



المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية
والرياضية

تخصص : نشاط بدني رياضي مدرسي

تحت عنوان:

إستخدام الألعاب شبه الرياضية لتنمية التوافق
الاجتماعي ضمن حصة التربية البدنية والرياضية لدى
تلاميذ المرحلة الثانوية

دراسة تجريبية أجريت على بعض تلاميذ ثانوية سعد دحلب العيون -
ولاية تيسمسيلت-

اشراف الأستاذ :

د/ قرقور محمد

اعداد الطلبة:

❖ سعداوي محمد

❖ تقابجي رابح

السنة الجامعية: 2018-2019



المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية
والرياضية

تخصص : نشاط بدني رياضي مدرسي

تحت عنوان :

إستخدام الألعاب شبه الرياضية لتنمية التوافق
الاجتماعي ضمن حصة التربية البدنية والرياضية لدى
تلاميذ المرحلة الثانوية

دراسة تجريبية أجريت على بعض تلاميذ ثانوية سعد دحلب بالعيون
- ولاية تيسمسيلت -

إشراف الأستاذ :

د/ قرقور محمد

اعداد الطلبة:

❖ سعداوي محمد

❖ تقابجي رابح

السنة الجامعية: 2018-2019

التمكّن من روث التفه

نحمد الله الذي أنار لنا السبيل في انجاز هذا البحث المتواضع ونشكره بكرة وأصيلا لنعمه علينا من عقل وصحة الجسد ونستهل تشكراتنا بهذين البيتين من الشعر:

العلم مغرس كل فخر فافتخر
واحذر ان يفوتك ذلك المغرس
فلعل يوما ان حضرت بمجلس
كنت الرئيس وفخر ذلك المجلس

الامام الشافعي

نتقدم بالشكر والاحترام الى الاستاد المشرف: قرقور محمد الذي قدم لنا يد المساعدة ووجهنا بنصائحه القيمة لإنجاز هذا العمل
والى جميع دكاترة وأساتذة وعمال معهد التربية البدنية والرياضة والى كل من ساهم من قريب أو بعيد في مساعدتنا في انجاز هذا العمل

والله ولي التوفيق

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم :

"قل اعملوا فيسرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون"

الهي لا يطيب الليل الا بشكرك ، ولا يطيب النهار الا بطاعتك ، ولا تطيب اللحظات الا بدذكرك ، ولا تطيب الاخرة الا بعفوك ولا تطيب الجنة الا برؤيتك ، الى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة ونصح الأمة الى نبي الرحمة ونور العالمين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم

اهدي هذا العمل المتواضع الى امي التي زودتني بالحنان والمحبة الى ابي الذي لم يبخل عليا يوما بشي الى توأم الروح وسندي في هذه الدنيا زوجتي الغالية وثمارها اولادي الاعزاء والى اهلها جميعا دون استثناء واطمئن بالذكر ربعة ونجية ومراد والى اخوتي وجميع ابنائهم والى كل الاصدقاء دون استثناء

الطالب :سعداوي محمد

إهداء

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة : اقتراح برنامج تعليمي مدمج بالألعاب شبه الرياضية لتنمية التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة

العمرية (17-18)

هدف الدراسة : يكمن هدف بحثنا هذا في إبراز الأهمية الذي تلعبه الألعاب شبه الرياضية في تنمية التوافق الاجتماعي .

مشكلة الدراسة : هل للبرنامج التعليمي المقترح دور في رفع مستوى التوافق الاجتماعي ؟

فرضيات الدراسة :

✓ لا توجد فروق في درجة التوافق الاجتماعي بين عينتي البحث؟

✓ توجد فروق في درجة التوافق للقياس القبلي و البعدي للعينة التجريبية؟

✓ توجد فروق في درجة التوافق للقياس البعدي للعينة الضابطة؟

✓ توجد فروق في درجة التوافق بين عينتي البحث لصالح العينة التجريبية للقياس البعدي؟

إجراءات الدراسة الميدانية :

العينة : وتم اختيار العينة بشكل عشوائي وتمثلت في 100 تلميذ.

المجال الزمني والمكاني : أجريت الدراسة الميدانية في ثانوية "سعد دحلب" بالعيون " لولاية تيسمسيلت" وذلك في الفترة

الممتدة: بداية جانفي 2019 الى غاية نهاية شهر ماي 2019

المنهج : اعتمدنا على المنهج التجريبي وذلك لملائمة طبيعة البحث المراد عمله أو القيام به .

النتائج المتوصل إليها : أثبتت الدراسة أن للألعاب شبه الرياضية دور في تنمية التوافق الاجتماعي وذلك من خلال ظهور

العامل التحفيزي نحو التعلم ، وكذلك ظهور روح الجماعة والتحلي بالروح الرياضية واحترام القانون والغير ، وظهور

الاندماج الاجتماعي وشعور بالثقة النفس والتحكم في الانفعالات وضبطها ، وللوصول إلى هذه النتيجة فمن الضروري

معرفة مدى أهمية الألعاب شبه الرياضية في تنمية روح المسؤولية والتعاون وهذا ما يثبت صحة الفرضيات .

Study Summary:

Study Summary:

Title of study: Proposal of an integrated educational program in semi-sports for the development of social harmony among students of the age group (17-18)

Objective of the study: The objective of this study is to highlight the importance of semi-sports games in the development of social harmony.

Study problem: Does the proposed educational program have a role in raising the level of social consensus?

Study Hypotheses:

- There are no differences in the degree of social compatibility between the two research types?
- There are differences in the degree of compatibility of the pre-and post-measurement of the experimental sample?
- There are differences in the degree of compatibility of the remote measurement of the control sample?
- There are differences in the degree of compatibility between the two research samples in favor of the experimental sample of the post-measurement?

Field study procedures: Sample: The sample was randomly selected and represented 100 students.

Temporal and spatial field: The field study was conducted at the secondary school of Saad Dahlab in El-Ayoun for the state of Taysmelt in the period from the beginning of January 2019 until the end of May 2019

Approach: We relied on the experimental approach to suit the nature of the research to be done or done.

Results: The study proved that semi-sports play a role in the development of social harmony through the emergence of the catalyst for learning, as well as the emergence of the spirit of the group and the spirit of sport and respect for law and others, and the emergence of social integration and a sense of self-confidence and control and control emotions, and to reach this result It is necessary to know the importance of semi-sports in developing the spirit of responsibility and cooperation, which proves the validity of the hypotheses.

قائمة المحتويات

إهداء

الشكر

محتويات البحث

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

مقدمة.....أ- ب- ج

.....**الفصل التمهيدي**.....

051-مشكلة البحث.....

062-الفرضيات.....

073-أهداف البحث.....

084-أهمية البحث.....

085-أسباب اختيار الموضوع.....

096-تحديد المفاهيم والمصطلحات.....

107-الدراسات السابقة و المشابهة.....

198-التعليق على الدراسات.....

.....**الباب الأول: الدراسة النظرية للبحث**.....

الفصل الأول: الألعاب شبه الرياضية

20**تمهيد**.....

271- الألعاب الشبه رياضية.....
282- خصائص الألعاب شبه الرياضية.....
293- أغراض الألعاب الشبه رياضية.....
291-3- التشويق.....
292-3- المرح والبهجة.....
293-3- اللياقة الحركية.....
294-3- التفاعل الاجتماعي.....
295-3- التدرج التعليمي.....
296-3- التكيف مع التسهيلات المتاحة.....
294- أهداف الألعاب الشبه الرياضية.....
291-4- المرحلة التحضيرية.....
302-4- المرحلة الرئيسية.....
303-4- المرحلة النهائية.....
305- تصنيف الألعاب شبه الرياضية.....
301-5- ألعاب جد نشطة.....
312-5- ألعاب نشطة.....
313-5- ألعاب ذات شدة ضعيفة.....
314-5- ألعاب ترويحوية تثقيفية.....
316- تقسيم الالعاب شبه الرياضية.....
327- مبادئ استخدام الألعاب الشبه الرياضية.....

32 8- أهميتها التربوية.....

33 9- ملاحظات خاصة بالألعاب شبه الرياضية.....

34 خلاصة.....

..... الفصل الثاني التوافق الاجتماعي.....

35 تمهيد.....

36 1-تعريف التوافق الاجتماعي.....

37 2- أهمية التوافق الاجتماعي.....

38 3- شروط التوافق الاجتماعي.....

39 4-1 خصائص التوافق الاجتماعي.....

40 5- نظريات التوافق.....

40 5-1- النظرية البيولوجية الطبية.....

40 5-2- النظرية النفسية.....

40 5-2-1- نظرية التحليل النفسي.....

41 5-3- النظرية الاجتماعية.....

41 خلاصة.....

..... الفصل الثالث :خصائص المرحلة العمرية(17-18).....

42 تمهيد.....

43 1- مرحلة المراهقة.....

43 1-1- مفهوم المراهقة.....

44 2- أنواع المراهقة و أشكالها.....

44 1-2-المراهقة التكيفية
44 2-2-المراهقة المنحرفة
44 3-2-المراهقة الانسحابية
44 4-2-المراهقة العدوانية المتمردة
44 5-2-المراهقة الجانحة
46 4- تحديد المرحلة المتوسطة (17-18) سنة
46 5- الممارسة الرياضية و علاقتها بالمرحلة السنية (18-17)
46 1-5- دوافع مباشرة
47 2-5- دوافع غير مباشرة
47 6- خصائص النمو في مرحلة المراهقة
47 1-6- النمو الجسمي
47 2-6- النمو النفسي
48 1-2-6- الحاجة إلى المكانة
48 2-2-6- الحاجة إلى الاستقلال
48 3-2-6- الحاجة إلى الانتماء
48 3-6- النمو العقلي
49 4-6- النمو الانفعالي
49 5-6- النمو الحركي
50 6-6- النمو الاجتماعي
50 7- مشاكل المراهقة
50 1-7- مشاكل النمو

50 7-2- مشاكل النفسية
51 7-3- مشاكل انفعالية
51 7-4- مشاكل اجتماعية
51 7-4-1- الأسرة
52 7-4-2- المدرسة
52 7-4-3- المجتمع
52 7-5- مشاكل جنسية
53 7-6- مشاكل صحية
58 8- أهمية الرياضة للمراهقين
59 الخلاصة

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

الفصل الأول: منهج البحث وإجراءاته الميدانية

64 تمهيد
65 1- منهج البحث
65 2- الدراسة الاستطلاعية
66 3- مجتمع وعينة البحث
67 4- عينة الدراسة
68 5- مجال البحث
68 5-1- المجال المكاني

682-5- المجال البشري
683-5- المجال الزمني
686- ضبط متغيرات البحث
681-6- المتغير المستقل
692-6- المتغير التابع
697- الأدوات والتقنيات المستخدمة في البحث
708- كيفية تطبيق وتصحيح أداة البحث
701-8- تحديد الخط السيكولوجي للمقياس المطبق
702-8- التصحيح
719- خطوات اعداد وبناء البحث
7210- كيفية تطبيق أدوات البحث
7211- الاسس العلمية للمقياس
721-11- الصدق
722-11- الثبات
743-11- الموضوعية
7512- الوسائل الاحصائية
751-12- المتوسط الحسابي
752-12- الانحراف المعياري
753-12- معامل الارتباط بيرسون

764-12-الصدق الذاتي
761-4-12-معامل الصدق الذاتي
765-12-اختبار Tستيودنت
78خلاصة

الفصل الثاني: عرض تحليل ومناقشه النتائج

79تمهيد
801-عرض نتائج الفرضية الأولى
811-2-التعليق على الجدول
812-عرض نتائج الفرضية الثانية
832-2-التعلق على الجدول
833-عرض نتائج الفرضية الثالثة
843-1-التعليق على الجدول
844-عرض نتائج الفرضية الرابعة
854-1-التعليق على الجدول
855-مناقشة فرضيات البحث
855-1-مناقشة الفرضية الأولى
865-2-مناقشة الفرضية الثانية
885-3-مناقشة الفرضية الثالثة
895-4-مناقشة الفرضية الرابعة

916-الاستنتاج العام

937-الخاتمة

948-الاقتراحات والتوصيات

المصادر و المراجع

الملاحق

ملخص البحث

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
66	عينة البحث	01
73	حساب معامل الثبات	02
73	صدق الاختيارات	03
80	مقارنة نتائج العينة الضابطة و العينة التجريبية	04
82	نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية	05
83	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة.	06
84	مقارنة نتائج الاختبار لعينتي البحث للقياس البعدي	07

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
81	المقارنة بين نتائج العينة الضابطة و العينة التجريبية	01
82	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية	02
83	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة	03
85	مقارنة الفرق بين العينة الضابطة والتجريبية للقياس البعدي	04

الباب الأول = الجانب النظري

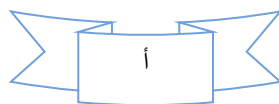


يمر الإنسان أثناء نموه بعدة مراحل متسلسلة الواحدة منها تكمل الأخرى، ويقطع خلالها أشواطاً من التقدم والرقى في ميادين مختلفة من الحياة، ومن أبرز العوامل في إحراز الارتقاء الحضاري نظراً لما تحققه من سواء نفسي واجتماعي و عاطفي للفرد في إطار علاقته بذاته وبالجمتمع ، وموضوع تنمية الجانب الاجتماعي الذي كان محور العديد من الدراسات التي اهتمت بالبحث والتحليل نظراً لما تحققه من تطور وارتقاء على الصعيدين النفسي والاجتماعي ،في جوهر نتاج عمليات مستمرة من التوافق والاستعدادات الفطرية للفرد، وعناصر التنشئة الاجتماعية خلال مراحل النمو المتعاقبة.

وتعد التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة لكونها تعتني وتراعي الجسم وصحته، وتهدف إلى إعداد المواطن الصالح جسمياً، عقلياً، وخلقياً، وقادر على الإنتاج والقيام بواجباته نحو مجتمعه ووطنه كما أن هناك مفهوم آخر للتربية البدنية والرياضية" هي مجموعة الأنشطة والمهارات والفنون التي يتضمنها البرنامج بمختلف مراحل التعليم، تهدف إلى إكساب التلميذ مهارات وأدوات تساعد على عملية التعليم، وترمي التربية البدنية إلى العناية بالكفاية البدنية أي صحة الجسم ونشاطه، رشاقته وقوته، كما تم بنمو الجسم وقيام أجهزته بوظائفها".(سميرة أحمد السيد ، 2004 ، ص 37).

فالتربية البدنية الرياضية هي نظام مستحدث يستغل وينظم الغريزة الفطرية للعب وذلك من خلال أهداف تربوية اجتماعية كانت بدنية أو سلوكية، كما تعتبر منظومة التربية البدنية الرياضية محور بالغ الأهمية من العملية التربوية، فمفهومها يشمل الهدف التربوي ثم الهدف التعليمي.

ولذلك نجد أن لها مكانه خاصة في المنظومة التربوية الشاملة، حيث أن السلطات الوطنية وبكل أجهزتها المختلفة ساهمت في توطيد أركان هذه المادة حيث تم تعميم التربية البدنية والرياضية داخل المدارس وتدعيم الأنشطة الرياضية في الثانويات والجمعيات وتكوين إطارات وتكييف اختصاصاتهم مع طبيعة ومتطلبات كل نوع من الرياضة.



ومن أهم العلوم المتطورة اليوم نجد التربية التي تم بتكوين فرد صالح يخدم نفسه ومجتمعه ،فالتربية في المجال الرياضي تعنتي بشخصية الفرد وهذا بتنمية جميع جوانبه النفسية، الاجتماعية الروحية والبدنية، لذا يظهر جليا الدور الهام الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في هذا السياق وذلك بتعليم وتزويد الطفل أو المراهق بمختلف المهارات والخبرات الحركية المرافقة ببذل جهد بدني وعقلي منظم، ضمن نشاط يتماشى واحتياجات التلميذ المراهق خلال مراحل نموه المتميزة بميوله الشديد نحو اللعب(خضاري عياش ، ميساوي سليمان ، 2001، ص 11) .

وتمثل الألعاب حاجة هامة لصحة الفرد من كل جوانبها وخصوصا الجانب الاجتماعي لتحقيق التوافق بأبعاده المختلفة لدى هذه الفئة، بالنظر إلى المتعة التي تجلبها للمراهق من خلال الفرص التي تتيحها له لإشباع مختلف الرغبات والحاجات التي يتطلبها النمو في هذه المرحلة بصفة مقبولة اجتماعيا كالحاجة إلى الانتماء، الحاجة إلى الاستقلال، الحاجة إلى إثبات النفس.

و لتحقيق حاجة التلميذ المراهق تم إدماج الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية من جهة، ومن جهة أخرى تنمية الجانب النفسي الاجتماعي العاطفي ، لذا أردت أن تكون دراستي تتمحور حول مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التوافق الاجتماعي في مرحلة التعليم الثانوي في ثانوية سعد دحلب-بلدية العيون- ولاية تيسمسيلت .

ولتحقيق الغرض من هذه الدراسة، اعتمدنا في بحثنا على بايين الباب الأول خصصناه للجانب النظري و الباب الثاني خصصناه للجانب التطبيقي.

الفصل التمهيدي: خصصه الباحثان للتعريف بالدراسة من حيث الإشكالية وصياغة الفرضيات وأهداف البحث، أهمية البحث أسباب اختيار الموضوع و التعريف بمصطلحات البحث و تحليل و مناقشة الدراسات السابقة و المشابهة.

الباب الأول: يخص الجانب النظري و الذي ضم ثلاثة فصول حيث جاءت على النحو التالي:



الفصل الأول: تطرقنا فيه للألعاب الشبه الرياضية.

الفصل الثاني: وقد خصصناه للتوافق الاجتماعي.

الفصل الثالث: وقد خصصناه لخصائص المرحلة العمرية من 17-18 سنة.

الباب الثاني: يخص الجانب التطبيقي و الذي ضم فصلين حيث جاءت على النحو التالي:

الفصل الأول: تناول المنهج المتبع في البحث و الإجراءات الميدانية.

الفصل الثاني: يتم فيه عرض و تحليل و مناقشة و تفسير نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات و الإطار

النظري العام .

وفي الأخير انصب الاهتمام على تقديم أهم و أبرز الاستنتاجات ثم خلاصة عامة حول النتائج

المتحصل عليها من خلال الجانبين النظري و التطبيقي بالإضافة إلى التوصيات و الاقتراحات ثم قائمة

المصادر والمراجع.

الجانب النظري



1- الإشكالية :

شهد مجتمعنا العربي المعاصر تغييرات اجتماعية واسعة النطاق من حيث عمقها و اتجاهاتها و نتائجها ، وليس هناك شك أن أكثر ما عني به المنشغلون هي المسائل الاجتماعية و كيف نستطيع أن نخضع هذه التغييرات لتوجيه يسهم في تحقيق مزيد من التقدم و الإنماء و إشباع حاجات الجماهير العربية في هذا المجتمع (محمد علي ، 1985، ص5).

هذه التغييرات السريعة أحدثت تغييرات في مختلف جوانب حياة الفرد حيث شملت مجال الأسرة و العمل و الحياة الاجتماعية و المجال التربوي و الدراسي و أدت إلى حدوث تغيير في أساليب حياة الأفراد إذ تغيرت العلاقات الاجتماعية بين الأفراد و كذا الفرد و أسرته و انعكست على قيمهم و سلوكياتهم و نمط تفكيرهم ، و باعتبار علم التربية البدنية و الرياضية من العلوم التطبيقية التي تعتمد على العلم و مستحدثاته و الذي يهدف إلى إمداد المدرس بالمعلومات و المعارف و التطبيقات التي تساعده على تحقيق أفضل النتائج مع تلاميذه من خلال استخدامه لأفضل الطرق و الأساليب و الوسائل المتاحة بشكل علمي و يكون للأستاذ الدور الكبير في تنشيط الحصص و ذلك باستعمال ما يعرف بـ " الألعاب الشبه الرياضية " التي تكتسب أهمية كبيرة في التعليم إذ نجدها تزيد من دافعية و تنمية الإنجاز في الميدان التطبيقي و التي تعتبر كوسيلة أو كمجموعة من الحركات و الفعاليات المرحية و الترفيهية، و لهذه الأخيرة مجالات مختلفة مساعدة للأستاذ و المنتلمذ فهي من جهة تساعد التلميذ على التعلم حسب قدراته، و من جهة أخرى فهي تساعد الأستاذ على تنفيذ الحصص التدريبية بطريقة فعالة و ممتعة في نفس الوقت بغرض تحقيق و تنمية الأهداف المرجوة من خلال الحصص التعليمية ، و من بين هذه المجالات التي يمكن للأستاذ تحقيقها عند ممارسة الألعاب الشبه الرياضية (المجال الحسي الحركي _ المجال المعرفي _ المجال الاجتماعي) ، و قد انصب اهتمامنا بالمجال الاجتماعي تغاضيا عن المجالات الأخرى لأنه يتعلق بالحالة الاجتماعية التي تساهم في تنشئة اللاعب اجتماعيا،



فالتلميذ يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين وتوجيه الكبار وإشرافهم لاكتساب معايير السلوك ويعد من أهم المجالات لأن الموضوع يتعلق بالمرحلة العمرية لمرحلة الثانوي (17-18 سنة) فهي فترة من مرحلة المراهقة التي تعتبر فترة تؤثر بشدة تؤدي إلى ظهور أزمة نفسية تسودها المعانات والصراع والإحباط والقلق، ونظرا لأهمية هذه الأخيرة في الحصة التدريبية فقد نطرح التساؤل العام التالي:

- هل استخدام الألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

❖ التساؤلات الجزئية:

➤ هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة التوافق الاجتماعي بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في الاختبار القبلي ؟

➤ هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة التوافق للقياس القبلي والبعدي للعينة التجريبية؟

➤ هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة التوافق للقياس البعدي للعينة الضابطة؟

➤ هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة التوافق بين عينتي البحث لصالح العينة التجريبية

للقياس البعدي؟

2- الفرضيات:

انطلاقا من جوهر الموضوع وإيماننا بمدى أهمية الألعاب الصغيرة في الحصة التعليمية وتمت صياغة

الفرضيات على النحو التالي :

2-1- الفرضية العامة :

✓ للألعاب الصغرى دور في تنمية التوافق الاجتماعي ؟



الفرضيات الجزئية:

✓ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة التوافق الاجتماعي بين عينتي البحث في الاختبار

القبلي؟

✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة التوافق للقياس القبلي و البعدي للعينة التجريبية؟

✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة التوافق للقياس البعدي للعينة الضابطة؟

✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة التوافق بين عينتي البحث لصالح العينة التجريبية للقياس

البعدي؟

3- أهداف البحث :

✓ معرفة إن كان هناك دور للألعاب شبه الرياضية في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ الطور

الثانوي بولاية تيسمسيلت .

✓ إبراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.

✓ إبراز وظيفة الألعاب الصغيرة لدى المراهق (17-18 سنة) و أهميتها في تنمية الجانب

الاجتماعي.

✓ معرفة الألعاب الصغيرة في تنشيط الحصة التعليمية أي زيادة من دافعية اللاعبين ومحاولة جعلها

مدخل الحصة.

✓ معرفة أهمية الألعاب الصغيرة على تغطية النقص الكبير للوسائل والإمكانيات كما يكون هدفنا

العام من هذه الدراسة هو النهوض بالنشاطات الصغيرة وما يمكن أن تلعبه من دور الكبير خلال

الحصص التعليمية.

✓ إبراز أهمية الألعاب الصغيرة في تنمية روح التعاون داخل المجموعة.



✓ معرفة أهمية الذي تلعبه الألعاب الصغيرة في تنمية المسؤولية لدى اللاعبين .

4- أهمية البحث:

ان موضوع البحث يحمل في اعماقه الكثير من الدلائل والمؤشرات التي تبرز لأهمية وتسليط الضوء على واقع ممارسة التربية البدنية والرياضة داخل المنظومة التربوية وفي المدارس على وجه الخصوص . وعلى هذا الاساس فانه من الضروري البحث عن أنجع الوسائل والطرق التي تسمح بتحقيق أهداف البرنامج التربوي لهذه المادة الاساسية في الوسط المدرسي ،لما تحويه من عدد كبير من الممارسين باعتباره جيل المستقبل .

وان أهمية هذا الموضوع دفعنا نحو اختياره وتحديد كهدف لاستعمال الالعاب الشبه الرياضية للتلاميذ المرحلة النهائية كوسيلة للتربية البدنية والرياضة ،كون أن من أهم أبعاده هي الاكتشاف ،واقترح نشاط رياضي محبب لدى التلاميذ ،اضافة الى كونها وسيلة تنمي مختلف الصفات البدنية والمهارات الاساسية وبالأخص منها القدرات النفسية والاجتماعية والحركية التي يمكن لطريقة الالعاب الشبه الرياضية أن تنميها بصفة مباشرة وفعالة

5- أسباب اختيار البحث:

- ✓ الميول و الرغبة في دراسة هذا الموضوع.
- ✓ إبراز اثر حصة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق التوافق الاجتماعي.
- ✓ تسليط الضوء على البعد الاجتماعي و التربوي لحصة التربية البدنية و الرياضية و دورها في التقليل من مشاكل مرحلة المراهقة في المرحلة الثانوية.



6تحديد المفاهيم والمصطلحات :

6-1- الألعاب الشبه الرياضية:

لغة :معرفة اللقطات أو الحركات المروحة أو المسلية.

اصطلاحا: هي ذات طابع تنافسي وقل تحديد للقوانين الرياضية كما تحتاج إلى قدرة من المهارات الحركية

التي تساعد على تنمية القدرات البدنية والعقلية و النفسية (يوسف قطافي، 1989، ص 17)

شَبَّهَ (فعل)

• شَبَّهَ يُشَبِّهُ ، تشبيهاً ، فهو مُشَبَّه ، والمفعول مُشَبَّه

رياضة: (اسم)

رياضة : مصدر راضٍ

رياضة: (اسم)

نشاط يتضمن جهداً جسدياً ومهارة ، تحكمه قوانين أو عادات تمارس عادة على نحو تنافسي قلّة

الرياضة تُضُرُّ بالصحة ،

رياضة بدنيّة : تمارين تخصّ جسم الإنسان وتكسبه قوّة ومرونة

رياضي: (اسم)

اسم منسوب إلى رياضة من يمارس الرياضة البدنيّة

روح رياضيّة : روح التّأخي وسعة الصّدر وتقبُّل نتائج المُباراة الرّياضيّة بصدرٍ رحبٍ

رياضيّة: (اسم)(معجم المعاني الجامع)



6-2- التوافق الاجتماعي :

لغة : معناه تكيفي ، متهيء ، التنام /توافق قصة : تكيفيف القصة ،ملائمة بين خطة والظروف

،تكيفيف حسب البيئة ، تكيف ، مؤالفة

(<http://kadayatarbawiya.yoo7.com/t672-topic>)

" التوافق يقصد به مجموعة العمليات يبدأ بها الشخص في استجاباته المختلفة التي تدل على اعتماد الفرد

على نفسه و إحساسه و قيمته و تحرره من الميل إلى الانفراد و الخلو من الأمراض العصبية" .

6-3-المرحلة العمرية (17 - 18) :

✓ المراهقة:

لغة : المراهقة معناها النمو " نقول " : راهق الفتى وراقت الفتاة بمعنى أنهما نميا نموا متواصلا ومستمر

زكية إبراهيم كامل: (طرق التدريس في التربية البدنية ،2002 ،ص105).

اصطلاحا: يعني مصطلح المراهقة بما يستخدم في علم النفس " بمرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى

مرحلة النضج والرشد (عبد السلام الجسماني ،1991،ص323).



7- الدراسات السابقة والمشابهة :

أ- دراسة اشرف عيد إبراهيم مرعي عنوان الدراسة: "تأثير برنامج رياضي مقترح علي درجة التوافق

الشخصي و الاجتماعي لدي المعوقين بدنيا من تلاميذ المرحلة الإعدادية السنة 1990

❖ المنهج: استخدم الباحث المنهج التجريبي بطريقة المجموعتين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة .

❖ العينة: تضمنت عينة البحث 22 من مصاحبي شلل الأطفال، 10 تلاميذ كمجموعة تجريبية من

مدرسة الأهرام، 12 تلميذا كمجموعة ضابطة من مدرسة أبو الهول بالجيزة.

❖ أهم النتائج :

✓ توصل البحث إلى أن البرنامج الرياضي المقترح له تأثير ايجابي علي درجة التوافق الشخصي لدي المجموعة التجريبية .

✓ لم تتحسن درجة التوافق الشخصي لدي المجموعة الضابطة للقياس البعدي.

✓ -البرنامج الرياضي المقترح تأثير ايجابي علي درجة التوافق الاجتماعي للعينة التجريبية حيث تحسنت درجة توافقهم بنسبة اكبر عن العينة الضابطة في القياس البعدي .

✓ للبرنامج الرياضي المقترح تأثير ايجابي علي درجت التوافق النفسي العام لدي المجموعة التجريبية.

ب- دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد: أجريت هذه الدراسة سنة 1996 رسالة ماجستير جامعة عين

شمس تحت عنوان: "العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي لدى

الأطفال المتخلفين عقليا " .



❖ عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من 30 مفحوصا وتم اختيارهم بالطريقة المعدية, وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين 15 طفل وطفلة مجموعة ضابطة و 15 طفل وطفلة مجموعة تجريبية, وكانت أعمارهم من (8-10) سنوات.

❖ أهم النتائج:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجتي عينة الدراسة على النشاط مقياس السلوك التكيفي لصالح العينة التجريبية قبل وبعد ممارسة النشاط الحركي, وتوصي النتائج بالاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقليا ذلك لقدرتهم علي رفع من درجة التوافق الاجتماعي و النفسي.

ت- دراسة قيم عبد القادر و آخرون 2006-2007 :

عنوان البحث: دور الألعاب الصغيرة في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسة كرة اليد 9-12 سنة.

❖ المنهج و العينة للبحث:

اعتمدا على المنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية و تمثلت عينته 20 مدرب لكرة اليد على مستوى ثلاث ولايات من القطر الوطني تم توزيع الاستمارات عليهم..

❖ أهم نتيجة توصل إليها:

✓ الألعاب الصغيرة لها دور إيجابي في تحسين السلوك الحسي للطفل بحيث تساهم في الوصول بالطفل إلى الأداء الجيد للحركة.



ث- دراسة مسلم جميلة و كبير نصيرة 2008-2009 :

عنوان البحث: تأثير استخدام الألعاب الصغيرة على تعلم بعض المهارات الأساسية الهجومية بالكرة في كرة اليد .

❖ المنهج و العينة:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي على عينة تضم 30 تلميذا متواجدين بإكمالية بن سعدون منور مستغانم، علما أن كل من العينة الضابطة و التجريبية أخذت من نفس الإكمانية (الطور الثالث) محددة ما بين (15-17 سنة) طبقت عليهم اختبارات المهارة القبلية و بعد 10 أسابيع أعيد إجراء نفس الاختبارات البعدية و لقد تم تقسيم الفريق إلى مجموعتين تتكون المجموعة الضابطة من 15 تلميذا.

❖ التوصيات:

✓ محاولة إدماج الألعاب الصغيرة في برامج تدريب الناشئين لما لها من تأثير إيجابي في تنمية و تطوير المهارات قيد البحث.

✓ الاهتمام بالجانب الترفيهي التعليمي و التحفيزي للتلاميذ.

✓ استغلال الألعاب بشكل واسع و كبير أثناء تلقين كرة اليد لأنها تمثل قاعدة صلبة لها.

ج- دراسة عبد الحميد المجيد و بولحية محمد 2009:

عنوان البحث: واقع الألعاب الصغيرة لدى أطفال الأقسام التحضيرية (5-6 سنوات).

المنهج و العينة:

استخدم الباحثون المنهج المسحي على عينة تضم مجموعة من المعلمين بلغ عددهم 40 معلم و معلمة و مجموعة من المدراء بلغ عددهم 30 مدير و رؤساء مقاطعات و عددهم 3 رؤساء وزعت عليهم الاستمارات الإستبائية.



❖ أهم نتائج الدراسة:

- ✓ أثبتت النتائج ان هناك إهمال وا ضح في ممارسة الألعاب الصغيرة.
- ✓ هناك نقص كبير في الوسائل البيداغوجية التي تسمح بإجراء الألعاب داخل الأقسام.
- ح- دراسة ابراهيم عرابي سالم وآخرون : مذكرة لنيل شهادة الماستر

عنوان البحث دور التربية البدنية والرياضية في بناء التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

❖ المنهج المستعمل

اعتمد على المنهج الوصفي وقد شملت عينة البحث على 100 فرد

النتائج المتوصل إليها

- ✓ لا توجد فرق بين التلاميذ في مستويات التوافق الاجتماعي لعينة البحث.
- ✓ ان ممارسة النشاط البدني يكسب التلاميذ مهارات التوافق الاجتماعي.
- ✓ ممارسة الانشطة الرياضية تؤدي الي التخلص من الميول المضادة للمجتمع.

خ- دراسة بورعدة فتحي وآخرون

بعنوان: مدى اهمية الالعاب الشبه الرياضية في تنمية التوافق الاجتماعي لدى لاعبي كرة القدم صنف

أشبال. جامعة مستغانم 2011

❖ المنهج المستعمل وعينة البحث

اعتمد على المنهج الوصفي وكانت عينة البحث مكونة من 45 لاعب و3 مدربين

❖ النتائج المتوصل إليها



هناك تطور في الجانب الاجتماعي من خلال ظهور العامل التحفيزي نحو التدريب والتعلم واكتساب الميل لممارسة كرة القدم باستخدام الالعاب الشبه الرياضية وكذلك ظهور روح الجماعة والتحلي بالروح الرياضية واحترام القانون و الغير

د- دراسة بن عبد الرحمان سيد علي

عنوان البحث: اقتراح مجموعة من الالعاب الشبه الرياضية اثناء حصة التربية البدنية والرياضية في

تنمية الجانب النفسي والاجتماعي لمرحلة التعليم المتوسط

❖ المنهج المستعمل وعينة البحث:

اعتمد على المنهج التجريبي وكانت عينة البحث مكونة من 60 تلميذ

❖ النتائج المتوصل اليها :

هناك تطور في الجانب النفسي الاجتماعي لصالح الاختبار البعدي فيمكن القول إنللألعاب الشبه الرياضية

المقترحة دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ التعليم المتوسط ان أحسنا وعرفا كيفية

استعمالها بوجه صحيح خلال حصة التربية البدنية



8- التعليق على الدراسات السابقة:

بعد اطلاعنا على مختلف هذه الدراسات حيث استفدنا منها في تنظيم بحثنا فاشتمل على تسعة دراسات عربية ، فتنوعت الاتجاهات في دراسة دور الالعاب الشبه الرياضية في تنمية التوافق الاجتماعي ومن بين أهم النقاط التي ارتكزت عليها هذه الدراسات ما يلي:

✓ الاستعانة بنتائج هذه الدراسات كونها تعالج أفكار متعلقة بدراستنا ومقارنتها بالنتائج المتوصل إليها من خلال هذا البحث.

✓ مساعدة الباحث في تحديد ماهية وأهمية المشكلة التي هي قيد الدراسة.

✓ الاستفادة من هذه الدراسات في طريقة اختيار عينة البحث والوسائل الإحصائية المستعملة.

✓ استخدمت جل الدراسات المنهج التجريبي.

✓ تراوحت عينات الدراسات ما بين (10-90) طالبا.

كل الدراسات توصلت نتائجها على أن للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية التوافق الاجتماعي لدى المتع

الجانب النظري



- الألعاب الشبه الرياضية

1- تعريف الشبه الرياضية:

عرفها عدنان "درويش جلول" : هي تلك الألعاب بسيطة التنظيم التي يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافسوا وفق قواعد ميسرة ولا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين و يلعب عليها طابع الترويح و التسلية و قد تستخدم أدوات أو أجهزة أو بدونها .(عدنان درويش جلول و آخرون ، 1954 ، ص 171).

كما عرفها الين وديع فرح : هي ألعاب منظمة تنظيما بسيطا , سهلة في أدائها ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها ولا توجد لها قوانين ثابتة ولكن يمكن للمعلم وضع قوانين تتناسب مع سن اللاعبين و استعداداتهم .(الين وديع فرح : ، ص 26).

وحسب زكريا إبراهيم كامل : الألعاب الصغيرة هي ألعاب سهلة وبسيطة بعيدة عن القوانين المعقدة ، تتميز بالحرية وإثارة الحماس للتلاميذ و اندماجهم في العمل . (زكريا إبراهيم كامل و آخرون ، مكتبة الإشعاع الفنية)

و حسب مناهج التعليم الأساسي : "هي نشاطات حركية تجعل اللاعبين متنافسين حسب قواعد محددة و يستعملون حركات معينة ." .(مناهج و مواقيت السنة السادسة : المعهد الوطني للمطبوعات المدرسية ، الجزائر ، 1986،ص116).

2- خصائص الألعاب شبه الرياضية :

تتميز الألعاب شبه الرياضية بعدة خصائص و هي :

- الألعاب شبه الرياضية لا تتطلب وسائل و إمكانيات متعددة أو معقدة.
- تكون الألعاب شبه الرياضية محددة بقواعد صحيحة و سهلة الفهم .
- تحتوي على مجهود بدني و عقلي يحتفظ بأكبر عدد من اللاعبين أثناء الأداء .



- نتيجة التنافس لا تعتمد على الصدفة .

- يجب أن تكون محفزة للاعب.

- يجب أن تسمح بمجهود بدني تنوع لكامل الجسم، و كذلك توزيع متوازي الجهد البدني و كذا وقت للراحة و أيضا المتطلبات التنسيقية و المعرفية.

Rachid .Aoudia : les jeux pré sportif dans la formation lu hand – balle sous la directuen de
.p.konstantyl.D.P.S.jumi1985 .p5

3- أغراض الألعاب شبه الرياضية:

تختلف الألعاب شبه الرياضية فيما بينها و تتباين في ضوء بعض المتغيرات و العوامل كالسن و الجنس و المرحلة التعليمية و الإمكانيات و الهدف ، كما أن اللعبة الواحدة يمكن أن يتغير هدفها من خلال تغير حمل الأداء ، و بشكل عام هناك بعض الأغراض الهامة تحققها الألعاب شبه الرياضية منها:

3-1- التشويق : حيث توفر للأفراد الجاذبية التي تدفعهم للمشاركة بفعالية في النشاط الحركي.

3-2- المرح و البهجة : تتيح الألعاب شبه الرياضية وسطا بهيجا و مرحا من خلال ظروف اللعبة.

3-3- اللياقة الحركية : حيث أن الألعاب شبه الرياضية تعتمد على الصفات البدنية و الحركية

الأصلية و بذلك تتيح ممارستها للمشاركين اكتساب مهارات و قدرات حركية .

3-4- التفاعل الاجتماعي : يكتسب الأفراد المشتركون في الألعاب شبه الرياضية مهارات التعامل مع

الجماعة و احترام و تقدير الآخرين و تقبل القيم الاجتماعية.

3-5- التدرج التعليمي : تساعد هذه الألعاب على تدرج تعليمي للواجبات المتعلمة حيث ينتقل اللاعب

تدرجيا من السهل إلى الأصعب و من البسيط إلى المعقد.



3-6- التكيف مع التسهيلات المتاحة: تعاني أغلب الأندية من نقص الوسائل حيث تتناسب معطيات الألعاب الصغيرة وما تتميز به من قدر كبير من المرونة مع الظروف . (عدنان درويش جلول : ، ص 171-172).

4- أهداف الألعاب شبه الرياضية:

إن استعمال الألعاب شبه الرياضية في كل جزء من أجزاء الحصة لديها أهداف تتجلى فيما يلي :

4-1- المرحلة التحضيرية :

تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لهدفين :

القيام بعمليات الإحماء لتحضير الجسم لتقبل الجهد خلال طول الحصة قصد تحفيز اللاعبين على القيام بجهود بدني و عقلي دائما في صياغ عملية الترفيه .

4-2- المرحلة الرئيسية :

و تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لتعزيز و تدعيم عملية التعلم و ذلك باقتراح ألعاب تخدم الحصة ، بحيث تسمح باكتشاف المهارات الحركية و التقنية في وسط تنافسي بحيث تنمي فيه جميع الصفات البدنية و العقلية.

4-3- المرحلة النهائية :

و تستعمل الألعاب شبه الرياضية في المرحلة النهائية لخدمة هدفين أساسيين و يتمثل الأول في عملية الاسترخاء البدني بعد أداء جهد في مرتفع ، أما الهدف الثاني فيهدف ترك اللاعبين في نشاط دائم في حالة عدم احتواء المرحلة الرئيسية على حمل كبير ، أو إذا كان البرنامج يسمح بذلك أي عدم وجود حصة دراسية بعد حصة التربية البدنية و الرياضية.

chachaouBrahim .Meseausi .Brahim . ben tahasid – Ahmed : mémoire . étude comparative de deuse m'eihodes d'entreuemeut sous la diractuou de –lelawi . f. jumar 1991-1992 .p38



5- تصنيف الألعاب شبه الرياضية:

إن تصنيف الألعاب شبه الرياضية يعود إلى "أندري دميا بر" حيث صنفها إلى أربع مجموعات :

5-1- ألعاب جد نشطة : وهي التي تتطلب جهد بدني مركب و متوافق بين كل اللاعبين و هذا الجهد

يدوم بدوام اللعب في حد ذاته

5-2- ألعاب نشيطة :

يكون الجهد في هذه الألعاب عالي ، يقتصر على فريق واحد في الوقت الذي يكون فيه الفريق

الثاني في راحة نسبية ، مع أخذ قسط حقيقي و فعال من اللعب.

5-3- ألعاب ذات شدة ضعيفة :

و تصنف هنا كل الألعاب أن يكون فيها الجهد البدني بشكل عام فردي ولا يمثل في الوقت إلا

جزء ضئيل من المدة الإجمالية للحصة ويحمل إلى ملاحظة انه في حالة ما إذا استعملت ألعاب هذه

المجموعة تكون بعدد قليل من اللاعبين.

5-4- ألعاب ترويحية تثقيفية :

تتميز هذه الألعاب بالجهد الضعيف و إثارة الجهد الذهني و العقلي مما ينتج عنه الترويح و

التثقيف. (بوغدة نواري و آخرون ، ص 22).

6- تقسيم الألعاب شبه الرياضية:

حسب ألين وديع فرح في كتابه خبرات في الألعاب للصغار و الكبار أن الألعاب الصغيرة تنقسم

وفقا للخصائص المميزة لمجموعات اللعب في مايلي: (ألين وديع فرح ، المرجع السابق ، ص 26).

➤ ألعاب الكرة .

➤ ألعاب المسافة .



➤ ألعاب الفصل .

➤ ألعاب التتابع.

➤ ألعاب اختبار الذات.

➤ ألعاب مائية .

7- مبادئ استخدام الألعاب شبه الرياضية

- ✓ ينبغي أن تقدم الألعاب آخذا بنظام التدرج من السهل إلى الصعب فالأكثر صعوبة.
- ✓ تنظيم الألعاب لتقديم أقصى مشاركة من الممارسين .
- ✓ يجب أن تتيح الألعاب فرص الحاجة للمنافسة.
- ✓ ملائمة الأجهزة و الأدوات مع قدرات الممارسين من حيث الاعتبارات التدريبية.
- ✓ ينبغي أن يخطط استخدام الألعاب كي تسهم بفعالية في تنمية التلاميذ على مستوى الجوانب السلوكية المختلفة. (عدنان درويش و آخرون ، ص 173 و 174).

8- أهميتها التربوية :

- تعتبر الألعاب شبه الرياضية وسيلة فعالة في الحصص التربوية فهي تساهم في :
 - إثارة الرغبة في الحل .
 - وسيلة فعالة في إثارة الدوافع نحو تحقيقه أهداف الحصص .
 - تعد مجالا لإشباع المتعلم نحو تحقيق الذات وإثبات الوجود وسط الجماعة .
 - تشبع الحاجات حتى تمكن الشعور بالاعتبار و التقدير من الآخرين .
 - تقود إلى الفهم و المعرفة و حب الإصلاح .

✓ وسيلة لزيادة قدرة التحكم الحركي للمهارات و الألعاب المختلفة. (عدنان درويش و آخرون ، ص 173 و 174)

9- ملاحظات خاصة الألعاب شبه الرياضية:

تساعد الألعاب شبه الرياضية في التحكم ضمن مختلف الأنشطة و خاصة الرياضات الجماعية

ومن جهة أخرى تسمح :

- ✓ بإشراك عدد من الأفراد في حالة نقص الوسائل .
 - ✓ استغلال الوسائل البسيطة مثل : كرات ذات أشكال و أوزان مختلفة .
 - ✓ تقدم بعض الألعاب شبه الرياضية كمثال : على المربي أن يبحث و ينوع في اختيار الألعاب باحترام
- المبادئ التالية :

- القيام باختيار دقيق يناسب تحقيق الأهداف المسطرة .
- تجنب تكرار الذي يعرض إهمال التكلم و الميل إلى التنشيط. (مناهج التربية البدنية و الرياضية التعليم الثانوي ديوان المطبوعات المدرسية ، جوان ، 1996).



الخلاصة :

بعد أن تطرقنا لأهم ما جاء في الألعاب شبه الرياضية من الخصائص و الدور و الأهداف يمكننا القول أنها أحد الأنشطة الهامة في مجال التربية البدنية و الرياضية و كذلك المجالات الأخرى لجميع الأعمار و لكلا الجنسين ، و تعتبر أحد المقومات الرئيسية لأي برنامج رياضي و يفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد و ميوله بالإضافة إلى دورها في النمو الاجتماعي والعاطفي و الحسي و الحركي و المعرفي .



التوافق الاجتماعي

تمهيد :

إن شخصية الإنسان عبارة عن كل متكامل فيها الجانب الجسدي و الجانب العقلائي المتعلق بالتفكير و الجانب الاجتماعي المتعلق بالاتجاهات و العلاقات الاجتماعية عامة. فإن المعرفة السيكولوجية الخاصة بنمو الإنسان تهدف إلى فهم العمليات النهائية الأساسية و الديناميكيات المحددة للسلوك الإنساني في المراحل الأولى لحياة الإنسان و لكيفية تأثيرها على حياته اللاحقة و محاولة التحكم في هذه العمليات و الديناميكيات و يقصد بالفهم هنا فهم نمو الإنسان و نضجه من النواحي المختلفة الجسدية منها و العقلية و الاجتماعية بالإضافة إلى تكون شخصيته المتكاملة .

وأهميته ومظاهره وكذلك شروط حدوثه ، كما نستعرض خصائص ومراحل ونتائج التوافق الاجتماعي لنصل إلى مؤشراتته لنختم في نهاية الفصل بنظريات التوافق الاجتماعي وعوائقه.



1- تعريف التوافق الاجتماعي: الإنسان هو وحدة كل مجتمع من المجتمعات تحدث داخل إطاره عمليات من التأثير والتأثر الفرد والمجتمع ويحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم و المعايير و القوانين والتقاليد و العادات و القيم التي يخضعون لها للوصول إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقاؤهم بطريقة صحيحة نفسيا واجتماعيا فالفرد يبدأ باكتساب الطابع الاجتماعي السائد في المجتمع من إكساب اللغة وتسرب العادات والتقاليد السائدة و تقبل بعض المعتقدات و نواحي الاهتمام التي يؤكد عليها المجتمع والشخص الناضج اجتماعيا هو الذي أن سعاداته هو ثقة الارتباط بسعادة غيره من الناس كما أن الشخص الناضج من الناحية النفسية هو الذي لا يركز اهتمامه حول ذاته وإشباعها فقط وإنما يراعي في كل أفعاله مصلحة الجماعة التي هو عضو فيها وهو يحاول دائما أن يعتمد على نفسه في حل مشكلاته ولا يتهرب من مواجهة المشكلات دون أن يحاول حلها كما

أنه لا يعكس باستقرار في عالم الخيال والتمنيات (محمد احمد عبد الهادي 2003، ص 31/30)

وقد عرف الكثير من العلماء التوافق الاجتماعي حيث عرفه محمد لبيب النجيجي انه: "هو عبارة عن العلاقات الاجتماعية بجميع أنواعها التي تكون قائمة لوظيفتها أي العلاقات الاجتماعية الديناميكية بجميع أنواعها سواء كانت هذه العلاقات بين الفرد وفرد أو جماعة وجماعة أو بين جماعة وفرد" (محمد لبيب النجيجي 1998، ص 169) .

كما عرف ميريل التوافق الاجتماعي على انه: "سلسلة مستمرة من الاتصالات بين كائنين إنسانيين أو أكثر منشئين تنشئة اجتماعية" (ميريل، ص 169) ومن خلال هذه التعاريف نستخلص بان كل المجتمعات تمتاز بالتوافق الاجتماعي لان التوافق هو الشرط الأساسي لوجود أي نشاط اجتماعي من أي نوع و جميع العمليات الاجتماعية ما هي إلا شكل من أشكال التوافق الاجتماعي (عبد الله الراشدان 1999، ص 169) .



2- أهمية التوافق الاجتماعي: إن الفرد كائن اجتماعي بطبعه فإذا لم يستطع أن يتوافق مع الآخرين لا يمكنه أن يحيا حياة طبيعية تتفق مع تميزه الإنساني عن باقي الكائنات الحية لذلك فقد نال موضوع التوافق الاجتماعي اهتمام العلوم الإنسانية المختلفة ومنها علم النفس و التي كان من بين أهدافها وصول الإنسان إلى درجة معينة من التوافق تساعده في التعامل الفعال مع الآخرين ، وتوافق الإنسان يختلف كما هو موجود عن باقي الكائنات الحية في ثلاثة عناصر أساسية هي:

الوقت و اللغة و الناحية الخلفية، فالبشر لديه القدرة على الارتباط بالأحداث من خلال ماضي وحاضر ومستقبل بحيث يستفيد من الخبرات الماضية و يخطط في الحاضر ليحقق أهداف مستقبلية كما يتميز في اللغة والتي من خلالها يتمكن الفرد من أن يعبر عن آراء ومشاعر وحقائق مختلفة تعينه عن زيادة التوافق، أيضا الناحية الخلفية و التي من خلالها يستطيع الفرد أن يميز بين الخير و الشر وهذه العناصر الثلاثة تمد الإنسان بمدى واسع من الخبرات أكثر مما هو متاح لباقي الكائنات الحية و من ثم وجود درجة اكبر من التوافق، و التوافق الاجتماعي هو تكيف الفرد من ميلاد إلى آخر عمر مع الحياة الاجتماعية أي معيشة الفرد وفقا لمعايير المجتمع وقيمه بحيث تصبح ثقافة المجتمع هو الموجهة لسلوكه وأفكاره وأفعاله .

وتظهر أهمية التوافق للفرد منذ الميلاد حينما يكون الرضيع مدرك و نشط و مستجيب أثناء التفاعل الاجتماعي الطبيعي، فالرضيع يمكن أن يقلد الناس يخرج لسانه يرمش بغية و يقلل فمه كاستجابة لأحداث متشابهة من البالغ أو الطفل الأكبر الرضيع يطلب حاجته من الطعام والدفع والراحة من خلال بعض الأصوات المزعجة ، أما في مرحلة المراهقة فنجد أن المراهقين المتوافقين مقبولون اجتماعيا وهذا يجعل لديهم معرفة اجتماعية تؤدي إلى تفاعلات اجتماعية أكثر مع الأقران ، كما أن هؤلاء الأطفال لديهم طرق لتنمية النواحي الاجتماعية والتي من خلالها يمكنهم تكوين أصدقاء و من هذه



الطرق (سؤال الآخرين عن أسمائهم، العرض عليهم لفعل شيء معين) حيث يمكنهم إصدار العديد من السلوكيات الاجتماعية التي تقوي علاقتهم مع الأقران (حجاج غانم ص 190) .

3- خصائص التوافق الاجتماعي:

يتميز التوافق الاجتماعي بعدة خصائص نذكر ما يلي:

✓ يعتبر التوافق الاجتماعي وسيلة الاتصال الأساسية بين أفراد الجماعة إذ عن طريقه يتم التفاهم بين الأفراد في المجتمع الواحد والمجتمعات الأخرى.

✓ التوافق الاجتماعي الذي ينشأ بين الفرد والمجموعة يتميز هو الآخر بالتوقع، فالفرد عندما يقوم بأداء معين داخل المجموعة فإنه تتوقف الاستجابة و تكون الاستجابة بالرضى أو عدمه بالسلب أو الإيجاب بالثواب أو العقاب، و هذا التوقع مهما كان نوعه يزيد من التفاعل كي يحصل الفرد على التوقع الذي يريد .

✓ التوافق الاجتماعي داخل الجماعة يحدد السلوك الفردي للأشخاص كما يساعد على تمييز المحصلة العامة لاستجابات الأفراد في المواقف الاجتماعية وبالتالي يتحدد النمط الشخصي لكل فرد في الجماعة و معنى ذلك أن التوافق بين الأفراد يكون نوعا ما من الالتزام بالنسبة لسلوك كل فرد وعليه فإنه يمكن التنبؤ بهذا النوع من السلوك .

✓ علاقة التوافق الاجتماعي على تنظيم الجماعة فكما نشأ اختلال أو كلما اختل توازن المجتمع على تنظيم الجماعة والتوافق الاجتماعي يحفظ الجماعة من الانهيار فهو عملية تعاونية فيها عطاء من الفرد للمجتمع، والجماعة للجماعة وفي حالة ركود التوافق الاجتماعي يظهر هذا الخلل لذا لابد من التوافق المستمر في المجتمع.

4- نظريات التوافق :



هناك الكثير من النظريات التي وضعت لتفسير التوافق لدى الأفراد، وبطبيعة الحال يصعب سردها

بأسرها، ويمكننا أن نشير إلى أهمها:

4-1- النظرية البيولوجية الطبية :

ويشير روادها أن جميع أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم، خاصة المخ، ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها أو اكتسابها من خلال الحياة عن طريق الإصابات و الجروح والعدوى والخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد وترجع اللبانات الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من داروين، مندل، وجالتون، كالمان، وغيرهم.... (مدحت عبد الحميد عبد اللطيف. سنة 1990. ص 86).

4-2- النظريات النفسية :

4-2-1- نظرية التحليل النفسي :

يشير فرويد -أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب ، أما "س-يونغ -C. yung" فيعتقد أن مفاتيح التوافق والصحة النفسية يمكن في استمرار النمو الشخصي دون توقف ، كما أشار أن التوافق السوي يتطلب التوازن أو الموازنة بين ميولنا الانطوائية وميولنا الانبساطية، وهذا يتطلب ضرورة التكامل بين العمليات أما -ماسلو Maslow - فيرى أن أصحاب الشخصية السوية ، هو الشخص الذي يحقق ذاته وتحقيق الذات يعني تحقيق القوى الكامنة الفطرية عند الشخص الذي يستطيع أن يحقق ذاته. (عبد الحميد شانلي، سنة 2001ص71).

وعليه قام - ماسلو Maslow- بوضع عدة معايير للتوافق تتلخص في الآتي :



الإدراك الفعال للواقع، قبول الذات، التلقائية، التمرکز حول المشكلات المهمة، الاهتمام الاجتماعي القوي والعلاقات الاجتماعية السوية، الشعور بالاعداوة تجاه الإنسان. (مجلة سلسلة علوم التربية: سنة 1998. ص75).

كما يؤكد - بيرلز -f -perls- على أهمية الوعي بالذات وتقبلها و الوعي بالعالم المحيط وتقبله ومنه فالشخص المتوافق هو من يتقبل المسؤوليات ويتحملها على عاتقه دون القذف بها للآخرين. (عباس محمود عوض: سنة 1996 ص 93).

4-3- النظرية الاجتماعية:

ويشير أصحابها أن هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق ، فقد ثبت ان هناك اختلاف في الاتجاه نحو الخمول بين اليابانيين والأمريكيين ، كذلك وجدت فروق في الاتجاهات نحو الأموال أمراض بين بعض المجموعات في الولايات المتحدة الأمريكية ، ويؤكد أصحاب هذه النظرية إن الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر في التوافق حيث صاغ ارباب الطبقات الاجتماعية الدنيا مشاكلهم بطابع فيزيقي ، كما اظهروا ميلا قليلا لعلاج المعوقات النفسية ، في حين قام ذوا الطبقات الاجتماعية العليا والراقية بصياغة مشاكلهم بطابع نفسي، واظهروا ميلا اقل لمعالجة المعوقات الفيزيكية، ومن أشهر أصحاب هذه النظرية نجد - فريز، دنهام، هولنجنزهايد ، ردليك. (مدحت عبد الحميد عبد اللطيف: سنة 1990 ص 93).



الخلاصة:

بعد أن تطرقنا لأهم ما جاء في التوافق الاجتماعي، يمكننا القول أنه المجال المتصل بنمو المراهق من حيث التعديلات اللازمة مع الفرد و مع الجماعة، وهذا أفضل السبل من حيث النشاط الرياضي أي التربية البدنية و الرياضية، لذا فالنمو الاجتماعي غاية لتحقيق الاندماج مع المجتمع و تساعد الفرد على التعامل مع الآخرين.



خصائص المرحلة العمرية (17-18)

تمهيد :

يمر الإنسان بعدة مراحل في عمره ، تحدد على غرارها مميزات الطرق و الحملات أثناء التعلم و التدريب وهذا ما يجعل الاختصاصيون يحددون كل صنف من خلال عدة جوانب مختلفة و الممارسة الرياضية في هذه المرحلة تتطلب نظاما أكاديميا يضمن نجاح الممارسة فمن المهم أن يعرف المدرس الخصائص و الاحتياجات الفرد و الجوانب الملموسة لنموه و تطوره كي يستطيع برمجة نظام تعليمي و تدريبي قائم على أسس و قواعد علمية .



1- مرحلة المراهقة :

بعض تعاريف العلماء للمراهقة :

المراهقة من الناحية البيولوجية هي تلك المرحلة التي تبدأ من بداية البلوغ أي بداية النضج الجنسي حتى اكتمال نمو العظام، و هي تتميز بخاصية النمو السريع غير المنتظم و قلة التوافق فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدنها وظاهرة اجتماعية في نهايتها . (فؤاد الهي السيد : مرجع نفسه ،ص 272).

المراهقة هي فترة عواطف تؤثر بشدة تكنفيها الأزمات النفسية و تسودها المعاناة و الإحباط و الصراع و القلق و صعوبات التوافق . (شادلي مول ، 1981،ص 291).

عرفها "ستايلي هول" أن المراهقة هي فترة عواطف و توتر و شدة تميزها و تكتنفها الأزمة النفسية و تسود المعاناة الإحباط و الصراع و القلق و المشكلات و صعوبات التوافق. (حامد عبد السلام زهران ، 1995 ، ص 325).

أما حسب - دورتي روجر - هي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية و مرحلة زمنية، كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة. (ملك مغول سليمان ، 1985 ، ص 206).

و من السهل تحديد فترة المراهقة لكن من الصعب تحديد نهايتها و يرجع ذلك لكون أن المراهقة تبدأ بالبلوغ الجنسي بينما تحديد نهايتها بالوصول إلى النضج في مظاهره المختلفة . (عبد العالي الجسماني ، 1994 ، ص 129).

2- أنواع المراهقة و أشكالها :

المراهقة تتخذ أشكالاً مختلفة حسب الظروف الاجتماعية و الثقافية التي يعيش في وسطها الفرد و هناك عدة أشكال للمراهقة :

2-1- المراهقة التكيفية : هي المرحلة التي تنمو نحو الاعتدال في كل شيء و نحو الإشباع المتزن و تكامل الاتجاهات المختلفة.

2-2-المراهقة المنحرفة : و هي صورة مبالغه و متطرفة للمراهقة الانسحابية المنطوية و المراهقة العدوانية المتمردة .

2-3-المراهقة الانسحابية : تتسم بالانطواء ، و العزلة الشديدة و السلبية و التردد و شعور المراهقة بالنقص و عدم الملائمة .

2-4-المراهقة العدوانية المتمردة: و هي مراهقة متمردة ثائرة تتسم بأنواع السلوك العدواني الموجه ضد الأسرة. (خليل ميخائيل معوض ، 1994 ، ص 449-450).

2-5- المراهقة الجانحة : تشكل الصورة المتطرفة لشكلين المنسحب و العدواني و تتميز بالانحلال الخلفي و الانهيار النفسي. (محمد مصطفى زيدان ، 1995 ، ص 19).

و لكن اتفقوا مبدئيا على أن فترة المراهقة هي الفترة التي تبدأ بأول بلوغ جنسي و تنتهي باكتمال النمو الجسمي للراشد و في ما يلي تتطرق أقسام المراهقة كما يراها عبد السلام زهران .

4- تحديد المرحلة المتوسطة (17-18) سنة :

تتلازم مرحلة المراهقة المتوسطة مع نهاية التعليم الأساسي وبداية التعليم الثانوي ،حيث يصعب تحديد بداية ونهاية المراحل جميعها تتداخل ببعضها البعض،إلا مرحلة المراهقة الأولى والتي يمكن تحديدها "ببداية النضج الجنسي"، وعلى ذلك تعتبر مرحلة المراهقة المتوسطة أنها مرحلة اكتمال ونضج ورشد المراهق ليس جنسيا فقط بل اجتماعيا وعقليا وجسميا وبذلك يبدأ المراهق في تغيير ثوب الطفولة لارتداء ثوب الرجولة ،ثوب الاستقرار والتوافق والانسجام.

ويضيف "حامد زهران" أن قدرة المراهق في تلك المرحلة تزداد في أخذ القرار و التفكير السليم و الاختيار و الثقة بالنفس و الاستقلالية في التفكير والحرية في الاستكشاف ،حيث يؤثر ذلك كله على شخصيته المتكاملة. (بسطويسي أحمد ، 1992، ص 182).



5- مشاكل المراهقة :

5-1- مشاكل النمو :

أهم خصائص ذلك نجد الأرق و الشعور بالتعب بصورة سريعة ، معاناة الغثيان و عدم الاستقرار النفسي ، عدم تناسق أعضاء الجسم ، فهذه الأمور لا تهم الراشد كثيرا لكنها بالنسبة للمراهق مصدر قلق و خاصة إذا ما جعلته معرض لسخرية. (عبد العالي الجسماني ، ص 501).

5-2- مشاكل النفسية :

من المعروف أن هذه المشاكل قد تؤثر في نفسية المراهق و انطلاقا من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التحرر و الاستقلال و التوتر لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق و الأساليب و هو لا يخضع لقيود البيئة و تعاليمها و أحكام المجتمع و قيمته الخلقية الاجتماعية بل أصبح يمحس الأمور و يناقشها و يوافيها بتفكيره و عقله عندما يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه و لا يقدر موقفه و لا يحس بإحساسه الجديد لهذا فهو يسعى دون قصد لتأكيد نفسه، و توازنه، فإذا كانت كل الأسرة و الأصدقاء لا يفهمون قدراته و مواهبه و لا تعامله كفرد مستقل و لا تشبع في حاجاته الأساسية على حين فهو يجب أن يحس بذاته و أن يكون شيء يذكره و يعترف الكل بقدره و قيمته.

5-3- مشاكل انفعالية :

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحا في انفعاله و حدته و اندفاعه، و هذا الاندفاع الانفعالي أساسي يرجع للتغيرات الجسمية بإحساس المراهق بنمو جسمه و شعوره بأن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال و يشعر المراهق بالفرح و الفخر ، و لكن يشعر في الوقت نفسه بالحياء و الخجل ، و من هذا النمو كما يتجلى بوضوح خوف المراهق من هذه المرحلة الجديدة التي ينتقل إليها و يتطلب منه أن يكون رجلا في سلوكه و تصرفاته. (ميخائيل معوض ، 1971 ، ص 72 و 73).



5-4- مشاكل اجتماعية :

إن مشاكل المراهق تنشأ من الاحتياجات السيكولوجية الأساسية مثل الحصول على مركز و مكانة في المجتمع و الإحساس بأن الفرد مرغوبا فيه ، فسوف نتناول كل من الأسرة و المدرسة و المجتمع كمصادر من مصادر السلطة على المراهق .

7-4-1- الأسرة:

إن المراهق في هذه المرحلة يميل إلى الاستقلال و الحرية و التحرر من عالم الطفولة عندما تتدخل الأسرة في نشأته فيتغير هذا الموقف ، يحبط من نشأته و لا يريد أن يتعامل معاملة الصغار بل يريد أن تكون له مواقف و آراء يجب أن يطبقها في الواقع، إن شخصية المراهق تتأثر بالصراعات الموجودة بينه و بين أسرته و تكون نتيجة هذا الصراع إما خضوع المراهق امتثاله أو تمرده وعدم استسلامه.

7-4-2- المدرسة :

هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهقين معظم أوقاتهم، و سلطة المدرسة تتعرض لثورة المراهق فالطالب يحاول أن يتبأها و يتمرد عليها بحكم أنها طبيعية في هذه المرحلة من عمره بل أنه يرى سلطة المدرسة أشد من سلطة الأسرة .

7-4-3- المجتمع :

إن الإنسان بصفة عامة و المراهق بصفة خاصة يميل إلى الحياة الاجتماعية بسهولة للتمتع بمهارات اجتماعية تمكنه من اكتساب صداقات، و البعض الآخر يميلون إلى العزلة و الابتعاد عن اكتساب صداقات لظروف اجتماعية نفسية أو اختلاف قدراتهم على المهارات اجتماعية كل ما يمكن قوله في هذا المجال أن الفرد لكي يحقق النجاح و ينهض بعلاقته اجتماعية لا بد من أن يكون محبوبا من الآخرين و أن يكون له أصدقاء و أن يشعر بتقبل الآخرين له، إن المراهق قد يواجه الثورة و النقد نحو

المجتمع و نحو العادات و التقاليد و القيم الخلقية و الدينية السائدة كما ينفذ نواحي النقص و العيوب الموجودة فيها .

7-5- مشاكل جنسية :

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد للجنس الآخر و لكن التقاليد في مجتمعنا تقف حاجزا دون أن ينال ما ينبغي عندما يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على إعاقة الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق اتجاه الجنس الآخر، و قد يتعرض لانحرافات و غيره من السلوك المنحرف بالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى أساليب ملتوية لا يقبلها المجتمع لمعاكسة الجنس الآخر أو للتشهير له أو الإنحراف في بعض.

8- أهمية الرياضة للمراهقين :

إن المراهق في السن (17-18) سنة يكون منغمسا في ممارسة النشاط البدني والرياضي ومستعدا لتجاوز الحدود ، إذا كان الأمر متعلقا بتحسين وتعديل مهاراته الرياضية وتنمية استعداداته ومواهبه وفي حدود 14 سنة يكون قد انفصل على النشاطات التقليدية ليتوجه نحو رياضة ما كما نجده دائما يهتم بمشاهدة الألعاب الرياضية المتلفزة ، فبعدها كان اللاعب رمزيا في مرحلة الطفولة يشترط في مرحلة المراهقة تنظيم تقني للاعب ، حيث يجب توفير العتاد والمكان داخل الضر وف الملائمة للمراهقة ، وهي المرحلة التي تزيد فيها السلبيات الغير الواضحة ، دون أن توفر له أو تقترح عليه الإمكانيات الجذابة للاهتمام باللعب ويرجع هذا ربما إلى عدم معرفة التحول النفسي الذي يحدث لكل مراهق . (Pelier-

luisse، 1973، p، 140).



الخلاصة :

من خلال تتبعنا لمختلف مراحل النمو في فترة المراهقة يتضح لنا بأن الفترة ليست مجرد تغيير فيزيولوجي سريع فحسب ، وإنما هي مرحلة هامة تمس بالدرجة الأولى الجانب النفسي والانفعالي وخاصة الاجتماعي للمراهق ، فتسير به نحو اكتمال النضج ، ورغم ما تشمله هذه المرحلة من شروط الصراع النفسي ، وعدم الاستقرار الانفعالي وصعوبة الاندماج في المجتمع فالمراهقة كما يصفها البعض أنها أزمة يمر بها الفرد سرعان ما تزول ، فهي مرحلة من مراحل النمو التي لا يستطيع الفرد التهرب منها ، وعلى ضوء ما سبق ذكره القول أن مرحلة المراهقة هي عملية شاملة تتميز بأبعاد وجدانية وتربوية واجتماعية بدايتها تكون بيولوجية ونهايتها تكون نفسية واجتماعية .

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

الفصل الأول:

منهج البحث وإجراءاته الميدانية



تمهيد

إن كل باحث من خلال بحثه يسعى الى التحقق من صحة الفرضيات التي وضعها ،ويتم ذلك بإخضاعها إلى التجريب العلمي باستخدام مجموعة من المواد العلمية ،وذلك بإتباع منهج يتلائم وطبيعة الدراسة .

وكذا القيام بالدراسة الميدانية عن طريق تطبيق الاختبارات على العينة الاستطلاعية والعينة الأصلية ويشمل الجانب التطبيقي لبحثنا هذا على فصلين :

❖ **الفصل الأول** ويمثل الطرق المنهجية للبحث والتي تشمل على الدراسة الاستطلاعية والمجال المكاني

والزمني وكذا الشروط العلمية للأداة وهي الصدق والثبات والموضوعية مع ضبط المتغيرات كما

اشتمل على عينة البحث وكيفية اختيارها والمنهج المستخدم وادوات الدراسة وكذا اجراءات التطبيق

الميداني وحدود الدراسة

❖ **أما الفصل الثاني** فيحتوي على عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء الفرضيات مع

الخلاصة العامة للبحث .



1- منهج البحث:

المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشيد به الباحث من البداية إلى النهاية قصد الوصول إلى نتائج معينة. (محمد زهر الاسهال، 1990، ص89).

ويرى "عمار بخوش" و"محمد دنيبات" أن المنهج في البحث العلمي هو الطريقة التي يتبعها

الباحث في دراسة المشكلة واكتشاف الحقيقة (عمار بخوش، محمد دنيبات، 1995، ص89)

انطلاقاً من هذين التعريفين يمكننا القول أن اختيار المنهج السليم والصحيح في مجال البحث العلمي يعتمد في الأساس على طبيعة المشكلة نفسها، والمتفق عليه أن منهج البحث يختلف باختلاف الموضوع والمشكلة المطروحة، لهذا اختار الباحثان المنهج التجريبي وهذا لملاءمته لطبيعة مشكلة بحثنا.

2- الدراسة الاستطلاعية:

الاعتماد على الدراسة الاستطلاعية الأولية هي عنصر أساسي في السير الحسن لحل مشكلة البحث وكذلك تساعد الباحث في إلقاء نظرة والوقوف على الصعوبات التي تواجهه وكذلك الإمام بجوانب الدراسة الميدانية بإجراء الاختبار على عينة تتكون من 20 تلميذ من ثانوية سعد دحلب بلدية العيون - تيسمسيلت وهذه العينة تم اختيارها بطريقة عشوائية بحيث لا تنتمي إلى عينة الدراسة الأساسية، وكانت الفترة الزمنية الممتدة ما بين 6-01-2019 إلى 13-01-2019 وذلك يهدف إلى:

✓ المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية والتالي تفادي الصعوبات التي من شأنها أن تواجهنا .

✓ التعرف على مختلف الصعوبات المحتملة مواجهتها.

✓ تحديد العينة ومعرفة الأجواء المحيطة بها ومختلف ظروفها.



✓ تجريب أو تطبيق أدوات البحث.

✓ التوصل إلى أفضل طريقة لإجرائها.

✓ التأكد من صلاحية المقياس.

✓ معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه .

✓ التأكد من خصائص السيكمترية للمقياس المستخدم "الصدق والثبات"

✓ التأكد من وضوح التعليمات .

3- مجتمع وعينة الدراسة:

من الناحية الاصطلاحية: هو تلك المجموع الأصلية التي تؤخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة

مدارس ،فرق ،تلاميذ ،سكان او أي وحدات أخرى.

يتكون مجتمعنا الاصلي لدراستنا من تلاميذ المرحلة النهائية للتعليم الثانوي حيث بلغ عددهم 150 تلميذ.

جدول رقم (01): يوضح عينة البحث

اسم المؤسسة	عدد التلاميذ
ثانوية سعد دحلب *العيون*	150



4- عينة الدراسة

تعتبر عملية اختيار العينة من اهم المراحل وابرزها في البحث العلمي حيث تعرف العينة على أنها عبارة عن مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل ،بمعنى انه تؤخذ مجموعة من افراد المجتمع على ان تكون ممثلة للمجتمع الذي تجرى عليه الدراسة ،فالعينة إذا هي جزء أو نسبة معينة من افراد المجتمع الاصيلي .

وهي كذلك مجموعة عناصر لها خاصية مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي يجري عليها البحث أو التقصي أنجرس و موريس-2004-وتعرف أيضا على انها جزء من الكل او بعض من الجميع .

ونظرا لطبيعة بحثنا وتطلعنا للموضوعية في النتائج ارتأينا اختيار العينة العشوائية والتي شملت حسب معادلة ريتشارد جيجر 100طالب من المجموع الاصيلي لمجتمع الدراسة .

معادلة ريتشارد جيجر:

$$n = \frac{\left(\frac{z}{d}\right)^2 \times (0.50)^2}{1 + \frac{1}{N} \left[\left(\frac{z}{d}\right)^2 \times (0.50)^2 - 1\right]}$$

N حجم المجتمع

Z الدرجة المعيارية المقابلة لمستوى الدلالة 0.95 وتساوي 1.96

D نسبة الخطأ

$$100 = n$$



5- مجال البحث:

5-1- المجال المكاني:

اجريت في ثانوية سعد دحلب في بلدية العيون ولاية تسمسيلات

5-2- المجال البشري:

اجريت هذه الدراسة على تلاميذ المرحلة النهائية للتعليم الثانوي حيث كان عددهم 100 تلميذ و50 تلميذة للعيينة الضابطة و50 تلميذ للعيينة التجريبية .

5-3- المجال الزمني:

تم اجراء البحث في الفترة الممتدة من بداية جانفي الى غاية نهاية ماي ،تم تنفيذ التجربة الاستطلاعية يوم الاحد 06 جانفي 2019 من الساعة العشرة الى الساعة الثانية عشر لتعاد بعد اسبوع يوم الاحد 13 جانفي 2019.

❖ تم الشروع في الاختبار القبلي بتاريخ: 20 جانفي 2019 .

❖ تم الشروع في الاختبار البعدي بتاريخ: 15 أفريل 2019.

6- ضبط متغيرا البحث:

6-1- المتغير المستقل :

هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث انه السبب او احد الاسباب لنتيجة معينة ودراسته قد تؤدي الى معرفة تأثير على متغير اخر.

تحديد المتغير المستقل : الالعاب الشبه الرياضية



6-2- المتغير التابع:

متغير يؤثر فيه التغير المستقل هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع (راتب) (1999، ص219).

تحديد المتغير التابع: التوافق الاجتماعي.

7- الأدوات والتقنيات المستخدمة في البحث

لإجراء هذه الدراسة قمنا باستعمال المقاييس الخاصة بالتوافق الاجتماعي وتوزيعها على العينة المختارة لتلاميذ المرحلة النهائية للتعليم الثانوي.

❖ برنامج تعليمي مدمج بالألعاب شبه الرياضية حيث قدم إلى مجموعة من المحكمين من أجل المصادقة عليه.

❖ مقياس التوافق الاجتماعي وعدد عباراته 41 عبارة حيث يقوم التلميذ بالإجابة بنعم أو لا

يقوم هذا القسم على أساس الشعور بالأمن الاجتماعي، وهو يتضمن النواحي التالية :

✓ اعتراف المراهق بالمستويات الاجتماعية .

✓ اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية.

✓ تحرر المراهق من الميول المضادة للمجتمع.

✓ علاقة المراهق بأسرته.

✓ علاقات المراهق في المدرسة .

✓ علاقات المراهق في البيئة المحلية .

وعلى المحيب أن يجيب على كل عبارة بوضع علامة (x) في الخانة الموجودة أمام كل عبارة التي يراها تنطبق عليه أو لا تنطبق .

8- كيفية تطبيق و تصحيح أداة البحث :

قبل إجراء التطبيق الميداني النهائي لأداة البحث، و المتمثل في توزيع مقياس التوافق الاجتماعي على نفس أفراد العينة التي طبق عليها مقياس الاتجاهات، والمتمثلة في تلاميذ المرحلة الثانوية كان لا بد لنا من المرور بالمراحل و الخطوات الأساسية التالية:

8-1- تحديد الخط السيكولوجي للمقياس المطبق :

يتبع هذا المقياس طريقة تدرج الدرجات تبعا لإيجابية و سلبية العبارات، أي أنه تعطى الدرجات (2) على الإجابة الموجبة والدرجة (1) على الإجابة السالبة بحيث تجمع كل العلامات المتحصل عليها من خلال إجاباته على عبارات المقياس وتسجل و طبقا لهذا النظام فإن أقصى و أدنى درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص في المقياس تتراوح قيمه بين (41 و 82) و بالتالي فإن :

1. بالنسبة للتوافق الاجتماعي :

▪ أعلى درجة للمقياس = $82 = 41 \times 2$

▪ أدنى درجة للمقياس = $41 = 41 \times 1$

8-2- التصحيح :

لقد تم تصحيح المقياس من خلال ملاحظة مكان العلامة (x) الموافقة لرأي المحيب مع الدرجة الموضوعية و المقابلة لذلك، و في الأخير و بعد الانتهاء من عملية تقدير كل عبارة نقوم بحساب درجة المقياس ككل . وهذا عن طريق التحليل الاحصائي الذي يمكننا من التعامل مع النتائج بطريقة موضوعية

والخروج بنتائج علمية ودقيقة لها أهمية كبيرة بالنسب حث ، وعليه فحسب موضوع الدراسة أو البحث استعملنا قوانين إحصائية نراها مناسبة وكذا استخدمنا "معامل الارتباط" لهذا البحث " للتعرف على طبيعة وقوة العلاقة بين متغيرين أو أكثر، ويشير الارتباط إلى التباين المشترك بين المتغيرين فمعامل الارتباط هو شبه التباين، فإذا كان التباين الموجود في المتغير "" هو نفسه الموجود في المتغير "" فهذا يعني أن العلاقة بينهما علاقة قوية ، وبالتالي كلما كانت نسبة التباين تامة فكلما اقترب معامل الارتباط من (+1) كانت العلاقة بين المتغيرين موجبة وقوية في أن واحد، وكلما اقترب معامل الارتباط من (-1) كانت العلاقة بين المتغيرين سالبة .

9- خطوات إعداد وبناء أداة البحث

بعد أن تم تحديد موضوع الدراسة ،قمنا بالبحث عن أداة مناسبة لدراستنا وقد ارتأينا استخدام مقياس مقنن وذلك بإتباع الآتي:

✓ الاطلاع على المقاييس السابقة التي صممها الباحثون بغرض الاستفادة منها في البحوث والدراسات.

✓ اختيار مقياس بشكل مبدئي ،ثم عرضه على المشرف على الدراسة ،والذي أبدى ملاحظاته عليها ،ثم أجرى التعديلات المناسبة.

✓ عرض المقياس على عدد من أساتذة المعهد بتيسمىلت من اجل تحكيمه وابداء ملاحظات عليه ،ومن ثم اقراره في صورته النهائية بعد التأكد من تماثيه مع فرضيات دراستنا ،ومن ثم مراجعة تلك الملاحظات والمقترحات واجراء التعديلات اللازمة.



10- كيفية تطبيق أدوات البحث :

بعد انتهائنا من تطبيق الوحدات التعليمية قمنا بالاتصال بعينات البحث والمتمثلة في العينة التجريبية والضابطة حيث وزعنا عليهم مقياس التوافق الاجتماعي وشرحنا لهم كيفية الاجابة على الاسئلة المقترحة مع اعطائهم الوقت الازم للإجابة ولكن قبل هذا لابد من المرور بالمراحل التالية :

11- الاسس العلمية للمقياس:

11-1- الصدق :

يعتبر الصدق من اهم شروط الاختبار الجيد فالاختبار الصادق هو الذي ينجح في قياس ما وضع من أجله محمد صبحي حسنين 1995

وصدق الاختبار او القياس يشير الى الدرجة التي يمتد اليها في قياس ما من اجله ،فالاختبار الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها ،ولا يقيس شيئاً بدلا منها او بالإضافة اليها محمد نصر الدين رضوان -2006-

11-2- الثبات :

الثبات يمثل العامل الثاني في الاهمية بعد الصدق في عملية بناء وتقنين الاختبارات ،وهو يعني ان يكون الاختبار على درجة عالية من الدقة والاتساق والموضوعية والاطراد فيما وضع لقياسه (محمد حسن علاوي 1998).

واستخدمنا لحساب ثبات المقياس طريقة تطبيق المقياس على مرحلتين بفاصل زمني قدره اسبوع مع الحفاظ على كل المتغيرات ،نفس العينة ،نفس التوقيت ،نفس المكان .

واستعملنا لحساب معامل الثبات طريقة "بيرسون" لحساب معامل الارتباط كما هو موضح في الجدول

التالي:

الجدول رقم (02): يمثل حساب معامل الثبات.

حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت الجدولية	معامل الثبات
20	19	0.05	0.43	0.61

من خلال الجدول رقم (02) تبين لنا ان المقياس يمتاز بدرجة عالية من الثبات كون الدرجة المحسوبة لمعامل الثبات 0.61 كانت أكبر من الجدولية 0.43 عند درجة الحرية 19 ومستوى الدلالة 0.05 .

ومن أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا كذلك الصدق الذاتي والذي يعرف بصدق الدرجات التجريبية للمقياس بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائب اخطاء القياس ويقاس الصدق الذاتي عن طريق الجذر التربيعي لمعامل الثبات والنتائج التي تحصلنا عليها موضحة في الجدول رقم(03)

جدول رقم (03): يوضح صدق الاختيارات

حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت الجدولية	معامل الثبات	معامل الصدق	الدلالة
20	19	0.05	0.43	0.61	0.78	دال

من خلال الجدول رقم (03): نستنتج أن المقياس يتميز بدرجة عالية من الصدق لكون قيمة المحسوبة لمعامل الصدق الذاتي 0.78 جاءت اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط المقدر بـ 0.43 عند درجة الحرية 19 ومستوى الدلالة 0.05 .

11-3- الموضوعية:

من العوامل الهامة التي يجب ان تتوفر في المقياس الموضوعية، والتي تعني التحرر من التميز والتعصب في الآراء، فالموضوعية تعني ان توصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا حيث ان اهم

صفات القياس الجيد ان تكون موضوعيا لقياس الظاهرة التي اعد أصلا لقياسها ،وتعتبر الموضوعية من أكثر المشاكل التي تؤثر في الثبات لذلك لابد من الدقة المتناهية في اجراء الاختبار وتسجيل النتائج

(ليلي السيد فرحات، 2003)

وبما أنه تم عرض المقياس على الأساتذة والدكاترة المحكمين اجل الحصول من اجل توضيح العبارات وصياغتها بطريقة مفهومة وسهلة وتعديل العبارات غير المناسبة ،من اجل الحصول على صدق المقياس الذي تم تأكيده بالإضافة الى ايجاد ثبات المقياس عن طريق تطبيق المقياس واعادة تطبيقه ،تبين لنا ان المقياس يتميز بدرجة عالية من الموضوعية .

12- الوسائل الإحصائية:

لكل باحث وسائل إحصائية خاصة والتي تتناسب مع نوع المشكلة وخصائصها حيث قمنا بحساب :

12-1- المتوسط الحسابي: هو أحد مراكز النزعة المركزية والتي لا يحسب بجمع قيم عناصر المجموعة

ثم قسمت النتيجة على العينة، وذلك من خلال المعادلة التالية:(عيسى ناجي عبد الجبار،شامل كامل

محمد ، 1991، ص92)

$$\left. \begin{array}{l} \text{حيث } \bar{X} : \text{المتوسط الحسابي.} \\ \text{مجموع } X : \text{مجموع الدرجات.} \end{array} \right\} \bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

الهدف منه هو الحصول على متوسط نتائج المختبرين بالإضافة إلى ذلك فإنه ضروري لاستخراج

الانحراف المعياري.

12-2- الانحراف المعياري:

الانحراف المعياري من أهم مقاييس التشتت و هو يقوم في جوهره على حساب انحراف الدرجات عن

متوسطها (عبد القادر حليمي، 1984، ص88)



$$ع = \sqrt{\text{مج (س-س)}^2} \text{ حيث } ع: \text{ الانحراف المعياري .}$$

ن : المتوسط الحسابي.

ن: عدد الأفراد.

12-3- معامل الارتباط بيرسون:

يكتب على الشكل التالي:

$$ر = \frac{\text{مج (س-س) (ص-ص)}}{\sqrt{\text{مج (س-س)}^2 \times \text{مج (ص-ص)}^2}}$$

حيث: ر: معامل الارتباط.
س: المتغير الأول.

ص: المتغير الثاني.

الهدف منه: معرفة مدة العلاقة الارتباطية بين الاختبارين بالرجوع إلى جدول الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط بيرسون.

12-4- الصدق الذاتي: ويطلق عليه أيضا مؤشر الثبات، فالصلة وثيقة بين الثبات والصدق من حيث أن الثبات في الاختبار يؤسس على ارتباط الدرجات الحقيقية للاختبار بنفسها إذ أعيد الاختبار على نفس المجموعة من الأفراد ويحسب الصدق الذاتي للاختبار وفق المعادلة التالية:

$$12-4-1 \text{ معامل الصدق الذاتي} = \frac{\text{معامل الثبات}}{\text{معامل الثبات}}$$

12-5- اختبار Tستيودنت:

استعملناه لمعرفة الفرق بين الاختبارات القبلية والبعديّة بين العيّنتين:

$$ت = \frac{س_1 - س_2}{\sqrt{\frac{ع_1^2 + ع_2^2}{ن}}}$$

حيث: **س₁**: المتوسط الحسابي للعيينة الأولى (التجريبية).

$$س_2: \text{ المتوسط الحسابي للعيينة الثانية (الضابطة).}$$

ع₁: الانحراف المعياري للعيينة الأولى. **ن-1**



ع2: الانحراف المعياري للعينة الثانية.

-اختبار t ستودنت :

يستعمل في المنهج التجريبي في دلالة المقارنة بين الاختبار القبلي و البعدي لحساب الفرق بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة الواحدة.

س ف

$$t = \frac{\text{مجم ح}^2 \text{ف}}{\sqrt{\quad}}$$

ن (ن-1)

درجة الحرية = ن-1

س ف: متوسط الفروق أو الفرق بين المتوسطين.

$$س ف = س_1 - س_2 \text{ أو } س ف = س_1 - س_2$$

ف: الفرق بين الاختبار القبلي و البعدي.

ح ف: انحراف الفروق عن المتوسط (ف- س ف).



الخلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل الى المنهجية المتبعة فيه وإلى إجراءاته الميدانية وكذا مجالاته والأدوات المستعملة فيه وكما تم التعرف على مختلف الوسائل الاحصائية المعتمدة في البحث. وفي الأخير قمنا بالتطرق إلى ذكر صعوبات التي صادفناها اثناء انجاز البحث.

الفصل الثاني:
عرض تحليل
ومناقشة النتائج



تمهيد :

نتطرق في هذا الفصل إلى عرض وتحليل النتائج التي كشفت عنها الدراسة وفقا لخطة بحث مناسبة لطبيعتها، بحيث أن أجزاء البحث في تكامل وتناغم للوصول إلى الحقيقة العلمية، فبعد عرض الإطار المنهجي يأتي هذا الفصل ليستعرض النتائج المتوصل إليها من خلال المعالجة الإحصائية وتفسير النتائج والتحقق من فرضيات البحث والاستنتاجات والاقتراحات، وذلك انطلاقا من الخلفية النظرية التي بنيت عليها هذه الدراسة.

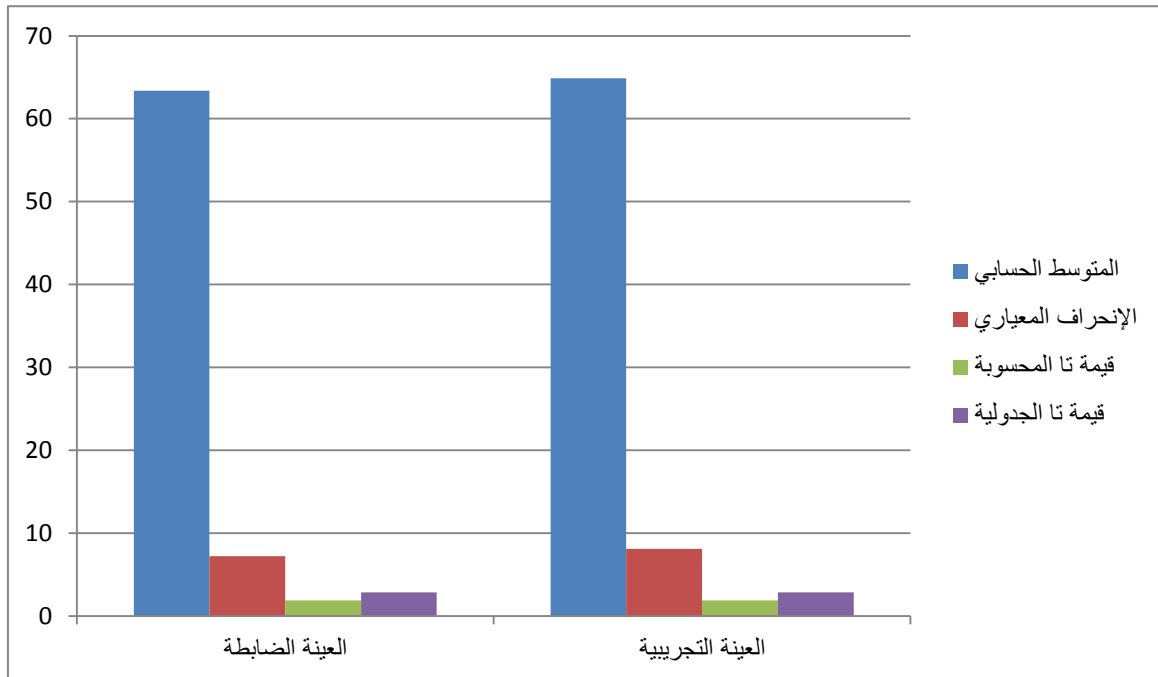
الفصل الثاني: عرض تحليل ومناقشة النتائج



1- عرض نتائج الفرضية الأولى: والتي تنص أنه لا توجد فروق في درجة التوافق الاجتماعي بين عينتي البحث.

الجدول رقم (04) يوضح مقارنة نتائج العينة الضابطة و العينة التجريبية.

N العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	درجة الحرية	القرار
العينة الضابطة	63.37	7.24	0.05	1.89	2.87	98	غير دال
العينة التجريبية	64.89	8.13					



تمثل بياني رقم 1 يوضح المقارنة بين نتائج العينة الضابطة و العينة التجريبية



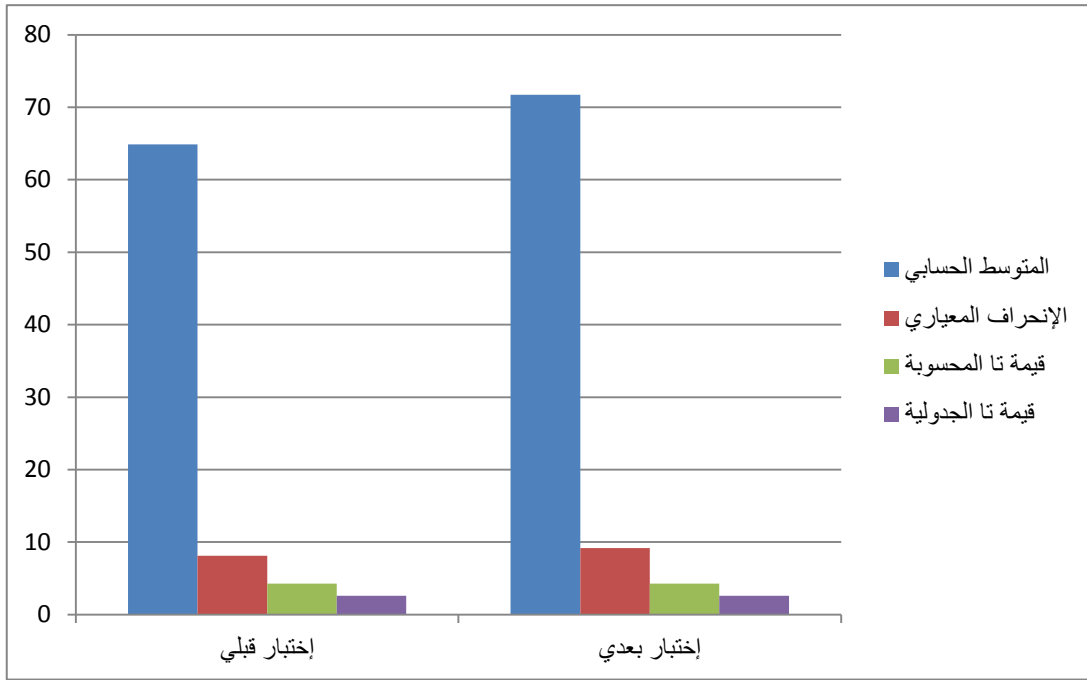
1-1- التعليق على الجدول :

نلاحظ من خلال الجدول رقم(04): إن المجموعة الضابطة قد حققت متوسطا حسابيا يقدر ب63.37 وانحراف معياري 7.24 اما المجموعة التجريبية فقد بلغ المتوسط الحسابي 64.89 والانحراف المعياري 8.13 كما ان قيمة ت المحسوبة 1.89 اقل من قيمة ت الجدولية 2.87 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 98 وهذا يعني عدم وجود دلالة احصائية أي انه لا توجد فرق في المستوى بين العينتين

2- عرض نتائج الفرضية الثانية: توجد فروق في درجة التوافق للقياس القبلي و البعدي للعيينة التجريبية

الجدول رقم (05): يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعيينة التجريبية

القرار	درجة الحرية	قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	N العينة
دال	49	2.59	4.27	0.05	8.13	64.89	اختبار قبلي
					9.17	71.74	اختبار بعدي



تمثل بياني رقم 02 يوضح مقارنة نتائج الإختبار القبلي و البعدي للعينه التجريبية:

1-2- التعليق على الجدول:

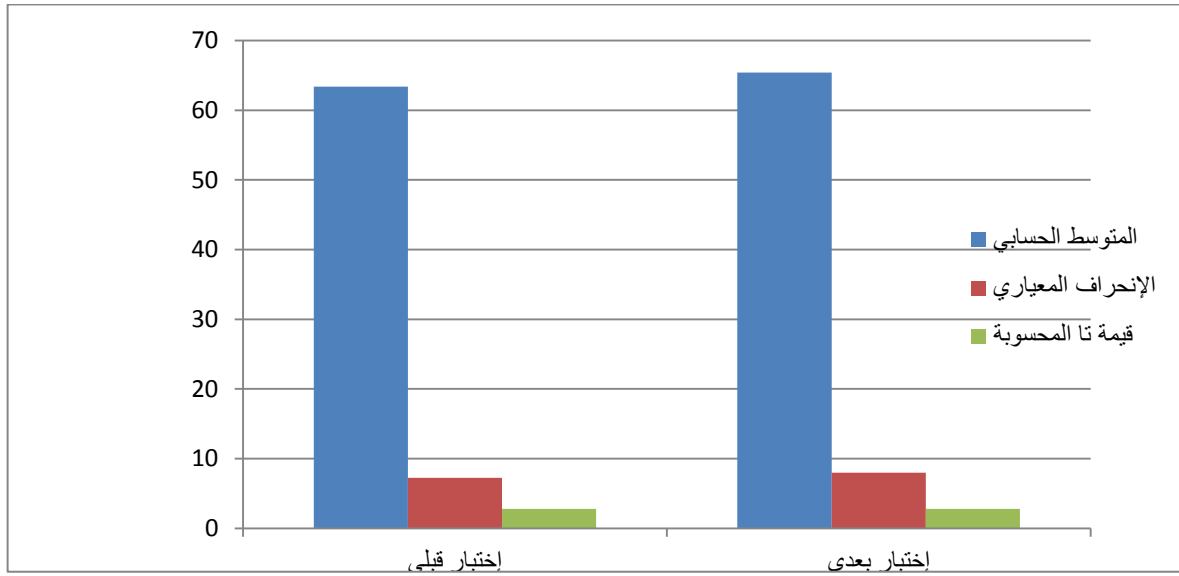
نلاحظ من الجدول رقم (05): ان المجموعة التجريبية قد حققت متوسطا حسابيا يقدر بـ 64.89 وانحراف معياري يقدر 8.13 بالنسبة للاختبار القبلي اما الاختبار البعدي فقد حققت العينة متوسط حسابي بلغ 71.74 والانحراف المعياري 9.17 كما ان قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمة ت الجدولية 2.59 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 49 وهذا يعني وجود دلالة احصائية لصالح الاختبار

البعدي أي انه هناك تطور في التوافق الاجتماعي لصالح العينة التجريبية

3- الفرضية الثالثة: توجد فروق في درجة التوافق للقياس البعدي للعينه الضابطة الجدول رقم (06): يوضح مقارنة نتائج الإختبار القبلي و البعدي للعينه الضابطة.

الفصل الثاني: عرض تحليل ومناقشة النتائج

العينة N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولية	درجة الحرية	القرار
اختبار قبلي	63.37	7.24	0.05	2.78	2.59	49	دال
اختبار بعدي	65.42	7.97					



تمثل بياني رقم 03 يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة:
3-1- التعليق على الجدول:

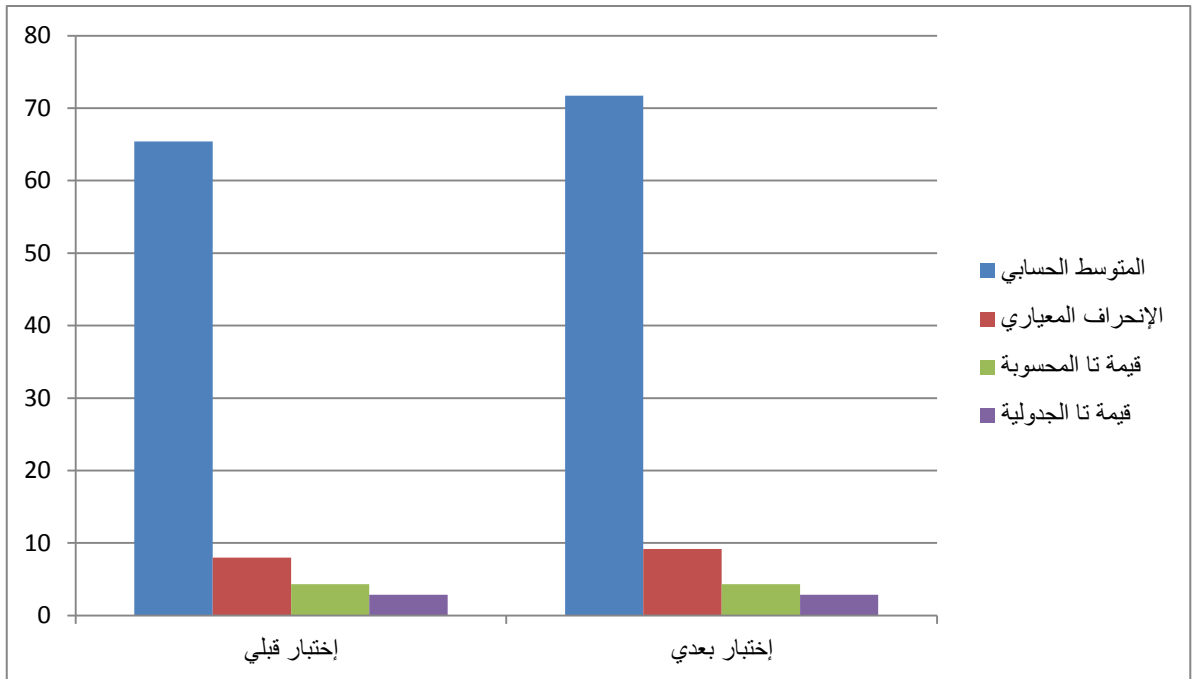
نلاحظ من خلال الجدول رقم(06): إن المجموعة الضابطة قد حققت متوسطا حسابيا يقدر بـ 63.37 وانحراف معياري 7.24 بالنسبة للاختبار القبلي أما الاختبار البعدي فقد حققت العينة متوسط حسابي بلغ 65.42 وانحراف معياري 7.97 كما ان قيمة ت المحسوبة 2.78 اكبر من قيمة "ت" الجدولية 2.59 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 49 وهذا يعني وجود دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي أي انه هناك تطور في التوافق الاجتماعي لصالح الاختبار البعدي .

4- عرض نتائج الفرضية الرابعة: توجد فروق في درجة التوافق بين عينتي البحث لصالح العينة التجريبية.

الجدول رقم(07): يوضح مقارنة نتائج الاختبار لعينتي البحث للقياس البعدي

الفصل الثاني: عرض تحليل ومناقشة النتائج

القرار	درجة الحرية	قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	N العينة
دال	98	2.87	4.33	0.05	7.97	65.42	العينة التجريبية
					9.17	71.74	العينة الضابطة



تمثل بياني رقم 04 يوضح مقارنة الفرق بين العينة الضابطة و التجريبية للقياس البعدي:

4-1- التعليق على الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول رقم(07): ان المجموعة الضابطة قد حققت متوسطا حسابيا يقدر بـ 65.42 وانحراف معياري 7.97 اما المجموعة التجريبية فقد حققت متوسطا حسابيا يقدر بـ 71.74 وانحراف معياري 9.17 كما ان قيمة ت المحسوبة 4.33 وهي اكبر من قيمة ت الجدولية 2.87 عند مستوى



الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 94 وهذا يعني وجود دلالة احصائية لصالح العينة التجريبية أي ان هناك

تطور جيد للتوافق الاجتماعي لصالح العينة التجريبية

5- مناقشة فرضيات البحث:

5-1- مناقشة نتائج الفرضية الاولى:

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدول رقم (03) الخاص بالفرضية الأولى حيث وجدنا انه

لا توجد فروق في درجة التوافق الاجتماعي بين عینتي البحث وهذا راجع الى انتمائهم لنفس عينة

المجتمع كما أنهم يزاولون نفس البرنامج المقترح وهذا ما تؤكدته الدراسة التي قام بها الباحثون إبراهيم

عربي سالم وآخرون لنيل شهادة الماستر حيث كان عنوان البحث -دور التربية البدنية والرياضية في بناء

التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية حيث كانت نتائج بحثهم عدم وجود فرق بين التلاميذ في

مستويات التوافق الاجتماعي لعينة البحث فالتوافق الاجتماعي هو القدرة على إقامة علاقات اجتماعية

مثمرة و الممتعة مع الآخرين تتسم بقدرة الفرد على الحب و العطاء و العمل المنتج الفعال الذي يجعل

الفرد شخصا نافعا في محيطه الاجتماعي (لموزة أشواق سامي جرجيس، 2005، ص22).

ويطرح علماء النفس مفهوم التوافق الاجتماعي على أنه توافق الفرد مع ذاته مع الوسط المحيط به و كلا

المستويين لا ينفصل على و إنما يؤثر فيه ويتأثر به

وبما أن اللعب له أهمية كبيرة في تكوين شخصية الفرد كما انه احدى ادوات التعلم باكتساب

الخبرة لذلك يعتبر في منظور علماء النفس والتربية ورقة في غاية الاهمية لدا يعد مدخلا اساسيا لنمو

التلاميذ في الجوانب العقلية والجسمية والاجتماعية والاخلاقية والمعرفية والانفعالية واللغوية فهو عن ذلك

يعتبر لغة رمزية للتعبير عن الذات فمن خلال تعامله مع اللعب يمكن ان نفهم عنه الكثير فهو يكشف

عن مشاعره بالنسبة لنفسه وبالنسبة للأشخاص المهمين في حياته.



فحسب المدفع 1986 تؤكد على أهمية اللعب والنشاط في النمو الاجتماعي والخلقي وتنادي بضرورة أن تتيح الروضة النشاط التلقائي ومباشرة الأشياء واستكشاف البيئة والتعبير عن الذات والتفأول مع الاقران (المدفع 1986ص46) .

5-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

من خلال نتائج المتوصل اليها هي الجدول رقم(04) الخاص بالفرضية الثانية وجدنا أن مستوى التوافق الاجتماعي كان مرتفعا لصالح الاختبار البعدي للعينة التجريبية وهذا راجع إلى اثر البرنامج المقترح الذي طبق عليهم أثناء ممارستهم للمادة فالألعاب الشبه الرياضية كان لها دور كبير في تنمية وتحسين توافقهم الاجتماعي.

وهذا ما تؤكدته الدراسة التي قام بها بن عبد الرحمان سيد علي بعنوان "اقتراح مجموعة من الالعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الجانب النفسي والاجتماعي لمرحلة التعليم المتوسط فنتائج الاختبار كانت لصالح الاختبار البعدي". وكذلك الدراسة التي قام بها فتحي بورعدة وآخرون بعنوان "مدى أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التوافق الاجتماعي لدى لاعبي كرة القدم صنف أشبال".

فالنتائج المتوصل إليها أثبتت أن للألعاب الشبه الرياضية تنمي التوافق الاجتماعي وذلك من خلال ظهور العامل التحفيزي نحو التدريب والتعلم واكتساب الميل لممارسة كرة القدم باستخدام الالعاب الشبه الرياضية وكذلك ظهور روح الجماعة والتحلي بالروح الرياضية واحترام القانون والغير وظهور الاندماج الاجتماعي وشعور بالثقة والتحكم في الانفعالات وضبطها .

فالألعاب الشبه الرياضية تكسب الافراد مهارات التعامل مع الجماعة واحترام وتقدير الاخرين وتقبل القيم الاجتماعية .



فهي تعد أحد الأنشطة الهامة في مجال التربية البدنية والرياضية ومناسبة لجميع الاعمار ولكلا الجنسين وهي أحد المقومات الرئيسية لأي برنامج تعليمي ويفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله بالإضافة الى دورها الهام في النمو الاجتماعي وهذه الألعاب إما أن تكون جماعية تربي لديهم روح المعاونة والانضباط او فردية تبرز قدرات التلميذ الشخصية وامكانية الاعتماد على النفس والشجاعة وحب النفس .

فالبرنامج الذي تم تطبيقه على التلاميذ صمم بأسلوب جمع فيه بين المنافسة في الاداء والبهجة والسرور فضلا عن التعاون في ما بينهم بشكل يهدف الى التعاون والمثابرة نحو تحقيق الفوز لان التلاميذ يحبون المنافسة و في الأخير يمكن القول بأن البرنامج الذي تم تطبيقه أثر تأثير إيجابيا في تنمية التوافق الاجتماعي لتلاميذ هذه المرحلة و أن الفرضية قد تحققت.

5-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

من خلال النتائج المتوصل اليها في الجدول رقم(05) الخاص بالفرضية الثالثة حيث وجدنا ان مستوى التوافق الاجتماعي مرتفع قليلا لصالح الاختبار البعدي وعليه يرى الطلبة الباحثون ان التلاميذ عند ممارستهم للحصص التعليمية قد اعطت نتائج لا بأس بها ،فحصه التربية البدنية تعتبر المتنافس الوحيد يخرج فيه التلميذ طاقته وينسى مشاكله الاجتماعية فهي تشبع حاجاته من اللعب والحركة .

فأصحاب الاتجاه الذاتي الفردي يرون ان عملية التوافق عملية متواصلة يتمكن بواسطتها الفرد من تجاوز كالمعوقات التي تطرحها البيئة امامه في سبيل تحقيق رغباته ،وهكذا يصبح الفرد من هذا المنظور مطالباً بإدخال تعديلات او احداث تغير في الدوافع الذاتية او البيئة الخارجية ضمانا لإشباع حاجاته التي تنيرها دوافعه البيولوجية كانت نفسية أو اجتماعية .



فحسب دراسة "بارما" 1979 ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية تلعب دورا هاما في تحسين أسلوب الحياة وتساعد على التكيف مع الجماعة والوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه ومن خلال هذه الأنشطة يدعم العلاقات الودية ويخلق الصداقة بين افراد الجماعة كما انها تساعد على بعث الطمأنينة داخل مجتمعه .

وقد أكدت نتائجنا المتحصل عليها دراسة بو لعشار حمزة ومفتاح حسين 2016 بعنوان

"دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي" ان التوافق النفسي والاجتماعي كان اكبر عند التلاميذ الممارسين أي مستوي توافقهم عالي .

5-4- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

من خلال النتائج المتوصل اليها في الجدول رقم(06) الخاص بالفرضية الرابعة حيث وجدنا أن مستوى التوافق الاجتماعي لعينة البحث والمتمثلة في العينة التجريبية كان مرتفع وافضل من العينة الضابطة في الاختبار البعدي ويرى الطلبة الباحثون ان تلاميذ العينة التجريبية لديهم توافق اجتماعي مرتفع وهذا راجع الى اثر البرنامج المقترح الذي طبق عليهم اثناء ممارستهم لحصص التربية البدنية وعليه فالألعاب الشبه الرياضية تلعب دورا كبيرا في تحقيق التوافق الاجتماعي فهي تعمل على اشباع حاجات المراهق ودوافعه فحسب كمال الدسوقي لكي يتوافق الناس ينبغي ان يكونوا في سلام مع انفسهم أولا بتحديد المطامح من الحاجات تم في سلام مع الاخرين في الموقف وأخيرا مع انفسهم. (كمال الدسوقي

،1972 ص 85-86)

فمن خلال نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة تبين تقدم المجموعة

التجريبية على الضابطة ويرى الباحثان ان السبب في ذلك يعود إلى:



❖ يعود إلى أن الألعاب الشبه الرياضية ساعدت على تحسين الاداء والاحساس بالحركة ومزاج التلاميذ .

❖ حب التلاميذ لهذه الألعاب مما ولد لديهم الرغبة والدافعية في التعلم .

❖ يعود إلى تنوع الألعاب المقترحة والتي احتوت على أنشطة وحركات محبوبة من قبل التلاميذ

،ومن هذا المنطلق يمكن القول أنهم يمتازون بالضبط الذاتي وتقدير المسؤولية وأكثر مسايرة لمعايير المجتمع وبمواصفاته وثقافته وذلك من خلال القدرة على القيام بالاستجابات المتنوعة تتلاءم والمواقف المختلفة .(كمال الدسوقي ، 1972، ص85-86).

إضافة الى أنهم يمتازون بفاعلية الاستجابة اتجاه المتوقعات الاجتماعية ومدى استعدادهم لهذه الأخيرة وبالتالي تتناسب سلوكياتهم مع ما يحدث في البيئة من متغيرات والتحكم فيها حيث يرى لازروس أن التوافق هو مجموعة العوامل النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على متطلبات والضغوط المتعددة كما أثبت كورتن بان الأفراد يصبحون أكثر ابتهاجا وتفاؤلا وتكيفا وانسجاما مع الآخرين حينما يمارسون الانشطة الترويحية فيما لو لم يمارسوها .

وفي ذات السياق يؤكد مكيمي في الدراسة التي قام بها حوال دور درس الممارسة الرياضية كنوع مهم في الانشطة الترفيهية في المدرسة وفي التنمية الاجتماعية للأفراد "ان الألعاب الشبه الرياضية تزيد من اثناء الروح الاجتماعية الطيبة تنمي روح التعاون والتآزر ،تشكل أساس الصداقة والقيادة وتقوي صفة القبول الاجتماعي واحترام الآخرين".

وكذلك الدراسة التي قام بها عيد ابراهيم مرعي في دراسته التي تحمل عنوان "تأثير برنامج رياضي مقترح على درجة التوافق الشخصي والاجتماعي لدى المعاقين بدنيا من تلاميذ المرحلة الإعدادية سنة 1990



" بحيث توصل إلى أن البرنامج الرياضي المقترح له تأثير ايجابي على درجة التوافق الاجتماعي لدى المجموعة التجريبية .

ومما سبق يمكن الاستنتاج ان الفرضية القائلة توجد فروق في درجة التوافق الاجتماعي بين عينتي البحث لصالح العينة التجريبية للقياس البعدي قد تحققت .



6- الاستنتاج العام :

في هذا الجزء من الفصل الميداني وانطلاقاً من نتائج الدراسة واعتماداً على البيانات الاحصائية المتحصل عليها، وانطلاقاً من الهدف الرئيسي للبحث و المتمثل في معرفة ان كان هناك اختلاف في مستوى التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بعد قيامهم بمجموعة من الحصص التعليمية توصلنا إلى ما يلي:

كل الفرضيات المقترحة في البحث قد تحققت فلهدا يجب الاهتمام بالألعاب الشبه الرياضية وادراجها في الحصص التعليمية واعطائها أهمية كبيرة مع حسن اختيار هذه الألعاب لما لها من فائدة كبيرة في تطوير التوافق الاجتماعي.

الخطمة

الخاتمة:

تعتبر الألعاب شبه الرياضية في مجال التربية البدنية و الرياضية من الأمور التي أصبح الأستاذ يعول عليها كثيرا في مختلف الأنشطة خاصة الجماعية منها والمناسبة لجميع الأعمار ولكلا الجنسين على السواء ، وهي أحد المقومات الرئيسية لأي برنامج ويفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله حيث تستدعي وضع التلميذ في ظروف حقيقية مشابهة لما يراه في المنافسات الرياضية الرسمية ولهذا قد تجبر المدرس على استخدامها في الحصص الرياضية لتحقيق الأهداف سواء كانت هذه الأهداف اجتماعية وحسية حركية ومعرفية .

بالاعتماد عليها تتحقق الأهداف التربوية الاجتماعية والانفعالية والنفسية وكذا تنمية العلاقات و روح الجماعة والإحساس الشعور بالمسؤولية و روح التعاون إلى غير ذلك من الأهداف التي تساعد التلميذ في بناء شخصية كاملة بصورة سليمة والتي تدفعه للذهاب بعيدا ، كما أن الألعاب شبه الرياضية تعتبر من أنجع الطرق والوسائل في تنمية الصفات الاجتماعية كتتمية الثقة بالنفس والتحكم في الانفعالات واحترام الغير .

7- التوصيات والاقتراحات :

في اطار هذا البحث وعلى ضوء فروض ونتائج الدراسة ورغبة منا في مساهمة في اعطاء

صورة عامة عن مساهمة الالعاب الشبه الرياضية في تنمية التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة

النهائية تم الخروج بمجموعة من الاقتراحات والتوصيات والتي ندرجها في ما يلي :

-ضرورة دمج الالعاب الشبه الرياضية في الحصص التعليمية

-تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج اوقات الدراسة الاهتمام بالمراهق كفرد له مشاكله

الاجتماعية وذلك بفهم ومعرفة مختلف خصائص هذه المرحلة والتي يمكن ان تأثر عليه وعلى مساره

الدراسي

- ضرورة تحسيس الأساتذة بأهمية الالعاب الشبه الرياضية ودورها في تنمية التوافق الاجتماعي

-تكييف الالعاب الشبه الرياضية حسب قدرات التلاميذ

-اصلاح مستمر لمناهج التربية البدنية وإقامة ايام دراسية ومنتديات لمواكبة التطور العلمي

-ضرورة تزويد المؤسسات التعليمية بالعتاد الرياضي لتحفيز التلاميذ على مزاوله الرياضة بكل حرية.

-ضرورة استعمال الالعاب الشبه الرياضية في الالعاب الفردية والجماعي.

-الالمام بأكثر من لعبة والتنويع في استخدامها خلال حصة التربية البدنية.

قائمة المصادر و المراجع

باللغة العربية :

- 1- أحمد تيغري وآخرون : قراءات في الأهداف التربوية ، ط3، دار الخطابي للطباعة ، 1989.
- 2- ألين وديع فرح : "خبرات في الألعاب للصغار و الكبار " ، دار المعارف الإسكندرية ،1996.
- 3- أمين أنور الخولي و آخرون : "مناهج التربية البدنية المعاصرة "، دار الفكر العربي ، ط1، 2000.
- 4- أمين أنور الخولي وآخرون : "مناهج التربية الرياضية الحديثة "، دار الفكر العرب ، ط1 ، 2000.
- 5- بسطويسي أحمد : "أسس و نظريات الحركة " ، دار الفكر العربي ، ط1 ، مدينة نصر ، 1992.
- 6- حامد عبد السلام زهران : "علم النفس النمو و الطفولة و المراهقة" ، عالم الكتاب ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، 1995 .
- 7- حسن علاوي : "علم النفس الرياضي " ، ط6، 1985.
- 8- حسين عبد الجواد : "الألعاب الصغيرة " ، ط1 ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1984 .
- 9- خالد لبصيص : " التدريس العلمي و الفني اشتقاق بمراقبة الكفاءات و الأهداف " ، دار التنوير الجزائر ، 2004 .
- 10- خليل ميخائيل معوض : "سيكولوجية بالنمو للطفولة و المراهقة" ، ط3 ، دار الفكر بالجامعي . 1994 .
- 11- د/ريسان عبد المجيد: "ألعاب الحركة" ، ط1 ، دار الشروق ، الأردن ، 2000.
- 12- زكريا إبراهيم كامل و آخرون : طرق التدريس في التربية الرياضية ، ج1، ط1، مكتبة الإشعاع الفنية.
- 13- زكية إبراهيم كامل: طرق التدريس في التربية البدنية، ط1، مكتبة الإشعاع الفنية، 2002.

14- سعد جلال محمد حسن علاوي : " علم النفس التربوي الرياضي " ، ط4، دار المعارف ، مصر . 1979 .

15- شادلي مول : "علم نفس الطفل المراهق "، ط5، دار المعارف ،بيروت ،لبنان ، 1981.

16- صلاح خضر: "قراءات في مناهج وطرق التدريس " ، دار العربية للنشر والتوزيع، القاهرة، 1993.

17- عاقل فاخر : "علم النفس التربوي " ، ط 2 ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1972 .

18- عبد الرحمان العيساوي : "ورشات في تنشئة السلوك الإنساني "، دار الراتب للجامعة ببيروت لبنان، 1999.

19- عبد السلام الجسماني : "سيكولوجية الطفل والمراهقة "، دار العربية للعلوم ، ط1، 1991.

20- عبد العالي الجسماني : "سيكولوجية الطفل والمراهقة " ، ط 1 ، دار العربية للعلوم ، 1994.

21- عبد القادر حلبي، مدخل إلى الإحصاء ط2، مطبعة بيروت، 1984.

22- عبد اللطيف العرابي وآخرون : "كيف تدرس بواسطة الأهداف "، ط 3 ، دار الخطابي للطباعة ، 1989.

23- عبد المجيد شرف : "التربية الرياضية للأطفال الأسوياء و المتحدي للإعاقة"، ط 4 ، 1987.

24- عدنان درويش جلول و آخرون : التربية البدنية و الرياضة الارسة، ط3، دار الفكر العربي،

. 1954

25- عطية محمود : "مجلة علم النفس " ، 1949.

26- عمار بخوش، محمد بنيات، علم الاجتماع والمنهج العلمي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.

27- عمر محمد التومي الشيباني : "تطوير النظريات و الأفكار التربوية " ، 1981.

- 28- عيسى ناجي عبد الجبار، شامل كامل محمد، مبادئ الإحصاء في التربية البدنية، دار المعارف القاهرة، 1991.
- 29- فايز مهنا : التربية الرياضية الحديثة ، ط1 ، دار طه يس ، 1985.
- 30- فؤاد البهي السيد : " الأسس النفسية للفرد " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 .
- 31- محمد أزوي : "المراهق و العلاقات المدرسية " ، منشورات مجلة علوم التربية ، 1995.
- 32- محمد الحمامي وآخرون : " أسس بناء برامج التربية الرياضية " ، دار الفكر العربي ، 1990.
- 33- محمد حامد الأفندي : "علم النفس التربوي و الأسس النفسية للتربية البدنية " ، دار الهناء للطباعة القاهرة ، 1997 .
- 34- محمد علي ، 1985.
- 35- محمد عماد الدين إسماعيل : "النمو في مرحلة المراهقة" ، ط1، دار العلم ، الكويت، 1982 .
- 36- محمد لزهرة الإسهاال، الأصول في البحث العلمي، دار الحكمة للطباعة والنشر، العراق، 1990 .
- 37- محمد مصطفى زيدان : " علم النفس التربوي " ، دار المشرق ، 1995 .
- 38- مصطفى السابع محمد ر: "اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية و الرياضية " ، ط1 ، مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية ، 2001 .
- 39- مصطفى زيدان : "النمو النفسي للمراهق" ، ط 3 ، دار الشروق .
- 40- مصطفى غالب : "سيكولوجية الطفولة و المراهقة" ، ط1، مكتبة الهلال ، بيروت ، 1979 .
- 41- مفتى إبراهيم حماد : " طرق تدريس ألعاب الكراتي " ، ط1، دار الفكر العربي ، 2000 .
- 42- مكارم حلمي أبو هرجه و آخرون : " مناهج التربية الرياضية " ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي 1999.
- 43- ملك مغول سليمان : "علم النفس الطفولة و المراهقة" ، ط 2 ، جامعة دمشق ، سوريا ، 1985 .

- 44- مناهج التربية البدنية و الرياضية التعليم الثانوي ديوان المطبوعات المدرسية ، جوان ، 1996 .
- 45- مناهج و مواقيت السنة السادسة : المعهد الوطني للمطبوعات المدرسية ، الجزائر ، 1986.
- 46- ميخائيل معوض : "مشكلة المراهقين في المدن و الريف " ، القاهرة ، مصر ، 1971.
- 47- نوري الحافظ : المراهقة ، المؤسسة العربية لدراسات و النشر ، ط 2 ، 1990 .
- 48- يوسف قطافي : سيكولوجيا التعلم و التعليم الصفي ، ط 1 ، دار النشر و التوزيع ، عمان 1989.

المذكرات:

- 1- بوغدة نواري و آخرون : أهمية الألعاب الصغيرة لألعاب الرياضة الجماعية ، مذكرة لسانس غير منشورة ، جامعة الجزائر .
- 2- لموزة أشواق سامي جرجيس، الاحداث الصدمية و علاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية أطروحة دكتوراة جامعة بغداد 2005.

مراجع باللغة الفرنسية:

- 1- les jeux de l'enfant Apres 3ans . sa nature . sa discipline 4eme Ed ; j
Varin libraire philosophiques . pares,1976,p29.
- 2- N.E MedajaouiriM.rachid.Amelioration des qulitès physique Travers LES
J.P.S . (15-17) Sous La Direction M.Dgaout .A. juin .91.p 5 .
- 3- Rachid .Aoudia : les jeux pré sportif dans la formation lu hand – balle
sous la directuen de p.konstantyl.D.P.S.jumi1985 .p5 .

4- Chachaou Brahim .Meseausi .Brahim . ben tahasid – Ahmed : mémoire
. étude comparative de deuse m'eihodes d'entreuement sous la
diractuou de –lelawi . f. jumar 1991–1992 .p38 .

5-paris .1973 . p 140 "psychologiqui de lladolescent"Pelier– luise

الملاحق

وحدة تعليمية

المستوى	النشاط	مدة الإنجاز	مكان العمل
السنة الثالثة ثانوي	الجري السريع	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
المجال	الثاني		
وسائل العمل الضرورية	ميفاتي + شواخص + صافرة +		
الكفاءة القاعدية	ان يتمكن المتعلم من تنويع التدخلات بمجهودات مناسبة لضمان أفضل نتيجة		
الهدف التعليمي رقم: 01	كشف قدرات التلاميذ في الجري السريع و المستقيم مسافة 60م		

فترات التعلم	معايير التحقيق	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	تحضير التلاميذ نفسيا وتربويا لتقبل نشاطات مرحلة التعلم. وكذلك بدنيا وحركيا قصد تلقي الواجبات الحركية المبرمجة في مرحلة التعلم بفاعلية وديناميكية جيدة	الحالة التعليمية رقم 01: تهيئة العتاد الاصطفايف والمناداة التحية الرياضية والتكلم عن مضمون الحصة. الجري الخفيف والقيام بتمارين مفصلية وعضلية للطرفين العلوي والسفلي مع اطالات عضلية متنوعة مع اضافة تمارين احماء خاصة بالنشاط الرئيسي المبرمج	الالتزام باوامر القائد التدخل في كل مرة لتصحيح الاخطاء	الحرص على الانضباط والصمت والانصات لمضمون الشرح. التسخين بجدية وتتبع مراحل الاحماء المقتن مع التاكيد على المجاميع العضلية الخاصة بالنشاط الرئيسي.
مرحلة الإنجاز الرئيسية	قدرة التلاميذ على الجري من خلال التقويم الاولي	الحالة التعليمية رقم 01: منافسة ما بين التلاميذ ، تعيين حكام يشرفون على المنافسة مع اعطاء النتائج لعبة الشبه الرياضية = الليل والنهار يقف فريقان في منتصف الملعب ومتقابلان بالظهر ويبعدان ب2متر يسرد المعلم قصة يدكر فيها تارة الليل واخرى النهار الفريق الذي يسمع اسمه يهر والفريق الاخر يطارده ويكون الفائز الذي يمسك اكبر عدد من التلاميذ	- ضرورة اشعار التلاميذ بالمسؤولية - تفادي الاصابات اخلاء مجال الركض الانتباه	اختيار الزميل الذي يحقق معه عمل المنافسة و تحقيق احسن النتائج
مرحلة التقييم	العودة بالجسم الى الحالة الطبيعية	الحالة التعليمية رقم 05 : - القيام ببعض تمارين التهدنة كالمشي المصحوب بالتنفس العميق وبعض تمارين الاطالة والمرونة ثم الاصطفايف ومناقشة الحصة تعقبها التحية والانصراف	الاهتمام بتمارين التهدنة والتاكيد عليها. المشاركة في المناقشة و الانتباه للتوجيه والنصائح	اخذ الملاحظات بعين الاعتبار

وحدة تعليمية

المستوى	النشاط	مدة الإنجاز	مكان العمل
السنة الثالثة ثانوي	الجري السريع	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
المجال	الثاني		
وسائل العمل الضرورية	ميفاتي + شواخص + صافرة +		
الكفاءة القاعدية	ان يتمكن المتعلم من تنويع التدخلات بمجهوداته مناسبة لضمان افضل نتيجة		
الهدف التعليمي رقم: 02	الاستجابة بسرعة للايعاز		

فترات التعلم	معايير التحقيق	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	تحضير التلاميذ نفسيا وتربويا لتقبل نشاطات مرحلة التعلم. وكذلك بنيا وحركيا قصد تلقي الواجبات الحركية المبرمجة في مرحلة التعلم بفاعلية وديناميكية جيدة	الحالة التعليمية رقم 01: تهيئة العتاد الاصطفااف والمناداة التحية الرياضية والتكلم عن مضمون الحصة. الجري الخفيف والقيام بتمارين مفصلية وعضلية للطرفين العلوي والسفلي مع اطالات عضلية متنوعة مع اضافة تمارين احماء خاصة بالنشاط الرئيسي المبرمج	الالتزام باوامر القائد التدخل في كل مرة لتصحيح الاخطاء	الحرص على الانضباط والصمت والانصات لمضمون الشرح. التسخين بجدية وتتبع مراحل الاحماء المقتن مع التاكيد على المجاميع العضلية الخاصة بالنشاط الرئيسي.
مرحلة الإنجاز الرئيسية	القدرة على تحسين طريقة الخروج من خط الانطلاق	الحالة التعليمية رقم 02: تقسيم القسم الى 04 افواج يقوم كل تلميذ باجدية رفع الركبتين اماما بسرعة قصوى مسافة 02م مع تطبيق مبادئ الابدجية على ان ينجز اكثر من 20 خطوة في مدة 10ثا الحالة التعليمية رقم 04: القيام بمنافسة ما بين الافواج مع تعيين الفائز اللعبة الشبه الرياضية = لعبة الارقام جري التلاميذ في مختلف الاتجاهات في ملعب كرة اليد وعند سماع رقم معين يقومون بتشكيل مجموعات حسب العدد المطلوب والخاسر يقصى من اللعب	-تنظيم العمل و المتعة في التعلم -التوافق بين مختلف اطراف الجسم -المرونة في العمل و اعطاء الصبغة الجمالية للحركة -التعاون لتحقيق الهدف المطلوب	-رفع الراس اثناء العمل -عدم التوقف في مكانه -ابراز عمل الذراعين -السرعة القصوى في تكرار العمل
مرحلة التقييم	العودة الى مرحلة مستوى الهدوء الوظيفي للجسم	الحالة التعليمية رقم 05: -القيام ببعض تمارين التهدنة كالمشي المصحوب بالتنفس العميق وبعض تمارين الاطالة والمرونة ثم الاصطفااف ومناقشة الحصة تعقبها التحية والانصراف	الاهتمام بتمارين التهدنة والتاكيد عليها. المشاركة في المناقشة و الانتباه للتوجيه والنصائح	اخذ الملاحظات بعين الاعتبار

وحدة تعليمية

المستوى	النشاط	مدة الإنجاز	مكان العمل
السنة الثالثة ثانوي	الجري السريع	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
المجال	الثاني		
وسائل العمل الضرورية	شواخص + صافرة + ميقاتي		
الكفاءة القاعدية	ان يتمكن المتعلم من تنويع التدخلات بمجهوداته مناسبة لضمان افضل نتيجة		
الهدف التعليمي رقم: 03	تحسين الرغبة في سرعة التنقل		

فترات التعلم	معايير التحقيق	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	تحضير التلاميذ نفسيا وتربويا لتقبل نشاطات مرحلة التعلم. وكذلك بدنيا وحرکيا قصد تلقي الواجبات الحركية المبرمجة في مرحلة التعلم بفاعلية وديناميكية جيدة	الحالة التعليمية رقم 01: تهيئة العتاد الاصطفايف والمناداة التحية الرياضية والتكلم عن مضمون الحصة. الجري الخفيف والقيام بتمارين مفصلية وعضلية للطرفين العلوي والسفلي مع اطالات عضلية متنوعة مع اضافة تمارين احماء خاصة بالنشاط الرئيسي المبرمج	الالتزام باوامر القائد التدخل في كل مرة لتصحيح الاخطاء	الحرص على الانضباط والالصمت والانصات لمضمون الشرح. التسخين بجدية وتتبع مراحل الاحماء المقتن مع التاكيد على المجاميع العضلية الخاصة بالنشاط الرئيسي.
مرحلة الإنجاز الرئيسية	القدرة الى الوصول بالجسم الى اقصى سرعة	الحالة التعليمية رقم 02: تقسيم التلاميذ الى 04 افواج، يتقدم الاول من كل فوج بمسافة 10م ثم الثاني يحاول مسكه، الجري يكون في خط مستقيم و على مسافة 40م ثم تغير الادوار الحالة التعليمية رقم 04: في اطار منافسة بين الافواج يقوم كل تلميذ بتمثيل فوجه من خلال الجري السريع مسافة 40م - جعل التمرين على شكل منافسة اللعبة الشبه الرياضية = لمس الزميل قبل الانطلاق يقف التلاميذ على شكل قاطرات عند الاشارة ينطلق الاول من كل فوج الى غاية الشاخص ثم العودة لكي يلمس زميله هذا الاخير يقوم بنفس العمل الى غاية اخر تلميذ والفوج الفائز هو الذي ينهي العمل الاول	الوصول بالجسم الى اقصى سرعة محاولة الجري باقصى سرعة لتفادي اللمس استعمال كل القوى اثناء العمل دور الشخص في خدمة الجماعة	تفادي العمل العشوائي لمس الزميل قبل الوصول الى خط النهاية تفادي النظر للخلق بعد الانطلاق الوصول الى احسن وقت
مرحلة التقييم	القدرة على العودة بالجسم الى الحالة الطبيعية	الحالة التعليمية رقم 05: القيام ببعض تمارين التهدنة كالمشي المصحوب بالتنفس العميق وبعض تمارين الاطالة والمرونة ثم الاصطفايف ومناقشة الحصة تعقبها التحية والانصراف	الاهتمام بتمارين التهدنة والتأكد عليها. المشاركة في المناقشة و الانتباه للتوجيه والنصائح	اخذ الملاحظات بعين الاعتبار

وحدة تعليمية

المستوى	النشاط	مدة الإنجاز	مكان العمل
السنة الثالثة ثانوي	الجري السريع	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
المجال	الثاني		
وسائل العمل الضرورية	ميفاتي + شواخص + صافرة +		
الكفاءة القاعدية	ان يتمكن المتعلم من تنويع التدخلات بمجهودات مناسبة لضمان افضل نتيجة		
الهدف التعليمي رقم: 04	تحسين سعة الخطوات		

فترات التعلم	معايير التحقيق	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	تحضير التلاميذ نفسيا وتربويًا لتقبل نشاطات مرحلة التعلم. وكذلك بدنيا وحركيا قصد تلقي الواجبات الحركية المبرمجة في مرحلة التعلم بفاعلية وديناميكية جيدة	<u>الحالة التعليمية رقم 01: تهيئة العتاد الاصطفاف والمناداة التحية الرياضية والتكلم عن مضمون الحصة.</u> الجري الخفيف والقيام بتمارين مفصلية وعضلية للطرفين العلوي والسفلي مع اطالات عضلية متنوعة مع اضافة تمارين احماء خاصة بالنشاط الرئيسي المبرمج	الالتزام باوامر القائد التدخل في كل مرة لتصحيح الاخطاء	الحرص على الانضباط والسمت والانصات لمضمون الشرح. التسخين بجدية وتتبع مراحل الاحماء المقتن مع التاكيد على المجاميع العضلية الخاصة بالنشاط الرئيسي.
مرحلة الإنجاز الرئيسية	القدرة على تحسين سعة الخطوات	<u>الحالة التعليمية رقم 02: تقسيم القسم الى 04 افواج في اطار منافسة يقوم الاول من كل فوج بالجري مسافة 40م في اقل وقت ثم تغيير الادوا</u> <u>الحالة التعليمية رقم 04:</u> في اطار منافسة بين الافواج يقوم كل تلميذ بالجري السريع 40م ذهابا و ايابا ممثلا لفوجه مع جعل التمرين على شكل منافسة اللعبة الشبه رياضية = القفز على الادوات المستعملة يقوم التلاميذ بالاصطفاف على خط مستقيم يقفون بثني الجذع للامام كما في الركوع ويقوم اخر لاعب بالقفز من فوقهم وتحدد نقطة وصول اوفوز . الفريق الواصل والا الى خط النهاية هو الفائز	-الجري بأقصى سرعة -الرغبة في الفوز -التوافق بين الاطراف -التركيز على التنافس -تحسين النتائج الشعور بالمسؤولية و الفعالية داخل الفوج	المحافظة على النظام اعطاء النتائج بكل مصداقية
مرحلة التقييم	العودة الى مرحلة مستوى الهدوء الوظيفي للجسم	<u>الحالة التعليمية رقم 06: القيام ببعض تمارين التهدئة كالمشي المصحوب بالتنفس العميق وبعض تمارين الاطالة والمرونة ثم الاصطفاف ومناقشة الحصة تعقبها التحية والانصراف</u>	الاهتمام بتمارين التهدئة والتأكد عليها. المشاركة في المناقشة و الانتباه للتوجيه والنصائح	اخذ الملاحظات بعين الاعتبار

المستوى	النشاط	مدة الإنجاز	مكان العمل
السنة الثالثة ثانوي	كرة السلة	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
المجال	الثاني		
وسائل العمل الضرورية	صافرة + ميقاتي + شواخص + كرات		
الكفاءة القاعدية	ان يتمكن المتعلم من تنويع التدخلات بمجهودات مناسبة لضمان أفضل نتيجة		
الهدف التعليمي رقم: 05	تحسين مختلف أنواع التمرير		

فترات التعلم	معايير التحقيق	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	تحضير التلاميذ نفسيا وتربويا لتقبل نشاطات مرحلة التعلم. وكذلك بدنيا وحركيا قصد تلقي الواجبات الحركية المبرمجة في مرحلة التعلم بفاعلية وديناميكية جيدة	الحالة التعليمية رقم 01: تهيئة العتاد الاصطفاف والمناداة التحية الرياضية والتكلم عن مضمون الحصة. الجري الخفيف والقيام بتمارين مفصلية وعضلية للطرفين العلوي والسفلي مع اطالات عضلية متنوعة مع اضافة تمارين احماء خاصة بالنشاط الرئيسي المبرمج	الالتزام باوامر القائد التدخل في كل مرة لتصحيح الاخطاء	الحرص على الانضباط والصمت والانصات لمضمون الشرح. التسخين بجدية وتتبع مراحل الاحماء المقتن مع التاكيد على المجاميع العضلية الخاصة بالنشاط الرئيسي.
مرحلة الإنجاز الرئيسية	القدرة على تمرير الكرة بمختلف الاشكال	الحالة التعليمية رقم 02: تقسيم التلاميذ إلى أفواج حسب عدد الكرات وكل فوجين متقابلين و يقوم الاول بتمرير الكرة من الصدر الى الزميل المقابل والرجوع الى الخلف الحالة التعليمية رقم 04: منافسة ما بين اعضاء الفوج في ملعب كرة السلة لعبة الشبه الرياضية = لعبة التمريرات العشر تمرير الكرة ما بين اعضاء الفوج الواحد دون اسقاطها او اخذها من قبل الخصم وعند الوصول للعشرة تحتسب نقطة	التمرير بكلنا اليدين من الصدر تمرير الكرة من فوق الرأس القيام بمختلف التمريرات التعاون من اجل تحقيق الهدف المطلوب	إيصال الكرة إلى الزميل التأكيد على خروج الكرة من فوق الرأس إستقبال الكرة بكلتا اليدين تطبيق القوانين المدروسة
مرحلة التقييم	العودة الى مرحلة مستوى الهدوء الوظيفي للجسم	الحالة التعليمية رقم 05: القيام ببعض تمارين التهدئة كالمشي المصحوب بالتنفس العميق وبعض تمارين الاطالة والمرونة ثم الاصطفاف ومناقشة الحصة تعقبها التحية والانصراف	الاهتمام بتمارين التهدئة والتأكيد عليها. المشاركة في المناقشة و الانتباه للتوجيه والنصائح	اخذ الملاحظات بعين الاعتبار

وحدة تعليمية

المستوى	النشاط	مدة الإنجاز	مكان العمل
السنة الثالثة ثانوي	كرة السلة	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
المجال	الاول		
وسائل العمل الضرورية	صافرة + ميقاتي + شواخص + كرات		
الكفاءة القاعدية	ان يتمكن المتعلم من تنويع التدخلات بمجهودات مناسبة لضمان افضل نتيجة		
الهدف التعليمي رقم:06	تحسين التنطيط بالكرة		

فترات التعلم	معايير التحقيق	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	تحضير التلاميذ نفسيا وتربويا لتقبل نشاطات مرحلة التعلم. وكذلك بدنيا وحركيا قصد تلقي الواجبات الحركية المبرمجة في مرحلة التعلم بغاوعية وديناميكية جيدة	الحالة التعليمية رقم 01: تهيئة العتاد الاصطفاف والمناداة التحية الرياضية والتكلم عن مضمون الحصة. الجرى الخفيف والقيام بتمارين مفصلية وعضلية للطرفين العلوي والسفلي مع اطالات عضلية متنوعة مع اضافة تمارين احماء خاصة بالنشاط الرئيسي المبرمج	الالتزام باوامر القائد	الحرص على الانضباط والصمت والالتصاف لمضمون الشرح. التسخين بجدية وتتبع مراحل الاحماء المقتن مع التاكيد على المجاميع العضلية الخاصة بالنشاط الرئيسي.
مرحلة الإنجاز الرئيسية	القدرة على التحكم في الكرة أثناء التنطيط	أحالة التعليمية رقم 02: تقسيم التلاميذ إلى أفواج على شكل قاطرة كل فوجين متقابلين والتنقل بالكرة عن طريق التنطيط (مع تغيير اليد) الحالة التعليمية رقم 04: إجراء مقابلات موجهة ما بين التلاميذ اللعبة الشبه الرياضية = لعبة الهروب الى الكهف مع تجنب المصيدة يوضع مجموعة من التلاميذ في كل منطقة ويقوم كل تلميذ من المجموعة بتنطيط الكرة نحو المرمى مع تجنب لمسها أثناء التنطيط والفريق الذي ينجو اكبر عدد ممكن من عناصره هو الفائز	التحكم في الكرة أثناء التنقل محاولة التحكم في الكرة أثناء المرور بين الشواخص التنطيط بيد وتغطية الكرة باليد الأخرى المشاركة الفعالة في المقابلة	ضرب الكرة للامام أثناء التنقل (10د) جعل الشواخص خلفا عند المرور (10د) الحفاظ على الكرة أطول وقت ممكن (10د) تطبيق القوانين المدروسة (10د)
مرحلة التقييم	العودة الى مرحلة مستوى الهدوء الوظيفي للجسم	الحالة التعليمية رقم 05: القيام ببعض تمارين التهدئة كالمشي المصحوب بالتنفس العميق وبعض تمارين الاطالة والمرونة ثم الاصطفاف ومناقشة الحصة تعقبها التحية والانصراف	الاهتمام بتمارين التهدئة والتاكيد عليها. المشاركة في المناقشة و الانتباه للتوجيه والنصائح	اخذ الملاحظات بعين الاعتبار

وحدة تعليمية

المستوى	النشاط	مدة الإنجاز	مكان العمل
السنة الثالثة ثانوي	كرة السلة	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
المجال	الثاني		
وسائل العمل الضرورية	صافرة + ميقاتي + شواخص + كرات		
الكفاءة القاعدية	ان يتمكن المتعلم من تنويع التدخلات بمجهودات مناسبة لضمان افضل نتيجة		
الهدف التعليمي رقم: 07	التسديد من الثبات		

فترات التعلم	معايير التحقيق	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	تحضير التلاميذ نفسيا وتربويا لتقبل نشاطات مرحلة التعلم. وكذلك بدنيا وحركيا قصد تلقي الواجبات الحركية المبرمجة في مرحلة التعلم بفاعلية وديناميكية جيدة	الحالة التعليمية رقم 01: تهيئة العتاد الاصطفاف والمناداة التحية الرياضية والتكلم عن مضمون الحصة. الجري الخفيف والقيام بتمارين مفصلية وعضلية للطرفين العلوي والسفلي مع اطالات عضلية متنوعة مع اضافة تمارين احماء خاصة بالنشاط الرئيسي المبرمج	الالتزام باوامر القائد	الحرص على الانضباط والسمت والانصات لمضمون الشرح. التسخين بجدية وتتبع مراحل الاحماء المقتن مع التاكيد على المجاميع العضلية الخاصة بالنشاط الرئيسي.
مرحلة الإنجاز الرئيسية	القدرة على التسديد بالحركة	الحالة التعليمية رقم 03: تقسيم التلاميذ إلى 4 أفواج كل فوج في جهة والتصويب نحو السلة من الثبات مع تغيير الأماكن الحالة التعليمية رقم 04: نفس عمل الورشة 02 لكن هذه المرة يكون التصويب خارج منطقة 3نقط اللعبة الشبه الرياضية = حماية الحصن ترسم دائرة كبيرة وفي منتصفها حصن يقف بجانبه لاعب يدافع عن الحصن من ضربات الفريق خارج الدائرة ويحاول الفريق اسقاط الحصن خلال زمن محدد	تسديد الكرة من مكان الوقوف التسديد خارج منطقة 3نقط مشاركة الفعالة في المقابلة	التسديد نحو المربع الأسود الصغير الارتكاز على الرجل اليسرى أو اليمنى والدفع باليد تطبيق القوانين المدروسة
مرحلة التقييم	القدرة على العودة بالجسم الى الحالة الطبيعية	الحالة التعليمية رقم 04: القيام ببعض تمارين التهدئة كالمشي المصحوب بالتنفس العميق وبعض تمارين الاطالة والمرونة ثم الاصطفاف ومناقشة الحصة تعقبها التحية والانصراف	الاهتمام بتمارين التهدئة والتأكد عليها. المشاركة في المناقشة و الانتباه للتوجيه والنصائح	اخذ الملاحظات بعين الاعتبار

