين بالضرب والرفس والدفع، وهناك بعض من يستفيد من أجسامهم وضخامتها في إلقاء أنفسهم بالآخرين، ويستعمل البعض الآخر أيديهم كأدوات فاعلة في السلوك العدواني، وقد تكون للأظافر والأرجل حتى الأسنان لها أدوار مفيدة لهذا النوع من السلوك. 5

فالسلوك العدواني الجسدي هو ما اشترك فيه الجسد، حيث يشمل الضرب الخدش الشد من الشعر أو من الملابس والجري وراء الشخص للاعتداء عليه.

8-3 العدوان الرمزي:

يمارس فيه سلوكا يرمز إلى احتقار الآخر أو يقود إلى توجيه الانتباه إلى إهانة يلحقه بها، كالامتتاع عن النظر ورد السلام عليه. 6

ويكون باستعمال موضوع أو شخص، يرمز من خلاله إلى الاحتقار ولفت الانتباه إلى إهانة الخصم.

¹ميخائيل خليل معوض. - مشكلات المراهقين. - دار المعارف المصرية. - القاهرة. - سنة1977. - ص310.

²تعيم الرفاعي. -سيكولوجية التكيف. - ط1. - مطالعة ابن حيان. - بيروت. - سنة1990. - ص211.

³محمد جميل منصور . - قراءات في مشكلات الطفولة . - دار المشرق . - جدة . - سنة 1984 . - ص171 .

[^]ركرياء الشربيني. - المشكلات النفسية عند الأطفال. - مرجع سابق. - سنة 1994. - ص88.

ركرياء الشربيني. - المشكلات النفسية عند الأطفال. - نفس المرجع. - سنة 1994. - ص89.

⁶كاضم ولى أغا. - علم النفس الفيزيولوجي. -مرجع سابق. - سنة1981. - ص242.

8-4 العدوان المستبدل:

يظهر العدوان المستبدل في اتخاذ أي موضوع بديلا ليكون هدف لتفريغ المشاعر العدوانية، حيث يوجه الفرد العدوان إلى شخص أخر خلافا لمن تسبب له في الإحباط¹.

هو اتخاذ أي موضوع بديل يكون هدفا لتفريغ المشاعر العدوانية في حالة استحالة العدوان المباشر على مثير الاستجابة نظرا لقوته أو علو مكانته، أو للرفض الاجتماعي القاطع للاعتداء عليه وخاصة إذا كان يمثل رمزا لقيمته الاجتماعية الراسخة، مما يدفع بالفرد لتوجيه عدوانه نحو موضوع آخر مختلف، وخاصة إذا كان الموضوع البديل متاحا وغير متوقع التعرض لعواقب سلبية من جراء الاعتداء عليه. 2

8-5 العدوان المباشر:

يوجه هذا الشيء من العدوان إلى الشخص أو الشيء الذي يسبب الفشل والإحباط للشخص وذلك باستخدام القوة الجسدية أو التغيرات اللفظية وتقول "khoney" أحد العلماء النفسانيين أنه من الخطأ كبت المشاعر العدوانية حيث يؤدي إلى القلق والتعصب النفسي، واقترحت أنه من الأفضل للشخص أن يعبر عن مشاعره ومكبوتاته من حين لآخر حتى يريح نفسه ونجد في حصة التربية البدنية والرياضية متنفسا واسعا لذلك.

8-6 العدوان غير مباشر:

يتخذ السلوك العدواني في بعض الأحيان نتيجة لتأثير المحيط صورا غير مباشرة، كإبداء الملاحظات والانتقادات نحو الشخص مصدر الإحباط كما يستعمل الفرد سلوكات عدوانية غير مباشرة كالغش أو الخداع ليوقع الآخرين في مواقف مؤلمة أو يلحق بهم الضرر. 4

على الفور في إطار لوائح وقوانين معترف بها حيث أنه لا يقصد منه إيقاع الأذى بشخص آخر فهو بذلك سلوك ايجابى بالنظر إلى الهدف المراد تحقيقه. 5

9- أسباب السلوك العدوانى:

إن العدوان يتطور مع العمر لأن الحاجة للانتباه وعدم الراحة الجسدية تؤدي إلى مظاهر الغضب خلال السنوات الأولى من العم، فهي تحدث كرد فعل للسلطة الأبوية والمشاكل المتعرض لها، وتختلف أسباب العدوانية باختلاف التكوين النفسي الاجتماعي للأفراد وحسب أعمارهم وأهم الأسباب نذكر منها مايلي:

عبد الرحمان عيسوي. - موسعة كتب علم النفس. - ط1. - دار الطباعة للنشر والتوزيع. - بيروت. - سنة 2000. - ص 1

²زكرياء الشربيني. - المشكلات النفسية عند الأطفال. - نفس المرجع. - سنة 1994. - ص91.

قمصطفى الشرقاوي. - علم الصحة النفسية. - دار النهضة العربية. - بيروت. - سنة 1983. - ص245.

أركرياء الشربيني. - المشكلات النفسية عند الأطفال. - مرجع سابق. - سنة 1994. - ص86.

محمد حسن علاوي. - علم النفس الرياضي . - سنة 1986 - ص200.

-قد يكون العامل جسميا للهيجان العدواني لوجود عاهة أو نقص حاسة من الحواس أو ضعف عصبي للسيطرة على النفس فيكون العدوان انتقاما لمن يحيط به.

- بعض السنوات العمرية تكون فترة مشجعة لبعض مظاهر العنف والعدوان مثل فترة الفطام للرضيع، وفترة الانتقال من البيت إلى المدرسة للطفل وفترة البلوغ بالنسبة للفتى.

-كما قد يكون عدوان المراهق بشكل رد فعل للانحلال المسرف الذي يعيشه وسط أسرته حيث يتعلم كيف تجاب طلباته بمجرد الغضب، أو لوجود نظام صارم منضبط في البيت، بحيث يجبر أفراد الأسرة على الاحترام الظاهري الشكلي لا يقتنعون به ولا يجرؤون على مخالفته لذلك يجسدون سلوكهم العدواني خارج المنزل، فيجدون في ذلك متنفس لتوترات أعصابهم داخل المنزل.

ومن بين أسباب السلوك العدواني أيضا نجد بعض أفراد الأسرة تشجع صغارها على السلوك العدواني من أبناء الجيران عن طريق الانتقام والإغراء.

- شعور الفرد بالإهمال من طرف أسرته، يجعله يتبنى مواقف عدوانية كمحيطات للفت الانتباه إليه وبأنه قادر على تشوش محيط الأسرة.
 - الإحباط الذي يشعر به الفرد نتيجة مهاجمته من شخص أخر بسبب غير معلوم.
 - الرغبة في استعراض التفوق والقوة نتيجة لمشاهدة وسائل الإعلام.
 - وجود نماذج مشجعة للعدوان داخل الأسرة.
 - العقاب البدني الدائم والمستمر داخل الأسرة كأسلوب للتربية.
 - الحاجة لحماية الذات والدفاع عنها في مواجهة العدوان الخارجي.
 - اتجاهات الأولياء والكبار الآخرين كالجد والجدة مع العدوان.

10 - العوامل المؤدية لظهور السلوك العدوانى:

إن أسباب العدوان لا تكمن عادة في الموقف المباشر الذي إنفجرت فيه السلوكات العدوانية إنما ناتج لتراكمات تتم خارج هذا الموقف، إذ يتأثر السلوك في نشأته وفي ضعفه وقوته بعوامل عدة فالفرد بارتكابه هذا النوع من السلوك يكون قد تعرض لمجموعة من الظروف أو العوامل المهيأة سواء كانت متصلة به شخصيا أو نابعة من السياق الثقافي الاجتماعي، وهذا ما أدى بالباحثين في علم النفس وعلوم التربية في البحث عن العوامل التي تؤدي إلى ظهوره، فمنه من ذكر العوامل النفسية، ومنهم الاجتماعية أو هي عوامل ثقافية أو فطرية ومنه سنلخص أهمها فيمايلي:

10-1 العوامل الخاصة بالفرد:

1-1-1 الإحباط:

يحدث حين يحول عائق ما دون تحقيق الفرد لأهدافه وإشباعه لحاجاته إذ نجد فشل الفرد في الحصول على ما يريد يثير الإحباط لديه، والطاقة التي يولدها هذا الإحباط تدفعه إلى اعتداء العائق الذي ينتج عن أهدافه، وحين يعجز الفرد عن الاعتداء على هذا العائق فانه يتجه بتلك الطاقة العدوانية إلى هدف آخر.

ومن الشائع في المواقف المحبطة أن يهاجم الفرد الأشياء مباشرة والأشخاص الذين هم مصدر إحباطه، فالطفل الذي يشتمه زميله عادة ما يرد له بالإهانة ومهاجمته جسميا، وهذا ما نراه في ساحات المدارس أو حتى في الشوارع والأحياء بين الأطفال كذلك الطفل الذي يهينه المدرس في الفصل قد يضرب أو يشاكس زميلا آخر إذا صادفه في فناء المدرسة أثناء فترة الراحة.

2-1-10 التعصب:

يعرف أنه حكم لا أساس له من الصحة يتكون بدون توفر دلائل موضوعية وبالتالي التعصب وفق هذا التصور يعد في حالات كثيرة مقدمة للسلوك العدواني لأنه يقدم التبرير المنطقي والشحنة الانفعالية التي تحث الفرد على سلوك عدواني نحو الآخر 2.

10-1-3 التعرض لمشاهد العنف:

يتعلم الطفل سيناريو العدوان بشكل تلقيني مقصود من الآخرين، وخاصة أثناء طفولتهم أو بصورة غير مقصودة من خلال مشاهدتهم للآخرين وهم يتصرفون بطريقة عدوانية سواء من الواقع أو من خلال وسائل الإعلام أو بمعنى آخر يتعلم الفرد السلوك العدواني بالتقليد والمحاكاة من خلال أشخاص يتميز سلوكهم بالعدوانية والذين يتيحون له فرصة تعلم الأساليب والتقنيات الواجب استخدامها لتقييد السلوك العدواني بصورة العدوانية.

10-2 العوامل الاجتماعية:

لكي نفهم أكثر السلوك العدواني وعوامل حدوثه علينا أن نحدد الظروف الاجتماعية التي قد يؤدي إلى ظهور هذا النوع من السلوك وتقف على طبيعة الدور الذي تمارسه في تشكيل هذا السلوك وأكثر العوامل أهمية في هذا السياق تتمثل فيمايلي:

1-2-10 التدفئة الأسرية:إن الأسرة بوصفها أولى المؤسسات الاجتماعية الناقلة للثقافة، تلعب دورا جوهريا في غرس الميول الاجتماعية أو كلها لدى الطفل من خلال الأساليب التي تلجأ إليها في القيام بالدور المنوط بها في عملية التنشئة الاجتماعية، ويتجسد ذلك في المظاهر التالية:

رين العابدين درويش. - علم النفس الاجتماعي. -مرجع سابق. - سنة1993. - ص366.

أرين العابدين درويش. - علم النفس الاجتماعي. - ط1. -جدة. - مطابع زمزم. -سنة 1993. - ص336.

-الإفراط في استخدام العقاب، خاصة البدني ففي دراسة مسحية قام بها "searo" على 400 أم، تبين أنهن يكثرن من معاقبة أبنائهن بدنيا، وهذا يرتبط ايجابيا بمستوى عدوانية هؤلاء الأبناء. 1

-تجاهل الأبناء مما يثير لديهم الشعور بالعزلة والميل الشديد للجوء إلى السلوكات العدوانية لتأكيد وجودهم أو للفت الانتباه أو لتفريغ التوتر الناتج عن هذه العزلة التي سببت بحد ذاتها حالة الإحباط.

10-2-2 التسامح مع العدوان:

إن المبدأ الأساسي الذي يحكم نشأة واستمرار العديد من سلوكاتنا بما فيها السلوكات العدوانية هو أن السلوك يتم تدعيمه في الماضي أو المستقبل أو الحاضر سيستمر في المستقبل، خاصة في المواقف المتشابهة.

هناك إحتمال كبير لحدوث عدوان كلما سمح به، فقد لوحظ تزايد العدوان من مرحلة لأخرى في المواقف التي يسمح فيها، ففي الجو الذي يشيع فيه التسامح مع العدوان فإن الخوف من العقاب يكاد يختفي كما تقل الموانع التي تعيق ظهور العدوان، فالطفل مثلا يدرك تقبل الكبار لسلوكه العدواني وعدم اللوم والغضب على أنه سمح له بإظهار هذا النوع من السلوك.

ويشير "oearo " في أبحاثه إن تسامح الأم مع العدوان يعطي مؤشرات للطفل بأن السلوك العدواني أمر مقبول منه وأنه ليس من الأمور التي يعاقب عليها2.

11- النظريات المفسرة للسلوك العدوانى:

11-1 نظرية الإحباط:

حيث تعتبر هذه النظرية من بين النظريات الأكثر شيوعا لتفسير السلوك العدواني وهي من وضع كل من "دولارد" و"ميلر" عام 1939 بحثا في هذا الموضوع لمدة عشرين عاما افترضا أن الإحباط يسبب العدوان وأعتبر العدوان استجابة فطرية للإحباط وتزداد شدته وتقوى حدته كلما زاد الإحباط وتكرر حدوثه، وقد اعتبر العدوان استجابة محتملة للإحباط ولكن ليس نتيجة ضرورية وحتملة للإحباط ولكن ليس نتيجة ضرورية وحتمية.

وقد يكون مصدر الإحباط كامنا في الشخصية ذاتها في ضمير أحد الأشخاص مثلا أو في البيئة وقد تعتمد قوة الإحباط على قوة الحاجات أو الرغبة أو الدوافع التي تحث عن تحقيق أهداف معينة، وكلما تغيرت قوة الإحباط أو شدته أدى ذلك إلى تغير في شدة الدوافع إلى العدوان، ولقد افترضت مجموعة "بول" ومن بينهم "ميلان" "دوب" "شارس" أن السلوك العدواني هو الاستجابة النموذجية للإحباط وفي نظرهم دائما الإحباط يقود إلى العدوان وأن

2محمد جميل يوسف منصور . - قراءات في مشكلات الطفولة . -ط1. - دار الطباعة للنشر والتوزيع . -القاهرة . - سنة 1981 . -ص 170.

_

أزين العابدين درويش. - علم النفس الاجتماعي. -نفس المرجع. -سنة1993. - ص368.

³عبد الرحمان عويس. - سيكولوجية الجنوح . - دار النهضة العربية. - بيروت. - سنة1997. - ص87.

العدوان هو النتيجة الطبيعية للإحباط، فالعدوان هو الاستجابة الطبيعية للإحباط، ولكن عوامل التربية والتعليم تمنعه من الظهور¹.

من خلال ما سبق نجد أن العلماء النفسانيين والباحثون وضعوا علاقة طردية للسلوك العدواني مع حالات الإحباط التي قد يتعرض لها الفرد حيث أنه كلما ازداد إحباط رغبات إنسانية هامة عند شخص معين أو عند أشخاص معينين أو إحباط حاجات اجتماعية لهم كلما ازداد الشعور بالعداوة عنهم، ومن الملاحظ أن الإحباط من حيث الآثار المترتبة عليه فقد يكون مجرد حرمان من حاجة أو قد يكون إحساس بتهديد الشخصية ومن المتوقع أن يتبع أشد ما يكون من ألوان الشعور بالعداوة عن ألوان الإحباط التي تتضمن بعض السمات، تؤدي هذا الغرض المعطيات المستمدة من الملاحظة وكذلك الدراسات التجريبية في تجربة "فدرافواوشيتي" نعرض ثلاث أطفال في سن ما قبل المدرسة سلسلة من مواقف محبطة ولقد أظهر الأطفال استجابة عدوانية ابتدءا من المحاولة الرابعة حتى المحاولة الأخيرة².

ومن الجهة قام "لقين" سنة 1941 بتجربة كان يسمح فيها للصغار أن يلعبوا بمجموعة ألعاب ثم يوضع حاجز من السلك يعيق وصول هؤلاء الأطفال إلى مكان تواجد الألعاب وقد أدى الكثير منهم سلوكا عدوانيا بهذا الحاجز ومحاولة ضرب المجرب، ويعتبر علماء النفس هذه التجربة مثالا نموذجيا يصور الملامح الإنسانية لمواقف الإحباط³.

ومن الملاحظ أن نظرية الإحباط تقوم على تفسير السلوك العدواني على أنه ناتج عن حاجز أو مانع يقف أمام الفرد لتحقيق رغباته أي أنه على أساس علم النفس السلوك ولكن هناك نظريات أرجحت السلوك العدواني إلى الفطرة أي أنه سلوك فطري وهذا ما يتصنع جليا في نظرية غريزة العدوان.

11-2-نظرية غريزة العدوان:

قدم هذه النظرية كل من "أدلر" 1908 "فرويد", "لونز" 1963, "بنز" 1982, "جيمس" 1979 "مكد وجال" 1908, "برنارد" 1924, "ايريك فروم" 1975 " لورانس" 1975 وتتعامل هذه النظرية مع العدوان باعتباره غريزة فطرية وأن الإنسان بطبعه عدوانيا.

وأهم نظريات الغرائز نظرية التحليل النفسي اذيرى "فرويد" أن الحياة كفاح بين غريزة الحياة وغريزة الموت فغريزة الحياة هي كل ما نقوم به من أعمال ايجابية بناءة من أجل الحفاظ على حياتنا وعلى استمرار وجود الجنس البشري.

20مال الدسوقي. - النمو التربوي للطفل والمراهق. - دار النهضة العربية . - بيروت . - سنة1979. - ص209.

-

أمحمد جميل يوسف منصور . - قراءات في مشكلات الطفولة. -نفس المرجع. -سنة 1981 . - ص 170.

³كاظم ولى أغا. - علم النفس الفيزيولوجي. -مرجع سابق. - سنة1981. - ص244.

أما غريزة الموت حسب "فرويد" هي المكون الأساسي للدفاعات الغريزية الأولية وأنها المسؤولة عن سلوك العدوان والحرب أي العدوان بمثابة إسقاط غريزة الموت لدى الإنسان.

ويرى "فرويد" أن العدوان ينشأ من كبت الميول الجنسي، وتطورت الفكرة عنده حتى أصبح ينظر للعدوان على أنه استعداد غريزي مستقر في التكوين النفسي للإنسان وعلى ذلك فدوافع السلوك العدواني فطرية.

أي أن "فرويد" فسر السلوك الإنساني بهاتين الغريزتين، وبما يقوم بينهما من صراع أو تعاون في الكائن الإنساني فأحدهما تعمل على البناء والأخرى على التدمير، للمجتمع وظيفة هامة تغلب وظيفة البناء في الإنسان على التخريب.

أما "أدلر" فيرى إن العدوان هو الدافع الأساسي في حياة الفرد والجماعة وأن الحياة تنجو نحو مظاهر العدوان المختلفة من السيطرة وتسلط وقسوة وهو أساس الرغبة في التمايز والتفوق وأن العدوان هو أساس إدارة القوة، وأن إدارة القوة هي أساس الدوافع الإنسانية وقد طور فكرة في إدارة القوة بما أسماه بعد ذلك النزعة نحو التمايز وطور هذه النزعة أخيرا إلى النزعة نحو الكمال أو النزعة للارتقاء.

أما الباحثين البيولوجيين فأعطوا تفسيرا للعدوان على طابع بيولوجي وهذا ما سنوضحه في الفقرة التالية:

11-3- النظرية البيولوجية:

تركز هذه النظرية على بعض العوامل البيولوجية في الكائن التي تحث على العدوان كالصبغيات والجينات الجنسية والهرمونات والجهازين العصبيين والمركز الإرادي والغدد الصماء والتأثيرات الكيميائية الحيوية والأنشطة الكهربائية في المخ كما تشكل القوة العضلية عاملا بيولوجيا آخر في تأثيرها على العدوان وتصرف النظر عن غريزة العدوان فإن علماء النفس يفترضون وجود عدة أجهزة عصبية في المخ تتحكم في أنواع معينة من العدوان.

وتدل الأبحاث الحديثة على أن اللوزة في المخ وأجزاء من للهبيوتلاموس لها علاقة بالعنف والعدوان، فمن الناحية الوظيفية للهيبوتلاموس فهو يرتبط ببعض الحالات الانفعالية وبالتغيرات الجسمية التي تصاحبها، ولقد بينت البحوث التي قام بها "البرلوس" على أن الحالات التي يكون قد تلف فيها "الهيبوتلاموس"أو تعطلت وظيفته نتيجة بعض الأورام، قد انقلبت عن أصحابها الاتجاهات المألوفة للشخصية، فظهرت سمات العنف والعدوان والنزاعات المضادة للمجتمع.

وقد بينت الدراسات أنه عندما تشار هذه الغدة (الهبيوتلاموس) الموجودة في قاع المخ بالتيار الكهربائي المناسب فإن الحيوان يغضب وتبدو عليه جميع أعراض السلوك العدواني مع عدم وجود الغريم الذي يثير مثل هذا السلوك وتخضع هذه الغدة في عملها للكف المفروض عليها من القشرة المخية الذي يحول بينها وبين دفعها الفرد على السلوك العدواني وعندما تصل أية إشارة من العالم الخارجي مما قد يؤدي على تحديد الحياة للفرد أو يؤدي به إلى الإحباط فإن القشرة المخية تحرر الغدة من قيودها فتبدء عملها فيغضب الفرد ويصبح سلوكه عدواني.

بعد تطرقنا للنظرية البيولوجية ونظرية غريزة العدوان ونظرية الإحباط سنعرض الآن إلى أحد النظريات الهامة والمتمثلة في نظرية التعلم الاجتماعي والتي سندرسها بالتفصيل في الفقرة التالية:

11-4 نظرية التعلم الاجتماعي:

إن العدوانية حسب النظرية، لا تعتبر فطرية إنما مكتسبة عن طريق التعلم مثل باقي السلوكات المختلفة للإنسان، ويكون هذا عن طريق التقليد الذي يعتبر من أهم وسائل التعلم من خلال ملاحظة النماذج السلوكية العدوانية التي يتعرض لها في المحيط الاجتماعي.

إذ يعتبر "بابدورا" رائد هذه النظرية إن تعلم السلوك العدواني يكون عن طريق التقليد، ويظهر خاصة في قابلية الأطفال في تقليد أشخاص آخرين خاصة الذين هم معجبون بهم¹.

ويدعم هذا من خلال التجربة التي قام بها سنة 1961 عن أثر التقليد في تكوين السلوك العدواني لدى أطفال الرياض وتلخص فكرة هذه التجربة في تقسيم عينة من أطفال الرياضة على مجموعتين إحداهما تجريبية والثانية ضابطة وقد شاهدت المجموعة التجريبية أحد الباحثين في سلوكه العدواني تجاه إحدى الدمى حيث أخذ يضربها ويدوس عليها، ولم تشاهد المجموعة الضابطة هذه العملية، ثم تركت كل مجموعة تلعب بالدمى وقد دلت نتائج هذه التجربة على أن سلوك أطفال االمجموعة التجريبية أصبح سلوكا عدوانيا تجاه تلك الدمى، في حين لم يتغير سلوك المجموعة الضابطة، وبالتالى فأطفال المجموعة التجريبية قد تعلموا استجابات جديدة بتقليدهم السلوك المجرب مما أبدى سلوكا

عدوانيا.

وكتلخيص لما جاء في هذه النظرية فإنه يمكن القول أن:

أي شخص حسب هذه النظرية يقوم بسلوك عدواني سوف يكون نموذجا يقيم ومثالا تطبيقيا لهذا النوع من السلوك لشخص آخر يكون بصدده، مما يزيد من احتمال ممارسة هذا الشخص لهذا السلوك العدواني².

11-5 نظرية تعلم العدوان بالإشتراط:

إفترض "أسكيز" في نظرية للاشتراط الإجرائي أن الإنسان يتعلم سلوكه نتيجة للثواب والعقاب، والسلوك الذي يثاب عليه يميل إلى تكراره والسلوك الذي يعاقب عليه لأول مرة بالصداقة إذا عوقب عليه كف عنه، وإذا كوفئ عليه كان أميل على تكراره في المواقف المماثلة، ووجد "ولتر "و "براون" أن مكافآت الطفل على عدوانه تتمي العدوانية عنده حتى ولو كانت مكافأة غير منتظمة فيكفي عدم العدوان مرة واحدة ليرسخ ويصعب تعديله بعد ذلك، وإستنتج بعض

N 1 N . . N . N

¹عبد الرحمان عيسوي. - سيكولوجية الجنوح. - مرجع سابق. - سنة1997. - ص88.

تُقواد البهي السيد. - علم النفس الاجتماعي . - دار الفكر العربي. - بيروت. - سنة 1993 . - ص28.

الباحثين على ضوء تفسير "اسكينر" أن معاملة الآباء لأبنائهم في مواقف العدوان هي المسؤولة عن تعليمهم العدوان فالآباء الذين يشجعون أبناءهم في مواقف العدوان صراحة أو غير ذلك فإنهم يقدمون المكافآت التي تدعم سلوكهم.

11-6 تعلم العدوان بالملاحظة والتقليد:

وضع "باندورا" نظرية التعلم بالملاحظة وهو يرى أن الجانب الأكبر من السلوك العدواني متعلم ويكون ذلك بالتأثير من الآخرين عن طريق الملاحظة والاقتداء أو المحاكاة، كما اعتبرها رائد هذه النظرية أن تعلم السلوك العدواني يكون عن طريق التقليد وتوجد أدلة عديدة على أن الطفل يكتسب الصفات السلوكية لوالديه فإذا اتصف الوالدين بالعدوانية فإن الطفل غالبا يكون كذلك.

11-7 النظرية المعرفية:

تهتم هذه النظرية بدراسة الخبرة الذاتية من حيث إدراك الفرد والأحداث التي تقع له، وتركز هذه النظرية في دراستها للسلوك العدواني على السياق النفسي والاجتماعي للشخص العدواني والظروف والمتغيرات التي أدت على استخدام العنف والعدوان للتعبير عن ذاته وتحقيقها بالتصدي لهذه الإعاقات التي تحول دون تحقيق ذاته ومن أهم الإعاقات التي تمثل دافعا للسلوك العدواني شعور الفرد بالفوارق الطبيعية البالغة الحدة والتي تحول دون تحقيق ذاته.

12- أثار السلوك العدواني:

إن استخدام السلوك العدواني يترتب عند آثار سلبيته ونتائج وخيمة على كل من الضحية والجاني، سواء كان فردا أو جماعة أو مجتمعا، وقد تشمل هذه الآثار شيئا من الجوانب البدنية والوجدانية والسلوكية والاجتماعية، فمن الناحية البدنية وعلى المدى القصير يحدث للضحية إصابته بالأمراض الجسمية أو النفسية وكذا الاضطرابات الوجدانية كالخوف والاكتئاب والانعزال وانخفاض تقديرات الذات وقد تبين اتجاهات معادية للآخرين، فيعتقد البعض أنهم باستخدامهم للسلوك العدواني يكونون قد انتهجوا الأسلوب الأمثل لإدارة علاقاتهم مع الغير، أما من الجهة الثانية وفيما يخص بالشخص الذي يقوم بالسلوك العدواني فقد يتعرض لإجراءات قانونية وإدارية وقد يتعرض لردود فعل من قبل الضحية، وفيما يخص تأثيرات السلوك العدواني على المجتمع فسوف يحدث انتقال ظاهرة العنف وينتشر العدوان وتزداد سوء العلاقات بين الأفراد أ.

أرين العابدين درويش . - علم النفس الاجتماعي. - مرجع سابق. -سنة 1993. - ص348.

_

خلاصة:

من خلال هذا الفصل تبين لنا أنه يصعب تحديد تعريف واحد للسلوك العدواني نظرا لطبيعة هاته الظاهرة إلا أن جل الباحثين في علم النفس أجمعوا على أن هذا السلوك العدواني هو ذلك السلوك الذي يلحق الفرد به الضرر بالغير، وقد تعددت النظريات التي درست هذا السلوك فمنهم من أرجعها على عوامل بيولوجية وأخرى إلى بيئته وأخرى نفسية ولكل منها حجة وبرهان ولكن الرأي الأنجح في ظاهرة كالعدوان هو التكامل بين هذه العوامل الثلاثة، ففي بعض أنواع السلوك يكون الصواب تفسيره على عوامل المحاكاة والملاحظة.

كما يجب أن لا نفكر: أن اضطرابات بعض وظائف المخ قد يكون هو العامل الفعال لتلك السولوكات، موجز القول إن التفاعل والتكامل بين تلك العوامل هو الأقرب إلى الصواب وتبرز هذه السلوكات على عدة أشكال منها لفظية ومنها بدنية وهذا على حساب العوامل المحيطة بالفرد، ويتبين لنا أن العدوان في الرياضة هو محاولة إصابة آو إحداث ضرر أو إيذاء لشخص أخر وهو ذو حدين ايجابي كما هو سلبي وهذا طبقا للهدف المراد منه، وقد حاول الباحثون التطرق للنظريات التي درست هذا السلوك والتي جعلت الرياضة متنفس له بحيث اعتبرت أن هناك عوامل كثيرة تحفز في ظهور السلوك قبل وأثناء المنافسة التي جعلت التلميذ أكثر استعدادا وتهيئا لهذا السلوك وعلى رأس هاته العوامل عامل الإحباط الذي له علاقة مباشرة بالعدوان.

وجل هذا مهد لنا الطريق لتخصيص دراسة هاته السلوكات على المراهقين للطور الثانوي لنصل للمراهقة بحد ذاتها وهذا ماسوف نتطرق اليه في الفصل الموالى.

الفصل الثالث المراهقة

تمهيد:

يركز علماء النفس على أن المراهقة منعرج خطير، حيث تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة وتحول الغدد من طفل إلى عضو في مجتمع الراشدين، كما أنها تعتبر مرحلة معقدة تحدث فيها تغيرات هامة ومختلفة، حيث يتم خلالها نضج الوظائف البيولوجية والفيزيولوجية أي الجسمية عامة وكذلك الوظائف النفسية المختلفة.

تبدأ مرحلة المراهقة بعد اجتياز الطفولة، والتي تمثل كما وصفها البعض بأنها الحد الفاصل ما بين الطفولة والشباب، وهي مرحلة على الرغم من قصر مدتها الزمنية، تكتسب أهمية وحساسية متزايدة وقد اختلفت وجهات نظر العلماء في تحديد بدايتها ونهايتها.

فقد ذكر البعض أنها تبدأ في السن (9-11)، واختلفوا في تحديد سن اجتيازها وتراوحت الآراء بهذا الشأن بين السن (18-21) حتى قيل أنها تتتهي في سن 24، إلا أن الذي اتفق بشأنه معظم علماء النفس هو أنها تتتهي ويتم اجتيازها بين سن (12-21).

ومن هنا نستعرض في الفصل علاقة المراهق بالثانوية ومدى تأثيرها عليه والأهمية الكبيرة للأنشطة الرياضية للمراهق، وهذا بعد التطرق إلى تعريف المراهقة وتحديد مراحلها مع التطرق إلى الخصائص المميزة لهذه المرحلة.

1-تعريف المراهقة:

1-1- المعنى اللغوى:

المراهق: من راهق تتدرج نحو النضج، راهق الغلام فهو مراهق أي قارب الاحتلام، وكلمة رهق تعني السفه والخفة والعجلة وركوب الخطر.

ويعرفها البهي السيد: المراهقة تفيد الاقتراب أو الدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قوله رهق، بمعنى غشى أو لحق أو دنى منه فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم و اكتمال النضج". 1

1-2- المعنى الاصطلاحي:

يقول مصطفى فهمي: " إن كلمة مراهقة Adolescence مشتقة من الفعل Adoleser ومعناها التدرج نحو النضج البدني، الجنسي والانفعالي والعقلي وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضح.

وتعني المراهقة في علم النفس:" الاقتراب من النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي"، ولكنه ليس النضج نفسه، لأن الفرد في هذه المرحلة يبدأ بالنضج العقلي والجسمي والنفسي والاجتماعي، ولكنه لا يصل إلى اكتمال النضج إلا بعد سنوات عديدة قد تصل إلى 10 سنوات.

2- الفرق بين المراهقة والبلوغ:

البلوغ: يعني "بلوغ المراهق القدرة على الإنسال" أي: إكتمال الوظائف الجنسية عند وذلك بنمو الغدد التناسلية، وقدرتها على أداء وظيفتها"، وفي الإسلام يعد البلوغ شرطا أساسيا في التكليف الشرعي، ويكون البلوغ بالاحتلام أو بدأ الدورة الشهرية للفتاة، كما أن هناك علامات أخرى تدل على البلوغ.

أما المراهقة: فتشير إلى "التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي"، وعلى ذلك فالبلوغ ما هو إلا جانب من جوانب المراهقة، كما أنه من الناحية الزمنية يسبقها، فهو أول دلائل دخول الطفل مرحلة المراهقة، ويشير ذلك إلى حقيقة مهمة، وهي أن النمو لا ينتقل من مرحلة إلى أخرى فجأة ولكنه تدريجي ومستمر ومتصل، فالمراهق لا يترك عالم الطفولة ويصبح مراهقا بين عشية وضحاها، ولكنه ينتقل انتقالا تدريجيا، ويتخذ هذا الانتقال شكل نمو وتغير في جسمه وعقله ووجدانه.

جدير بالذكر أن وصول الفرد إلى النضج الجنسي لا يعني بالضرورة أنه قد وصل إلى النضج العقلي، وإنما عليه أن يتعلم الكثير والكثير ليصبح راشدا ناضجا.

وللمراهقة والمراهق نمو المتفجر في عقله وفكره وجسمه وإدراكه وانفعاله، مما يمكن أن نخلصه بأنه نوع من النمو البركاني، حيث ينمو الجسم من الداخل فسيولوجيا وهرمومنيا وكيماويا وذهنيا وانفعاليا، ومن الخارج والداخل معا عضويا.3

. مالك سليمان مخول، علم النفس والمراهقة، ط 2 ،المطبعة الجديدة ، دمشق 1985 ، 3

_

 $^{^{1}}$ فؤاد البهي، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، مصر، سنة 1956 ، ص

مصطفى فهمي، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار المعارف الجديدة، سنة 1986، ص 2

تعتبر جميع المجتمعات تقريبا أن الفتيان والفتيات يتجاوزون مرحلة الطفولة عندما تبدأ مرحلة النضج الجنسي، و يبدأ معظم الصغار في هذه المرحلة من النمو في نهاية السنوات العشر الأولى من أعمارهم أو بداية العشرة الثانية، ولكن العمر الذي يتوقع الشخص أن يسمح له بممارسة مسؤوليته الكاملة باعتباره شخصا راشدا يختلف كثيرا بين المجتمعات.

في المجتمعات الزراعية التي تحتاج لكثير من العمال، يؤمل من معظم الفتيات والفتيان أن يصبحوا منتجين اقتصاديا عند وصولهم إلى مرحلة النضج الجنسي أو ربما قبل ذلك وتوجد مثل هذه المجتمعات في إفريقيا وآسيا وأمريكا اللاتينية، و تبدأ سن النضج مبكرا في هذه المجتمعات، وتكون فترة المراهقة قصيرة وقد لا توجد أصلا. وجانب آخر يكثر الفائض من العمال في المجتمعات الصناعية، لذا فبإمكانهم تأجيل إدراج صغار الشباب ضمن القوى العاملة، وبالإضافة لذلك فإن ثقافة المجتمعات الصناعية أكثر تعقيدا من المجتمعات من المجتمعات الزراعية، وتتطلب من الشخص وقتا أطول للتعلم.

ولكل هذه الأسباب لا يسمح قانون معظم المجتمعات بأن يولي الناس المسؤوليات الكاملة للبالغين قبل نهاية العقد الثاني من عمرهم، كما أنه لا يرجى من صغار الشباب أن يتولوا مسؤولية شخصية، فهم قانونا في ذمة ذويهم، وفي الماضي حددت جميع المجتمعات الصناعية سن النضج القانوني بـ 21 عاما تقريبا، ولكن منذ بداية الستينات من القرن العشرين خفضت معظم هذه المجتمعات السن القانوني إلى 18 سنة أو 19 أو 20 عاما، واليوم يصبح الفرد بالغا قانونيا في سن 18 في معظم البلاد، وهذا عند الغربيين خاصة وأن يكونوا مسؤولين أمام القانون عن أي عقد يوقعون عليه، ويحكم القانون بأن المراهق لا يتحمل مسؤولية الجريمة وبذلك تكون فترة المراهقة طويلة من وجهة النظر القانونية.

وبالإضافة للجوانب القانونية يمكن أيضا النظر إلى المراهقة بوصفها مرحلة من مراحل النمو النفسي. ينظر الطبيب النفساني إلى المراهق بوصفه شخصا يحاول الاستقلال أسوة بالبالغين حتى لا يظل معتمدا على غيره كالأطفال، ويحقق بعض الناس هذا الهدف أسرع كثيرا من غيرهم، وعلى أية حال فإن معظم المراهقين ينضجون نفسيا بنفس النسبة التى يحددها مجتمعهم.

3- أنماط المراهقة:

يرى الدكتور " صموئيل " أن هناك أربعة أنواع عامة للمراهقة يمكن تلخيصها كالآتي:

3-1- المراهقة المتكيفة:

هي المراهقة الهادئة نسبيا التي تميل إلى الاستقرار العاطفي، قليلة التوترات الانفعالية الحادة تربط المراهقة علاقة طيبة بالمحيطين به، كما يشعر بتغير المجتمع له ولا يكثر المراهق من أحلام اليقظة والخيال أو الاتجاهات السلبية.

3-2- المراهقة الجانحة:

وتشكل الصورة المتطرفة المنطوي والعدواني و يتميز بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي" 1

أمحمد عماد إسماعيل النمو في مرحلة المراهقة - دار العلم- الكويت- ط1- سنة 1982- ص130

الفصل الثالث المراهقة

3-3- المراهقة الإنسحابية:

في هذه المحلة يميل المراهق إلى الإنطواء والعزلة والتردد والخجل، وشعوره بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي فيكثر التفكير في نفسه وفي حل مشاكله والتفكير في قضايا الدين، والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية كما يكثر من أحلام اليقظة وهذا يؤدي به إلى محاولة جعل نفسه مطابقته بأشخاص الروايات التي يقرؤونها.

3-4- المراهقة العدوانية المتمردة:

يكون المراهق فيها ثائرا متمردا على السلطة الأبوية أو سلطة المجتمع كما يميل إلى تأكيد ذاته فيظهر السلوك العدوانية بصفة مباشرة أو غير مباشرة تتمثل في العند و رفض كل شيء. ٦

4- خصائص مراحل المراهقة:

المرحلة المبكرة: تمتد من 12 إلى 14 سنة

خصائصها: في هذه المرحلة يتضاعف السلوك العدواني و تبدأ المظاهر الجسمية العقلية، الانفعالية والاجتماعية المميزة في الظهور، و لا شك أن من أبرز مظاهر النمو في هذه المرحلة هو النمو الجسمي، و يجدر الذكر أن الولد أو البنت يعتمد في هذه المرحلة من المراهقة إلى تقدير ما يريد أن ينتجه في المستقبل، كأن يصبح طبيبا أو مهندسا أو أستاذا، ثم يبدأ بالفعل في دراسة ما يصبوا إليه، و ما يجب على الكبار هو عدم احتقار هذه الاتجاهات بل يسعون إلى تتميتها بطريقة تطابق وواقع الحياة، والمراهقة المبكرة تتميز بمرونة شديدة قد تتتهى بالمراهق إلى تكوين صورة جديدة عن نفسه.²

المرحلة الوسطى: تمتد من 15 إلى 18 سنة

خصائصها: وتسمى أيضا المرحلة الثانوية حيث يؤدي الانتقال من المدرسة الإكمالية إلى المدرسة الثانوية زيادة في المتطلبات التي لا بد أن يعمل حسابها بما فيها ما يتعلق بالأماكن والمباني وأعضاء هيئة التدريس.3

المرحلة المتأخرة: تمتد تقريبا من 18 إلى 21 سنة

وفي مجتمعنا قد تمتد هذه المرحلة فترة طويلة نظرا لاعتماد الأطفال على الأهل في الشؤون المادية والدراسية إلى ما التخرج، وفي فترة العمل كذلك يستطيع معظم الشباب أن يعملوا بطريقة مستقلة رغم انهماكهم بقضايا تتعلق برسم معالم هويتهم وشخصيتهم ولأنهم يشعرون بثقة أكبر اتجاه قراراتهم ويعود الكثير منهم إلى طلب النصيحة والإرشاد من الأهل وبرغم أن الأطفال اكتسبوا شخصيات مستقلة خلال مراهقتهم، فتبقى القيم والتربية واضحة وظاهرة في الشخصيات الجديدة من أحسن الأهل التصرف والتفهم لهذه المرحلة الحرجة. 4

محمود عبد الحليم عبد الكريم- ديناميكية التدريس التربية الرياضية- مركز الكتاب للنشر - ط1-سنة 2006 -ص191

² يوسف أسعد، المراهقة مشكلاتها وحلولها ،مكتبة الانجازات المصرية، القاهرة، سنة 1989 ص119.

 $^{^{2}}$ عبد السلام زهران علم النفس النمو من الطفولة إلى المراهقة عالم الكتب القاهرة سنة 1977 ص 2

⁴ محمود عبد الحليم عبد الكريم- ديناميكية التدريس التربية الرياضية-نفس المرجع. - سنة 2006 - ص193

5- خصائص ومميزات المراهقة:

ٍ ما قلنا سابقا أن مرحلة المراهقة تختص عن باقي مراحل حياة الفرد بشيء هام آلا وهو التحولات أو التغييرات التي تطرأ على الفرد من الناحية الجسمية، العقلية، الإنفعالية، النفسية والإجتماعية والحركية.

5-1 التحولات الجسمية:

تعد التغيرات التي تحل بالجسم خلال هذه الفترة مؤشرا لنمو المراهق، وعليه أن يتكيف مع تغيرات أعضاء جسمه ويستجيب للنتائج والآثار التي تتركها تلك التغييرات، ومن هنا فإن مرحلة المراهقة تمتاز بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضج حيث يزداد الطول والوزن وتتمو العضلات والأطراف ولا يتخذ النمو معدلا واحدا في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤدي هذه السرعة إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة ويؤدي بذلك إلى إضطراب السلوك الحرك، كذلك يلاحظ زيادة إفرازات بعض الغدد وضعف بعضها الآخر فالغدة التكيفية يزداد إفرازها ويؤدي بذلك إلى سرعة النمو في العضلات وخلايا الأعصاب.

ومن حيث الطول والوزن يظهر الفتيان أقل من الفتيات من 11 إلى 14 سنة أما في15 سنة فإن الفتيان يكونون أطول بعض الشيء من البنات وعامة تبدأ الزيادة في الطول في الساقين ثم الجذع واكتمالها في اليدين والرأس والأقدام والأكتاف كما نجد أن البنات تظل فترة متفوقات على الأولاد حتى من حيث النمو العضلي وقد يسبب لها إحراجا.

كما نلاحظ الفرق في النمو عند الأولاد، فالبنت تصل إلى أقصى درجة من القوة في السن الذي يظهر لديها الحيض بينما الولد ينمو في ازدياد القوة مع طول فترة المراهقة وهناك أعراض ومشكلات يتعرض لها المراهقين في هذه المرحلة و ذلك مابين 12-15سنة هي خشونة الصوت، السمنة، النحافة ويعود ذلك إلى إزدياد الغدد الجنسية ونضجها بالإضافة إلى علاقتها بالغدة النخامية والدرقية.

وخير دليل على ما قلناه من قبل هو هاته النسب:

12سنة : متوسط النمو عند البنون 143.1 = سم ، الوزن يساوي 37.1 كغ متوسط النمو عند البنات 147.1 = سم ، الوزن يساوي 41.5 كغ 147.1 = سم ، الوزن يساوي 48.4 كغ متوسط النمو عند البنون 157.1 = سم ، الوزن يساوي 50.5 كغ متوسط النمو عند البنات 147.1 = سم ، الوزن يساوي 50.5 كغ 18سنة : متوسط النمو عند البنون 169.3 = سم ، الوزن يساوي 60.4 كغ متوسط النمو عند البنات 158.8 = سم ، الوزن يساوي 54.3 كغ

21سنة : متوسط النمو عند البنون 170.8 = سم ، الوزن يساوي 63.7 كغ متوسط النمو عند البنات 159.3 =سم ، الوزن يساوى 55.8 كغ

نلاحظ جليا تفوق البنات على البنين في الطول والوزن عند 12 سنة.

ثم تساوي في الطول و اقتراب التساوي من حيث الوزن عند 15 سنة.

ثم تفوق واضح في الطول والوزن عند البنين في 18 سنة. بعدها إستمرار هذا التفوق عند 21 سنة¹.

5-2 النمو الحركي:

إختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فترة المراهقة في النمو الحركي حيث يرى" كولين" أن حركات المراهق في سن 13 سنة تتميز بالإختلال والتوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والإنسجام.

أما NAHANKRG يرى بأنها فترة إرتباك حركي واضطراب ويمكن تلخيص مواطن هذا الاضطراب والإرتباك الحركي بين12-15سنة كالتالي:

1-الإرتباك العام أي إنعدام التناسق و الانسجام في الحركات.

2-إفتقاد الرشاقة المكتسبة.

3-نقص هادفية الحركات.

4-إرتفاع كبير في الحركات الزائدة المفرطة خاصة في الجري و المشي أي عدم الإقتصاد.

5-صعوبة بالغة في استخدام القوة أي نقص الجهد اللازم وعدم قدرته على ضبط القوة العضلية.

6-نقص القدرة على التحكم الحركي واكتساب وإستيعاب حركات جديدة.

7-التعارض في السلوك الحركي العام.

أما في المرحلة مابين15-18 سنة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباط والاضطراب الحركي وتأخذ مختلف النواحي المهارية والحركية والتحسن والرقي لتصل إلى درجة عليا من الجودة ويستطيع الفتى والفتاة تحسين سرعة الإكتساب وتعلم مختلف الحركات و إتقانها وتطبيقها بالإضافة إلى ذلك فإن عامل قوة العضلات التي يتميز بها الفتى يساعد على ممارسة أنواع عديدة من الرياضة وكذلك مرونة الفتاة تساعدها على ممارسة الرياضة مثل الجمباز.

وكذلك يستطيع المراهق في هذه المرحلة للوصول بالتدريب إلى أعلى مستويات النجاح، أما بعد 18 حتى 21 سنة يصل الفرد إلى إكتمال الصفات البدنية كالقوة العضلية والمرونة والرشاقة ويستطيع الوصول إلى أعلى مستوى رياضي².

2عماد الدين إسماعيل. - النمو في مرحلة المراهقة. - دار العلم. - الكويت. -سنة 1986 . - ص38

_

أحمد زكى صالح. - علم النفس التربوي. - مكتبة النهضة المصرية. -مصر. - سنة 1998. - ص258

5-3 النمو العقلى:

تتطور الحياة العقلية نحو التمارين وكسب حياة الفرد ألوانا من الفعالية وتساعد على إعداد نفسه للتكيف الصحيح مع البيئة والثقافية الإجتماعية التي يعيش فيها ولهذا تبدو أهمية العمليات الفكرة لدى المراهق ويتضح هذا فيمايلي:

5-3-1 الذكاء:

هو محطة النشاط العقلي كله أو هو القدرة العقلية العامة التي تبين المستوى العام للفرد، كما عرفه "بيروت" بأنه القدرة العقلية المعرفية العامة ويقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية بل بتأثره بالنواحي الإدراكية، وهذه المرحلة من المراهقة يتم فيها إستخدام إختبارات الذكاء والقدرات والإستعدادت لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة وإكتشاف إمكانيات وقدرات التاميذ المراهق من جهة أخرى لتضمن له بدء التعمق الدراسي بالأخص التوافق الدراسي الجيد¹.

2-3-5 الإدراك:

يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية والرمزية وعلى هذا الأساس وهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة التي لا تقوم على البرهنة والإقناع.

5-3-3الإنتباه:

بالرغم من الأزمة التي يمر بها المراهق إلا أن إنتباهه يزداد بشكل واضح في مداه ومستواه وعليه يستطيع المراهق استيعاب مشكلات طويلة ومعقدة.

5-3-4 التفكير:

يتأثر تفكير المراهق بالبيئة وهذا ما يحفزه إلى اللجوء لمختلف الطرق في حل مشاكله ورغم أنه يترفع عن التفكير الحسن ويرتقي إلى مرتبة التفكير المجردة إلا أن هذا الرقي يستخدم في الإستدلال بنوعية الإستقرار والاستتاج وما يهم المراهق دائما مبنى على الافتراضات للوصول لحل المشكلات².

5-3-5 التذكر:

تأكد الأبحاث الحديثة أن مرحلة الطفولة ليست هي المرحلة الذهبية للتذكر ذلك أن عملية التذكر تتمو أيضا في المراهقة وتتمو معها قدرة الفرد على الانتباه والاستيعاب والقدرة على الاحتفاظ وترتبط عملية التذكر بنمو قدرة الفرد على الانتباه بدرجة ميله نحوها أو عزوفه عنها³.

¹ سلامة لكرم توفيق. - علم النفس الرياضي. - الإسكندرية. - دار المعارف الجامعية. - سنة 1995. - ص45

مالامة لكرم توفيق. - علم النفس الرياضي. -نفس المرجع. - سنة 1995. - ص47

³ سلامة لكرم توفيق. - علم النفس الرياضي. -نفس المرجع. - سنة 1995. - ص48

5-3-5 التخيل:

يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها جواز الزمان والمكان وله وظائف عدة يجب أن يحققها المراهق فهو أداة ترويجية كما أنه مصطلح للمطامح غير المحققة وهو يربط بالتفكير، ذلك أن الخيال يعتبر وسيلة من وسائل حل المشاكل بالنسبة للمراهق بل ويعتبر وسيلة هامة لتحقيق الإنفعالات.

5-4 التغيرات النفسية:

إن التغييرات العنيفة التي تفاجئ المراهق تشد انتباهه إلى جسمه وتسبب له الكثير من القلق والإضطرابات النفسية ويمكن القول بان هذه الفترة تعتبر مرحلة يعاني منها المراهق، ولذلك يطرأ التغير الواضح على جوانب النمو الأخرى العقلية والوجدانية والإجتماعية وذلك فيمايلي:

1-نقل سرعة نمو القدرة نظرا لإشتغال معظم طاقة المراهق البيولوجية والفيزيولوجية بمواجهة مطالب النمو الجنسي السريع حتى انه لا يشعر بالإرهاق إذ ما قام بمجهود عقلي ولهذا ينبغي أن نراعي فيه كمية الدروس وفيما يجب أن يكلف به المراهق من أعمال مختلفة.

2-نلاحظ على المراهق في هذه الفترة زيادة الحساسية الإنفعالية فقد يضطرب المراهق أو يشعر بالقلق لما يعتز به من نمو جسمي سريع فيحس بأنه يمتاز على سائر الناس وثقل ثقته بنفسه ولذلك فهو كثيرا ما يميل إلى أحلام اليقظة فيعتقد انه ثري أو قوي أو جميل الصورة ويهيم في عالم الحب ومن هنا فإن المراهق يحتاج لأن يحصل على العزلة بعضا من الوقت ويجب أن تتاح له هذه الفرصة ففيها يفكر ويتأمل وينضج.

3-تختفي تدريجيا بعض جماعات الأطفال التي كانت واضحة في المرحلة السابقة ويحل محلها بعض الأصدقاء من نفس الجنس حيث يستطيع أن يبوح بأسراره ويطلعهم على ما يعانيه ويطمئن على نفسه إذا ما كانوا يمرون بنفس التجربة التي يمر بها.

ونستنتج أن المراهقة تستمر حتى يصل المراهق إلى مرحلة الشباب أو إكمال القطب الإجتماعية لديه في 21 سنة من العمر وهو السن الذي يصبح فيه الفرد رجلا مكلفا يتحمل المسؤولية الكاملة¹.

5-5 التغيير الانفعالي:

تمتاز الفترة الأولى من مرحلة المراهقة بإنفعالات عنيفة إذ نجد المراهق يثور لأتفه الأسباب، ومرجع هذه الظاهرة هو النمو الجسمي السريع والتغيرات المفاجئة التي تصحب البلوغ وإن أثير أو غضب لا يستطيع التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية، كما تنشأ إنفعالات مادة متضاربة بسبب ما يتعرض له المراهق من حالات مختلفة من اليأس والقنوط والحزن والآلام النفسية وما يميز هذه المرحلة أيضا تكون بعض العواطف الشخصية العواطف نحو الذات التي تحمل المظاهر التالية:

1026 مصطفى فهمي. - سيكولوجية الطفولة والمراهق. - مصر. - دار مصر للطباعة. - سنة 1974 . - ص

_

-الاعتناء بالنفس والعناية بالملابس وطريقة الكلام إذ يبدي المراهق أن لم يعد الطفل الذي يطيع دون أن يكون له الحق في إبداء رأيه.

-ومن جهة أخرى يبدأ المراهق بتكوين بعض العواطف المجردة التي تدور حول موضوعات معنوية كالتضحية والدفاع عن الضعيف.

-ونلاحظ أن المراهق يختلف عن الطفل الذي يميل إلى الإنتظام والولاء للمدرسة أو الأسرة أو الجماعة التي ينتمى إليها.

-ظهور صعوبات تعليمية في الاكمالية والثانوية مثل عدم القدرة على التحصيل الدراسي وهذه الصعوبات تتقسم إلى أربع أقسام حسب أسبابها:

- . 1صعوبات تعليمية متعلقة بالقدرة العلمية.
- .2 صعوبات تعليمية متعلقة بسوء الصحة الجسمية.
 - . 3صعوبات تعليمية متعلقة بالاتجاهات الأبوين.
- 1 . صعوبات تعليمية متعلقة بالهموم والمشاكل العائلية 1 .

5-6 التغيرات الاجتماعية:

تحدث أهم التغييرات في الميدان الإجتماعي خلال سن المراهقة بين12-18سنة ويمكن أن نلخص أهم الخصائص المميزات الإجتماعية فيمايلي:

-الميل من التحرر من سلطة المنزل والكبار ويثور عليها أحيانا وقد يسبب النفور من المنزل والرغبة في التعويض عن ذلك بإيجاد علاقات أخرى وحدوث بعض الانحرافات الجنسية.

- -يبدأ في التخلص من الأنانية للحصول على مكانة في المجتمع.
- -تصرفاته تصبح متناقضة تماما فتراه يتصرف كالكبار وتارة كالصغار.
- -تزيد عزته بنفسه ويصبح محتاجا للإشتراك في جماعات منظمة يشعر فيها بمكانة ويكتسب خبرات ومهارات جديدة.
 - -يحتاج كثيرا للتدرب في الهوايات المختلفة وذلك لغرض الكشف عن قدراته.
 - -إزدياد النزعة الإستقلالية في الرأي والتصرف حيث يشعر بالمساواة مع الكبار.
 - -يميل إلى الإشتراك في أعمال الإصلاح الاجتماعية وتغيير الأوضاع.

-زيادة الرغبة في الإشتراك مع أفراد مجموعته وتبادل الحديث معهم في موضوعات مختلفة، وخاصة في الرياضات والجنس والملابس ويميل إلى موضوعات تخص مشكلات الزواج والأسرة.

أمصطفى فهمي. - سيكولوجية الطفولة والمراهق. - مرجع سابق. - سنة 1974. - ص 226

الفصل الثالث المراهقة

-تزداد الرغبة في المناقشة وخاصة مع الكبار وتأكيد النزعة الإستقلالية.

-زيادة ميل كل جنس إلى الجنس الآخر 1 .

6-حاجيات واهتمام المراهق:

6-1 حاجيات المراهق:

إن حاجات المراهق تتلاءم مع نضجه الجنسي، ولا شك أن حاجات المراهق الجسدية والإجتماعية والشخصية لا تختلف في طبيعتها عن حاجات الآخرين ذوي الأعمال المختلفة غير أن شدة بعض الحاجات ومعناها يختلفان في مرحلة المراهقة من مراحل حياته التالية وسوف نستعرض بعض الحاجات الملحة في حيات المراهق:

6-1-1 الحاجة إلى المكانة:

تعتبر المكانة من أهم حاجيات المراهق إذ يرى فاخر عاقل " إن المراهق يريد أن يكون شخصا هاما تكون له مكانة خاصة في مجتمعه، وأن يعترف به كشخص ذو قيمة فالمكانة التي يطلبها المراهق بين رفاقه أهم لديه من مكانته عند والديه أو معلميه ومن هنا كانت أهمية حرص المعلم على أن يعامل المراهق كما ينبغي، فالمراهق حساس وحريص على أن لا يعامل معاملة الأطفال، فالمعلم إذ ما أراد كسب المراهق عليه أن يحسن من معاملته كراشد لا كطفل".

فإذا أردنا أن نكسب المراهق ليأخذ بنصائحنا سواء من المحيط الأسري أو التربوي وجب علينا معاملته كراشد بآرائه وكيانه ومكانته².

6-1-2 الحاجة إلى الاستقلال والاعتماد على النفس:

عندما يكون الفرد في مرحلة الطفولة يحتاج لمساعدة الغير خاصة الأسرة ولكن هذه الحاجة تفقد صلاحيتها بمجرد دخوله مرحلة المراهقة، فيصبح ميالا إلى الانتقالية والاعتماد على النفس أي يشعر بالمسؤولية بعيدا عن السلطة الأسرية، ويحاول إثبات نفسه في المحيط الذي يعيش فيه بداية بأسرته و يشير " فولت إبراهيم فؤاد وعبد الرحمان سيد سليمان" فيما يخص الحاجة إلى الاستقلال إلى انه بالرغم أن الإنسان يكون بحاجة ماسة إلى الاعتماد على الآخرين في مرحلة الطفولة فانه بمجرد الدخول لمرحلة المراهقة يصبح بحاجة للتحرر من تلك العلاقات الاعتيادية بينه وبين أسرته، نزولا إلى مواجهة مشكلات الحياة اليومية بقدرات خاصة فيتخذ قراراته بنفسه دون وصاية من أحد وهو من خلال ذلك يحاول إثبات وجوده وأن يؤكد للآخرين وبالأحرى والديه قدراته وأن يعبر عن نفسه بما يقوم به من علاقات ناجحة مع أفراد خارج نطاق الأسرة³.

² فاخر عاقل. - علم النفس التربوي. - ط 1 . -دار العلم. - بيروت. -سنة 1972 . - ص

قؤاد ابراهيم، عبد الرحمان سيد سليمان. - دراسات في سيكولوجية النمو. - مكتبة زهراء الشرق. - القاهرة. - سنة 1998. - ص21

أمصطفى فهمي. - سيكولوجية الطفولة والمراهق. - نفس المرجع. - سنة 1974. - ص 227

6-1-3 الحاجة إلى الحب والحنان:

إن للمراهق حاجة إلى أن يتبادل مع غيره عاطفة الحب، فالواجب إزاء هذه الحاجة أن يتوفر للتلميذ جوا عائليا كجو الأسرة وهذا ما نلاحظه عند المراهق فهو يسعى لبناء علاقات عاطفية مع الطرف الآخر من بني جنسه أملا أن يتوفر له الحب والحنان المتبادل والتي تفسح له المجال لإقامة علاقات تقارب وتفاهم بين مختلف الأطراف الاجتماعية.

4-1-4 الحاجة إلى الطمأنينة والأمان:

يشعر المراهق بحاجة ملحة إلى الأمن والطمأنينة وما من شك في ثقة المراهق في نفسه وقدرته على ضبطها والسيطرة عليها تأتيان عن إشباع المراهق لحاجته الانفعالية والإجتماعية¹.

6-2 الحاجة الجسدية والنفسية والاجتماعية:

إن هذه الحاجات في نظر المراهق حاجات هامة جدا لأنها في نظره تحقق ذاته جسديا وإجتماعيا، فالمراهق يسعى الله أن يكون مقبولا تاما من الجماعات المرجعية وإذا لم يتحقق له مثل هذا القبول يصبح تكيفه صعبا وتظهر عليه حالات من التوتر و الصراع الشديد.

ويمكن أن نقسم الحاجات الإنسانية إلى قسمين أساسين هما حاجات جسدية وحاجات نفسية.

6-2-1الحاجات الجسدية:

وتتقسم بدورها إلى أربع حاجات أخرى:

- -الحاجة إلى الطعام.
 - -الحاجة إلى النوم.
 - -الحاجة للجنس.
- -الحاجة إلى تجنب الألم و التخلص من المرض.

6-2-2 الحاجات النفسية:

-حاجات وجدانية الحب والطمأنينة

-حاجات عقلية القراءة والتأمل

 2 حاجات إجتماعية التعاون والتنافس

أبو الفتوح رضوان. - المدرس في المدرسة والمجتمع. - ط1. - مكتبة أنجلو المصرية. - القاهرة. -سنة 1973. - ص4

أيوسف ميخائيل. - رعاية المراهقين. - دار غريب للطباعة. -القاهرة. - سنة 1998. - ص130

الفصل الثالث المراهقة

وكل ذلك يدفع إلى السلبية و الانسحاب المفاجئ أو التدريجي من التمتع فيصير منعزلا ويكثر التفكير في الإعتداء على الآخرين ولذلك تبرز لديه نزعات العداء والتخريب وغالبا ما نجد أن المراهقين يعانون من أزمة الثقة بالنفس بسبب إخفاقهم المبكر وعدم قدرتهم على التوقيع الصحيح لما يجري في محيطهم. كما أن إهتمام الأبوين ورعايتهم للمراهقين تزيد شعورا بالأمان إضافة إلى أن القبول من أقربائه يزيد له هذا الشعور فالصداقة الحميمية تعد عاملا من عوامل خلق الأمان في نفس المراهق¹.

7 - إهتمامات المراهق:

7-1 إختيار المهنة:

من المهم أن يتهيأ المراهقون من كلا الجنسين لأداء عملهما فهم يظلون في فصولهم دون أن تعلق أي فكرة في رؤوسهم ولا يستطيع إختراق حاجب المستقبل ليروا أنفسهم قائمين بدور مثمر فعال في الحياة، حيث يشعر المراهق أنه من أهم الوسائل التي تعطى للفرد أهمية في هذا العالم هو إسهامه وفائدته داخل النظام الاجتماعي

وذلك بالعمل والعمل إلهام لكن المشكل الوحيد الذي يعرقل توجه المراهق نحو اختيار مهنته والعمل لكسبها هو ان يخشى بعض الآباء تحرير أطفالهم أو السماح لهم بالتفكير الإستقلالي ووضىع الخطط لحياتهم فهم مدفوعين بدافع قوي لا شعوري للسيطرة على أبنائهم وابقائهم معتمدين عليهم، فيشن المراهق في كل أسرة "حرب إستقلال "يحارب فيها الأبوين للقضاء على سلطتهما وتحقيق حريته².

7-2 التوافق للجنس الآخر:

إن الخطبة والزواج والتوافق الزوجي والأبوة ومسؤوليات الحياة كل هذه الأمور تصبح محل اهتمام مباشر في فترة المراهقة خاصة في مرحلة الطفولة المتأخرة فمن خلال هذه المرحلة يتعرف كل جنس على الآخر من خلال الدراسة في الاكماليات والثانويات وحتى الجامعات من خلال المشاركة في الحفلات والرحلات والترهات وما شابه ذلك فيزداد الميل والاهتمام بتكوين العلاقات الغرامية وتصل هذه العلاقة إلى درجة الحب العليا وممكن أن تصل إلى التفكير في الخطبة وفي الزواج وتكوين أسرة صغيرة.

¹مالك سليمان مخول. - علم النفس والمراهقة. - ط2 . - المطبعة الجديدة. - دمشق. - سنة 1980، ص 445 446

يُوسف ميخائيل أسعد. - رعاية المراهقين. - دار غريب للطباعة. - القاهرة. - سنة 1998. - ص145

7-3 الاهتمام بكامل الشخصية:

وإذا توافق الفرد لعمله واختار له زوجا يسكن إليها وتحرر من والديه فلا يعني كل هذا أنه قد إكتمل بل يجب أن نعاونه ليحقق ضرورة إشتراكه في الحياة الجماعية والأمة بل العالم أيضا، فعليه أن يسخر جميع وظائفه لخدمة وطنه

ومجتمعه ويجب أن يقبل الناس كأفراد من حوله ويتحمل هفواتهم ويتحرر من الوحدة وأن يكون مخلصا في القيام بدور نشاط الجماعة.

إذا فالمراهق تزيد اهتماماته بتكامل شخصيته لغرض البحث عن مكانة مرموقة كذلك داخل المجتمع 1 .

8 - مشكلات المراهق:

تتميز هذه المرحلة بالفوضى والتناقض فيبحث الفرد عن هوية جديدة كما أن المراهق يحاول تجاوز هذه الأزمات والتوترات بالرياضة في أول الأزمة تبدأ ببطء ثم تنفجر و يعود سببها إلى الإحساس بالخوف أو الخجل أو الخطأ، فهي مرتبطة بمستوى الذكاء.

كما يمكن إرجاع هذه المشاكل لعدة عوامل من بينها نفسيته كالعزلة و عوامل اجتماعية كعدم الامتثال، فيبحث عن العادات و الذات فيتكون له القلق و هذا نجده عند الشباب وسنلخص أهم هذه العوامل في النقاط التالى:

8-1- المشاكل النفسية:

المراهقة تقوم على النضج النفسي لكي يسهل الاندماج النفسي الاجتماعي لأن الصدمات السيكولوجية كثيرة في هذه المرحلة كتأكيد الذات و يظهر هذا إما عن سلوكات عدوانية يقوم بها، و تزيد الأزمة لما يبدأ بالبحث عن الهوية والأصالة.

8-2- المشاكل العاطفية:

ارتأينا للتطور العادي للمراهقين، فميدان الحياة يؤكد أعراض تصرفات هاته الفئة من الأفراد وتقابل أحيانا إصلاحات في الصحة كالأحزان العميقة والانطواءات على الذات ومشاكل الجوارح والانعزال.

8-3- المشاكل الاجتماعية:

إن النقص في التربية أو في التكوين يعود على المراهق ففي المجتمعات البدائية كمجتمعات إفريقيا و آسيا البنت و الرجل يتزوجان في سن مبكرة، فتكون لهم مسؤوليات كبيرة مما تعقد من الأزمة و أحيانا هذه المجتمعات تهمل مرحلة المراهقة و لا تعطي لها اهتمام.²

أيوسف ميخائيل أسعد. - رعاية المراهقين. -نفس المرجع. - سنة 1998. - ص 147

² معتز سيد عبد الله. - بحوث في علم النفس الإجتماعي. - ط3. - دار الطباعة للنشر والتوزيع. - القاهرة - سنة 2000-ص192

9- علاقة المراهق بالثانوية:

للمدرسة تأثير قوي في تشكيل مفهوم المراهقة عن ذاته، وعلى من هو و من سيكون و توفر المدرسة منذ عمر السادسة له فرصا لاختيار قواه واكتشاف قدرته و جوانب عجزه و تصوره ففيها يتعرض الناشئ للفشل أو النجاح. 1

فالمراهق يقضي معظم أوقاته في الثانوية إذ يعتبر مجتمع أكثر اتساعا و تعقيدا من المجتمع الأسري، فلها آثار النشأة والعادات و الأداء يبديها المربي.

فنجد هذا الأخير يتأثر كثيرا بالمكتسبات والخبرات التي يتعرض إليها في الثانوية وكذا العلاقات السائدة فيها، إن الثانوية تزود المراهق وتتمي مهاراته وخبراته الاجتماعية فيتلقى عن طريقها قواعد في السلوك الاجتماعي والأخلاقي.

10 - تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق:

تكمن أهمية التربية البدنية والرياضية في النشاط والراحة لهذا المراهق وتمكنه من إفراز هذه الطاقة، فهنا الفائدة تربوية أكثر مما هي سليمة، وبالتالي يحقق الفرد اتزان نفسي وإجتماعي وفكري فهي تغطية الكفاءة بغرض مكانته من خلال الألعاب الجماعية.

وتسهل التربية البدنية والرياضية الاتصال بالتطوير في العلاقات التي تحدث على المشاركة داخل الجماعة، وهذا يأتي عن طريق النشاطات البدنية والجسمية وكذلك تمكن المراهق من تقوية العضلات وكامل أعضاء الجسم من أجل النمو السليم لجميع نواحى الشخصية.

يعتبر علماء النفس اللعب أحد العوامل المساعدة على التخفيف من ضغوطات الحياة اليومية والتي تنطبق فيها المشاعر النفسية والطاقة الغريزية فيما يقوم به الفرد من نشاط حر، كما يعتبر اللعب أسلوبا هاما لدراسة وتشخيص وعلاج المشكلات النفسية، ويؤدي اللعب إلى التنفيس عن الطاقة الزائدة، كما يساعد على تدريب المهارات التي تساعد المراهق على التأقلم والتكيف في حياته ومجتمعه.

ففي الفريق يتعود المراهق على تقبل الهزيمة بروح من ناحية والكسب غرور وكيفية تقبل مواقف التنافس تلك المنافسة التي لا بد له أن يقابلها في الحياة إذن فاللعب هو النشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبته تلقائيا دون أن يكون له هدف مادي معين، وهو أحد الأساسيات الطبيعية التي يعبر عنها الفرد عن نفسه.

إن الألعاب التي تحقق بها مختلف الأنشطة الرياضية هي المادة المستعملة في التحقيق والعلاج النفسي فهي متنوعة وتمنح الفرد فرصة للتعويض وللتخفيف من الإحباطات التي يعانيها المراهق، كما تساعد على التحكم في المشاكل كالقلق والاحباطات والعنف، والتعبير عن الصراعات المقلقة والتي يكون معانيها مختلفة باختلاف الفرد وشخصيته.2

-

ميخائيل إبراهيم أسعد. - مشكلة الطفولة والمراهقة. - ط2. - دار الأفاق الجديد. - بيروت. - سنة 1994. - ص 1

²أسامة كامل راتب إبراهيم، عبد ربه خليفة. - النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل. - مصر. - دار الفكر العربي. - سنة 199. - ص

الخلاصة

تناولنا في هذا الفصل فترة المراهقة وما تتميز بها من الفترات الأخرى، حيث يتعرض المراهق لعدة تغيرات جسمية جنسية ونفسية واجتماعية وكذا عقلية تؤدي به إلى تقلبات مزاجية متكررة وحالات قلق شديدة تجعله ينحرف عن ما هو عليه طبيعيا ولهذا فإن اختلال هذه المرحلة تؤدي إلى ظهور سلوك عدواني غير لائق، وجد عويص والخروج عن المعايير والسير في اتجاهات مخالفة للمجتمع.

لهذا على كل مربي والوالدين مراعاة هذه الفترة وإعطائها الأهمية الكبيرة لتفادي مثل هذه المشاكل التي تتجم عن ذلك، فأي خطأ من معاملة المربي للمراهق تؤدي إلى ظهور سلوكات عدوانية تؤدي به إلى إيذاء نفسه أو غيره.

تمهيد:

يمكننا وصف البحث العلمي على أنه مغامرة شاقة ومليئة بالنشاط والمجازفات التي تجري وقائعها بين أحضان العلم هذه المغامرة تستدعي الصبر الموضوعية والجهد المتواصل، التنظيم الخصب الفطنة الحادة، قابلية التحكم الجيد في الظروف الجديدة إلى غير ذلك من هذه العناصر الضرورية لنجاح البحث.

وفي هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في هذه الدراسة ومن أجل الحصول على النتائج التي يمكن الوثوق بها وهي نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى، كما هو معروف فإن ما يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية هذا يمكن من التحقق إذا اتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة و موضوعية.

1 - الهدف من الدراسة الميدانية (الاستطلاعية):

البحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها و جوانبها. 1

كل دراسة لا بد أن تكون ذات أهداف لأنه و بتحديد هذه الأهداف يمكن تحديد الوسائل والطرق التي تجرى بواسطتها و يمكن تحديد هدف بحثنا هذا على إبراز دور النشاط البدني الرياضي في تخفيف السلوك العدواني لدى المراهقين في المرحلة الثانوية ومدى تأثيرها على تلاميذ الثانوية و جعله فردا سويا ذو أخلاق متزنة مكيفة و مندمجة مع الزملاء في المؤسسة ومع المجتمع بصفة عامة والذي يتأثر و يؤثر فيه محققا بذلك أهداف مستقبلية سواء لنفسه أو لمجتمعه وهذا بالإضافة إلى التأكد من صحة الفرضيات بعد التحليل و مناقشة النتائج ومعالجة بعض جوانب النقص التي لمستها في هذا الموضوع و إعطاء بعض الاقتراحات والتوجهات كما سنتمكن من فتح مجال أمام دراسات أكثر تعمقا في الموضوع.

2- المنهج المستخدم في البحث:

إن مناهج البحث عديدة و متنوعة و متباينة تباين الموضوعات والإشكاليات ولا يمكن أن ننجز هذا البحث دون الاعتماد على منهج واضح يساعد على دراسة و تشخيص الإشكالية يتناولها بحثنا ذو الوظيفة الوصفية إذ يعتمد على اتصال الباحث بالميدان ودراسة ما هو قائم فيه لذا استخدمنا المنهج الوصفي الذي يعرف أنه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة محل الدراسة، ويمكن تعريفه بأنه ذلك العامل الذي من خلاله نقوم بتحديد طبيعة وخصائص بعض الظواهر المعينة لأجل تحليل العلاقات بين مختلف المتغيرات محاولين بذلك قياسها بطريقة كمية في قالبه و أسلوبه أخصائي هادفين من خلال ذلك أي استخلاص نتائج الموضوع و تتبؤاته عن تطو مختلف الظواهر .2

و يعرف في مجال التربية والتعليم أنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية و الأخلاقية كما هي قائمة في الحاضر يقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها و بين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية أو أخلاقية.3

تم إتباع الخطوات التالية:

- وصف موضوع الدراسة وصفا دقيقا وذلك من خلال جمع المعلومات الكافية.
- التحقق من المعلومات المجموعة حول موضوع الدراسة بالوصف الدقيق و تحليل النتائج الجيدة اعتمادا على الظروف المصاغة والمحددة سابقا بغية استخلاص والتعليمات ذات النتائج الجيدة.

 2 بشير صالح الراشدي، منهج البحث التربوي رؤية مبسطة، الطبعة الأولى، دار الكتاب الحديث، الكويت، ص 59.

أ ناصر ثابت، أصول الدراسة الميدانية، مكتبة الفلاح، الطبعة الأولى، الكويت، 1994، ص 47

³ على عبد الواحد وافي، مناهج البحث، معجم العلوم القانونية، الهيئة المصرية للكتاب، القاهرة 1997، ص 592

3 - مجتمع الدراسة وعيناته:

دراسة أي ظاهرة اجتماعية أو نفسية أو أخلاقية تعمل أساسا على العينة المأخوذة من هذه الظاهرة إذ أن بدون عينة لا نستطيع دراسة أي مشكلة وتعرف مجموعة من المشاهدات لمأخوذة من مجتمع معين و يفترض أن تكون الإحصائيات التي تتصف بها هذه المشاهدات ممثلة المعاني لمشاهدات المجتمع.

تهدف من خلال التعرف على خصائص المجتمع الذي تمثله عينة الدراسة وهناك أنواع عديدة للعينات كل منها تتناسب وطبيعة المجتمع ونوع المشكلة.

هي عينة تم اختيارها بدون ترتيب أي عشوائية و بذلك لكل فرد من الأفرد فرصة متساوية من غيره و لقد شملت عينة بحثنا هذا فئة المراهقين في المرحلة الثانوية ضمن مجتمع بحث يضم 1195 تلميذ بكل من ثانوية "حمزة بن الحسن العلوي" بمدينة البويرة وثانوية "حملاوي شارف قاسم"ببلدية عين الحجر ولقد حددنا العينة في 200 تلميذ

جدول رقم 01: نسبة عينة لبحث في مجتمع الدراسة الكلي

	العدد	النسبة
مجتمع البحث	1195	% 100
العينة	200	% 16,73

4 - المجال الزماني و المكاني للبحث:

أ- المجال الزمانى:

شرعنا في نجاز هذا البحث في مدة قدرها 05 أشهر من بداية جانفي إلى منتصف شهر ماي

خصصت المرحلة الأولى من جانفي إلى بداية فيفري لجمع و توفير المادة لعلمية، وانطلقنا في العمل في الجانب النظري من بداية مارس حتى أواخر شهر أفريل وبداية ماي قد خصصنا للعمل في الجانب التطبيقي المتمثل في عرض وتحليل النتائج وحسم المشكل في خلاصة عامة.

ب-المجال المكانى:

أجريت الدراسة في كل من ثانوية حمزة بن الحسن العلوي وثانوية حملاوي شارف قاسم

 1 فوزي عبد الخالق وعلي إخسان، المفاهيم و المنهجيات وتقارير نهائية، المكتب العربي الحديث، الأردن 2007، ص 157.

5 - متغيرات البحث:

أ- المتغير المستقل:

هو الذي يؤدي للتغير في قيمه إلى التأثير في قيم متغيرات أخرى لها علاقة به و حددت المتغيرات المستقلة في بحثنا هذا في :

- حصة النشاط البدني و الرياضي.

ب-المتغير التابع

هو الذي تتوقف قيمته على المتغيرات الأخرى و معنى ذلك أن الباحث يعدل على قيم المتغيرات التابع لا بد أن يراعي ترابطه مع المتغير المستقل والتي حددت في بحثنا في:

- السلوك العدواني لدى المراهقين.

6 - أدوات البحث:

من أجل الإحاطة بالموضوع من كل جوانبه تم استخدام استمارة الاستبيان التي تعد رئيسية لجمع المعلومات عن الوقائع المحدودة وعدد كبير نسبيا من الأشخاص.

كذلك تعرف استمارة الاستبيان بأنه مجموعة من الأسئلة المرتبطة حول موضوع معين وبواسطتها يمكن التوصل إلى حقائق جديدة عن الموضوع والتأكد من معلومات متعارف عليها لكنها غير مدعمة بحقائق.1

ويعرف كذلك على أنه أداة لجمع البيانات المتعلقة بموضوع البحث المحددة عن طريق الاستمارة يجري تعبئتها من قبل المستجيب.²

إستمارة الإستبيان تحتوي على 19 سؤال يشمل مايلي:

-معلومات خاصة بالتلاميذ.

-معلومات خاصة بالسلوك العدواني عند المراهق في المرحلة الثانوية و أثر النشاط البدني الرياضي.

-التوافق الإجتماعي والنفسي الذي يحققه للنشاط البدني على التقليل من الأفعال السيئة

تتقسم هذه الأسئلة على أنواع منها:

² غُريب سيد أحمد، تصميم و تنفيذ البحث، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية، مصر 1997، ص 314

الأسئلة المغلقة: وهي أسئلة لها طرف بسيط أغلب الأحيان تطرح على شكل إستفهامي، تكمن خاصيتها في تحديد المراهق للأجوبة من نوع نعم أولا قد تتضمن أجوبة محددة وعلى المستجوب إختيار واحدة.

الأسئلة المغلقة المفتوحة: يحتوي هذا النوع من الأسئلة على جزئيين الجزء الأول يكون مغلقا ،أي الإجابات تكون فيها مقيدة بنعم أولا والجزء الثاني تكون فيه الحرية للمستجوبين للإدلاء بآراءهم الخاصة.

7 - المعالجة الإحصائية:

بغرض الخروج بنتائج موثوق بها علميا استخدمنا الطريقة الإحصائية لبحثنا لكون الإحصاء هو الوسيلة والأداة الحقيقية التي تعالج على أساس فعلى يستند عليها البحث والاستقصاء وعلى ضوء ذلك استخدمنا ما يلى:

- بما أن البحث كان مختصرا من البيانات التي يحتويها الاستبيان فقد وجد أن أفضل وسيلة إحصائية لمعالجة النتائج المحصل عليها هو استخدام النسبة المئوية
- وكذلك قانون كاف تربيع لثبات الدالة الاحصائية، كما يسمح لنا هذا الاختبار باجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال هذه الوسائل.

قانون النسبة المئوية:

النسبة المئوية تساوي

(عدد التكرارات X مئة) / العينة

ع ___ و100 %

ت ___ س

س = (ت X 100)/ ع

ع: عدد العينة

ت: عدد التكرارات

س: النسبة المئوية

وهذا لترجمة النتائج الرقمية المتحصل عليها وبلورتها إلى دلالات لفظية تفسرها وتترجمها.

قانون اختبار كاف تربيع:

$$k^2 = \sum \frac{(O-E)^2}{E}$$

القيمة المحسوبة من خلال الاختبارات: k^2

0: عدد التكرارات الحقيقية

E: عدد التكرارات النظرية

يتم حساب التكرارات النظرية E من خلال المعادلة التالية:

$$E = \frac{1}{1}$$
 مجموع التكرارات الحقيقية مجموع عدد الاختبارات الموضوعة للاسئلة

خلاصة

يمكن اعتبار الفصل الذي تناولنا فيه منهجية البحث من بين أهم الفصول التي ضمنتها دراستنا هذه لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات والعوامل التي كان بالإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة.

إن هذا لفصل يعتبر بمثابة لدليل أو المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول على تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة.

كما تتاولنا أهم العناصر التي تهتم بدراستنا بشكل كبير منها متغيرات البحث و المنهج المتبع و أدوات البحث البيانات ...الخ من العناصر التي يعتمد عليها أي باحث في الجانب التطبيقي لدراسته.

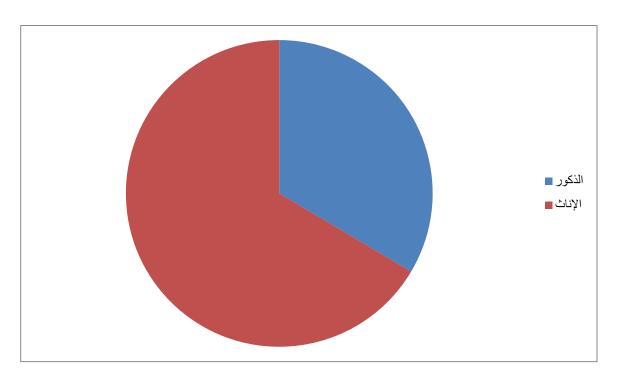
5- عرض وتحليل النتائج:

السؤال الأول: الجنس؟

الدالة	درجة الحرية	مستوى	2 <u>ای</u>	2 اک	النسب	التكرارات	الأجوبة
		الدالة	المجدولة	المحسوبة			
					%33,5	57	الذكور
دالة	1	0,05	3,84	29,38	%66,5	133	الإناث
					%100	200	المجموع

الجدول رقم(1): معرفة جنس المستجوب

التمثيل البياني للجدول رقم(1)



التحليل:

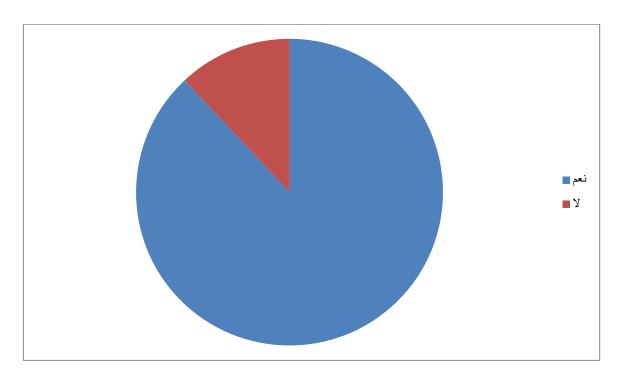
نلاحظ من خلال تحليلنا لنتائج جول رقم 01 أن نسبة الذكور هي 33,5 % في حين أن نسبة الإناث 5,66 % وتعتبر نسبة الإناث عالية وكبيرة مقارنة بنسبة الذكور، وبما أن خاصة العينة المدروسة هي فئة التلاميذ الذين يتميزون بسلوك عدواني إتجاه المحيط المدرسي، فإن نسبة 66,5 % من الإناث تؤكد بأن ظاهرة العدوانية وما تتصل بها من مؤشرات كالشغب والغيابات والشجار وغير ذلك من السلوكات السلبية التي تظهر لا تتحصر عند الذكور فقط بل تعدت لتصل للإناث أيضا.

السؤال الثاني: هل تمارس النشاط البدني الرياضي؟

الدالة	درجة	مستوى	2 <u>ك</u>	2 <u>ك</u>	النسبة	التكرارات	الإجابة
	الحرية	الدالة	المجدولة	المحسوبة			
					%88	176	نعم
دالة	1	0,05	3,84	115,52	%12	24	Y
					%100	200	المجموع

الجدول رقم(2): يمثل معرفة ممارسة الأنشطة الرياضية بالنسبة للتلاميذ.

التمثيل البياني للجدول رقم(2):



التحليل:

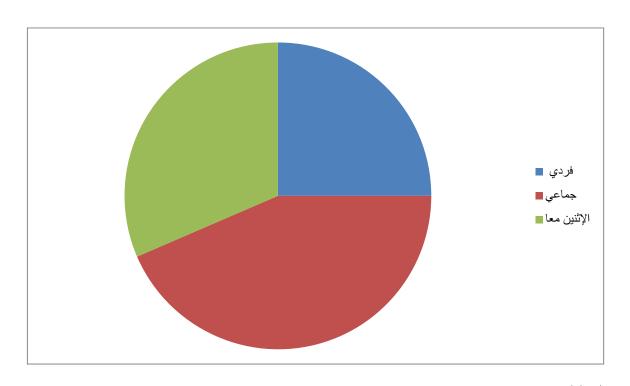
نلاحظ من خلا النتائج أن أغلب التلاميذ بنسبة88 % يمارسون النشاط البدني الرياضي لما له من دور فعال في خلق جو تربوي ترفيهي، وهذا ما يجعلهم في حالة نفسية جيدة ومتوافقة وهذا ينتج حسن السلوك مع الآخرين. ونسبة12 % ليس لهم دوافع لممارستها هذا ما يفسر أن هذه الفئة ليس لهم ميول للرياضة.

السؤال الثالث: مانوع النشاط الرياضي الذي تفضل ممارسته وتشعر فيه بالإرتياح؟

الدالة	درجة الحرية	مستوى	2 <u>ئ</u>	2 ك	النسبة	التكرارات	الإجابة
		الدالة	المجدولة	المحسوبة			
					%25	50	فرد <i>ي</i>
دالة	2	0,05	5,99	10,60	%43,5	87	جماعي
					%31,5	63	الإثنين معا
					%100	200	المجموع

الجدول رقم(3): يمثل إجابة التلاميذ في الأنشطة المعينة لديهم.

التمثيل البياني للجدول رقم(3):



التحليل:

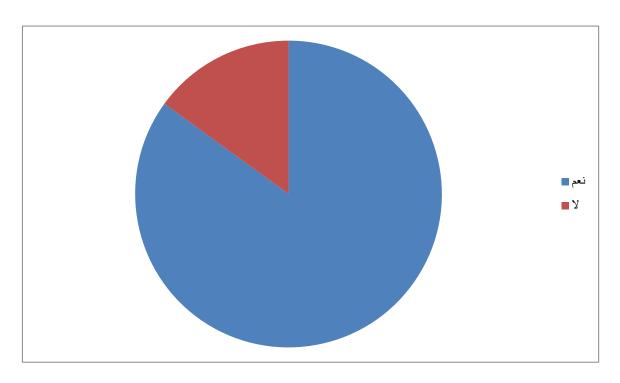
نستخلص من النتائج التي توصلنا إليها أن نسبة43,5 % تفضل الأنشطة الجماعية ونسبة25% للأنشطة الفردية ونسبة 31,5 للإثنين معا، نستنتج من هذا أن التلاميذ يجدون متعة كبيرة في ممارستهم للأنشطة الجماعية.

السؤال الرابع: هل ممارستك للنشاط البدني الرياضي يحسن من تعاملك مع الزملاء ويزيد الإحتكاك بهم؟

الدالة	درجة	مستوى الدالة	2 ك	2 <u>ئ</u>	النسبة	التكرارات	الإجابة
	الحرية		المجدول	المحسوبة			
					%85	170	نعم
دالة	1	0,05	3,84	98	%15	30	У
					%100	200	المجموع

الجدول رقم (4): يمثل إجابة التلاميذ لدور النشاط البدني الرياضي في خلق الإحتكاك والإندماج بين الزملاء.

التمثيل البياني للجدول رقم (4):



التحليل:

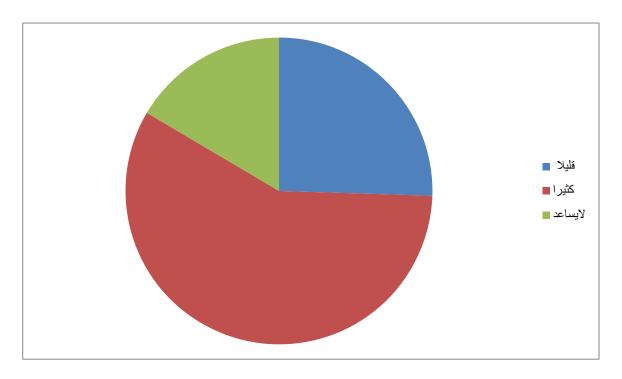
نستخلص من النتائج التي توصلنا إليها أن نسبة 15%التي تستبعد إمكانية تحقيق الإندماج بين التربية البدنية والرياضية وهذا يرجع لعدم ممارسة الرياضة بصفة جيدة أو عدم الإهتمام واللامبالاة فإن الأغلبية الساحقة 85 %ترى أنه يمكن تحقيق ذلك بممارسة الرياضة لأنها تحقق لهم التعامل والإحتكاك فيما بينهم لما توفر لهم من الجو العائلي المليء بالإيخاء والمحبة والتعاون ويسهل لهم الإندماج والتكيف داخل المجتمع.

السؤال الخامس: هل ممارستك للنشاط البدني الرياضي يساعدك في التخلص من القلق والإضطراب؟

الة.	71	درجة الدالة	مستوى الدالة	2 ك	2 آک	النسبة	التكرارات	الإجابة
				المجدولة	المحسوبة			
						%25,5	51	قليلا
ä	دا	2	0,05	5,99	57,18	%58	116	كثيرا
						%16,5	33	لا يساعد
						%100	200	المجموع

الجدول رقم(5): يمثل إجابة التلاميذ عن الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي في التخلص من القلق والإضطراب.

التمثيل البياني للجدول رقم(5):



التحليل:

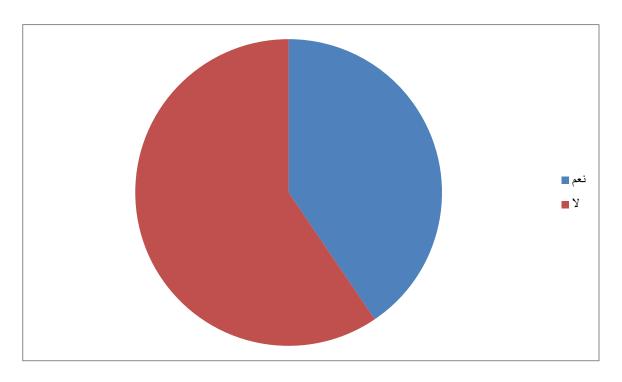
يؤكد جل التلاميذ أن النشاط البدني له دور كبير في التخفيف من المشاكل النفسية خاصة القلق والدليل على ذلك النسبة الكبيرة الذي بلغت 5% أما الذين يرون عكس ذلك فربما يرجع سبب ذلك إلى عدم الاهتمام بالرياضة أو وجهة نظرهم خاطئة إتجاه النشاط البدني الرياضي.

السؤال السادس: هل تتعرض للإعتداء من قبل الزملاء؟

الدالة	درجة الحرية	مستوى الدالة	2 <u>ئ</u>	2 <u>ك</u>	النسبة	التكرارات	الإجابة
			المجدولة	المحسوبة			
					%40,5	81	نعم
دالة	1	0,05	3,84	7,22	%59,5	119	Z
					%100	200	المجموع

الجدول رقم(6): يمثل تعرض التلاميذ للاعتداء أو عدمه من قبل الزملاء.

التمثيل البياني للجدول رقم(6):



التحليل:

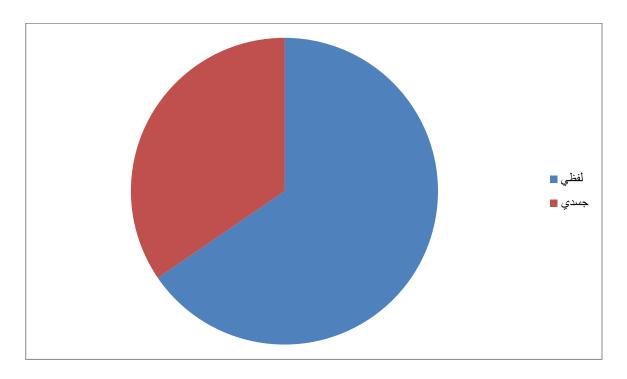
دلت نسب الجدول أن معظم التلاميذ لم يتعرضوا للاعتداء من قبل زملائهم وذلك بنسبة 5,5% وهذا يمكن تلخيصه للنمو الفكري والمعرفي المصاحب للنشاط البدني الرياضي، ونسبة 40,5% تعرضت للاعتداء والتي أثيرت فيها السلوكات العدوانية وهي المرحلة التي يمر بها التلميذ المراهق والتي تتميز بالانفعالات الزائدة.

السؤال الفرعي: إذا كان نعم ما نوع الإعتداء الذي تتعرض له؟

الدلالة	درجة الحرية	مستوى	ك	[ى	النسبة	التكرارات	الإجابة
		الدالة	المجدولة	المحسوبة			
					%65,43	63	لفظي
دالة	1	0,05	3,84	16,35	%34,56	28	جسدي
					%100	81	المجموع

الجدول رقم (6-1): يمثل نوع الإعتداء الذي تعرض له التلاميذ.

التمثيل البياني للجدول رقم (6-1):



التحليل:

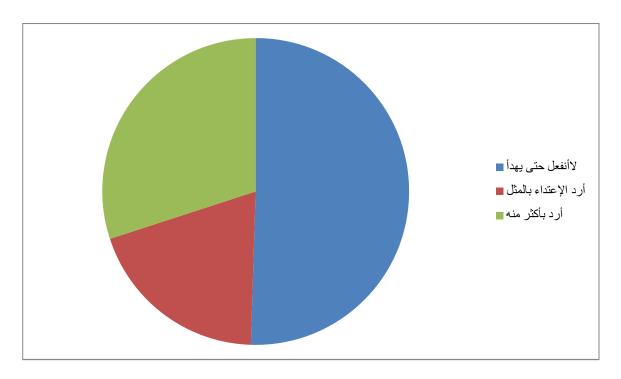
يتبين لنا أن نسبة 55,43% من الاعتداء يكون لفظي ونسبة 34,56% يكون اعتداء جسدي ومنه نستنتج أن النشاط البدني الرياضي له تأثير على رد فعل التلاميذ.

السؤال السابع: كيف يكون رد فعلك إتجاه هذا السلوك؟

الة	الدلا	درجة	مستوى	2 <u>ك</u>	2 <u>ك</u>	النسبة	التكرارات	الإجابة
		الحرية	الدالة	المجدولة	المحسوبة			
						%50,5	101	لا أنفعل حتى
								يهدأ
	دالة	2	0,05	5,99	29,81	%19,5	39	أرد الإعتداء
								بالمثل
						%30	60	أرد بأكثر منه
						%100	200	المجموع

الجدول رقم (7): يمثل رد فعل التلاميذ إتجاه السلوك العدواني.

التمثيل البياني للجدول رقم(7):



التحليل:

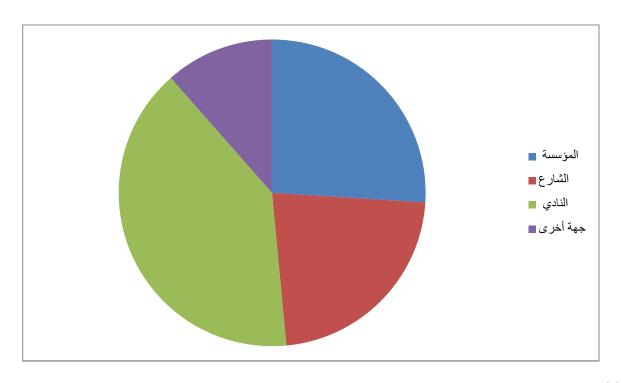
يتبين لنا من خلال الجدول أن نسبة 50,5 من التلاميذ يكون رد فعلهم بعد أن يهدأ المعتدي ونسبة 19,5 يكون الاعتداء بالمثل ونسبة 30 يكون رد فعلهم أكثر خشونة، ومنه نستنتج أن رد الفعل يكون عدواني سواء بعد أو أثناء الاعتداء.

ممارسة النشاط البدني الرياضي؟	تفضل	أبرن	الثامن:	السوال
-------------------------------	------	------	---------	--------

الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	2 ك المجدولة	2 ك المحسوبة	النسبة	التكرارات	الإجابة
					%26	52	المؤسسة
					%22,5	45	الشارع
دالة	3	0,05	7,82	33,16	%40	80	النادي
					%11,5	23	جهة أخرى
					%100	200	المجموع

الجدول رقم (8): يمثل المكان المفضل للتلاميذ لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.

التمثيل البياني للجدول رقم(8):



التحليل:

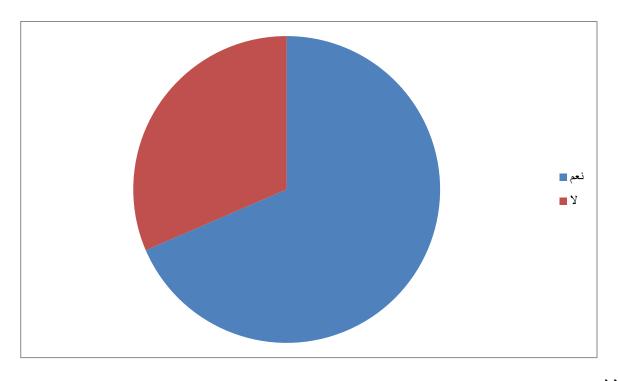
نستخلص من النتائج أن المراهقين بنسبة كبيرة يفضلون ممارسة هذا النشاط في الهياكل المخصصة له وهي 40 %في النادي لما تتوفر عليه من هياكل خاصة ولوجود الإطار المنظم لها وكذا لوجود الأصدقاء أما الإناث فيرون أن تفضيلهم المؤسسة يعود لعدم السماح لهن بممارستها في أماكن أخرى. . أما فئة 22,5 %تحب الشارع ويرجع ذلك للحرية المطلقة التي يجدونها، وهذا عن مدى تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للنشاط البدني ومدى تعلمه منها للنظام والروح الجماعية.

السؤال التاسع: هل تؤثر شخصية الأستاذ على سلوكاتك؟

الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	2 <u>ك</u>	2 <u>ك</u>	النسبة	التكرارات	الإجابة
			المجدولة	المحسوبة			
					%68,5	137	نعم
دالة	1	0,05	3,84	92,98	%31,5	63	Y
					%100	200	المجموع

الجدول رقم (9): يمثل الجدول شخصية الأستاذ وتأثيرها على سلوك التلاميذ.

التمثيل البياني للجدول رقم (9):



التحليل:

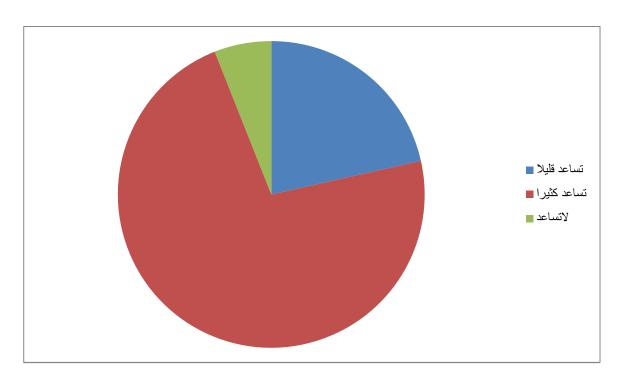
يتبن لنا أن نسبة 68,5% من التلاميذ وهم الأغلبية يرون أن شخصية وكفاءة الأستاذ لها دور كبير في انحصار السلوك العدواني والبقية هي 31,5% ترى العكس، ومنه نستنتج أن الأستاذ الذي يتوفر على شخصية جيدة تمكنه خبرته من الحد من هذه السلوكات.

السؤال العاشر: في نظرك هل ممارسة النشاط البدني الرياضي يساعدك على تجنب بعض الإنحرافات؟

الدلالة	درجة الحرية	مستوى	2 <u>ئ</u>	2 ك	النسبة	التكرارات	الإجابة
		الدالة	المجدولة	المحسوبة			
					%21,5	43	تساعد قليلا
دالة	2	0,05	5,99	145,26	%72,5	145	تساعد كثيرا
					%06	12	لا تساعد
					%100	200	المجموع

الجدول رقم(10): يمثل دور النشاط البدني الرياضي في تجنب الإنحرافات.

التمثيل البياني للجدول رقم (10):



التحليل:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 72,5%من الإجابات ترى أن النشاط البدني يساعد كثيرا على تجنب بعض الإنحرافات، في حين أننا نجد نسبة 21,5% من الإجابات ترى أن النشاط البدني يساعد قليلا على تجنب بعض في حين 60% من الإجابات ترى أن النشاط البدني لا يساعد على تجنب بعض الانحرافات.

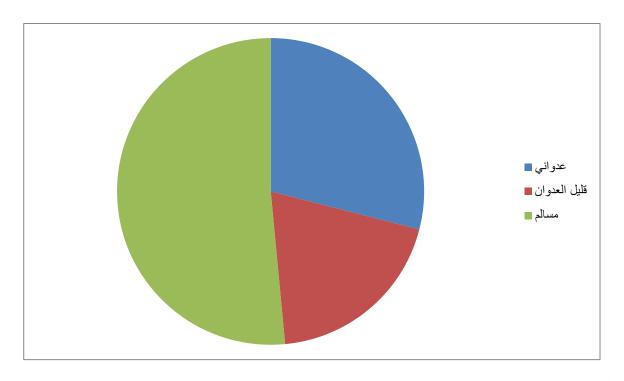
الإستنتاج: نستنتج أن النشاط البدني يساعد على تجنب الانحرافات لدى المراهق.

السؤال الحادي عشر: كيف ترى التلميذ الذي لا يمارس الأنشطة الرياضية؟

الدلالة	درجة الحرية	مستوى	2 <u>ك</u>	2 <u>ئ</u>	النسبة	التكرارات	الإجابة
		الدالة	المجدولة	المحسوبة			
					%29	58	عدواني
دالة	2	0,05	5,99	32,40	%19,5	39	قليل العدوان
					%51,5	103	مسالم
					%100	200	المجموع

الجدول رقم (11): يمثل نظرة التلاميذ للأصدقاء الذين لا يمارسون الأنشطة البدنية والرياضية.

التمثيل البياني للجدول رقم (11):



التحليل:

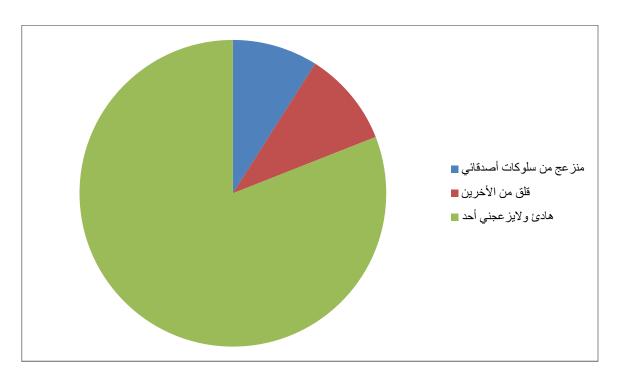
يتبين لنا من خلال الجدول أن نسبة 51,5% من التلاميذ مسالمون بسبب تأثير الأنشطة الرياضية عليهم ونسبة 19,5% من التلاميذ قليلو العدوان ونسبة 29% عدوانيين، ما نستنتج أن الأنشطة البدنية والرياضية لها دور في الحد من السلوك العدواني.

السوال الثاني عشر: كيف تكون حالتك أثناء ممارستك للأنشطة البدنية والرياضية؟

الدلالة	درجةالحرية	مستوى الدلالة	2 ك المجدولة	2 كالمحسوبة	النسبة	التكرارات	الإجابة
					%09	18	منزعج من سلوكات
							أصدقائي
دالة	2	0,05	5,99	204,51			
					%10	20	قلق من الأخرين
					%81	162	هادئ ولا يزعجني
							أحد
					%100	200	المجموع

الجدول رقم (12): يمثل إجابة التلاميذ عن الحالة التي عليها أثناء الأنشطة البدنية.

التمثيل البياني للجدول رقم (12):



التحليل:

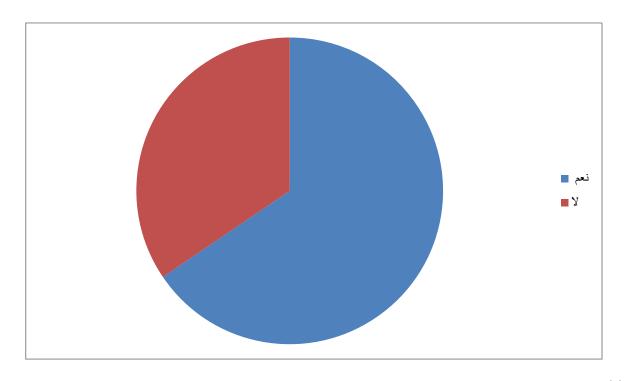
يتبين لن من خلال ذلك إن نسبة 81% من التلاميذ يكون هادئين من أصدقائهم أثناء الأنشطة البدنية ونسبة 10% قلقون من الآخرين ونسبة 90% منزعجون، ما نستنتج أن أغلبية التلاميذ قادرين على التحكم في انفعالاتهم أثناء قيامهم بالأنشطة البدنية والرياضية.

السؤال الثالث عشر: هل يتفهم أستاذ التربية البدنية والرياضية مشاكلك النفسية؟

	الدلالة	درجة	مستوى الدلالة	2 <u>ا</u> ف	2 <u>خ</u> ا	النسبة	التكرارات	الإجابة
		الحرية		المجدولة	المحسوبة			
=						%65,5	131	نعم
	دالة	1	0,05	3,84	19,22	%34,5	69	У
						%100	200	المجموع

الجدول رقم(13): يمثل إجابة التلاميذ حول تفهم أساتذة التربية البدنية والرياضية لمشاكلهم النفسية.

التمثيل البياني للجدول رقم(13):



التحليل:

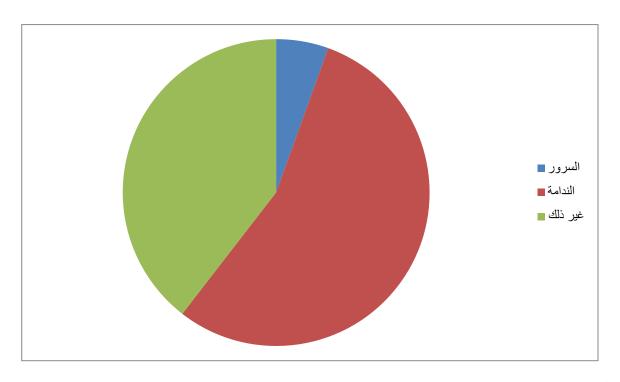
كانت النسبة 65,5% لتفهم الأستاذ مشاكلهم النفسية والتي دلت على أن له دور فعال على نفسية المراهق، وبالتالي يجب على الأستاذ المساهمة في تخطي هاته المرحلة العمرية للتلميذ.

شر:عندما يصدر منك تصرف تؤذي به زميلك فما هو إحساسك؟

الدلالة	درجة الحرية	مستوى	2 <u>ا</u> ف	2 <u>ئ</u>	النسبة	التكرارات	الإجابة
		الدلالة	المجدولة	المحسوبة			
					%5,5	11	السرور
		0.05		_,,	%55	110	الندامة
دالة	2	0.05	5,99	76,92	%39,5	79	غير ذلك
					%100	200	المجموع

الجدول رقم (15): يمثل شعور المراهق عندما يصدر منه سلوك عدواني.

التمثيل البياني للجدول رقم (14):



التحليل:

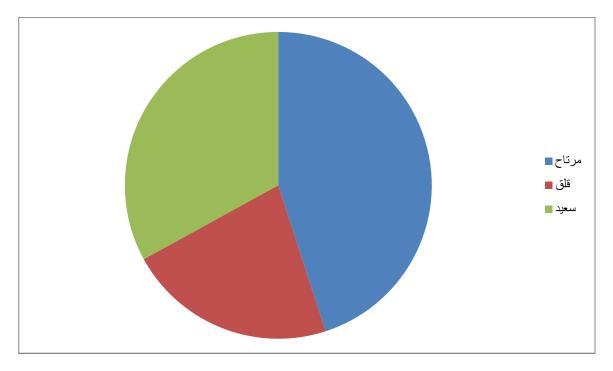
نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 55% من العينة تشعر بالندامة، بينما نسبة 5,50% يكون شعورها السرور ونسبة 39,5% شعور آخر وهذا بعد الإعتداء على زملائهم وإيذائهم. ومنه نستنتج أن الأغلبية تشعر بالندامة وهذا يفسر انهم ذو أخلاق حميدة و طيبة وإعتدائهم هذا إلا فعل غير مقصود ناتج عن حالات الغضب، أو بالأحرى لا يمكن تسمية إعتداء، بينما الفئة التي تشعر بالسرور هم بنسبة قليلة جدا ربما أنهم تعودوا على هذه التصرفات وتعاملهم يكون دائما بالخشونة وهي الفئة التي تتميز بالسلوك العدواني.

البدنية والرياضية؟	حصة التربية	حالتك قىل	كىف تكەن	عشد:	السهال الخامس
* **/	***	O ,	•	_	

الدلالة	درجة	مستوى الدلالة	2 ك	2 ك	النسبة	التكرارات	الإجابة
	الحرية		المجدولة	المحسوبة			
					%45	90	مرتاح
دالة	2	0,05	5,99	15,87	%22	44	قلق
					%33	66	سعيد
					%100	200	المجموع

الجدول رقم (15): يمثل شعور المراهق قبل حصة التربية البدنية والرياضية.

التمثيل البياني للجدول رقم (15):



التحليل:

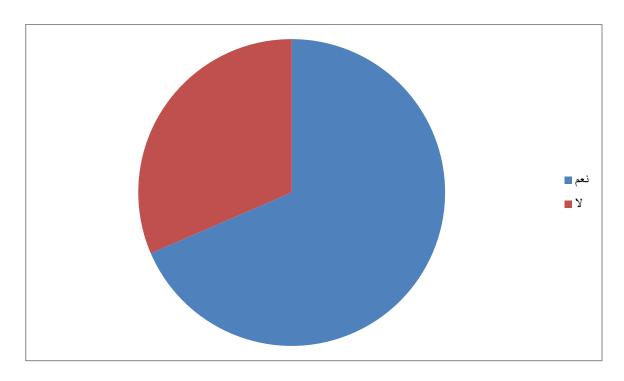
جل إجابات التلاميذ تدور على محور واحد وهو شعورهم بالراحة النفسية المرحة، وهذا راجع إلى الدور الذي يلعبه النشاط البدني في التخفيف من الضغط النفسي والفكري الذي يتعرض له المراهق من خلال المواد الدراسية الأخرى كذلك من خلال شبه السيطرة التي يتعرض لها من الأساتذة والإداريين وحتى من أفراد أسرته وهناك من يشعر بالقلق وسبب ذلك راجع إلى ما إستخلصناه من أجوبة الاستبيان من نوع النشاط وطبيعته، خاصة إذا كانت هناك مسابقة أو منافسة.

السؤال السادس عشر: هل عدم تفهم الأستاذ لك يزيد من غضبك وقلقك إتجاه ذلك؟

الدلالة	درجة الحرية	مستوى	2 <u>خ</u> ا	2 <u>ك</u>	النسبة	التكرارات	الإجابة
		الدلالة	المجدولة	المحسوبة			
					%68,5	137	نعم
دالة	1	0,05	3,84	27,38	%31,5	63	Ŋ
					%100	200	المجموع

الجدول رقم (16): يمثل إجابة التلاميذ حول غضبهم وعدوانيتهم من عدم تفهم الأستاذ لهم.

التمثيل البياني للجدول رقم(16):



التحليل:

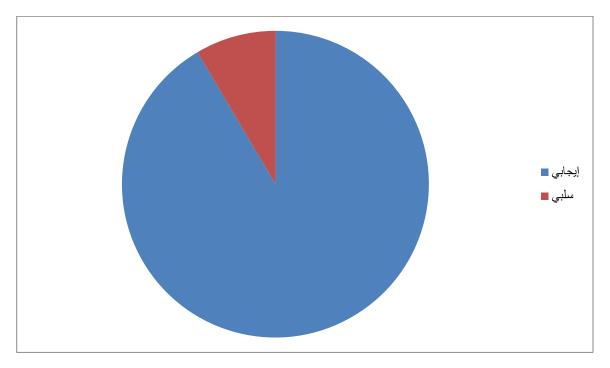
يتبين لنا من خلال الجدول رقم(17) أن أغلبية التلاميذ والتي تقدر نسبتهم 68,5% يكون رد فعلهم الغضب وسلوكات عدوانية، ونستنتج أن إهمال الأستاذ وعدم تفهمه لحالة تلاميذه يرونها قلة احترام لهم وهو أحد أسباب إثارة العدوان لدى التلميذ المراهق.

السؤال السابع عشر: ما مدى تأثير الإهتمام بالأنشطة البدنية والرياضية على النتائج الدراسية؟

الدلالة	درجة الحرية	مستوى	2 <u>ك</u>	2 ك	النسبة	التكرارات	الإجابة
		الدلالة	المجدولة	المحسوبة			
					%91,5	183	إيجابي
دالة	1	0,05	3,84	137,78	%08,5	17	سلبي
					%100	200	المجموع

الجدول رقم (17): يمثل دور النشاط البدني الرياضي ومدى تأثيره على النتائج الدراسية.

التمثيل البياني للجدول رقم (17):



التحليل:

من خلال الجدول هناك نسبة قليلة 08,5% من العينة التي ترى أن النشاط البدني يؤثر سلبا على النتائج الدراسية وهذا يرجع لعدم قدرتهم على التوفيق بينهما، فإن الأغلبية 91,5% ترى أن ممارسة الرياضة لها تأثير إيجابي على النتائج المدرسية وهذا ما يدل مرة أخرى على الدور الفعال الذي يلعبه هذا النشاط في التحصيل الدراسي ورفع مستوى التفكير عند المراهق وتتمية صفة الذكاء والإنتباه، وقد أثبتت عدة دراسات سابقة أن أغلب التلاميذ الممارسين لهذا النشاط هم المتفوقين النجباء في التحصيل الدراسي.

2-5 مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

كانت الأسئلة الإستبيانية الأولى كمقدمة في الاستمارة وتعلقت بالأنشطة البدنية والرياضية وأهميتها وماذا تعني للتلميذ وكانت النتائج كالتالى:

إن جل التلاميذ يمارسون النشاط البدني الرياضي وذلك بنسبة 88% وهذا راجع لوعي التلاميذ بمخلفات هذه الأخيرة والتي تصب بالفائدة عليهم، أما النشاطات التي يحب ممارستها هي الجماعية بنسبة 43,5% وذلك لما تتضمنه هذه الأنشطة من تحدي ومناقشة وتشويق كما تسمح لهم بالتعاون والاندماج فيما بينهم وتفريغ الشحنات النفسية والمشاكل التي تعمرهم.

وجد أن أغلبية التلاميذ والتي كانت نسبتهم 58% مقتعين أن للنشاط البدني الرياضي دور فعال للتخلص من القلق والاضطراب، ومنه نستنتج أن النشاط البدني يقلل من السلوكات العدوانية وهذا ما تثبته النتائج المتحصل عليها في الجداول والتي أكدت جلها على أن ممارسة النشاط البدني له دور في التقليل من السلوكات العدوانية حيث تساعد في تهذيب سلوكه وأخلاقه وذلك بطلب السماح والتعامل بليونة عند التعرض لسلوك عدواني من قبل الطرف الآخر ونسبة 50,5% أثبتت أن رد فعل التلاميذ إتجاه السلوك العدواني بانتظار الزميل حتى يهدا أما بعض السلوكات العدوانية الظاهرة عند بعض المراهقين راجع إلى التنافس الحاد والاندفاع البدني وكل هذا راجع إلى طبيعة الرياضة الممارسة.

أما الأسئلة التي تمحورت حول الأستاذ كانت نتائجها كالتالي:

وجدت أن شخصية الأستاذ لها دور فعال على سلوكات التلاميذ وذلك بنسبة 68,5% وهذا ما يعطي الانطباع للأستاذ على إعطاء الحافز وتحرير طاقته لتوجيه المراهق نحو الصواب.

من النتائج المتحصل عليها والخاصة بالإندماج لاحظنا أن أغلب المراهقين يرون أن النشاط البدني يعمل على توطيد العلاقة بين الزملاء، وإدماجهم داخل المجتمع حيث أن أغلب المراهقين كانوا يفضلون الألعاب الجماعية، ولقد تم إثبات أن النشاط البدني الرياضي يدمج الفرد في المجتمع وينمي روح الجماعة ويوسع المراهق دائرة الأصدقاء ويغرس في شخصيته الإحترام وحسن التعامل مع الغير وإعتمادا على هذه النتائج نستنتج ان التلميذ المراهق يكون تعامله أكثر مع الزملاء خلال ممارسته للنشاط البدني الرياضي وهذا عن طريق إحتكاكه وتعاملهم مع الزملاء خاصة وأن لهم هدف واحد مشترك، والغرض في ممارسة النشاط البدني والرياضي عند المراهق لا في الحصول على الألقاب وتحطيم الأرقام القياسية فإذا هو وسيلة لتحقيق الارتياح النفسي والترويح عن النفس والتعامل بشكل حسن مع الأصدقاء.

مقارنة النتائج بالفرضيات:

بعد المعالجة الإحصائية لنتائج الاستبيان الموجه للتلاميذ نقوم بمقارنة صحة هذه النتائج بالفرضيات المقترحة:

- مقارنة الفرضية الأولى بالنتائج:

الفرضية الأولى: النشاط البدني الرياضي يساهم في الإدماج السليم للمراهق في المجتمع.

وبعد مناقشة الاستبيان للأسئلة والمتمثلة من السؤال رقم 01 إلى السؤال رقم 09 والتي دلت عليها الجداول والدوائر النسبية وجدنا أن للنشاط البدني والرياضي دور هام في إدماج المراهق في المجتمع المحيط به، ومن هنا نستنتج صحة الفرضية الأولى.

- مقرنة الفرضية الثانية بالنتائج:

الفرضية الثانية: النشاط البدني الرياضي يلعب دور ايجابي في التخفيف من السلوك العدواني لدى المراهقين.

بعد مناقشة الاستبيان للأسئلة والمتمثلة من السؤال رقم10 إلى السؤال رقم 17 والتي دلت عليها الجداول والدوائر النسبية وحسب النتائج المسجلة للنسب التي كانت بالأكثرية فوق 50% هنا نستتج أن الفرضية كانت صحيحة.

خلاصة

من خلال تقحصنا لنتائج الاستبيان تمكنا من إثبات الفرديات المسطرة وهذا من خلال الأجوبة التي كان المعبر عنها بكل حرية، حيث أننا لاحظنا من خلال النتائج المحصل عليها أن المراهق يستطيع بناء علاقات متينة مع الزملاء و هذا ما أكدته لنا نسبة معتبرة من التلاميذ والدليل على ذلك أن جل التلاميذ يفضلون الألعاب الجماعية على الفردية أي التي يكون فيها الإحتكاك بين المراهقين وكسب علاقات وطيدة بين الزملاء مما يولد الترابط والصداقة فيما بينهم إذ أن هذا الإرتباط يتعدى إلى بقية أفراد المجتمع، وهذا الناتج يصدق فرضيتنا الخاصة فالنشاط البدني يساعد المراهق على الاندماج السليم في المجتمع، بالإضافة إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تمكنه من الترويح عن النفس وإزالة المشاكل ولو لمدة تجنب بعض الانحرافات، وهذا ما يساعد على التخفيف من السلوكات العدوانية وهذا يأكد صحة فرضيتنا التي تتص على أن ممارسة النشاط البدني بقلل من السلوكات العدوانية، وزيادة المعاملة الحسنة مع الزملاء على ممارسة النشاط البدني دور هام وإيجابي في والتخفيف من القلق والإضطراب وإكتساب الخصال والأخلاق الحسنة وبالتالي فإن للنشاط البدني دور هام وإيجابي في المرحلة الثانوية.

الاستنتاج العام:

من خلال دراستنا لهذا الموضوع دور أهمية النشاط البدني في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهق في المرحلة الثانوية تم الخروج ببعض الاستنتاجات المتمثلة في مايلي:

-النشاط البدني الرياضي مهم وضروري لكل فرد خاصة في مرحلة المراهقة والتي تعد من أصعب المراحل وهذا الأخير يصحبه عدة تغيرات جسمية نفسية إجتماعية، كما يتميز المراهق في هذه المرحلة بالسلبية في سلوكه وهذا ما يجب علينا معالجته فور ظهوره قبل تطور سلوكاته، والعلاقة الجيدة بين الأستاذ والتلاميذ تقلل من نسبة العدوان لديهم ومنه فأن النشاط البدني والرياضي ساهم في تفادي المشاكل النفسية وبالتالي ضبط سلوكاته العدوانية وذلك عن طريق:

-ممارسة النشاط البدني للترويح عن نفس المراهق وهذا ما يكسبه أكثر حيوية ونشاط.

-النشاط البدني يحقق الاندماج الإجتماعي للمراهق وهذا ما يكسبه بينه وبين بقية أفراد مجتمعه وزملائه.

بالإضافة إلى كل هذا لاحظنا بعض النقاط التي يجب الوقوف عليها، قصد معالجتها نذكر من بينها:

-نقص المدة المحددة أو الكافية لممارسة النشاط البدني على المستوى البيداغوجي.

-عدم إعطاء الأهمية الحقيقية لأبعاد النشاط البدني والدور الذي يلعبه في تقليل السلوكات العدوانية.

وبالرغم من هذه النقائص إلا انه يبقى للنشاط البدني دور وأهمية في مساعدة المراهق على التقليل من سلوكاته العدوانية و إدماجه في المجتمع.

خاتمة:

تعتبر المراهقة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد خلال حياته إذ إنه يتعرض لعدة إظطرابات نفسية واجتماعية وفيزيولوجية تتعكس سلبا على سلوكاته ففي خلال هذه المرحلة يحاول المراهق أن يعبر عن أحاسيسه الداخلية التي تسبب له المشاكل كالقلق والإظطراب في سلوكه، والنشاط البدني واحد من هذه المتطلبات باعتباره وسيلة هامة من وسائل التربية التي تهدف إلى تكوين المراهق تكوينا شاملا من الناحية البدنية والإجتماعية والنفسية، سواء على المستوى التعليمي كما هو في المؤسسات التربوية أو في المحيط الذي نعيش فيه كما هو الحال في النوادي الرياضية.

إذ يعتبر النشاط الرياضي البدني الوسيلة الأنجح للترويح على النفس وملئ الفراغ وهو أيضا جانب من جوانب الصحة البدنية والنفسية وهذا ما لاحظناه خلال عرض وتحليل لمختلف جوانب بحثنا، هذا مكمل لحياة متزنة و أسلوب انسب للتخفيف من سلوكاتهم العدوانية.

فالنشاط البدني يعتبر من أهم الوسائل التي تساعد وتسمح للمراهقين باكتساب عدة صفاة حميدة وإيجابية في حياته كالتسامح والتعامل بليونة مع الآخرين والإندماج الإجتماعي والمحبة بين الآخرين والاحتكاك بهم، فالممارسة المستمرة والمنظمة للأنشطة الرياضية لها تأثير فعال على المراهق لأن هناك توافق بين الجانبين الجسمي والنفسي بالنظر للإنسان على أنه وحدة بسيكولوجية ولهذا فالمختصون النفسانيون ينصحون بممارسة الأنشطة الرياضية و إقحامها في المؤسسات التعليمية لأنها تنشط الجسم وتهدئ الروح وتخرج الفرد من عزلته وتكسبه الثقة بالنفس وتلعب دورا كبيرا في بناء الشخصية. اذن ممارسة النشاط البدني الرياضي تساعد الفرد على ان يكون مثالا وقدوة في مجتمعه.

وفي الأخير نرجو من المسؤولين ومن كل المعنيين باستغلال هذه النتائج من أجل توظيفها فيما يخدم المراهق بصفة خاصة وجميع أفراد المجتمع بصفة عامة.

اقتراحات وفروض مستقبلية:

توصلنا من خلال قيامنا بهذا البحث المتواضع والذي يضم دور والنشاط البدني الرياضي في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهق في المرحلة الثانوية، أن النشاط الرياضي يجعل المراهق يتحكم في انفعالاته وميولاته كما يزيده الانضباط في الاتزان والسلوك.

ونحن هنا نتقدم إليكم بمجموعة من الإقتراحات والتوصيات التي تساعد كلا من يهمه الأمر سواء كان أستاذ أو مربي أو مسؤول في تكوين جيل سليم لعدة جوانب سواء كانت نفسية أو عقلية أو بدنية والمتمثلة فيمايلي:

-إعطاء المراهق أهمية بالغة وخاصة أنه يحتوي على طاقة هائلة يمكن أن يشغلها ويستفيد منها وذلك بتنويع النشاطات عن طريق إنشاء النوادي.

-توطيد العلاقة بين الوالدين وأبنائهم المراهقين وذلك بمعاملتهم بأسلوب لين بعيدا عن القساوة والإهمال وذلك تجنبا للإنحراف وصرفهم للممارسة الرياضية خاصة في هذه المرحلة الصعبة.

-إبراز الصورة الحقيقية للرياضة وإبراز دورها الهام على الجانب النفسي، وذلك من خلال برنامج التوعية والإرشاد من طرف الأستاذ والأطباء المختصين.

-التوسيع في الحجم الساعي للنشاط البدني هذا ما أكده لنا التلاميذ خلال الإستبيان والرفع من معاملها لزيادة الإهتمام بالحصة من طرف التلاميذ الذين لا يمارسونها أي المعفيين من الرياضة.

-تحسين ظروف العمل بتوفير الإمكانيات اللازمة التي تسمح بالتعامل الجيد مع التلاميذ.

-النشاط البدني ينعكس إيجابيا على شخصية المراهق، فيحترم الغير ويحترم قوانين المجتمع ولا يتحقق هذا الهدف المنشود إلا إذا تم في إطار تربوي تفهمي وعلى أسس نفسية سليمة.

قائمة المصادر والمراجع:

المصادر:

القرآن الكريم:

سورة البقرة، الأية 193.

المراجع باللغة العربية:

- 1 إبراهيم فريد. الآثار البيولوجية لسلوك الإنسان. -الطبعة 1. بيروت. الدار العربية للعلوم. سنة 1994.
- 2 أبو الفتوح رضوان. المدرس في المدرسة والمجتمع. ط1. مكتبة أنجلو المصرية. القاهرة. -سنة1973.
 - 3 أحمد العابد، المعجم الأساسي لاروس، سنة1989.
 - 4 أحمد زكى بدوي. معجم العلوم الاجتماعية. بيروت. مكتبة لبنان. سنة1997.
 - 5 أحمد زكى صالح. علم النفس التربوي. مكتبة النهضة المصرية. -مصر. سنة 1998.
- 6 أسامة كامل راتب إبراهيم، عبد ربه خليفة. النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل. مصر. دار الفكر العربي. سنة 1994.
- 7 أسامة كمال راتب. إبراهيم خليفة. رياضة المشي مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية. القاهرة. دارالفكر
 - 8 أمين أنور الخولي. أصول التربية البدنية والرياضية. الكويت. سلسلة عالم المعرفة. سنة1996.
 - 9 أمين أنور الخولي. الرياضة والمجتمع. المجلس الوطني للثقافة والأدب والفنون. الكويت. -سنة1996.
 - 10 أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة1990.
 - 11 خليل رزوق. المراهقة والبلوغ. مصر . دار الحرف العربية للطباعة و النشر والتوزيع. سنة1987.
 - 12 خليل عبد الرحمان المعايطة. الاضطرابات السلوكية والانفعالية. ط1. دار المسيرة والتوزيع. عمان. سنة 2007.
 - 13 زكرياء الشربيني. المشكلات النفسية عند الأطفال. ط1. دار الفكر العربي. القاهرة. سنة 1994.
 - 14 زين العابدين درويش. علم النفس الاجتماعي. ط1. -جدة. مطابع زمزم. -سنة 1993.
 - 15 سعد علي بهادر . سيكولوجية المراهق . -ط2 . دار البحوث العلمية . بيروت . سنة 1981 .
 - 16 سلامة لكرم توفيق. علم النفس الرياضي. الإسكندرية. دار المعارف الجامعية. سنة 1995.
 - 17 السيد عويس، محاولة تفسير الشعور بالعداوة، القاهرة ، دار الكتاب العربي للطباعة والنشر، سنة 1998.
 - 18 عبد الحميد الهاشمي. علم النفس الاجتماعي. ط1. دار المشرق. جدة. سنة1984.
 - 19 عبد الرحمان عويس. سيكولوجية الجنوح . دار النهضة العربية. بيروت. سنة 1997.
 - 20 عبد الرحمان عيسوي. في الصحة النفسية والعقلية. النهضة العربية للطباعة والنشر. -بيروت. سنة 1992.
 - 21 عبد الرحمان عيسوي. معالم علم النفس. بيروت. دار النهضة العربية. سنة 1984.

- 22 عبد الرحمان عيسوي. موسعة كتب علم النفس. ط1. دار الطباعة للنشر والتوزيع. بيروت. سنة 2000.
- 23 عبد السلام زهران. علم النفس النمو من الطفولة إلى المراهقة. القاهرة. عالم الكتب. سنة 1977.
 - 24 عبد الغاني الديدي، التحليل النفسي للمراهقة، ط1، بيروت، دار الفكر اللبناني، سنة1995.
- 25 عبد الفتاح محمود دويدة. السلوك الإنساني الاتصال الجامعي والعلاقات العامة. بيروت. دار النهضة العربية للنشر. سنة1993.
 - 26 عصام عبد الخالق. -التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات. ط2. مصر. دار الكتب الجامعية. سنة 1987.
 - 27 على عمر منصور . الرياضة للمجتمع . -القاهرة . -دار الفكر العربي . -سنة 1982 .
 - 28 على يحيى المنصور . الثقافة والرياضة . -الجزء 1 . الطبعة 1 . بيروت . دار المعارف . سنة 1971 .
 - 29 عماد الدين إسماعيل. النمو في مرحلة المراهقة. دار العلم. الكويت. -سنة 1986.
 - 30 فؤاد إبراهيم، عبد الرحمان سيد سليمان. دراسات في سيكولوجية النمو. مكتبة زهراء الشرق. القاهرة. سنة 1998.
 - 31 فؤاد البهي السيد. علم النفس الاجتماعي . دار الفكر العربي. بيروت. سنة 1993 .
 - 32 فؤاد البهي، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، مصر، سنة 1956.
 - 33 فاخر عاقل. علم النفس التربوي. ط 1 . دار العلم. بيروت. سنة 1972 .
- 34 قاسم حسن حسين، علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب، ط2، العراق ، جامعة الموصل، سنة 1990.
 - 35 كاضم ولي أغا. علم النفس الفيزيولوجي. ط3. بيروت. دار الآفاق الجديدة. سنة1981.
 - 36 كمال الدسوقي. النمو التربوي للطفل والمراهق. دار النهضة العربية . بيروت . سنة 1979.
- 37 كمال درويش. أمين أنور الخولي. أصول الترويح وأوقات الفراغ. القاهرة. دار الفكر العربي. سنة1990.
 - 38 كمال درويش. محمد الحماحمي. رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ. مصر. مركز الكتاب للنشر. سنة 1997.
 - 39 مالك سليمان مخول. علم النفس والمراهقة. ط2 . المطبعة الجديدة. دمشق. سنة 1985.
 - 40 محسن علاوي. علم النفس الرياضي . القاهرة. دار المعارف. سنة 1986 .
 - 41 محمد الأفندي . علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية . -علم الكتب. القاهرة. 1965.
- 42 محمد الحماحمي، د أمين أنور الخولي. أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية. -القاهرة. دار الفكر. سنة 1990.
 - 43 محمد جميل منصور . قراءات في مشكلات الطفولة . دار المشرق . جدة . سنة 1984 .

- 44 محمد جميل يوسف منصور. قراءات في مشكلات الطفولة. -ط1. دار الطباعة للنشر والتوزيع. -القاهرة. سنة 1981.
 - 45 محمد حسن علاوي، سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة، ط2، مصر ، مركز الكتاب للنشر، 2004.
 - 46 محمد زيدان حمدان. أدوات ملاحظة التدريس. دار السعودية للنشر والتوزيع. سنة1983.
 - 47 محمد عادل خطاب. التربية البدنية للخدمة الاجتماعية. القاهرة. دار النهضة العربية. سنة1995.
 - 48 محمد عماد إسماعيل النمو في مرحلة المراهقة دار العلم- الكويت- ط1- سنة 1982.
 - 49 محمد يوسف حجاج. التعصب والعدوان في الرياضة. مصر. دار الأفاق الجديدة. سنة2002.
- 50 محمود عبد الحليم عبد الكريم ديناميكية التدريس التربية الرياضية مركز الكتاب للنشر ط1 -سنة 2006.
 - 51 مصطفى الشرقاوي. علم الصحة النفسية. دار النهضة العربية. بيروت. سنة 1983.
 - 52 مصطفى غالب. في سبيل موسوعة نفسية. الطبعة 3. لبنان. الدار العربية للعلوم. سنة 1998.
 - 53 مصطفى فهمى. سيكولوجية الطفولة والمراهقة. مصر . دار مصر للطباعة. سنة 1986 .
- 54 معتز سيد عبد الله. بحوث في علم النفس الإجتماعي. ط3. دار الطباعة للنشر والتوزيع. القاهرة سنة 2000.
 - 55 ميخائيل إبراهيم أسعد. مشكلة الطفولة والمراهقة. ط2. دار الأفاق الجديد. بيروت. سنة1994.
 - 56 ميخائيل خليل معوض. مشكلات المراهقين. دار المعارف المصرية. القاهرة. سنة1977.
 - 57 نعيم الرفاعي. -سيكولوجية التكيف. ط5. مطالعة ابن حيان. بيروت. سنة1990.
 - 58 هدى محمد فنادى، سيكولوجية المراهقة، دار المعارف، القاهرة، سنة 1992.
 - 59 يوسف أسعد، المراهقة مشكلاتها وحلولها،مكتبة الانجازات المصرية، القاهرة، سنة 1989.
 - 60 يوسف ميخائيل أسعد. رعاية المراهقين. دار غريب للطباعة. القاهرة. سنة 1998.

المراجع بالغة الفرنسية:

Matvier(tp)aspects fondamentaox de lentrainamant edition vigo paris 1983 P13

Résumé de la recherche

Titre de l'étude: Le rôle du sport de l'activité physique dans la réduction des comportements agressifs chez les adolescents -En secondaire - .

Objectifs de l'étude:

L'objectif du cours de l'étude:

- -La connaissance des comportements des adolescents des élèves au niveau secondaire par l'activité physique .
- -La connaissance des problèmes les plus importants de l'adolescence et la façon d'aborder l'activité physique.
- -Développer Famille éducative sur la bonne voie vers la connaissance de l'activité physique au sein du système éducatif dans la lutte contre les problèmes des élèves à l'école secondaire .
- -L'importance de l'activité physique et les dimensions éducatives et psychologiques .

Hypothèses:

Hypothèse générale Grâce à la question générale a été formulée comme suit:

L'activité physique Le sport joue un rôle important dans la réduction des comportements agressifs chez les adolescents à l'école secondaire

Hypothèses partielles:

- 1 Sport l'activité physique contribue à l'intégration de son de l'adolescent dans la communauté .
- 2 L'activité physique sportive joue un rôle positif dans la lutte contre le comportement agressif des adolescents .

Les procédures de l'étude sur le terrain :

- **-Exemple:** L'échantillon comprenait 200 pupils've divisé les écoles secondaires de la ville de Bouira, en utilisant le tirage au sort et le résultat était secondaire à Hamlaoui Scharf Qasim et secondaire Hamza bin al Hassan al alaoui.
- **Domaine spatial:** La recherche a été menée au niveau de la province de Bouira , et puis tout d'un secondaire Hamlaoui Scharf Qasim et secondaire Hamza bin al Hassan al alaoui.
- Sphère temporelle: Cette étude a été réalisée dans la période allant du début de Janvier à la milieu de mai.

méthodologie:

Nous avons adopté dans notre recherche sur cette approche descriptive en réponse à la pertinence de la nature de notre sujet.

Les instruments utilisés dans l'étude:

Questionnaire il a été utilisé la technique qui est considéré comme les moyens les plus efficaces pour obtenir des informations et des connaissances sur le sujet ou le problème.

Les résultats de référence obtenus :

Nous sommes venus à travers nous faisons la recherche et humble , qui comprend le rôle du sport et de l'activité physique dans la réduction des comportements agressifs chez les adolescents à l'école secondaire , que l'activité physique fait l'adolescent contrôle les doigts et la Meulath discipline également aggravé dans l'équilibre et le comportement.

Et des suggestions pour hypothèses futures:

- Donner à l' adolescent d'une importance capitale , en particulier parce qu'il a une énergie énorme peut être occupé et le bénéfice de la diversification des activités par la création de clubs .
- Renforcer la relation entre les parents et leurs enfants adolescents et de les traiter d'une manière que Lin loin de la cruauté et de négligence afin d'éviter les biais et les renvoya , en particulier dans cette phase difficile pour la pratique du sport .
- Soulignant le vrai sport et mettre en évidence le rôle important de l'aspect psychologique de l'image , et par la sensibilisation par le programme de professeur et les médecins spécialistes .
- Expansion dans le Courrier de la taille de l'activité physique cela a été confirmé par nos étudiants à travers le questionnaire et la levée de ses usines pour augmenter la part des intérêts par les étudiants qui ne pratiquent tout exemptés du sport.
- Améliorer les conditions de travail en fournissant les capacités nécessaires qui permettent une bonne affaire avec les élèves.