جامعة أكلي محند أولحاج بالبويرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

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

التخصص: نشاط بدني رياضي تربوي.

الموضوع:

أَهَمِيَةُ الأَلْعَابْ الشِبْهْ الرِيَاضِيَةُ أَثْنَاءِ حِصَةْ التَرْبِيَةُ البَدَنِيَةُ والرِيَاضِيَةُ في تَحْقِيقْ التَوَافُقْ النَفْسِي الاجْتِمَاعِي لَدَى تَلامِيذْ المَرْحَلَةْ الثَانَوِيَةُ

-دراسة ميدانية على بعض ثانويات ولاية البويرة-

إعداد الطلبة:

- عوادي عمرو.
- وقاص خالد.
- راقب محمد أمين.

إشراف الدكتور:

- منصوري نبيل .

السنة الجامعية: 2015-2016

شكر وتقدير

عملا بقول رسول الله صلى الله علية وسلم: (مَنْ لَمْ يَشْكُرِ النَّاسَ لَمْ يَشْكُرِ اللهَ) نشكر الله تعالى على توفيقه لنا لإنجاز هذا البحث

يسعنا ويشرفنا أن نتقدم بجزيل الشكر إلى كل من ساهم معنا في انجاز هذا العمل سواء من قريب أو من بعيد.

ونخص بالذكر الأستاذ القدير الدكتور منصوري نبيل المشرف على بحثنا.

فلم يبخل بتوجيهاته ونصائحه علينا, ولم يتوانى في تقديم أرائه الصائبة لنا حتى تم انجاز هذا العمل.

وتحية إلى كل أساتذة وطلبة وعمال معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة.

وشكرا

اهداء

بسم الله الرحمان الرحيم

قال عز وجل:{وَقَضَى رَبُّكَ أَلاَّ تَعْبُدُواْ إِلاَّ إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْكِلاَهُمَا فَلاَ تَقُل لَّهُمَآ أُفٍّ وَلاَ تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلاً كَرِيمًا وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا}الآية.

اهدي ثمر جهدي

إلى نور العيون ورمش الجفون والسر المكنون والحب المجنون في القلب المفتون والعقل الموزون والصدر الحنون, إلى البلسم الشافي والقلب الدافئ والحنان الكافي.إلى **روح أمي** رحمها الله واسكنها فسيح جنانه.

إلى سندي وعوني وقدوتي ومصدر فخري وذخري إلى من جعل نفسه شمعة تحترق من أجل أن ينير دربي إلى من تعب وشقي من اجل راحتي وسعادتي إلى **أبي حفظه الله.**

إلى أخواتي البنات فاطمة رزيقة نعيمة فضيلة وخاصة كلثوم وأزواجهن وأولادهن وخاصة نوردين

إلى أختي وهيبة وأخي حسين رحمهما الله.

إلى كل الذين تقاسمت معهم مشواري الجامعي إلى كل أساتذة وطلاب وعمال معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة.

عوادي عمرو

اهداء

إلى من قال فيهم سبحانه وتعالى: "**وبالوالدين إحسانا**"

إلى التي حملتني في بطنها وغمرتني بحبها وشملتني بودها

إلى التي سهرت الليالي لراحتي وتعبت وكلت من اجل سعادتي

إلى مهجة قلبي أمي الحنونة

إلى الذي ربني على الإيمان وأنار لي درب العلم والإحسان

إلى الذي ذاق الأمرين في سبيل نجاحي وافنى حياته في سبيل فلاحي
إلى أبي الغالي

إلى أخواتي العزيزات غالية ورزيقة

إلى إخوتي الأعزاء أنيس وعبد الوهاب وزوجته وابنه ايمن

إلى كل أساتذة وطلاب وعمال معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة

إلى كل الاحبة والأصدقاء خاصة اميني عمر

إلى كل هؤلاء أهديكم ثمرة جهدي

وقاص خالد

اهداء

إلى الذين قال فيهم المولى عزَ وجلْ" **وبالوالدين إحسانا**"

إلى التي ربتني في كنفها ولم تفارقني ابتسامتها ولم تبخل على بالدعاء والنصح والتي سهرت الليالي **أمي الغالية**

إلى العزيز الغالي الذي أضاء دربي في كل حين **أبي حفظه الله**

إلى أخواتي حياة وليلى وبنتها ملاك

إلى أخي خالد وزوجته وابنته فراح

إلى كل من رافقني في الحياة خاصة محمد طارق ولطفي

إلى كل من يحمل لقب أبي وأمي في كل مكان من الأقارب والأحباب

إلى كل زملائي في دفعة ليسانس 2015-2016

إلى جميع أساتذتي من الطور الابتدائي إلى الجامعي والى كل طلبة وعمال معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة

إلى كل هؤلاء اهدي ثمرة عملي وجهدي المتواضع

راقب محمد أمين

محتوى البحث	
الموضوع	الورقة
– شكر وتقدير.	أ
– إهداء الطالب عوادي عمرو.	ب1
– إهداء الطالب وقاص خالد.	ب2
– إهداء الطالب راقب محمد أمين.	ب3
– محتوى البحث.	ت1
– محتوى البحث.	ت2
– محتوى البحث.	ت3
– محتوى البحث.	ت4
– محتوى البحث.	ت5
– قائمة الجداول.	ج
– قائمة الأشكال.	د
– ملخص البحث.	ل1
– ملخص البحث.	ل2
– مقدمة.	م1
– مقدمة.	م2
مدخل عام: التعريف بالبحث.	
1– الإشكالية.	02
2– الفرضيات.	03
3– أسباب اختيار الموضوع.	03
4– أهمية البحث.	04
5– أهداف البحث.	04
6– الدراسات المرتبطة بالبحث.	04
7– تحديد المصطلحات والمفاهيم.	10
الجانب النظري	
الفصل الأول: الألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	
– تمهيد.	15
1– حصة التربية البدنية والرياضية.	16
1–1– مفهوم التربية البدنية والرياضية.	16
1–2– أهمية التربية البدنية والرياضية.	16
1–3– أهداف التربية البدنية والرياضية.	16
1–3–1– الناحية البدنية.	16
1–3–2– الناحية المعرفية.	17

1-3-3- الناحية الاجتماعية.	17
1-4- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية.	17
1-5- واجبات حصة التربية البدنية والرياضية.	17
1-6- صفات حصة التربية البدنية والرياضية.	18
1-7- محتوى حصة التربية البدنية والرياضية.	18
1-الالعاب الشبه الرياضية.	20
1-1- تعريف اللعب.	20
1-2- قيمة اللعب.	20
1-3- أنواع اللعب.	20
1-4- أهمية اللعب.	21
1-5- خصائص اللعب ومزاياه.	21
1-6- أهداف اللعب.	22
1-6-1- الأهداف السلوكية الحركية.	22
1-6-2- الأهداف المعرفية.	22
1-6-3- الأهداف العاطفية.	22
1-7- وظائف اللعب.	23
1-7-1- الوظيفة الاجتماعية.	23
1-7-2- الوظيفة النفسية.	23
1-7-3- الوظيفة الفسيولوجية.	23
1-7-4- الوظيفة العقلية.	23
1-8- الألعاب الشبه الرياضية.	23
1-8-1- تعريف الألعاب الشبه الرياضية.	23
1-8-2- أنواع الألعاب الشبه الرياضية.	24
1-8-3- مميزات الألعاب الشبه الرياضية.	24
1-8-4- مبادئ اختيار الألعاب الشبه الرياضية.	25
1-8-5- أسس اختيار الألعاب الشبه الرياضية.	26
- خلاصة.	27
الفصل الثاني: التوافق النفسي والاجتماعي.	
- تمهيد.	29
2-1- تعريف التوافق.	30
2-1-1- الاتجاه الفردي او الشخصي.	30
2-1-2- الاتجاه الاجتماعي.	30
2-1-3- الاتجاه التكاملي.	31
2-2- أبعاد التوافق.	31
2-2-1- التوافق الشخصي.	31

2-2-2- التوافق الاجتماعي.	31
2-3- أشكال التوافق.	32
2-3-1- التوافق السوي.	32
2-3-2- التوافق السيئ.	32
2-4- معايير التوافق.	32
2-4-1- المعيار الذاتي.	32
2-4-2- المعيار الطبيعي.	33
2-4-3- المعيار الاجتماعي.	33
2-4-4- المعيار الثقافي.	33
2-5- مؤشرات التوافق.	33
2-5-1- النظرة الواقعية للحياة.	33
2-5-2- مستوى طموح الفرد.	34
2-5-3- الإحساس بإشباع حاجات نفسية.	34
2-5-4- الثبوت الانفعالي.	34
2-5-5- سعة الأفق.	34
2-5-6- مفهوم الذات.	34
2-5-7- المسؤولية الاجتماعية.	34
2-5-8- المرونة.	35
2-6- أساليب التوافق.	35
2-6-1- الكبت.	35
2-6-2-التبرير.	35
2-6-3- الإسقاط.	36
2-6-4- التقمص.	36
2-6-5- النكوص.	36
2-6-6- التعويض.	36
2-6-7- أحلام اليقظة.	36
2-6-8- الإعلاء والتسامي.	37
2-6-9- الانسحاب.	37
- خلاصة.	38
الفصل الثالث: الفئة العمرية لتلاميذ الطور الثانوي (المراهقة).	
- تمهيد.	40
3-1- مفهوم المراهقة.	41
3-2- مراحل المراهقة.	41
3-2-1- المرحلة المبكرة.	41
3-2-2- المراهقة الوسطى.	41

3-2-3- المراهقة المتأخرة.	41
3-3- أشكال المراهقة.	42
3-3-1- المراهقة المتوافقة.	42
3-3-2- المراهقة المنطوية.	42
3-3-3- المراهقة العدوانية.	42
3-3-4- المراهقة المنحرفة.	43
3-4- خصائص النمو في مرحلة المراهقة الوسطى (15-18سنة).	43
3-4- النمو الجسمي.	43
3-4- النمو الحركي.	43
3-4- النمو العقلي.	43
3-4- النمو الانفعالي.	44
3-4- النمو الاجتماعي.	44
3-5- حاجيات مرحلة المراهقة الوسطى.	44
3-5- الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية.	44
3-5- الحاجة إلى تحقيق الذات.	45
3-5- الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق.	45
3-6- مشاكل مرحلة المراهقة الوسطى.	45
3-6-1- المشكلات الأسرية.	45
3-6-2- المشكلات المدرسية.	45
3-6-3- المشكلات الاجتماعية.	46
3-6-4- المشكلات النفسية.	46
3-6-5- مشكلات قضاء أوقات الفراغ.	46
3-7-علاقة المراهق بمربي التربية البدنية والرياضية.	47
- خلاصة.	48
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.	
- تمهيد.	51
4-1- الدراسة الاستطلاعية.	52
4-2- المنهج.	52
4-3- متغيرات البحث.	52
4-3-1- المتغير المستقل.	52
4-3-2- المتغير التابع.	52
4-4- مجتمع البحث.	52
4-5- عينة الدراسة.	52
4-6- مجالات البحث.	54

4-6-1- المجال البشري.	54
4-6-2- المجال المكاني	54
4-6-3- المجال الزمني.	54
4-7- أدوات البحث.	54
4-7-1- الاستبيان.	55
4-7-2- اختبار الشخصية.	55
4-8- الوسائل الإحصائية.	59
- خلاصة.	61
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.	
- تمهيد.	63
5-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى.	64
5-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية.	68
5-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة.	72
5-4- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات.	82
- خلاصة.	85
- الاستنتاج العام.	86
- الخاتمة.	87
- اقتراحات وفروض مستقبلية.	88
- البيبليوغرافيا.	هـ1.
- البيبليوغرافيا.	هـ2
- البيبليوغرافيا.	هـ3
- الملاحق.	ي
- الملحق رقم (01).	ي1
- الملحق رقم (02).	ي2
- الملحق رقم (03).	ي3
- الملحق رقم (04).	ي4
- الملحق رقم (05).	ي5
- الملحق رقم (06).	ي6
- الملحق رقم (07).	ي7
- الملحق رقم (08).	ي8
ملخص البحث باللغة الفرنسية.	R1
ملخص البحث باللغة الفرنسية.	R2

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
01	يبين عدد الأساتذة مادة التربية البدنية والرياضية الموزعين على الثانويات مديرية التربية لولاية البويرة.	53
02	يمثل قرارات وملاحظات الأساتذة المحكمين لاستمارة الاستبيان.	55
03	يبين معاملات الثبات لمقياس الشخصية عند مستوى الدلالة 0,01.	58
04	يمثل قرارات وملاحظات الأساتذة المحكمين لاختبار الشخصية.	59
05	يبين معايير المتبعة لتحليل نتائج تطبيق مقياس الشخصية على عينة الدراسة	64
06	يبين درجات التوافق النفسي بين الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.	64
07	يمثل مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية	65
08	يمثل مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.	66
09	يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" المحسوبة والمجدولة لتوافق النفسي لدى التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	67
10	درجات التوافق الاجتماعي بين الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والغير	68
11	يمثل مستوى التوافق الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.	69
12	يمثل مستوى التوافق الاجتماعي لدى التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.	70
13	يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" المحسوبة والمجدولة لتوافق الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	71
14	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (01).	72
15	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (02).	73
16	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (03).	74
17	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (04).	75
18	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (05).	75
19	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (06).	76

20	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (07).	77
21	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (08).	78
22	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (09).	79
23	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (10).	80
24	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (11).	81
25	يمثل الدلالة الإحصائية لعبارات الخاصة بإجابات الأساتذة.	83
26	يبين مقابلة الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة.	84

قائمة الأشكال

رقم الشكل	العنوان	الصفحة
01	الاتجاهات المختلفة التي تفسر مفهوم التوافق.	30
02	يمثل التمثيل البياني بالأعمدة لعدد التلميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومستوى التوافق النفسي.	66
03	يمثل التمثيل البياني بالأعمدة لعدد التلميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومستوى التوافق النفسي.	66
04	يمثل التمثيل البياني بالأعمدة لعدد التلميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومستوى التوافق الاجتماعي.	69
05	يمثل التمثيل البياني بالأعمدة لعدد التلميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومستوى التوافق الاجتماعي.	70
06	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (01).	72
07	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (02).	73
08	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (03).	74
09	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (04).	75
10	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (05).	76
11	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (06).	77
12	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (07).	78
13	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (08).	79
14	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (09).	80
15	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (10).	81
16	يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم (11).	82

"أهمية الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي".

-دراسة ميدانية على بعض ثانويات ولاية البويرة-

إعداد الطلبة:

- عوادي عمرو
- وقاص خالد
- راقب محمد أمين

الأستاذ المشرف:

د.منصوري نبيل

اردنا من خلال هذا البحث أن نبرز الدور الذي تلعبه الألعاب الشبه الرياضية ومساهمتها في زيادة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي من جهة، ومن جهة أخرى جعلها وسيلة بيداغوجية مسلية لتلاميذ وأيضا لأستاذ مادة التربية البدنية والرياضية لإنجاح وتحقيق هدف حصته، ويهدف بحثنا إلى معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في زيادة التوافق النفسي والاجتماعي للمراهق المتمدرس وحاجته إلى اللعب كمطلب للنمو وأيضا للتخلص من الضغوط النفسية المتراكمة من بعض المواقف.

تمثلت مشكلة الدراسة في "**هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية؟**"، وانطلاقا من هذا التساؤل العام تم صياغة الفرضية العامة والتي جاءت كالاتي: "**تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.**"، أما في ما يخص الفرضية الجزئية فجاءت بالترتيب كالاتي: "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.**" و " **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.**" وكذا "**للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.**"

كانت الدراسة الميدانية كالاتي:

- **العينة:** قسمت إلى عينتين الأولى كانت عينة بالطريقة العشوائية البسيطة خاصة بأساتذة مادة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي والتي كانت 35 أستاذ من بين 118 أستاذ موزعين على 12 ثانوية لمديرية التربية لولاية البويرة، أما العينة الثانية فكانت في مجموعتين من التلاميذ فكانت بعينة (أ) قوامها 30 تلميذ من الطور الثانوي الممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بانتظام وتم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة، وبنفس الطريقة تم اختيار العينة (ب) قوامها 30 تلميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية من الطور الثانوي.
- **المنهج المتبع في البحث:** اعتمدنا المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة مشكلة الدراسة المطروحة.

- **الأدوات المستعملة في الدراسة:** تم الاستعانة بأداتين من أدوات جمع البيانات وهما استمارة الاستبيان موجهة للعينة الأولى وهذا للتحقق من صحة الفرضية الثالثة، وأيضا مقياس الشخصية موجه للعينة الثانية وهذا من اجل التحقق من صحة الفرضية الأولى والثانية.
- **النتائج المتوصل إليها:**

- أن الألعاب الشبه الرياضية وسيلة مناسبة لزيادة مستوى التوافق النفسي والاجتماعي للتلاميذ.
- أن الألعاب الشبه الرياضية تؤثر بطريقة إيجابية على سلوك التلاميذ عند ممارستها.
- أن درجة إقبال التلاميذ لممارسة الألعاب شبه الرياضية كبيرة جدا.
- تساعد الألعاب شبه الرياضية في حل الكثير من المشاكل التي تصادف أستاذ التربية البدنية والرياضية.
- مساعدة التلاميذ المنطوون للاندماج في جماعة اللعب بواسطة الألعاب شبه الرياضية.

- **اقتراحات وفروض مستقبلية:**

- تشجيع الأساتذة على استخدام الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- ضرورة مراعات الخصائص السنية للتلاميذ والعمل على تكييفها بما يوافق قدرات التلاميذ.
- ضرورة ادراك أهمية اللعب في حياة المراهق ومساهمتها في بناء شخصية متكاملة بكل جوانبها.
- ادراك أهمية التوافق النفسي والاجتماعي والعمل على تحقيقه من طرف كل الفاعلين في المجال التربوي وعلى رأسهم أساتذة التربية البدنية والرياضية عن طريق استعمال الألعاب شبه الرياضية.
- ضرورة تطبيق الألعاب الشبه الرياضية بطريقة علمية وممنهجة وبعيدة عن العشوائية والتنظيم في العمل.
- استغلال الألعاب شبه الرياضية في بناء حصص التربية البدنية والرياضية العمل على ابتكار المزيد من الألعاب التي توافق الموقف والنشاط الممارس.

- **الكلمات الدالة:** الألعاب الشبه الرياضية، التوافق النفسي الاجتماعي.

ملخص البحث

مـــــقدمة:

إن التطور الحاصل في شتى المجالات الحياة منها العلمية أو العملية أو الفكرية، ارغم الباحثين والعاملين في المجال التربوي على البحث عن الطرق المثلي لمواكبة هذا التطور في هذا المجال، لتكوين جيل قادر على البحث دون تعب أو ملل ويساهم مستقبلا في التطور الفكري والعلمي.

ومن خلال الدراسات والبحوث العلمية العديدة في المجال التربوي اثبتوا أن تحقيق التربية العامة التي تسعى إليها كل الأمم لا تستقيم بعيدا عن التربية البدنية والرياضية، فهي جزء منها، فهي تساهم في إعداد التلميذ ليس من الناحية البدنية فقط ولكن أيضا من الناحية الفكرية والنفسية، وذلك من خلال الأنشطة البدنية والحركية والعقلية التي تحتويها، فتم تفعيل وإقرار حصة التربية البدنية والرياضية كمادة أساسية ومهمة ومكملة للمواد النظرية الأخرى في جميع الأطوار التعليمية.

ولتحقيق كل هذا نجد أن أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية يستخدم طرق وأساليب في تدريس هذه المادة والتي تتوافق ومراحل نمو التلميذ في جوانبها المختلفة من جهة، والظروف المحيطة لإنجاز الحصة كنقص العتاد الرياضي مثلا من جهة أخرى، وإن من بين انسب الوسائل التي تساهم في التوفيق بين هذين الجانبين نجد الألعاب الشبه الرياضية التي يحبذها كل التلاميذ مع اختلاف مراحلهم السنية، وهذا لما تحتويه من المرح والتسلية وقلة القوانين فيها، ومن ثم فهي تمثل حاجة هامة لصحة التلميذ النفسية والاجتماعية من خلال الشعور بالمتعة والراحة النفسية وأيضا بناء العلاقات الاجتماعية من خلال جماعة اللعب، وكل هذا يساهم في تحقيق التوافق بأبعاده المختلفة، ومنه تم التطرق إلى هذه الدراسة والتي أتت لتسليط الضوء على ضرورة استخدام الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي والذي قل استخدام مثل هذه الألعاب والاكتفاء بالتمارين الرياضية.

ولقد تناولنا في دراسة هذا الموضوع من خلال خطة البحث التي بدأت من المقدمة والتي كانت عبارة عن تقديم الموضوع وشملت على خطة سير البحث والاطار العام للدراسة والذي تمثل في عرض إشكالية البحث، الفرضيات، أسباب اختيار الموضوع، أهمية البحث، أهداف البحث، الدراسات المرتبطة بالبحث وشرح مصطلحات البحث.

وعلى جانبين:

1- الجانب النظري ويحوى ثلاثة فصول:

- الفصل الأول: والذي جاء بعنون الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- الفصل الثاني: والذي جاء بعنوان التوافق النفسي والاجتماعي.
- الفصل الثالث: والذي جاء بعنوان الفئة العمرية لتلاميذ الطور الثانوي (المراهقة).

2- الجانب التطبيقي ويحوي فصلين:

- الفصل الرابع: والذي جاء بعنوان منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.
- الفصل الخامس: والذي جاء بعنوان عرض وتحليل ومناقشة النتائج وكذا مقابلة الفرضيتين الأولى والثانية بنتائج مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والفرضية الثالثة بنتائج الاستبيان، واكملنا الدراسة باستنتاج عام ومجموعة من الاقتراحات والفروض المستقبلية.

مدخل عام:

التعريف بالبحث

1- الإشكالية:

يعتبر اللعب ظاهرة نفسية واجتماعية تواكب مراحل النمو المختلفة للإنسان وهو وسيلة لمعرفة الذات وتحقيق حاجة الراحة والاستجمام، فقد عرفه الكثير من المفكرين والعلماء من عدة جوانب وظهرت عليه الكثير من النظريات ويعود ذلك لأهميته الكبيرة في حياة الطفل والمراهق وحتى الكبار فهو يساعد على التنشئة الاجتماعية للفرد من عدة نواحي وأيضا في بناء الشخصية، وهو وسيلة للتسلية والتعليم في نفس الوقت، فقد أكد جون بياجيه (1951) "على أهمية اللعب في مجال التعليم والتعلم حيث أن الطفل حين يمارس سلوك اللعب فإنه يحول المعلومات الواردة إليه من اللعبة لتصبح جزءا لا يتجزأ من البنية المعرفية لديه وهذا يؤدي إلى تعزيها وتدعيمها".[1]

كما تشكل الألعاب الشبه رياضية جزء مهم من النشاط المدرسي بصفة عامة وفي حصة التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة، التي تضفي إلى الحصة جوا من السعادة والترفيه عن النفس، فقد عرفها (عبد الحميد مشرف) على أنها: "العب بسيطة التنظيم وتتميز بسهولة أدائها يصاحبها البهجة والسرور وتحمل في طياتها التنافس"[2]، وزيادة على ذلك فهي تعتبر وسيلة فعالة لتخفيف من الطاقة الانفعالية المتراكمة نتيجة لبعض المواقف التي يتعرض لها المراهق، وهي أداة لخفض القلق وخاصة في مرحلة المراهقة والتي يتعرض فيها المراهق إلى عدة مشاكل وأزمات الناتجة عن التغيرات البيولوجية التي تحدث في بداية هذه المرحلة وأخرى نفسية واجتماعية تتبعها إلى نهايتها وخاصة في المراهقة المتوسطة والتي تتصادف مع الطور الثانوي التي تعتبر البداية لتشكيل المسار المهني للمراهق المتمدرس، مما يعيق تحقيق توافقه النفسي والاجتماعي، فحسب وصف ستانلي هال(1950) لازمة المراهق وصعوبة تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لديه أن "مرحلة المراهقة تتصف بالشدة وتحفل بالمشاكل لأنها تمثل مرحلة ميلاد جديدة ومن شأن هذه الفترة أن تتزامن معها صعوبة التوافق مع كل موقف يواجهه المراهق"، وتؤكد دراسة بوند، مورقان (1983) "أن فترة المراهقة هي فترة قلق وتخوف شديدان يشملان جوانب تفكير المراهق وسائر حياته الوجدانية لاسيما في المحيط المدرسي، مما يؤثر على توافقه النفسي والاجتماعي"[3]، وهنا تتجلى أهمية الألعاب شبه الرياضية في حياة المراهق المتمدرس كنشاط طبيعي يدفعه للتخلص من الضغوطات النفسية وإحساسه بالإشباع نتيجة اللذة التي يجدها فيها مما يساهم في تحقيق عملية التوافق النفسي الاجتماعي لديه، والتي لها وزن ثقيل في توجيه سلوكه ومساعدته على التكيف مع المواقف التي يتعرض لها مما يتيح له النمو النفسي والاجتماعي السليم.

ومع التغير الحاصل في النظرة العامة للتربية البدنية والرياضية تم اقرار نظام التدريس المقاربة بالكفاءات، ليواكب التطور الحاصل في هذا المجال،حيث اصبح التلميذ اكثر حرية للإبداع والعمل المشترك مع زملائه مما

[1]:محمد احمد صوالحة.-**علم نفس اللعب**.-دار الميسر للنشر والتوزيع:عمان،2007.-ص44.
[2]عبد الحميد شرف.- **التربية الرياضية للطفل**.- مركز الكتاب للنشر:القاهرة،1995.-ص21
[3]: طاوس وازي.- **التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته باتجاهات المراهق نحو الدراسة**.-رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة الجزائر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونية.ص20-21

أعطى للألعاب الشبه الرياضية مكانة كبيرة، بفضل ما توفره هذه الأخيرة من العمل و حب الاستطلاع وهذا كله يساهم لا محال في زيادة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق وخاصة في الطور الثانوي.

ولذلك تعتبر الألعاب الشبه رياضية وسيلة فعالة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للمراهق المتمدرس وهذا من خلال مختلف الدراسات العربية والأجنبية في هذا المجال مثل دراسة عبد الرحمان سيدعلي (2009-2008) على مساهمة الألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

وانطلاقا مما سبق نطرح التساؤل العام والذي يكون تمهيدا لدراستنا:

- ما مدى مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تحقيق التوافق النفسي ولاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

وتحت غطاء هذا التساؤل تتجلى الأسئلة الفرعية التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية؟
- هل للألعاب الشبه رياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟.

2- الفرضيات:

2-1- الفرضية العامة:

- تساهم الألعاب الشبه رياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

2-2- الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية.
- للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

3- أسباب اختيار الموضوع:

- رغبتنا في دراسة الموضوع لإثراء جانبنا المعرفي.
- قلة استخدام الألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية من قبل أساتذة المادة عندما كنت ادرس في الثانوية.
- محاولة دراسة تأثير الألعاب الشبه رياضية من الناحية النفسية والاجتماعية على المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي.
- فقدان حصة التربية البدنية والرياضية الجانب التنافسي والترويحي مما جعلها مملة وينفر منها التلاميذ.

4- أهمية البحث:

4-1- الجانب العلمي:

تنويه القائمين على المنظومة التربوية على ضرورة الاهتمام بالألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية كوسيلة فعالة للتخفيف من القلق والضغوط النفسية للمراهق المتمدرس التي من شأنها أن تعرقل تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لديه.

4-2- الجانب العملي:

- إعطاء صبغة جديدة لحصة التربية البدنية والرياضية من خلال تطبيق الألعاب الشبه الرياضية فيها.
- إعطاء نظرة نفسية واجتماعية للألعاب الشبه الرياضية من خلال مساهمتها في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي
- إعطاء للتلميذ نافذة لكسر الروتين للمواد الدراسية النظرية من خلال ممارسة الألعاب الشبه رياضية.

5- أهداف البحث:

- معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه رياضية في زيادة مستوى التوافق النفسي والاجتماعي للمراهق المتمدرس.
- إبراز حاجة المراهق للعب أولا كمطلب للنمو وأيضا للتخلص من الضغوط النفسية المتراكمة جراء بعض المواقف تكون اغلبها في المدرسة مما تعيق توافقه النفسي والاجتماعي.
- تنويه أساتذة حصة التربية البدنية والرياضية على أهمية الألعاب الشبه الرياضية من الناحية النفسية والاجتماع
- إبراز المكانة العلمية والعملية للألعاب الشبه رياضية.

6- الدراسات المرتبطة بالبحث: من الدراسات المرتبطة بالبحث نجد:

6-1- الدراسة الأولى:

- رسالة ماجستير بمعهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله، جامعة الجزائر(2008-2009). تحت عنون "مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة" -دراسة متمحورة حول البعد التربوي التعليمي-
- من إعداد الطالب: سيدعلى عبد الرحمان.
- تحت إشراف الأستاذ الدكتور: بن عكي محند أكلي.

6-1-1- مشكلة البحث:

ما مدى انعكاس الألعاب الشبه رياضية على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي في مرحلة التعليم المتوسط في الجزائر؟

- الأسئلة الجزئية:

- هل تؤدي الألعاب الشبه رياضية دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ؟
- هل للألعاب الشبه رياضية دور في توجيه السلوكيات النفسية والاجتماعية لتلاميذ المرحلة المتوسطة؟
- هل تساهم الألعاب الشبه رياضية في رفع معنويات التلاميذ في مرحلة المتوسط؟

6-1-2- أهداف البحث:

هدفت الدراسة إلى إبراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية من الجانب النفسي الاجتماعي وتحسين المستوى البدني لتلاميذ المرحلة المتوسطة وكذا تنويه الأساتذة بضرورة الاهتمام بها واستعمالها بكثرة في حصة التربية البدنية والرياضية.

6-1-3- الفرضيات:

- الفرضية العامة:

للألعاب الشبه الرياضية انعكاس فعال على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي في مرحلة التعليم المتوسط.

- الفرضيات الجزئية:

- للألعاب الشبه الرياضية دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ.
- للألعاب الشبه الرياضية دور في توجيه السلوكيات النفسية والاجتماعية لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.
- تساهم الألعاب الشبه الرياضية في رفع معنويات التلاميذ في مرحلة التعليم المتوسط.

6-1-4- منهج البحث:

المنهج المتبع غي هذه الدراسة كان المنهج الوصفي لأنه تناول احد المواضيع المتعلقة بالمجال الإنساني، كما يعد هذا المنهج الأكثر ملائمة للمشكلة التي طرحها.

6-1-5- عينة البحث وكيفية اختيارها:

شملت مجتمع البحث على (166) أستاذ التربية البدنية والرياضية العاملين في (80) مؤسسة في الطور المتوسط، موزعين على جميع أقطار المقاطعة الغربية للجزائر العاصمة، حيث تم سحب عينة البحث بالطريقة العشوائية المنتظمة، فكانت العينة (20) مؤسسة وتم أخذ كل الأساتذة العاملين في هذه المؤسسات.

6-1-6- أدوات البحث:

الأداة المستعملة في هذه الدراسة لاختبار صحة الفرضيات المطروحة تمثلت في استمارة الاستبيان والتي تحتوي على قائمة من الأسئلة والمقدرة بـ (24) سؤال.

6-1-7- نتائج البحث:

- تلعب الألعاب الشبه الرياضية دور فعالا في تنشيط وتفعيل حصة التربية البدنية والرياضية.
- للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي.
- الألعاب الشبه الرياضية تساعد التلاميذ على تحسين اللياقة البدنية والحالة النفسية وتحقيق التوافق مع نفسه ومع محيطه.

6-2- الدراسة الثانية:

- مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة (2012-2013). تحت عنوان "دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية المهارات الحركية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط(12-15سنة)" -دراسة ميدانية لبعض متوسطات ولاية البويرة-
- من أعداد الطلبة: بعوش خالد، سعيدي أمين.
- تحت إشراف الأستاذ: بوغربي محمد.

6-2-1- مشكلة البحث:

هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية المهارات الحركية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط (12-15سنة)؟

الأسئلة الجزئية:

- هل للألعاب الشبه الرياضية مكانة في حصة التربية البدنية والرياضية؟
- هل تتطلب الألعاب الشبه الرياضية وسائل كبيرة وإمكانيات معقدة لتنمية المهارات الحركية؟

- هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية المهارات الحركية للتلاميذ؟

6-2-2- أهداف البحث:

هدف البحث في إبراز دور الألعاب الشبه الرياضية كوسيلة بيداغوجية تساعد التلميذ على التسيير الحسن لتنمية مهاراته الحركية، وأشار أيضا إلى تلميذ المرحلة المتوسطة وأهم الصعوبات التي يمكن أن يصادفها وكيفية حلها، وتخطي صعوبات نقص العتاد الرياضي في المؤسسات التربوية.

6-2-3- الفرضيات:

- الفرضية العامة:

الألعاب الشبه الرياضية دور فعال في تنمية المهارات الحركية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط (12-15سنة).

- الفرضيات الجزئية:

- الألعاب الشبه الرياضية لها مكانة رئيسية في حصة التربية البدنية والرياضية.
- الألعاب الشبه الرياضية لا تتطلب وسائل كبيرة وإمكانيات معقدة لتنمية المهارات الحركية.
- للألعاب الشبه الرياضية دور ايجابي في تنمية المهارات الحركية للتلميذ.

6-2-4- منهج البحث:

اتبعا الطالبان المنهج الوصفي وهذا نظرا لطبيعة المشكلة التي طرحاها في هذا الموضوع.

6-2-5- عينة البحث وكيفية اختيارها:

شمل مجتمع البحث على (200) أستاذ موزعين على (118) متوسطة لمديرية التربية لولاية البويرة، تم سحب (20%) من المجتمع فكان العدد (40) أستاذ موزعين على (18) متوسطة.

6-2-6- أدوات البحث:

الأداة المستعملة في هذه الدراسة لاختبار الفرضيات تمثلت في استمارة استبيان وضم (20) سؤال موزعة على محاور البحث.

6-2-7- نتائج البحث:

- للألعاب الشبه الرياضية مكانة رئيسية في حصة التربية البدنية والرياضية.
- لا تتطلب الألعاب الشبه الرياضية وسائل كبيرة وإمكانيات معقدة لتنمية المهارات الحركية.
- الألعاب الشبه الرياضية لها دور ايجابي تساعد التلميذ في تنمية مهاراته الحركية.

6-3- الدراسة الثالثة:

- مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة (2013-2014). تحت عنوان "دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التفاعل الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في المقاربة بالكفاءات" -دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية البويرة-
- من إعداد الطلبة: رشام جما الدين، سيتي وليد.
- تحت إشراف الأستاذ الدكتور: ساسي عبد العزيز.

6-3-1- مشكلة البحث:

هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في ضل المقاربة بالكفاءات؟

- الأسئلة الجزئية:

- ما مدى تأثير الألعاب الشبه الرياضية على تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في ضل المقاربة بالكفاءات؟
- هل الألعاب الشبه الرياضية دور في إكساب تلاميذ المرحلة الثانوية المهارات الاجتماعية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في المقاربة بالكفاءات؟
- هل الألعاب الشبه الرياضية دور في تفعيل الروابط الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في المقاربة بالكفاءات؟

6-3-2- أهداف البحث:

هدفت الدراسة من التحقيق في مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية روح الجماعة والتفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي، مع إبراز مكانة العلمية والعملية للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

6-3-3- الفرضيات:

- الفرضية العامة:

للألعاب الشبه الرياضية دور فعال في تنمية التفاعل الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في ضل المقاربة بالكفاءات.

الفرضيات الجزئية:

- للألعاب الشبه الرياضية تأثير ايجابي على تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في ضل المقاربة بالكفاءات.
- للألعاب الشبه الرياضية دور في إكساب تلاميذ المرحلة الثانوية المهارات الاجتماعية خلال حصة التربية البدنية والرياضية في ضل المقاربة بالكفاءات.
- للألعاب الشبه الرياضية دور في تفعيل الروابط الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية في ضل المقاربة بالكفاءات.

6-3-4- منهج البحث:

اتبعا الطالبان المنهج الوصفي كونه يناسب المشكلة المطروحة في هذا الموضوع.

6-3-5- عينة البحث وكيفية اختيارها:

شمل مجتمع البحث على (119) أستاذ موزعين على (48) ثانوية بولاية البويرة، تم سحب (26) أستاذ بالطريقة العشوائية البسيطة موزعين على (10) ثانويات.

6-3-6- أدوات البحث:

الأداة المستعملة في هذه الدراسة لجمع البيانات تمثلت في استمارة استبيان وضمت (22) سؤال موزعة على محاور البحث.

6-3-7- نتائج البحث:

- للألعاب الشبه الرياضية تأثير ايجابي على تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- للألعاب الشبه الرياضية دور في إكساب تلاميذ المرحلة الثانوية المهارات الاجتماعية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.
- للألعاب الشبه الرياضية دور في تفعيل الروابط الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية.

6-4- التعليق على الدراسات: من خلال ما تم عرضه نستخلص ما يلي:

1- معظم الدراسات تناولت احد متغيرات بحثنا سواء التوافق النفسي أو التوافق الاجتماعي أو تثير الممارسة على الجانبين
2- تناولت الدراسات السابقة الجانب التربوي وبالضبط الجانبين في المرحلة الثانوية أو المتوسطة.
3- تنوعت الأدوات المستعملة في الجانب التطبيقي بين المقياس النفسي أو الاستبيان في معالجة الموضوع.
4- تنوعت الأساليب الإحصائية بين النسبة المئوية والمتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وكذا معامل الارتباط بيرسون واختبار (ت).

5- جاءت معظم نتائج الدراسات لتؤكد أن للألعاب الشبه الرياضية دورا كبيرا في تنمية الجانبين النفسي أو الاجتماعي.

6- دارستنا الحالية إضافة للدراسات السابقة ومعالجة الموضوع من زاوية أخرى.

6-5- نقد الدراسات:

الجديد الذي جاءت به دراستنا هو التطرق لأهمية الألعاب الشبه رياضية من الناحية النفسية والاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وهذا من خلال الموضوع المطروح "أهمية الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي لاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

ومن خلال الدراسات السابقة تمكنا من الفهم والاستفادة من تلك البحوث والدراسات، حيث شكلت إطارا نظريا لموضوع بحثنا والاستفادة من الأخطاء التي وقعوا فيها من حيث:

- تحديد فصول الجانب النظري.
- ضبط متغيرات الدراسة.
- الوصول إلى الصياغة النهائية للإشكالية.
- تحديد المنهج المناسب.
- كيفية اختيار العينة.
- الأدوات جمع البيانات المستخدمة.
- الوسائل الإحصائية المستخدمة.

7- تحديد المصطلحات والمفاهيم:

7-1- الألعاب الشبه رياضية:

- **التعريف الاصطلاحي:** هي مجموعة من الألعاب المختارة متعددة الأغراض تؤدى بلاعب واحد أو أكثر وهي بسيطة من حيث القوانين الموضوعية لها ومن حيث الأدوات المستخدمة، ويغلب عليها طابع المنافسة وتبعث الشوق والحماس والسرور في النفوس وهي محببة للأطفال ويقبل عليها من كلى الجنسين (ذكور والإناث).[1]
- **التعريف الإجرائي:** الألعاب الشبه الرياضية عبارة عن العاب بسيطة تتميز قوانينها بالسهولة تبعث في نفس الممارس لها البهجة والسرور وتنمي فيه عدة أمور ايجابية سواء من الناحية النفسية والاجتماعية والبدنية والعقلية، يمكن تكييفها حسب سن وجنس الممارس.

[1] أكرم الخطيب.-**التربية الرياضية للاطفال والناشئة.**- دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع،الطبعة العربية:2011.- ص48.

7-2- حصة التربية البدنية والرياضية:

- **التعريف الاصطلاحي:** تتمثل في الجزء الأهم من البرنامج المدرسي للتربية البدنية والرياضية ومن خلاله تقدم كافة الخبرات والوحدات التعليمية التي تحقق أهداف المنهج.[1]
- **التعريف الإجرائي:** هي مادة دراسية تربوية، تنفذ من خلال دروس الجدول الدراسي، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية والألعاب المختلفة فردية كانت أو جماعية من اجل تكون التلميذ من الناحية البدنية والمهارية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

7-3- التوافق:

- **التعريف الاصطلاحي:** يعرف التوافق عموما بأنه تكيف الشخص ببيئته الاجتماعية في مجال مشكلات حياته مع الآخرين التي ترجع لعلاقته بأسرته ومجتمعه ومعايير بيئته الاقتصادية والسياسية والخلقية.[2] ،ويشمل على بعدين:

التوافق السيكولوجي(النفسي): توفر قدر من الرضا القائم على أساس واقعي كما يؤدي في المدى الطويل إلى التقليل من الإحباط والقلق والتوتر الذي يتعرض له الفرد، ويقوم أيضا على تحقيق نوع من الرضا العام بالنسبة للشخص ككل.

التوافق الاجتماعي: وهو أن يسلك الشخص سلوك وفقا للأساليب الثقافية السائدة في مجتمعه ولا تتعارض حاجاته مع قيم البيئة التي يعيش فيها.[3]

- **التعريف الإجرائي:** التوافق هو قدرة الفرد على إشباع حاجاته بطريقة تحقق له اللذة ولا تتعارض مع قيم مجتمعه وهذا ما يدعى بحسن التوافق.

أما التوافق النفسي الاجتماعي فهو قدرة القدرة الفرد على إشباع حاجاته النفسية مع محيطه وجماعة أقرانه

7-4- المراهقة:

- **التعرف اللغوي:** كلمة مشتقة من الفعل راهق التي تعني دني واقترب من الحلم.
- **التعريف الاصطلاحي:** هي فترة زمنية يمر بها كل إنسان في حياته، ينمو فيها نموا جسميا وفسيولوجيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا ونفسيا تقريبا من كل الجوانب.[4]

---

[1]: ماهر حسن محمود محمد.-**منهاج التربية الوطنية المطور(المقترح) للمدارس الثانوية.**-المكتبة المصرية للطبع والنشر:2005.-ص99.
[2]كمال دسوقي.-**علم النفس ودراسة التوافق.**- دار النهضة العربية للطباعة والنشر:بيروت،1974.-ص32.
[3]صالح حسن الداهري.-**أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية.**- دار صفاء للنشر والتوزيع،2008.-ص69-71.
[4]عبد الرحمان الوافي.- **النمو من الطفولة الى المراهقة.**- الخنساء للنشر والتوزيع،2004.-ص49

- **التعريف الإجرائي:** المراهقة هي تلك الفترة التي تبدأ في حدود 12 سنة وتمتد إلي غاية سن الرشد إما في 21 سنة أو 22 سنة وتحدث فيها تغيرات بيولوجية وسيكولوجية وسيسيولوجية، فتتكون شخصيته حيث يصبح الفرد من معتمد على والديه إلى فرد يعتمد على نفسه في كل الأمور.

الجانب النظري

الفصل الأول:

الألعاب الشبة الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

تمهيد:

يعتبر علماء النفس أن اللعب وسيلة من وسائل التعبير عن الذات وطريقة لتفريغ الشحنات والطاقة الزائدة. واعتبره علماء الاجتماع وسيلة لتحقيق الاندماج والتفاعل الاجتماعي من خلال جماعات اللعب، كما له دور فعال في بناء شخصية الفرد لأنها تعد وسيلة للتسلية والتعليم في نفس الوقت.

وتشكل الألعاب الشبه رياضية جزء كبير في حصة التربية البدنية والرياضية وان نجاحها مرهون بمدى استعمال الأساتذة المادة لهذه الألعاب، فهي من العناصر التي لا يمكن الاستغناء عنها لنجاح الحصة وخاصة في ضل منهاج المقاربة بالكفاءات الجديد.

لذا تطرقنا في هذا الفصل إلي حصة التربية البدنية والرياضية أولا ثم الألعاب الشبه رياضية ومدى مساهمتها في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية وأيضا في تربية الطفل والمراهق وفق القيم والمعايير الحسنة.

1- حصة التربية البدنية والرياضية

1-1- مفهوم التربية البدنية:

لقد تعدت مفاهيم التربية البدنية والرياضية من عالم إلى أخر ورغم الاختلاف في مفهومها إلا إنهم اتفقوا حول مضمونها ونذكر أهم التعارف فيما يأتي:

يعرفها محمد الخطاب: إنها ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن من النواحي البدنية والعقلية والانفعالية عن طريق النشاط الحركي.[1]، وعرفها "**محمود عوض البسيوني**" والذي يقول: تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية احد أشكال المواد الأكاديمية مثل العلوم والكيمياء واللغة ولكن تختلف عن هذه المواد بكونها تمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنها تمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات بتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة (الجماعية والفردية)، التي تتم تحت إشراف التربوي من مربين أعدو لهذا الغرض.[2]

1-2- أهمية التربية البدنية والرياضية:

اهتم الإنسان منذ القدم بجسمه وصحته ولياقته وشكله، كما تعرف عبر الثقافات المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته الأنشطة البدنية والتدريب الرياضي، كما أدرك المنافع الناتجة عن ممارسته هذه الأشكال من الأنشطة لم يتوقف على الجانب البدني والصحي فحسب وإنما تعرف على الأثر الايجابية النافعة لها في مستوى الجوانب النفسية والاجتماعية والعقلية والمعرفية، والجوانب الجمالية النفسية وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا ومنسقا ومتكاملا، ويتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظميها في اطر ثقافية وتربوية عبرت عن اهتمام الإنسان وتقديره، وكانت التربية البدنية والرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هده الأنشطة، والتي اتخذت أشكالا واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها, ولكنها اتفقت على أن تحمل سعادة هدفا، ولعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي وما ذكره الفيلسوف سقراط في قوله على المواطن أن يمارس التمارين البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب إلى نداء الوطن إذا دعي الداعي.[3]

1-3- أهداف التربية البدنية الرياضية:

1-3-1- الناحية البدنية:

- ✓ تطوير وتحسين الصفات البدنية(عوامل التنفيذ).
- ✓ تحسين المردود الفسيولوجي.

---

[1]:خطاب عادل.- **التربية البدنية والرياضية.**- دار النهضة العربية:بيروت،1965.-ص253.
[2]:أحمد خاطر.-**القياس في المجال الرياضي.**- بغداد،1988- ص21.
[3]:محمود عبد الفتاح عنان.-**الثقافة في العصور القديمة.**- دار الفكر:القاهرة،1996.- ص380.

- ✓ التحكم في نظام وتسيير المجهود وتوزيعه.
- ✓ التحكم في تجديد منابع الطاقة.
- ✓ الرفع من المردود البدني وتحسين النتائج الرياضية.

1-3-2- الناحية المعرفية:

- ✓ معرفة تركيبة جسم الإنسان ومدى تأثير المجهود عليه.
- ✓ معرفة بعض القوانين المؤثرة على جسم الإنسان.
- ✓ قدرة الاتصال والتواصل الشفوي والحركي.
- ✓ تجنيد قدراته لإعداد مشروع رياضي
- ✓ معرفة حدود مقدرته ومقدرة الغير.

1-3-3- الناحية الاجتماعية:

- ✓ التحكم في نزواته والسيطرة عليها.
- ✓ تقبل الأخر والتعامل معه في حدود قانون الممارسة.
- ✓ التمتع بالروح الرياضية والتقبل والفوز.
- ✓ روح المسؤولية والمبادرة البناءة.[1]

1-4- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الصغرى للمنهاج الدراسي بمعنى أنها تحتوي على دعائم من حيث (الأهداف، المحتوى، الطرق والأساليب والوسائل والإمكانيات والتقويم)، كما تعتبر التربية البدنية والرياضية وحدة أساسية لتكوين الدورة ولها دور أساسي في النشاطات ويكون موضوعها مختارا حسب أهدافه الخاصة.[2]

1-5- واجبات حصة التربية البدنية والرياضية:

- ✓ المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلميذ.
- ✓ المساعدة على تكامل المؤهلات والخبرات الحركية، ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها داخل وخارج المدرسة مثل: القفز، الرمي....الخ.
- ✓ المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، التحمل، المرونة والرشاقة.
- ✓ اكتساب المعارف والمعلومات والحقائق على أساس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية والفسيولوجية والبيوميكانيكية.

[1]:وزارة التربية الوطنية.-**المناهج والوثائق المرافقة.**-السنة الثالثة من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي.- مطبعة الديوان الوطني للتعليم عن بعد: مارس2006- ص03.

[2]:محسن محمد حمص.-**المرشد في تدريس التربية البدنية والرياضية.**- منشأ المعارف:الإسكندرية،1997-ص35

- ✓ تدعيم الصفات المعنوية والصفات الإدارية والسلوك اللائق.
- ✓ التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.
- ✓ تنمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاطات الرياضية من خلال الأنشطة الإضافية.[1]

1-6- صفات حصة التربية البدنية والرياضية:

لحصة التربية البدنية والرياضية شروط يجب توفرها من اجل نجاحها وأهمها:

- ✓ أن تكون للحصة هدف معروف وواضح يعمل لتحقيقه.
- ✓ أن يتماشى الدرس مع العوامل الصحية وتتمثل في (نظافة، مساحة اللعب، مراعاة العوامل المناخية، مراعاة قدرات التلاميذ وفترتهم العمرية).
- ✓ الاهتمام بالجانب النفسي التربوي(من حيث أوجه النشاط الشيقة ومناسبة سن التلاميذ دراسة التلاميذ بسن نشاط المقدم، التعاون، المنافسة وروح القتالية).
- ✓ مراعاة القيم السلوكية الاجتماعية والأخلاقية.
- ✓ أن يتناسب النشاط مع إمكانيات الدراسة من حيث المساحة وتوفير الأجهزة والأدوات ويجب مراعاة النقاط التالية عند تنفيذ الدرس:
  - أن يكون الجزء الأول من الدرس منشطا وجذابا للتلاميذ.
  - أن يسود النظام والطاعة والالتزام بالضوابط.
  - أن تكون أجزاء الدرس متسلسلة ومترابطة ومتصاعدة في الجهد والشدة.
  - تكون شخصية المدرس عاملا مؤثر من الدرس.
  - العناية بالأجهزة والأدوات وحفظها في أماكن متخصصة.
  - أن تشمل النشاطات والفعاليات جميع أجزاء الجسم.[2]

1-7- محتوي حصة التربية البدنية والرياضية:

*** القسم التحضيري:**

يضمن بداية منظمة للحصة ويحدد نجاح المدرس والحالة النفسية البدنية ومن أهم مميزات هذا الجزء:

- ✓ تمرينات بسيطة.
- ✓ تمرينات غير مملة.
- ✓ تمرينات مسلية.
- ✓ تناسب التمارين مع جنس وسن التلاميذ.

[1]:محمد عوض سيوني، فيصل ياسين الشاطئ.-**طرق التربية البدنية والرياضية**.-ط1، الجزائر-ص95.

[2]عدنان جواد خالف وجبوري وآخرون.- **المبادئ الأساسية في طرق تدريس التربية البدنية والرياضية**.- جامعة البصرة:بغداد،1988ص142

*** القسم الرئيسي:**

فيه جزءان احدهما تعلمي والأخر تطبيقي:

الجزء التطبيقي هو نقل الحقائق والشواهد والمفاهيم للاستخدام في الواقع العلمي ويقدم في الألعاب الفردية كألعاب القوى، الجيدو والألعاب الجماعية ككرة اليد، كرة القدم، وأهم مميزاته هو بروز روح التنافس مما يؤدي إلى نجاح الحصة التدريبية.

أما الجزء التعليمي يقدم فيه المهارات والخبرات الواجب تعلمها سواء كانت في لعبة فردية أو جماعية كالجري أو كرة الطائرة.

*** القسم الختامي:**

وهدفه الرجوع إلى الحالة الطبيعية وتهدئة أعضاء الجسم وعودتها إلى مرحلة ما قبل القيام بالحصة، ويتضمن عدة تمرينات لتهدئة والاسترجاع كالتنفس والاسترخاء.[1]

[1]:محمد عوض سيوني، فيصل ياسين الشاطئ –**نفس المرجع**، ص64-65.

1- الألعاب الشبه رياضية:

1-1- تعريف اللعب:

عرفه الكثير من العلماء والمفكرين من عدة جوانب وهذا راجع لأهميته الكبيرة ودوره في عملية التنشئة الاجتماعية فقد اعتبره "زميل Simmel " أنه وظيفة إعداد الأطفال لأدوار الكبار"، ومن المنظور الاجتماعي تناوله "هوزينجا Huizinga " وعرفه بأنه من ألوان النشاط الحر الذي يؤدي بالوعي خارج الحياة العادية باعتباره نشاطا يأخذ في أدائه عدم الجدية " ويشير كل من "دوتري ولويس Lewis &Daughtrey " إلى أن اللعب أصبح مرادفا شائعا للحركة وهو احد الدوافع الأربعة الأساسية التي تقود الإنسان، وهي الجنس، الذات، التجمع واللعب"[1]. وعرفه عطية محمود "أن اللعب يعد الوسيلة الطبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تحيط بالفرد والتي تفرض نفسها عليه في كل لحظة وآونة، فعن طريق اللعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها ويوسع من معلوماته ويزيد من مهارته ويعبر عن أفكاره ووجدانه"، وحسب ما عرفه جون بياجيه Piagest j (1951) "أن اللعب هو سيادة لعملية التمثل تعمل على تحويل المعلومات الواردة لتلاءم حاجيات الفرد، وللعب والتقليد والمحاكاة دور تكاملي في عملية النمو العقلي وتطور الذكاء".[2]

1-2- قيمة اللعب:

يعتبر اللعب من أهم الوسائل التي ينبغي الاعتماد عليها بحيث تتدخل في تشكيل جوانب شخصية الفرد، كما تساعد الطفل على اكتساب الخبرات ونجد أن اللعب له قيمة كبيرة تتمثل في ما يلي:

- تنمية الإمكانات الجسمية والعقلية.

- ✓ تدريب الحواس وتنمية الملاحظة واكتساب الخبرات.
- ✓ تسهيل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة.
- ✓ تمكين الطفل من اكتشاف المحيط ومساعدته على التكيف الاجتماعي.
- ✓ تلبية حاجيات الطفل وميوله إلي اللعب والحركة.
- ✓ استغلال الألعاب في تنظيم الحوار قصد تصحيح المكتسبات اللغوية وإثرائها.[3]

1-3- أنواع اللعب:

يمكن تلخيص أنواع اللعب فيما يلي:

1- من حيث المشاركين في اللعب هناك نوعين:

---

[1]:مصطفى السايح، محمد حسين عبد المنعم.- **الألعاب الصغيرة وتطبيقاتها.**-ط1.- دار الوفاء: الإسكندرية، 2006- ص11.
[2]:نجم الدين السهروي.- **فلسفة اللعب.-** مركز الكتاب للنشر:القاهرة،1977-ص20.
[3]:محمد الحمصي.- **فلسفة اللعب.-** ط2.- مركز الكتاب للنشر:القاهرة،2005-ص60.

- ✓ اللعب الانفرادي.
- ✓ اللعب الجماعي.

2- من حيث نوعية اللعب وطبيعته هناك عدة أنواع:

- ✓ اللعب النشيط.
- ✓ اللعب الهادئ.
- ✓ اللعب الذي يساعد على تنسيق الحركات ونمو العضلات.
- ✓ اللعب الذي تغلب عليه الصفة العقلية.

3- من حيث تنظيم اللعب والإشراف عليه:

- ✓ اللعب الحر الغير المنظم.
- ✓ اللعب المنظم.[1]

1-4- أهمية اللعب:

- ✓ يعتبر نشاط طبيعي يدفع الفرد إلى الميل لمزاولته ويحقق لنفسه اللذة يجدها في اللعب والمرح والسرور.
- ✓ يشبع الحاجات الأولية للأفراد من خلال اكتسابهم للخبرات.
- ✓ اللعب نشاط طبيعي عن طريقه يدفع الفرد إلى استنفاذ طاقته الزائدة.
- ✓ يساعد اللعب في النمو العقلي ويعمل على إتاحة الفرصة لبناء العلاقات الاجتماعية.
- ✓ يساعد اللعب ذو التنظيم الجيد على تنمية الجسم تنمية سليمة والى تحسين الصحة.

1-5- خصائص اللعب ومزاياه:

- ✓ يعتبر اللعب نشاط حر.
- ✓ تمارسه جميع الفئات باختلاف جنسهم وأعمارهم.
- ✓ يحبه جميع الناس ويميلون إليه باعتباره ضرورة ورغبة.
- ✓ له قواعد واضحة المعالم يطبقها ويتمسك بها جميع الممارسين وتختلف باختلاف نوع اللعبة.
- ✓ له أبعاد اجتماعية وأخلاقية وتربوية وصحية ونفسية وبدنية.
- ✓ يبعث في النفس الراحة والبهجة والسرور والفرح.
- ✓ يبني شخصية الفرد ويزيل جميع الانفعالات والضغطات.
- ✓ يعتبر ظاهرة إنسانية لا تعقيد ولا انفعال فيها.[2]

[1]:خالد عبد الرزاق السيد.-**سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.**-مركز الإسكندرية للكتاب:الإسكندرية،2002-ص34.
[2]:نجم الدين السهرودي.-مرجع سابق،2007.-ص42.

1-6- أهداف اللعب:

تعد الطريقة اللعب من بين الطرق الشائعة الاستعمال في مجال التربية البدنية والرياضية لمختلف أطوار نمو الفرد، وذلك لما تحققه هذه الطريقة من نجاح كبير في الوصول إلى الأهداف المسطرة من قبل المعلم في الجوانب التالية:

1-6-1- الأهداف النفسية الحركية:

لكي تكون طريقة اللعب فعالة يجب أن تهدف إلى تنمية وتحسين الحركات البنائية الأساسية مثل: الحركات الانتقالية والمتمثلة في القدرة على التحرك من وضع الثبات إلى مكان أخر كالوثب والجري، إضافة إلى الحركات الغير انتقالية كتحريك الرأس والجذع وكذلك الحركات اليدوية كالضرب باليد والقدم. وتنمية القدرات الإدراكية والتي تساعد المتعلم على تفسير المثير حتى يتمكن من التكيف مع البيئة، وتتضمن أساسا التميز الحركي والبصري والسمعي، كما تساهم هذه الطريقة في تنمية القدرات البدنية حيث تعلم على تحسين أداء المهارات المتعددة والبسيطة منها والمعقدة بالإضافة إلى تنمية المهارات الحركية.

1-6-2- الأهداف المعرفية:

يبغي أن تهدف برامج اللعب إلى إعداد الفرد في المجال المعرفي بأقسامه المتعددة والتي تشمل المعرفة مثل: القدرة على تذكر المهارات السابق تعلمها إضافة إلى الفهم بحيث يكون المتعلم قادر على الفهم الحركي أو المهارة التي يتعلمها وكذا تطابقها وتحليل تلك الحركية وتركيبها، وصول إلي تقويمها ومعرفة مدى تحقيق الهدف الذي وضع لها.

ومثال الأهداف المعرفية نذكر ما يلي: أن يعرف المصطلحات الخاصة باللعب ويتعرف على أنواع المهارات الخاصة به، ويختار طرق اللعب المناسبة للفريق ويحلل أنماط المهارات تحليلا دقيقا ويقارن بين المستويات الأداء الأولي والنهائي ويقوم أخطاء الأداء.

1-6-3- الأهداف العاطفية:

لاشك أن لكل هدف معرفي جانب عاطفي وتلازمهما أمر طبيعي، وعلى المعلم أن يجذب اهتمامات المتعلمين لتعلم الألعاب حتى يتولد لديهم الرغبة في تعلمها، كما يتضمن المجال العاطفي عملية تطبيع الاجتماعي التي لها الأثر في نمو السلوك والتحكم فيه، ويدخل في نطاق الأهداف العاطفية للألعاب: غرس قيم مرغوب فيها كالروح الرياضية العالية مثل التفاهم والإحساس بمشاعر الآخرين، واحترام حقوق الآخرين نتيجة احترام قواعد اللعب، واحترام الحكام والإداريين، وتقبل المسؤولية عن السلوك الشخصي الذي تتأثر به الجماعة و السلوك الاجتماعي الذي تقوم عليه الحياة الديمقراطية، وإدراك الفرد لذاته والشجاعة والمثابرة وبذل الجهد كما يكتسب اللاعب قيمة

ثقافية بحيث تساعده على فهم ثقافة المجتمع وثقافة المجتمعات الأخرى وهذا بالإضافة إلى اكتساب القيم الجمالية من خلال التربية الحركية التي تعمل على تحقيق الرضي الجمالي والفني.[1]

1-7- وظائف اللعب:

1-7-1- الوظيفة الاجتماعية:

يرى "Makrenko" أن جماعات اللعب هي الرابط الأول الذي يربط الطفل بالعلاقة الاجتماعية مع الآخرين التي يخضع فيها الأطفال لقواعد النظام والجماعات، باللعب يمكن للطفل تعلم بعض القواعد الاجتماعية كالاحترام ومساعدة الغير، التعاون والأخلاق، وهنا تظهر الأهمية في إعطاء الثقة في النفس الذي يتولد عنها التأقلم والاندماج مع أفراد المجتمع بعاداته وقوانينه وأحكامه، فعن طريق اللعب يمكن للطفل من التموضع داخل البيئة التي يعيش فيها.

1-7-2- الوظيفة النفسية:

اللعب ما هو إلا تعبير من الطفل عن حالته النفسية ومشاكله الداخلية وبالتالي يعد اللعب الطريقة المثلى لفهم المحاولات التي يقوم بها المراهق لتوفيق بين الخبرات المتعرضة التي يمر بها.

1-7-3- الوظيفة الفسيولوجية:

في نظر الفيسيولوجيون لا يمكن إنكار المساهمة الايجابية للعب في إتقان الحركة وتطوير جسم الإنسان فالقيام بالحركات وتحديد الوصفيات والتمرينات البدنية الطبيعية كالقفز والجري، الدفع والرمي....الخ. هذه النشاطات تقوم باستخدام عضلات الجسم، إضافة إلى التوازن في عمل الأجهزة العضوية الأساسية كالجهاز التنفسي والجهاز الدوري الدموي، أي أن كل الجسم معرض للاختبارات وهذا يؤدي إلى حالة حركية ووصفية سليمة.

1-7-4- الوظيفة العقلية:

يقول "Chateau" اللعب يدرب الطفل على التفكير الحسن ويتيح الفرصة للتخيل والبناء واستثارة نشاطه وبالتالي توجيهه نحو الابتكار والإبداع، فبفضل اللعب يمكن للطفل أن ينمي قدراته العقلية وإعطاء الوسائل اللازمة للتفكير الصحيح وقدرته على التنسيق والربط والتحليل والخفة في فهم الأشياء والتركيز.[2]

1-8- الألعاب الشبه رياضية:

1-8-1- تعريف الألعاب الشبه رياضية:

[1]:الين وديع فرج.- **خبرات في الألعاب للصغار والكبار.-** ط2 منشاة المعارف :الإسكندرية،2003- ص41-43.
[2]:علاق مناد، طهراوي حمزة.- **الألعاب الشبه الرياضية وأهميتها في تطوير المهارات الحركية.-**مذكرة لسانس: الجزائر- معهد التربية البدنية والرياضية ،سيدي عبد الله، 2009/2008-ص20-21.

الألعاب الشبه الرياضية هي مجموعة من الحركات والفعاليات المريحة والترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة[1]، وهي عبارة عن العاب مختارة لا تحتاج إلى ملاعب كبيرة، ويمكن تنفيذها بأدوات بسيطة يسهل استخدمها وتدخل الشوق والحماس في دروس التربية البدنية والرياضية، فضلا عن المتعة التي يكتسبها الفرد من مزاولاتها إياها، كما أنها سهلة وسريعة وغير معقدة، ويمكن أن يمارسها الأطفال والشباب والكبار وهي تجلب لمن يمارسها السرور وعدم التوتر، ولا يمكن الاستغناء عنها سواء في الدراسة أو التدريب.

1-8-2- أنواع الألعاب الشبه الرياضية:

- **ألعاب مسلية هادئة:** وتتميز بأنها لا تحتاج إلى مجهود بدني كبير لممارستها وتؤدى في مساحات صغيرة من الأرض.

- **العاب حركية:** مثل العاب الجري والمطاردة والتي يقبل عليها الطلاب بكل رغبة وشوق لأنها تشبع رغبتهم في الركض والوثب والقفز، وتشكل العاب الجري الجزء الأكبر من الألعاب وتتضمن على العاب المسابقات والمطرد والمسك واللمس.

- **ألعاب بسيطة التنظيم:** وتحتوي على مهارات أولية مثل: الرمي وتتميز بعدم حاجتها إلا لأدوات بسيطة وساحة صغيرة وترجع سهولتها إلى خلوها من التفاصيل للألعاب المعقدة، وتعد الطفل إعدادا جيدا يشمل النظام وسرعة التلبية واحترام قانون اللعبة وعمل التشكيلات.

- **ألعاب الكرات:** وتحتل العاب الكرات على مكانة هامة بين مجموعات الألعاب الشبه الرياضية والمختلفة نظرا لما تتمايز به من مزايا وفوائد هامة، إذ يكتسب الطفل في غضون ممارسته لمختلف العاب الكرات الكثيرة من المهارات والخبرات الحركية التي تساهم في إتقانه وبلوغه في الألعاب الرياضية الكبيرة فيما بعد.

- **ألعاب شعبية:** ويقصد بها الألعاب التي يمارسها الأطفال في الشوارع والأماكن العامة وفي القرى وقد اتفق اللاعبون على وضع قوانينها حسب إمكانياتهم.

- **ألعاب تمهيدية وإعدادية:** وهذه الألعاب تتميز بكثرة قوانينها وتباين أنواعها وهي تشبه الألعاب الرياضية كثيرا في المهارات الحركية وخطط اللعب وقواعد اللعب، وينظر إليها على أنها تمهد وتعد اللاعب إلى ممارسة الألعاب الرياضية الكبيرة.[2]

1-8-3- مميزات الألعاب الشبه الرياضية:

تتميز الألعاب الشبه الرياضية بمميزات متعددة أهمها ما يلي:

---

[1]:سوزان ميلر.- **سيكولوجية اللعب.**- ترجمة حسن عيسى.-الكويت،عالم المعرفة:1987.-ص146.

[2]:وديع يسين التكريتي.- **المرشد في الألعاب الصغيرة لكافة المراحل الدراسية.**-ط1،دار الوفاء لطباعة والنشر: الإسكندرية،2012.-ص13-20.

- ✓ تتعدد أنواعها مما يعطي الفرصة للاختيار منها مع ما يناسب وميول ورغبات الأطفال.
- ✓ تتناسب جميع الأعمار وقدرات الأطفال من كلا الجنسين فيختار منها الطفل ما يتناسب ميوله ورغباته.
- ✓ لا تحتاج إلى مساحات واسعة من الأرض ويمكن أن تؤدى في ساحة المدرسة أو في ملعب صغير.
- ✓ لا تحتاج إلى أدوات كثيرة أو كبيرة وأدواتها بسيطة.
- ✓ لا تخضع للقوانين المعترف بها رسميا، فقوانينها بسيطة ويمكن وضع قوانين للعبة وإجراء تعديلات عليها من حيث قانون اللعب ومساحة اللعب وعدد اللاعبين المشاركين فيها وحجم وعدد الكرات المستخدمة فيها.
- ✓ تعطي الفرصة لجميع الأطفال للاشتراك في لعبة واحدة.
- ✓ مجال واسع لتجديد النشاط وتعطي روح المرح والسرور والسعادة والترويح عن النفس لكل من يمارسها.
- ✓ تعمل على تنمية روح الجماعة والتعاون.
- ✓ تكسب التلميذ فرصة التدريب على القيادة والتبعية.
- ✓ تعمل على تنمية القدرات العقلية كالتخيل والتذكر والانتباه.

1-8-4- مبادئ اختيار الألعاب الشبه الرياضية:

عند اختيار الألعاب الشبه الرياضية يجب مراعاة المبادئ الهامة والضرورية وهي:

- ✓ إدراك وفهم الهدف التربوي والتعليمي المراد تحقيقه حيث أن لكل لعبة هدف أو أكثر يتوجب تحقيقه من خلالها.
- ✓ مراعاة المرحلة السنية فلكل مرحلة سنية العاب خاصة تختار على أساس النمو البدني والحركي والعقلي والاجتماعي والانفعالي لهذه المرحلة.
- ✓ مراعاة الفروق بين البنون والبنات عند اختيار الألعاب فهناك العاب يمكن أن يشترك فيها الذكور والإناث معا وأخرى لا يشتركون فيها.
- ✓ مراعاة خصائص التي يتميز بها الأطفال في الفصل الدراسي من حيث قدراتهم واستعداداتهم ومهاراتهم وخبراتهم المكتسبة لجميع الأطفال ككل ومراعاة الفروق الفردية بينهم.
- ✓ مراعاة عنصر التلاؤم والتوفيق بين أغراض الدرس ورغبات الأطفال وتهيئة الفرد لاكتشاف استعداداتهم والمميزين منهم.
- ✓ أن يراعي سهولة التعليم للألعاب وبساطة قواعدها وتوفير الأدوات الأساسية والبديلة في المدرسة.
- ✓ مراعاة مكان اللعب حيث يحب اختيار الألعاب التي تتناسب مع مكان ومساحة الملاعب المتوفرة وتوفير وسائل الأمن والسلامة للأطفال.
- ✓ اختيار الألعاب التربوية الهادفة.[1]

[1]:أكرم خطيب.-**التربية الرياضية للأطفال والناشئة.**-دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.- الطبعة العربية، 2011- ص52-53.

1-8-5- أسس اختيار الألعاب الشبه الرياضية:

يوجد بعض النقاط الهامة التي يجب على المربى الرياضي مراعاتها في عملية اختياره للألعاب الشبه الرياضية ويمكن تلخيصها فيما يلي:

- **الناحية الفسيولوجية:**

✓ أن توضع مراحل النمو موضع الاختبار.
✓ يجب أن تحرك الألعاب مجموعة العضلات الكبيرة.

- **الناحية الاجتماعية:**

✓ يجب أن تكون الألعاب فيما بعد هوية لاستثمار وقت الفراغ.
✓ أن تتناسب مع المثل التي يؤمن بها المجتمع.
✓ أن تعمل أوجه النشاط على التقدم والنمو الخلقي للفرد.
✓ أن تعمل على النضوج الاجتماعي للفرد.
✓ يجب أن تعمل على التقدم الاجتماعي للمجتمع.

- **الناحية الفردية:**

✓ أن تراعي ميول وحاجات ودوافع الفرد.
✓ الأخذ بعين الاعتبار مرحلة السن وخصائصها البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية.
✓ مراعاة الفروق الفردية وخاصة القدرات ومستوى الأداء والخبرات السابقة في النشاط الممارس.

- **ناحية المحتوى:**

✓ أن تكون ممتعة ومشوقة.
✓ أن تحقق فرص المشاركة المتكافئة لجميع الأفراد.
✓ أن تخدم كلا الجنسين وكل الأعمار.
✓ أن تكون مرنة قابلة للتعديل.
✓ أن تتوفر فيها فرص حق الاختيار بالنسبة للمشاركين.[1]

[1]:وديع ياسين التكريتي.-**مرجع سابق**،2012 .-ص67-68.

خلاصة:

انطلاقا مما سبق نستخلص أن الألعاب الشبه الرياضية دور هام في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية وتعتبر وسيلة فعالة في تنمية شخصية المراهق والطفل من عدة جوانب سواء كانت حسية، نفسية، تربوية خاصة منها النفسية والاجتماعية فهي تخفف من الضغوطات النفسية لدى المراهقين وأيضا تنمي روح الجماعة من خلال التفاعل والتعاون أثناء اللعب بالإضافة إلي دورها في تنمية وتطوير القدرات الحركية والعقلية لدى التلاميذ، فيجب الاهتمام بهذه الألعاب من قبل المربين وهذا لأهميتها الكبيرة.

الفصل الثاني:

التوافق النفسي الاجتماعي

تمهيد:

يعتبر التوافق من أهم العمليات التي يصبو كل إنسان خلال مراحل حياته إلى تحقيقها لكي يشبع حاجاته العضوية والنفسية دون أن يصطدم بالقيم والمعايير التي تحكم المجتمع، وأي خلل في هذه العملية ينتج عنه عدم استقرار نفس واجتماعي مما يؤثر علة كيانه وشخصيته وطالما ارتبطت الصحة النفسية بحسن التوافق والعكس.

وسوف نتطرق في هذا الفصل إلى تعريف التوافق وتحديد أبعاده ومعاييره وكذا إلى العوامل المؤثرة فيه، وأخيرا الى معيقات تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.

2-1- تعريف التوافق:

إن مفهوم التوافق من أكثر المفاهيم شيوعا في علم النفس ذلك أنه تقييم سلوك الإنسان وعلم النفس إنما هو علم سلوك الإنسان وتوافقه مع البيئة لذلك كانت دراسة علم النفس لا تنصب على السلوك ذاته أو على التوافق نفسه بل تدور حول كيفية الوصول إلى التوافق وطبيعة العمليات التي تتم بواسطتها التوافق أو عدم التوافق.[1]

هناك طريقتان لعرض مفهوم التوافق تتمثل الأولى في البحث عن ما ورد في قواميس علم النفس المختلفة، والثانية هي عرض تعاريف العلماء الباحثين الذين قاموا بدراسات حول موضوع التوافق، ولكن مهما تعددت تعريفات التوافق إلا انه يمكن حصرها في ثلاثة اتجاهات رئيسية حسب الشكل التالي:

اتجاهات مفهوم التوافق

الاتجاه الفردي(الشخصي)	الاتجاه الجمعي أو الاجتماعي	الاتجاه المتكامل
ويعني تحقيق التوافق عن طريق إشباع الفرد لدوافعه مثل تعاريف:	ويعني تحقيق التوافق عن طريق إرضاء الجماعة مثل تعاريف :	ويعني التكامل والتوافق بين رغبات الفرد ومجتمعه مثل تعاريف:
Shaffer(1955) Shoben(1955) Freud(1930) Smith(1956)	Eizenk(1978) Walman(1930)	Thorb(1940) Clarck(1960)

شكل رقم(1): الاتجاهات المختلفة التى تفسر مفهوم التوافق

2-1-1- الاتجاه الفردي أو الشخصي:

حسب هذا الاتجاه تعتبر عملية التوافق ذاتية الصيغة، وهو يهتم بالفرد وإشباع حاجاته التي استثارتها الدوافع سواء كانت هذه الحاجات بيولوجية أو نفسية أو اجتماعية، وغالبا ما تضع البيئة عوائق تمنع من إشباع هذه الحاجات، والفرد المتوافق نفسانيا حسب هذا الاتجاه هو الذي يخلو من الصراعات الداخلية الشعورية واللاشعورية ويتحلى بقدر من المرنة ويستجيب للمؤثرات الجديدة باستنتاجات ملائمة وأنه مشبع لحاجات الداخلية الأولية والثانوية المكتسبة وأنه متوافق مع مطالب النمو عبر المراحل العمرية المختلفة وهذا ينعكس بالطبع على بيئته التي يعيش فيها.

2-1-2- الاتجاه الاجتماعي:

يرى أن التوافق عملية اجتماعية تقوم على الانصياع للمجتمع بصرف النظر على رضا الفرد عن هذا الانصياع وتتضمن الذكاء الاجتماعي والسعادة مع الآخرين والاتزان الاجتماعي والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي والتغير الاجتماعي والأساليب الثقافية السائدة في المجتمع والتفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الناجحة مع الآخرين وتقبل نقدهم وسهولة الاختلاط معهم والسلوك العادي مع أفراد الجنس الأخر والمشاركة في النشاط الاجتماعي.

[1]:صالح حسن الداهري.-**أساسيات التوفيق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية.-** ط1،دار صفاء للنشر والتوزيع:عمان 2008.- ص64.

2-1-3- الاتجاه التكاملي:

وهذا الاتجاه يرى بأن التوافق لا يتحقق إلا بالتكامل بين حاجات الفرد ودوافعه وتطلعاته والبيئة المحيطة به، فهو اتجاه يوفق بين الاتجاهين السابقين، إذن التوافق عملية مركبة بين عنصرين هما الفرد والمجتمع، وهذا هو لب تخصص علم النفس الاجتماعي الذي يتجسد في النسق (نفسي/اجتماعي).[1]

بالنسبة للاتجاه الأول الفردي رواده بالغوا في إشباع الحاجات وتناسوا الجانب الطبيعي والاجتماعي الذي يعدل سلوك الفرد، فلا يمكن أن نتصور إنسان بدون إطار اجتماعي معين، أما بالنسبة لرواد الاتجاه الاجتماعي يرون أن الشخصية المتوافقة هي التي تساير المجتمع وثقافته ومعاييره، وفي ذات الوقت قللوا من قيمة الفرد وطاقاته والتي غالبا ما تقف في وجه تلك المعايير وتغييرها، أما الاتجاه التكاملي يقع في صميم علم النفس الاجتماعي فالتوافق عند رواد هذا الاتجاه يقوم ويتفاعل بين قطبين هامين احدهما الفرد نفسه والثاني بيئته المادية والاجتماعية يسعى الفرد من خلالها لان يشبع حاجاته البيولوجية والنفسية ويعتبر هذا الاتجاه الأكثر واقعية وموضوعية.

2-2- أبعاد التوافق:

هناك مجالات كثيرة للتوافق، ولكنها تنحصر في بعدين أساسيين هما التوافق النفسي أو الشخصي والتوافق الاجتماعي.

2-2-1- التوافق الشخصي:

هو قدرة الفرد على إشباع دوافعه ومطالبة، دون الاصطدام بقيم المجتمع، فالفرد غير المتوافق نفسيا تكون شخصيته مضطربة في كامل نواحيها. إذ يرى "يونغ Yong"(1965) و"فرويد Freud"(1930) "أن الفرد المتوافق نفسيا، هو الذي يكون راضيا عن نفسه، وحياته النفسية خالية من التوترات والصراعات النفسية المختلفة"، ويعرف أحمد عزت راجح التوافق النفسي أنه قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها إرضاءً متزنا، والهدف الأساسي من هذا التوافق هو تحقيق شخصية متكاملة بفضل التنسيق بين حاجات الفرد وسلوكه الباحث عن التفاعل مع البيئة كما يعتمد على تقبل الذات، وذلك بالثقة في النفس والرضا عنها.

2-2-2- التوافق الاجتماعي:

هو تلك العملية التي يحقق بها المرء حالة من الاتزان مع المحيط الخارجي، ويظهر هذا الاتزان من خلال تقبله للآخرين من أفراد أسرته ومدرسته بوجه عام، فيستطيع إشباع حاجاته من جهة، وقبوله لما يفرضه المجتمع من معايير وقيم من جهة أخرى، ويتضح بأن التوافق الاجتماعي هو قدرة الفرد على استعمال توافقاته النفسية في المجال الاجتماعي لتحقيق حالة من الاتزان مع المحيط الخارجي.

[1]:مومن بكوش الجموعي.-**القيم الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى الطالب الجامعي**.-رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة بسكرة، قسم العلوم الاجتماعية،2012-2013،ص71-72.

إن التوافق الاجتماعي يرتكز على توفر مجموعة عناصر منها تقبل الآخرين والإيمان بالتعاون معهم والمساهمة من أجل خدمة المجتمع، وتجاوز السلوك والنشاط المركز حول تحقيق الأهداف الذاتية الخاصة، والعمل على تحقيق أهداف الصالح العام.[1]

2-3- أشكال التوافق:

يوجد شكلين من أشكال التوافق هما التوافق السوي والتوافق السيئ.

2-3-1- التوافق السوي:

يعرفه السيد خير الله على "قدرة الفرد في التوفيق بين رغباته وحاجاته من جهة ومتطلبات المجتمع من جهة أخرى، وتبدو مظاهرها في شعور الفرد بالأمن الشخصي والاجتماعي وإحساسه بقيمته وشعوره بالانتماء والتحرر والصحة العقلية والخلو من الميول المضاد للمجتمع".[2]

2-3-2- التوافق السيئ:

يصف أحمد عزة راجح سوء التوافق بأنه "حالة دائمة أو مؤقتة تبدو في عجز الفرد وإخفاقه عن حل مشكلاته اليومية إخفاقا يزيد على ما ينتظره الغير منه أو ما ينتظره من نفسه".

ولسوء التوافق مجالات مختلفة: سوء التوافق المهني، المدرسي والاجتماعي، إلا أن هذه الظروف المختلفة لسوء التوافق ما هي إلا مظاهر لسوء التوافق العام الذي يبدو في عجز الفرد عن إقامة صلات مرضية بينه وبين من سيتعامل معهم من الناس والأشياء وفي بيئته الاجتماعية والمادية.[3]

2-4- معايير التوافق:

لا يوجد معيار واحد للتوافق يتفق عليه العلماء، وذلك لان التوافق عملية فردية اجتماعية تتأثر بالزمان والمكان والثقافة التي نشأ فيها الفرد بجانب سمات واستعدادات الأفراد وظروف الموقف إلا أن هناك معايير متعددة نذكر منها:

2-4-1- المعيار الذاتي:

هو التوافق كما يدركه الشخص ذاته فبصرف النظر عن المسايرة التي قد يبديها الفرد على أساس المعايير الأخرى فالمحك الهام هنا هو ما يشعر به الشخص وكيف يرى في نفسه الاتزان أو السعادة أي أن السوي هنا

[1]:طاوس وازي.- **التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته باتجاهات المراهق نحو الدراسة**.-رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة الجزائر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونية.ص34-35.

[2]:السيد خير الله.-**بحوث نفسية وتربوية**.- دار النهضة العربية:القاهرة،1981.-ص75.

[3]:سيد علي عبد الرحمان.-**مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية**.- رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة الجزائر، معد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله، قسم النشاط البدني الرياضي التربوي، 2009/2008ص73.

إحساس وخبرة ذاتية، ويمتاز المعيار الذاتي بسهولة تطبيقه بين أفراد المجتمع، فكل فرد يصف سلوكه في ضوء إطاره المرجعي.

2-4-2- المعيار الطبيعي:

يستخلص مفهوم التوافق طبقا لهذا المعيار بناء على خاصيتين يتميز بهما الإنسان عن غيره من المخلوقات، الخاصية الأولى هي قدرة الإنسان الفريدة على استخدام الرموز، والخاصية الثانية هي طول فترة الطفولة لدى الإنسان، والشخص المتوافق طبقا لهذا المفهوم هو من لديه إحساس بالمسؤولية الاجتماعية، كما أن اكتساب المثل والقدرة على ضبط الذات طبقا لهذا المفهوم من معالم الشخصية المتوافقة.

2-4-3- المعيار الاجتماعي:

يركز هذا المعيار على أهمية المعايير الاجتماعية والأخلاقية في المجتمع، ويرى أصحاب هذا المعيار انه من الصعب تحديد مفهوم السوية في معزل عن نظام القيم، ومن هنا يستخدمون مفهوم السوية لوصف مدى اتفاق سلوكنا مع المعايير الأخلاقية في المجتمع وقواعد السلوك السائدة فيه، وعلى هذا النحو ينظر للتوافق على انه شعور الفرد بالأمن الاجتماعي والذي تعبر عنه علاقات الفرد الاجتماعية وتتضمن السعادة مع الآخرين والاتزان الاجتماعي والالتزام بالأخلاق ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي والأساليب الثقافية والتفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الناجحة مع الآخرين.

2-4-4- المعيار الثقافي:

إن المجتمع وثقافته يمثلان محددات رئيسية لبناء الشخصية ومن هنا يعتبر الإنسان بصفة عامة انعكاسا للواقع الثقافي الذي يعيشه، وفقا لهذا المعيار فان الحكم على الشخص المتوافق يخضع للنسبية الثقافية، فما هو سوي في جماعة قد يعتبر شاذا في جماعة أخرى وهذا يعني أن الحكم على الشخص بأنه متوافق أو لا ينبغي دراسة ثقافته وتحليلها إلي الثقافات الفرعية المختلفة.[1]

2-5- مؤشرات التوافق:

يمكننا الاستدلال على مدى توافق الفرد من خلال مجموعة من المؤشرات نوردها في الآتي:

2-5-1- النظرة الواقعية للحياة:

كثيرا ما نرى الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل الواقع المعيشي، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين وتعساء رافضين كل شيء هذا يشير إلى سوء التوافق أو الصحة النفسية، وفي المقابل هم أشخاص يقبلون على الحياة بكل ما فيها من أفراح وأحزان واقعين في الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي ينخرطون فيه.

[1]:مؤمن بكوش الجموعي.-**مرجع سابق**.-2013/2012.ص88.

2-5-2- مستوى طموح الفرد:

لكل فرد مطامح وآمال وبالنسبة إلى الفرد المتوافق تكون طموحاته المشروعة عادة في مستوى إمكاناته الحقيقية ويسعى لتحقيقها من خلال دافع الانجاز، ويشير هذا إلى توافق الفرد، بينما نجد الأخر الذي يطمح في أن يصل ويحقق آمال بعيدة المدى عن إمكاناته فيلجئ إلى المضاربة والمقامرة بما له أو بأسرته أو بعمله وإذا لم يحقق شيء يضل ناقما عن الحياة وحقودا على الآخرين وكلها مؤشرات تدل على سوء التوافق مع المجتمع الذي ينخرط فيه.

2-5-3- الإحساس بإشباع حاجات نفسية:

لكي يتوافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين فان احد مؤشراته، أن يحس بان جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجات إلى الطعام والشراب، الحبس بطريقة مشروعة وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية، لذلك وفي حاجة نفسية ضرورية وإحساسه بنفسه انه محبوب من الآخرين وفي مشروعاته التي تعنيه.

كما أن الإنسان في نفسه حاجة إلى التقدير والى الحرية والى الانتماء، إذا ما أحس بأن كل هذه الحاجات مشبعة لديه، فان هذه المثابة احد المؤشرات المهمة لتوافقه ويحدث العكس إذا ما أحس أنها غير مشبعة.

2-5-4- الثبوت الانفعالي:

وهي من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق والتي تتمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر ويتسم بالهدوء والرزانة في انفعالاته (الغضب، الخوف، الغيرة، الكراهية).

2-5-5- سعة الأفق:

تعد من السمات التي تساعد توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين وينسجم الفرد الذي وصف بهذه الصفة او السمة بقدرته الفائقة على تحليل الأمور وفرز الايجابيات من السلبيات وذلك يتم بالمرونة والتفكير العلمي والقدرة على تفسير الظواهر وفهم مسبباتها وقوانينها، ومن ثمة تتسم الشخصية بالهدوء والتوازن والتوافق وهو للشخص ضيق الأفق المعلق على نفسه الذي يصعب التعامل معه ومن ثم يعاني من سوء التوافق.

2-5-6- مفهوم الذات:

تعد من السمات التي تشير إلى توافق الفرد ومن عدمه، فإذا كان مفهوم الذات لديه يتطابق مع مواقعه كما يدركه الآخرين يكون متوافقا وإذا كان مفهوم الذات لديه أدى به إلى الغرور والتعالي مما يفقده ويبعده على الواقع وعن إدراك الآخرين له، ولهذا ينسم سلوكه بالنقص وبتضخم ذوات الآخرين ويؤدي هذا به أيضا إلى سوء التوافق.

2-5-7- المسؤولية الاجتماعية:

المقصود بهذه السمة أن يحس الفرد بمسؤوليته إزاء الآخرين، وإزاء المجتمع بقيمته وعاداته ومفاهيمه وفي هذه الحالة يكون الشخص عصريا ومن ثم يبتعد عن الأنانية والذاتية ويتمثل في سلوك الفرد والاهتمام بمجتمعه والدفاع عنه وحماية منجزاته وعدم التفريط في مصادر الثروة في بلده.

2-5-8- المرونة:

وهي نقيض التصلب، أي يكون الشخص متوازنا في تصرفاته، أي بعيدا عن التطرف في اتخاذ قراراته وفي الحكم على الأمور والبعد عن التطرف ويجعل الشخص مسايرا ومغايرا، يساير الآخرين في بعض المواقف التي تتطلب ذلك وان يغايرهم إذا رأى وجهة نظر أخرى مقتنع بها وهذا نهج ديمقراطي، أي لا يكون مسايرا أو مغايرا بصفة ما كما يتمثل في سلوك الشخص المتوافق لبعدي الاعتمادية والاستقلالية إذا تتطلب بعض مواقف الحياة أن يعتمد الشخص على الأخر، وفي وقت تتطلب مواقف أن يكون الفرد على استقلالية، لذلك يعتمد سلوك الشخص المتوافق بعدوى القيادة والتبعية إذ تتطلب بعض المواقف أن يكون الشخص قائدا خصوصا إذا تطلب الموقف خبرته المناسبة في هذا المجال كما تتطلب مواقف أخرى أن يكون تابعا.[1]

2-6- أساليب التوافق:

الأسلوب الناجح في حل الأزمات هو الذي يؤدي إلى إشباع الدوافع والتخلص من حالات الصراع والإحباط والتوتر والقلق بصورة ترضي الفرد ولا تتعارض مع المجتمع ومعاييره ولا تضر بالآخرين، وهذه الأساليب كلها تؤدي إلى توافق السليم والسلوك السوي:

2-6-1- الكبت:

يؤدي الكبت وظيفة نفسية تتمثل في وقاية الفرد من كل ما يتحمل أن يؤذي نفسه ويسبب له القلق والتوتر، وفوق ذلك يمنع الدوافع والذكريات اللاشعورية المخجلة مثل الدوافع الجنسية والعدوانية، التي تهدد بالانفلات بصورة صريحة مباشرة، مما قد يكون خطرا على الفرد أو ضارا بصالحه بالمجتمع.

فالكبت هو حيلة لاشعورية هروبية تلجأ إليها الأنا لطرد الدوافع والذكريات الشعورية المؤلمة، ومع هذا فان للكبت أثار ضارة إذا أفرطا الفرد فيه أما إذا كان معتدل فهو يعتبر استجابة سوية للإحباط.

2-6-2- التبرير:

هو حيلة لاشعورية دفاعية لحماية الفرد من الاعتراف بالفشل أو الخطأ وذلك بإبداء أسباب غير حقيقية يفسر بها الفرد سلوكه وأفعاله حتى يبقى على احترامه لنفسه واحترام الناس له، ويخفف من التوتر الذي سببه له الموقف المحبط، كما أن التبرير وسيلة يتجنب بها الفرد ما يحدث في نفسه من صراع بين ما يود تحقيقه، وما يمكنه أن

[1]:حسن صالح الدهري، ناظم هشام العبيدي- **الشخصية والصحة النفسية**.- دار صفاء للنشر والتوزيع:عمان،1999.- ص55-56-57.

يحققه ويصل إليه بالفعل، والتبرير حيلة تختلف عن الكذب في أن الأخير عملية شعورية يخدع بها الفرد غيره، ولا يخدع نفسه، بينما التبرير عملية لاشعورية يخدع بها الفرد نفسه كما يخدع الغير.

2-6-3- الإسقاط:

من الحيل اللاشعورية: الإسقاط، الذي يحاول الفرد من أن يتبرأ لا شعوريا من دوافعه المستقيمة المنافية للأخلاق، ويلصقها بغيره من الناس، وهو بهذا وسيلة تقي الفرد من الاعتراف بعيوبه ونقائصه ودوافعه غير المقبولة اجتماعيا، أو تخفف عنه ما يشعر به من قلق أو خجل أو إثم أو جحود.

2-6-4- التقمص:

هو حيلة شعورية دفاعية تعمل لتخفيف التوتر النفسي وإشباع الدوافع المحيطة عن طريق اندماج الفرد لا شعوريا في شخصية أخر، أو في شخصية جماعة نجحت في تحقيق الأهداف التي فشل الفرد في تحقيقها أو اتصف ببعض الصفات التي يتصف بها الغير، والتقمص يساعد على التخفيف الشعور بالنقص لدى الإنسان، وزيادة شعوره بقيمته وأهميته، مما يؤدي وظيفة هامة في تنمية شخصية الفرد، والتغلب على مشاعر النقص إذا كان التقمص لشخصية متكاملة وقوية، أما إذا كان التقمص لشخصية غير متزنة نتج عنه سلوك ضار.

2-6-5- النكوص:

وهو عملية دفاعية لاشعورية يحاول الفرد الرجوع إلى الأساليب التي كان يقوم بها في مراحل نموه الأولى للتعبير عن دوافعه المكبوتة، أي يرتد فيه الفرد إلى ميول ومشاعر وتصورات طفلية أو رجوع وظيفي يجعل الفرد يرتد سلوكه واستجاباته إلى أنماط كان قد ألفها في الطفولة.

2-6-6- التعويض:

هو من الحيل اللاشعورية يدفع بالفرد إلى العمل على معالجة النقص الحقيقي أو الوهمي بالكفاح لتحقيق النجاح المطلوب، أو الاستعاضة عنه بهدف آخر مما يؤدي إلى تخفيف حالة التوتر والقلق، والمثال على ذلك فشل الطالب في الدراسة يؤدي إلى الإسراف في المذاكرة أو محاولة التفوق في ميدان أخر كالرياضة أو الرسم.

2-6-7- أحلام اليقظة:

وهي حيلة لاشعورية يلجا إليها جميعا الناس جميعا حيث يتخيلون فيها إشباع دوافعهم ورغباتهم التي عجزوا عن تحقيقها في عام الواقع، ويحدث عادة عن طريق الشرود الذهني، وتخيل وهمي لتحقيق رغبات دفينة، وهي حيلة تساعد على تصريف الطاقة وإشباع الدوافع المكبوتة، وهي تحدث بكثرة في مرحلتي الطفولة والمراهقة وهي ظاهرة طبيعية عادية لا ضرر منها إذا التجأ الفرد إليها بمقدار، أما إذا أثرت في الحياة النفسية وأشغلتها فعندها تكون ضارة وأمر خطير عندما يلتجأ إليها الفرد عند تزايد المشكلات.

2-6-8- الإعلاء والتسامي:

هو عملية تحويل للطاقة النفسية من ميدان وتوجيهها إلى ميدان آخر بعد مدى جلب القبول الاجتماعي أي: ارتفاع الفرد بدافعه المكبوت إلى مستوى أعلى وأسمى مثل: الشخص الذي يشعر بدافع عدواني قد يعلي عنده هذا الدافع بالأعمال الاجتماعية المقبولة كالصيد والملاكمة أو الميل إلى بعض المهن كالجراحة والجزارة.

2-6-9- الانسحاب:

وهو من الحيل اللاشعورية الهروبية، يؤدي إلى تخفيف التوتر والألم الناتج عن عائق يحول دون إشباع الفرد عن طريق الابتعاد والانسحاب عن موضوعها وهدفها، وتجنب المواقف التي تسبب الفشل أو التي تؤدي إلى النقد أو العقاب، فالشخص الذي يفشل في مواقفه الاجتماعية قد ينصرف عن محاولة التوافق الاجتماعي ويتجنب مصاحبة الناس، ويفضل وسائل التسلية والأعمال الانفرادية عن تلك التي تتضمن منافسة أو مباراة، ويكتفي بمشاهدة الناس دون مشاركتهم في النشاط.[1]

[1]:صالح حسن الداهري.- **مرجع سابق.**- 2008.-ص85-86-87-88-89-90

خلاصة:

من خلال هذا الفصل الذي خصصناه لموضوع التوافق النفسي الاجتماعي حيث ركزنا بشكل رئيسي على التصور النظري المستخدم في هذه الدراسة وهذا لتحقيق التكامل بين المنظور السيكولوجي والمنظور السوسيولوجي، فتم عرض مفهوم التوافق واهم الاتجاهات المنصبة حوله لتعريفه وتبني الاتجاه التكاملي الذي يعتبر ركيزة دراسة علم النفس الاجتماعي ثم انتقلنا إلى أشكال التوافق ومعاييره ومؤشراته وأساليبه .

الفصل الثالث:

الفئة العمرية لتلاميذ الطور الثانوي (المراهقة)

تمهيد:

إن الدارس لعلم النفس والاجتماع يعلم جيدا ان مرحلة المراهقة هي من المراحل الأساسية في حياة الإنسان التي من خلالها تبنى شخصيته، والجسر الذي يعبر الفرد من خلاله من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد ولأجل ذلك تتميز هذه المرحلة بعدة تغيرات في كل النواحي منها الفسيولوجية والنفسية والانفعالية وجراء هذه التغيرات تنشأ المشاكل والأزمات النفسية للمراهق مما تعيق توافقه النفسي والاجتماعي، وهذا ما سوف نسلط عليه الضوء في هذا الفصل من خلال التعرف على خصائص النمو في كل النواحي وأيضا أهم المشاكل التي تصادفه.

3-1- مفهوم المراهقة:

المراهقة في لغتنا العربية ترجع إلى الفعل "راهق" والذي يعني دنا واقترب، أي يعني الابتعاد عن الطفولة والاقتراب إلى مرحلة الرشد والرجولة، أما المراهقة من المنظور السيكولوجي فتعني التدرج والاقتراب من النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي، والفرد يصل إلى اكتمال النضج في تلك الجوانب بعد سنوات عديدة قد تصل إلى عشر سنوات، وقد عرفها مصطفى معروف رزيق بأنها "مشتقة من فاعل راهق بمعنى تدرج نحو النضج ويعتقد به مجموعة من التغيرات التي تطرأ على الفتى سواء كانت من الناحية البدنية أو الجنسية أو العاطفية أو الاجتماعية، ومن شانها أن تنقل المرء من فترة الطفولة إلى مرحلة الشباب والرجولة، لذا تعتبر المراهقة جسرا يعبر عليه المرء من طفولته إلى رجولته"[1]

أما حامد عبد السلام زهران فرفها بأنها "مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الرشد وتمتد من الثانية عشر إلى غاية التاسعة عشر، أو قبل ذلك بعام أو عامين أي من السهل تحديد بداية سن المراهقة لكن من الصعب تحديد نهايتها"[2]

3-2- مراحل المراهقة:

يقسم العلماء مرحلة المراهقة إلى ثلاثة مراحل بحسب المرحلة العمرية التي يمر بها الإنسان، ولكل مرحلة مميزاته النمائية الخاصة بها:

2-3-1- المراهقة المبكرة (12-15 سنة):

يعيش الطفل الذي يتراوح عمره بين هذه الفترة تغيرات واضحة على المستوى الجسمي والفيزيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي.[3]

3-2-2- المراهقة الوسطى (15-18 سنة):

يشكل الانتقال من المدرسة الإعدادية إلي المدرسة الثانوية فترة حرجة يمكن استغلالها من طرف المربين لتطبيع المراهقين اجتماعيا، كما تعتبر هذه المرحلة همزة وصل بين المراهقة المبكرة والمراهقة المتأخرة، علما انه لا يمكن وضع خط فاصل بين مراحل العمر المختلفة، حيث تتميز هذه المرحلة باستيقاظ الفرد بذاته وحياته وظهور القدرات الخاصة لديه.[4]

3-2-3- المراهقة المتأخرة (18-21 سنة):

[1]:مصطفى رزيق.- **خفايا المراهقة.**- دار النهضة العربية:دمشق،1960.-ص10.
[2]:حمد عبد السلام زهران.-**علم النفس الطفولة والمراهقة.**- عالم الكتاب:القاهرة،1977-ص279.
[3]:ابراهيم زكي قشقوش.- **سيكولوجية المراهقة.**-ط1، مكتب الانجلو المصرية: مصر،1980 .-ص77.
[4]:علي فالح الهنداوي.- **علم النفس النمو الطفولة والمراهقة.**-ط2. دار الكتاب الجامعي:القاهرة،2003.-ص293

هذه المرحلة هي مرحلة التعليم العالي، حيث يصل المراهق في هذه المرحلة إلى النضج الجنسي في نهايته ويزداد الطول زيادة طفيفة عند كل من الجنسين فيحاول المراهق أن يكيف نفسه مع المجتمع وقيمه التي يعيش في كنفها لكي يوفق بين المشاعر الجديدة التي اكتسبها، وظروف البيئة الاجتماعية والعمل الذي يسعى إليه كما يكتسب المراهق المهارات العقلية والمفاهيم الخاصة بالمواظبة ويزداد إدراكه للمفاهيم والقيم الأخلاقية والمثل العليا فتزداد القدرة على التحصيل.[1]

3-3- أشكال المراهقة:

توجد 4 أنواع للمراهقة:

3-3-1- المراهقة المتوافقة: ومن سماتها:

- ✓ الاعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار.
- ✓ الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات والاتزان العاطفي.
- ✓ الخلو من العنف والتوترات الانفعالية الحادة.
- ✓ التوافق مع الوالدين والأسرة، فالعلاقات الأسرية القائمة على أساس التفاهم والوحدة لها أهمية كبيرة في حياة الأطفال ،فالأسرة تنمى الذات وتحافظ على توازنها في المواقف المتنوعة للحياة.[2]

3-3-2- المراهقة المنطوية: ومن سماتها:

- ✓ الانطواء هو تعبير عن النقص في التكيف للموقف أو إحساس من جانب الشخص انه غير جدير لمواجهة الواقع، لكن الخجل والانطواء يحدثان بسبب عدم الألفة بموقف جديد أو بسبب مجابهة أشخاص غرباء، أو بسبب خبرات سابقة مؤلمة مشابهة للموقف الحالي الذي يحدث للأشخاص خجلا وانطواء.
- ✓ يسرف في أحلام اليقظة، وخيالات مرضية ويؤدي إلى محاولة مطابقة نفسه بأشخاص الروايات التي يقرأها.
- ✓ عديم التوافق الاجتماعي بسبب العزلة عن المجتمع.

3-3-3- المراهقة العدوانية: ومن سماتها:

- ✓ التمرد على السلطة الأبوية وكل أنواع السلطة كما يحاول تأكيد نفسه عن طريق العدوان على نفسه وغيره من الناس والأشياء.
- ✓ يقوم المراهق بالعناد بغية الانتقام من الوالدين وغيرها من الأفراد، ويظهر ذلك في شكل إصرار على تكرار تصرف بالذات.

[1]:حامد عبد السلام زهران.-**علم النفس النمو الطفولة والمراهقة.**- عالم الكتاب:عمان،1982.-ص252.
[2]:محمود حسن.-**الاسرة ومشكلاتها.**-ط1.دار النهضة العربية:لبنان،1981.-ص24.

3-3-4- المراهقة المنحرفة: من سماتها:

- ✓ تشكل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني.
- ✓ يميزها الانحلال الخلقي والانهيار النفسي حيث يقوم المراهق بتصرفات تروع المجتمع، ويدخلها في بعض الأحيان في عداد الجريمة أو المرض النفسي والعقلي.[1]

3-4- خصائص النمو في مرحلة المراهقة الوسطى (15-18 سنة):

تبدأ مرحلة المراهقة المتوسطة من 15 حتى 18 سنة وتقابلها مرحلة الدراسة الثانوية وتتميز باضطراب الشعور بالنضج والاستقلالية، كما تتضح فيها كل مظاهر المميزة للمراهقة بصفة عامة:

3-4-1- النمو الجسمي:

يشتمل النمو الجسمي على التغيرات التي تحدث في كل من الوزن والطول والعرض والاستدارة ونمو العضلات والعظام، وتلعب الوراثة دورا بارزا في نمو الجسم في هذه المرحلة ومن مظاهرها زيادة كل من الطول والوزن ونمو القلب والشرايين وزيادة طول العظام وتغير شكلها وتركيبها بحيث تصبح أكثر صلابة مع زيادة نمو الأسنان مع زيادة في دقة الحواس خاصة اللمس والذوق والسمع وهذا كله يؤدي إلى تحسن الحالة الصحية.

3-4-2- النمو الحركي:

تتميز هذه المرحلة بما يلي:

- ✓ إتقان المهارات الحركية حيث يتفوق الذكور على الإناث في نمو القوة والمهارات الحركية.
- ✓ يلاحظ على المراهق ازدياد نشاطه وقوته.
- ✓ تصبح حركاته أكثر توافقا وانسجاما مع إتقان المهارات الحركية.

3-4-3- النمو العقلي:

يلعب التعليم في هذه المرحلة دورا بارزا في إبراز الفروق الفردية في النمو العقلي بين المراهقين، ويؤثر نظام التعليم: المناهج والشخصيات المدرسين وأوجه النشاط المختلفة ، وتتميز هذه المرحلة من النمو العقلي بما يلي:

- ✓ بطء سرعة النمو الذكاء واقترابه من الوصول إلى اكتماله بين الفترة (15-18) سنة.
- ✓ ينمو التفكير المجرد والتفكير الابتكاري.
- ✓ تتسع مدارك المراهق ونمو معارفه بحيث يستطيع وضع الحقائق مع بعضها البعض من الوصول إلى فهم أكثر لما يدور حوله من ظواهر وإحداث.

[1]: يوسف ميخائيل اسعد.- **رعاية المراهقين**.-ط2.دار غريب للطباعة والنشر:القاهرة، 1999.- ص160

- ✓ تزداد القدرة على التحصيل وعلى نقد ما يقرأ من معلومات.

3-4-4- النمو الانفعالي:

في هذه المرحلة يكاد النمو الانفعالي يؤثر على سائر مظاهر النمو المختلفة وفي كل جوانب الشخصية للمراهق، وتتميز بالمظاهر التالية:

- ✓ يزداد شعور المراهق بذاته.
- ✓ تضل انفعالات المراهق قوية وتتسم بالحماس.
- ✓ يخبر الفرح والسرور عند يشعر بالقبول والتوافق الاجتماعي، وعندما يشبع حاجاته من الحب.
- ✓ يتعرض بعض المراهقين لحالات من الاكتئاب واليأس والقنوط والانطواء والحزن والآلام النفسية نتيجة لما يلاقونه من إحباط وما يعانونه من صراعات بين الدوافع وبين تقاليد المجتمع ومعاييره.

3-4-5- النمو الاجتماعي:

تتميز هذه المرحلة بسعي المراهق نحو تحقيق مستوى اجتماعي معين لهم وتلعب الأسرة دورا مهما في هذه المرحلة:

- ✓ تزداد رغبة المراهق في تأكيد الذات مع الميل نحو مسايرة الجماعة من خلال تنمية الشعور بالألفة والمودة، ويتضح البحث عن الذات من خلال البحث عن نموذج يحتذي به مثل الولدين والمربين والشخصيات الهامة.
- ✓ يزداد الميل إلى مساعدة الآخرين والعمل في سبيل الغير وعمل الخير، كما يلاحظ مشاركته الوجدانية لجماعة الرفاق بحث تأخذ أشكال عديدة مثل: الآثار والميل لمساعدة الضعفاء والتضحية في سبيل الآخرين.
- ✓ تتنوع ميول المراهق وتزداد وضوحا لديه.[1]

3-5- حاجيات مرحلة المراهقة الوسطى:

في هذه الفترة من المراهقة تبرز حاجات جديدة وأهمها الحاجة التقدير والمكانة الاجتماعية والى تحقيق الذات بالإضافة إلى الحاجات الأولية وهذا ما سوف نتطرق إليه :

3-5-1- الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية:

إن شعور المراهق وإحساسه بالتقدير من طرف جماعته، وأسرته، ومجتمعه يبوئه مكانة اجتماعية مناسبة للنمو ذات تأثير كبير على شخصيته وعلى سلوكه، فالمراهق يريد أن يكون شخصا هاما في جماعته، وان يعترف به

[1]: سامي محمد ملحم.-**علم نفس النمو**.-ط3،دار الفكر:عمان،2014.-ص388-390.

كشخص ذا قيمة، انه يتوق إلى أن تكون له مكانة بين الراشدين، وان يتخلى على موضوعه كطفل، فليس غريبا أن نرى المراهق يقوم باه يقوم به الراشدين متبعا طرائقهم وأساليبهم.[1]

3-5-2- الحاجة إلى تحقيق الذات:

إن المراهق كائن حي اجتماعي وثقافي، وهو بذلك له ذات تفرض وجودها في الحياة حيثما وجدت وخاصة في حياة الراشدين، فلكي يحقق المراهق ذاته فهو بحاجة إلى النمو السليم، يساعده في تحقيق ذاته وتوجيهيها توجيها صحيحا، ومن أجل بناء شخصية متكاملة وسليمة للمراهقين يجب علينا إشباع حاجاتهم المختلفة، والمتنوعة، وأي خلل في الإشباع معناه إكساب المراهقين لشخصية ضعيفة عاجزة عن تحقيق التوافق مع المحيط الذي يعيش فيه.

3-5-3- الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق:

يميل المراهق إلى التأمل والنظر في الكائنات من حوله وجميع الظواهر الاجتماعية المحيطة به، التي تستدعي اهتمامه فتكثر تساؤلاته واستفساراته عن بعض القضايا التي يستعصى عليه فهمها، حينما يطيل التفكير فيها، وفي نفس الوقت يريد إجابات عن أسئلته، لذا من واجب الأسرة أن تلبي هذه الحاجة، وذلك من اجل أن تنمي تفكيره بطريقة سليمة، وتجيب عن أسئلته دون تردد.[2]

3-6- مشاكل مرحلة المراهقة الوسطى:

هناك العديد من الأسباب والعوامل التي تجعل من المراهق يواجه العديد من المشكلات وتجعل هذه المرحلة بالنسبة له مرحلة حرجة ومن أهم المشاكل التي يتعرض لها المراهق في المرحلة المتوسطة:

3-6-1- المشكلات الأسرية:

تتمثل مشكلات المراهق الأسرية للمراهق في الاتي:

- ✓ عدم تفهم الآباء لحاجات المراهقين وصعوبة التفاهم معهم.
- ✓ عدم توفر البيئة المناسبة داخل الأسرة كي يقوم المراهق بواجباته الدراسية.
- ✓ الحد من حرية المراهق في كثير من الأمور الحياتية للمراهق.
- ✓ اختلاف الآراء بين المراهق وأسرته في حل مشكلات الأسرة وتبني المراهق أفكارا جديدة قد تختلف كثيرا عما تؤمن به.

3-6-2- المشكلات المدرسية:

[1]:فاخر عاقل.-**علم النفس التربوي.**-ط3،دار الملايين للطباعة والنشر والتوزيع:لبنان،2002.-ص125.
[2]: حامد عبد السلام زهران.-**علم النفس الطفولة والمراهقة.**-ط5، دار عالم الكتب:مصر،2001.-ص435،436.

تتمثل مشكلات المراهق المدرسية بعلاقة الطالب بمدرسيه وزملائه ومدى تكيفه معهم، وبالمواد الدراسية والتحصيل الدراسية وطرق الاستذكار والامتحانات المدرسية وتتمثل المشكلات فيما يلي:

- ✓ قلل الامتحانات وأهميتها خاصة ما يتعلق منها بالاختبارات الشفهية.
- ✓ عدم القدرة على تنظيم الوقت والتفكير في الحصول على درجات عالية.
- ✓ المقررات الدراسية للمراهق وعدم ارتباط معظمها لواقع المراهق.

3-6-3- المشكلات الاجتماعية:

تشير المشكلات الاجتماعية للمراهق إلى قدرة المراهق على التكيف مع الآخرين، ومع المجال الذي يعيش فيه، ومدى تحقيق حاجته إلى الاعتبار والقبول الاجتماعي، وتتمثل المشكلات الاجتماعية التالية نكثر المشكلات شيوعا لدى المراهقين:

- ✓ الرغبة في أن يكون المراهق محبوبا أكثر ممن هم حوله.
- ✓ الرغبة في البحث عمن يستطيع إفشاء سره لهم.
- ✓ الشعور بالخجل عندما يكون في مجلس الكبار.

3-6-4- المشكلات النفسية:

تعد المشكلات النفسية للمراهق نتاج عوامل كثيرا بعضها اجتماعي راجع إلى ظروف البيئة المحلية التي يعيشها الفرد، وبعضها الأخر فيزيولوجي فبروز الدافع الجنسي وما يتلو ذلك من محاولات لإشباعه والنمو الجسمي السريع الذي يستأثر على اهتمام المراهق، وتمثل المشكلات النفسية التالية أكثر المشكلات شيوعا بين المراهقين:

- ✓ الحساسية للنقد والتجريح.
- ✓ الشعور بالندم لأفعال يقوم بها أثناء غضبه.
- ✓ عدم تمكن المراهق من السيطرة على أحلام اليقظة.
- ✓ الخشية من ارتكاب الخطأ.

3-6-5- مشكلات قضاء أوقات الفراغ:

تشير مشكلات المراهق المتعلقة بقضاء أوقات الفراغ إلى معاناة المراهق من كثرة الفراغ لديه وعدم قدرته على ملء الفراغ نتيجة سوء التخطيط في كيفية قضاء أوقات الفراغ ومن أكثر المشكلات شيوعا هي:

- ✓ كثرة أوقات الفراغ والرغبة في شغلها.
- ✓ قلة الأندية والنشاطات التي يمكنه من ممارستها.
- ✓ الشعور بالتوتر والقلق نتيجة قضاء أوقات الفراغ في أماكن غير مناسبة.

- ✓ عدم اكتساب المهارات في الألعاب الرياضية.[1]

3-7- علاقة المراهق بمربي التربية البدنية والرياضية:

العلاقة التي تربط بين المراهق المتمدرس وأستاذ التربية البدنية والرياضية يجب أن تكون علاقة مبنية على أساس الصداقة والمحبة وكذلك على أساس السلطة والسيادة، فالمربي الناجح عليه أن يكون قادرا على التأثير بصورة بناءة في حياة المراهق ومن الطبيعي أن يؤدي المربي دوره في توجيه المسار النهائي ويساعده على اكتشاف قدراته العقلية وتحقيقها، ومساعدته على الصمود أمام صعوبته الخاصة في التكيف وعلى مواجهة الاتجاهات الشاذة والعادات المدمرة وغيرها من المعوقات التي تعرقل وسيرورته ككائن سوي وشخصية سامية.[2]

[1]:سامي محمد ملحم.- **مرجع سابق.**- 2014.-ص399-400-401.
[2]: ميخائيل إبراهيم اسعد.- **مشكلات الطفولة والمراهقة.**-ط2،منشورات دار الأفاق الجديدة:بيروت،1977.-ص303.

خلاصة:

بالرغم من المشاكل والأزمات التي يتعرض لها المراهق الناتجة عن التغيرات البيولوجية والسيكولوجية والسيسيولوجية، تبقى مرحلة المراهقة من أهم المراحل في حياة الفرد كونها تحدد شخصية الفرد مستقبلا واي خلل في هذه المرحلة قد يسبب سوء توافق الفرد مستقبلا، فيجب الاهتمام بهذه الشريحة بإعطائها الحاجات الأساسية وخاصة تلك المتعلقة بالجانب النفسي والاجتماعي وأيضا إتاحة الفرصة للمراهق للتعبير عن رغباته وتوجيهه لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية لما لها من فوائد على الصحة العامة والناحية الاجتماعية والنفسية والانفعالية ، وعلى المربين فهم خصائص واحتياجات المراهق الضرورية ليحقق النمو الطبيعي السليم وبناء شخصية قوية ومتزنة في حياته.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد:

لا يمكن لأي بحث علمي أن يتم بعيدا عن الاطار المنهجي الذي يمثل اللبنة الأساسية للباحث في بناء بحثه، من خلال توضيح الإجراءات التي تم القيام بها أثناء عملية الدراسة لكي يكون البحث موضوعي وييسر للقارئ فهم الخطوات المتبعة في تأسيس البحث.

وفي هذا الفصل سوف يتم تفصيل الخطوات المنهجية المتبعة في بحثنا من خلال عرض طبيعة المنهج المتبع وكذا إلى مجالات البحث البشري والمكاني والزمني وأيضا أدوات جمع البيانات وفي الأخير الأدوات الإحصائية المعتمدة في هذا البحث.

4-1- الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بالدراسة الاستطلاعية الأولية من خلال تنقلنا إلى مديرية التربية لولاية البويرة من أجل الحصول على بعض المعلومات الخاصة بموضوع دراستنا وتمت مباشرة بعد ضبط الموضوع بالاتفاق مع الأستاذ المشرف وكذا الإدارة الوصية على الصيغة النهائية لطبيعة الموضوع وذلك من خلال إحصاء مجتمع الدراسة، ومعرفة مدى ملائمة أدوات الدراسة على مجتمع البحث.

4-2- المنهج:

يعتبر المنهج العلمي بأنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة بحثه، ونظرا للمشكلة المطروحة في بحثنا والتي توافق أحد المواضيع دراسة الظواهر الإنسانية فقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي والذي يعتبر أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصوريها كميا عن طريق جمع البيانات والمعلومات المقننة عن الظاهرة المدروسة، وتصنيفها وإخضاعها للدراسة الدقيقة.

4-3- متغيرات البحث:

4-3-1- المتغير المستقل:

هو المتغير الذي يحاول الباحث أن يفهمه ويقيس تأثيره على المتغير التابع، أو هو العامل الذي له تأثير على المتغير التابع، ويتمثل المتغير المستقل في بحثنا هذا هو **الألعاب الشبه الرياضية.**

4-3-2- المتغير التابع:

هو المتغير الذي يحاول الباحث أن يفسره، أو العامل أو الظاهرة التي يسعى الباحث إلى قياسها، ولكن حتى يتمكن من ذلك فلا بد من ترجمتها إلى مؤشرات ملموسة[1]، ويتمثل المتغير التابع في بحثنا **التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.**

4-4- مجتمع البحث:

يعد مجتمع البحث جميع الأفراد أو الأشخاص أو الأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث[2]، وفي هذه الدراسة تكون مجتمع البحث في مجموع أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي والموزعين على (54) ثانوية على مستوى مديرية التربية لولاية البويرة حسب إحصائيات الموسم الدراسي (2015-2016) والمقدرين بـ (118) أستاذ .

[1]: محمد سليم.- **منهجية البحث العلمي دليل طلاب العلوم الاجتماعية والإنسانية.**- دار الغرب للنشر والتوزيع:وهران،2004.-ص36.

[2]: ذوقان عبيدات، كايد عبد الحق، عبد الرحمان عدس.-**البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه.**- دار الفكر: الأردن عمان.2014.-ص96.

4-5- عينة الدراسة:

يعتبر اختيار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل المهمة للبحث، ولا شك أن الباحث يفكر في عينة البحث منذ أن يبدأ في تحديد مشكلة البحث وأهدافه، لان طبيعة البحث وفروضه وخطته تتحكم في خطوات تنفيذه واختيار أدواته مثل العينة والاستبيانات والاختبارات اللازمة[1].

فحرصنا منا أن تكون نتائج هذه الدراسة اكثر دقة وموضوعية ، وبما أن مجتمع البحث يتمثل في مجموع أساتذة مادة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي والموزعين على ثانويات مديرية التربية لولاية البويرة، قمنا باختيار عينة بحثنا بالطريقة العشوائية البسيطة وهذا لتوفر شرطين:

- الشرط الأول: أن جميع أفراد العينة معروفين وهم أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي.
- الشرط الثاني: أن يوجد تجانس بين وهؤلاء الأفراد والأفراد عبارة عن الأساتذة

وأيضا لإعطاء فرص متكافئة لكل الأفراد كي يكون ضمن العينة دون اعتبارات محددة.

وتكونت عينة الدراسة بـ (35) أستاذ من أصل (118) أستاذ أي بنسبة (30%). وهم موزعين على (12) ثانوية كالاتي:

الجدول رقم(01): يبين عدد الأساتذة مادة التربية البدنية والرياضية الموزعين على الثانويات التالية

اسم الثانوية	المنطقة	عدد الأساتذة
العقيد عبد الرحمان ميرة	البويرة	3
محمد بوشرعين	البويرة	2
زايدي محمد	ايت لعزيز	2
الإمام الغزالي	سور الغزلان	4
سعد دحلب	سور الغزلان	3
بعزيز محمد	الأخضرية	2
محمد المقراني	عين بسام	3
بربار عبد الله	عين بسام	4
حملاوي شارف قاسم	عين لحجر	2
عليوات مسعود اعمر	عمر	3
سليماني سليمان	الأسنام	2

[1]: : ذوقان عبيدات، كايد عبد الحق، عبد الرحمان عدس.-**مرجع سابق**.2014.-ص97.

ناصر باي سليمان	الجباحية	2
أمزيل احمد	حيزر	3

العينة الثانية:

بعد جمع استمارات الاستبيان الموزعة على عينة من الأساتذة ثم تحليلها، تم اختيار عينة من التلاميذ الذين هم تحت إشراف أساتذة مادة التربية البدنية والرياضية الذين لا يستخدمون الألعاب الشبه الرياضية وهذا وفق إجاباتهم على السؤال الأول من الاستبيان الموزع عليهم والذي كان: – هل تستعمل الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية والذين اكدوا لنا بعدم استعمال هذه الألعاب، تم اخذ عينة من هؤلاء التلاميذ والمقدر عددهم بـ (30) تلميذ، وعينة أخرى بنفس العدد من التلاميذ الذين هم تحت إشراف أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين يستخدمون الألعاب الشبه الرياضية بصفة مستمرة وهذا وفق إجابتهم على السؤال الأول من الاستبيان والذين اكدوا لنا باستخدام هذه الألعاب أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، وهي موضحة كالاتي:

- العينة (أ): (30) تلميذ من الطور الثانوي الممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- العينة (ب): (30) تلميذ من الطور الثانوي الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية والاكتفاء بالتمرينات البدنية والرياضية.

وتم اختيار هذه العينتين بالطريقة العشوائية البسيطة وهذا بعد حصر مجتمع البحث لكل من العينتين وهذا حسب التلاميذ الممارسين والغير ممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية والبدنية للطور الثانوي لأساتذة العينة الأولى.

4-6- مجالات البحث:

4-6-1- المجال البشري: والمتمثل في عينة الدراسة والمتمثلة في :

أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي والبالغ عددهم (35).

تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والذي كان عددهم (30) تلميذ، وأيضا الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والذي كان عددهم نفس عدد الممارسين لها (30) تلميذ.

4-6-2- المجال المكاني: المتمثل في الثانويات التابعة لمديرية التربية لولاية البويرة.

4-6-3- المجال الزمني: تم الشروع في بحثنا بعد إعطائنا الموافقة على بدأ الدراسة من طرف إدارة المعهد وذلك في أواخر شهر نوفمبر عن طريق الجانب النظري، أما في ما يخص الجانب التطبيقي فقد تم في مرحلتين: المرحلة الأولى توزيع استمارات الاستبيان على أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي وكان ذلك في أواخر شهر

فيفري وتم استرجاعها في 6 مارس، وتوزيع مقياس التوافق النفسي والاجتماعي على تلاميذ المرحلة الثانوية والمقدر عددهم بـ (60) تلميذ وكان ذلك بعد العودة من عطلة الربيع مباشرة في حصة التربية البدنية والرياضية.

4-7- أدوات البحث:

4-7-1- الاستبيان:

يعتبر الاستبيان أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فيتم جمع هذه البيانات من خلال وضع استمارة الأسئلة ومن مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنها تساهم في الحصول على بيانات من العينات في اقل وقت بتوفير الشروط التقنين والثبات والموضوعية[1].

وقد تم استعمال الاستبيان كأداة ثانية في دراستنا وهي موجهة إلى أساتذة مادة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي وهذا للتحقق من الفرضية الجزئية الثالثة حيث احتوى على (11) سؤال موزعة على ثلاثة أشكال من الأسئلة وهي كالاتي:

- **الأسئلة المغلقة:** وهي الأسئلة التي يحدد فيها الباحث إجاباته مسبقا وغالبا ما تكون بـ: نعم أو لا.
- **الأسئلة المفتوحة:** وهي عكس المغلقة اذا يعطى المستجوب الحرية التامة للإجابة عليها والإدلاء برئيه الخاص.
- **الأسئلة متعددة الأجوبة:** وهي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة ويختار المجيب الذي يراه مناسبا[2].

صدق الاستبيان:

إن المقصود بصدق الاستبيان هو أن يقيس الاختبار بالفعل الظاهرة التي وضع لقياسها[3]. فتم عرض استمارة الاستبيان على ثلاثة أساتذة محكمين، ذوي الاختصاص، بغرض معرفة مدى ملائمة الأسئلة للمحور الثالث وكذلك حذف أو إضافة أو تعديل أي عبارة من العبارات.

الجدول رقم (02): يمثل قرارات وملاحظات الأساتذة المحكمين لاستمارة الاستبيان.

الرقم	المحكم	الدرجة العلمية	القرار	الملاحظة
01	رامي عز الدين	أستاذ محاضر ا	قابل للتطبيق	إجراء بعض التعديلات

1: حسين أحمد الشافعي، سوزان أحمد على مرسي.-**مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية**.- منشئة المعارف، الإسكندرية، دون سنة .ص204.

2: إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهر.-**طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والرياضية**.- مركز الكتاب للنشر: القاهرة،2000،ص83.

3: محمد حسن علاوي، أسامة كمال راتب.- **البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي**.- دار الفكر العربي للطبع والنشر : القاهرة، مصر. 1999.- ص224.

02	خيري جمال	أستاذ محاضر ا	صالح للتطبيق	إجراء بعض التعديلات
03	لوناس عبد الله	أستاذ محاضر ب	مقبول للتطبيق	إجراء بعض التعديلات

4-7-2- اختبار التوافق النفسي الاجتماعي:

اعتمدنا في هذه الدراسة غلى اختبار التوافق النفسي الاجتماعي للمرحلة المتوسطة والثانوية، الذي وضعه كل من **(كلارك Clark)** و**(تيجر Tiges)** و**(ارنست tErnes)** و**(ثورب Thorpe)**، وقد خصص لاختبار المرحلة المتوسطة والثانوية في منطقة كاليفورنيا وقد تم ترجمته من طرف **عطية محمود هنا** ليناسب البيئة المصرية.

ويذكر معد هذا الاختبار انه يمكن استعماله في عدة نواحي، كالكشف عن توافق المراهق مع نفسه ومع غيره ومع مشكلاته، والظروف التي تواجهه، وكذا عن مدى إرضاء الأسرة والمدرسة والبيئة التي يعيش فيها المراهق لحاجاته الأساسية ، وكذا البحوث والدراسات المتعلقة بالمراهق وطريقة تنشئته وبنواحي الضعف والقوة في النظم المدرسية السائدة، وذلك بمقارنة مجموعة المراهقين الذين يخضعون لنظم مدرسية متباينة.

أبعاد الشخصية التي يقيسها الاختبار:

يتكون اختبار الشخصية لمرحلة الإعدادي والثانوي من مجموعة من العبارات والتي يجيب عليها بنعم أو لا، وقد صنفت لتشمل بعض العبارات الإيجابية والسلبية. وتنقسم إلى جانبين الأول يقيس التوافق الشخصي (النفسي) والأخر يقيس التوافق الاجتماعي، ويمثل مجموع الدرجات الكلي مقياسا عاما للتوافق.

ويعتمد مقياس الشخصية في قياس على **التوافق الشخصي (النفسي)** وهو عبارة عن مجموعة من العبارات الموزعة على الأبعاد الفرعية التالية:

أ- **اعتماد المراهق على نفسه:** وتشمل عبارات تقيس ميل التلميذ إلى القيام بما يراه من عمل دون أن يطلب منه القيام به، ودون الاستعانة بغيره، وكذلك مدى قدرته على توجيه سلوكه دون أن يخضع في ذلك لاحد غيره، وكذلك قدرته على تحمل المسؤولية بدرجة من الثبات الانفعالي.

ب- **إحساس المراهق بقيمته:** وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بتقدير الأخرين له ومدى شعوره بأنهم يرون أنه قادر على النجاح، ومدى شعوره بأنه قادر على القيام بما يقوم به غيره من الناس، وبأنه محبوب وأنه مقبول من الأخرين.

ج- **شعور المراهق بحريته:** وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بقدرته على توجيه سلوكه، ومدى شعوره بحريته في اتخاذ قرارته وخططه للمستقبل.

د- شعور المراهق بالانتماء: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بأنه يتمتع بحب والديه وأسرته، وبأنه مرغوب فيه من قبل زملائه وبأنهم يتمنون له الخير، ومثل هذا التلميذ له علاقة حسنة بمدرسيه ويفخر بمدرسته عادة.

هـ- تحرر المراهق من الميل إلى الانفراد: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بتحرره من الانطواء والانعزال وقدرته على استقبال النجاح الواقعي في الحياة.

و- خلو المراهق من الأمراض العصبية: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بالخلو من الأعراض والمظاهر التي تدل على الانحراف النفسي، كعدم القدرة على النوم بسبب الأحلام المزعجة أو الخوف، أو الشعور بالتعب، أو البكاء الكثير، وغير ذلك من الأعراض العصبية.

كما يعتمد في قياس **التوافق الاجتماعي** من خلال مجموعة من المفردات الموزعة على الأبعاد التالية:

أ- اعتراف المراهق بالمسؤولة الاجتماعية: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بادراك حقوق الأخرين وموقفه حيالهم، كذلك يدرك ضرورة إخضاع بعض رغباته لحاجات الجماعة، وبعبارة أخرى أنه يعرف ما هو صواب وما هو الخطأ من وجهة نظر الجماعة، كما أنه يتقبل أحكامها بالرضى.

ب- اكتساب المراهق المهارات الاجتماعية: وتشمل عبارات تقيس مدى قدرة التلميذ على إظهار مودته نحو الآخرين بسهولة، وقدرته على مساعدة الأخرين، ومدى نضج علاقاته الاجتماعية مع معارفه، ومع الغرباء، ومدى ميله للتعاون والمساعدة.

ج- تحرر المراهق من الميول المضاد للمجتمع: وتشمل عبارات تقيس مدى خلو التلميذ من الميول المضاد للمجتمع والآخرين، ويشمل ذلك التشاحن مع الآخرين، والعراك معهم، أو عصيان الأوامر أو تدمير ممتلكات الغير.

د- علاقات المراهق بأسرته: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بالتوافق مع أسرته، ومدى شعوره بحب واحترام أسرته له، ومدى شعوره بالأمن داخل أسرته، وهذه العلاقات لا تتنافى مع ما للوالدين من سلطة معتدلة على التلميذ وتوجيه سلوكه.

هـ - علاقات المراهق في المدرسة: وتشمل عبارات تقيس مدى توافق التلميذ مع المدرسة وأساتذته وزملائه، ومدى شعور الفرد بأهميته وقيمته في المدرسة التي ينتمي لها.

و- علاقات التلميذ بالبيئة المحلية: وتشمل عبارات تقيس مدى توافق التلميذ مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، ومدى شعوره بالسعادة عندما يكون مع جيرانه، ومدى تعاونه الإيجابي والتعاوني مع الآخرين، ومدى احترام للقواعد التي تحدد العلاقة بينه وكذلك يهتم بالوسط الذي يعيش فيه.

ويتم تقدير الدرجات الخام في المقياس من خلال الإجابة بـ (نعم) أو (لا)، حيث أن العبارات وزعت لتكون في اتجاهين (إيجابه وسلبية) وإعطاء الدرجة للإجابة يعتمد على اتجاه العبارة، حيث تعطى للإجابة (نعم) في العبارات الإيجابية الدرجة (1) في حين تحصل الإجابة (لا) على الدرجة (0) ويتم تقدير الدرجات للعبارات السلبية بعكس ذلك. ويحصل المفحوص على درجات فرعية في كل من التوافق النفسي، والتوافق الاجتماعي (العام).

ويتمتع الاختبار بدرجة مقبولة من الصدق والثبات، حيث قام **هنا**(د.ت) بحساب صدق الاختبار عن طريق إجراء معاملات الارتباط بين أبعاد الاختبار، وكانت كلها دالة عدا الارتباط بين بعدي الاعتماد على النفس والعلاقات، كما قام **هنا**(د.ت) بحساب ثبات الاختبار بطريقة **كودر ريتاشردسون** حيث تبين من النتائج تمتع الاختبار على المستوى العام بمعامل ثبات تتراوح بين (0,822) و(0,926) وعلى مستوى التوافق الشخصي ما بين (0,605) و (0,917) وعلى مستوى التوافق الاجتماعي (0,555) و (0,917).

كما تبين من الدراسات المحلية المستخدمة للمقياس تمتعه بدرجات مقبولة من الصدق والثبات، ومن ذلك **دراسة حامد 1405هـ** للتوافق لدى المراهقين، ودراسة **السكافي 1407هـ** على المراهقين وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، وقد توصلت في دراستها إلى معاملات ثبات عالية عند حسابه عن طريق إعادة تطبيق الاختبار حيث بلغ ثبات الاختبار في مجموع التوافق الشخصي (0,913) ومجموع التوافق الاجتماعي (0,863) أما التوافق العام فقد بلغ معامل ثباته (0,913).[1]

ثبات الاختبار:

إن ثبات الاختبار هو أن يعطي نفس النتائج اذا ما أعيد تطبيقه على نفس الأفراد وفي نفس الظروف والشروط، ويقاس هذا الثبات إحصائيا بحساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها الأفراد في المرة الأولى وبين نتائج الاختبار في المرة الثانية، فاذا أثبتت الدرجات في الاختبارين وتطابقت قيل أن درجة ثبات الاختبار كبيرة[2].

حيث قام **سمسوم علي** بحساب معاملات الثبات لهذا الاختبار بطريقة إعادة تطبيقه على عينة من التلاميذ الممارسين للنشاط البدني وكان عددهم (30) تلميذ وأيضا على عينة من التلاميذ الغير الممارسين للنشاط البدني وكان عددهم (30) تلميذ تابعين كلهم لمديرية التربية بالجزائر العاصمة (شرق، وسط، غرب)، وكان التطبيق الثاني بعد أسبوعين من التطبيق الأول ولقد حصل على معاملات الثبات التالية عند مستوى الدلالة (0,01):

الجدول رقم(03): يبين معاملات الثبات لمقياس الشخصية عند مستوى الدلالة (0,01).

1: سمسوم علي- **انعكاس ممارسة النشاط الرياضي التربوي على التوافق النفسي والاجتماعي لدى المراهقين في التعليم الثانوي**.- أطروحة الدكتوراه، الجزائر، جامعة الجزائر3، معهد التربية البدنية والرياضية،2012-2013،ص 232-233-234-235.

2: بن عبدالرحمان سيدعلي.-**مرجع سابق**.- 2008-2009.ص125

القسم الأول: التوافق النفسي	معاملات الثبات		القسم الثاني: التوافق الاجتماعي	معاملات الثبات	
	الممارسين	غ .الممارسين		الممارسين	غ. الممارسين
الاعتماد على النفس	0,731	0,89	المسؤولية الاجتماعية	0,836	0.95
الإحساس بالقيمة الذاتية	0,867	0,97	المهارات الاجتماعية	0,664	0,93
الشعور بالحرية	0,778	0,71	التحرر من الميول المضاد للمجتمع	0,806	0,85
الشعور بالانتماء	0,856	0.69	العلاقات في الأسرة	0,845	0,77
التحرر من الميل إلى الانفراد	0,856	0,82	العلاقات في المدرسة	0,786	0,96
الخلو من الأعراض العصبية	0,828	0,90	العلاقات في البيئة المحلية	0,825	0,87

صدق الاختبار:

تم عرض الاختبار على ثلاثة أساتذة محكمين، ذوي الاختصاص، بغرض معرفة مدى ملائمة الأسئلة للمحور الأول والثاني وكذلك حذف أو إضافة أو تعديل أي عبارة من العبارات.

الجدول رقم (04): يمثل قرارات وملاحظات الأساتذة المحكمين لاختبار الشخصية.

الرقم	المحكم	الدرجة العلمية	القرار	الملاحظة
01	رامي عز الدين	أستاذ محاضر ا	مقبول للتطبيق	دون ملاحظة
02	خيري جمال	أستاذ محاضر ا	مقبول للتطبيق	دون ملاحظة
03	لوناس عبد الله	أستاذ محاضر ب	مقبول للتطبيق	دون ملاحظة

4-8- الوسائل الإحصائية:

لقد تم اللجوء إلى المعالجة الإحصائية حتى نتمكن من حساب النتائج بشكل موضوعي وعلمي ولقد تم الاعتماد على وسائل إحصائية لحساب النتائج المتحصل عليها بعد تطبيق الاستبيان على عينة الدراسة والتي كانت مجوع من أساتذة مادة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي ، وكذا الوسائل الإحصائية لحساب النتائج المتحصل بعد تطبيق مقياس التوافق النفسي والاجتماعي على تلاميذ المرحلة الثانوية وهي كالاتي:

النسبة المئوية: قمنا باستخدام قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع النقاط المتحصل عليها وذلك بعد جمع تكرارات كل منها، حيث تم حساب النسبة المئوية بالطريقة الثلاثية كالاتي:

النسب المئوية = عدد التكرارات X 100 / مجموع أفراد العينة

اختبار كا^2(كاف تربيع): يسمى باختبار التطابق النسبي وهو من اهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها، كما يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان، وذلك بمقارنة التكرارات الحقيقة المشاهدة والتكرارات المتوقعة[1]، يتم حساب الاختبار من خلال العلاقة التالية:

كا^2 =(مجموع التكرارات المشاهدة – التكرارات المتوقعة)^2 /التكرارات المتوقعة

- التكرارات المشاهدة: هي تكرارات الملاحظة والحقيقية.
- التكرارات المتوقعة: تساوي مجموع العينة على الاحتمالات.

معالجة البيانات باستعمال برنامج Spss: قمنا في هذه الدراسة باستعمال المعالج الإحصائي Spss لدراسة النتائج المتحصل عليها من تطبيق مقياس التوافق النفسي والاجتماعي حيث تم الاستعانة بالعمليات الإحصائية التالية:

- الانحراف المعياري.
- المتوسط الحسابي.
- اختبار ت^2.

[1]: فريد كامل أبو زينة، عبد الحافظ الشايب.- **مناهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي**.- دار الميسرة: الأردن، 2006.- ص213.

[2]: سمسوم على.- **مرجع سابق**.-2012-2013.-ص240.

خـلاصـة:

إن نجاح أي بحث مهما بلغت درجته العلمية مرتبط بشكل أساسي بإجراءات البحث الميدانية، لأن جوهر الدراسة مكنون في كيفية ضبط حدود البحث الرئيسية، وعليه جاء الفصل الرابع ليبين المنهجية المتبعة وإجراءاته الميدانية بداية من الدراسة الاستطلاعية مرورا بالمنهج العلمي المتبع والذي يلائم وطبيعة الموضوع، وكذا متغيرات البحث والى حصر مجتمع الدراسة واختيار العينة، ولقد عرجنا على أداتين الدراسة مع التطرق إلى الخصائص السيكو مترية لهما وأخيرا تطرقنا إلى الأدوات الإحصائية التي تناسب مع هذه الدراسة وهذا لي نترجم النتائج الرقمية إلى دلالات لفظية تسمح لنا بالتحقق من صحة الفرضيات.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

بعد الانتهاء من مرحلة توزيع استمارات الاستبيان على عينات الدراسة وكذا اختبار الشخصية على تلاميذ وجمع النتائج المتحصل عليها، سوف يتم عرض النتائج ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها وفق اطار منهجي منظم وهذا للتأكد من صحة الفرضيات التي بنينا عليها هذه الدراسة.

5-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

ينص الفرض الأول على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية.

ولغرض تحليل نتائج المتحصل عليها من تطبيق مقياس الشخصية على عينة الدراسة تم الاعتماد على المعايير المبينة في الجدول رقم 05 التالية:

الجدول رقم (05): يبين معايير المتبعة لتحليل نتائج تطبيق مقياس الشخصية على عينة الدراسة:

الدرجة القصوى	90 درجة
الدرجة الدنىَ	15 درجة
مستوى التوافق المنخفض	من 15 إلى 42,5 درجة
مستوى التوافق المتوسط	من 42,5 إلى 62,5 درجة
مستوى التوافق المرتفع	من 62,5 إلى 90 درجة

الجدول رقم(06): يبين درجات التوافق النفسي بين الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.

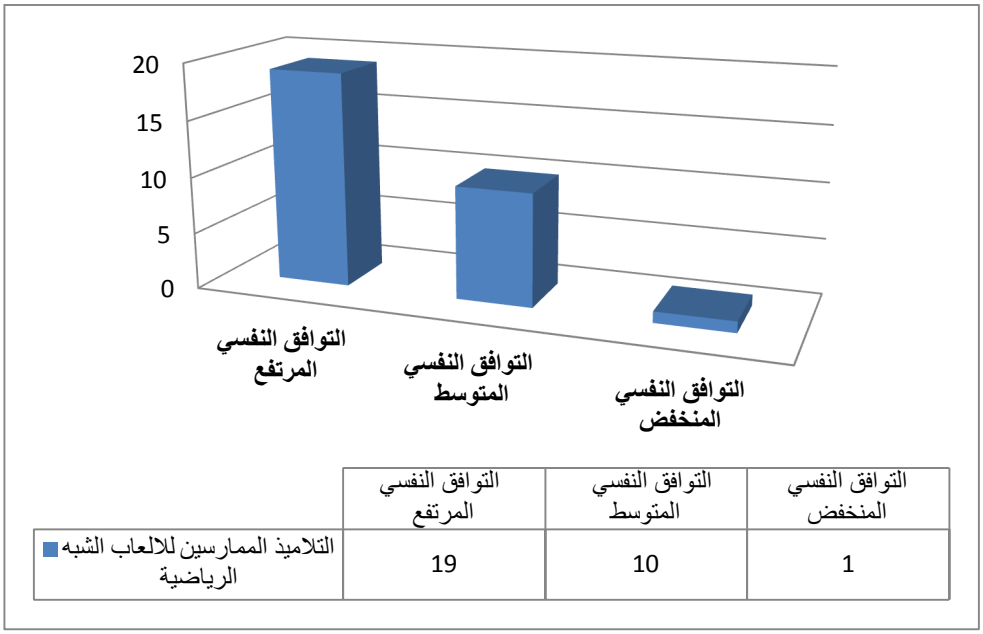
التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية	درجات التوافق النفسي	التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية	درجات التوافق النفسي
1	64	1	64
1	48	1	55
1	50	1	56
1	32	1	64
1	62	1	43
1	69	1	32
1	61	1	44
1	73	1	38
1	65	1	44
1	63	1	50
1	60	1	45
1	73	1	36
1	65	1	40
1	62	1	37

1	60	1	38
1	57	1	29
1	60	1	33
1	64	1	27
1	74	1	47
1	65	1	28
1	63	1	23
1	74	1	39
1	59	1	47
1	67	1	48
1	68	1	39
1	75	1	43
1	67	1	44
1	72	1	36
1	73	1	51
1	65	1	49

الجدول رقم (07): يمثل مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.

تلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية		
المستوى	عدد التلاميذ	النسبة المئوية
التلاميذ ذوي مستوى التوافق النفسي المرتفع	19	%64
التلاميذ ذوي مستوى التوافق النفسي المتوسط	10	%33
التلاميذ ذوى مستوى التوافق النفسي المنخفض	01	%3
المجموع	30	%100

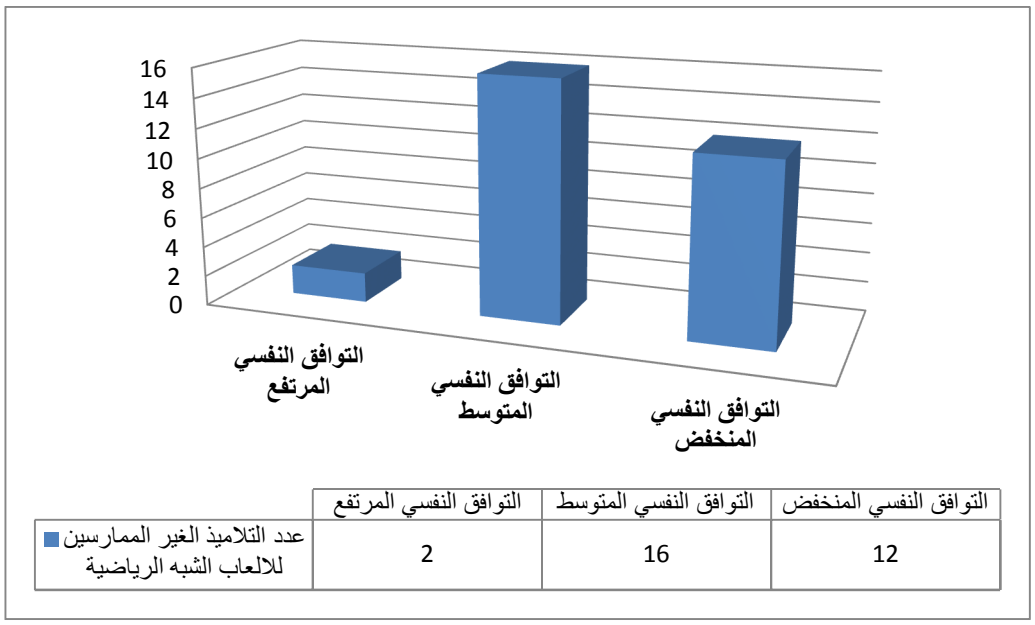
الشكل رقم (02): يمثل التمثيل البياني بالأعمدة لعدد التلميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومستوى التوافق النفسي.



الجدول رقم (08): يمثل مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.

تلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية		
المستوى	عدد التلاميذ	النسبة المئوية
التلاميذ ذوي مستوى التوافق النفسي المرتفع	2	%7
التلاميذ ذوي مستوى التوافق النفسي المتوسط	16	%53
التلاميذ ذوى مستوى التوافق النفسي المنخفض	12	%40
المجموع	30	%100

الشكل رقم (03): يمثل التمثيل البياني بالأعمدة لعدد التلميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومستوى التوافق النفسي.



- تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (06) والذي يظهر درجات التوافق النفسي للتلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والغير الممارسين والجدول رقم (07) والذي يظهر مستوى التوافق النفسي للتلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والجدول رقم (08) والذي يظهر مستوى التوافق النفسي للتلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية، تبين لنا أن عدد التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ذوي التوافق النفسي المرتفع فبلغ (19) في حين ذوي التوافق النفسي المتوسط فبلغ عددهم (10) تلاميذ والتلاميذ ذوي التوافق النفسي المنخفض فبلغ (01) تلميذ واحد ، أما عدد التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ذوي التوافق النفسي المرتفع فبلغ عددهم (02) تلميذ و التلاميذ ذوي التوافق النفسي المتوسط فهم (16) تلاميذ في حين ذوي التوافق النفسي المنخفض فبلغ (12) تلميذ.

الاستنتاج:

التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ذو توافق نفسي جيد مقارنة مع التلاميذ الغير الممارسين.

الجدول رقم (09): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" المحسوبة والمجدولة لتوافق النفسي لدى التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

مستوى التوافق النفسي						
صفة التلاميذ	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ممارسين	63.6667	8.91467	8.722	2.66	58	0,01
غ. ممارسين	42.3000	10.02806				

- تحليل النتائج:

من خلال عرض وتحليل نتائج العينة والمبينة في الجدول رقم (08) تبين لنا أن المتوسط الحسابي للممارسين بلغ (63,66) والانحراف المعياري بلغ (8,91) في حين بلغ المتوسط الحسابي للعينة الغير الممارسين (42,30) والانحراف المعياري (10,02) وكانت قيمة ت المحسوبة (8,72) اكبر من قيمة ت المجدولة والتي كانت (2,66) عند مستوى الدلالة (0.01) أي هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.

الاستنتاج

من خلال عرض وتحليل إجابات عينة الدراسة نستنتج انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية لصالح فئة الممارسين.

5-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

ينص الفرض الثاني على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية.

الجدول رقم(10): يبين درجات التوافق الاجتماعي بين الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.

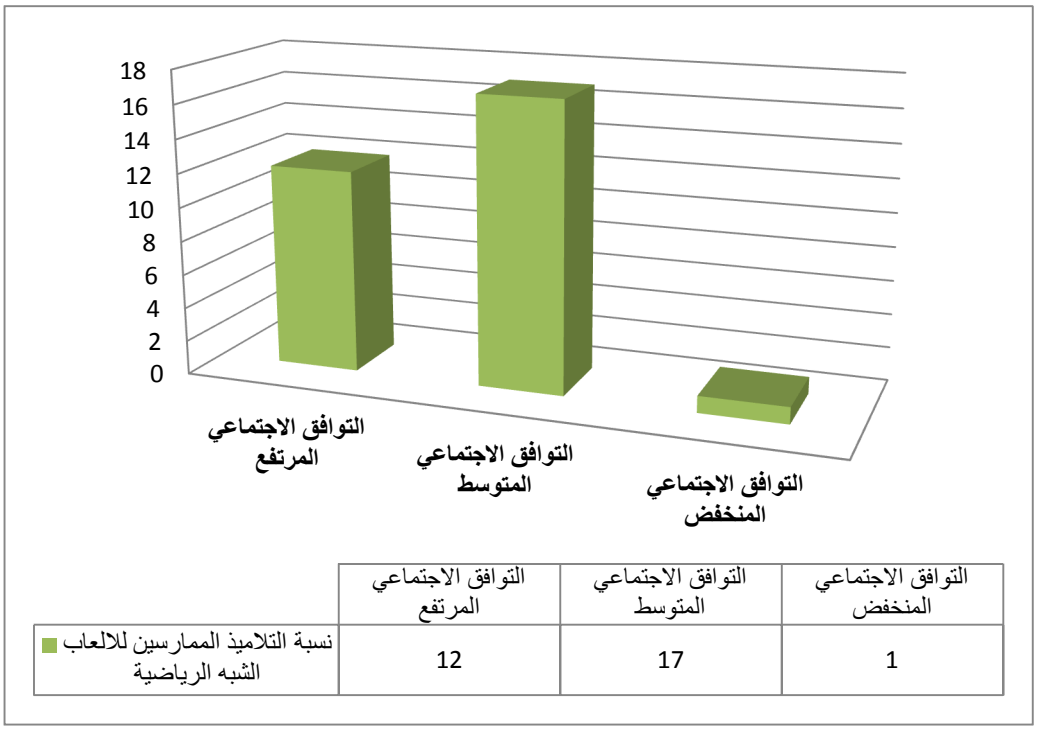
التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية	درجات التوافق الاجتماعي	التلاميذ غير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية	درجات التوافق الاجتماعي
1	43	1	58
1	53	1	65
1	49	1	43
1	36	1	58
1	49	1	48
1	58	1	37
1	56	1	38
1	46	1	47
1	55	1	54
1	59	1	66
1	62	1	43
1	68	1	44
1	66	1	42
1	67	1	35
1	57	1	30
1	65	1	34
1	58	1	45
1	74	1	48
1	66	1	28
1	77	1	30
1	72	1	27
1	64	1	31
1	72	1	27
1	71	1	32
1	74	1	45

35	1	57	1
26	1	47	1
28	1	51	1
32	1	58	1
44	1	46	1

الجدول رقم (11): يمثل مستوى التوافق الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.

تلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية		
المستوى	عدد التلاميذ	النسبة المئوية
التلاميذ ذوي مستوى التوافق الاجتماعي المرتفع	12	%40
التلاميذ ذوي مستوى التوافق الاجتماعي المتوسط	17	%57
التلاميذ ذوى مستوى التوافق الاجتماعي المنخفض	1	%3
المجموع	30	%100

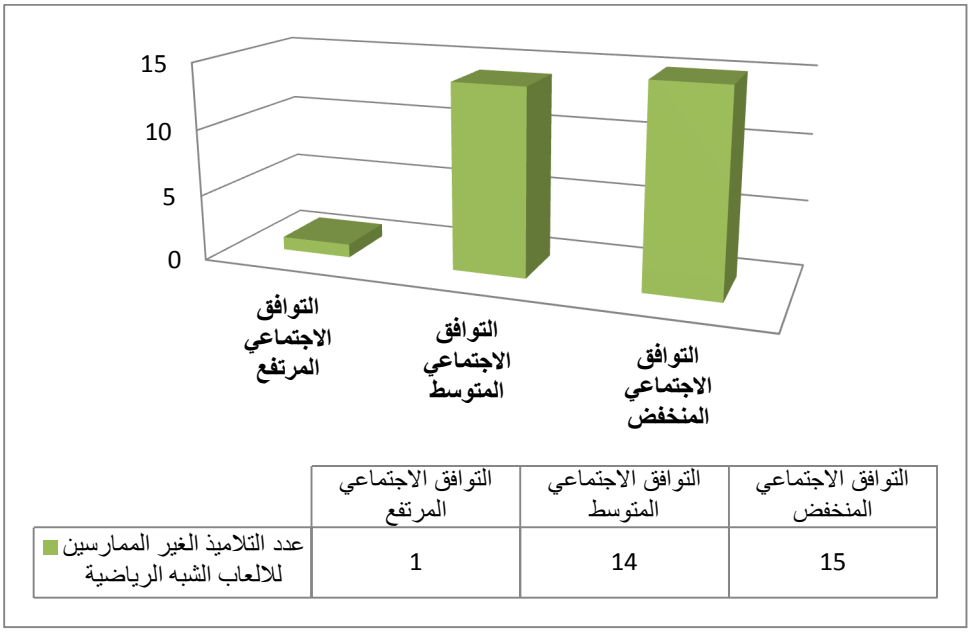
الشكل رقم (04): يمثل التمثيل البياني بالأعمدة لعدد التلميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومستوى التوافق الاجتماعي.



الجدول رقم (12): يمثل مستوى التوافق الاجتماعي لدى التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.

تلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية		
المستوى	عدد التلاميذ	النسبة المئوية
التلاميذ ذوي مستوى التوافق الاجتماعي المرتفع	1	%3
التلاميذ ذوي مستوى التوافق الاجتماعي المتوسط	14	%47
التلاميذ ذوى مستوى التوافق الاجتماعي المنخفض	15	%50
المجموع	30	%100

الشكل رقم (05): يمثل التمثيل البياني بالأعمدة لعدد التلميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومستوى التوافق الاجتماعي.



- تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (10) والذي يظهر درجات التوافق الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والغير الممارسين والجدول رقم (11) والذي يظهر مستوى التوافق الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والجدول رقم (12) والذي يظهر مستوى التوافق الاجتماعي للتلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية، تبين لنا أن عدد التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ذوي التوافق النفسي المرتفع فبلغ (12) في حين ذوي التوافق الاجتماعي المتوسط فبلغ عددهم (17) تلاميذ والتلاميذ ذوي التوافق الاجتماعي المنخفض فبلغ (01) تلميذ واحد ، أما عدد التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ذوي التوافق الاجتماعي المرتفع فبلغ عددهم (01) تلميذ و التلاميذ ذوي التوافق الاجتماعي المتوسط فهم (14) تلاميذ في حين ذوي التوافق الاجتماعي المنخفض فبلغ (15) تلميذ.

الاستنتاج:

التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ذو توافق اجتماعي جيد مقارنة مع التلاميذ الغير الممارسين.

الجدول رقم (13): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" المحسوبة والمجدولة لتوافق الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

مستوى التوافق الاجتماعي						
صفة التلاميذ	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ممارسين	59.2000	10.45648	6.575	2,66	58	0,01
غ. ممارسين	40.6667	11.36035	6.575			

- تحليل النتائج:

من خلال عرض وتحليل نتائج العينة والمبينة في الجدول رقم (13) تبين لنا أن المتوسط الحسابي للممارسين للألعاب الشبه الرياضية بلغ (59,2) والانحراف المعياري بلغ (10,45) ، في حين بلغ المتوسط الحسابي للعينة الغير الممارسين للألعاب الشبة الرياضية (40,66) والانحراف المعياري (11,36) وكانت قيمة ت المحسوبة (6,57) اكبر من قيمة ت المجدولة والتي كانت (2,66) عند مستوى الدلالة (0.01) أي هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين

الاستنتاج

من خلال عرض وتحليل إجابات عينة الدراسة نستنتج انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية لصالح فئة الممارسين.

5-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

ينص الفرض الثالث على أن للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

عرض وتحليل نتائج الاستبيان:

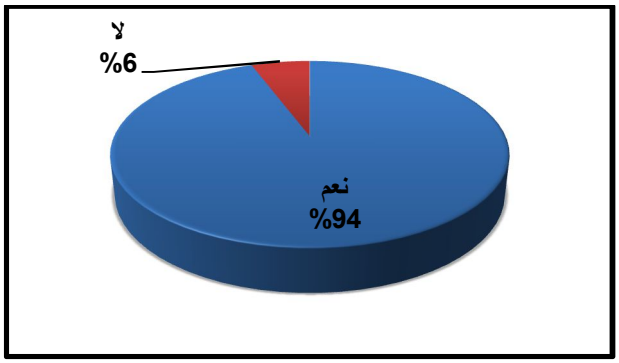
❖ **العبارة رقم (01):** هل تستعمل الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الهدف من العبارة رقم (01): معرفة ما اذا كان الأساتذة يستخدمون هذه الألعاب في بناء حصة التربية البدنية والرياضية .

الجدول رقم (14): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (01).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا^2 المحسوبة	كا^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	33	%94	27,5	6,64	0,01	01	دالة
لا	02	%6					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (06): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (01):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (13) تبين لنا أن (33) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (94%) يستخدمون الألعاب شبة الرياضية في بناء حصة التربية البدنية والرياضية في حين من لم يستخدمون هذه الألعاب بلغ (02) أستاذ أي بنسبة (06%) وكانت كا^2 المحسوبة (27.5) اكبر من كا^2 المجدولة (6.64) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي وجود دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن الأساتذة يستخدمون الألعاب الشبه الرياضية في بناء حصة التربية البدنية والرياضية.

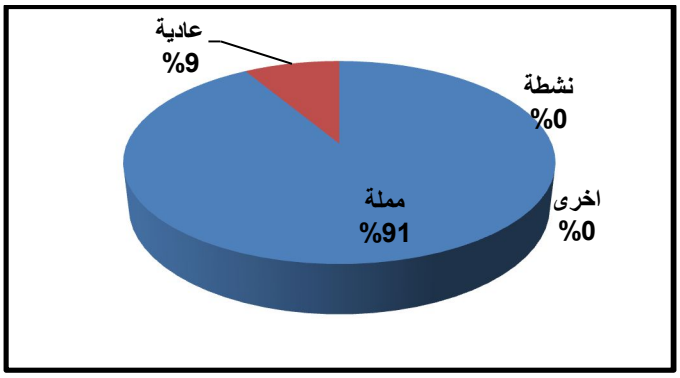
❖ **العبارة رقم (02):** كيف ترى حصة التربية البدنية والرياضية دون الألعاب الشبه الرياضية؟

الهدف من العبارة رقم (02): معرفة أهمية الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (15): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (02).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا^2 المحسوبة	كا^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
مملة	32	%91	83,03	11,35	0,01	03	دالة
عادية	03	%9					
نشطة	0	%0					
أخرى	0	%0					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (07): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (02):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (14) تبين لنا أن (32) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (91%) يرون أن حصة التربية البدنية والرياضية دون الألعاب شبة الرياضية مملة في حين يرون (02) أستاذ أي (09%) أن بناء حصة التربية البدنية والرياضية دون الاستعانة بالألعاب الشبه الرياضية عادية في حين لم يعتبر أي أستاذ أن حصة التربية البدنية تكون نشيطة دون الاستعانة بالألعاب الشبه الرياضية وكانت كا^2 المحسوبة (83,03) اكبر من كا^2 المجدولة (11,35) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي وجود دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن الأساتذة لا يستغنون عن الألعاب الشبه الرياضية في بناء حصة التربية البدنية والرياضية

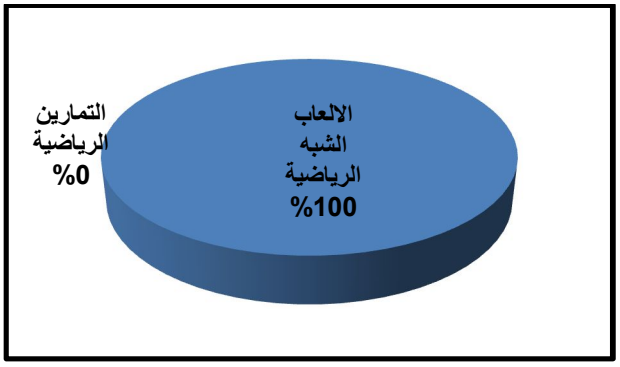
العبارة رقم (03): أي الوسيلتين افضل في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية؟

الهدف من العبارة رقم (03): محاولة معرفة الوسيلة التي تساعد في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (16): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (03).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا^2 المحسوبة	كا^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
الألعاب الشبه الرياضية	35	%100	35	6,64	0,01	01	دالة
التمارين الرياضية	0	%0					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (08): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (03):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (15) تبين لنا أن (35) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (100%) يرون أن أفضل وسيلة لتفعيل حصة التربية البدنية والرياضية هي الألعاب شبة الرياضية، في حين لم يذهب أي أستاذ إلى التمارين الرياضية بنسبة (0%) وكانت كا^2 المحسوبة (35) اكبر من كا^2 المجدولة (6.64) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي وجود دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن الأساتذة يجمعون أن افضل وسيلة لتفعيل حصة التربية البدنية والرياضية هي الألعاب الشبه الرياضية.

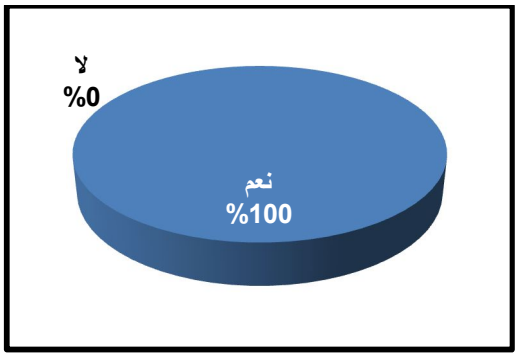
- **العبارة رقم (04):** هل الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟

الهدف من العبارة رقم (04): معرفة اثر ممارسة الألعاب الشبه الرياضية على الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ

الجدول رقم (17): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (04).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	35	%100	35	6,64	0,01	01	دالة
لا	0	%0					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (09): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (04):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (17) تبين لنا أن (35) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (100%) يرون أن الألعاب شبة الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ، في حين لم يفند ذلك أي أستاذ أي بنسبة (0%) وكانت كا2 المحسوبة (35) اكبر من كا2 المجدولة (6.64) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي وجود دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ.

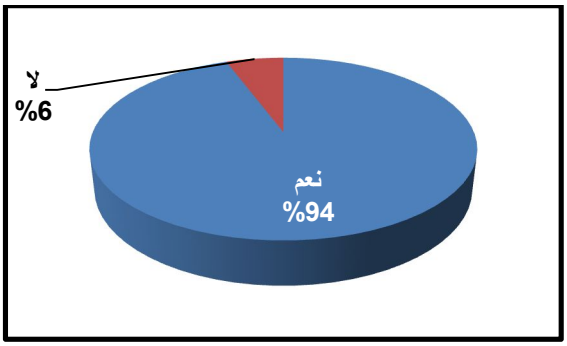
- **العبارة رقم (05):** هل تلاحظ ارتياح نفسي للتلاميذ عند ممارسة الألعاب الشبه الرياضية؟

الهدف من العبارة رقم (05): معرفة ما اذا كان التلميذ يشعر بالارتياح النفسي عند ممارسة الألعاب الشبه الرياضية

الجدول رقم (18): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا2 للعبارة رقم (05).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	33	%94	27,5	6,64	0,01	01	دالة
لا	02	%6					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (10): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (05):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (18) تبين لنا أن (33) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (94%) يرون أن التلميذ الممارس للألعاب الشبه الرياضية يظهر عليه ارتياح نفسي، في حين الأساتذة الذين لم يوافق على ذلك بلغ (02) أستاذ أي بنسبة (6%) وكانت كا^2 المحسوبة (27.5) اكبر من كا^2 المجدولة (6.64) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي وجود دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية يظهر عليهم ارتياح نفسي.

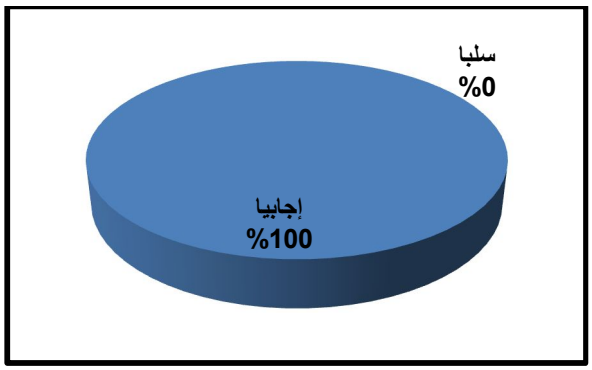
- **العبارة رقم (06):** كيف تؤثر الألعاب الشبه الرياضية على سلوك التلاميذ عند ممارستها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الهدف من العبارة رقم (06): معرفة طريقة تأثير الألعاب الشبه الرياضية على سلوك التلاميذ عند ممارستها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (19): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (06).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا^2 المحسوبة	كا^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
إيجابا	35	%100	35	6,64	0,01	01	دالة
سلبا	0	%0					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (11): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (06):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (19) تبين لنا أن كل أساتذة عينة الدراسة بنسبة (100%) يرون أن الألعاب شبة الرياضية تأثر إيجابا على سلوك التلاميذ عند ممارستها، في حين لم يخالف ذلك أي أستاذ وكانت كا^2 المحسوبة (35) اكبر من كا^2 المجدولة (6.64) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي يوجد دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن الألعاب الشبه الرياضية تؤثر إيجابا على سلوك التلاميذ عند ممارستها.

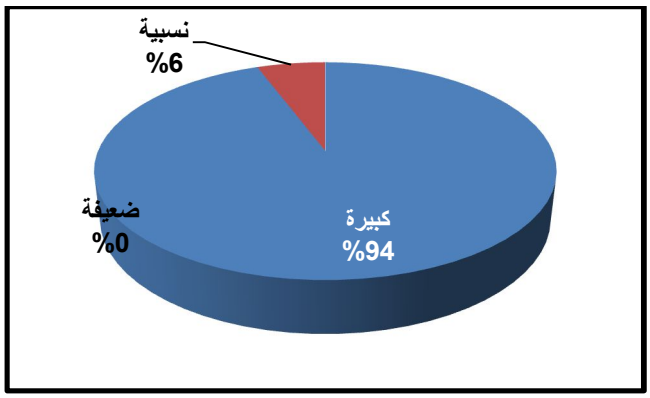
- **العبارة رقم (07):** ما هي درجة إقبال التلاميذ على ممارسة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الهدف من العبارة رقم (07): معرفة مدى إقبال التلاميذ على ممارسة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (20): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (07).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا^2 المحسوبة	كا^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
كبيرة	33	%94	58,69	9,21	0,01	02	دالة
نسبية	02	%6					
ضعيفة	0	%0					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (12): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (07):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (20) تبين لنا أن (33) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (94%) يرون أن درجة إقبال التلاميذ على ممارسة الألعاب شبة الرياضية كبيرة في حين بلغ عدد الأساتذة الذين يرون أن درجة إقبال التلاميذ على ممارسة الألعاب الشبه الرياضية نسبية بلغ (02) أستاذ أي بنسبة (6%) ولم يذهب أي أستاذ إلى أن درجة الإقبال ضعيفة، وكانت كا^2 المحسوبة (58,69) اكبر من كا^2 المجدولة (9,21) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي يوجد دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن درجة إقبال التلاميذ على ممارسة الألعاب شبه الرياضية هي كبيرة.

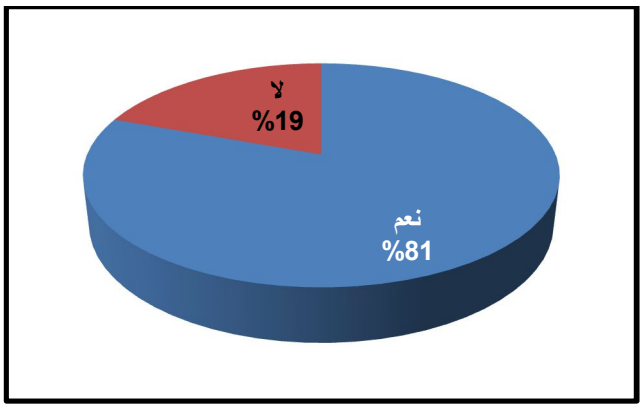
- **العبارة رقم (08):** هل الألعاب الشبه الرياضية تجعل التلميذ مدرك لدوره داخل جماعة اللعب؟

الهدف من العبارة رقم (08): معرفة ما اذا كانت الألعاب الشبه الرياضية تجعل التلميذ مدرك لدوره داخل جماعة اللعب.

الجدول رقم (21): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (08).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا^2 المحسوبة	كا^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	29	%81	13,86	6,64	0,01	01	دالة
لا	07	%19					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (13): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (08):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (21) تبين لنا أن (29) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (81%) يؤكدون أن الألعاب شبة الرياضية تجعل التلميذ مدرك لدوره داخل جماعة اللعب، في حين عدد الأساتذة الذين فندوا ذلك بلغ (07) أستاذ أي (19%) وكانت كا^2 المحسوبة (13,86) اكبر من كا^2 المجدولة (6.64) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي وجود دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن الألعاب الشبه الرياضية تجعل التلميذ مدرك لدوره داخل جماعة اللعب.

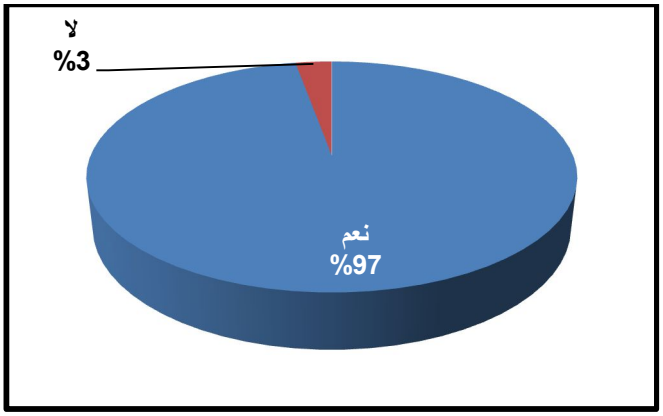
- **العبارة رقم (09):** هل تساعد الألعاب الشبه الرياضية في اندماج التلميذ المنطوي داخل جماعة اللعب؟

الهدف من العبارة رقم (09): محاولة معرفة إن كانت الألعاب الشبه الرياضية تساعد في اندماج التلميذ المنطوي داخل جماعة اللعب.

الجدول رقم (22): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (09).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا^2 المحسوبة	كا^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	34	%97	31.11	6,64	0,01	01	دالة
لا	01	%3					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (14): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (09):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (22) تبين لنا أن (34) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (97%) يرون أن الألعاب شبة الرياضية تساعد التلميذ المنطوي على الاندماج داخل جماعة اللعب في حين عدد الأساتذة الذين لم يرون ذلك بلغ (01) أستاذ أي بنسبة (3%) وكانت كا^2 المحسوبة (31,11) اكبر من كا^2 المجدولة (6.64) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي وجود دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن الألعاب الشبه الرياضية تساعد التلميذ المنطوي على الاندماج في جماعة اللعب.

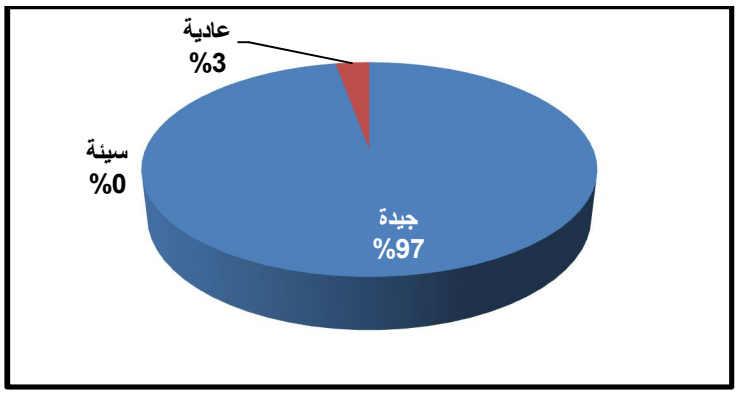
- **العبارة رقم (10):** كيف تكون الحالة النفسية والاجتماعية لدى التلاميذ عند ممارسة الألعاب الشبه الرياضية؟

الهدف من العبارة رقم (10): هو معرفة الحالة النفسية والاجتماعية للتلاميذ أثناء ممارستهم للألعاب الشبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (23): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (10).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا^2 المحسوبة	كا^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
جيدة	34	%97	64,17	9,21	0,01	02	دالة
عادية	01	%3					
سيئة	0	%0					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (15): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (10):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (23) تبين لنا أن (34) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (97%) يرون أن الحالة النفسية والاجتماعية لدى التلاميذ الممارسين للألعاب شبة الرياضية تكون جيدة ، في حين عدد الأستاذة الذين يرونها عادية بلغ (01) أستاذ أي بنسبة (03%) في حين لم يذهب أي أستاذ للمقترح الأخير، وكانت كا^2 المحسوبة (64,17) اكبر من كا^2 المجدولة (9,21) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي وجود فروق إحصائية بين إجابات الأستاذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن الألعاب الشبه الرياضية تساعد التلميذ على أن تكون حالته النفسية جيدة عند ممارسته لها.

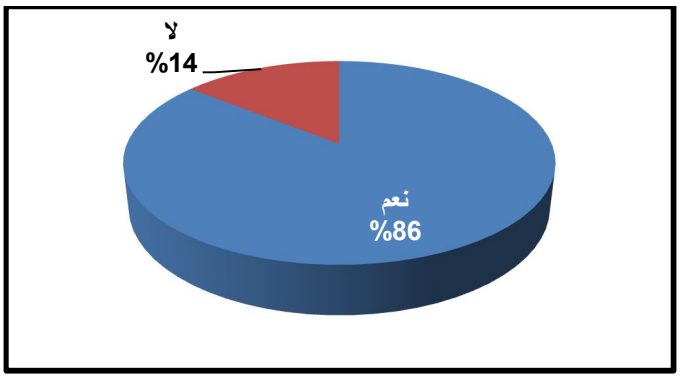
- **العبارة رقم (11):** هل الألعاب المبرمجة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تنمي الجانب الاجتماعي للتلاميذ ؟

الهدف من العبارة رقم (11): معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الاجتماعي للتلاميذ.

الجدول رقم (24): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للعبارة رقم (11).

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية	كا^2 المحسوبة	كا^2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	30	%86	17,86	6,64	0,01	01	دالة
لا	05	%14					
المجموع	35	%100					

الشكل رقم (16): يمثل التمثيل البياني للسؤال رقم (10):



تحليل النتائج:

من خلال الجدول رقم (24) تبين لنا أن (30) أستاذ من عينة الدراسة بنسبة (86%) يؤكدون أن الألعاب المستخدمة في التربية البدنية والرياضية تنمي الجانب الاجتماعي للتلاميذ في حين عدد الأساتذة الذين لم يروا ذلك فبلغ عددهم (05) أستاذة أي (14%) وكانت كا^2 المحسوبة (17,8) اكبر من كا^2 المجدولة (6.64) عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي وجود دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة.

الاستنتاج:

نستنتج أن الألعاب المبرمجة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تنمي الجانب الاجتماعي للتلاميذ عند ممارستها.

5-4- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

5-4-1- مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى:

بعد جمع وتحليل والقيام بالحساب الإحصائي لنتائج مقياس الشخصية لمحمود هنا الذي طبقناه على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية والذي كان قوامها (60) تلميذ منها (30) تلميذ ممارسين للألعاب الشبه الرياضية و(30) تلميذ غير ممارسين وهذ من اجل التحقق من صحة الفرضية الجزئية الأولى التي طرحناها في بداية بحثنا حيث أشارت نتائج الفرضية الأولى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية، وهذا ما أكدته نتائج تطبيق المقياس سالف الذكر والخاص بالجانب الشخصي (النفسي)، فمن خلال نتائج الجدول رقم (06) و (07) و (08) والتي تظهر مستويات التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية، حيث أن التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية يملكون مستويات مرتفعة من التوافق النفسي بكل أبعاده مقارنة مع التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية الذين يملكون مستويات من متوسطة إلى ضعيفة، وأيضا نتائج الجدول رقم (08) والذي يظهر المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة والمجدولة لدرجات التوافق النفسي للممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والذي يبين مدى التباين الموجود في مستوى قيمة (ت) المحسوبة بين الممارسين والغير الممارسين، وقد ذهبت كثير من الدراسات السابقة إلى نفس السياق ونفس النتائج التي توصلنا إليها، ومنه يمكننا القول انه توجد فروق ذات دلالة

إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومنه تحقق الفرضية الأولى.

5-4-2- مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية:

أشارت نتائج الفرضية الثانية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية، وهذا ما أكدته نتائج تطبيق مقياس الشخصية و الخاص بالجانب الاجتماعي، فمن خلال نتائج الجدول رقم (10) و (11) و (12) التي تظهر مستويات التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية، حيث أن التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية يملكون مستويات مرتفعة من التوافق الاجتماعي بكل أبعاده مقارنة مع التلاميذ الغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية الذين يملكون مستويات من متوسطة إلى ضعيفة ، وأيضا نتائج الجدول رقم (13) والذي يظهر المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة والمجدولة لدرجات التوافق الاجتماعي للممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والذي يبين مدى التباين الموجود في مستوى قيمة (ت) المحسوبة بين الممارسين والغير الممارسين، وهذا ما توصلت إليه الكثير من الدراسات السابقة، ومنه يمكننا القول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق الاجتماعي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ومنه تحقق الفرضية الأولى.

5-4-3- مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثالثة:

الجدول رقم (25) يمثل الدلالة الإحصائية لعبارات الخاصة بإجابات الأساتذة:

الأسئلة	كا2 المجدولة	كا2 المحسوبة	الاستنتاج الإحصائي
السؤال رقم 01	6,64	27,5	دال
السؤال رقم 02	11,35	83,03	دال
السؤال رقم 03	6,64	35	دال
السؤال رقم 04	6,64	35	دال
السؤال رقم 05	6,64	27,5	دال
السؤال رقم 06	6,64	35	دال
السؤال رقم 07	9,21	58,69	دال
السؤال رقم 08	6,64	13,86	دال
السؤال رقم 09	6,64	31,11	دال
السؤال رقم 10	9,21	64,17	دال
السؤال رقم 11	6,64	17,86	دال

بعد عرض وتحليل نتائج الاستبيان المطبق على عينة من أساتذة التربية البدنية والرياضية في الثانويات والذي كان قوامها (35) أستاذ وبعد عملية الفرز والتحليل تم الوصول إلى نتائج كانت في مجملها تصب في إثبات الفرضية الثالثة والتي جاءت كما يلي للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، ومن خلال الجداول رقم (14) و(15) و(16) و(17) و(18) و(19) و(20) و(21) و(22) و(23) و(24) إضافة إلى النسب المئوية والجدول رقم (25) والذي يبين الفروق ذات الدلالة الإحصائية لاختبار كا^2 يتبين لنا جليا أن الفرضية الثالثة قد تحققت، وقد اكد لنا جل الأساتذة على أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية روح الجماعة ووسيلة فعالة في بناء حصة التربية البدنية والرياضية وهذا ما أكدته دراسات أخرى سابقة.

5-5- مقابلة الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة:

الجدول رقم (26): يبين مقابلة الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة.

الفرضية	صياغتها	النتيجة
الفرضية الأولى	توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.	**تحققت**
الفرضية الثانية	توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية.	**تحققت**
الفرضية الثالثة	للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.	**تحققت**
الفرضية العامة	تساهم الألعاب الشبه رياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.	**تحققت**

من خلال الجدول رقم (26) يتبين لنا أن الفرضية العامة قد تحققت.

خلاصة:

احتوي هذا الفصل على عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث، لكل من الفرضيات التي طرحنها في بداية البحث وهذا بعد المعالجة الإحصائية بالاستعانة برنامج Spss وقد تم إثبات كل الفرضيات في ضوء النتائج المتحصل عليها من تطبيق مقياس الشخصية لمحمود هنا و الاستبيان الموجه للأساتذة.

الاستنتاج العام:

تعتبر مرحلة التعليم الثانوي من بين اهم المراحل في حياة التلميذ والتي تعتبر ملمح خروج للدراسات العليا والتي تتوافق مع مرحلة مهمة من مراحل نمو الفرد وهي مرحلة المراهقة التي ينمو فيها الجانب العقلي بالإضافة الجانب النفسي والاجتماعي، ومنه فان الاهتمام بهذان الجانبان للتلميذ امر جد مهم ولذا فقد أولت وزارة التربية الوطنية اهتماما بلغا بهذه الفترة من خلال إقرار عدة مواد تدرس في هذا الطور من بينها مواد مكملة وأساسية منها حصة التربية البدنية والرياضية والتي تعتبر منفس للتلميذ وذلك لطبيعتها، فهي تختلف عن المواد الأخرى بكونها تهتم بكل الجوانب ومن بين العناصر التي تبنى عليها الحصة هو عنصر اللعب أو بالأحرى الألعاب الشبه الرياضية، ومن ثم فقد جاءت هذه الدراسة كسلسلة مكملة لدراسات سابقة لنفس الموضوع من شأنها أن تبرز أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للتلميذ المرحلة الثانوية .

وعند تحليل هذه الدراسة والتي كانت من خلال عرض وتحليل نتائج تطبيق مقياس التوافق النفسي والاجتماعي على تلاميذ المرحلة الثانوية وكذا الاستبيان الخاص بأساتذة حصة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي، تم التوصل إلى بعض الحقائق التي بنيت في الفرضيات والمتمثلة في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية، والتي تم التحقق من صحتها وأيضا الفرضية الثانية والمتمثلة في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والتي تم إثباتها، والفرضية الثالثة والتي كانت في أن الألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لها دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، والتي تم التحقق من صحتها.

ومن خلال كل هذه النتائج المتحصل عليها توصلنا إلى تحقيق صحة الفرضية العامة والتي مفادها: "تساهم الألعاب الشبه رياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية".

الخاتمة:

ختاما يمكننا القول أن للعب دور مهم في حياة الفرد منذ نشأته ومساهمته في نموه الحركي والعاطفي والعقلي وتحقيقه السعادة والرفاهية والراحة النفسية مما يحقق له التوافق النفسي والاجتماعي الذي يعتبر المنتوج النهائي للسلوك السوي للفرد الذي يصبوا إليه كل الناس.

وجاءت هذه الدراسة الموسومة بـ :أهمية الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لتسليط الضوء على الحيز الكبير الذي تلعبه هذه الألعاب في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدي تلاميذ المرحلة الثانوية ، حيث تعتبر هذه المرحلة من أهم المراحل بناء شخصية الفرد، فكلما كان التلميذ ذو توافق مرتفع تنبأنا أن شخصيته بكل سيماتها وأبعادها ستكون سوية ومتكاملة والعكس صحيح، ومن ثم جعل اللعب وسيلة فعالة لتحقيق التوافق أمر قد غفل عنه الكثير من الذين يعملون في المجال التربوي وهو شيء متكامل من البداية إلى النهاية ولا يتوقف عند مرحلة أو طور معين .

ومن خلال الطرح النظري والتطبيقي وكذا تحليل النتائج توصلنا إلى ما يلي:

- أن الألعاب الشبه الرياضية وسيلة مناسبة لزيادة مستوى التوافق النفسي والاجتماعي للتلاميذ.
- أن الألعاب الشبه الرياضية تؤثر بطريقة إيجابية على سلوك التلاميذ عند ممارستها.
- أن درجة إقبال التلاميذ لممارسة الألعاب شبه الرياضية كبيرة جدا.
- تساعد الألعاب شبه الرياضية في حل الكثير من المشاكل التي تصادف أستاذ التربية البدنية والرياضية.
- مساعدة التلاميذ المنطوون للاندماج في جماعة اللعب بواسطة الألعاب شبه الرياضية.

وأخيرا بقي أن نقول أن الأستاذ الكفء هو الذي يعي ويدرك كيف ومتى يجعل من حصة التربية البدنية والرياضية مكان لحل الكثير من المشاكل إما ميدانية كنقص العتاد والوسائل الرياضية، أو مشاكل متعلقة بالتلاميذ وخاصة المشاكل النفسية والاجتماعية التي تصادفهم، تكون من خلال عدة وسائل والتي من بينها استعمال الألعاب شبه الرياضية حصة التربية البدنية والرياضية لما لها من أثر بالغ على التلاميذ للتخلص من الضغوط النفسية المترتبة والمتراكمة جراء بعض المواقف خاصة منها المدرسية والأسرية.

اقتراحات وفروض مستقبلية:

وفي نهاية هذه الدراسة يتقدم الطالبة الباحثين بمجموعة من الاقتراحات والتوصيات التي من شأنها أن تخدم الممتهنين مهنة أستاذ التربية البنية والرياضية وكذا كل الباحثين في المجال التربوي والباحثين في المستويات العليا:

- تشجيع الأساتذة على استخدام الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- ضرورة مراعات الخصائص السنية للتلاميذ عند اختيار الألعاب الشبه الرياضية والعمل على تكييفها بما يوافق قدرات التلاميذ.
- ضرورة ادراك أهمية اللعب في حياة المراهق ومساهمتها في بناء شخصية متكاملة بكل جوانبها.
- ادراك أهمية التوافق النفسي والاجتماعي والعمل على تحقيقه من طرف كل الفاعلين في المجال التربوي وعلى رأسهم أساتذة التربية البدنية والرياضية عن طريق استعمال الألعاب شبه الرياضية.
- ضرورة تطبيق الألعاب الشبه الرياضية بطريقة علمية وممنهجة وبعيدة عن العشوائية والتنظيم في العمل.
- استغلال الألعاب شبه الرياضية في بناء حصص التربية البدنية والرياضية العمل على ابتكار المزيد من الألعاب التي توافق الموقف والنشاط الممارس.

أخيرا نأمل أن نكون قد وفقنا في المساهمة ولو بالشيء القليل من خلال هذا العمل البسيط في معالجة الجوانب المتعلقة بكيفية تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، راجين أن تفتح هذه الدراسة أفاق جديدة لأبحاث ودراسات جديدة وعميقة لإثراء البحث العلمي ومساهمته في حل الكثير من الظواهر النفسية والاجتماعية بكل أبعادها.

البيبلبوغرافيا

أ- المصادر:

- سورة الحج من القرآن الكريم.
- حديث نبوي.

ب- المراجع:

1) إبراهيم زكي قشقوش.- سيكولوجية المراهقة.-ط1، مكتب الانجلو المصرية: مصر،1980
2) أحمد خاطر.-القياس في المجال الرياضي.- بغداد،1988. ص574
3) إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهر.-طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والرياضية.- مركز الكتاب للنشر: القاهرة،2000 .ص444
4) أكرم الخطيب.-التربية الرياضية للأطفال والناشئة.- دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع الطبعة العربية :2011 .ص181
5) الين وديع فرج.- خبرات في الألعاب للصغار والكبار.- ط2 منشاة المعارف :الإسكندرية،2003.
6) السيد خير الله.-بحوث نفسية وتربوية.- دار النهضة العربية:القاهرة،1981.ص186
7) حسين أحمد الشافعي، سوزان أحمد على مرسي.-مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية.- منشئة المعارف، الإسكندرية، دون سنة.
8) حامد عبد السلام زهران.-علم النفس الطفولة والمراهقة.-ط5، دار عالم الكتب:مصر،2001.ص552
9) حسن صالح الدهري، ناظم هشام العبيدي- الشخصية والصحة النفسية.- دار صفاء للنشر والتوزيع:عمان،1999. ص577
10) حمد عبد السلام زهران.-علم النفس الطفولة والمراهقة.- عالم الكتاب:القاهرة،1977.ص523
11) حامد عبد السلام زهران.-علم النفس النمو الطفولة والمراهقة.- عالم الكتاب:عمان،1982.ص552
12) خالد عبد الرزاق السيد.-سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.-مركز الإسكندرية للكتاب:الإسكندرية،2002.ص419
13) خطاب عادل.- التربية البدنية والرياضية.- دار النهضة العربية:بيروت،1965.
14) عبد الحميد شرف.- التربية الرياضية للطفل.- مركز الكتاب للنشر:القاهرة،1995.
15) عبد الرحمان الوافي.- النمو من الطفولة إلى المراهقة.- الخنساء للنشر والتوزيع،2004. ص433
16) عدنان جواد خالف وجبوري وآخرون.- المبادئ الأساسية في طرق تدريس التربية البدنية والرياضية.- جامعة البصرة:بغداد،1988. ص279
17) علي فالح الهنداوي.- علم النفس النمو الطفولة والمراهقة.-ط2. دار الكتاب الجامعي: القاهرة ،2003.
18) سامي محمد ملحم.-علم نفس النمو.-ط3، دار الفكر:عمان،2014.ص560
19) سوزان ميلر.- سيكولوجية اللعب.- ترجمة حسن عيسى.-الكويت، عالم المعرفة:1987. ص487
20) صالح حسن الداهري.-أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية.- دار صفاء للنشر والتوزيع،2008.ص464

21)صالح حسن الداهري.-أساسيات التوفيق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية.- ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع: عمان 2008. ص418

22)ذوقان عبيدات، كايد عبد الحق، عبد الرحمان عدس.-البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه.- دار الفكر: الأردن عمان.2014. ص245

23)فاخر عاقل.-علم النفس التربوي.-ط3، دار الملايين للطباعة والنشر والتوزيع:لبنان،2002.ص476

24)فريد كامل أبو زينة، عبد الحافظ الشايب.- مناهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي.- دار الميسرة: الأردن، 2006.ص587

25)محمد حسن علاوي، أسامة كمال راتب.- البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي.- دار الفكر العربي للطبع والنشر : القاهرة، مصر. 1999. ص479

26)محمود عبد الفتاح عنان.-الثقافة في العصور القديمة.- دار الفكر:القاهرة،1996.

27)محمد عوض سيوني، فيصل ياسين الشاطئ.-طرق التربية البدنية والرياضية.-ط1، الجزائر-ص254

28)محسن محمد حمص.-المرشد في تدريس التربية البدنية والرياضية. منشأ المعارف :الإسكندرية ،1997.

29)مصطفى السايح، محمد حسين عبد المنعم.- الألعاب الصغيرة وتطبيقاتها.-ط1.- دار الوفاء: الإسكندرية، 2006. ص234

30)محمد احمد صوالحة.-علم نفس اللعب.-دار الميسر للنشر والتوزيع:عمان،2007.ص240

31)مصطفى رزيق.- خفايا المراهقة.- دار النهضة العربية:دمشق،1960.

32)محمد سليم.- منهجية البحث العلمي دليل طلاب العلوم الاجتماعية والإنسانية.- دار الغرب للنشر والتوزيع: وهران ،2004.ص289

33)محمود حسن.-الأسرة ومشكلاتها.-ط1. دار النهضة العربية:لبنان،1981.ص 494

34)محمد الحمصي.- فلسفة اللعب.- ط2.- مركز الكتاب للنشر:القاهرة،2005. ص367

35)ميخائيل إبراهيم اسعد.- مشكلات الطفولة والمراهقة.-ط2،منشورات دار الأفاق الجديدة:بيروت،1977. ص421

36)ماهر حسن محمود محمد.-منهاج التربية الوطنية المطور(المقترح) للمدارس الثانوية.-المكتبة المصرية للطبع والنشر:2005.

37)نجم الدين السهروي.- فلسفة اللعب.- مركز الكتاب للنشر:القاهرة،1977. ص376

38)كمال دسوقي.-علم النفس ودراسة التوافق.- دار النهضة العربية للطباعة والنشر:بيروت،1974.

39)وديع يسين التكريتي.- المرشد في الألعاب الصغيرة لكافة المراحل الدراسية.-ط1، دار الوفاء لطباعة والنشر: الإسكندرية،2012. ص511

40)يوسف ميخائيل اسعد.- رعاية المراهقين.-ط2.دار غريب للطباعة والنشر: القاهرة، 1999.

ج- رسائل الماجستير وأطروحات الدكتوراه:

41)علاق مناد، طهراوي حمزة.- الألعاب الشبه الرياضية وأهميتها في تطوير المهارات الحركية.-مذكرة لسانس: الجزائر- معهد التربية البدنية والرياضية ،سيدي عبد الله، 2009/2008

42)سمسوم علي- انعكاس ممارسة النشاط الرياضي التربوي على التوافق النفسي والاجتماعي لدى المراهقين في التعليم الثانوي.- أطروحة الدكتوراه، الجزائر، جامعة الجزائر3، معهد التربية البدنية والرياضية،2012-2013

43)سيد علي عبد الرحمان.-مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.- رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله، قسم النشاط البدني الرياضي التربوي، 2009/2008.

44)طاوس وازي.- التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته باتجاهات المراهق نحو الدراسة.-رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة الجزائر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونية.

45)مومن بكوش الجموعي.-القيم الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى الطالب الجامعي.- رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة بسكرة، قسم العلوم الاجتماعية،2012-2013.

د- الجرائد والقوانين والمراسيم:

1) وزارة التربية الوطنية.-**المناهج والوثائق المرافقة.**-السنة الثالثة من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي.- مطبعة الديوان الوطني للتعليم عن بعد: مارس2006.ص55

الملاحق

الملحق رقم (01):

مقياس الشخصية الموجه

للتلاميذ مع مفتاح تصحيحه

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
ⵅ•ⵙⴷ•ⵉⵅ •ⴽⵍⵉ ⵎⵓⵃⵏⴷ ⵓⵍⵃ•ⵣ - ⵅⵓⵀⵉⵔⵓⵜ -
Institut des Sciences et Techniques
des Activités Physiques et Sportives

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محند أولحاج
- البويرة -
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الموضوع:

في اطار التحضير لإنجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية والذي جاءت تحت عنون "أهمية الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" أتقدم إليكم أستاذنا الكريم بهذا النموذج من مقياس (اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية للدكتور عطية محمود هنا) لتحكيمه بما يتلاءم والبيئة التي سوف أطبقه عليها، وهذا من أجل التحقق من صحة الفرضيتين الأولى والثانية وهما كالاتي:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية؟
- ها توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين الممارسين والغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية؟

وفي انتظار ردكم الإيجابي تقبلوا منا طلبة الدراسة فائق التقدير والاحترام وشكرا.

الأستاذ المحكم:

الدكتور: .....

من إعداد:

- عوادي عمرو
- وقاص خالد
- راقب محمد أمين

أستاذ المقياس:

د.منصوري نبيل

السنة الجامعية 2016/2015

أبعاد الشخصية التي يقيسها الاختبار:

يتكون اختبار الشخصية لمرحلة الإعدادي والثانوي من مجموعة من العبارات والتي يجيب عليها بنعم أو لا، وقد صنفت لتشمل بعض العبارات الإيجابية والسلبية. وتنقسم إلى جانبين الأول يقيس التوافق الشخصي (النفسي) والأخر يقيس التوافق الاجتماعي، ويمثل مجموع الدرجات الكلي مقياسا عاما للتوافق.

ويعتمد مقياس الشخصية في قياس على **التوافق الشخصي (النفسي)** وهو عبارة عن مجموعة من العبارات الموزعة على الأبعاد الفرعية التالية:

أ- اعتماد المراهق على نفسه: وتشمل عبارات تقيس ميل التلميذ إلى القيام بما يراه من عمل دون أن يطلب منه القيام به، ودون الاستعانة بغيره، وكذلك مدى قدرته على توجيه سلوكه دون أن يخضع في ذلك لاحد غيره، وكذلك قدرته على تحمل المسؤولية بدرجة من الثبات الانفعالي.

ب- إحساس المراهق بقيمته: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بتقدير الأخرين له ومدى شعوره بأنهم يرون أنه قادر على النجاح، ومدى شعوره بأنه قادر على القيام بما يقوم به غيره من الناس، وبأنه محبوب وأنه مقبول من الأخرين.

ج- شعور المراهق بحريته: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بقدرته على توجيه سلوكه، ومدى شعوره بحريته في اتخاذ قرارته وخططه للمستقبل.

د- شعور المراهق بالانتماء: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بأنه يتمتع بحب والديه وأسرته، وبأنه مرغوب فيه من قبل زملائه وبأنهم يتمنون له الخير، ومثل هذا التلميذ له علاقة حسنة بمدرسيه ويفخر بمدرسته عادة.

هـ- تحرر المراهق من الميل إلى الانفراد: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بتحرره من الانطواء والانعزال وقدرته على استقبال النجاح الواقعي في الحياة.

و- خلو المراهق من الأمراض العصبية: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بالخلو من الأعراض والمظاهر التي تدل على الانحراف النفسي، كعدم القدرة على النوم بسبب الأحلام المزعجة أو الخوف، أو الشعور بالتعب، أو البكاء الكثير، وغير ذلك من الأعراض العصبية.

كما يعتمد في قياس **التوافق الاجتماعي** من خلال مجموعة من المفردات الموزعة على الأبعاد التالية:

أ- اعتراف المراهق بالمسؤولة الاجتماعية: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بادراك حقوق الأخرين وموقفه حيالهم، كذلك يدرك ضرورة إخضاع بعض رغباته لحاجات الجماعة، وبعبارة أخرى أنه يعرف ما هو صواب وما هو الخطأ من وجهة نظر الجماعة، كما أنه يتقبل أحكامها بالرضى.

ب- اكتساب المراهق المهارات الاجتماعية: وتشمل عبارات تقيس مدى قدرة التلميذ على إظهار مودته نحو الآخرين بسهولة، وقدرته على مساعدة الأخرين، ومدى نضج علاقاته الاجتماعية مع معارفه، ومع الغرباء، ومدى ميله للتعاون والمساعدة.

ج- تحرر المراهق من الميول المضاد للمجتمع: وتشمل عبارات تقيس مدى خلو التلميذ من الميول المضاد للمجتمع والآخرين، ويشمل ذلك التشاحن مع الآخرين، والعراك معهم، أو عصيان الأوامر أو تدمير ممتلكات الغير.

د- علاقات المراهق بأسرته: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور التلميذ بالتوافق مع أسرته، ومدى شعوره بحب واحترام أسرته له، ومدى شعوره بالأمن داخل أسرته، وهذه العلاقات لا تتنافى مع ما للوالدين من سلطة معتدلة على التلميذ وتوجيه سلوكه.

هـ- علاقات المراهق في المدرسة: وتشمل عبارات تقيس مدى توافق التلميذ مع المدرسة وأساتذته وزملائه، ومدى شعور الفرد بأهميته وقيمته في المدرسة التي ينتمي لها.

و- علاقات التلميذ بالبيئة المحلية: وتشمل عبارات تقيس مدى توافق التلميذ مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، ومدى شعوره بالسعادة عندما يكون مع جيرانه، ومدى تعاونه الإيجابي والتعاوني مع الآخرين، ومدى احترام للقواعد التي تحدد العلاقة بينه وكذلك يهتم بالوسط الذي يعيش فيه.

ويتم تقدير الدرجات الخام في المقياس من خلال الإجابة بـ (نعم) أو (لا)، حيث أن العبارات وزعت لتكون في اتجاهين (إيجابه وسلبية) وإعطاء الدرجة للإجابة يعتمد على اتجاه العبارة، حيث تعطى للإجابة (نعم) في العبارات الإيجابية الدرجة (1) في حين تحصل الإجابة (لا) على الدرجة (0) ويتم تقدير الدرجات للعبارات السلبية بعكس ذلك. ويحصل المفحوص على درجات فرعية في كل من التوافق النفسي، والتوافق الاجتماعي (العام).

مفتاح التصحيح التوافق النفسي

رقم السؤال	1أ	1ب	1ج	1د	1هـ	1و
01	نعم	نعم	نعم	لا	لا	لا
02	لا	لا	نعم	نعم	لا	لا
03	لا	نعم	نعم	نعم	لا	لا
04	لا	نعم	لا	نعم	لا	لا
05	نعم	نعم	نعم	نعم	لا	لا
06	لا	نعم	نعم	نعم	لا	لا
07	نعم	لا	نعم	نعم	لا	لا
08	لا	نعم	لا	لا	لا	لا
09	نعم	نعم	نعم	نعم	لا	لا
10	لا	نعم	لا	لا	لا	لا
11	لا	لا	نعم	نعم	لا	لا
12	لا	لا	لا	نعم	لا	لا
13	نعم	لا	نعم	نعم	لا	لا
14	لا	نعم	نعم	نعم	لا	لا
15	نعم	لا	لا	نعم	نعم	لا

مفتاح التصحيح التوافق الاجتماعي

رقم السؤال	2أ	2ب	2ج	2د	2هـ	2و
01	نعم	لا	لا	نعم	نعم	نعم
02	نعم	نعم	لا	نعم	نعم	نعم
03	لا	نعم	لا	لا	لا	لا
04	نعم	لا	لا	نعم	لا	نعم
05	نعم	نعم	لا	نعم	لا	نعم
06	نعم	لا	لا	لا	لا	نعم
07	نعم	نعم	لا	نعم	نعم	لا
08	نعم	نعم	لا	لا	لا	نعم
09	نعم	لا	لا	لا	نعم	لا
10	لا	لا	لا	لا	لا	نعم
11	نعم	لا	لا	نعم	لا	لا
12	نعم	نعم	لا	لا	نعم	نعم
13	لا	لا	لا	لا	نعم	لا
14	نعم	لا	لا	لا	لا	نعم
15	نعم	لا	لا	لا	لا	لا

اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية

د.عطية محمود هنا

الاسم واللقب:.....**تاريخ الميلاد:**.....

الثانوية:.....**الشعبة:**.....

الصف الدراسي:.....

تحية طيبة وبعد:....

تحتوي الأوراق التي بين يديك على مجموعة من الفقرات لاختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة والثانوية، المطلوب منك قراءة كل عبارة بدقة والإجابة عليها بوضع إشارة (x) على الإجابة التي تتوافق مع موقفك تماما.

لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة في هذه الاختبار، المطلوب منك أن تبين ما تراه وما تشعر به وما تفعله، أجب على جميع العبارات، ولا تترك سؤال دون إجابة حاول أن تفهم هذه العبارات جيدا أن تجيب عليها بكل صدق.

والدراسة التالية هي موجهة لغرض البحث العلمي وأن الإجابة ستكون موضع اهتمام الباحثين وتذكر أن دقتك في الإجابة وتعاونك مهمان لإنجاح هذه الدراسة.

والمثال التالي يوضح أسلوب الإجابة:

1- هل تحب الرياضات الجماعية؟	نعم	لا
2- هل ذهبت إلى المدرسة يوم السبت الماضي؟	نعم	لا
3- هل عندك دراجة؟	نعم	لا

تنبيه: هذا الجدول خاص بالباحث!...

	الجانب الأول: التوافق النفسي.						مجموع التوافق النفسي	الجانب الثاني: التوافق الاجتماعي.						مجموع التوافق الاجتماعي	مجموع التوافق النفسي والاجتماعي
	أ	ب	ج	د	هـ	و		أ	ب	ج	د	هـ	و		
الدرجة															
المقابل المعياري															

من إعداد:

- **عوادي عمرو**
- **وقاص خالد**
- **راقب محمد أمين**

الأستاذ المشرف:

د.منصوري نبيل

السنة الجامعية 2016/2015

الجانب الأول (أ)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل تستمر في العمل الذي تقوم به حتى ولو كنت متعبا ؟		
02	هل يصعب عليك أن تحتفظ بهدوئك عندما تصبح الأمور سيئة ؟		
03	هل تتضايق عندما يختلف معك الناس ؟		
04	هل تشعر بعدم الارتياح عندما تكون مع مجموعة لا تعرفها من الناس ؟		
05	هل يصعب عليك أن تعترف بالخطأ إذا وقعت فيه ؟		
06	هل تجد من الضروري أن يذكرك شخص آخر بعملك حتى تقوم به؟		
07	هل تفكر عادة في نوع العمل الذي تود أن تقوم به عندما تكبر ؟		
08	هل تشعر بالمضايقة عندما يهزأ منك زملائك في الفصل ؟		
09	هل يصعب عليك أن تقابل الناس أو تعرفهم بالآخرين ؟		
10	هل تشعر عادة بالحزن على نفسك حينما يصيبك ضرر ؟		
11	هل تعتقد أنه من الأسهل أن تقوم بما يخططه لك أصحابك من أن ترسم خططك بنفسك؟		
12	هل تعتقد أن معظم الناس يحاولون أن يسيطروا عليك؟		
13	هل يسهل عليك أن تتحدث إلى الناس ذوي المراكز العالية؟		
14	هل تخسر عادة في اللعب؟		
15	هل من عادتك أن تكمل ما تبدأ به من أعمال؟		

الجانب الأول (ب)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل تدعى عادة إلى الحفلات التي يحضرها من هم في مثل سنك؟		
02	هل تعتقد أن عددا كبيرا من الناس حقراء؟		
03	هل يعتقد معظم أصدقاؤك أنك شجاع قوي؟		
04	هل يطلب منك عادة أن تساعد في إعداد الحفلات؟		
05	هل يعتقد الناس أن لديك أفكار جيدة؟		
06	هل يهتم أصدقاؤك عادة بما تقوم به من أعمال؟		
07	هل تعتقد أن الناس يظلمونك عادة؟		
08	هل يعتقد زملاؤك في الفصل أنك زكي مثلهم؟		
09	هل يسر زملاؤك الآخرون أن تكون معهم؟		
10	هل تعتقد أنك محبوب مثل زملائك؟		
11	هل تعتقد أن من الصعب عليك أن تنجز ما تقوم به من عمل؟		
12	هل تشعر بأن الناس لا يعاملونك كما ينبغي؟		
13	هل تعتقد أن معظم الناس اللذين تعرفهم لا يحبونك؟		
14	هل تعتقد أن الناس يتوقعون أنك سوف تنجح في عملك حينما تكبر؟		
15	هل تعتقد أن الناس لا يعاملونك معاملة حسنة؟		

الجانب الأول (ج)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل يسمح لك بأن تبدي رأيك في معظم الأمور؟		
02	هل يسمح لك بأن تختار أصدقائك؟		
03	هل يسمح لك بأن تقوم بمعظم ما تريد القيام به؟		
04	هل تشعر بأنك تعاقب لسبب الأمور التافهة كثيرا؟		
05	هل تأخذ من المصروف ما يكفيك؟		
06	هل يسمح لك عادة أن تحضر الاجتماعات التي يحضرها من هم في سنك؟		
07	هل يسمح لك والدك بأن تساعدهما في اتخاذ القرارات؟		
08	هل يوجه إليك التوبيخ والسب في أمور ليست لها أهمية كبيرة؟		
09	هل يسمح لك بأن تذهب الى السينما والملاهي بالقدر الذي يسمح به زملاؤك؟		
10	هل تشعر بأن أصدقائك أكثر حرية منك في القيام بما يريدون؟		
11	هل تشعر بأن لديك وقت كاف للهو والمرح؟		
12	هل تشعر بأنه لا يسمح لك بحرية كافية؟		
13	هل يتركك والدك تتمشى مع أصدقائك؟		
14	هل يسمح لك باختيار ملابسك؟		
15	هل يقرر الآخرون ما ينبغي أن تفعله في معظم الأحيان؟		

الجانب الأول (د)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل تجد أن من الصعب عليك أن تتعرف على الطلبة الجدد؟		
02	هل تعتبر قويا وسليما مثل أصدقائك ؟		
03	هل تشعر بأنك محبوب من زملائك ؟		
04	هل يبدو أن معظم الناس يستمتعون بالتحدث معك؟		
05	هل تشعر بأنك مرتاح في المدرسة التي تذهب إليها؟		
06	هل لك عدد كافي من الأصدقاء؟		
07	هل يظن أصدقائك أن والدك شخص ناجح مثل أبائهم؟		
08	هل تشعر عادة بأن المدرسين يفضلون بأن لا تكون في الفصول التي يدرسونها؟		
09	هل تدعى عادة إلى الحفلات تقيمها المدرسة؟		
10	هل يصعب عليك أن تكون صداقات؟		
11	هل تشعر بأن زملائك في الفصل يسرهم أن تكون معهم؟		
12	هل يحبونك الآخرون كما يحبون أصدقائك؟		
13	هل يرغب أصدقائك في أن تكون معهم؟		
14	هل يهتم من في المدرسة بأفكارك عادة؟		
15	هل يبدو بأن زملائك يقضون في بيتهم وقت أطيب من الذي تقضيه أنت في بيتك؟		

الجانب الأول (هـ)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل لاحظت أن كثيرا من أعمال الناس وأحوالهم دنيئة؟		
02	هل يبدو لك أن معظم الناس يغشون عندما يستطيعون ذلك؟		
03	هل تعرف أشخاصاً لا يطاقون لدرجة أنك تكرههم؟		
04	هل تشعر أن معظم الناس يستطيعون أن يقوموا بأعمال على نحو أفضل مما تقوم به؟		
05	هل ترى أن كثي ا ر من الناس يهمهم أن يجرح شعورك؟		
06	هل تفضل أن تبقى بعيداً عن الحفلات والنواحي الاجتماعية؟		
07	هل تشعر بأن الأقوى منك يحاولون الإيقاع بك؟		
08	هل تجد لك مشكلات تثير قلقك أكثر مما لدى معظم زملائك؟		
09	هل تشعر دائماً بأنك وحيد حتى مع وجود الناس حولك؟		
10	هل لاحظت أن الناس يتصرفون بعدالة كما ينبغي؟		
11	هل تقلق كثيرا لأن لديك مشكلات كثير جداً؟		
12	هل يصعب عليك أن تتكلم مع أفراد من الجنس الآخر ؟		
13	هل تفكر كثيرا في أن الأصغر منك يتمتعون بوقت طيب اكثر منك؟		
14	هل تشعر بأنك كما لو كنت تريد أن تبكي بسبب الطريقة التي يعاملك بها الناس؟		
15	هل يحاول الكثير من الناس استغلالك؟		

الجانب الأول (و)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل تتكرر إصابتك بنوبات من العطس؟		
02	هل تتلعثم في الكلام أحيانا عندما تنفعل؟		
03	هل تنزعج كثيرا من الصداع؟		
04	هل تشعر كثيرا أنك غير جوعان حتى حين يحن موعد الطعام؟		
05	هل تشعر كثيرا أن من الصعب عليك أن تجلس ساكنا لا تتحرك؟		
06	هل توجعك عيناك كثيرا ؟		
07	هل تجد في كثير من الأحيان أن من الضروري أن تطلب من الأخرين أن يعيدوا ما سبق أن قالوه؟		
08	هل تنسى كثيرا ما تقرأه؟		
09	هل تتضايق أحيانا لحدوث تقلصات في عضلاتك (الشد عضلي)؟		
10	هل تجد أن الكثير من الناس لا يتكلمون بوضوح كافي بحيث تسمعهم جيداً؟		
11	هل تضايقك الإصابة بالزكام كثيرا؟		
12	هل تعتبر معظم الناس غير مستقرين؟		
13	هل تجد من الصعب عليك أن تنام؟		
14	هل تشعر بالتعب في بعض الأحيان؟		
15	هل تضايقك كثيرا الأحلام المزعجة أو الكابوس؟		

الجانب الثاني (أ)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل من الصواب أن يتجنب الإنسان العمل الذي عليه عمله؟		
02	هل من الضروري دائما أن تحافظ على وعودك ومواعيدك؟		
03	هل من الضروري أن تكون رحيما نحو من لا تحبهم؟		
04	هل من الصواب أن تسخر ممن لديهم أراء غريبة؟		
05	هل من الضروري أن يكون الإنسان مجامل للسخفاء؟		
06	هل من حق الطالب أن يحتفظ بالأشياء التي يجدها؟		
07	هل من حق الناس أن يطلبوا من الآخرين أن لا يتدخلوا في شؤونهم؟		
08	هل ينبغي دائما على الإنسان أن يشكر الآخرين على المجاملات البسيطة حتى ولو لم تفد أحدا؟		
09	هل من الصواب أن تسرق الأشياء التي أنت في حاجة ماسة إليها إذا لم يكن لديك نقود؟		
10	هل ينبغي أن يعاملك أصحابك معاملة منهم أقل منك؟		
11	هل يصح أن تضحك من الذين في مأزق إذا كان منظرهم باعثا للضحك؟		
12	هل من المهم أن يتودد الطلاب لجميع الطلبة الجدد؟		
13	هل من الصواب أن يضحك الإنسان على الآخرين إذا كانت اعتقاداتهم سخيفة؟		
14	إذا عرفت أنك لن تضبط وأنت تغش فهل تفعل ذلك؟		
15	هل من الصواب أن ثور إلى رفض والدك أن يسمع لك بالذهاب إلى السنما أو إلى حفلة من الحفلات؟		

الجانب الثاني (ب)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	عندما يضايقك الناس هل تتكلم في نفسك عادة؟		
02	هل من السهل عليك أن تتذكر أسماء من تقابلهم؟		
03	هل تجد أن معظم الناس يتكلمون كثيرا لدرجة أنك تضطر إلى مقاطعتهم حتى تقول ما تريده؟		
04	هل تفضل أن تقيم حفلات في منزلك؟		
05	هل تستمع عادة بالحديث مع من تقابلهم لأول مرة؟		
06	هل تجد عادة أن الإحسان جزاء الإحسان؟		
07	هل تجد من السهل عليك أن تحيي حفلة بدأت تصبح مملة؟		
08	هل يمكنك أن تخفف مضايقتك إذا هزمت في لعبة من الألعاب دون أن يشعر الناس بذلك؟		
09	هل تعرف الناس ببعضهم البعض عادة؟		
10	هل تجد من الصعب أن تساعد في إعداد الحفلات وغيرها من الاجتماعات؟		
11	هل تجد من السهل أن تكون صداقات جديدة؟		
12	هل ترغب عادة في أن تشترك في بعض المباريات في المناسبات الاجتماعية ولو لم تكن قد اشتركت في مثل هذه المباريات من قبل؟		
13	هل من الصعب عليك أن توجه عبا ا رت مهذبة إلى من يحسن التصرف؟		
14	هل تجد من السهل أن تساعد زملائك في الفصل حتى يستمتعوا بالحفلات التي يحضرونها؟		
15	هل تبدأ بالحديث عادة إلى الزملاء الجدد عندما تقابلهم؟		

الجانب الثاني (ج)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل تضطر إلى أن تكون عنيفا مع بعض الناس لكي يعاملونك معاملة عادية؟		
02	هل تشعر بأنك تكون أحسن حالا إذا استطعت أن تعامل الظالمين بما يستحقون؟		
03	هل تحتاج أحيانا لأن تظهر غضبك لكي تحصل على حقوقك؟		
04	هل يضطرك زملائك في الفصل إلى المضاربة دفاعا عما تملك؟		
05	هل وجدت أن الكذب من أسهل الطرق التي يلجأ إليها الناس للتخلص من مشكلاتهم؟		
06	هل تجد في كثير من الأحيان أنك مضطر إلى المضاربة مع الآخرين دفاعا عن حقوقك؟		
07	هل يحاول زملائك في الفصل لومك بسبب المشاحنات التي يبدونها عادة؟		
08	هل كثير ما تجد أن عليك أن تثور لكي تحصل على حقك؟		
09	هل يعاملك من في المدرسة بطريقة سيئة جدا لدرجة أنك تشعر برغبة في أن تكسر بعض الأشياء؟		
10	هل تجد أن بعض الناس من الظلم لدرجة أن من الصواب أن تكون وقحا معهم؟		
11	هل تضطر كثير إلى دفع الأطفال الأصغر منك بعيدا عن طريقك لكي تتخلص منهم؟		
12	هل يعاملك بعض الناس بوقاحة لدرجة أنك تشتمهم؟		
13	هل ترى أن من الصواب أن الإنسان ظالما مع الظالمين؟		
14	هل تعصي مدرسك ووالدك إذا كانوا غير عادلين معك؟		
15	هل من الصواب أن الأشياء التي منعها عنك الآخرون دون حق؟		

الجانب الثاني (د)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل تشعر بأن والديك عادلان عندما يجب ا رنك على القيام بعمل من الأعمال؟		
02	هل تقضي وقتا طيبا مع أسرتك في المنزل عادة؟		
03	هل لديك أسباب قوية تدعوك إلى أن تحب أحد الوالدين أكثر من الآخر؟		
04	هل يرى والدك أنك ستكون ناجحا في حياتك؟		
05	هل يعتقد والدك أنك متعاون في المنزل؟		
06	هل يشعر والدك أن أفعالك كلها خطأ؟		
07	هل تتفق مع والدك في الأشياء التي تحبها؟		
08	هل كثيرا ما يبدأ أفراد أسرتك في المشاحنة معك؟		
09	هل تفضل أن تحتفظ بأصدقائك بعيدا عن منزلك لأنه غبر لائق؟		
10	هل تتهم عادة بأنك لست لطيفا مع والديك كما ينبغي؟		
11	هل تكون مرحا بعض الشيء عندما تكون في منزلك؟		
12	هل تجد أن من الصعب عليك أن تتسبب في سرور والديك؟		
13	هل تشعر عادة كما لو كنت تفضل أن تعيش بعيدا عن أسرتك؟		
14	هل تشعر عادة أن أحدا من أسرتك لا يهتم بك؟		
15	هل يميل أهلك إلى الشجار بدرجة كبيرة جدا؟		

الجانب الثاني (هـ)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل تشعر أن مدرسيك يفهمونك؟		
02	هل تحب أن تمارس النشاط المدرسي مع زملائك؟		
03	هل تشعر أن بعض المواد الدراسية صعبة لدرجة أنها تعرضك لخطر الرسوب؟		
04	هل فكرت كثيرا في أن بعض المدرسين يهتمون اهتماما ضئيلا بطلابهم؟		
05	هل يرى بعض زملائك أنك لا تلعب لعبا عادلا كما يفعلون هم؟		
06	هل ترى أن بعض المدرسين من الدقة بحث يجعلون الدراسة عملا شاقا أكثر مما ينبغي؟		
07	هل تستمتع بالحديث مع زملائك في المدرسة؟		
08	هل فكرت كثيرا في أن بعض المدرسين غير عاديين؟		
09	هل طلب منك أن تشترك في المباريات المدرسية بالقدر الواجب؟		
10	هل تكون اسعد في المدرسة إذا كا المدرسون أكثر عطفاً؟		
11	هل تقضي وقتا أطيب إذا كنت مع زملائك؟		
12	هل يحب زملاؤك في الفصل الطريقة التي تتعامل بها؟		
13	هل تعتقد أن المدرسون يريدون من الطلبة أن يستمتعوا بما بينهم من صداقات؟		
14	هل تجد من الضروري أن تبتعد عن زملائك بسبب الطريقة التي يعاملونك بها؟		
15	هل تفضل أن تغيب عن المدرسة إن استطعت؟		

الجانب الثاني (و)

التسلسل	العبارة	نعم	لا
01	هل تزور أصدقائك من هم في سنك من الجيران في منزلهم؟		
02	هل من عادتك أن تتحدث مع من هم في سنك من جيرانك؟		
03	هل يخالف معظم جيرانك ممن هم في سنك ما يرفضه القانون؟		
04	هل تلعب مع أصدقائك من الجيران ؟		
05	هل يعيش بالقرب من منزلكم شباب يتصرفون بأخلاق طيبة؟		
06	هل معظم جيرانك من النوع المحبوب؟		
07	هل يوجد من جيرانك من تحاول أن تتجنبهم؟		
08	هل تذهب أحيانا لزيارة جيرانك ؟		
09	هل يوجد من بين جيرانك من تجد أن من الصعب عليك أن تحبهم؟		
10	هل تقضي وقتا طيبا مع جيرانك ؟		
11	هل يوجد عدد اً من الجيران الذين لا تهتم بزيارتهم؟		
12	هل من الضروري أن تكون لطيفا مع جيرانك مهما اختلفوا عنك؟		
13	هل يوجد من جيرانك من يسببون لك المضايقة لدرجة أنك تحب أن تسيء إليهم؟		
14	هل تحب معظم من في سنك من الجيران ؟		
15	هل تشعر أن الحي الذي تعيش فيه لا يعجبك؟		

الملحق رقم (02):

استمارة الاستبيان الموجه للأساتذة

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
ⵅ•ⵙⴷ•ⵉⵅ •ⴽⵍⵉ ⵎⵓⵃⵏⴷ ⵓⵍⵃ•ⵣ - ⵅⵓⵀⵉⵔⵓⵜ -
Institut des Sciences et Techniques
des Activités Physiques et Sportives

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محند أولحاج
- البويرة -
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الموضوع:

في اطار التحضير لإنجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية والذي جاءت تحت عنون "أهمية الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" أتقدم إليكم أستاذنا الكريم بهذه الاستمارة استبيان لتحكيمه بما يتلاءم والبيئة التي سوف أطبقه عليها، وهذا من أجل التحقق من صحة الفرضية الثالثة وهي كالاتي:

- هل للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

وفي انتظار ردكم الإيجابي تقبلوا منا طلبة الدراسة فائق التقدير والاحترام وشكرا.

الأستاذ المحكم:

الدكتور: .....

من إعداد:

- عوادي عمرو
- وقاص خالد
- راقب محمد أمين

أستاذ المقياس:

د.منصوري نبيل

السنة الجامعية 2016/2015

جَامِعَةْ أَكْلِي مُحَنْدْ أَوْلحَاجْ بِالبُوَيْرَةْ

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الموضوع: استمارة استبيان موجهة إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

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

تخصص: نشاط بدني رياضي تربوي

تحت عنوان:

أهمية الألعاب الشبة رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

-دراسة ميدانية على بعض ثانويات ولاية البويرة-

يسرنا أساتذتنا الكرام أن نتقدم إليكم بهذه الاستمارة راجين منكم أن تشاركوننا في إكمال هذه الدراسة من خلال إعطاء أجوبتكم الشخصية على ما تحتويه الاستمارة.

ونحيطكم علما أن هذه الاستمارة ستبقى في سرية تامة، ولن تستغل إلا لغرض البحث العلمي وليس لغرض أخر، لهذا نرجو منكم الإجابة عن الأسئلة بكل موضوعية من أجل التوصل إلى نتائج تفيد دراستنا، في الأخير تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

من إعداد الطلبة:

- **عوادي عمرو.**
- **وقاص خالد.**
- **راقب محمد أمين.**

الأستاذ المشرف:

د: منصوري نبيل.

السنة الجامعية:2016/2015

معلومات خاصة بالأساتذة:

1- الجنس:

- ذكر ☐

- أنثى ☐

2- الشهادة المتحصل عليها:

- ليسانس ☐

- ماستر ☐

- شهادة أخرى أذكرها:.....

3- سنوات الخبرة: .....

4- المؤسسة: .....

ملاحظة: توضع علامة (x) على الإجابة المختارة.

أسئلة الاستبيان

السؤال الأول: هل تستعمل الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم ☐ لا ☐

السؤال الثاني: كيف ترى حصة التربية البدنية والرياضية دون الألعاب الشبه الرياضية؟

مملة ☐ عادية ☐ نشطة ☐ أخرى ☐

السؤال الثالث: أي الوسيلتين أفضل في تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية؟

الألعاب الشبه الرياضية ☐ التمارين الرياضية ☐

لماذا:.....
.....

السؤال الرابع: هل الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟

نعم ☐ لا ☐

السؤال الخامس: هل تلاحظ ارتياح نفسي للتلاميذ عند ممارسة الألعاب الشبه الرياضية؟

نعم ☐ لا ☐

السؤال السادس: كيف تؤثر الألعاب الشبه الرياضية على سلوك التلاميذ عند ممارستها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

إيجابا ☐ سلبا ☐

كيف ذلك: .....
.....

السؤال السابع: ماهي درجة إقبال التلاميذ على ممارسة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

كبيرة ☐ نسبية ☐ ضعيفة ☐

لماذا حسب رأيك: .....
.....

السؤال الثامن: هل الألعاب الشبه الرياضية تجعل التلميذ مدرك لدوره داخل جماعة اللعب؟

نعم ☐ لا ☐

السؤال التاسع: هل تساعد الألعاب الشبه الرياضية في اندماج التلميذ المنطوي داخل مجموعة اللعب؟

نعم ☐ لا ☐

السؤال العاشر: كيف تكون الحالة النفسية والاجتماعية لدى التلاميذ عند ممارسة الألعاب الشبه الرياضية ؟

جيدة ☐ عادية ☐ سيئة ☐

السؤال الحادي عشر: هل الألعاب المبرمجة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تنمي الجانب الاجتماعي للتلاميذ ؟

نعم ☐ لا ☐

الملحق رقم (03):

جدول يمثل قائمة الأساتذة المحكمين لكل من مقياس الشخصية واستمارة الاستبيان

جدول يمثل قائمة المحكمين وملاحظاتهم حول مقياس التوافق النفسي الاجتماعي

اسم ولقب المحكم	الدرجة العلمية	الإمضاء	التاريخ	الملاحظة
راهي عز الدين	محاضر ب		2016/03/08	مقبول على العموم
خبري جمال	محاضر			مقبول على العموم.
لوناس عبد الله	استاذ محاضر		2016/03/08	قابل للتطبيق.

من إعداد:

- عوادي عمرو.
- وقاص خالد.
- راقب محمد أمين.

الأستاذ المشرف:

د.منصوري نبيل.

السنة الجامعية: 2015-2016

جدول يمثل قائمة المحكمين وملاحظاتهم حول استمارة الاستبيان

اسم ولقب المحكم	الدرجة العلمية	الإمضاء	التاريخ	الملاحظة
راي عزالدين	محاضر ب		2016/03/08	إجراء بعض التعديلات
خيري جمال	محاضر			مقبول على العموم.
لوسان عبد الله	استاذ محاضر		2016/03/08	قابل للتطبيق مع إجراء بعض التعديلات

من إعداد:

- عوادي عمرو.
- وقاص خالد.
- راقب محمد أمين.

الأستاذ المشرف:

د.منصوري نبيل.

السنة الجامعية: 2015-2016

الملحق رقم (04):

عدد الثانويات المنتمية لمديرية التربية لولاية البويرة وكذا عدد أساتذة مادة التربية البدنية والرياضية

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	البويرة	36	27	18	2
1	العقيد عبد الرحمان ميرة	5	5	3	
2	حمزة بن حسن العلوي	5	3	3	
3	هواري بومدين	4	4	2	
4	كريم بلقاسم	5	2	2	1
5	محمد الصديق بن يحى	7	5	3	1
6	محمد بوشراعين	3	1	2	
7	أحمد قادري	3	3	1	
8	العقيد اعمر أوعمران المدعو بوراس	4	4	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	أيت لعزيز	3	2	2	0
1	زايدي محمد أيت لعزيز	3	2	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	الأخضرية	19	18	10	0
1	العقيد سي الحواس	6	5	3	
2	بعزيز محمد	4	4	2	
3	الرائد محمد فلاح الأخضرية	4	4	3	
4	الرائد سي لخضر	5	5	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	بودربالة	6	6	2	0
1	زيدان المخفي	6	6	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	قرومة	4	4	2	0
1	رمضاني محمد	4	4	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	الحيزر	4	4	3	1
1	أمزيـــل أمحمـــد	4	4	3	1

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	تاغزوت	4	4	2	0
1	ثانوية المجاهد منقلاتي علي	4	4	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	مشد الله	12	10	7	1
1	ناصر الدين المشدالي - أمشدالة	5	5	3	
2	عبد الحميد ابن باديس	4	4	2	
3	طراش احسن	1		1	
4	حسيني لحلو	2	1	1	1

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	الصهاريج	3	3	2	0
1	بلقاسمي علي صحاريج	3	3	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	الدشمية	3	2	2	0
1	دحماني جلول	3	2	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	المعمورة	2	0	1	0
1	مصطفى بن بو العيد - المعمورة -	2		1	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	ديرة	4	1	2	0
1	ديرة	4	1	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	عين بسام	17	15	10	0
1	محمد المقراني	6	6	3	
2	الشهيد طالب ساعد	5	3	3	
3	بربار عبد الله	6	6	4	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	عين الحجر	4	4	2	0
1	حملاوي شارف قاسم	4	4	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

		علوم الطبيعة	التربية البدنية

	أهل القصر	3	1	2	0
1	محمد بوضياف أهل القصر	3	1	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ا

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	أولاد راشد	2	0	1	0
1	مشان رابح	2		1	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ا

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	الاسنام	4	3	2	0
1	سليماني سليمان الأسنام	4	3	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ا

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	الهاشمية	6	6	3	0
1	لوني مسعود-الهاشمية-	6	6	3	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ا

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	وادي البردي	2	2	1	0
1	بالو محمد سرير	2	2	1	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ا

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســـاء	المجموع	نســـاء
	برج أوخريص	4	2	2	0
1	بداوي محمد	4	2	2	

رقم	الثانويـــة	والحياة		والرياضيه	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	القادرية	11	11	6	0
1	مقدم محفوظ القديمة	6	6	3	
2	مسيل محمد	5	5	3	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	أعمر	4	3	3	0
1	عليوات مسعود عمـــر	4	3	3	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	جباحية	4	4	2	1
1	ناصر باي سليمان	4	4	2	1

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	بشلول	5	5	3	0
1	خالص سليمان	5	5	3	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	العجيبة	2	0	1	0
1	خدوسي محمد امزيان	2		1	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	الشرفاء	6	6	3	0
1	عليان حميمي الشرفة	6	6	3	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	أغبالو	3	2	2	0
1	سليمان عميرات أغبالو	3	2	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	حنيف	2	2	1	0
1	عينوش حجيلة	2	2	1	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	تاوريرت	3	2	2	0
1	آث منصـور	3	2	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	سور الغزلان	20	17	12	0
1	الامام الغزالي	7	6	4	
2	امحمد يزيد	5	4	3	
3	سعد دحلب	5	4	3	
4	شيبان عبد الرحمان	3	3	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	مسدور	3	2	2	0
1	مسلم محمد	3	2	2	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	تاقديت	3	2	1	0
1	الشهيد قرين احمد	3	2	1	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	بئر غبالو	4	2	3	0
1	طيبي قاسم	4	2	3	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	الروراوة	2	2	1	0
1	المجاهد رابحي محمد	2	2	1	

توزيع مجموع المناصب المالية للأساتذة حسب الجنس ومواد التدريس - ال

رقم	الثانويـــة	علوم الطبيعة والحياة		التربية البدنية والرياضية	
		المجموع	نســاء	المجموع	نســاء
	سوق الخميس	4	2	2	0
1	سريج الربيع	4	2	2	

الملحق رقم (05):

قائمة المؤسسات التربوية المندرجة في عينة الدراسة

قائمة المؤسسات التربوية المندرجة في عينة الدراسة

الرقم	اسم الثانوية	ختم وإمضاء
01	العقيد عبد الرحمان ميرة بالبويرة	
02	محمد بوشرعين بالبويرة	ثانوية الشهيد بوشراعين محمد البويرة (0)
03	زايدي محمد بايت لعزيز	رابح بوعقلة المدير
04	الإمام الغزالي بسور الغزلان	ع . عروس
05	سعد دحلب بسور الغزلان	ع. العربي شريف
06	بعزيز محمد بالاخضرية	بن لعمودي عبد الحميد
07	سليماني سليمان بالاسنام	بوتغماس ع. الحفيظ
08	محمد المقراني بعين بسام	

قائمة المؤسسات التربوية المدرجة في عينة الدراسة

09	بربار عبد الله بعين بسام	
10	حملاوي شارف قاسم بعين الحجر	
11	عليوات مسعود اعمر ببلدية عمر	
12	ناصر باي سليمان بالجباحية	
13	أمزيل احمد	

الملحق رقم (06):

الوثائق المساعدة في عملية الدراسة الميدانية

الجمهورية الجزائرية 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 Ulḥag - Tubirett -
Institut des Sciences et Techniques
des Activités Physiques et Sportives

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محند أولحاج
- البويرة -
معهد علوم وتقنيات النشاطات الرياضية والبدنية

الرقم: 002/م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة): مدير التربية لولاية البويرة

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): عواد عبد عمر
- رقم التسجيل: K12T003
- تاريخ ومكان الميلاد: 23/02/1993 بالبويرة

للقيام بدراسة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2015/ 2016. الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم
رئيس قسم النشاط البدني الرياضي التربوي
أ. علوان رفيق

Sit web www.univ-bouira.dz Tél 026 93 61 51 Fax 026 93 09 24 email info@univ-bouira.dz

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية البويرة
مصلحة التكوين والتفتيش
مكتب التكوين
الرقم: 167/م ت ت/م ت /16

مدير التربية
إلى
السيد/ مدير جامعة البويرة
معهد علوم و تقنيات النشاط الرياضية و البدنية

الموضوع: ف/ي رخصة إجراء إستبيان .
المرجع: مراسلتكم رقم: 03 الصادرة في:2016 .

ردا على مراسلتكم المذكورة في المرجع أعلاه يشرفني أن أعلمكم بموافقتي على طلبكم المتضمن منح رخصة الدخول إلى المؤسسات التربوية للإجراء إستبيان علمي في الثانويات تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي والمتعلق بالطالب:عوادي عمرو.

* نسخة لمديري الثانويات.

البويرة في : 2016/02/16

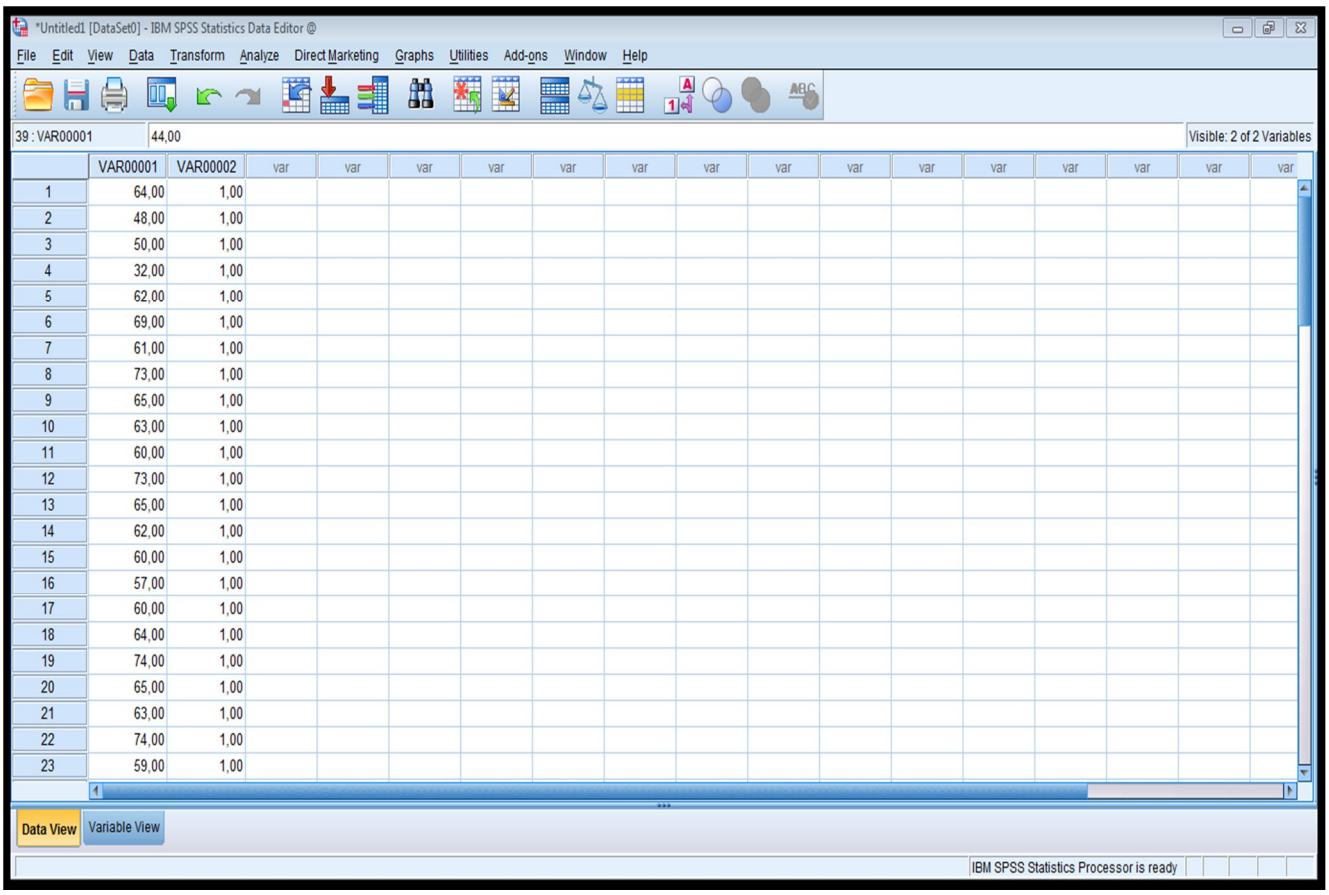
مدير التربية
الأمين العام
رشيد بن مسعود

وزارة التربية الوطنية
مديرية التربية لولاية البويرة
07

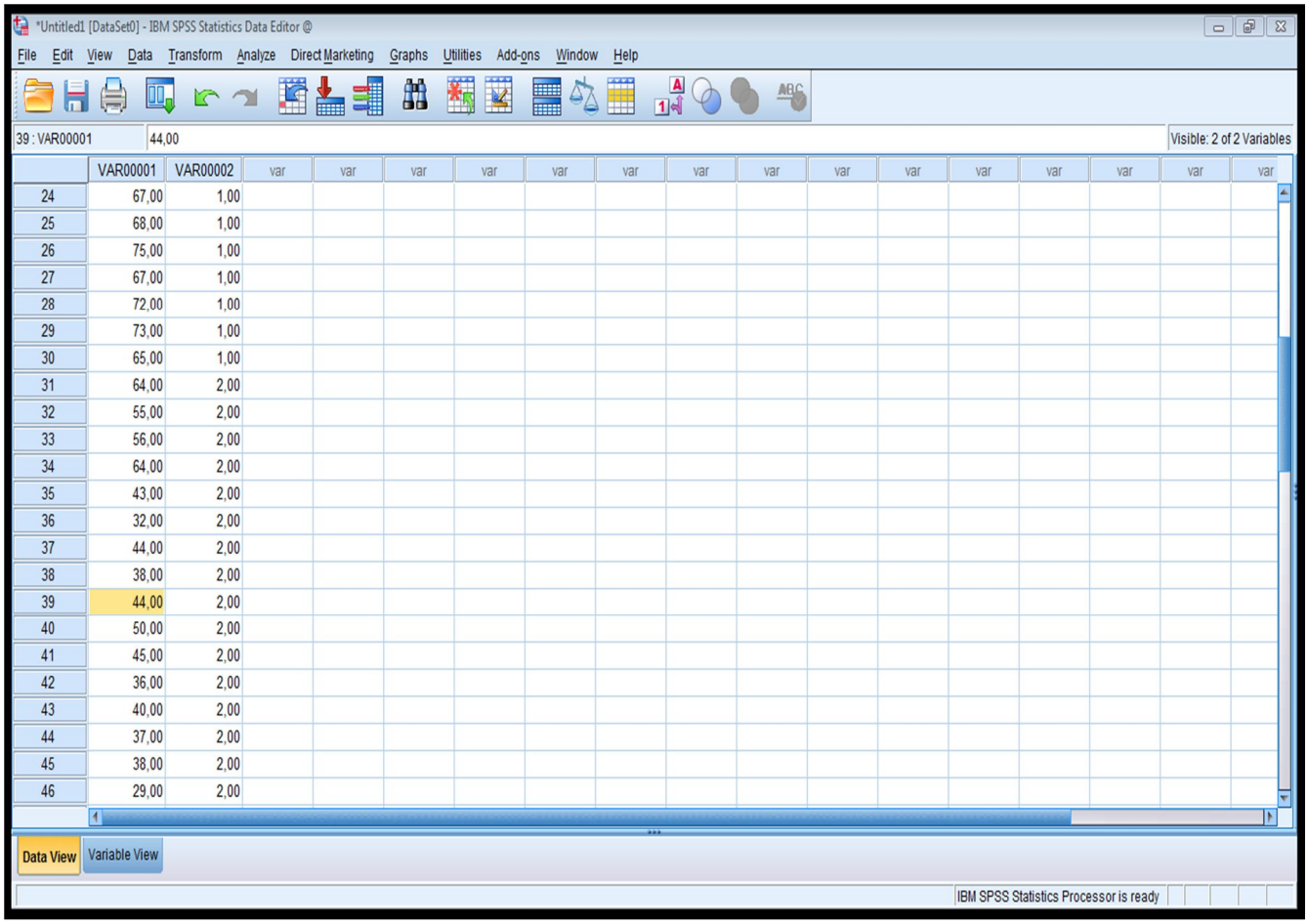
الملحق رقم (07):

الحساب الإحصائي

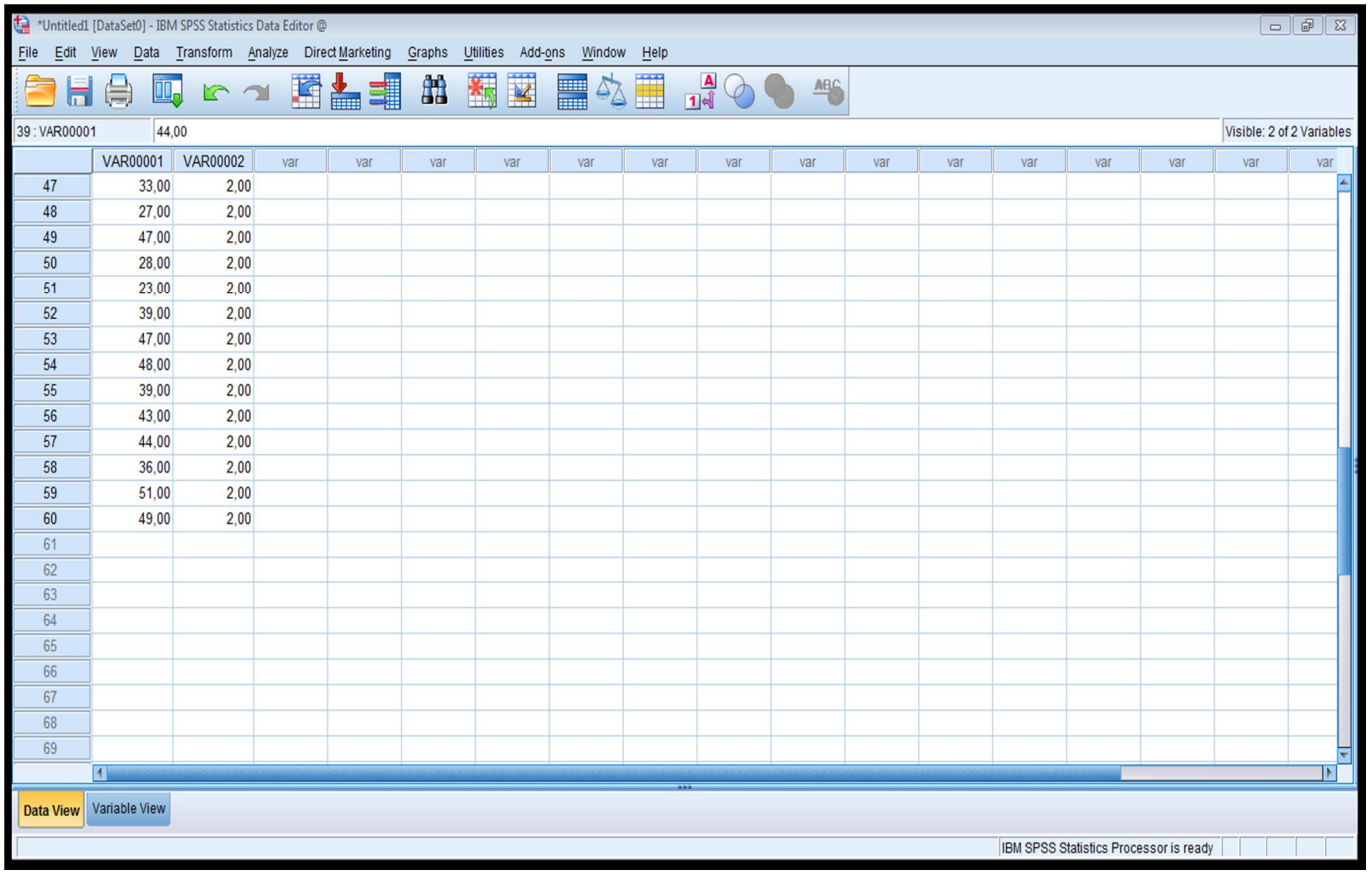
للتوافق النفسي



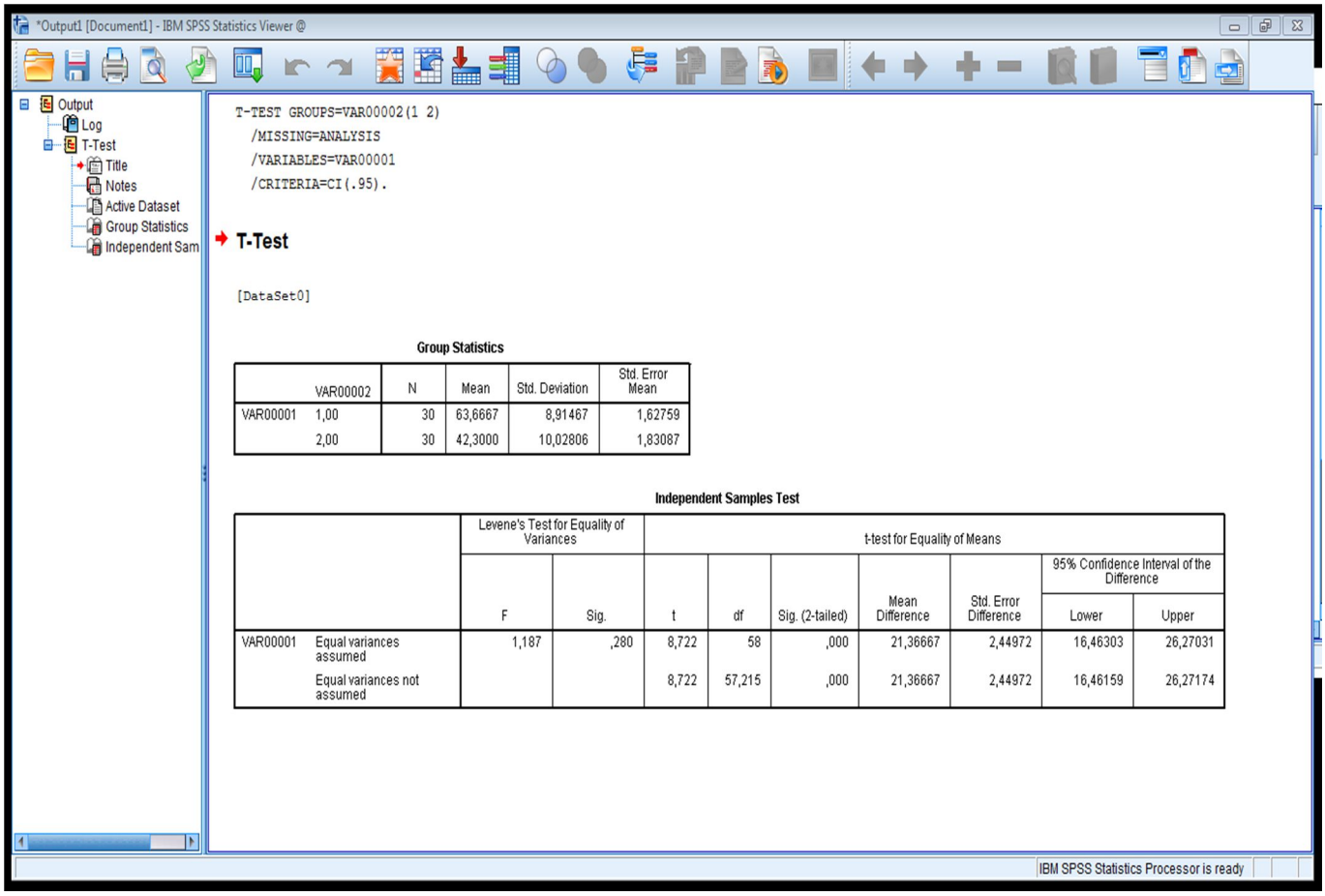
	VAR00001	VAR00002
1	64,00	1,00
2	48,00	1,00
3	50,00	1,00
4	32,00	1,00
5	62,00	1,00
6	69,00	1,00
7	61,00	1,00
8	73,00	1,00
9	65,00	1,00
10	63,00	1,00
11	60,00	1,00
12	73,00	1,00
13	65,00	1,00
14	62,00	1,00
15	60,00	1,00
16	57,00	1,00
17	60,00	1,00
18	64,00	1,00
19	74,00	1,00
20	65,00	1,00
21	63,00	1,00
22	74,00	1,00
23	59,00	1,00



	VAR00001	VAR00002
24	67,00	1,00
25	68,00	1,00
26	75,00	1,00
27	67,00	1,00
28	72,00	1,00
29	73,00	1,00
30	65,00	1,00
31	64,00	2,00
32	55,00	2,00
33	56,00	2,00
34	64,00	2,00
35	43,00	2,00
36	32,00	2,00
37	44,00	2,00
38	38,00	2,00
39	44,00	2,00
40	50,00	2,00
41	45,00	2,00
42	36,00	2,00
43	40,00	2,00
44	37,00	2,00
45	38,00	2,00
46	29,00	2,00



	VAR00001	VAR00002
47	33,00	2,00
48	27,00	2,00
49	47,00	2,00
50	28,00	2,00
51	23,00	2,00
52	39,00	2,00
53	47,00	2,00
54	48,00	2,00
55	39,00	2,00
56	43,00	2,00
57	44,00	2,00
58	36,00	2,00
59	51,00	2,00
60	49,00	2,00



Group Statistics

	VAR00002	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
VAR00001	1,00	30	63,6667	8,91467	1,62759
	2,00	30	42,3000	10,02806	1,83087

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
VAR00001	Equal variances assumed	1,187	,280	8,722	58	,000	21,36667	2,44972	16,46303	26,27031
	Equal variances not assumed			8,722	57,215	,000	21,36667	2,44972	16,46159	26,27174

الملحق رقم (08):

الحساب الإحصائي

للتوافق الاجتماعي

*Untitled1 [DataSet0] - IBM SPSS Statistics Data Editor @

File Edit View Data Transform Analyze Direct Marketing Graphs Utilities Add-ons Window Help

45 : VAR00001 30,00

Visible: 2 of 2 Variables

	VAR00001	VAR00002	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var
1	43,00	3,00															
2	53,00	3,00															
3	49,00	3,00															
4	36,00	3,00															
5	49,00	3,00															
6	58,00	3,00															
7	56,00	3,00															
8	46,00	3,00															
9	55,00	3,00															
10	59,00	3,00															
11	62,00	3,00															
12	68,00	3,00															
13	66,00	3,00															
14	67,00	3,00															
15	57,00	3,00															
16	65,00	3,00															
17	58,00	3,00															
18	74,00	3,00															
19	66,00	3,00															
20	77,00	3,00															
21	72,00	3,00															
22	64,00	3,00															
23	72,00	3,00															

Data View Variable View

IBM SPSS Statistics Processor is ready

*Untitled1 [DataSet0] - IBM SPSS Statistics Data Editor @

File Edit View Data Transform Analyze Direct Marketing Graphs Utilities Add-ons Window Help

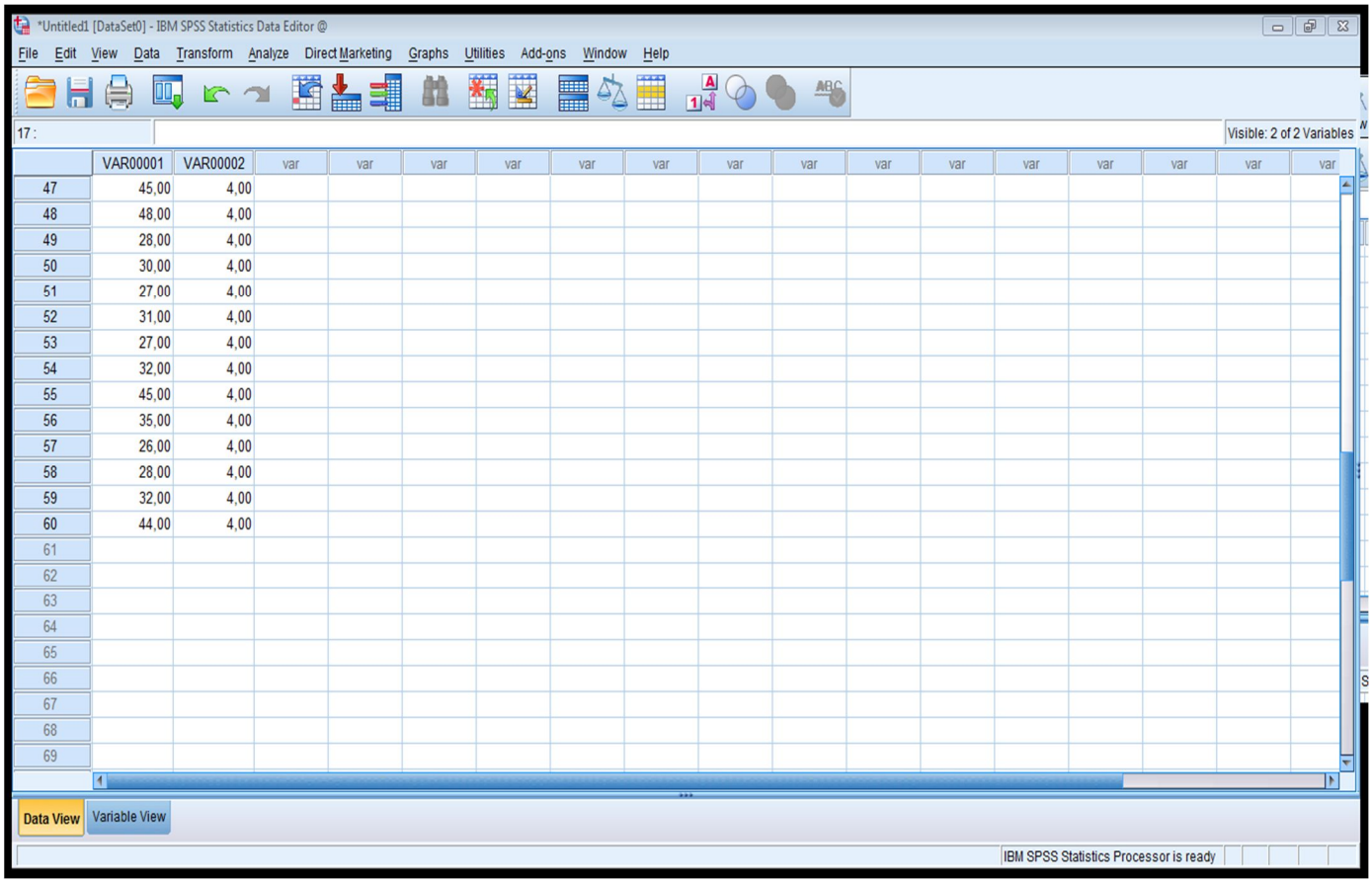
17 :

Visible: 2 of 2 Variables

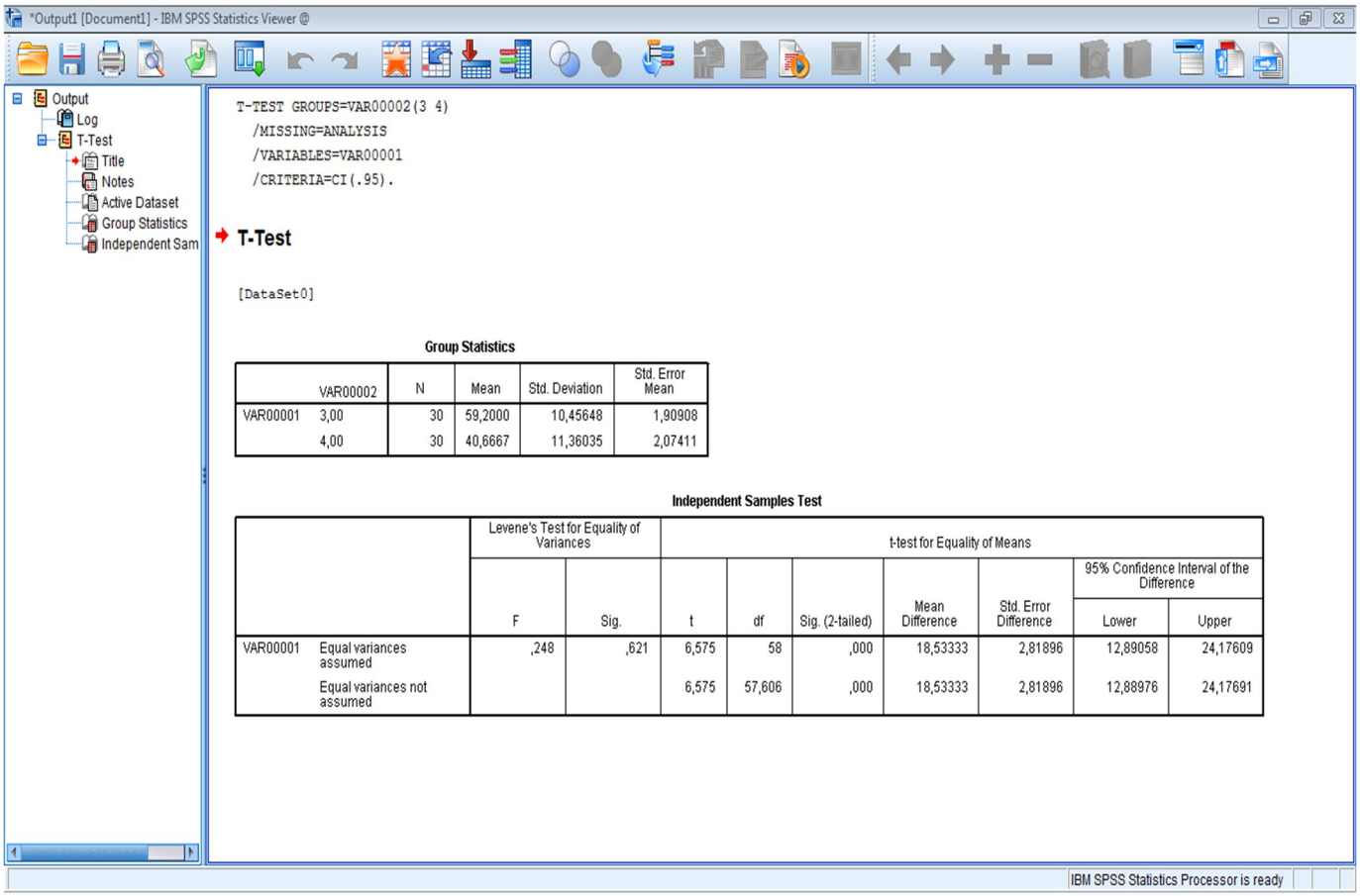
	VAR00001	VAR00002	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var	var
24	71,00	3,00															
25	74,00	3,00															
26	57,00	3,00															
27	47,00	3,00															
28	51,00	3,00															
29	58,00	3,00															
30	46,00	3,00															
31	58,00	4,00															
32	65,00	4,00															
33	43,00	4,00															
34	58,00	4,00															
35	48,00	4,00															
36	37,00	4,00															
37	38,00	4,00															
38	47,00	4,00															
39	54,00	4,00															
40	66,00	4,00															
41	43,00	4,00															
42	44,00	4,00															
43	42,00	4,00															
44	35,00	4,00															
45	30,00	4,00															
46	34,00	4,00															

Data View Variable View

IBM SPSS Statistics Processor is ready



	VAR00001	VAR00002
47	45,00	4,00
48	48,00	4,00
49	28,00	4,00
50	30,00	4,00
51	27,00	4,00
52	31,00	4,00
53	27,00	4,00
54	32,00	4,00
55	45,00	4,00
56	35,00	4,00
57	26,00	4,00
58	28,00	4,00
59	32,00	4,00
60	44,00	4,00




```
T-TEST GROUPS=VAR00002(3 4)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=VAR00001
  /CRITERIA=CI(.95).
```

T-Test

[DataSet0]

Group Statistics

	VAR00002	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
VAR00001	3,00	30	59,2000	10,45648	1,90908
	4,00	30	40,6667	11,36035	2,07411

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
VAR00001	Equal variances assumed	,248	,621	6,575	58	,000	18,53333	2,81896	12,89058	24,17609
	Equal variances not assumed			6,575	57,606	,000	18,53333	2,81896	12,88976	24,17691

Dans le cadre de l'obtention du diplôme de licence à la filière de sciences et techniques des activités physiques et sportives, vient cette recherche sur le titre : **l'importance des jeux pré sportifs pendant la séance d'éducation physique et sportive à l'accomplissement de l'adaptation psychique et sociale aux élèves du cycle secondaire**, -étude de terrain sur les lycées de la willaya de bouira-

Réalisé par :

- Aouadi amar.
- Ouakas khaled.
- Ragueb Mohamed amin.

l'encadreur ;

Docteur ; mansouri nabil

Pour chaque recherche scientifique il est apparent d'avoir l'idée qui pousserait le chercheur à l'étudier et qui transforme le sujet d'étude. Et pour notre étude qu'on a commencé au mois de novembre par la partie théorique qui contient trois chapitres qui sont comme suit le premier chapitre les jeux pré sportifs pendant la séance de l'éducation physique et sportive, le deuxième chapitre : l'adaptation psychique et sociale et dernier chapitre : l'adolescence au cycle secondaire , en succession pour la partie pratique qui contient aussi deux chapitres qui sont comme suit : le quatrième chapitre : la méthode de la recherche , et le cinquième chapitre l'exposition des résultats obtenus et le traitement statistique et la déduction .

On a voulu par cette étude de montrer les jeux pré sportifs qui joue un rôle important à l'augmentation du niveau d'adaptation psychique et sociale aux élèves du cycle secondaire d'un coté, et d'un autre coté pour permettre aux enseignants de les utiliser à la séance d'éducation physique et sportive comme un outil pédagogique et ça pour réussir leurs séances, notre recherche a pour but de connaitre combien les jeux pré sportifs aide l'élève du cycle secondaire à dégager les pressions psychologique qui viennent de certaine situation de sa vie quotidienne. Et aussi pour favoriser le fusionnement au groupe d'ami.

Cette recherche a essayé de tester les hypothèses suivantes :

- il existe des différences à signification statistique au niveau d'adaptation psychique entre les pratiquants des jeux pré sportif et ceux qui ne les pratiquaient pas .
- il existe des différences à signification statistique au niveau d'adaptation sociale entre les pratiquants des jeux pré sportif et ceux qui ne les pratiquaient pas .
- les jeux pré sportifs pendant la séance d'éducation physique et sportive a un grand rôle à l'adaptation psychique et sociale aux élèves du cycle secondaire.

Elle était étude en terrain comme étant :

- **L'échantillon :** La première échantillon de cette étude a renfermé (35) enseignants de l'éducation physique et sportive qu'on a pris par la méthode aléatoire (au hasard) simple de déférents lycées de la willaya de bouira qui sont distribué aux (12) lycées parmi (54) lycées , et la deuxième c'était (30) élèves pratiquant les jeux pré sportifs du cycle secondaire avec le même nombre d'élève qui ne les pratiquaient pas .
- **La méthode suivie :** dans cette recherche on s'est basé sur la méthode descriptive qui étudie les phénomènes psychologiques et sociaux et aussi elle adapte à la problématique posée à notre étude

résumé de la recherche

- **Les outils utilisés :** on a utilisé deux outils des outils de sommation de renseignement qui sont à la fois un questionnaire orienté aux enseignants de l'éducation physique et sportive pour vérifier la troisième hypothèse, et ainsi le teste de la personnalité orienté aux élèves de cycle secondaire pour vérifier la première et la deuxième hypothèses .
- **Les résultats de la recherche :** les résultats ont dégagé ce qui suit :
- Les jeux pré sportifs est un outil adéquat pour développer le niveau d'adaptation psychique et social aux élèves.
- Les jeux pré sportifs affecte positivement sur le comportement des élèves quand ils les pratiquaient.
- Le degré de prospérité des élèves à la pratique les jeux pré sportifs est très élevé.
- Les jeux pré sportif aident l'enseignant de l'éducation physique et sportif à résoudre beaucoup de problèmes concernant au manque des équipements sportifs.
- Ils aident les élèves introvertis à se fusionner au groupe de jeu.
- **Les propositions suggérées :**
- Il est dû d'encourager les enseignantes à utiliser les jeux pré sportif pendant la séance de l'éducation physique et sportive.
- La nécessité d'adapter les jeux pré sportif aux caractéristiques et aux capacités des élèves.
- Il est nécessaire de prendre en conscience l'importance des jeux à la vie de l'adolescent et qu'il aide la construction de sa personnalité.
- Il nécessaire d'appliquer les jeux pré sportifs d'une manière scientifique et éducative et loin de l'anarchie à l'organisation au travail.
- Exploiter les jeux pré sportifs à la construction des unité d'apprentissage à la séance de l'éducation physique et sportive et travailler à inventer d'autres jeu qui conviennent aux activités pratiquées.
- **Les mots clés :** les jeux pré sportifs, l'adaptation psychique et sociale

résumé de la recherche