

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي

- تيسمسيلت -

تخصص النشاط الرياضي البدني المدرسي
مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر
في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

بعنوان :

دراسة السمات الشخصية ومقارنتها وفقا لمتغير النشاط الممارس و التخصص الدراسي لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية

دراسة ميدانية أجريت على طلبة التربية البدنية السنة الثالثة ليسانس بتيسمسيلت

إشراف الأستاذ:

د/ ربوح صالح

إعداد الطلبة:

- بوغاري الحبيب

- نواري العنتري

السنة الجامعية: 2015 / 2014

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

كلمة شكر

إن ليس بيدنا أن نحسن إلى من أحسن إلينا بقدر ما فعلوا
فإن كان لهذه الرسالة فضل انجاز فإننا لا ننسى من كان له علينا الفضل
وعلى رأسهم الدكتور عبد المجيد شعلال رحمة الله عليه وإلى الدكتور
المشرف ربوح صالح الذي أولانا بالتوجيه والإرشاد ولم يبخل بجهده أو بوقته
وكان نموذج سباق في توجيهنا طوال فترة البحث فلسيادته كل الشكر
والامتنان

وكل الشكر والتقدير لأساتذة المعهد الأفاضل على الجهد العلمي
الذي بذلوه طوال سنوات الدراسة وكل إشارات وعمال المركز الجامعي
لولاية تيسمسيلت كما أننا لانسى أساتذة التربية البدنية والرياضية
بثانوية محمد البشير بومعزة دائرة لرجام طوال فترة التربص

الحبيب + العنتري
الحبيب + العنتري

إهداء

إلى التي حملتني وهنا على وهنا وغمرتني بحنانها وكانت
سندا لي في دربي وعانت الحلو والمر حتى أوصلتني إلى ما أريد إلى اغلي ما املك في
الوجود أمي

إلى الذي تكفل المشقة في تعليمي ولم يبخل علي بشيء
وكان مثلي الأعلى في الصبر وطاعة الله الى الذي رباني

وأراد أن ابلغ المعالي إلى اعز ما املك أبي

إلى من يفرحون لفرحي ويحزنون لحزني . إلى من شاركوني لعب الصبا وسداجة الطفولة
إخوتي الأعزاء

والتقدير إلى أصدقائي: شعيب . مالكي . موساوي .

إلى من قاسمني العناء في إنجاز المذكرة الزميل " الحبيب "

إلى جميع الزملاء بالإقامة الجامعية 1000 سرير

إلى كل طلبة الدفعة الاولى ماستر لنظام : ل م د / ع ت ن ب ر ...

2015/2014

إلى كل الأصدقاء الذين رافقوني في الحياة كل بإسمه

إلى كل هؤلاء أقول " أهديكم وأهديكم وتحياتي لا تكفيكم "

العثمري

إهداء

إلى التي حملتني وهنا على وهنا وغمرتني بحنانها وكانت
سندا لي في دربي وعانت الحلو والمر حتى أوصلتني إلى ما أريد إلى اغلي ما املك في
الوجود أمي

إلى الذي تكفل المشقة في تعليمي ولم يبخل علي بشيء
وكان مثلي الأعلى في الصبر وطاعة الله إلى الذي رباني

وأراد أن ابلغ المعالي إلى اعز ما املك أبي

إلى من يفرحون لفرحي ويحزنون لحزني . إلى من شاركوني لعب الصبا وسداجة الطفولة
إخوتي الأعزاء

والتقدير إلى أصدقائي: مالكي ، يوسف ، عبد الحق ، أحمد ، شاكِر ، خير الدين ، لخضر ،
حمزة ، غزلي ، حدني ، إسماعيل ، ناصر ، طيبي ، شعيب . مالكي . موساوي ، دحمان .

إلى جميع الزملاء بالإقامة الجامعية 1000 سرير

إلى كل طلبة الدفعة الأولى ماستر لنظام : ل م د / ع ت ن ب ر ...

2015/2014

إلى كل الأصدقاء الذين رافقوني في الحياة كل باسمه

إلى كل هؤلاء أقول " أهديكم وأهديكم وتحياتي لا تكفيكم "

الحبيب

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة: دراسة السمات الشخصية و مقارنتها وفق لمتغير النشاط الممارس و التخصص الدراسي

- دراسة ميدانية على طلبة السنة الثالثة ليسانس

- تهدف الدراسة إلى معرفة سمات الشخصية لطلبة حسب الأنشطة الرياضية الممارسة و التخصص الدراسي و

السمات المميزة بين طلبة التدريب و التربية و حركة فكان التساؤل التالي:

- **إشكالية الدراسة:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسمات الشخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس و التخصص

الدراسي لدى طلبة التربية البدنية والرياضية ؟

- **الفرضيات:**

- **الفرضية العامة:**

. توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسمات الشخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس و التخصص الدراسي لدى طلبة التربية

البدنية والرياضية ؟

- **الفرضيات الجزئية:**

. توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسمات الشخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير التخصص الدراسي.

. توجد السمات المميزة لطلبة التربية البدنية و الرياضية

- **حدود الدراسة:**

أجريت هذه الدراسة على مجموعة من طلبة السنة الثالثة ليسانس تربية بدنية والرياضية بجامعة تيسمسيلت

و امتدت هذه الدراسة من بداية ديسمبر 2014 الى غاية أواخر مايو 2015 تم اختيار 60 طالب من المجتمع الأصلي

لطلبة السنة الثالثة ليسانس تربية بدنية والرياضية وتم اختيارهما بطريقة مقصودة وذلك حسب إمكانية الوصول إليها وقد

شملت العينة 30 طالب تربية و حركة و 30 طالب تدريب رياضي وتم الاعتماد على المنهج الوصفي حيث استخدمنا في

بحثنا هذا مقياس السمات الشخصية (لفرايبورغ)

الاقتراحات والتوصيات:

- توسيع البحث في مجال السمات الشخصية.

- وضع اختبارات مستمرة للسمات ومقارنتها مع التخصصات وميول و رغبات.

- توعية كل الأوساط الرياضية من الطلبة و الباحثين.

- الالتزام بالتنظيم الجيد لكل المنافسات الرياضية

Résumé Synthèse de l'étude :

Titre de l'étude: études des Caractéristiques qualités personnelles et de les comparer selon le variable de l'activité pratiquée et spécialité d'étude Une étude sur les étudiants de troisième année licence L'étude vise à savoir Caractéristiques qualités personnelles des étudiants les activités sportives pratiquées et la spécialité d'étude et les qualités distinctives Entre les étudiants Entraînement Et de l'éducation et le mouvement on a posé la problématique suivante

Problématique de l'étude : Y at-il des différences Statistiquement significatif **aux des** Qualités personnelles selon le variable de l'activité pratiquée et spécialité d'étude chez les étudiants L'éducation physique et le sport?

Hypothèses: il ya des différences Statistiquement significatif **aux des** Qualités personnelles selon le variable de l'activité pratiquée et spécialité d'étude chez les étudiants L'éducation physique et le sport.

- **L'hypothèse générale:**

Hypothèses partielles:

Il ya des différences statistiquement significatives **aux** qualities personnelles selon le variable de l'activité pratiquée

Il ya des différences statistiquement significatives **aux** qualities personnelles selon le spécialité d'étude

Il ya des caractéristiques distinctive aux étudiants L'éducation physique et le sport

Limitation de l'étude:

Cette étude a été menée sur un groupe d'étudiants de la troisième année licence Éducation physique et sportive à l'Université de Tissemsilt. L'étude a demeurée depuis le début de Décembre 2014 à fin mai 2015 60 étudiants ont été sélectionnés parmi la communauté d'origine des étudiants de troisième année licence Éducation physique et sportive ils ont été choisis intentionnellement Selon d'accessibilité aux étudiants L'échantillon comprenait 30 étudiants d'éducation et le mouvement et 30 étudiants de l'entraînement sportif on a basé sur méthode descriptive où nous avons utilisé dans notre recherche la mesure des qualities personnalité (pour Fribourg)

Suggestions et recommandations :

- Le développement de la recherche dans le domaine des qualité personnelles
- Le développement des tests permanent aux qualities Et de le comparer avec les spécialités et les tendances et les désirs
- tout les milieu sportives des étudiants et des chercheurs .la Sensibilisation Engagement à la bonne organisation de tout des compétitions sportives

مقدمة:

يعتبر التعليم العالي من أهم المراحل التعليمية، وهو ينال بمستوياته المختلفة كثيرا من العناية والاهتمام في معظم دول العالم، لما يؤديه من دور هام في مجال التنمية البشرية والاجتماعية والاقتصادية، حيث تتفاعل الجماعات مع المجتمع في بحث حاجاته وتوفير متطلباته.

وذلك من خلال تكريس جهودها في إعداد الطالب والطالبات من الشباب الذين تعتمد عليهم الشعوب في نهضتها وبنائها، وعلى الرغم من أن الجامعات في الجزائر تقوم بدور كبير في تزويد المجتمع بأفراد مؤهلين ومدربين و مدرسين إلا أنها تعاني من بعض التحديات والصعوبات المشار إليها في جميع اللقاءات الفكرية والملتقيات الوطنية التي تضمنت أن طلاب الجامعات لا يزالون يفتقدون إلى بناء الشخصية

فتولى دراسة الشخصية اهتماما بالغا، لدرجة أصبحت تكون مادة مستقلة بين مناهج الدراسات النفسية، حيث تشمل الدر يعد موضوع الشخصية من أعقد الموضوعات التي أهملها علماء النفس بينما كانت محل اهتمام علماء الطب العقلي و أصحاب مدرسة التحليل النفسي، و كانت اهتمامهم توجه إلى دراسة الحالات الفردية، و هذه الدراسة لا تؤدي في النهاية إلى تكوين النظريات العامة، أما الاتجاهات الحديثة في الدراسات السيكولوجية اسات الجوانب المختلفة للشخصية و كيفية نموها(1)

أما إن تحدثنا عن السمات فنجد أن لكل مجتمع من المجتمعات سمات معينة تميز أفراده عن غيرهم من أبناء المجتمعات الأخرى و يطلق على هذه السمات اصطلاحا السمات القومية للشخصية، و هي تلك التي تميز بصفة عامة السلوك الأعظم من أبناء مجتمع من أبناء المجتمعات ، فللشخصية الإنجليزية أو الأمريكية أو العربية سمات معينة تميزها عن غيرها من الشخصيات(2)

وهنا نجد أن الطالب الجامعي حاجة إلى إعادة تأهيلهم وأن التعليم وتدريب الطالب الجامعي بحاجة إلى أن يأخذ حظا أكبر من الاهتمام و العناية بالطلبة الجامعيين باعتبارهم العناصر البشرية الرئيسية المساهمة في عملية البناء والتطور وعليها تعقد الكثير من الآمال لتحقيق طموحات وآمال المجتمع، و ذلك من خلال الأخذ بالرغبات الطلبة في التوجه نحو تخصص من التخصصات المتاحة في المعهد و الأخذ بعين الاعتبار النشاطات البدنية والرياضية الممارسة المختارة .

¹ عبدالرحمان العيسون: سيكولوجية الشخصية، بدون طبعة، مصر، 2003، ص230

² عبد الرحمان العيسون: مرجع سابق، ص 250

إن من المؤكد أن النشاط البدني الرياضي هو أحد الصور الإيجابية لممارسة الفرد لحياته الطبيعية والتي تقوم بتقديم برامج هادفة مسطرة بأهداف بيداغوجية وعلى صعيد الأنشطة الاجتماعية و فردية من أجل اكتساب الفرد مهارات اجتماعية و تطوير مهاراتهم وتحقيق الرغبات والميول لأي نشاط رياضي يميلون لممارسته.

المناهج المستخدمة والوسائل البيداغوجية المهيأة تصب في رعاية الطالب الجامعي التي تقوم أساسا على بناء طالب جامعي سوي وقيوم الشخصية كي يضمن المكانة الاجتماعية اللائقة كفرد محترم في حدود قدراته الشخصية وإتاحة الفرصة لهذا الطالب يصقل اهتماماته وانشغالاته البدنية والعقلية والحركية والاجتماعية ومواجهة مطالب حياته البيئية والمادية والمعنوية.

وبما أن النشاط البدني الرياضي ومما هو متعارف عليه انه ينمي الجانب الحسي الحركي والاجتماعي العاطفي لهذه الشريحة الهامة من المجتمع وهي فئة الطلبة الجامعيين والتي من أجلها نقوم بهذه الدراسة :

وسوف نركز في هذه الدراسة على واقع محددات السمات الشخصية و الممارسة النشاط البدني والرياضي و التخصصات (تدريب رياضي وتربية و حركة) لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية في الجامعة .

1 - إشكالية:

يعتبر موضوع الشخصية من بين أهم المواضيع التي اهتم به الباحثون في مجال السيكولوجي و ذلك من خلال ربطه بجملة من المتغيرات المحيطة بالفرد سواء كانت متغيرات نفسية ،اجتماعية أو تربوية استخبار ردود أفعال و واستجابات وسلوكه اتجاهها.

وتعرف الشخصية على أنها« :نظام نفسي وعصبي يتميز بالتعميم والتمركز ويخص الفرد، ولديه القدرة على نقل العديد من الميئات المتعادلة وظيفيا.¹

ولكي تكتمل شخصية الفرد وتنضج، يمر هذا الأخير بمراحل نمو مختلفة وذلك من الولادة حتى الشيخوخة؛ هذه المسارات الزمنية والعمرية هي تشكل شخصية من خلال مراحل التنشئة الاجتماعية و خصوصيات النمو و شروطه و نظرا لعنصر الفروق الفردية فإن الشخصية تختلف من فرد إلى آخر و يرجع ذلك إلى جملة السمات أو الأبعاد التي تطبع كل شخصية و تجعلها منفردة في سلوكها و تفاعلها و معاملاتها و حتى في معاشها النفسي وتعرف سمات الشخصية على أنها"الصفات الجسمية أو عقلية أو العقلية أو الانفعالية أو الاجتماعية أو فطرية أو مكتسبة التي يتميز بها الشخص و هي إ استعداد ثابت نسبيا لنوع معين من السلوك²

إن سمات في تمايزها و اختلافها و التي تتضمن سمة (الانبساطية ،العصبية ،العدوانية ، القابلية للاستشارة الاجتماعية ،الهدوء ، السيطرة ،الكف)تؤثر بصورة مباشرة على سلوك الفرد و استجاباته لمثيرات الداخلية و الخارجية و تظهر صورة هذا التأثير من خلال عملية النفسية والغرض من دراستي لهذا البحث هو غرض حقيقي لا بد من التوصل إليه،حيث يعتمد على التنمية الاتجاهات والقيم و الأنماط السلوكية التي تضي على إدراك الفرد ونشاطاته و المشاكل و اضطرابات المحيطة التي تعيق هذا الدور الحساس بالصعوبات التوافق معها ولا خروج من دوامتها فيصاب على إثرها بمجموعة من الاضطرابات النفسية التي تنجم عنها انفعالات مختلفة مثل: (العصبية ،الاكتئاب ،القابلية للاستشارة... الخ) الشيء الذي يدفعه إلى التوتر و والنرفزة و فقدان هدوء الأعصاب و التحكم في النفس و التهاون وعدم الاهتمام ،محوالا في ذلك الهروب من هذه الاضطرابات المعرفة طبيعة اتجاهات الطلبة مادة التربية البدنية الرياضية ومقارنتها وفق لمتغير النشاط الممارس وتخصص الدراسي لكل مستوى من المستويات التعليمية (الثالثة) ليسانس. نحو هذه المادة وأهميتها داخل المعهد.

¹ محمد نعيمة: التنشئة الاجتماعية و سماتها ،دار الثقافة العلمية ،الإسكندرية ، مصر 2002 ص46
² نبيل صالح سفيان :الشخصية و الإرشاد النفسي، اترك للطباعة و النشر مصر الجديدة 2004،ص58

وبناء على كل ما تقدم يمكن طرح التساؤل العام التالي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسمات الشخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس و التخصص

الدراسي لدى طلبة التربية البدنية والرياضية ؟

التساؤلات الأساسية:

التساؤل الأساسي الأول:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسمات الشخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس؟

التساؤلات الفرعية لتساؤل الأساسي الأول:

- هل يوجد تباين لسمات شخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس (كرة اليد، كرة الطائرة، كرة السلة السباحة، ألعاب القوى .) ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسمات شخصية بين الطلبة الممارسين للأنشطة الفردية و الأنشطة الجماعية ؟

التساؤل الأساسي الثاني:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير التخصص الدراسي؟

التساؤل الفرعي لتساؤل الأساسي الثاني:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة التربية وحركة و طلبة التدريب الرياضي؟

التساؤل الأساسي الثالث:

- ما هي السمات المميزة لطلبة التربية البدنية و الرياضية ؟

التساؤل الفرعي لتساؤل الأساسي الثالث:

هل يوجد تباين في السمات الشخصية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية ؟

2- فرضيات البحث

- الفرضية العامة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسمات الشخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس و التخصص الدراسي لدى طلبة التربية البدنية والرياضية.

2-1 الفرضيات الأساسية الأولى:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسمات الشخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس.

2-1 الفرضيات الفرعية لفرضية الأساسية الأولى:

- يوجد تباين لسمات شخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس (كرة اليد، كرة الطائرة، كرة السلة السباحة، ألعاب القوى).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسمات شخصية بين الطلبة الممارسين للأنشطة الفردية و الأنشطة الجماعية.

2-2 الفرضية الأساسية الثانية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير التخصص الدراسي.

الفرضية الفرعية لفرضية الأساسية الثانية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة التربية وحركة و طلبة التدريب الرياضي.

2-3 الفرضية الأساسية الثالثة:

- توجد السمات المميزة لطلبة التربية البدنية و الرياضية .

- الفرضية الفرعية لفرضية الأساسية الثالثة:

- يوجد تباين في السمات الشخصية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية .

3- أهداف البحث:

- معرفة السمات الشخصية لطلبة حسب الأنشطة الرياضية الممارسة
- معرفة اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني و التخصص الدراسي
- معرفة السمات الشخصية المميزة لطلبة التربية و حركة
- معرفة السمات لشخصية المميزة لطلبة التدريب الرياضي
- معرفة الفروق الفردية حسب السمات الشخصية لطلبة التربية البدنية و الرياضية وفقا لمتغير النشاط الممارس و التخصص الدراسي.

4- أهمية البحث:

إن الأهمية البالغة من هذا البحث تكمن في :

4-1/ من الناحية العملية :

- زيادة الكفاءة المهنية للطالب .
- العمل على تنمية السمات الإيجابية لشخصية لطالب .
- تكوين اتجاهات إيجابية نحو التخصص الدراسي والنشاط الممارس .

4-2/ من الناحية العلمية:

- إثراء المستوى التحصيلي للطالب .
- تعديل السلوك وتوجيهه وذلك من خلال دراسة السمات الشخصية المميزة للطالب في المعهد .

5- مصطلحات البحث:

المعنى الغوي لسمات :

المقصود بلفظ "سمة" أي خاصية يختلف فيها الناس أو تباين من فرد إلى آخر مثال ذلك نقول أن فلان مسيطر و الأخر مستكين أو هذا شجاع و ذلك جبان كما تتباين شدة الحساسية الانفعالية من شخص لأخر و قد تكون السمة استعدادات فطريا كما لسمات المزاجية أو مكتسبة كالسمات الاجتماعية

الاصطلاحية: تعددت تعريفات علماء النفس للشخصية و اختلفت نظراتهم في الشخصية

البورت:

السمة تركيب نفسي له القدرة على أن يعيد المنبهات المتعددة على نوع من التساوي الوظيفي و إلى أن يعيد إصدار و توجيه أشكال متكافئة و متساوية من السلوك التكييفي و التعبيري¹.

كاتل:

السمة مجموعة من ردود أفعال و الاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح لهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد و معالجتها بنفس الطريقة في معظم الأحوال²

تعريف الإجرائي: يقصد بالسمة في الخصال أو صفات ذات الدوام النسبي التي تميز الطالب التربية البدنية و الرياضية أو تتعلق هذه الخصال بالجانب المعرفي

¹ عبد المنعم الميلادي: الشخصية و سماتها. مؤسسة شباب الجامعي، الإسكندرية، 2006. ص35

² عبد المنعم الميلادي: نفس المرجع ص35

الممارسة:

لغة مأخوذة من فعل مارس وتعني:عالج، طبق زاول عمليا،نفذ،فعل¹

أما اصطلاحا:تكرار أسلوب النشاط²

ويقصد بها في البحث مجموعة السلوكيات التي يقوم بها الطلبة في حصة التربية البدنية و الرياضية

النشاط:

يعرفه زكي بدوي بأنه كل عملية عقلية أو سلوكية بيولوجية متوقفة على طلبة الكائن الحي، وتمتاز أكثر منها بالاستجابة.³

النشاط البدني:

يرى أنور الخولي أن استخدام كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به المجال الكلي والإجمالي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتربص في مقابل الكسل والوهن والخمول وفي الواقع النشاط البدني بمفهومه العريض هو تعبير لكل ألوان النشاط البدني التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها البدن بشكل عام وهو مفهوم انتروبولوجي أكثر منه اجتماعي.⁴

يعرفه قاسم حسين: بأنه ميدان من ميادين التربية عموما والتربية البدنية خصوصا ويعد عنصرا فعالا في إعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي لأي توجيه في النمو البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي.

النشاط البدني والرياضي:

يصف أشكال الحركة التي تشمل النشاطات التي تستخدم فيها العضلات والتي تسبب في تبديدا للطاقة في مجموعة التمارين البدنية والمباريات والمسابقات، بغرض تنمية القدرات البدنية وتحسين المهارات الحركية وتطوير الجوانب النفسية والعلاقات الاجتماعية، عن طريق التسلية والترفيه، فيمثل النشاط البدني والرياضي مجالا أوسع من الممارسة عن طريق الرياضة والذي يستثني النشاطات البدنية أثناء العمل والترفيه والتنقل أثناء الحياة اليومية.⁵

³ جروان سابق: الكنز الوسيط، قاموس عربي فرنسي ص19

⁴ محمد مصطفى زيدان نبيل السما لوطي: علم النفس التربوي، دار الشروق للنشر و التوزيع جدة السعودية 1985 ص59

¹ أحمد زكي بدوي: "معجم العلوم الاجتماعية"، مكتبة لبنان، 1997

⁴ أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، علم المعرفة، الكويت، 1996، ص54

⁵ - LausentBiget- **La Sport Inyende de la santé publique**. Ed'durenaurou pédagogique :oidbrc .

الطالب الجامعي:

هو الطالب المتحصل على شهادة البكالوريا والذي تتوفر فيه الشروط العلمية و الفكرية التي تؤهله للالتحاق بإحدى مؤسسات التعليم العالي.

هو الطالب المسجل للدراسة في الجامعة.

-الشخصية:

- لغة : الشخص في اللغة العربية سواد الإنسان وغيره يظهر من بعد وقد يراه به الذات المخصوصة و تشاخص القوم اختلفوا وتفاوتوا ، جمع كلمة شخص في القلة " الشخص " وفي الكثرة " شخوص " وأشخاص .

وفي اللغات الأوروبية أشار ALPORT إلى أن كلمة "personality" في الإنجليزية و personalitite بالفرنسية، ولفظ personalicheit في الألمانية يشبه كل منها إلى حد كبير كلمة persona litas بالغة اللاتينية ، قد استخدمت في الأصل لتشير إلى القناع المسرحي الذي استخدم لأول مرة في المسرحيات الإغريقية وتقبله الممثلون الرومان قبل المسيح بحوالي مائة عام ، فالشخصية ينظر إليها من حيث ما يعطيه قناع الممثل من انطباعات أو من ناحية كونها غطاء يختفي وراء الشخص الحقيقي .¹

اصطلاحاً: يرى (جوردن ألبورت) أن الشخصية هي التنظيم الديناميكي داخل الفرد للأجهزة النفس جسمية التي تحدد الطابع المميز للسلوك و تفكيره جملة.²

إجرائياً:

هي مجموعة السمات التي تميز الفرد ما ، و هي ذلك التنظيم الثابت والدائم إلى حد ما لطباع الفرد و مزاجه ،وهي مجموعة الأنشطة التي يمكن اكتشافها عن طريق الملاحظة الفعلية للسلوك.

(1) سامي ملحم : القياس والتقوم في التربية وعلم النفس ، دار المسيرة ، عمان ، 2000،ص317 .

(2) أحمد أمين فوزي : مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم التطبيقات "؛ ط1 ، دار الفكر العربي مدينة نصر، القاهرة 2003ص132

6- الدراسة المشابهة والدراسة السابقة :

الدراسة الأولى: "دراسة محمد عبد السلام 2003"

هي دراسة قدمها الباحث محمد بن عبد السلام من معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله-جامعة الجزائر، لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية وكانت بعنوان: نمط شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقته بدافع الإنجاز لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.¹

والجانب الذي له علاقة بموضوع بحثنا هو نمط شخصية الأستاذ التربوي ودافعية ممارسة حصة التربية البدنية،ومن النتائج التي توصل إليها الباحث هي:

- وجود علاقة بين نمط شخصية الأستاذ الانبساطية ودافع إنجاز التلميذ تجاه حصة التربية البدنية والرياضية وهي علاقة إرتباطية أي كلما كان الأستاذ انبساطيا واجتماعيا ومتفهما وغير منطوي ومرح ولين في معاملاته مع التلاميذ كلما ارتفع دافع الإنجاز وصارت قابليتهم وطموحهم كبير.

2- وجود علاقة بين نمط الشخصية العصبية ودافع الإنجاز لدى التلاميذ فكما زادت العصبية زاد لدى الأستاذ القلق والنفرزة والتعامل بخشونة بدل اللين كلما قل دافع الإنجاز لدى التلاميذ وهذا ما يحقق لنا الفرضية الثانية.

وقد اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي الذي يهتم بجمع الأوصاف الدقيقة والعلمية للظاهرة المدروسة، واعتمد على استمارات للمقياسين (مقياس الدافع للإنجاز ومقياس الشخصية) كأداة للبحث وذلك بعينة بحث بلغت 200 تلميذ و10 أساتذة أما المجال المكاني للبحث فقد كان لخمسة ثانويات من الجزائر العاصمة: ثانوية محمد خوجة من الدويرة، متقنة المنظر الجميل من القبة،الثانوية المتعددة التخصصات من الشارقة، المتقنة الجديدة بدالي إبراهيم، ثانوية طارق بن زياد ببراقى.

وتم اختيار الثانويات لأنها تمثل مختلف المقاطعات بالجزائر العاصمة أين وجدوا بها تسهيلات كبيرة فيما يخص أساتذة التربية البدنية والرياضية مما يضمن لهم التحكم في التلاميذ واستعادة الاستمارات واستغلال الوقت الجيد، أي في حصة التربية البدنية والرياضية ومن أهدافها ما يلي:

- الوصول إلى ما هو أصلح وأنجح في العملية التربوية من أجل الرفع مردود التلميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

¹ محمد بن عبد السلام: نمط شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقته بدافع الإنجاز لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي مذكرة ماجستير غير منشورة،معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله،جامعة الجزائر،2004-2005

- إدخال السعادة والطموح وحب المثابرة والتغلب على الصعاب وتحمل المسؤولية من خلال الوقوف على ملائمة الأستاذ، والنمط الذي يدفع إلى ذلك.

الدراسة الثانية: دراسة مرسى (1983)

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين سمة القلق والعصبية لدى طلاب الجامعات ولتحقيق هذا الهدف تم تطبيق ثلاث مقاييس للقلق واثنان لقياس العصبية على عينة تألفت من (86) طالباً وطالبة تم اختيارها من قسم علم النفس في كلية التربية بالمملكة العربية السعودية. وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية عالية بين سمتي القلق والعصبية.

الدراسة الثالثة: دراسة حمام (1993)

هدفت الدراسة إلى الكشف عن القلق لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعات المصرية في علاقته بالمتغيرات السيكولوجية التي تم قياسها في الدراسة الحالية كالنشئة الاجتماعية والمناخ الدراسي والتحصيل الدراسي. وكذلك إلى الكشف عن العلاقة بين القلق وسمات الشخصية، والتعرف على الفروق بين الإناث والذكور في العلاقة بين القلق (الحالة، السمة) والنشئة الاجتماعية وعلى الفروق بين طلاب الأقسام العلمية وطلاب الأقسام الأدبية وتحصيلهم الدراسي. بلغ حجم العينة الكلية والتي تتوفر فيها شروط العينة 1674 طالباً وطالبة من كليات نظرية وعملية مختلفة بالصف الأول حتى الرابع الجامعي. استخدمت الباحثة في الدراسة مقياس آراء الأبناء في معاملة الوالدين ومقياس القلق (الحالة، السمة). مقياس المناخ الدراسي من إعداد الباحثة و مقياس كاتيل الصورة (ه). كانت من بين نتائج الدراسة، وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.001) بين أساليب التنشئة الخاطئة وسمة القلق الكشفي عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الإناث في القلق (الحالة، السمة). وأكدت النتائج ارتباط سالب دال بين درجة القلق (الحالة، السمة) وكل من قوة الأنا، الاستقلالية، تكامل الذات، وارتباط سالب دال بحالة القلق والتفكير المجرد و غير دال بالنسبة لسمة القلق , كما تبين أن سمة قوة الضمير، متحرر ليس لها دلالة بالنسبة لسمة القلق وحالة القلق. و تبين وجود ارتباط موجب دال بين كل من سمة السيطرة، خيالياً لتفكير، الشك، تخيلي، متوتر ودرجة القلق (الحالة، السمة). كما تبين وجود ارتباط سالب دال بين كل من الوجدانية، التحمس، المغامرة، ودرجة القلق (الحالة، السمة)، وإن سمة الدهاء غير دالة بالنسبة لسمة القلق، ودالة وموجبة بالنسبة لحالة القلق.

الدراسة الرابعة: دراسة الدليمي , حامد سلمان حمد (2002) :

"اتجاهات طلبة جامعة الانبار نحو النشاط الرياضي"

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى اتجاهات طلبة جامعة الانبار نحو النشاط البدني , أجريت الدراسة في جامعة الانبار عام (2002) واشتملت عينية البحث على (600) من الطلبة ضمن الكليات العلمية والإنسانية وقد استخدم الباحث (مقياس كينون) للاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني وأسفرت نتائج البحث عن انه توجد اتجاهات ايجابية نحو النشاط الرياضي لدى طلبة جامعة الأنبار على وفق أبعاد الخبرة الجمالية والخبرة الصحية واللياقة والخبرة الاجتماعية وخفض التوتر في حين أبعاد التفوق الرياضي وخبرة التوتر كمخاطرة محايدة (متذبذبة) وكما توصلت النتائج الى عدم وجود فروق في الاتجاهات لدى الطلبة بين الكليات العلمية والإنسانية نحو النشاط الرياضي في الأبعاد كافة (الدليمي , 2002 , 641)

الدراسة الخامسة: دراسة الوتار, ناظم شاكرا, موفق الدباغ, رياض احمد (2002):

"اتجاهات طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية نحو النشاط البدني"

هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية نحو النشاط البدني ومعرفة الاختلاف والتشابه في اتجاهات الطلبة نحو أبعاد ممارسة النشاط البدني أجريت الدراسة على عينة قوامها (54) تمثل نسبة مئوية قدرها (10%) من مجموع طلاب و طالبات أربع مراحل في كلية التربية الرياضية والبالغة (540) وقد استخدم الباحثون مقياس (كينون) للاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني وأسفرت نتائج البحث عن وجود اختلاف في اتجاهات الطلبة بين البنين والبنات وحسب الأوساط الحاسوبية لكل بعد بالنسبة للبنين كان الارتفاع في المعدلات في أبعاد كخبرة توتر ومخاطرة بالمرتبة الأولى ويليه كخبرة للتفوق الرياضي ثم للصحة واللياقة وكخبرة جمالية وخفض التوتر وكخبرة اجتماعية وإما بالنسبة للبنات النشاط البدني كخبرة اجتماعية جاء أولاً ثم للصحة واللياقة البدنية ويليه لخفض التوتر ثم كخبرة جمالية وللتفوق الرياضي وأخيراً كخبرة توتر ومخاطرة . (الوتار, واخران, 2002, 212)

الدراسة السادسة: دراسة الشعار 1995

وأجرى الشعار (1995) دراسة هدفت معرفة العلاقة بين السمات الشخصية والقدرة الإبداعية عند طلبة الصف الأول الثانوي في فلسطين وعلاقتها بمتغيرات الجنس والسكن والتخصص، تكونت عينة الدراسة من 200 طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية تعزى لجميع متغيرات الدراسة المستقلة في بعض أبعاد السمات الشخصية لصالح الإناث ولصالح التخصص العلمي ولصالح المدينة مقابل القرية والمخيم.

الدراسة السابعة: دراس أحمد 2002

كما أجرت أحمد (2002) دراسة في بغداد هدفت مقارنة السمات الشخصية لدى لاعبات الجمباز الفني والإيقاعي وفيما إذا كان هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بعض السمات الشخصية لدى فرق المقارنة، أجريت الدراسة على 6 لاعبات من فرق الجمباز الفني و 8 لاعبات الجمباز الإيقاعي واستخدم الباحث مقياس فيرابيورج للسمات الشخصية اشتمل الاختبار على 06 فقرة تقيس 8 سمات، هي: العصبية، العدوانية، الاكتئابية، الاستثمارية، الاجتماعية، السيطرة، الكف، الهدوء أظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية بين لاعبات الجمباز الفني والإيقاعي في السمات الشخصية المدروسة ، وعدم وجود تناقض في أية سمة بين لاعبات الجمباز الفني والإيقاعي..

8- /التعليق على الدراسة المشابهة والدراسة السابقة :

نستخلص من عرض وتحليل الدراسات السابقة والبحوث المشابهة إلى تحديد النواحي النظرية والإجراءات العلمية للدراسة الحالية كالتالي :

- 1- تحديد وتفهم الجوانب المختلفة لمشكلة البحث الحالي.
- 2- صياغة الأهداف والفروض للدراسة الحالية .
- 3- التأكيد على أهميته .
- 4- تحديد نوعية وحجم العينة .
- 5- تحديد المنهج المناسب لإجراء الدراسة الحالية .
- 6- التعرف على وسائل جمع البيانات لإجراء الدراسة .
- 7- تحديد المرحلة العمرية لعينة البحث.
- 8- اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل بيانات الدراسة وكيفية عرضها بصورة سهلة وواضحة.

1- منهج البحث:

في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، وتختلف المناهج المتبعة تبعاً لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه⁽¹⁾ واعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج الصفي ، وهذا ملائمة لموضوع بحثنا. وهو منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر كما أن هذا المنهج يمثل الاقتراب الأكثر لحل العديد من المشكلات العلمية بالإضافة إلى إسهامه في تقدم البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية ومن بينها علم الرياضة⁽²⁾.

2- الدراسة الاستطلاعية: تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث على إلقاء نظرة استشاري من أجل الإلمام بجوانب دراسته الميدانية، وبما أننا بصدد إجراء دراسة ميدانية، لا بد من إجراء دراسة استطلاعية كانت بدايتها بالتوزيع المقياس على 10 الطلبة والتي كانت ترمي إلى جمع المعلومات ومعرفة ظروف الميدان الذي ستجرى فيه الدراسة.

3- مجتمع البحث: مجتمع البحث في لغة العلوم الإنسانية هو "مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي يجري عليها البحث أو التقص"⁽³⁾

يتكون المجتمع الأصلي لطلبة للعينه من 140

3-1 عينة البحث وكيفية اختيارها: تعتبر العينة في البحوث الوصفية أساساً لا مفر منه باعتبارها ضرورية عند عدم إمكانية حصر مجتمع البحث كله وفي هذا الصدد يقول " أنجرس " "ANGERS" الوقت ،الكلفة ، الصعوبة يجعل استقصاء جزء من المجتمع أمراً محتوماً"⁽⁴⁾.

3-2 العينة قصدية (العمدية) Purposive Sample وهي التي يتم اختيارها بناءً على حكم شخصي أو تقدير ذاتي بهدف التخلص من المتغيرات الدخيلة لإلغاء مصادر التعريف المتوقعة لكن لا بد من الوقوع في التحريف الناتج إما بسبب التحيز الشخصي أو بسبب الجهل في بعض صفات المجتمع بخاصية وجود ارتباط غير مكتشف بين طريقة المعاينة أو المتغير الذي يسعى الباحث لدراسته مثل اختيار مجموعة متخصصة في الإعلام وأخذ رأيهم حول إعلام الدولة واعتبار رأيهم هو الرأي العام⁽⁵⁾

- بعد ضبط المتغيرات من خلال إجراء الدراسة الاستطلاعية، تم اختيار عينة البحث بطريقة مقصودة و تتمثل 60 طالب التربية البدنية و الرياضية ما يعادل 42% من مجتمع الأصلي .

¹ محمد أزهر السماك وآخرون، الأصول في البحث العلمي ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، الموصل ، 1989 ، ص42.

² محمد علاوي وأسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، ط2، 1999، ص217.

³ موريس أنجرس: منهجية البحث العلمي في البحوث الإنسانية-تدريبات علمية- ترجمة بوزيد صحراوي، كمال بوشرف

⁴ mourice Angers, initiation pratique la methologie des sciences umaines, casbah, universityalger, 1997, p 250

⁵ فريد كامل أبو زينة وآخرون: "مناهج البحث العلمي" ، دار المسيرة ، ط1 ، الأردن ، 2006 ، ص 21.

4- الأدوات والتقنيات المستعملة في البحث :

لقد اعتمدنا في دراستنا على أداة المقياس: (مقياس سميات الشخصية لفرابيورغ)
تمتاز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع المعلومات الجديدة المستمدة مباشرة من المصدر والمعلومات التي يتحصل عليها
الباحث من خلال المقابلة، والتي لا يمكن أن نجدتها في الكتب، إلا أن هذا الأسلوب الخاص لجمع المعلومات يتطلب
إجراءات جديدة ودقيقة منذ البداية ومنها :

- تحديد الهدف من المقياس.
- تحديد وتنظيم الوقت المخصص للمقياس .
- وجود خلاصة موجزة لأهداف المقياس .
- و يتجلى الأسلوب المثالي في وجود الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة والملاحظات التي تثيري البحث .
- فقد وجه المقياس إلى طلبة التربية البدنية والرياضية.

المقياس السمات الشخصية : المقياس السمات

"وهربت Fahrenberg مقياس السمات الشخصية والذي وضعه في الأصل جوكن فرايبورج "

" من أساتذة علم النفس بجامعة Hampal "ورابنرها هابل "Selg" سيلج

فرايبورج بألمانيا الغربية عام 1970 و أعد صورتها العربية الدكتور محمد حسن علاوي و يتضمن 56عبارة تتمثل في ثمانية
أبعاد

على المحيب أن يجيب على كل عبارة بوضع علامة(ء) أمام كل عبارة التي يراها تنطبق عليه أو لا تنطبق والجدول يوضح
أبعاد المقياس وأرقام عباراته:

الجدول رقم04: يبين أبعاد المقياس سمات الشخصية و أرقام العبارات الايجابية و السلبية.

الأبعاد	أرقام العبارات الموجبة	أرقام العبارات السالبة	عدد العبارات
العصبية	45,38,23,18,15,4,3	0	07
العدوانية	49,44,41,27,26,10,7	0	07
الاكتئاب	55,52,40,37,34,25,21	0	07
قابلية الاستشارة	53,46,39,36,33,31,5	0	07
الاجتماعية	48,28,12	51,47,14,2	07
الهدوء	56,45,43,42,29,20,1	0	07
السيطرة	16,11,9,50,30,24,22	0	07
الكف(الضبط)	35,32,19,17,13,8,6	0	07

يتمتع الاختبار جون فرايبورج للشخصية بالسهولة والوضوح كما أنه غير قابل لتخمين أو التقويم الذاتي, كما أستخدم هذا الاختبار في كثير من الدول العربية ،مصر،الأردن،السعودية،و قد أستخدم جون فرايبورج لتقدير صدق المقياس الصدق المرتبط بالمحك حيث كانت المحاكاة اختبارات الشخصية المقننة مثل قائمة مينيسوتا،ولتقدير ثبات المقياس أستخدم طريقة التجزئة النصفية و إعادة الاختبار،وبالرغم من تقنين الاختبار إلا أن الباحث قدر صدق و ثبات المقياس المرتبط بعينة البحث الحالي سيتم عرضها لاحقاً.

5- طريقة تقدير درجات المقياس:

يتبع هذا المقياس طريقة تدرج الدرجات تبعاً لاجابية و سلبية العبارات أي أنه تعطى الدرجات (1-2) على الترتيب للعبارة الموجبة، كما تعطى على الترتيب الدرجات (1-2) للعبارة السالبة وجدول التالي يوضح الفقرات السالبة و الفقرات الموجبة في المقياس:

الجدول 05: يبين درجات العبارات السالبة و الموجبة لمقياس سمات الشخصية

الآراء	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
نعم	02	01
لا	01	02

الإطار المرجعي للسمات الشخصية:

استخبار فرايبورج للشخصية: وهو احد اختبارات قياس الشخصية المعتمد عالمياً والذي جرى تطبيقه على البيئة العربية العراقية . الاختبار وضعه في الأصل أستاذ علم النفس في جامعة فرايبورج بألمانيا عام 1970 . يشتمل على 12 بعد وللاختبار صورة مختصرة ومركزة أعدها بالعربية الدكتور (محمد حسن علاوي)⁽¹⁾

يتكون من ثمانية أبعاد ويشتمل على (56) عبارة يجيب عليها المفحوص ب(نعم) أو (لا). وقد استخدم الباحث الاختبار لسهولة تطبيقه ومصداقيته وعدم تكلفة العينة عناء ووقتاً للإجابة. إن اقل درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص في أي بعد من أبعاد الشخصية التي يقيسها هذا الاختبار هي (7) واعلي درجة هي (14) لان كل بعد يحتوي على (7) فقرات وللإجابة بما يؤكد تميز العينة بالبعد المعني تعطى درجتين أما بعكسه فتعطى بدرجة واحدة فقط ولهذا يمكننا تحديد الدرجة من (10-11) هي معدل الوسط واعتبار الدرجة من (7-10) درجة واطئة ومن (11-14) درجة عالية في أبعاد الشخصية التي يقيسها الاختبار, وهذه الأبعاد هي (2):

العصبية :- الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية واضطرابات عصبية حركية واضطرابات نفسية.

العدوانية :- الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يقومون بأعمال عدوانية بدنية أو لفظية مثل الهجوم وعدم الهدوء وعدم السيطرة على أنفسهم.

¹ محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: , الاختبارات والمهارات النفسية في المجال الرياضي, القاهرة , دار الفكر العربي , 1987 , 310.

² كمال جلال , علاقة السمات الشخصية بمستوى نتائج الملاكمين . مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية المجلد الأول العدد السادس , آب 2004.ص150

القابلية للاستشارة:- الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالاستشارة العالية وشدة التوتر وضعف المقدرة على المواجهة وعدم الصبر والغضب.

الاكتئابية :- الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد بالاكتئاب وعدم الرضا والشعور بالتعاسة والخوف والميل للاعتداء على الذات.

الاجتماعية:- الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد القادرين على التفاعل مع الآخرين ويمتازون كذلك بالمرح والنشاط وسرعة البديهية.

الهدوء:- الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد بالثقة بالنفس وعدم الارتباك والابتعاد عن السلوك العدواني.

السيطرة :- الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد بردود أفعال عدوانية سواء لفظية أو جسدية والميل إلى السلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض آرائهم على الآخرين.

الكف :- الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد بعدم القدرة على فرض آرائهم على الآخرين.

6- التحليل العلمي لأدوات البحث :

الثبات: تم إيجاد معاملات ثبات الصورة المصغرة للقائمة باستخدام التجزئة النصفية و إعادة الاختبار بعد عشرين عاما على عينة مكونة من 140 من الذكور و 151 من الإناث تتراوح أعمارهم ما بين 18 سنة إلى 23 سنة و تتراوح معاملات الثبات ما بين 0.74 إلى 0.83 وفي البيئة المصرية تم إيجاد ثبات بصورة مصغرة بطريقة إعادة الاختبار على 82 طالب من كلية التربية البدنية و الرياضية بالقاهرة بفاصل زمني قدره 10 أيام و تراوحت معاملات الثبات أبعاد القائمة ما بين 0.27¹ و 0.87¹

الصدق: تم إيجاد معاملات ثبات الصورة المطولة لقائمة (212 عبارة) وباستخدام بعض أبعاد اختبارات الشخصية الأخرى كمحككات مثل اختبار ميسونيسا المتعدد الأوجه للشخصية وقائمة كاليفورنيا للشخصية و قائمة أينزرك للشخصية واختبار كاتل للشخصية و بعض الاختبارات الأخرى و قد أشارت النتائج إلى توافر الصدق المرتبط بالمحك ما بين 0.85 إلى 0.92 وفي البيئة المصرية تم التوصل إلى معامل الصدق مقبولة باستخدام الصدق المرتبط بالمحك .

7- المعاملات الارتباط بين الأبعاد:

تم حساب معاملات الارتباط بين أبعاد الصورة المصغرة و كانت في مجموعها معامل ارتباط منخفضة و تراوحت ما بين 0.35 إلى 0.02 وفي البيئة المصرية تم التوصل إلى نتائج مشابهة .

¹محمد حسن علاوي موسوعة لاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ،مصر، ط1، 1998

8- الأسس العلمية للمقياس:

8-1 الثبات- يعرف ثبات الاختبار على أنه مدى الدقة أو الانسياق أو استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين⁽¹⁾.

- كما أن الاختبار ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين و تحت نفس الشروط⁽²⁾. كما يعني ثبات الاختبار أنه إذا ما أعيد الاختبار على نفس العينة تحت نفس الظروف يعطي نتائج معنوية أي وجود معامل ارتباط كبير بين نتائج الاختبار²

و استخدم الباحث لحساب ثبات الاختبار طريقة " التجزئة النصفية " للتأكد من مدى دقة و استقرار نتائج الاختبار . حيث تم حساب معامل الثبات وفقا لعينة البحث حيث تشمل 10 طلبة باستعمال طريقة التجزئة النصفية

الجدول رقم 06: يمثل درجة الثبات للمقياس المطبق على طلبة التربية البدنية و الرياضية

الأسس العلمية	العينة	R المحسوبة	R الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الثبات	10	0.92	0.60	9	0.05	دال إحصائيا

نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط المحسوبة: 0.92 أكبر من القيمة الجدولة و التي وجدناها تساوي 0.60 عند درجة حرية 9 و مستوى الدلالة 0.05 وعليه فالمقياس يتمتع بدرجة ثبات عالي

8-2- الصدق: صدق الاستبيان يعني التأكد من انه سوف يقيس ما اعد لقياسه⁽³⁾.

كما يقصد بالصدق " شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمها"⁽⁴⁾.

8-2-1 صدق المحكمين: تم عرض المقياس على أساتذة من أجل إبداء رأي حيث تمت الموافقة حول صلاحية الأداة لفرضيات البحث.

8-2-2 صدق الإحصائي: حساب الصدق الإحصائي انطلاقا من الجذر التربيعي لمعامل الثبات " ألفا "

معامل الثبات هو 0.92 و الصدق هو الجذر الثبات ويساوي 0.95

¹ - مقدم عبد الحفيظ : الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ، ديوان المطبوعات الجامعية ، 1997الصفحة56.

² محمد صبحي حسنين ، القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية ، الجزء الأول ، ط 2 ، دار الفكر العربي القاهرة ، 1995 ، ص 193

³ - فاطمة عوض صابر ، ميرفت على خفاجة :أسس البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية ، 2002، ص167

⁴ - هاني بن ناصر بن حمد الراجحي : التطوير_التنظيمي وعلاقته بالرضا الوظيفي في إدارة جوازات منطقة الرياض، دراسة ميدانية على إدارة جوازات الصفر جدة، رسالة ماجستير، قسم العلوم الإدارية، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، 2003، ص81.

نلاحظ أن معامل الصدق مرتفع 0.95 وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بصدق عالي

9- الأدوات الإحصائية المستعملة في الدراسة : يتم تحليل النتائج باستعمال المعادلات الإحصائية التالية

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n} \quad \text{9-1- المتوسط الحسابي:}$$

$$\alpha = \frac{r \times 2}{r+1} = \text{الصدق الذاتي} \quad \text{9-2- الصدق الذاتي:}$$

9-3- معامل الارتباط بيرسون:

$$r = \frac{\sum(X - \bar{X})(Y - \bar{Y})}{\sqrt{\sum(X - \bar{X})^2} \sqrt{\sum(Y - \bar{Y})^2}}$$

X المتغير الأول
Y المتغير الثاني
n عدد أفراد العينة

9-4- الانحراف المعياري : الانحراف المعياري أهم مقاييس التشتت ، و هو يقوم في جوهره على حساب انحرافات

الدرجات عن متوسطها .

$$ع = \frac{\sqrt{\text{مج } ع^2}}{ن} = \text{ع} \quad \text{ع = الانحراف المعياري}$$

9-5- ت (استو دنت) لمتوسطين غير مرتبطين حيث $ن_1 \neq ن_2$: هو اختبار لقياس مدى دلالة الفرق بين

متوسطين عينتين، وفي هذه الحالة تحسب دلالة لفرق متوسطي غير مرتبطين و مختلفين في عدد الأفراد بالمعادلة التالية :

$$ت = \frac{\bar{s}_1 - \bar{s}_2}{\sqrt{\left[\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right] \left[\frac{ن_1 ع_1^2 \times 2 + ن_2 ع_2^2 \times 2}{ن_1 + ن_2 - 2} \right]}}$$

س₁ = متوسط المتغير الأول .

س₂ = متوسط المتغير الثاني .

ع₁ = تباين المتغير الأول .

= تباين المتغير الثاني

ن₁ = عدد أفراد المتغير الأول .

ن₂ = عدد أفراد المتغير الثاني .

- درجة الحرية ل ت (استو دنت) = ن₁ + ن₂ - 2

9-6- ت لعينتين مستقلتين متساويتين

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{E_1^2 + E_2^2}{n - 1}}}$$

درجة الحرية ل ت (استو دنت) = 2ن - 2

9-7- تحليل التباين (ف فيشر) : حيث أن : ف =

التباين بين المجموعات

مجموع المربعات بين المجموعات

التباين بين المجموعات =

درجة الحرية (عدد المجموعات - 1)

مجموع المربعات داخل المجموعات

التباين داخل المجموعات =

درجة الحرية (مجموع عدد أفراد العينة - عدد المجموعات)

- حيث اعتمدنا في هذا البحث بنسبة كبيرة جدا في تحليل البيانات على برنامج spss لمقياس السمات الشخصية
- تعريف برنامج ال spss:

يعتبر برنامج spss من أفضل برامج الإحصاء الازمة لتحليل بيانات الأبحاث العلمية ، وكلمة spss هي اختصار للعبارة statistical package for socail science ويعمل هذا البرنامج من خلال برنامج ويندوز windows سواء الأصدارات القديمة منه windows3. X او الإصدارات الحديثة والتي تعمل بنظام مختلف 98 و windows 95 حيث يعمل ويندوز كبيئة تشغيل لكثير من البرامج عموما والبرامج الإحصائية خاصة ولا يختلف المحتوى الإحصائي لبرنامج ال spss باختلاف إصداراته ولكن يختلف شكله مع اختلاف بيئات التشغيل.¹

¹ أحمد الرفاعي غنيم ، نصر محمود صبري ، تعلم بنفسك التحليل الإحصائي للبيانات باستخدام spss، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة ، 2000، ص 59.

1. عرض وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الأولى:

والتي تنص على وجود فروق دالة إحصائية في سمات الشخصية لدى طلبة وفقا لمتغير النشاط الرياضي الممارس (كرة اليد، كرة السلة ، كرة الطائرة ، ألعاب القوى ، السباحة).

1.1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

والتي تنص على وجود تباين في سمات الشخصية وفقا لمتغير النشاط الرياضي الممارس (كرة اليد، كرة السلة ، كرة الطائرة ، ألعاب القوى ، السباحة).

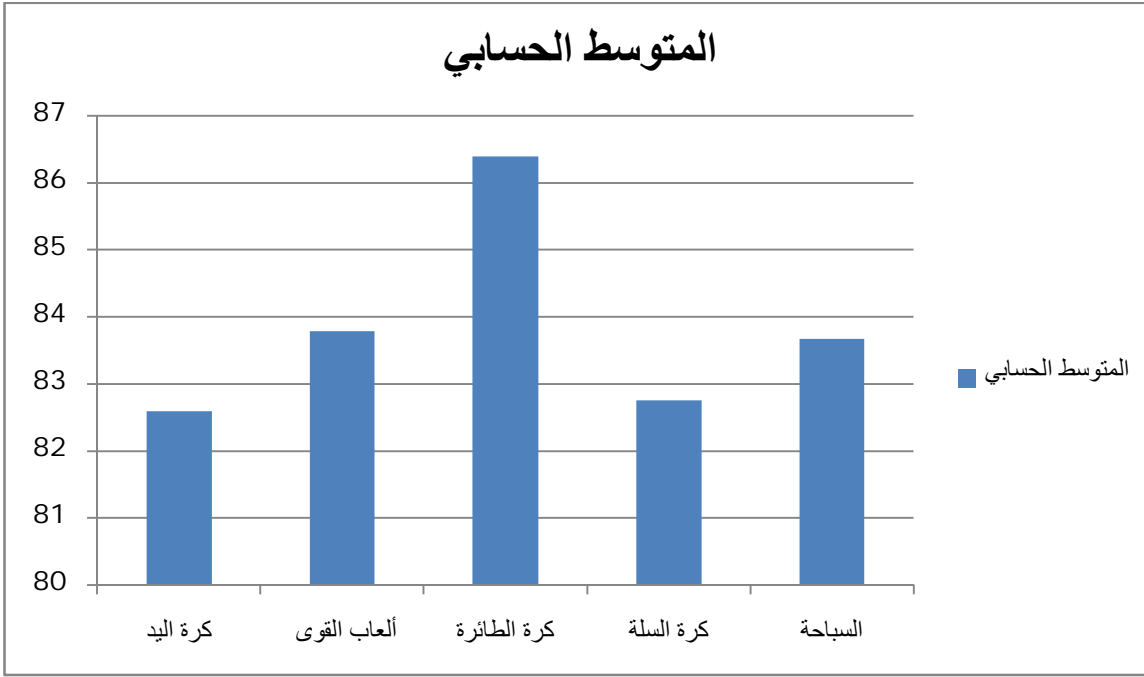
1.1 نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في سمات الشخصية حسب نوع النشاط الممارس

الجدول رقم (07) : يبين قيم f لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع النشاط الممارس

الدلالة	(ف) الجدولية	(ف) المحسوبة	متوسط المربعات	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	مصدر التباين
دال	2,604	3.25	91.26	365.04	4	بين المجموعات
			28.08	1544.90	55	داخل المجموعات
				190994	59	المجموع

الجدول رقم (08) : يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث حسب نوع النشاط الممارس.

النشاط	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
كرة اليد	17	82.59	4.58
ألعاب القوى	14	83.79	5.60
كرة الطائرة	15	86.40	5.20
كرة السلة	8	82.75	5.54
السباحة	6	83.67	6.40
المجموع	60	83.95	5.33



شكل 02- يوضح أعمدة بيانية قيم المتوسط الحسابي لعينة البحث حسب نوع النشاط الممارس

(كرة اليد، كرة السلة ، كرة الطائرة ،ألعاب القوى ،السباحة)..

من خلال الجدول رقم (07) يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ (365.04) و داخل المجموعات بلغ (1544.90)، أما متوسط المربعات بين المجموعات بلغ (91.26) و داخل المجموعات بلغ (28.08) عند درجة الحرية (4 و 55)، فكانت قيمة فالحسوبة (3.25) أكبر من ف الجدولة المقدرة بـ (2.604) عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات و داخلها حسب نوع النشاط الممارس ، حيث أن الطلبة الممارسين لكرة الطائرة يتميزون بسمات شخصية عالية و هذا من خلال المقارنة بين المتوسطات الحسابية والتي يبينه الجدول رقم (08) والمقدرة بـ 86.40 ويليه للطلبة الممارسين ألعاب القوى بـ 83.79 في المرتبة الثانية. ويليه للطلبة الممارسين السباحة بـ 83.67 في المرتبة الثالثة ، ويليه للطلبة الممارسين لكرة السلة بـ 82.75 في المرتبة الرابعة. ويليه للطلبة الممارسين لكرة اليد بـ 82.59.

بما أن "ف" المحسوبة أكبر من "ف" الجدولة وهذا مما يدل على وجودتاين في سمات الشخصية وفقا

لمتغير النشاط الرياضي الممارس(كرة اليد، كرة السلة ، كرة الطائرة ،ألعاب القوى ،السباحة)

2.1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سمات الشخصية وفقا لنوع النشاط الممارس.

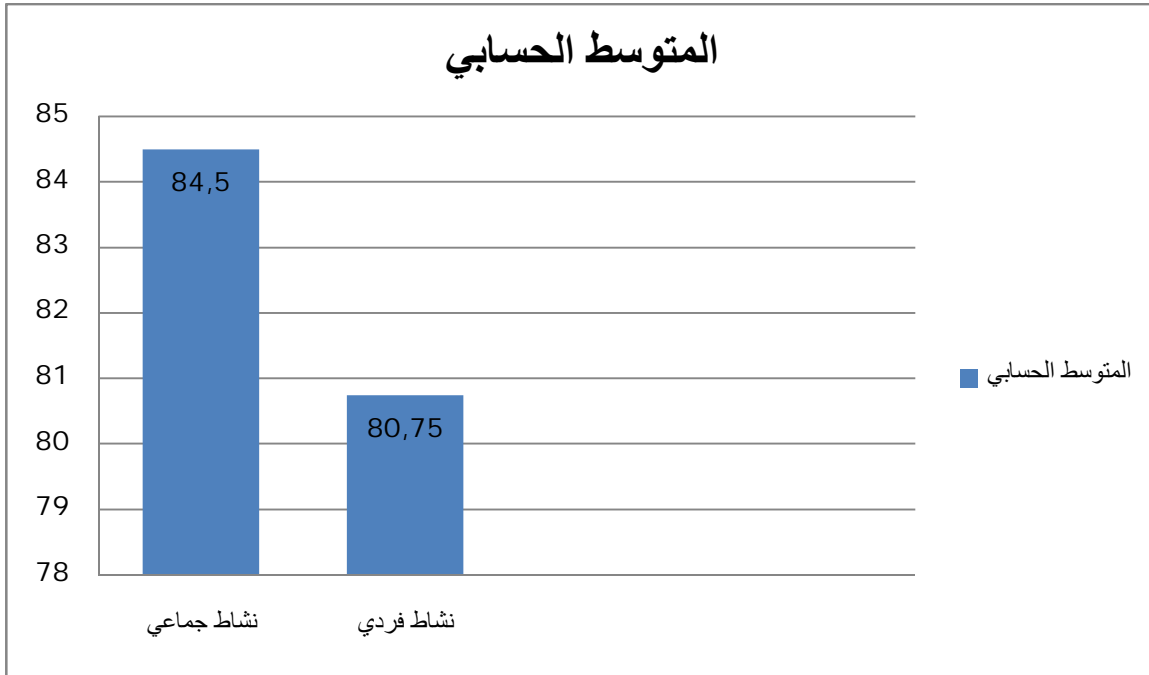
الفروق في السمات الشخصية (نشاط فردي .نشاط جماعي)

2.1. نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في سمات الشخصية حسب نوع النشاط الممارس

الجدول رقم (09) : يبين قيم t لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع النشاط الممارس

(نشاط فردي .نشاط جماعي)

المجالات	العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	درجة الحرية	(ت) الجدولية	(ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
نشاط جماعي	40	5.22	84.5	58	1.68	3.99	0.05	دال
نشاط فردي	20	5.68	80.75					



شكل 03: أعمدة بيانية لمتوسط لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع النشاط الممارس(نشاط

فردي .نشاط جماعي

نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) الذي يبين قيمة T لدلالة الفروق بين الطلبة الممارسين للأنشطة الجماعية و. الطلبة الممارسين للأنشطة الفردية. أن المتوسط الحسابي لطلبة. الطلبة الممارسين للأنشطة الجماعية بـ "84.5" بانحراف معياري "5.22" و المتوسط الحسابي لطلبة الممارسين للأنشطة الفردية فقد قدر بـ "80.75" بانحراف معياري "5.68"، أما في ما يخص قيمة T المحسوبة فقد بلغ "3.99" وهي أكبر من قيمة T الجدولية "1.68" أي (1.683.99) عند مستوى $\alpha < 0.05$ ، ودرجة حرية 58 وهي قيمة تبين أن هناك فروق دالة إحصائية في سمات الشخصية حسب متغير التخصص الدراسي

بما أن "ت" المحسوبة أكبر من "ت" المجدولة وهذا مما يدل على وجودتباين في سمات الشخصية وفقا لنوع النشاط الممارس الفروق في السمات الشخصية (نشاط فردي .نشاط جماعي).

2.1. مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى:

من خلال الدراسة المتوصل إليها أثبتت وجود فروق في الدرجة الكلية لسمات الشخصية حسب نوع الرياضة الممارسة بين المجموعات و داخلها بمقدار $f = (3.25)$. و قد وضحت النتائج الموضحة في الجدول رقم (8) أن هناك فروق في السمات الشخصية لصالح الطلبة الممارسين لكرة الطائرة و بالتالي نقول أن الفرضية الأساسية الجزئية الأولى قد تحققت و تتفق هذه النتائج مع بالإضافة الى العديد من النظريات المفسرة لسمات الشخصية والتي تبين أن

الفوارق في السمات الشخصية بين الأفراد الرياضيين وأفراد الآخرين لا يمارسون النشاط الرياضي هي مؤشر على تأثير النشاط الرياضي على الأفراد، كذلك نجد أن التخصص في نوع معين من الرياضة يرتبط بسمات شخصية معينة، فرياضة كرة القدم مثلا تتطلب الهدوء والذكاء ونكران الذات، بينما رياضة التجديف تتطلب شدة وتوتر النفس والإيقاع والمطاولة من خلال الدراسة المتوصل إليها أثبتت وجود فروق في الدرجة الكلية لسمات الشخصية حسب نوع الأنشطة (الفردية، الجماعية) الممارسة بين المجموعات و داخلها ت = (3.99).

. و قد وضحت النتائج الموضحة في الجدول رقم (9) على وجود الفروق في السمات الشخصية (نشاط فردي ، نشاط جماعي) لصالح الأنشطة الجماعية

إن النشاط الرياضي الممارس من قبل الفرد فردياً أو جماعياً فهو يهدف إلى النشاط والحيوية فالرياضة والكسل قطبان متناظران والمنافسة الودية تخلق جواً يبعث الحيوية في النفوس، والممارسة الجادة المنتظمة تؤدي إلى إحساس قوي لأداء الواجب وهذا يبعث السرور في نفوس اللاعبين ويقوي الثقة بالنفس.¹

كما أن النشاط الرياضي ضمن الفعاليات الجماعية هو عمل جماعي على العموم يعتمد نجاح الفرد فيه على نجاح المجموعة، وهذا يهيئ فرصاً تمنح النشاط الرياضي الجماعي ميزة لا تتوفر في الرياضات الأخرى مثل تنمية روح الجماعة والتكيف للمواقف المختلفة، فاللاعب أثناء ممارسة النشاط الرياضي ينتظم في مجموعة صغيرة (الفريق) ويتعود أن يتصرف بحكمة في رغباته، وأن يبذل جهداً في سبيل تحقيق أهداف المجموعة ومساندتها والدفاع عنها والتضحية من أجلها إضافة إلى أن النشاط الرياضي يقترن بخبرات نجاح معقولة يهيئ أجواء الصحة النفسية الإيجابية إضافة إلى تنمية اللياقة البدنية والقابلية الحركية.

ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائية في سمات الشخصية لدى طلبة وفقاً لمتغير النشاط الرياضي الممارس (كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة، ألعاب القوى، السباحة). وكذلك وجود الفروق بين عينات حسب نوع النشاط الممارس (نشاط فردي، نشاط جماعي)

انزار الطالب-علم النفس الرياضي-مرجع سابق-ص107.

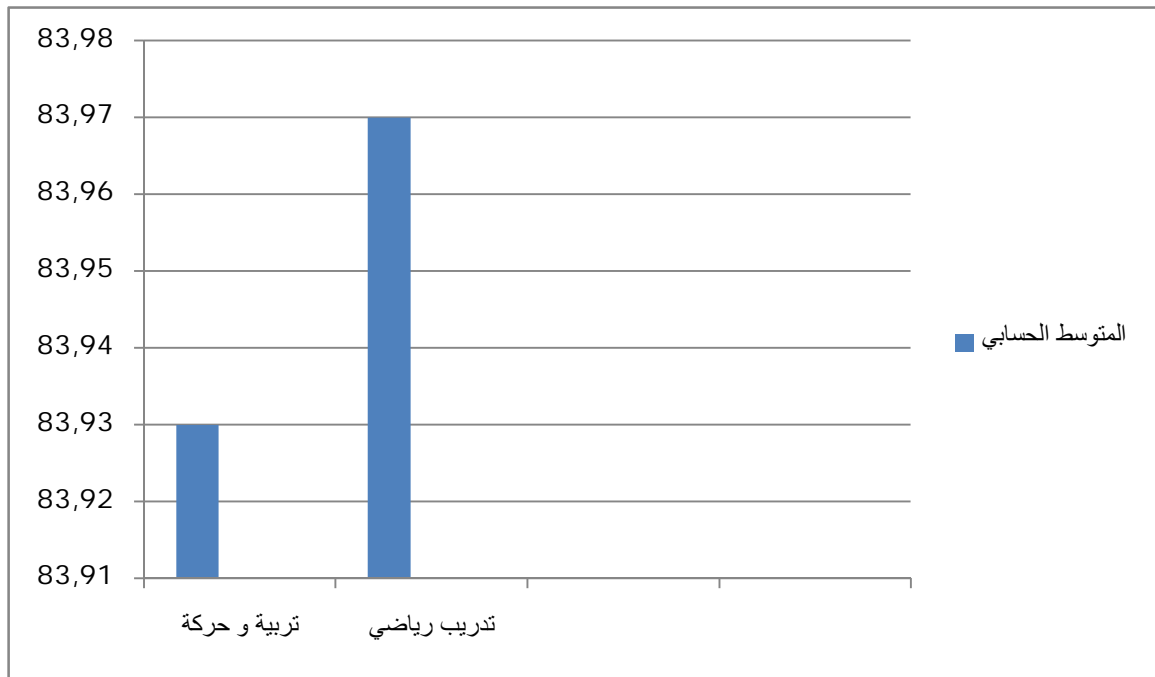
2. عرض وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الثانية :

والتي تنص على وجود فروق دالة إحصائية في سمات الشخصية وفقا لمتغير التخصص الدراسي

1.2. الفروق في سمات الشخصية (تربية وحركة و تدريب رياضي) .

الجدول رقم(10):يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و قيمTلدلالة الفروق بينطلبة التربية والحركة والتدريب الرياضي .

التخصص	N العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T المحسوبة	T الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
تربية وحركة	30	83.93	4.81	58	0.24	1.68	0.05	غير دال
تدريب رياضي	30	83.97	5.89					



شكل 04: أعمدة بيانية لمتوسط لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع التخصص

نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) الذي يبين قيمة T لدلالة الفروق بين ،طلبة التربية والحركة والتدريب الرياضي . أن المتوسط الحسابي لطلبة التربية والحركة بـ "83.93" بانحراف معياري "40.81" و المتوسط الحسابي لطلبة والتدريب الرياضي . فقد قدر بـ "83.97" بانحراف معياري "5.89"، أما في ما يخص قيمة T المحسوبة فقد بلغ "0.24" وهي أكبر من قيمة T الجدولية "1.68" أي (0.24 < 1.68) عند مستوى الدلالة "0.05 = ∞"، ودرجة حرية 58 وهي قيمة تبين أنها لا توجد فروق دالة إحصائية في سمات الشخصية حسب متغير التخصص الدراسي.

وعليه يقبل الفرض البديل الذي ينص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بينطلبة تربية وحركة و طلبة تدريب رياضي في سمات الشخصية

2. مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثانية:

من خلال الدراسة المتوصل إليها أثبتت عدم وجود فروق في سمات الشخصية بين طلبة تربية وحركة و طلبة والتدريب الرياضي الذي يبين قيم T لدلالة الفروق و قد وضحت النتائج الموضحة في الجدول رقم (10) أنه لا توجد فروق في سمات الشخصية بين طلبة تربية وحركة و طلبة تدريب رياضي حيث بلغت "ت" المحسوبة "0.24" و "ت" الجدولية "1.68" و بالتالي بما أن "ت" المحسوبة أصغر من "ت" الجدولية نقول أن الفرضية الأساسية الثانية لم تحققت بناء على النتائج

ومنه نستنتج عدم وجود فروق دالة إحصائية في سمات الشخصية بين طلبة (تربية وحركة و تدريب رياضي) و لهذا ستند بعض العلماء يقبل الفرض البديل الذي ينص على عدم وجود فروق بين طلبة (التربية و الحركة و التدريب الرياضي إلى وجود السمات وإمكانية تحديدها إلى الحقائق التالية:¹

- أن السمة قد تكون أداة على مستوى أكثر تعقيدا، بمعنى أن سمة أكثر عمومية من العادة، فغالبا ما تنتظم وتنسق أكثر من العادة لتكون ما يعرف بالسمة، هذا بالإضافة إلى اختلاف الأفراد فيما بينهم في العادة الواحدة فكلنا نغضب في مواقف معينة غير أننا نختلف في درجة الغضب وفي طريقتنا في التعبير عنه، كما أننا جميعا نستجيب إلى النكسات المختلفة بدرجات متفاوتة.

1 سعد جلال ومحمد علاوي-علم النفس التربوي الرياضي-ط 5-دار المعارف-1976-الفاخرة-ص 415.

- ثبات الشخصية واضطرابها، فالشخص الواحد يتصرف في المواقف المتشابهة بشكل واحد، ولكل فرد منا عاداته الثابتة التي لا تتغير.

- إن السمات ليست مستقلة بعضها عن البعض ولكنها ترتبط فيما بينها ارتباطا موجبا، لأنها تنبع من مصدر عام هو شخصية الفرد كما أن بعض السمات تميل إلى أن تتجمع لتكون ما يسمى بالسمات العامة أو السمات المشتركة.

- إن التمييز بين سمات الشخصية يتأثر إلى درجة كبيرة بوظيفة الاختبارات المستخدمة ولذا فإنه عندما نقول أن الفرد يتسم بسمة (الانبساطية) فإن ذلك يرجع إلى أن الأداة المستخدمة في الدراسة تقيس سمة الانبساطية فإذا لم تكن الأداة تقيس هذه السمة فإنها لن تظهر لدى الفرد.

- إن السمات تتعدل ثقافيا، فسمة (السيطرة) في الرجال والأنوثة في السيدات على سبيل المثال يمكن أن تأخذ قدرا أكبر من تدعيم المجتمع وينتج عنها بعض الأنماط السلوكية المحددة.

- سمة الشخصية إذا نظر إليها من الناحية السيكلوجية لا يكون لها دائما نفس الدلالة الخلقية، بمعنى أنها قد تتفق أو لا تتفق والمفهوم الاجتماعي المتعارف عليه.

- السمة قد ينظر إليها في ضوء الشخصية التي تحتويها أو في ضوء توزيعها في المجموع العام من الناس، أي أن السمات قد تكون فردية وهذا ما أسماها ألبورت فيما بعد باسم الاستعدادات الشخصية، أو قد تكون سمات عامة مشتركين من الضروري أن نميز بين مفهوم السمة وبين المفاهيم المقارنة:¹

وهذا ما أكدته دراسة محمد التي أظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية بين لاعبات الجمباز الفني والإيقاعي في السمات الشخصية المدروسة وجود، وعدم وجود تناقض في أية سمة بين لاعبات الجمباز الفني والإيقاعي..

¹إخلاص محمد عبد الحفيظ وآخرون- علم النفس الرياضي-الدار العالمية للنشر والتوزيع-2004-ص 119.

3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثالثة:

ما هي سمات الشخصية المميزة لطلبة التربية البدنية و الرياضية ؟

3. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

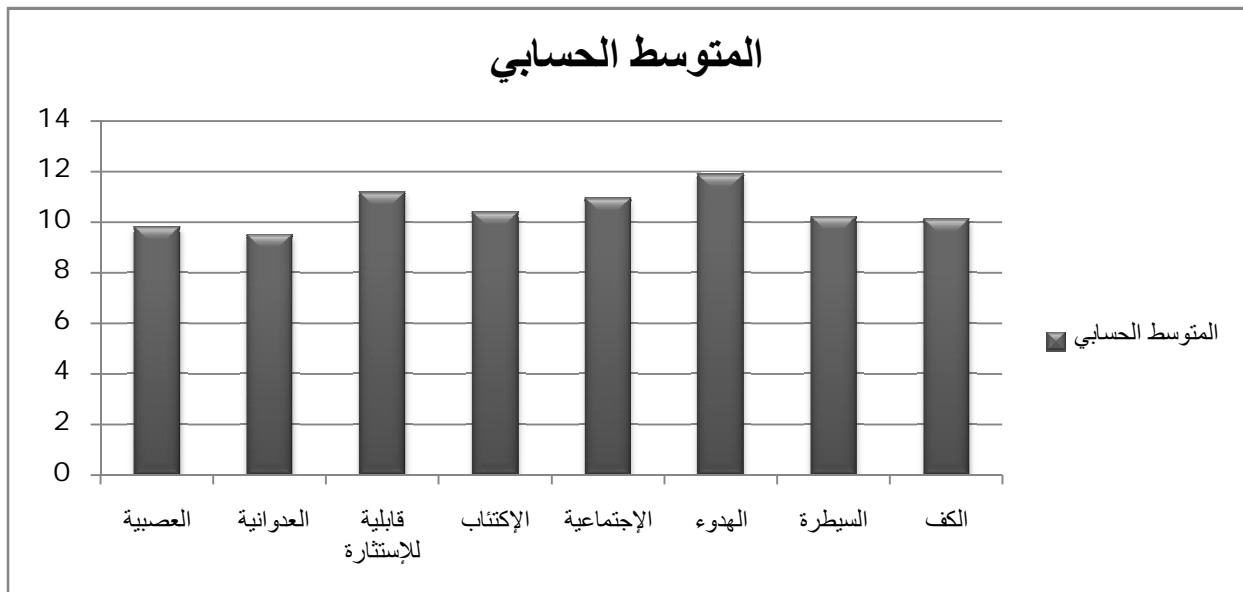
والتي تنص على وجود تباين في سمات الشخصية لطلبة التربية البدنية و الرياضية

1.3. نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في سمات الشخصية لطلبة التربية البدنية و الرياضية

الجدول رقم (11) : يبين قيم f لدلالة الفروق بين عينات البحث في سمات الشخصية لطلبة التربية البدنية

و الرياضية

الدلالة	(ف) الجدولية	(ف) المحسوبة	متوسط المربعات	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	مصدر التباين
دال	2.604	8.53	90.77	635.36	7	بين المجموعات
			10.64	553.29	52	داخل المجموعات
				1188.65		المجموع



شكل 05: أعمدة بيانية لمتوسط لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع السمة المميزة

الجدول رقم (12) : يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث حسب نوع السمة المميزة لطلبة التربية البدنية و الرياضية .

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	السمة
1.56	9.82	60	العصية
1.47	9.52	60	العدوانية
1.77	11.17	60	قابلية للاستشارة
1.72	10.40	60	الاكتئاب
1.21	10.95	60	الاجتماعية
1.32	11.88	60	الهدوء
1.50	10.23	60	السيطرة
1.96	10.12	60	الكف

من خلال الجدول رقم (11) يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ (653.29) و داخل المجموعات بلغ (253.29)، أما متوسط المربعات بين المجموعات بلغ (90.77) و داخل المجموعات بلغ (10.64) عند درجة الحرية (7 و 52)، فكانت قيمة فالحسوبة (8.53) أكبر من ف الجدولة المقدره ب (2.604) عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات و داخلها حسب نوع سمة شخصية و هذا من خلال المقارنة بين المتوسطات الحسابية والتي يبينه الجدول رقم (12) والمقدرة ب 11.88 الذين يتميزون بدرجة عالية من الهدوء و يليه الطلبة الذين يتميزون بالقابلية للاستشارة 11.17 و يليه الطلبة الذين يتميزون بالقابلية الاجتماعية ب 10.95 و يليه الطلبة الذين يتميزون بالاكتئاب 10.40 و يليه الطلبة الذين يتميزون بالسيطرة 10.23 .. و يليه الطلبة الذين يتميزون بالكف 10.12 و يليه الطلبة الذين يتميزون بالعصية 9.82 و يليه الطلبة الذين يتميزون بالعدوانية 9.52

2-3 مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثالثة :

من خلال الدراسة المتوصل إليها أثبتت وجود فروق في الدرجة الكلية لسمات الشخصية حسب نوع الرياضة الممارسة بين المجموعات و داخلها بمقدار $f(8.53)$. و قد وضحت النتائج الموضحة في الجدول رقم (12) أن هناك فروق في السمات المميزة لصالح الطلبة الذين يتمتعون بدرجة عالية من الهدوء ثم طلبة الذين يتميزون بالقابلية للاستشارة ثم طلبة الذين يتميزون الاجتماعية، ويليه الطلبة. الذين يتميزون بالاكنتاب، ويليه الطلبة. الذين يتميزون بالسيطرة، ويليه الطلبة. الذين يتميزون الذين يتميزون بالكف، . ويليه الطلبة. الذين يتميزون بالعصية ويليه الطلبة. الذين يتميزون بالعدوانية .

بما أن "ف" المحسوبة أكبر من "ف" المجدولة نستنتج أن هناك تباين في سمات الشخصية لطلبة التربية البدنية و الرياضية، تتفق هذه النتيجة مع جميع نظريات الشخصية التي تؤكد على وجود السمات الشخصية لدى جميع الأفراد بنسب متفاوتة، وهذا يتفق مع مبدأ الفروق الفردية، ويعود هذا التباين في سمات الشخصية

لاختلاف العوامل المؤثرة في البيئة والثقافة وأساليب التنشئة الاجتماعية، وهذه النتيجة تؤكد على أهمية هذه العوامل في التأثير في السمات الشخصية كما يراها الكثير من العلماء أمثال البورت و كاتل و جيلفورد

و تتفق هذه النتائج مع :

بحوث (كورول 1967) والتي استخلص منها أن هناك الكثير من السمات التي تميز الرياضيين عن غيرهم وهي مشتركة .

- الممارسة الرياضية تؤثر في خلق بنية للشخصية وتنميتها .

- بعض أنواع الشخصية يناسب أنواع من الرياضة، فيوجد " نوع للاعبي كرة القدم ونوع للاعبي الكرة الطائرة ونوع للاعبي

كرة السلة " والشيء الذي يؤكد عليه " أن هناك شخصية قاعدية يشترك فيها جل الأفراد قبل ممارستهم الرياضية، إلا أنها تتضح معالم بعد اختيار نوع الرياضة".¹

ويضيف كل من (richard et alderman 1990)

أن أغلب الدراسات والبحوث التي عالجت الشخصية الرياضية أكدت على وجود علاقة بين الرياضة والشخصية مما يساعد على إيجاد حلول لمشاكل سلوكية في المجال الرياضي

¹Kroll (w) sisctenpersonality factor profiles of colligiat-migram new york- 1981-p 56.

استنتاج عام:

من خلال النتائج المتوصل إليها بعد التحليل و المناقشة تبين لنا أنه:

- يوجد تباين لسّمات شخصية وفقا لمتغير النشاط الممارس (كرة اليد، كرة الطائرة ، كرة السلة السباحة، ألعاب القوى) وهذا لطبيعة الرياضة و لطبيعة الممارس لها و هنا نجد أغلب الطلبة يميلون إلى ممارسة الكرة الطائرة حيث تمتاز هذه اللعبة كونها غير مجهدّة و حدوث الإصابات فيها نادرا حيث تجعل ممارستها مرتاحا نفسيا
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لسّمات شخصية بين الطلبة الممارسين للأنشطة الفردية و الأنشطة الجماعية وهذا لطبيعة الأفراد وميولهم اتجاه النشاط ما ، فأغلب الطلبة يميلون نحو الأنشطة الجماعية
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير التخصص الدراسي بين طلبة (التربية وحركة و طلبة التدريب الرياضي).
- يوجد تباين في السّمات الشخصية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية (العصبية، العدوانية، قابلية للاستشارة ، لاكتئاب، الاجتماعية ، كف، هدوء، السيطرة)

يتميز بعض الطلبة عن الآخرين بسّمات خاصة تجعلهم منفردين وذلك يرجع إلى طبيعة الفرد و البيئة المحيطة به فمنهم من هو اجتماعي تجده مندمج مع زملائه ، ومنهم من هو هادئ تجده قليل الكلام و صامت ، ومنهم من هو عدواني يتميز عن الآخرين بالعدوان (لفظي أو جسدي) ومنهم من تجده مسيطر على أعصابه عند الغضب ...

حيث توصلنا إلى أن الممارسة الرياضة تساهم في بناء شخصية الطالب و ذلك كونها تجعله عضوا فاعلا يتأثر و يؤثر في المجتمع وتجعله قوي الشخصية و متزن الخلق و منضبط متفهم .

وأن التربية البدنية و الرياضة مهما كانت تخصصاتها في الجامعة (تدريب رياضي ، أو تدريس ...) فهي ترمي إلى تحقيق هدف واحد وهو تحقيق التوافق النفسي لشخصية الفرد .

خاتمة

يستنتج من نتائج البحث أنَّ هناك فروقاً في سمات الشخصية قيد البحث، للتخصص الدراسي و النشاط البدني الرياضي، فالممارسة الرياضية تساهم في تطوير وتنمية السمات الشخصية للطالب بصفة عامة، ذلك أنها تمثل خياراً تربوياً موجهها حالياً من القيود النفسية، فتساعد الفرد في تفتحه وحسن تعامله مع الآخرين، وتحسين السلوك الاجتماعي الايجابي كالتعاون والتماسك والمشاركة والتنافس الشريف من أجل تحقيق النجاح، كما تزيد من قدرته على إقامة العلاقات الاجتماعية، والصدقات مع الغير، وتكسبه التفاؤل في الحاضر والمستقبل، وتنمي صفة المسؤولية لديه، في مختلف متطلبات الحياة، مما ينعكس إيجاباً على تفاعله واندماجه في المجتمع. ويتيح النشاط البدني الرياضي للفرد فرصاً للتحكم في انفعالاته وإخضاعها لسيطرته واستقرارها وتلاؤمها مع مثيراتها، وتحسين درجة الواقعية لديه، وينمي ثقته بنفسه، وقدرته على اتخاذ القرارات السليمة والثابتة في مختلف المواقف التي يمر بها في حياته الاجتماعية، إضافة إلى أنها تساعده على تجاوز مواقف الإحباط والفشل والتوتر واليأس والاستسلام التي تنتاب الفرد من حين لآخر، بسبب الرسوب النفسي والآثار السلبية. من هذا تعدل الممارسة الرياضية السمات السلبية لدى الفرد مثل الانطوائية والعصبية والقلق وتطور وتنمي السمات الموجبة لدى الفرد مثل الاجتماعية والانبساطية والثبات الانفعالي، وبالتالي تكون للفرد شخصية قوية متزنة متكاملة، تساعده في الاندماج والتكيف النفسي الاجتماعي .

نحن نعلم بأن دراسة السمات الشخصية شيء صعب وعميق، ولكننا حاولنا من خلال هذه الدراسة أن نلقي ولو القليل عن ميول الطلبة اتجاه ممارسة الأنشطة الرياضية و التخصص الدراسي ، ونأمل أن نكون قد وفقنا في ذلك و قد حاولنا الإحاطة في دراسة السمات الشخصية من شتى الجوانب والخروج بنتائج موضوعية ودقيقة نأمل أن لا تكون نقطة نهاية بل دفعة جديدة للدخول أكثر والتعمق الأكبر في هذا الموضوع المتشعب والذي يتطلب دراسات وبحوث عديدة ومتنوعة وفي الختام نأمل أن تضيف دراستنا هذه ولو الجزء اليسير والقليل من المعرفة إلى المحيط الشاسع من العلوم المختلفة حتى تكون ولو قطرة من هذا المحيط الواسع والعميق، وحتى نكون قد أسهمنا ولو بالقليل من إلقاء الضوء عن هذا الموضوع الذي نأمل أن يأخذ الاهتمام المرجو من الطلبة والمربين وكل المهتمين نظراً لكون موضوع الشخصية وسماتها في المجال الرياضي يعد المفصل الذي يربط الممارسة الرياضية بتخصص الدراسي، لكن يبقى هذا الموضوع واسع لا نستطيع معرفة كل شيء يتعلق به .

- حدود البحث وفتوحاته -

من خلال هذه الدراسة التي قمنا بها وما جاء فيها من ملاحظات و التحاليل النظرية و العملية و التي كانت تهدف إلى إظهار الأهمية البالغة للسّمات الشخصية و توجهه الطلبة إلى التخصصات المختلفة بين الطلبة و حسب الأنشطة الرياضية، حيث اتضحت لنا عدة أمور أخرى أثناء إنجازنا لهذه الدراسة أردنا طرح مجموعة من الاقتراحات حول الموضوع، يجب أن تأخذ بعين الاعتبار ومن بينها ما يلي:

- إجراء دراسات متعلقة بالسّمات الشخصية و مقارنتها وفقا للتخصص الدراسي (تدريب رياضي، تدريس) و حسب الجنس (ذكور، إناث) لدى الطالب الجامعي .

- دراسة السّمات الشخصية و مقارنتها وفقا توجه الطلبة الجدد نحو دراسة التربية البدنية و الرياضية .

- دراسة السّمات الشخصية المميزة للطلبة التربية البدنية و الرياضية حسب متغير الجنس و نوع النشاط الممارس .

- مراعات الوسائل الإعلامية التي تساهم في التعريف بالموضوعات و البرامج الخاصة بالرياضة .

- تكوين خلية خاصة بالطلبة وذلك من أجل حل مشاكل نفسية وتوجيهها نحو توجه الإيجابي .

- ضرورة إجراء دراسات أخرى تشمل أسباب نفسية لعدم مزاوله بعض الطلبة للأنشطة الرياضية .

- ضرورة نشر الوعي الثقافي المتعلق بالتخصصات المدرجة في علوم التربية البدنية و الرياضية .

- ضرورة تكييف واستخدام الاختبارات والمقاييس النفسية كوسائل موضوعية لتقوم سمات شخصية

تمهيد:

يعتبر المعهد من المؤسسات العلمية، التربوية و البحثية آنذاك التابعة لها من العناصر الأساسية في قيادة المجتمع وتوجيهه التوجيه الصحيح و الفعال نحو التطور و الرقي و اللحاق بالعجلة التغير المتسارع في العالم ليواكب المجتمع تلك التطورات و التعامل معها و يستجيب لإفرازها في جوانب الحياة المختلفة و يستمر في عملية البناء و التنمية الاجتماعية الشاملة في مختلف الميادين.

لذلك أصبح الدور الذي يقوم به المعهد يتعاضد مع تعقيد حركة الحياة و التطورات الحاصلة فيها و أصبح له الدور لا يقتصر بالدرجة الأولى على تقديم المعارف و المعلومات العلمية فقط للطالب كونه عضو فعال في المجتمع إنما يتعدى هذا الدور و التوسع ليشمل جوانب كثيرة فلهذا أصبح المعهد يساهم فيها بدرجة كبيرة و مؤثرة و ليكن مسئول عليها مباشرة و معرفة أهمية ومكانة الطالب داخله والدور الذي يلعبه آنذاك خلال مراحل تكوينه.

2-1/لمحة تاريخية عن المعهد:

يعتبر معهد التربية و الرياضية من بين المؤسسات العلمية و التربوية و البحثية وقد تم افتتاح معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية 2010/2011 وعرف تخرج أول دفعة جوان 2013 بعدد إجمال 285 طالب متحصل علي شهادة ليسانس.

2-2/مجالات التكوين:

يقدم المعهد تكوينا تربويا علميا على أساس النمط الجديد (ل م د) في علوم وتقنيات النشاط البدني و الرياضي لتحضير شهادة ليسانس في الشعب التالية التربية البدنية و الرياضية ,التدريب الرياضي مدة التكوين ثلاث سنوات و عامين لرسالة الماستر .

2-3/ الهياكل الرياضية بالمعهد:

ينقل طلبة المعهد و الرياضيين تجهيزات رياضية مختلفة الاختصاص للتكوين و التدريب نذكر منها :

-قاعة مغطاة (المركب الأولي)

-قاعة مخصصة للجمباز

-قاعة متعددة الرياضات بالجامعة

-قاعة مخصصة للملاكمة

-قاعة مخصصة لكراتي

-قاعة مخصصة للسباحة

-ميادين الرمي (القرص,الجللة , المطرقة)

2-4/ الهياكل البداعوجية :

- قاعات مخصصة للالتقاء المحاضرات

- قاعات مخصصة للأعمال الموجهة

- مكتبة فنية تكفي لتلبية حاجات الطلبة و الأساتذة في مختلف التخصصات

- قاعات مخصصة للمطالعة

- قاعة مخصصة للانترنت

2-5/ تخصصات القسم الأكاديمي للتربية البدنية و الرياضية داخل المعهد:

يفتقد الباحث فندر زواج أنه ينبغي تحديد الأقسام الأكاديمية للتربية البدنية و الرياضية على أسس وظيفية وهي مايلي:

2-5-1 التدريب الرياضي:

2-5-1-1 مفهوم التدريب الرياضي:

" يعرف التدريب على أنه جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية وتعلم التكنيك والتكتيك، وتطوير القابلية العقلية ضمن منهج علمي مبرمج وهادف خاضع لأسس تربوية قصد الوصول بالرياضي إلى أعلى يفهم مصطلح التدريب الرياضي: " أنه عبارة عن القوانين والأنظمة الهادفة إلى إعداد الفرد للوصول إلى مستوى الانجاز عن طريق الإعداد الكامل لعموم الأجهزة الوظيفية التي تحقق الوصول إلى المستوى لائق، حيث يؤكدون على مراعاة حياة الرياضي وصحته الجسمية العامة، كما يستحسن التوافق العصبي ويسهل تعليم المسار الحركي فضلا عن زيادة قابلية الإنتاج لدى الأفراد.⁽¹⁾ ويرى "Matweiv" تطابق مفهوم الإعداد الرياضي والتدريب الرياضي، فالإعداد الرياضي أكثر شمولية في مصطلح التدريب الرياضي حيث يعد من عناصر المستوى الرياضي ويتميز بكونه من العناصر التي تبرز قدرة الفرد باستخدام الطرق والمستلزمات التي يتمكن الفرد بواسطتها أن يضمن التطور الرياضي وقابلية المستوى حيث قابلية المستوى الذي هو عبارة عن حالة ديناميكية معقدة تتميز بالمستوى البدني والنفسي لتكامل القبليية".⁽²⁾

¹ حنفي محمود مختار: مدرب كرة قدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1980، ص15.

² . قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط1 1997، ص78 ص79.

2-1-5-2- الأهداف العامة للتدريب الرياضي:

تنحصر أهداف التدريب الرياضي فيما يلي:

- الارتقاء بعمل الأجهزة الوظيفية لجسم الإنسان من خلال التغييرات الايجابية للمتغيرات الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية.

- محاولة الاحتفاظ بمستوى الحالة التدريبية لتحقيق أعلى فترة ثبات لمستويات الانجاز في المجالات الثلاثة (الوظيفية ويمكن تحقيق أهداف عملية للتدريب الرياضي بصفة عامة من خلال جانبين أساسين على مستوى واحد من الأهمية، هما الجانب العلمي (التدريبي - التدريسي) والجانب التربوي، ويطلق عليهما واجبات التدريب الرياضي، فالأول يهدف إلى اكتساب وتطوير القدرات البدنية (السرعة - القوة - التحمل)، والمهارة الخططية والمعرفية، أو الخبرات الضرورية للاعب في النشاط الرياضي الممارس، والثاني يتعلق في المقام الأول بأيدولوجية المجتمع ويهتم بتكامل الصفات الضرورية للأفعال الرياضية معنويًا وإراديًا، ويهتم بتحسين التذوق والتقدير وتطوير الدوافع وحاجات وميول الممارس وإكسابه الصفات الخلقية والإرادية الحميدة كالروح الرياضية، المثابرة وضبط النفس والشجاعة... الخ من خلال المنافسات".⁽¹⁾

2-1-5-3- مبادئ التدريب الرياضي:

أهمية مبادئ التدريب الرياضي: تبنى العمليات التطبيقية للتدريب الرياضي على عدد من المبادئ التي هي مستمدة في الأصل من مبادئ وظائف أعضاء الجسم البشري، وعلى مدرب الفريق وضع هذه المبادئ في مقدمة اعتباراته خلال قيادته للبرنامج التدريبي للفريق ضمانًا لحدوث تقدم في مستوى اللاعبين، إن إتباع هذه المبادئ يساعد على تجنب كل من الإصابة والمرض.

المبدأ الأول: التكيف: التدريب الرياضي يحدث تغييرات في الأجهزة الوظيفية لأجسام اللاعبين للتكيف مع متطلباته.

المبدأ الثاني: الاستجابة الفردية للتدريب استجابة أجسام اللاعبين للتدريب أمر فردي ويعتمد على خصائص كل لاعب.

المبدأ الثالث: الاستعداد: استفادة الجسم من التدريب تعتمد على مدى استعداده.

المبدأ الرابع: التقدم بدرجات حمل التدريب: درجة الحمل يجب ألا تكون ثابتة ولكن يجب أن تزداد بمرور الوقت وطبقًا للقدرات والتكيف.

المبدأ الخامس: التحميل الزائد: كي يتحقق الارتقاء بعنصر بدني يجب التدريب بحمل عند مستوى الحد لأقصى (الحد الخارجي) لمقدرة اللاعب.

¹ أمر الله باسطي: التدريب والإعداد البدني في كرة القدم، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1988، ص4.

المبدأ السادس: الخصوصية: لتطوير الأداء يجب التدريب بنفس طريقة الأداء ومن خلال نفس الوضع الذي سوف ينفذ من خلاله.

المبدأ السابع: التنوع: ضرورة التغيير في التدريب من الأداء إلى الراحة ومن الصعب إلى السهل.

المبدأ الثامن: الإحماء والتهدئة: يبدأ كل تدريب بالإحماء وينتهي بالتهدئة.

المبدأ التاسع: التدريب طويل المدى: التدريب يحتاج لفترة زمنية طويلة كي يظهر تأثيره.⁽¹⁾

2-5-2 تعريف التدريس " التربية و الحركة "

إن تعلم المعارف و اكتسابها بطريقة منهجية منظمة لخدمة و تحقيق الأهداف التربوية و بناء الإنسان المتكامل عقليا و مهريا و وجدانيا في المجالات المختلفة لا يتم إلا عن طريق نظام من أعمال مخطط له يتم بين المعلم و المتعلم ألا و هو التدريس .

يعرف التدريس على أنه جزء من السلوك المدرس الذي يتضمن الأدوات التي تحدث أثناء عملية التعليم . و يقصد به أيضا التعلم داخل حجرة الدراسة بقصد التأثير المباشر في أداء التلاميذ لتعديله و بالتالي عملية التعلم

2-5-2-1 أهداف التدريس:

إن أول مهمة هي أن يحدد الهدف الذي من أجله سوف يقوم بتدريس ما سوف يدرسه ، و فيما يلي فكرة مختصرة عن كل جانب من جوانب الخبرة التي ينبغي أن تكون هدفا من أهداف التدريس .

- اكتساب المعرفة.
- اكتساب المهارات.
- التفكير العلمي.
- تكوين الاتجاهات و القيم.
- تنمية الميول.
- اكتساب القدرة على التذوق.

و من هناك نستخلص أن كل من يستخدم التعليم مهنة له ، لا بد أن يتبع و يراعي جميع الأسس و الأساليب و النظريات التي يعتمد عليها فن التدريس بإدراك و انتباه من أجل بلوغ الأهداف المتوخاة و تحقيق النتائج المرجوة موفر

لأدوات التعلم مثل الأجهزة و المواد المطلوبة لإنجاز مهام التعليم بالتعاون مع الطلاب.

(¹) مقفي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، تخطيط و تطبيق و قيادة، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001، ص43.

- مشارك في عملية إدارة التعلم و تقويمه.

- يقبل ذاتية المتعلم و مبادراته اللتان تدفعانه إلى البحث عن العلاقات بين الأفكار و المفاهيم ، فيصبح فردا قادرا على حل الوضعيات المشككة بل على الأكثر من ذلك اكتشاف للمشكلات ذاتها مما ينمي ذاتيته و قدراته على المبادرة¹.

وقد قسمت أيضا إلى قسم المواد النظرية (ويدخل في نطاقه كل المواد النظرية كالتاريخ و الإدارة... إلخ و المواد العملية و يدخل في نطاقه كل المواد التطبيقية (التحريية) و الأنشطة العملية على سبيل المثال الرياضيات الجماعية (كرة السلة , كرة اليد, كرة الطائرة , كرة القدم... إلخ أما بالنسبة للأنشطة الفردية (كراتي, جمباز, السباحة).

2-6/ تحليل البرامج و المقاييس الدراسة:

2-6-1/ الأسس العامة لبناء البرنامج: (تخطيط البرنامج الجامعي المستمد من وثيقة الميثاق الوطني -1996).

تعتبر البرامج التربوية التي تستخدمها الجامعة من أجل بلوغ أهداف المجتمع في تربية أبنائه على نحوها و بين البرامج الجامعية من خلال المواد الدراسية المقدمة للطلبة على وظيفتين أساسيتين:

- تساعد على نمو من جميع الجوانب العقلية, النفسية و الاجتماعية و تعمل على نمو شخصية الطالب نمو سليما متكاملا.
- تنمية المجتمع و تطويره وذلك بمدد اليد العاملة الفنية المؤهلة تسعى جاهدة لتطوير المجتمع و تحويلها إلى مجتمع صناعي متقدما علميا و تكنولوجيا ولذا وضع أي برنامج يجب مراعاة الأمور التالية:
- الاهتمام بالظروف الفردية التي تظهر بين أوساط الطلبة.
- الاهتمام بمجتمع الجوانب النمو عند الطالب
- إتاحة فرصة للطالب أثناء التدريب على جميع أنواع السلوك المرغوب فيه و ذلك لإعطائه خبرات و تدريب المعلومات النظرية التي يستوعبها
- الابتعاد على الطريقة التقنية في التدريس وإعطاء الطلبة فرصة تجريب خبراتهم وذلك باشتراكهم في المهن ذوقيا بتطبيق النشاط التعليمي..

1_ صالح عبد العزيز عبد العزيز عبد المجيد_ التربية و طرق التدريس, دار المعارف, القاهرة, مصر, ط 16, 1993, ص 218.

2-6-1-1/الأساس الاجتماعي:

التراث الثقافي و علاقته بالبرامج: تحتوي البرامج الجامعية على التعريف بالتراث الثقافي مع مراعاة ما يفضله المجتمع و على هذا الأساس فأن لكل مجتمع ما برنامج على مقايضة لا يصلح لمجتمع آخر.

2-6-1-2/التغير الاجتماعي وعلاقته بالبرنامج: إن التغيرات التي تعرفها مختلف نواحي الحياة سواء أكانت السياسية أو الاجتماعية أو الاقتصادية أصبحت تفرض أن يدرس الطلبة أبرز هذه المظاهر دراسة مستمرة تساعد على تشبعهم لكل ما يجري في مجتمعهم من كل هذا نقول أن البرنامج لا بد أن يوضع تحت القيم الاجتماعية و المتمثلة أساسا في احترام و التكافؤ الفرص بين جميع أفراد المجتمع و تنمية كل فرد حسب قدراته و استعداداته.

2-6-1-3/الأساس النفسي: إن أي برنامج تعليمي كيف كانت أهدافه المسطرة لا يؤدي إلى شيء ما لم تعتمد أهدافه على فهم حقيقي لحاجات الطلبة وميولهم و مشاكلهم و كيفية تعليمهم لذا اتخذت عدة عبارات بعين الاعتبار في وضع البرنامج التربوي من بينها (نفس المصدر)

1/ يجب أن يؤخذ البرنامج بعين الاعتبار عملية النمو و أن يكون مرنا مرونة تسمح بدراسة أوجه النشاطات المختلفة التي يقوم بها كل طالب بما يتلاءم مع مستوى نموه.

2/ على واضعي البرنامج أن يأخذوا بعين الاعتبار ميول الطالب فهم بهذا يساعده على التذوق و الممارسة وإدراك ميوله أكثر.

3/ مراعاة مهارات و القدرات و استعدادات الطالبة و جعلها ضمن الأسس العامة في وضع البرنامج التعليمي فهذا يساعد على توجيه الطالبة إلى ميادين الدراسة و النشاط التي يتناسب و المهنة التي ينجحون فيها.

2-6-1-4/الأساس التربوي:

من بين الأهداف التربوية الواجب مراعاتها في التخطيط البرنامج الجامعي و المستمدة من وثيقة الميثاق الوطني 1976 ما يلي: (نفس المصدر)

- ربط التعليم و التكوين بالتنمية لان التكفل بالمشاريع و المخططات المستقبلية يقوم في كل شيء على هذا النظام الذي يتوقف على ما يلزم من مهارات و إعداد ما تتطلبه البلاد من كفاءات قادرة على التكيف مع التحديات التي توجهها البلاد في المستقبل على أنه يجب على تجنيد المنظومة التربوية و التكوين نوعي من الأخطار

- خطر التكوين المتصل بالحياة العملية وما ينتج عنه شهادات لا جدوى منها ولا يستطيع حاملها أن يحل منصب عمل له في سوق العمل.

- خطر التكوين الذي يتركز فقط على تقدير ميكانيكي للحاجات دون ارتباط بالحقائق الاقتصادية للبلاد.

- ولكي تتحقق المنظومة التربوية أهداف وشعارات الميثاق الوطني و يجب على الهيئة المسؤولة القيام بتخطيط سليم ودقيق كما يجب أن يكون هناك تحليل مستمر للبرنامج الدراسي لان المراقبة لمحتوى البرنامج تجعل المنظومة التربوية مسايرة و متماشية مع التطور العلمي و التكنولوجي الذي يشهده العالم حاضرا.

2-6-1-5 الأساس الاقتصادي: إن معظم الدراسات التي قام بها الاقتصاديون تشير فقط إلى أن التربية تمثل استمرار الرؤوس الأموال بمجرد خدمة استقلالية و أن يتفق عليها تأتي ثماره أضعفا مضاعفة لذلك و السلطات التربوية المخططة عند وضع أي برنامج تتركز على القوة الاقتصادية التي تحدد بدورها عدد المؤسسات التعليمية و الكتب و اللوازم وغيرها من الانشغالات المجتمعات الاقتصادية و الاجتماعية و مسايرة التطور و التغيير .

2-6-2/أنظمة الدراسة بمرحلة التدرج ليسانس:

تستغرق هذه الدراسة بهذا المستوى 3 سنوات بحيث يتحصل على إثرها الطالب على شهادة ليسانس في تخصص التربية البدنية و الرياضية وتنقسم إلى قسمين هما :

أولا: مرحلة الجذع المشترك: وقد تشمل هذه المرحلة على دراسة الوحدات النظرية والوحدات التطبيقية و قد تشمل ما يلي:

الجدول رقم 1: يوضح الوحدات التعليمية للمستوى الأول الجذع المشترك (ل م د) (قبل إجراء التعديلات)

الوحدات التعليمية	المقياس	المعامل	القرض
الوحدة الأساسية	كرة اليد	4	6
	كرة القدم	4	6
	ألعاب القوى	4	6
	رياضة اختيارية	4	6
الوحدة المنهجية	تقنيات ومنهجية الاتصال	2	3
الوحدة الاستكشافية	علم النفس العام	1	2
	مورفولوجي	1	3
	تاريخ التربية البدنية	1	2
	علم التشريح	1	3
الوحدة العرضية	اللغة الأجنبية	1	2
	الإعلام الآلي	1	2

الجدول رقم 2/ يوضح برنامج التدريس بالمعهد التربية البدنية والرياضية للمستوى الثانية

الوحدات التعليمية	المقياس	المعامل	القرض
الوحدة الأساسية	كرة السلة	4	6
	كرة الطائرة	4	6
	السباحة	4	6
	الجمباز	4	6
	رياضة اختيارية	4	6
الوحدة الاستكشافية	بيداغوجية تطبيقية	2	3
	منهجية البحث العلمي	2	4
	منهجية تدريس	2	3
	بيداغوجية عامة	1	2
	فيزيولوجية	1	2
	بيوكيمياء / الإحصاء	1	2

الجدول رقم 3: يوضح برنامج التدريس بالمعهد التربية البدنية والرياضية للمستوى الثالث ليسانس

القرض	المعامل	المقاييس		الوحدات التعليمية
		تدريب رياضي	تربية وحركة	
7	4	رياضة فردية/رياضة جماعية	رياضة اختيارية	الوحدة الأساسية
8	3	مذكرة	مذكرة	
6	4	منهجية التدريب	منهجية تدريس	
8	4	التربص الميداني	التربص الميداني	
3	2	علم النفس الرياضي	علم النفس الرياضي	الوحدة الاستكشافية
3	2	علم الاجتماع الرياضي	علم الاجتماع الرياضي	
4	2	الطب الرياضي	الطب الرياضي	
3	2	الميكانيك الحيوية	الميكانيك الحيوية	الوحدة العرضية
4	1	التشريع الرياضي	التشريع الرياضي	

2-7- الألعاب الرياضية الجماعية:

2-7-1- تعريف الألعاب الرياضية الجماعية:

تعتبر الألعاب الرياضية الجماعية وسيلة مهمة من أجل تحسين القدرات النفسية عند الفرد، والتي نخدم بالدرجة الأولى العلاقات مع الآخرين كذا التعامل الاجتماعي و من الأساسي إذا كانت التربية البدنية والرياضية في الفترة الأساسية تتماشى بطريقة جيدة عند دخوله هذا الاختصاص ولكن هناك بعض الحقائق وللأسف فإن الطالب الذي يخرج من الثانوية يملك الصفة عامة معلومات محددة في التربية البدنية والألعاب الرياضية الجماعية بصفة عامة. (1)

2-7-2- نشأة و خصائص كرة القدم:

تعتبر كرة القدم من أقدم الرياضيات حيث أرجع تاريخ نشأتها إلى سنة 300 قبل الميلاد في الصين إلى جانب هذا ظهرت في القرن العاشر قبل الميلاد لعبة تشبه كرة القدم تسمى LE KMARI غير أن أول ظهور لها في العصر الحديث يعود الفضل فيه إلى بريطانيا في منتصف القرن الماضي كما اشتهرت في إنجلترا والجزر المحيطة بها.

(1) - كعواش عبد العزيز وآخرون : مكانة الألعاب الرياضية الجماعية في حصة التربية البدنية والرياضية , معهد التربية البدنية والرياضية , مذكرة غير منشورة , جامعة قسنطينة . 2004م , ص 24 .

وقد ساهم في انتشارها خارج هذه المناطق الطلبة الأجانب الذين كانوا يقطنون في بريطانيا في البداية كانت كرة القدم تمارس بدون قوانين تتحكم فيها، إلا أن هذه الوضعية سميت بقواعد كامبردج، و مما مرت إلا نيس حتى جرت عليها تعديلات سنة 1863 تلتها تعديلات أخرى سميت بقواعد شي فيلد عام 1878 وضعت قوانين وقواعد تنظيمية للندن و شيفلد، و في 1886 تأسس المجلس الدولي لكرة القدم الذي كانت تمثله الجماعات الرياضية المذكورة وفي 1904 تأسست الاتحادية الدولية لكرة القدم وتضم FIFA أكثر من 160 اتحادية وطنية ، لما يعادل 40 مليون ممارس.⁽¹⁾

2-7-2-1- الخصائص المميزة لكرة القدم:

الكرة: كروية الشكل مصنوعة من الجلد وزنها و حجمها حسب السن و الجنس يمكن تحديدها بين (G396)- (G450).

- الملعب: مستطيل طوله ما بين (90م إلى 120م) و عرضه (45 م إلى 60 م).
 - المرمى: يشمل عمودين وعارضة سمكها 12 متر والطول بين العمودين (7.32م).
 - الهدف: يحتسب الهدف عند مرور الكرة من خط المرمى دون أن يسبق هذا الدخول أي خطأ.
 - وقت المباراة: 90 دقيقة تلعب في كل شوط 45 دقيقة يتخللها وقت راحة 15 دقيقة.
 - اللاعبين: 11 لاعب لكل فريق و كل فريق بزي مخالف للفريق المنافس.⁽¹⁾
- 2-7-2-2- قوانينها:

حصر محمود عاد خطاب و كمال الدين زكي 1965م أخطاء و سوء السلوك في كرة القدم في تسع عناصر أساسية و هذا وفق قانون هيئة FIFA، و أي لاعب يرتكب مخالفة من هذه المخالفات التسع يعاب وهي:

- ركل أو محاولة ركل (رفس) الخصم.
- كعيلة الخصم مثل إيقاعه أو محاولة ذلك باستعمال الساقين أو الانحناء أمامه أو خلفه.
- يمنع لعب الكرة باليد إلى لحارس المرمى.
- دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه.⁽²⁾

2-7-3- نشأة كرة السلة:

⁽¹⁾-وزارة الشباب والرياضة،المركز الوطني للإعلام و الوثائق الرياضية، 1995.

⁽²⁾-سامي الصغار: "كرة القدم"، دار الكتب للطباعة و النشر، جامعة الموصل، العراق، 1982، ص 30.

تعتبر كرة السلة من أشهر الألعاب في العالم من حيث شعبيتها وممارستها خاصة في أمريكا، ولكونها ابتكرت هناك من طرف الدكتور "جيمس كاسميث" الذي استغرق وقتاً طويلاً في الدراسة و التفكير ليتوصل في سنة 1891 إلى لعبة جديدة تسمى كرة السلة لأن أول هدف استعمل للتصويب عليه كان سلة الخرق Basket و أطلق عليه اسم Basket ball وتعتبر كرة السلة اللعبة الأولى التي وضعت تحت دراسة واعية من أجل بعث أسسها الأولى ولقد وضع الدكتور "جيمس كاسميث" 13 قاعدة للعبة الجديدة، لم تنزل هناك 12 قاعدة منها حتى الآن في قانون اللعبة.⁽¹⁾

2-3-1- الخصائص المميزة لكرة السلة:

- الكرة: كروية الشكل وزنها و حجمها متغيرين حسب السن و الجنس و المحيط (75-780سم).
- الوزن: (200-250 غ).
- الملعب: مستطيل طوله من (26-28م) وعرضه (14-15م).
- السلة: هي حلقة أفقية قطرها 45 سم، تقع على ارتفاع (3.05م) من الأرض تحتسب نقطة عند اختيار الكرة الحلقة من الأعلى نحو الأسفل.
- اللاعبين: 05 لاعبون لكل فريق.⁽²⁾

2-3-7-2- بعض قوانين كرة السلة:

- يتكون اللقاء من 4 فترات بـ : 10 دقائق.
- توجد راحة قدرها 2 د تفصل بين الفترات، الأولى والثانية، الثالثة والرابعة وقبل كل تمديد.
- توجد راحة قدرها 15 دقيقة بين الشوطين.
- ينبغي على الفريقين التبادل بالسلة في الفترة الثالثة.
- إن سجل لاعب عن غير قصد في سلة لعب فريقه فإن النقاط تسجل لصالح فريق الخصم.
- نجاح سلة متقطعة سلة تحسب ثلاث 3 نقاط.³

(1) - حسن سيد معروض: "كرة السلة للجميع"، ط6، دار الفكر العربي، القاهرة، مصرن 1994، ص (21،22)

(2) - Nicole de Chasamane: " Le médication physique et sport collectifs", Edition, Paris, Page 195.

(3) - حسن سيد معروض: "كرة السلة للجميع"، مرجع سابق، ص 25.

2-7-4- نشأة كرة اليد:

تعتبر كرة اليد من أحدث الألعاب التي استخدمت فيها الكرة وخاصة إذا ما قورنت بألعاب أخرى سبقتها بعشرات بل بمئات السنين ككرة القدم والهوكي، و تاريخ ميلاد هذه اللعبة يرجع إلى عام 1917، ببرلين لذا فهي تعتبر لعبة جديدة في العالم كله، بالرغم من حداثة فقد أخذت اللعبة في الانتشار بسرعة، و كما كان الفضل للدكتور اميث في بعث كرة السلة ، كان كذلك الفصل لمدرس الجمباز الألماني ماكس في بعث لعبة جديدة أسماها كرة اليد و كانت اللعبة تمارس قبل ذلك 1615 كلعبة ضمن نشاط الجمباز تعرف باسم كوربال.

وقد وضعت القواعد الأساسية من طرف ماكس هبر و كارل برلين في 1917، و من هذا التاريخ أخذت اللعبة في الانتشار بسرعة.⁽¹⁾

2-7-4-1 الخصائص المميزة لكرة اليد:

- الكرة: مستدرة أي كروية الشكل.
- الوزن: من 325 غ إلى 475 غ و يختلف حسب السن و الجنس.
- المحيط : من 54 إلى 60 سم و يختلف حسب السن و الجنس.
- الملعب: مستطيل طوله 40 متر و عرضه 20 متر.
- الهدف: عبارة عن مرمى طوله 3 متر و عرضه 2 متر، يجس هدف عندما تجتاز الكرة خط المرمى.
- اللاعبين: 7 لاعبون لكل فريق.⁽²⁾

2-7-4-2 بعض قوانين كرة اليد:

- مساحة الملعب: الطول 40 م و العرض 20 متر.
- عدد اللاعبين 07.
- في حال الهجوم جميع اللاعبين يهاجمون ما عدا الحارس ، و في حالة الدفاع جميع اللاعبين يدافعون.
- التبديل مفتوح وعدد الاحتياطين (05).
- إذا دخل المهاجم أثناء الهجوم دائر خصمه تحسب رمية حرة.

2-7-5- نشأة الكرة الطائرة

¹ - منير جرجس إبراهيم: "كرة اليد للجميع"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 07.

² - منير جرجس إبراهيم: "كرة اليد للجميع"، مرجع سابق، ص 07.

ابتدع كرة الطائرة الأمريكي وليام مورغان (1870-1934) والتي أسماها في البداية "مينتونيت" و كان ذلك سنة 1895 حيث تم عقد مؤتمر مع مديريةية التعليم البدني YMCZ في أمريكا حيث دعا مورغان يشرح لعبته والإقناع كل الأطراف، اقترح إجراء مقابلة في كرة الطائرة في حالة الجمباز، وقد تم في هذا المؤتمر استبدال "مينتونيت" بالكرة الطائرة و طبقت القواعد والقوانين لأول مرة في عام 1897، وفي عام 1908 ظهرت في اليابان وفي سنة 1913 ظهرت في برنامج الشرق الأوسط في سنة 1922 أصبح لمس الكرة مقتصرًا على ثلاث لمسات بين عام (1917-1930) اكتشف الأوروبيون الكرة الطائرة، وضع دستور الاتجاه الدولي عام 1947.⁽¹⁾

2-7-5-1- الخصائص المميزة للكرة الطائرة:

- الكرة: مستديرة المحيط و الوزن يختلف حسب السن و الجنس.
- الملعب: مستطيل طوله 18 متر و عرضه 9 أمتار محاط بمنطقة حرة بعرض يساوي 3م يجرأ الملعب إلى جزأين بواسطة خط الوسط تعلون شبكة عرضها 1 متر مسدودة من الطرفين بأعمدة إذ يصل ارتفاع الشبكة عن خط الوسط بالنسبة للذكور 2.43م والإناث 2.24م.
- اللاعبين: كل فريق مكون من 06 لاعبين.⁽²⁾

2-7-5-3- بعض قوانين الكرة الطائرة:

- يجب أنتكون الكرة مستديرة مصنوعة من الجلد أو جلد صناعي بداخلها كيس هوائي مصنوع من المطاط أو مادة مماثلة ووزنها يتراوح بين 260 و 280غ.
- يجب أن يكون لون و تصميم القمصان والشورتات موحدًا ما عدا اللاعب الحر.
- يجب أن ترقم القمصان من 1 إلى 18.
- يسمح بإجراء 6 تبديلات لكل فريق في كل شوط.
- تعبر بالكامل المجال السفلي تحت الشبكة.

¹ - عصام الدين الوشاحي: "المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1991، ص 21.

² - عصام الدين الوشاحي: "المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة"، مرجع سابق، ص 21.

2-7-6- مميزات وخصائص الألعاب الرياضية الجماعية:

إن الألعاب الرياضية الجماعية تختلف عن الألعاب الأخرى من حيث الخصائص والمميزات المختلفة التالية: الكرة و الميدان، الهجوم والدفاع، وهذا من خلال بنية اللعب في الألعاب الرياضية الجماعية.

الخصم، الزملاء، القوانين كل هذه العناصر تبقى تسمى بالخصوصيات من التطبيق، فالكرة ميزة تمتاز بها هذه الألعاب الأخرى، والقوانين تنظم صفات الاتصالات المسموح بين الزملاء أو مع الخصم لأنه هناك ألعاب يسمح فيها بالاحتكاك الجسمي مثل كرة القدم و ألعاب أخرى لا يسمح فيها بالاحتكاك الجسمي مثل الكرة الطائرة.⁽¹⁾

إن ما يميز هذه النشاطات عن غيرها هي العلاقات المتبادلة و المتواصلة بين الهجوم و الدفاع في مختلف مراحل اللعب و تكتيكية، و كذا إدراك و تكامل العلاقات الزمنية، وتكييفها مع الإنجاز الحركي.

ويجب على الطالب المشاركة في النشاطات من أجل تكوينه الخاص، وأخذ مختلف مسؤوليات التنظيم، وليس هذا فحسب بل يجب عليه أخذ بعين الاعتبار و النظر في مميزات وخصائص الألعاب الرياضية الجماعية، وهذا من حيث الصفات التي تتطور بواسطة التنسيق، التوازن و سرعة التنفيذ والثقة في القدرات الذاتية، وكذلك تطور روح المبادرة والثقة بالجماعة و تطور الصفات البدنية و المتمثل في القوة، السرعة، المداومة، المرونة، الرشاقة.⁽²⁾

2-7-7- ثوابت و أدوات الألعاب الرياضية الجماعية:

2-7-7-1- الكرة:

تعتبر الكرة أداة مؤثرة بالنسبة للاعب، و تلي حاجياته الحركية، ممتلكة قوتها و حركتها الخاصة بها، هي تنشيط حركة اللاعب و تحته على التحرك الجدي و القفز.

الكرة تمثل وسيلة، من خلالها يستطيع اللاعب (الطالب) إلغاء عدوانيته وأداة تسمح له بفرض سيطرته عندما يتحصل عليها، كقص الكرات، القاذفات، والمحافظة على الكرة وبالموازاة فهي تمثل عامل تبادل، و ذلك حسب قوانين مختلفة أو دقيقة تحدد حسب كل لعبة.

2-7-7-2- الميدان:

ميدان الألعاب الرياضية الجماعية فضاء مغلف حيادي و مدعم لإجراء والتقاء فريقين يتملك أبعاد دقيقة، بحيث أن كل لاعب يقتسم هذا الفضاء مع زملاءه للتنافس ضد الخصم و الدفاع على منطقته الخاصة.⁽³⁾

¹ - إيلين وديع فرج: بحيرات في الألعاب للصغار و الكبار، منشأة المعارف، ط2، 2002، ص 26..

² - كعواش عبد العزيز و آخرون: مرجع سابق، ص 25.

³ - كعواش عبد العزيز و آخرون: مرجع سابق، ص 26.

2-7-7-3- المرمى:

فوق الميدان من أجل الفوز لابد على الفريق أن يسجل أكبر عدد من النقاط ضد خصمه، وهذا يعني إيصال الكرة وإدخالها أو لمسها لهدف معين.
وطبيعة المرمى مرتبطة بنوع اللعبة الجماعية، فالهدف يمكن أن يكون الملعب نفسه مثل الكرة الطائرة أين تجب أن تلمس الكرة الأرض لتحقيق نقطة.
أما فيما يخص الألعاب الرياضية الجماعية الأخرى، المرمى عبارة عن إشارة مادية ثابتة، أي مرمى تدخل من خلالها الكرة.⁽¹⁾

2-7-7-4- القوانين:

إن بيئة نشاط اللعبة الرياضية الجماعية تتطلب التأقلم مع مجموعة قوانين، و التي تحدد صفة لعب الكرة وبأي منطقة من الاسم كما تنتهج بمعرفة شكل الكرة حجمها ووزنها كما تعلم بموازاة كيفية التعامل مع الخصم فوق أبعاد ساحة اللعب، عدد اللاعبين المسموح لهم بمشاركة اللقاء ومدة المباريات.
والقوانين هي مجموعة اتفاقيات دقيقة، وفور خضوع اللاعب تحت هذه القوانين تصبح حركيته محدودة ومختصة وحسب كل لعبة رياضية جماعية.⁽²⁾

7-7-5- الزملاء:

اللعبة الرياضية الجماعية نشاط يتطلب التعاون من أجل هدف واحد مشترك وهذا يعني أن اللاعب واجب عليه أن يفهم زميله الآخر و نواياه في مستوى التعاون وهذا لا يتحقق إلا بعد معرفة الرفيق والشعور بتصرفاته بالإضافة إلى معرفة المؤشرات التي تكشف عن أهدافه.⁽³⁾

2-7-7-6- الخصم:

إذا كان وجود الرفقاء قد أصبح مركب موافق لكن الألعاب الرياضية الجماعية فإن وجود الخصم يمثل عنصر مشترك أساسي: و كل القابلة تكون محللة ومعرفة، بمعنى نتيجة القوة بين فريقين عن طريق الهجوم كل فريق يحاول ترجيح كفة لصالحه عن طريق الحصول على نقاط و في حين أن الدفاع يحاول إبقاء التوازن.⁽⁴⁾

¹- ناصيف جميل: "موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة"، الدار العلمية، بيروت، عمان، 1993، ص(30،31).

²- كعواش عبد العزيز و آخرون: مرجع سابق، ص 28.

³- ناصيف جميل: "موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة"، مرجع سابق، ص32.

⁴- كعواش عبد العزيز و آخرون: مرجع سابق، ص 28.

2-8- الألباب الرياضية الفردية:**2-8-1- الفعاليات الموجودة في ألعاب القوى:**

وتشمل أم الألعاب على مجموعة من الفعاليات منها ما تندرج في ألعاب المضمار من سباقات وجرى و منها ما تندرج في ألعاب الميدان من مسابقات الرمي و الوثب.

2-8-1/ مسابقات الجري:**2-8-1-1/ المسافات القصيرة:**

المتثلة في السباقات السرعة المختلفة يبذل فيها العداء أكبر جهد ممكن في أقل زمن ممكن حتى إنهاء السباق

2-8-1-1-1/ سباق 60 متر¹:

تقام هذه المسابقات في القاعات المغطاة.

2-8-1-1-2/ سباق 100 متر:

تقام هذه المسابقات في هواء الطلق، وهي من أجمل الفعاليات لما فيها من إثارة و شدة قصوى.

2-8-1-1-3/ سباق 200 متر:

تجرى على نصف الملعب الدائري تعتمد على بداية سريعة كما هو الحال في سباق 100 متر.

2-8-1-1-4/ سباق 400 متر :

تقدر بدورة واحدة حول الملعب الذي يقدر طوله القانوني 400 متر

¹ شبيب نعمان السعدون: موسوعة ألعاب القوى العالمية، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع، ط1، الأردن، عمان، 2011، ص27

2-1-8-2/المسافات المتوسطة :

2-1-8-2/1-2-1-8-2/سباق 800 متر :

يجرى السباق على حولتين و لتجنب المضايقة والازدحام وجب على العدائين أن يجروا في المجال المخصص لهم أو 120 متر أي بعد المنحنى الأول حيث توجد علامة يسمح بعدها للعدائين بالركض في الرواق الأول حتى نهاية السباق.

2-1-8-2/2-2-1-8-2/سباق 1500 متر:¹

تجرى على مضمار من بداية 300 متر الأولى أي بعد المنحنى الأول يكون وقوف العدائين على شكل محدب و إضافة ل 300 الأولى تزيد ثلاث لفات أخرى.

2-1-8-2/3-1-8-2/سباق الحواجز:

2-1-8-2/1-3-1-8-2/سباق 100 متر حواجز:

فعالية أولمبية خاصة بالسيدات تجرى لمسافة 100 متر مع 10 حواجز موزعة على مسافات متساوية يجب على العداء اجتيازها حتى الوصول إلى خط النهاية

2-1-8-2/2-3-1-8-2/سباق 110 متر حواجز:

فعالية أولمبية خاصة بالرجال تجرى لمسافة 110 متر مع 10 حواجز موزعة على مسافات متساوية يجب على العداء اجتيازها حتى الوصول إلى خط النهاية

2-1-8-2/3-3-1-8-2/سباق 400 متر حواجز:

فعالية أولمبية خاصة بالرجال و السيدات تجرى لمسافة 400 متر مع 10 حواجز موزعة على مسافات متساوية يجب على العداء اجتيازها حتى الوصول إلى خط النهاية²

¹ شبيب نعمان السعدون: مرجع سابق، ص175

1 شبيب نعمان السعدون: مرجع سابق، ص182

2-8-1-4 / سباق التتابع :

2-8-1-4-1 / سباق 100 تتابع:

فعالية أولمبية يشترك فيها 4 عدائين من كل فريق واحد منهم يعدوا مسافة 100م يسلم العداء الشاهد(العصا) إلى زميله يتراوح طوله حوالي 30سم، تعتمد هذه الفعالية بالدرجة الأولى على عملية الاستلام والتسليم تتم في منطقة طولها 20م و إذا لم يتبادل العداءان العصا ضمن هذه المنطقة فإنه يتم استبعاد فريقهم، أما الوقت فيحسب للفريق بأكمله

2-8-1-4-2 / سباق 400 تتابع:

فعالية أولمبية يشترك فيها 4 عدائين من كل فريق واحد منهم يعدوا مسافة 400م يسلم العداء الشاهد(العصا) إلى زميله يتراوح طوله حوالي 30سم، تعتمد هذه الفعالية بالدرجة الأولى على عملية الاستلام والتسليم تتم في منطقة طولها 20م و إذا لم يتبادل العداءان العصا ضمن هذه المنطقة فإنه يتم استبعاد فريقهم، أما الوقت فيحسب للفريق بأكمله.

2-8-2 / مسابقات الوثب:

2-8-2-1 / الوثب الطويل:¹

هي فعالية أولمبية يحاول فيها الرياضي الوثب لمسافة طويلة في حوض الرمل تكون المسافة بين لوحة الارتقاء و بداية منطقة الاستقبال من 1 إلى 3 متر، لكل رياضي 6 محاولات هذا إن كان في النهائيات، ويكون له 3 محاولات في التصفيات.¹

2-8-2-2 / الوثب الثلاثي:

فعالية أولمبية تتكون من ثلاث قفزات، وتعتمد كما هو الحال في الوثب الطويل على الركضة التقريبية و يبدأ القافز بالقفز من اللوحة المخصصة للقفز و يكون الهبوط بنفس القدم ثم تتبع بالمرحلة الثانية الهبوط بالقدم الأخرى من ثم المرحلة الأخيرة في حوض الرمل تماما كما هو الحال بالوثب الطويل.

¹ Association internationale des fédérations d'athlétisme.les règles des compétition p194

2-8-3/مسابقة الرمي :

2-8-3-1/ دفع الجلة:

فعالية أولمبية يستخدم فيها ثقل معدني تتم في منطقة خاصة تتمثل في دائرة قطرها 2.13م مع دعامة خشبية مقوسة على ارتفاع بضع سنتيمترات، يوجد أمامها مقطع يسمى مقطع الرمي يتوجب على الرياضي دفع الجلة داخل هذا المقطع¹، لكل متنافس 6 محاولات إن كانت مسابقة نهائية و 3 محاولات في التصفيات وتزن الكرة الحديدية الخاصة بالرجال 7.26 كغ بينما الكرة الحديدية الخاصة تزن 4 كغ.¹

2-8-4 السباحة:

تعرف السباحة بالمفهوم العام بأنها حركة انتقال الإنسان أو أي كائن حي في الماء دون أي مساعدة، أما في المفهوم الرسمي التنافسي فالهدف منها اجتياز مسافة ما بأسرع زمن ممكن ضمن قواعد المحددة، تتضمن أربعة أنواع من التقنيات الحرة وهي أسرع طريقة، الظهر الصدر و سباحة الفراشة ولكل من التقنيات الأربعة فانونها الفني الخاص بها.

حوض السباحة :

تختلف أحواض السباحة وذلك لاختلاف استخداماتها ، فهناك ما يستخدم للتدريب للمبتدئين ويكون طول من 20 إلى 25 متر ، و عرضه من 8 إلى 10 أمتار وهناك حوض السباحة الدولي و الذي تقام فيه السباقات الرسمية و يكون طوله 50 متر و عرضه 21 متر و عمقه 1.80 متر

السباقات و أنواعها:

-سباقات السباحة على الصدر هي: 50م، 100م، 200م

- سباقات السباحة على الظهر هي: 50م، 100م، 200م

- سباقات السباحة على الظهر هي: 50م، 100م، 200م

¹ Association internationale des fédérations d'athlétisme.les règles des compétition p207

خلاصة:

في هذا الفصل حاولنا أن نبرز بعض الأنشطة الممارسة في الجامعة لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية الخاصة بطلبة السنة الثالثة ليسانس.

وكذلك تطرقنا في هذا الفصل إلى التخصصات (التربية و حركة و التدريب الرياضية) التي يعتمدها معهد التربية البدنية و المقاييس المدرسة من السنة أولى جامعي إلى غاية السنة الثالثة ليسانس .

تمهيد

اهتم علماء النفس والتربية بموضوع الشخصية منذ القدم ، والتي كانت في كل مرة تشكل محكا ومجالا للنقاش كبيرين فمنهم من نظر إليها من جانب مكوناتها ومنهم من نظر إليها من جانب أبعادها ونموها وتطورها واختلفوا أيضا في محدداتها بين الوراثة والبيئة وطرق قياسها وكان كل ذلك على أساس نظريات متعددة ومتباينة، فهذا يتميز بشخصية تظهر روح أداء الواجب واحترام العمل وعدم الاكتراث للتقاليد وهذا نجد عنده العاطفة تغلب عن التفكير والميل إلى الخيال وهذا منطوي والأخر تبدو عليه ملامح الغضب والنفرة والتوتر والإهمال . وغيرها كل هذا جعل من دراسة موضوع الشخصية محل إثارة للجدل والتساؤل ومثير للغرابة وعلى درجة كبيرة من الاختلاف والتفاؤل .

استطاع " البورت " من جمع أكثر من مائة تعريف للشخصية والذي رغم تأكيد للتكوين أو البناء الداخلي فهو لم ينكر أهمية التأثير الخارجي للشخصية من ابرز تلك التعريفات وأشهرها " الشخصية هي تنظيم ديناميكي داخل الفرد من أجهزة نفس جسمية تحدد سلوكه وتفكيره المميزين له.

1-1 - مفهوم الشخصية

تعددت نظريات الشخصية وتباينت المفاهيم والافتراضات غير انه يمكن النظر إلى الشخصية في ضوء التعريفات المتعددة لأصحاب تلك النظريات على أنها ذلك الجانب من الفرد الذي يمثله أكثر من بقية الجوانب الأخرى، ليس لأنه الجانب الذي يميزه عن الآخرين فيما نسميه السمات الفارقة فحسب، ولكن الأهم من ذلك هو انه يمثل ما يكون عليه الفرد في حقيقته⁽¹⁾.

عادة ما يقصد علماء النفس بالشخصية تلك الأنماط المستمرة النسبية من الادراك والتفكير والإحساس والسلوك التي تبدو لتعطي ذاتهم المميزة⁽²⁾.

و الشخصية تكوين اختزالي يتضمن الأفكار، الدوافع، الانفعالات، الميول، الاتجاهات والقدرات والظواهر المشابهة وقد عرفها احمد عبد الخالق :

من تنظيم فريد لمجموعة من "الشخصية نمط سلوكي مركب ثابت ودائم إلى حد كبير يميز الفرد عن غيره من الناس ويتكون أو الانفعال والتورع أو الإرادة والتركيب الوظائف والسمات والأجهزة المتفاعلة معا والتي تضم القدرات العقلية، الوجدان في الاستجابة وأسلوبه الفريد في التوافق للبيئة"⁽³⁾. الجسمي والوظائف الفيزيولوجية والتي تحدد طريقة الفرد الخاص.

تعريف كاتل :

الشخصية ما يمكننا التنبؤ بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين ويشكل فهم الإنسان وعلاج مشكلاته اتجاه خاصا في علم النفس هو اتجاه دراسة الشخصية إن مفهوم الشخصية هو علمي اعد لتوضيح الواقع النفسي للفرد وما هدف نظريات علم النفس الحديث إلا تحليل هذا الموضوع وتحديد منهج دراسته .

تعريف إجرائي للشخصية :

يجب أن نشير إلى انه لا يوجد تعريف من التعريفات السابقة للشخصية يمكن اعتباره تعريفا يسمح بالملاحظة والمقياس والتجريب بصورة كاملة، وهو ما يسمى بالتعريف الإجرائي ويقترح الدكتور عماد إسماعيل (1959) تعريف إجرائيا للشخصية فيقول "أنها ذلك المفهوم أو ذلك الاصطلاح الذي يصف الفرد من حيث هو كل موحد من الأساليب السلوكية والإدراكية المعقدة التنظيم، التي تميزه عن غيره من الناس وبخاصة في المواقف الاجتماعية"⁴. ويرى المعرف أن من ميزات هذا التعريف .

- عرف الشخصية بأنها مفهوم، وبذلك يبعد الاتجاهات الخرافية في النظر إلى الشخصية.

- أن الشخصية يمكن أن تقاس بالأساليب السلوكية و الإدراكية التي ترتبط بعضها ببعض .

- إن ما يهنا هنا من الأنماط السلوكية هو ما يفصل منها بالمواقف الاجتماعية على وجه الخصوص

(1) محمود عبد الفتاح عنان : "سيكولوجية التربية البدنية، النظرية والتطبيق والتجريب"؛ ط1، دار الفكر العربي، مدينة نصر : 1995، ص (41).

(2) سامية حسن الساعاتي : "الثقافة الشخصية"؛ ط2، دار النهضة العربية، لبنان : 1993، ص (119).

(3) أحمد محمد عبد الخالق : "استخبارات الشخصية "؛ بدون طبعة، دار المعرفة الجامعية : 1994، ص (24).

4 فوزي محمد جيل : "الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية "؛ بدون طبعة، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، مصر : 2000، ص(293)

2.1- نظريات الشخصية :

نظرا لكون النظريات التي تطرقت للشخصية وموضوعها ، فإننا سنتطرق إلى ثلاثة نظريات تعتبر الأهم بالنسبة لموضوعنا وهي نظريات : السمات ، السلوكية ، الحركية .

1.2 نظرية السمات :

تصف سمات الشخصية عن طريق سماتها الأساسية لان السمة هي صفة أو خاصية مميزة للفرد عن غيره وقد تكون فطرية، "وراثية أو مكتسبة" كما أن نظرية السمات تفترض أن سمة الشخصية هي سمة ثابتة، نسبيا لذا فالشخص الواحد يتوقع له أن يتصرف بنفس الطريقة في مواقف مختلفة، كما يفترض أيضا أن الأفراد يختلفون فيما بينهم في السمة الواحدة، أي درجة السمات ذات العلاقة، فكل إنسان يتصف بصفة بدرجة معينة من القلق، لكن البشر لا يتساوى في درجة قلقه بشكل عام أو في درجة قلقه عندما يتعرض لموقف حرج يستوجب القلق .

2.1-2 النظرية السلوكية :

تصنف هذه النظرية في اعتمادها على مواقف السلوك الظاهري أساسا للتعبير عن الشخصية "ثورانديك" و "إتسن" و "سكانر" إن هؤلاء العلماء ويرون بتأثير البيئة على الفرد، ويعتبرون استحابة الفرد لهذا التأثير أساس للشخصية .

1-2-3 النظرية الحركية :

إن علماء هذه النظرية ينظرون إلى الشخصية على أنها عبارة عن تفاعل النواحي الفيزيولوجية والمجتمع والأدوار التي يقوم بها الفرد، وان هذا التكوين الحركي هو الذي يكون الشخصية، إن عادة هذه النظرية تقسم مكونات الشخصية إلى مكونات جسمية، ومكونات مستمدة من الجماعة ومكونات مستمدة من الدور ومكونات مستمدة من المواقف⁽¹⁾

1-3 مكونات الشخصية:

عندما يحاول العلماء تفسير كيفية ظهور الشخصية و تحديد مكوناتها فإنهم ينقسمون إلى قسمين رئيسين بشكل عام إذ يرى فريق من العلماء أن الشخصية هي نتائج لعمليات التعلم و أن الطفل حديث الولادة لا شخصية له في نظرهم و انه يتحتم على أي طفل أينما كان أن يكتسب شخصيته عن طريق التفاعل مع عناصر المجتمع و من خلال عمليات التوافق التي يجربها.²

بينما يرى فريق آخر من العلماء أن الطفل يرث بعض مكونات شخصيته وهو ما يشكل الأساس الذي يقوم عليه بناء الشخصية فيما بعد.³

ويرى بلانت أن هناك ثلاثة عوامل رئيسية تشارك في تركيب مكونات الشخصية وهي:

¹ مصطفى غالب : "سيكولوجية الطفولة والمراهقة"؛ دار مكتبة الهلال ، بيروت : 1986، ص(109. 110).

² لازاروس ريتشارد - الشخصية:ترجمة سيد محمد غنيم -دار الشروق - 1989 -القاهرة-ص 13.

³ عبد الخالق، أحمد محمد - الأبعاد الأساسية للشخصية- الدار الجامعية للطباعة و النشر - 1983 - بيروت -ص 68 .

1.3.1. الصفات الفطرية الأساسية:

وهي تمثل مجموع القدرات الإستعدادية و الصفات العقلية و الجسمية التي يولد الفرد مزودا بها و التي يتشابه جميع أفراد النوع فيها، و تتمثل بعض تلك الصفات و المكونات في استعداد الفرد الطبيعي للاستجابة للمثيرات الداخلية و الخارجية التي تعتمد بدورها اعتمادا كبيرا على سلامة الجهاز العصبي و أجهزة الحس لديه، على مستوى ذكائه، و على سماته المزاجية و دوافعه، و على قدرته على التوافق مع البيئة.¹

2.3.1. الاتجاهات (العادات):

وتؤثر اتجاهات الفرد على علاقته بالآخرين كما ترتبط بمجموعة من العوامل البيئية الأخرى، و ينتج عن هذه الاتجاهات في صورتها الإيجابية شعور الفرد بالاطمئنان و الحب و الانتماء مع وضوح مفهوم الذات لديه . ويعني ذلك قدرة الفرد على تحديد الصورة التي يرى نفسه عليها و ما يستطيع عمله أو ما لا يقدر عليه، و ذلك اعتمادا على ما يصله من مجموع انطباعات الآخرين عنه. و قد تؤدي علاقة الفرد بالآخرين، في حالة انحرافها، إلى انحراف الشخصية و اتجاهها في مسار غير اجتماعي (غير سوي)²

3.3.1. التربية و الخبرات المكتسبة :

وهي مجموع العوامل التي تندرج تحت الصفات الأساسية أو الإتجاهات المذكورة في الفقرتين السابقتين . ويرى ألبورت " بأن الأساس الذي تقوم عليه الشخصية يتكون من مجموع العوامل الوراثية التي يولد الفرد مزودا بها، و هي تتركب من ثلاث مجموعات:

1. عوامل يشترك فيها جميع أفراد النوع و تتعلق بالمحافظة على الحياة مثل: الانعكاسات (Reflex) و الدوافع (Drives) و عمليات التوازن الداخلي، وهي عمليات مرتبطة بالجهاز العصبي و تتم بشكل طبيعي دون تدخل الفرد فيها بشكل مباشر.
2. عوامل وراثية تنتقل عن طريق ناقلات الصفات الوراثية و تتعلق بجنس الكائن البشري و لون بشرته و تركيبه العام و حجمه و طباعه المزاجية و غيرها من السمات الأخرى.³
3. الاستعداد للقيام بعمليات تكوين الارتباطات و نستنتج من هذا المفهوم أن الإنسان يولد مزودا بقدرة طبيعية على التعلم.

¹فراج عثمان لبيب و عبد الغفار عبد السلام - الشخصية و الصحة النفسية - مكتبة العرفان - بيروت - ص 28.

²فراج عثمان لبيب و عبد الغفار عبد السلام - الشخصية و الصحة النفسية - مرجع سابق - ص 29 .

³عبد الخالق - احمد محمد - الأبعاد السياسية للشخصية - مرجع سابق - ص 46.

و تتشابه هذه الفكرة مع وجهة النظر القائلة بأن الإنسان لديه شعور بالحاجة إلى التحصيل العلمي، وهي حاجة أصيلة فيه وليست من نتاج البيئة المحيطة به.

و يشير "لازاروس" إلى وجود ثلاثة عوامل تعمل بصورة رئيسية على تحديد شخصية الفرد و تظهر هذه العوامل بشكل أو أحر في جميع النظريات المعروفة في مجال الشخصية بصورة عامة و هي :

1. الدوافع:

مما لاشك فيه أن لكل إنسان أهداف معينة يسعى إلى تحقيقها سواء كانت ثقافية أو إجتماعية أو إقتصادية أو نفسية أو غيرها فالحاجة إلى المعرفة تدفع الفرد إلى مواصلة القراءة و الإطلاع على كل جديد فيما يميل إليه من فروع العلم و المعرفة من أجل التوسع في فهمها و إتقانها و ترسيخ حقائقها في ذهنه .

و أحيانا ما يذكر الدافع في نظريات الشخصية تحت أسماء متعددة منها: الدافع و الحافز و الحاجة و الرغبة و غيرها على إن الشيء المهم وهو أن جميع هذه المفاهيم تعني شيئا واحدا، و هو وجود نوع من الضغط الداخلي على الفرد للقيام بعمل ما أو أداء سلوك معين لإرضاء ذلك الشعور مهما تعددت الصور التي تعبر عنه.¹

2. عامل السيطرة:

ويعني هذا العامل أن سلوك الفرد ليس عشوائيا و إنما هو سلوك منظم و هادف في حالة الشخصية السوية.² و يعني ذلك وجود جهاز للتنظيم العصبي يتكون من مراكز و شبكات عصبية تقوم بمهمة استثارة و تنبيه الفرد و حثه على الكف و التوقف عن ممارسة سلوك معين، و تتولى الأعصاب مسؤولية التحكم في أي نشاط بشري وتنظمه، سواء كان حركيا عضليا أو فكريا أو انفعاليا.

3. عامل التنظيم :

و لكي لا يصبح السلوك متناقضا مما يفقده صفة الثبات النسبي اللازم لتحقيق القدرة على إمكانية التنبؤ به قبل حدوثه، لذا كان من الضروري وجود نوع من التنظيم الداخلي للسلوك لضمان الكف عن تحقيق الرغبات غير الاجتماعية، مع مواصلة العمل على إرضاء الحاجات الأخرى التي لا تتعارض مع الاتجاهات الاجتماعية و لا تمثل خروجا على القوانين و النظم المعمول به.

هذا بالإضافة إلى أن لعامل التنظيم وظيفة أخرى لا تقل أهميته و هي قيامه بالتنسيق بين عوامل الشخصية و مكوناتها المتعددة بحيث تبدي الصورة الإجمالية لشخصية الفرد في شكل متناسق و مترابط مما يعبر عن وحدتها.³ و ما نستنتجه من كل هذا هو أنه مهما كان اتجاه العلماء، وطبيعة تصوراتهم فإنه من المتفق عليه أن هناك مكونات و عوامل طبيعية فطرية يولد الفرد مزودا بها، و أخرى بيئية تعليمية تساهم بشكل أساسي في تطور الشخصية.

¹ رمضان محمد القذافي - الشخصية نظريتها: اختياراتها و أساليب قياسها - ط 2- منشورات الجامعة - 1996 - ص 28.

² تونكات - سيكولوجية الشخصية: ترجمة مخيمرو عبد ميخائيل رزق - مكتبة الأنجلو - القاهرة - ص 96 .

³ تونكات - سيكولوجية الشخصية - مرجع سابق - ص 97.

4.1 بنية الشخصية:

أولاً: البناء الوظيفي للشخصية :

يتكون البناء الوظيفي للشخصية من مكونات ترتبط ارتباطاً وظيفياً قوياً في حالة السواء، وإذا حدث اضطراب أو نقص أو شذوذ في أي مكون منها أو في العلاقة بينها، أدى إلى اضطراب في البناء العام والأداء الوظيفي للشخصية وفيما يلي مكونات البناء الوظيفي للشخصية:

مكونات جسمية: تتعلق بالشكل العام للفرد وحال الطول والوزن وإمكانات الجسم الخاصة والعجز الجسمي الخاص والصحة العامة، والأداء الحركي والمهارات الحركية، وغير ذلك مما يلزم في أوجه النشاط المختلفة في الحياة، ووظائف الحواس المختلفة ووظائف أعضاء الجسم مثل: الجهاز العصبي والجهاز الدوري والجهاز التنفسي والجهاز الهضمي والجهاز الغدي والجهاز التناسلي .

مكونات عقلية ومعرفية: وتشمل الوظائف العقلية مثل: الذكاء العام والقدرات العقلية المختلفة والعمليات العقلية العليا كالإدراك والحفظ والتذكر والانتباه والتخيل والتفكير والتحصيل... الخ. وتشمل كذلك الكلام والمهارات اللغوية .

مكونات انفعالية: وتتضمن أساليب النشاط المتعلق بالانفعالات المختلفة مثل الحب والكره والخوف والبهجة والغضب... الخ. وما يرتبط بذلك من ثبات انفعالي وعدمه وتجمعات الانفعالات في عواطف.

مكونات اجتماعية: وتعلق بالتنشئة الاجتماعية للشخص في الأسرة والمدرسة والمجتمع وجماعة الرفاق، والمعايير الاجتماعية والأدوار الاجتماعية والاتجاهات الاجتماعية والقيم الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي والقيادة والتبعية... الخ.

ثانياً: البناء الدينامي للشخصية :

يوضح البناء الدينامي للشخصية القوى المحركة فيها والتي تحدد السلوك، ويتكون البناء الدينامي للشخصية من: الشعور واللاشعور وما قبل الشعور ويتكون البناء الدينامي للشخصية كذلك من الهو والانا الأعلى، ويلعب الكبت دوراً هاماً في أبعاد الدوافع والأفكار المؤلمة أو المحزنة أو المخيفة المؤدية إلى القلق من حيز الشعور إلى حيز اللاشعور حتى تنسى .

وتوجد المقاومة وهي ما تمثل ما يسمى الضمير أو الوازع الخلقي الذي يتحكم في سلوك الإنسان ليكون سلوكاً مقبولاً من ناحية التعاليم الدينية والمعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية، وتوجد المقاومة وتعمل بين الشعور واللاشعور، هذا أولاً يوجد فاصل قاطع بين الشعور واللاشعور، فما هو شعوري قد يصبح لاشعورياً بالكبت أو النسيان وما هو لاشعوري يمكن أن يستدعى أو يخرج إلى حيز الشعور بتغير الظروف أو بالتداعي الحر.

وقد يحدث الصراع بين الهو والانا الأعلى أو بين الأنا والهو أو بين الأنا والانا الأعلى وتعمل الضغوط البيئية الخارجية عملها إذ تشمل الصراع والإحباط و الحرمان والتوترات (1).

(1) - حامد عبد السلام زهران: "الصحة النفسية والعلاج النفسي" ط3، عالم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة: 1997، ص(74.73).

5.1 - النظرية التفاعلية للشخصية

يشير الاستعراض المرجعي إلى أن أغلب البحوث التي اهتمت بدراسة الشخصية والرياضة قبل السبعينات من هذا القرن الماضي، اعتمدت لدرجة كبيرة على مدخل السمة، وبينما تبني بعض الباحثين هذا المدخل تبعاً لإطار نظري منطقي فإن لكثير من الباحثين استخدموا هذا المدخل نظراً لتوافر البحوث الملائمة لذلك الغرض، ومنها على سبيل المثال:

- اختبار العوامل الستة عشر للشخصية .
- قائمة مفيسوتا المتعددة الأوجه للشخصية.
- قائمة كاليفورنيا النفسية.

و يجدر الإشارة إلى مدخل السمات الشخصية يتأسس على افتراض أن الطبيعة الإنسانية شأنها في ذلك شأن كل ما هو طبيعي، تتكون من بناءات ثابتة نسبياً، ولكن لا يوجد اتفاق عام على هذه البناءات، كما يرى أصحاب نظرية السمات الشخصية أن هذه البناءات مصدرها داخل الفرد بسبب حقيقة ملحوظة لا تنكر وهي المعرفة بسمة الإنسان النسبي في سلوك شخص ما، أي أننا عندما نعرف شخصاً معيناً نستطيع بدقة معقولة أن نتوقع كيف سيسلك في مواقف متعددة. ووفقاً لرأي أصحاب نظرية السمات الشخصية فإن الفرد الذي يتصف بالثبات الانفعالي سيظهر عليه ذلك بشكل ثابت في أغلب تصرفاته بصرف النظر عن اختلاف الظروف والمواقف، بمعنى آخر فإن هذا الأسلوب في دراسة الشخصية يقلل من تأثير العوامل الموقفية أو عوامل البيئة .

هذا في ضوء محددات مدخل السمات الشخصية في دراسة السلوك، فإن العديد من الباحثين اتجهوا إلى النظرية الموقفية البيئية، باعتبار أنها تؤكد على أن السلوك يتحدد بدرجة كبيرة بواسطة العوامل البيئية وفي نفس الوقت يقلل أصحاب هذه النظرية من دور السمات الشخصية في تفسير السلوك .

ويبدو أن أصحاب النظرية الموقفية على النحو السابق يمثلون رد الفعل متطرف مدخل السمات الشخصية، حيث أن المهتمين بمدخل السمات لدراسة الشخصية يعظمون من شأن البناءات الداخلية، بينما يهملون تأثير البيئة، وفي المقابل فإن المهتمين بالنظرية الموقفية يمجدون البيئة باعتبارها المصدر الهام الوحيد لتباين السلوك ويهملون الفروق الفردية بين الأفراد، والواقع أن كلا من وجهتي النظر ترجح السمة أو الموقف تعطي رؤية محدودة للمصدر المحتمل لتباين السلوك لذا أخذ الباحثون يتزايد اهتمامهم للتعرف على بديل ثالث وهو ما يطلق عليه المدخل التفاعلي إذ يأخذ هذا المدخل بعين الاعتبار الأدوار المترابطة لكل من العوامل الشخصية والعوامل الموقفية ويعتبرها هي المحددات الأساسية للسلوك . فالنظرية التفاعلية تنظر إلى كل من الموقف والشخصية باعتبارها عاملين يسهمان معا في تشكيل السلوك دون تحديد أيهما الأكثر أهمية أو تأثيراً، ويعتبر السلوك نتيجة تفاعل الشخصية مع البيئة⁽¹⁾.

(1) أسامة كامل راتب: "قلق المنافسة (التدريب - احتراق الرياضي)"؛ ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر: 1997، ص(17.15).

6.1 مقاييس الشخصية :

تفتقر المكتبة العربية إلى مقاييس من هذا النوع على الرغم من أهمية الموضوع في الكتابات النفسية والاجتماعية، إلا أن الاختبارات الأجنبية تعتبر واسعة الانتشار واستخدامها في المجال الرياضي كبير وذلك للأغراض التالية²

- التعرف على المشكلات النفسية والاجتماعية للرياضيين للإتباع الطرق الملائمة في معاملتهم .
- اختيار الرياضيين الذين يتصفون بصفات شخصية معينة تؤهلهم للنجاح في فعاليات رياضية مختلفة.
- التعرف على الصفات التي تميز الرياضيين على غير الرياضيين .
- التعرف على الصفات التي تميز الرياضيين الذين يزاولون فعاليات مختلفة عن بعضهم .
- مقارنة صفات الشخصية في بعض المقاييس الجسمية والمقاييس مهارية، ومقاييس اللياقة البدنية ودراسة العلاقة بينهما.

إن مقاييس الشخصية قد تكون أحادية البعد تقيس سمة واحدة من سمات الشخصية أو مظهر واحد من مظاهر السلوك ويمكننا التطرق لمقاييس الأول وهو مقياس القلق حالة وسمة وهما مثال للمقاييس الأحادية والثاني هو مقياس (فرايبرج) وهو مثال للمقاييس المتعددة الأبعاد، حيث أن في مقياس القلق حالة يطلب من المفحوص وصف شعوره في لحظة معينة من الوقت .

1-6-1-1- مقياس فرايبرج للشخصية :

ويشمل هذا المقياس على ثمانية أبعاد وهي :

العصبية : الدرجة العالية على هذا المقياس ، تميز الأفراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية وحركية واضطرابات نصف جسمية كالنوم و الإرهاق و التوتر و سرعة الإحساس بالتعب وفقدان الراحة .

العدوانية : ودرجة هذا المقياس العالية تشير إلى الأفراد الذين يرتكبون تلقائيا الأعمال العدوانية البدنية أو اللفظية التخيلية واستجاباتهم بصورة انفعالية .

الاكتئابية : والدرجة العالية لهذا المقياس تشير إلى تميز الأفراد الذين يتسمون بالاكتئاب والتذبذب المزاجي والتشاؤم والشعور بالتعاسة .

القابلية للاستثارة : ودرجة هذا المقياس العالية تميز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية وشدة التوتر وضعف في القدرة على المواجهة و الاحباطات اليومية والانزعاج وعدم الصبر وكذا الغضب، والاستجابات العدوانية.

الاجتماعية: يميز أصحاب الدرجة العالية على هذا المقياس بالقدرة على التفاعل مع الآخرين، ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات، كما يتميزون بالمرح والحيوية.

الهدوء : يتصف أصحاب الدرجة العالية لهذا المقياس بالثقة بالنفس وعدم الارتباك أو تشتت الفكر واعتدال المزاج والتفاعل والابتعاد عن السلوك العدواني.

² نزار مجيد الطالب. كامل طه لويس: "علم النفس الرياضي" ط1، جامعة بغداد، كلية الرياضة: 1988، ص(88،87).

السيطرة: يتصف أصحاب الدرجة العليا لهذا المقياس بالاستجابة بردود أفعال عدوانية سواء كانت لفظية، جسدية تحيلية وعدم الثقة بالآخرين، والميل للسلطة واستخدام العنف.

الكف: الأفراد الذين يتميزون بدرجة عالية على هذا المقياس من صفاتهم عدم قدرة التفاعل مع الآخرين خاصة في المواقف الاجتماعية، ويتصفون بالخجل والارتباك.

1-7- السمات الشخصية للرياضيين :

هناك العديد من الدراسات التي تعرضت لدراسة شخصية الأفراد الذين يمارسون النشاط الرياضي واتجهت نحو تمييز سمات الشخصية واستمرت الاختبارات المتعددة، ومقاييسها لتحديد السمات المرتبطة بدرجة عالية بالرياضيين ذوي المستويات المختلفة ومن هذه السمات (1) :

سمة الاجتماعية: تشير دراسة هذه السمة إلى أن الرياضي محب للناس، سهل المعاشرة واجتماعي لدرجة كبيرة، كما يتسم بالدفء والاستعداد للتعاون مع الزملاء والاهتمام بالناس والثقة بهم والتكيف مع الآخرين .

سمة السيطرة: تم التوصل بعد دراسة هذه السمة إلى أن الرياضيين يتسمون بسمة السيطرة في مواقف حياتهم كما يظهرون هذه السمة في مواقف التحصيل الرياضي، وعامل السيطرة مركب عريض يشير بصفة عامة إلى إثبات وتوكيد الذات، والقوة والعنف والعدوان التنافسي.

سمة الانبساطية: إن الانبساطية هي مركب لتفسير الاتجاهين الرئيسيين للشخصية .

أ- الاتجاه الانبساطي الذي يوجه الفرد نحو الخارج والعالم الموضوعي.

ب- الاتجاه الانطوائي الذي يوجه الفرد نحو الداخل والعالم الذاتي .

وسمة الانبساطية هنا معناها تميز الشخص لحب النشاط والروابط الاجتماعية والاشترك في الروابط الاجتماعية والاشترك في الأنشطة الجماعية وحب تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية، كما تتميز بالتفاؤل أما الانطوائية فإن الشخص المتميز بها يميل للخجل والانسحاب من المواقف الاجتماعية والميل إلى الانعزال والاكتئاب .

الاتزان الانفعالي: أظهرت بعض الدراسات أن هذه السمة تظهر بمستوى منخفض من القلق عند الرياضيين، كما أظهرت دراسات أخرى بأنها لا تظهر بصورة واضحة لدى الرياضيين، إلا أن الاتزان الانفعالي لدى الرياضيين يظهر كما يلي :

- النضج الانفعالي وضبط الاندفاعات والاستجابات الجسيمة.

- مستوى منخفض من القلق والتوتر العصبي .

- التحكم في الانفعالات أوقات الشدة، كالهزيمة والإصابة، استجابات انفعالية مناسبة للمواقف المختلفة.

- النظرة التفاؤلية .

(1) إسماعيل مقران: "مستويات ومصادر القلق لدى لاعبي منتخب الألعاب الجماعية لمعهد التربية البدنية الرياضية"؛ (مذكرة ماجستير غير منشورة)، جامعة الجزائر، 1997، ص(17).

- صلابة العود

أظهرت الدراسات التي قام بها علماء كثيرون أمثال فرنر 1965، وجوتهامل 1966، وكروول 1970، أن هذه السمة تعتبر من السمات المميزة، وذلك لكونهم لا يتميزون بالصلابة البدنية، بل أيضا بالصلابة العقلية كنتيجة للنشاط الرياضي وخاصة المستويات العالية التي تتميز بزيادة بذل الجهد والعمل الشاق وتحمل المصاعب والأخطار، وتظهر هذه السمة عند الرياضيين فيما يلي:

- القدرة على مجابهة المصاعب وعدم الانتكاس في حالة الانهزام، أو عدم التوفيق والقدرة على النقد دون فقدان الاتزان، وعدم الحاجة إلى حماس وتشجيع الآخرين .

- سمة الخلق والإبداع: يرى العديد من العلماء أن هذه السمة من أبرز السمات الرياضية ويعرفون الخلق على أنه جملة السمات الرئيسية التي يتميز بها الفرد على السمات التي تقرها الجماعة وهي واضحة وشبه ثابتة في سلوك الفرد لا يمكن تحديد الخلق بسمة واحدة فقط، بل هو مركب من مجموعة متكاملة من السمات النفسية، ولكنها تبدو لدى الفرد في أنواع متعددة في اتجاهاته وسلوكه، أما الإرادة فهي تعني القدرة على حسم الصراعات الناتجة من تعارض الأهداف لاتخاذ قرار بعد تفكير وتمعن، ثم الكفاح من اجل تحديد هذا القرار لذلك فان الإرادة تتمثل في قدرة الفرد في التغلب على المقاومات الداخلية أو الخارجية التي تعترض سبيله في تحقيق هدف مقصود.

وتلعب السمات الخلقية الإرادية دورا رسميا هاما في تشكيل الشخصية الرياضية وتسهم بدرجة كبيرة في الارتقاء بمستوى قدرات الفرد واستعداداته .

سمة تصور الذات مفهوم الذات:

إن العديد من السمات المميزة للشخصية تحاول الإجابة عن تصور الذات لدى الرياضي، فسمات كسمة الثقة بالنفس وتأكيد الذات والافتناع بالذات وتقدير واحترام الذات , واعتبار الذات كلها سمات تشتق من أحكام أو تقديرات الشخص لصورة نفسه أو ذاته أو تصوره عن نفسه وتصور الذات الجيد يجعل الفرد أكثر ثقة وأمنا في معاملاته مع الآخرين، وفي الأعمال التي يقوم بها وهذا يظهر نتيجة الثقة في النفس والافتناع بها لدى الرياضيين الناجحين .

1-8- العوامل العامة المؤثرة في الشخصية :

تشير نظريات الشخصية دون استثناء إلى وجود عاملين هامين يؤثران في بناء الشخصية وفي تطورها هما عامل داخلي تكويني وعامل خارجي بيئي .

1.8.1 - المؤثرات الوراثية

إن النمط الوراثي الخاص الذي يتكون من اللحظة التي يتم فيها الإخصاب يؤثر في تكوين شخص الفرد وعلى احتمال إصابة الفرد بأحد الأمراض الوراثية أو التشوهات التكوينية أو السمات ذات الطابع المميز مثل نزيف الدم الوراثي والاضطرابات ومرض السكري مع اختلاف متوسط الدرجة وهناك سمات أخرى مميزة للشخصية ولها علاقة بالعوامل الوراثية وتشمل لون البشرة ولون العيون والقصر وغيرها .

1-8-2- المؤثرات البيولوجية

تؤثر هرمونات الغدد الصماء بوجه خاص على السلوك وعلى عمليات التكيف ويبدو ذلك واضحا في حالة نقص إفراز الهرمونات من الغدد أو توقفها عن العمل مثل :

الغدد الدرقية : تؤدي كثرة إفراز هرمون هذه الغدة إلى كثرة الحركة والشعور بالتهيج والأرق في حالة نقص الهرمونات إلى سهولة الشعور بالتعب والإرهاق والى كثرة النوم .

البنكرياس : يقوم بإفراز الأنسولين لتنظيم مقدار السكر في الدم وتحويله إلى الكبد لتجزئته وفي حالة زيادة نسبة السكر في الدم فان ذلك يظهر على شكل إصابة بمرض السكر⁽¹⁾.

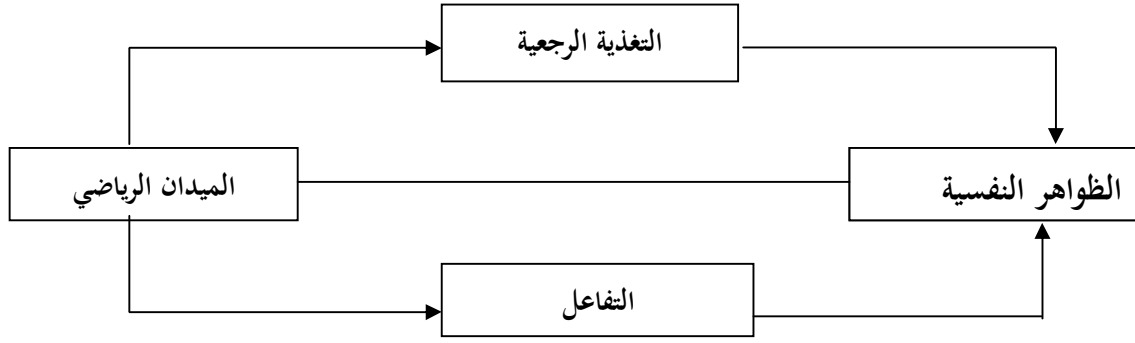
1-9- الشخصية وممارسة الرياضة .

يعتقد بعض الباحثين المهتمين بدراسة الشخصية في المجال الرياضي إن التفوق في رياضته مرهون إلى حد كبير بمدى ملائمة السمات الشخصية أو الأنماط الشخصية للفرد بطبيعة المتطلبات والخصائص النفسية المميزة لنوع الرياضة⁽²⁾ ففي المفهوم المعاصر للممارسة الرياضية يظهر بوضوح بأنها ليست القدرات الحركية المتقنة وحدها هي التي تحقق النتائج العالية ولكن تتدخل العديد من العناصر النفسية التي تربط بين حركة الفرد ومعطيات شخصيته لذا نجد أن المدربين لا يؤسسون تدريباتهم عن المعطيات التكتيكية والبيوميكانيكية فحسب، ولكن أصبح مركز اهتمامهم هو طبع الرياضي من أجل تفادي الظواهر الغير مرغوب فيها أثناء الممارسة، ويعتقدون أن إدارة اختباره تعتمد هذا الاتجاه هي وسيلة أكثر نجاحا من ملاحظات لا تعتمد على طبع الرياضي، كذلك من الكبار من يعدون الأولوية للخبرات السيكولوجية من أجل تحديد نجاح مدرب أو توقع طبيعة حكم مثلا لذا فمتطلبات رياضة النخبة تدفع النفسانيين لدراسة المعطيات السيكولوجية لشخصية المشاركين فالاعتماد على الخصائص السيكولوجية لتحديد الشخصية الرياضية سواء كان مدربا أو أستاذا أو مشاركا، فلفظ الشخصية كثيرا ما نقصد به تصرفات الأستاذ ومعاملاته دون التطرق لصفات ظاهرية كشكله وهذا القصد هو الأكثر صوابا في تحديد شخصية الرياضي خاصة المدربين .

و المخطط التالي يوضح لنا العوامل التي تشترك في العوامل القائمة بين الميدان الرياضي والظواهر النفسية للشخصية فالظواهر البيئية تؤثر على الفرد وتدفعه لممارسة الرياضة، وذلك من اجل تخطي العراقيل النفسية كالقلق، الخوف والحجل، وغيرها من الظواهر النفسية، وهذا حسب المحيط المتواجد به، إذن فالعلاقة التي تربط الشخصية بالتركيبية البدنية والرياضية هي علاقة وطيدة أساسها التفاعل والتغذية الرجعية من الميدان الرياضي والظواهر النفسية في حدود بيئته

(1) سليم مدثر أحمد: "الصحة النفسية" ؛ المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع، الإسكندرية: 2002، ص(136).

(2) أسامة كامل راتب: "علم النفس الرياضية (مفاهيم وتطبيقات)"، مرجع سابق، ص(42).



الشكل (1): تفسير العوامل المشتركة في العلاقة القائمة بين الميدان والمظاهر النفسية للشخصية

9-1 السمة:

1-9-1 مفهوم السمة:

يعرف (أحمد زكي، 1972) السمة بقوله "هي مجموع أساليب الأداء التي ترتبط ببعضها ارتباطاً قوياً"¹ وهي تكوين معقد من مجموعة من الوحدات السلوكية والأجهزة التابعة لها، تكون في تفاعل دائم مثل الثبوت والصلابة، الدقة وغير ذلك ويشير بعض العلماء إلى أن السمة هي صفة للشخص تتضمن بعض الوحدة في سلوكه، فهي ليست عارضة ولكنها نمط يتميز بالاستمرار النسبي، كما أنها تتضمن معياراً اجتماعياً حينما تقول هذا الشخص عدواني حنون... إلخ. فالسمة حسب (جيلفورد) هي "طريقة متميزة ثابتة نسبياً يتميز بها الفرد عند غيره من الأفراد". ويعرفها (جوردون ألبورت G.allport) بأنها "نظام نفسي عصبي مركزي عام يختص بالفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفياً، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكييفي والتعبيري"².

فالسمات هي مفاهيم إستعدادية تثير إلى نزاعات للفعل أو الاستجابة بطريقة معينة، ومن المفترض أن الشخص ينقل الاستعدادات السيكولوجية من موقف لآخر وأنها تتضمن قدراً من احتمال سلوك الشخص بطرق معينة ويجب أن نميز مفهوم (السمات) عن مفهوم (الحالة) التي تشير إلى استجابة تحدث الآن، كأن يعاني شخص مثلاً حالة قلق في موقف معين، أما أن نصف الشخص بسمة القلق فهذا يعني أنه سوف يستجيب بحالة قلق في ظروف معينة رغم أنه قد لا يعاني الآن من أي قلق، فوجود السمة لا تتضمن بالضرورة أن الشخص سوف يكون قلقاً دائماً، ولكن لديه فقط استعداد للاستجابة بالقلق في مواقف معينة"³.

¹ أحمد زكي صالح-علم النفس التربوي- ط3- دار النهضة العربية -1972- بيروت -ص25.

² سيد حمد غنيم-سيكولوجية الشخصية -دار النهضة العربية-1975- القاهرة- ص35.

³ ريتشارد س. لازاروس- الشخصية: ترجمة سيد محمد غنيم-مراجعة محمد عثمان تجاني-ديوان المطبوعات الجامعية- 1980- بن عكنون-الجزائر-ص54.

ويمكن أن تكون السمة استعدادا فطريا كالسمات المزاجية مثل شدة الانفعال، وضعفه ويمكن أن تكون السمة مكتسبة كالسمات الاجتماعية الصدق، الأمانة والإخلاص.¹

وقد تعددت التعريفات لسمات الشخصية ومن بين هذه التعريفات تعريف (ريموند كاتل R.cattel) للسمات بقوله "أنها مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح بهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها بنفس الطريقة في معظم الأحيان."²

وعلى ضوء ما ذكرناه يمكن أن نستنتج أن السمة هي تجمع سلوكي قابل للملاحظة في سلوك الفرد، يظهر في اتساق عادات الفرد في أفعاله المتكررة، لذا فهي ليست أسبابا للسلوك وإنما هي مصطلحات وصفية تطلق على فئة كبيرة من الاستجابات المشتركة فيما بينها.

2.9.1. نظرية السمات لالبورت (G. allport):

يعتبر ألبورت من أشهر السيكولوجيين الأمريكيين الذين اهتموا بقضايا علم النفس الاجتماعي حيث اشتهر بدراسة القيم والإشاعة والشخصية التي ألف فيها كتابا يحمل عنوان "الشخصية تفسير سيكولوجي".

نظر ألبورت إلى السمات باعتبارها الوحدة الطبيعية لوصف الشخصية فقد فحص مع O.dbert سنة 1936 قاموسا مطولا باللغة الإنجليزية المفردات التي تصف الشخصية والتي بلغت 7953 مفردة واختصارها إلى 4541 كلمة تشير إلى قائمة السمات والتي اعتبرها نقطة بداية جيدة لدراسة الشخصية.

صاغ ألبورت نظريته الشهيرة التي تقول " أن السمات التي تمثل جزئا من الفطرة السليمة، والاتجاه الحدسي في وصف الشخصية والتي يستخدمها الرجل العادي في محاولته وصف شخص ما كما ورد في (لازروس 1971).

ولقد أكد ألبورت فكرة أن السمات هي خصائص متكاملة للشخص، أي أنها تشير إلى خصائص نفسية عصبية واقعية تبين كيفية سلوك الشخص، ويمكن التعرف عليها فقط من خلال الملاحظة وعن طريق الاستدلال مما هو مركزي وأساسي.³

ميز ألبورت allport بين ثلاث أنواع من السمات وهي سمات أساسية، سمات مركزية، وسمات ثانوية ففكرة ألبورت تذهب إلى أن السمات ليست وحدات مستقلة داخل الفرد ولكنها مجموعة متوافقة من الصفات تتجمع لإحداث الإثارة السلوكية وعلى ذلك ففعل واحد مركب لا يمكن إرجاعه إلى سمة واحدة متكررة بل هو دائم نتاج مجموعة من السمات المتوافقة التي تسهم كل منها في بعض مظاهر السلوك، فهذا المظهر الأول من نظرية ألبورت.

أما المظهر الثاني يعود إلى تغلب الشخص المنفرد لدراسة الشخصية في مقابل المنحنى " قوس " الأمر الذي يتسق مع تركيبه على وحدة السمات لدى الشخص وعلى وحدة شخصيته بوجه عام.

¹ حلمي الميليجي - علم النفس المعاصر - ط7 - مطبعة الجمهورية - 1985 - الإسكندرية - صص 361، 360.

² ك. هول. ج ليندزي - نظريات الشخصية: ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون - الهيئة المصرية للكتاب - 1971 - القاهرة - صص 270.

³ -La zaros : la pshycanalyse et la personnalité. Puf .paris p 119.

فرغم محاولة allport القيام ببحوث كمية لدراسة كلية السمات من حيث الأهمية ولا شارة والتعميم، ومن حيث كون هذه السمات رئيسية أو ثانوية كانت، فإن نظرة ألبورت للسمات تفتقر لأي تفسير سببي للعلاقات التي يمكن أن تلاحظ بين سمات شخصية معينة ومختلف أنواع السلوك البشري وبعبارة أخرى أن هذه النظرية لا تقوم على أساس تجريبي يمكن أن يقيم علاقة سببية بين سلوك وسمه ما، وبالتالي القيام بتعميم هذه العلاقة والتنبؤ بالسلوك بناء على العلاقات السببية هذه.¹

ومهما يكن فإن نظرية ألبورت للسمات ساعدت في تحديد وحصر السمات الشخصية، وأعطت دفعا قويا لمجال البحث في منهج السمات واعتمدت إلى حد ما على العديد من الدراسات التي تستعرض لاحقا كدراسة kattell

1-9-3- المواقف الحالية لدراسة سمات الشخصية للرياضيين :

من نتائج الدراسات السابقة التي حاولت تحديد بعض سمات الشخصية و للرياضيين ندرك أن هذه الدراسات لها مفاهيم حديثة نعتبر كموقف حالي تجاه هذه السمات :

- 1- ظهور بعض السمات المعينة التي يبين وتميز الرياضيين عن غير الرياضيين أو تميز لاعبي المستويات العالية عن لاعبي المستويات الأقل.
- 2- بعض الدراسات تشير إلى أن هناك أنواع من سمات الشخصية قد يرجع إليها السبب في اختيار بعض الأفراد لرياضة معينة وهذه السمات تحفزهم لكي يكونوا بارزين في رياضتهم.
- 3- هناك بعض الدراسات تشير إلى أن الاشتراك في الرياضات التنافسية قد يؤثر أو يعدل في سمات شخصية الفرد . إلا أن هذا يشير جدلا.
- 4- حاولت بعض الدراسات الكشف عما إذا كانت هناك أنواع معينة من الأنشطة الرياضية كما تحاول البحث عما إذا كان هناك نمط للشخصية التي تمارس كرة القدم عن شخصية الرياضي الذي يمارس الجمباز .
- 5- حاولت بعض الدراسات التمييز بين السمات الشخصية للاعب الأنشطة الفردية وسمات لاعبي الأنشطة الجماعية . إلا أن هناك تعارض في الآراء .

¹محمد حسن علاوي - علم النفس الرياضي - ط8 - دار المعارف - 1982 - القاهرة - ص290.

خلاصة

تعددت التعارف والدراسات حول الشخصية مما يدل على اتساع مواضيع دراستها وبالتالي صعوبة الاستقرار عند تعريف واحد للشخصية، وبخاصة في الموقف الرياضي، مثل شخصية المدرب الرياضي فالشخصية من كل منظار أو زاوية مثل ما جاء في بعض التعارف، فالشخصية كما تنمو وتتعلم ويعتدل سلوكها يدرسها علم النفس التربوي، وكما تعمل وتنتج يدرسها علم النفس الصناعي، وبصراعها مع ذاتها ومع الآخرين يتناولها علم النفس التشخيصي، وغيرها من رؤى ومفاهيم ونظريات تفسرها. أما عن شخصية المدرب الرياضي أثناء التدريب وعلاقتها باللاعب فهي ذات بعد وأثر نظرا لخصوصية الموقف وأهميته، وهي أيضا حضت بجانب بالغ الأهمية لدراسته وتحديد أطرها ومفاهيمها، ومن ثم التوضيح أو التدليل بوجود علاقة بين الشخصية وممارسة الرياضة حسب ما جاء في بعض الدراسات والتعارف.

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

مقياس السمات الشخصية لفرايبورغ

إخواني الطلبة تحية طيبة:

يشرفنا ويسرنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة ، التي نلتمس مساعدتكم في الإجابة على الأسئلة المطروحة ونلفت انتباهكم أن هذا الاستبيان جزء من العمل الذي نقوم به قصد تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية نرجو من سيادتكم ملء الاستمارة بإجابات واضحة موضوعية حول عبارات المقياس. نتقدم مسبقا بتشكرنا على مساهمتكم ، وتقبل منا فائق الاحترام والتقدير.

المرجوا من سيادتكم عمل الآتي بالترتيب:

1- قراءة جميع عبارات المقياس قبل البدء في الإجابة عليها.

2- وضع علامة (x) في الخانة المناسبة لكل عبارة.

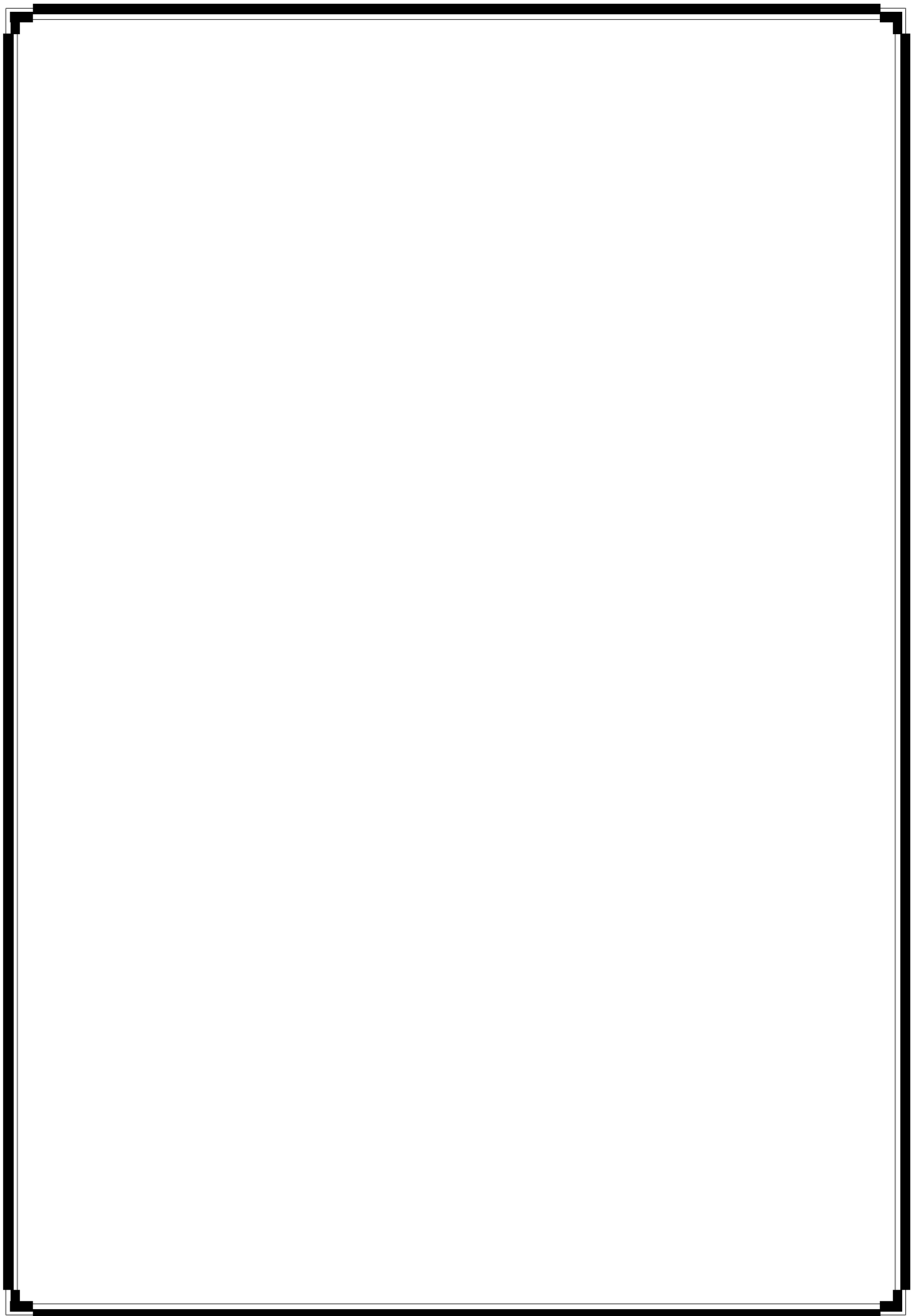
3- عدم ترك أي عبارة دون الإجابة عنها.

النشاط الممارس في هذا السداسي :

التخصص الدراسي: تدريب رياضي نشاط رياضي مدرسي

ت	العبارة	نعم	لا
01	أنا دائما مزاجي معتدل		
02	يصعب علي أن أجد ما أقوله عند محاولة التعرف على الناس		
03	أحيانا تسرع دقت قلبي أو تدق دقات غير منتظمة بدون بذل مجهود عنيف		
04	أشعر أحيانا أن دقات قلبي تصل إلى رقبتي دون أن أعمل عملا شاقا		
05	أفقد السيطرة على أعصابي و لكنني أستطيع التحكم فيها بسرعة أيضا		
06	يحمّر أو يمتقع لوني بسهولة		
07	أحيانا أجد متعة كبيرة في مضايقة أو معاكسة الآخرين		
08	في بعض الأحيان لا أحب رؤية بعض الناس في الشارع أو في مكان آخر		
09	إذا أخطأ البعض في حقي فإنني أتمنى أن يصيهم الضرر		
10	سبق لي القيام بأداء بعض الأشياء الخطرة بغرض التسلية أو المزاح		
11	إذا اضطررت لاستخدام القوة البدنية لحماية حقي فإني أفعل ذلك		
12	أستطيع أن أبعث المرح بسهولة في سهرة مملّة		
13	أرتبك بسهولة أحيانا		
14	أعتبر نفسي غير لبق في تعاملي مع الآخرين		
15	أشعر أحيانا بضيق في التنفس أو بضيق في الصدر		
16	أتخيل أحيانا بعض الضرر الذي قد يحدث نتيجة بعض الأخطاء التي أرتكبها		
17	أخجل من الدخول بمفردي في غرفة يجلس فيها بعض الناس و هم يتحدثون		
18	معدتي حساسة (أشعر بألم أو الضغط أو انتفاخ في معدتي)		
19	يبدو علي اضطراب و الخوف أسرع من الآخرين		
20	عندما أصاب أحيانا بالفشل فإن ذلك لا يثيرني		
21	أفعل أشياء كثيرة أندم عليها فيما بعد		
22	الشخص الذي يؤذيني أتمن له الضرر		
23	أشعر كثيرا بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوءة بالغازات		
24	عندما يغضب أحد أصدقائي من بعض الناس فإنني أدفعه إلى الانتقام منهم		
25	كثيرا ما أفكر في أن الحياة لا معنى لها		
26	يسعدني أن أظهر أخطاء الآخرين		
27	يدور في ذهني غالبا عندما أكون وسط جماعة كبيرة أحداث مشاجرة (خناقة) ولا أستطيع مقاومة هذا التفكير		

		يبدوا عليا النشاط و الحيوية	28
		أنا من الذين يأخذون الأمور ببساطة و بدون تعقيد	29
		عندما يحاول البعض إهانتني فإنني أحاول أن أتجاهل ذلك	30
		عندما أغضب أو أثور فإنني لا أهتم بذلك	31
		أرتبك بسهولة عندما أكون مع أشخاص مهمين أو مع رؤسائي	32
		لا أستطيع غالبا التحكم في ضيقي و غضبي	33
		أحلم لعدة ليالي في الأشياء أعرف أنها لن تتحقق	34
		يظهر علي التوتر والارتباك بسهولة عند مواجهة أحداث معينة	35
		أنا لسوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة	36
		غالبا ما تدور في ذهني أفكار غير هامة تسبب لي الضيق	37
		أجد صعوبة في محاولة النوم	38
		أقول غالبا أشياء بدون تفكير و أندم عليها فيما بعد	39
		كثيرا ما يراودني التفكير في حياتي الحالية	40
		أحب أن أعمل في الناس بعض المقالب الغير مؤذية	41
		أنظر غالبا إلى المستقبل بمنتهى الثقة	42
		عندما تكون كل الأمور ضدي فإنني لا أفقد شجاعتي	43
		أحب التنكيت على الآخرين	44
		عندما أخرج عن شعوري فإنني أستطيع غالبا تهدئة نفسي بسرعة	45
		كثيرا ما أستشار بسرعة من البعض	46
		أجد صعوبة في كسب الآخرين لصفي	47
		أستطيع أن أصف نفسي أنني شخص متكلم	48
		أفرح أحيانا عند إصابة بعض ممن أحبهم	49
		أفضل أن تلحق إصابة بالغة علي أن أكون جبانا	50
		أميل إلى عدم بدء الحديث عن الآخرين	51
		في أحيان كثيرة أفقد القدرة على التفكير	52
		كثيرا ما أغضب بسرعة من الآخرين	35
		غالبا ما أشعر بالإرهاك و التعب و التوتر	54
		أحيانا يراودني التفكير بأنني لا أصلح لأي شيء	55
		عندما أفشل فإنني أستطيع تخطي الفشل بسهولة	56



تمهيد :

يمثل الشباب في المجتمع فئة عمرية تتسم في عدد من الصناعات والقدرات المميزة عن باقي الفئات الأخرى وتختلف بداية هذه الفئة العمرية ونهايتها باختلاف الأوضاع الاجتماعية والإقتصادية والثقافية السائدة في المجتمع حيث يحتل الشباب مكانة بارزة في تركيبة المجتمع من حيث العدد والأدوار والحاجات. فنسبة الشباب في بنية المجتمع هي الأعلى مقارنة بباقي الفئات السكانية وهو يمثل رهانا اجتماعيا في المسيرة التنموية للبلاد في مستوى تحقيق وتوفير حاجياته, وهم القاعدة الكبيرة التي ينمو ويتزعرع و يبرز من خلالها النجوم وأبطال المستقبل والممارسون والمشاركون في الأنواع المختلفة للرياضة

حيث يسعى الشباب إلى التفاعل مع التوجهات العامة في مجال الأنشطة الرياضية والمبادرة بالبحث عن السبل والطرق الكفيلة بتوفير أفضل الفرص له قصد تنمية مواهبه وقدراته وتفعيل دوره في المسيرة الرياضية في إطار أنشطة بدنية ورياضية ممارسة مختلفة.

وهذه المرحلة تختلف في خصائصها عن مراحل العمر الأخرى ,حيث تختلف في الخصائص الفيزيولوجية والبدنية و النفسية ولهذا وجب علينا إجراء هذه الدراسة حول مفهوم الشباب والتطرق إلى معرفة أنماطهم وحاجياتهم و مشاكلهم ..

3- مفهوم الشباب :

على الرغم من اتفاق جميع العلماء والباحثين على أهمية دراسة قضايا الشباب والعمل على تلبية إحتياجاتهم الأساسية وتوسيع معارفهم وتعزيز إتجاهاتهم ودورهم في عملية التغيير الإجتماعي والتحديث إلا أنهم يختلفون حول تحديد مفهوم قاطع وواضح لمصطلح الشباب، فهناك إتجاه يتناول مفهوم الشباب من خلال المنظور الزمني، المنظور النفسي، المنظور الإجتماعي. والمنظور العمري مع بساطته ووضوحه، ومع تمييزه بالواقعية يصعب الاتفاق عليه بين كافة المجتمعات، بل في المجتمع الواحد، وقد تتسع مساحة الفترة الزمنية للمرحلة العمرية للشباب بقصد تمكينها من اكتساب المعرفة والخبرات المناسبة التي تجعل الفرد قادراً على متابعة متطلبات النمو الاجتماعي والاقتصادي وممارسة مسؤولياته المجتمعية، وتختلف تعريفات الشباب على أساس المعيار العمري باختلاف مدى وبداية ونهاية المرحلة العمرية لشريحة الشباب حيث يتضح من الأدبيات تحديد الشباب بمرحلة عمرية تتراوح ما بين (19-30) سنة . (1)

3-1- الشباب من المنظور الزمني:

بأنها مرحلة تبدأ من المراهقة المتأخرة حتى بداية الرشد، تنحصر بين 16 عاماً و25 عاماً، وهي المرحلة العمرية التي تبدأ من 6 سنوات إلى أقل من 30 سنة وهي مرحلتها المراهقة والرشد، وبذلك يتم رعاية الشباب في سن مبكرة . (2)

3-2- الشباب من المنظور النفسي :

هي مرحلة تبدو ذات خصائص من أهمها :

- مرحلة الخوف والفرع والهلع.
- فترة الضغوط والصراعات الداخلية والخارجية .
- فترة تغيير الأدوار وأتممات الحياة الناجمة عن التغيرات البيولوجية .
- يسودها الإضطراب والقلق وعدم الإرتان . (3)

3-3 الشباب من المنظور الإجتماعي :

هي مرحلة إعداد لتحمل المسؤوليات الإجتماعية كالزواج وتكوين الأسرة وعضوية المنظمات السياسية والإجتماعية والشبابية وتحمل المسؤوليات والتكاليف القانونية والشرعية . (4)

(1) محمد الجوهري وآخرون، دراسة المشكلات الإجتماعية، دون طبعة، دار المعرفة الجامعية، مصر، 1993، ص437.

(2) نورهان منير حسن "القيم الإجتماعية والشباب"، دون طبعة، دار الفتح للتجليد، الإسكندرية، 2008، ص56.

(3) محمد محمد بيومي خليل: إنحرفات الشباب في عصر العولمة، الجزء الثاني، ط2، 2003، ص161

(4) محمد محمد بيومي خليل، انحرافات الشباب في عصر العولمة، مرجع سابق، ص 17 .

3-4 أنماط الشباب :**3-4-1/ الشباب الخامل الهادئ :**

غير مهتم بما يجري في مجتمعه من أمور وقضايا سياسية وإجتماعية وهم متقبلون للوضع الراهن، معتقدون لقيم الآباء وتنحصر اهتماماتهم في النجاح الدراسي والمهنة والزواج والأسرة والأمن الإقتصادي .

3-4-2/ الشباب الإيجابي المتحفظ :

المتقبل للأوضاع القائمة، المستغرق في عملية البقاء عليها، فهم محافظون يتميزون بالنشاط في حدود شرعية قانونية أكثر خضوعاً للسلطة وتمركزاً حول ذواتها .

3-5/ الشباب المغترب :**3-5-1/ فئة الشباب المنحرفين :**

وهؤلاء يقامون النظام الإجتماعي القائم ليس بهدف تغييره وإنما بهدف أن يوفروا لأنفسهم نوعاً من الإشباع يحتاجون إليه

3-5-2/ فئة الشباب الغير منتمين :

يتخذون موقفاً إنسحابياً، يشعرون بالإغتراب عن أسرهم ومجتمعهم، وقيمهم تخالف قيم مجتمعهم

3-5-3/ الشباب المبادئ المتفاعل :

يضم فئتين من الشباب :

أ- / الشباب المفاعل البناء :

يسعون للإشتراك في النشاطات التطوعية ويكرسون حياتهم لتحقيق مثل عالي يسعون إليه، ويؤكدون ولاءهم للمجتمع.

ب- / الشباب المتطرف :

يشارك مع الشباب المتفاعل في بعض أهدافه، لكن يهدف للإحتجاج والإعتراض على سياسة المجتمع ويميلون للتغيير ويركزون جهودهم للحاضر، ويرون أن المستقبل مفتوح أمامهم، وهؤلاء يمكن إذا أحسن توجيههم أن يمثلوا حركة تغيير المجتمع . (1)

3-6- خصائص الشباب (التغيرات الجسمية السريعة) :

تشهد بداية مرحلة الشباب تغيرات جسمية سريعة أكثر بكثير مما تشهده المراحل الأخرى من حياة الإنسان سواء من حيث سرعة النمو أو أهميته، ونظراً لتكامل الجسم في هذه المرحلة يشعر الشباب بأنهم أصبحوا شخصية مميزة ومختلفة عما كانوا عليه أيام الطفولة، مما يشعر الشباب بالقوة والعنفوان، مما قد يدفعه إلى الغرور والتكبر والتهور خصوصاً إذا لم يتلقى

(1) محمد علي محمد ، الشباب والجمع ، ط 1، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، الإسكندرية، 1980م ، ص26 .

في فترة الطفولة تربية سليمة، وقد يكون إحساس الشباب بالقوة والنشاط والحيوية دافعاً لخدمة الدين والمجتمع، خصوصاً إذا تلقى تربية دينية إسلامية صحيحة، وعلى كل حال فعن بداية مرحلة الشباب تتميز بالنمو الجسمي السريع وتقترن هذه السرعة بعدم الانتظام أو التناظر في النمو، وتأتي سرعة نمو الجسم الكبيرة في مرحلة الفتوة، قبل فترة طويلة من النمو الهادئ والتي تتصف به الطفولة المتأخرة من سن 6 إلى سن 4 تقريباً، وأهم الخصائص الجسمية مايلي :

أ/- نمو سريع في الهيكل العظمي :

يتجلى هذا في إزدياد الطول وإتساع الكتف والصدر وإشتداد عضلاته، وإستطالة يديه وقدميه، وإشتراح وتكسر في صوته، مما يسبب إرتباكاً في حركات الفتى خوفاً من هذه المظاهر الجديدة وإزدياد في الإهتمام بنفسه .

ب/- ظهور الخصائص الجنسية الجسدية الأولية منها :

نشاط الغدد التناسلية ثم تتولى بعد ذلك الخصائص الجنسية الثانوية كظهور الشعر، ولهذا الخصائص أثرها البعيد في التكوين الإنفعالي للفتى، كما أن لها الأثر الخطير في سلوك الفتى .

ج/- تغيرات هامة في الأجزاء الداخلية :

فالقلب ينمو وتتسع الشرايين ويزداد ضغط الدم من 80 مل للطفل في سن السادسة إلى 125 مل في مرحلة الفتوة، ولكنه يعود إلى 115 مل في منتصف التاسعة عشر، ولهذا التغيير أثر كبير في إنفعال الشباب وحساسيته.

د/- يتأخلف النمو في الجهاز العضلي عن نمو الجهاز العظمي مقدار سنة تقريباً وهذا ما يسبب للشباب تعباً وإرهاقاً دون عملٍ يذكر، وذلك لتوتر عضلاته وإنكماشها مع نمو العظام السريع وحركتها .

ه/- تمثل مرحلة الشباب من مراحل النمو المتزايد في الكم والكيف، فطول القامة والجهاز العظمي يتم تحديده في أواخر العقد الثاني وأوائل العقد الثالث . (1)

* ومن ما سبق يتضح ان من أهم خصائص مرحلة الشباب : التغيرات السريعة في الجسم، حيث ينمو جسم الإنسان بسرعة مذهلة كما تطراً عليه التغيرات في جسمه، حيث ينمو الشعر في وجهه وفي مناطق أخرى من بدنه كما يبدو صوته بالخشونة بعدما كان ناعماً أيام الطفولة، ويظهر ذلك خصوصاً عند البنين ويكون بطيئاً وغير ملحوظ عند البنات، كما يزداد وزن الجسم في فترة الشباب بصورة ملحوظة وسريعة، وذلك بإنتتاح شهية الطعام عند الشباب بصورة كبيرة، كما يبدأ الشباب بالإحتلام، والفتيات برؤية الحيض كعلامة

من علامات البلوغ ودخول مرحلة الشباب، ويستمر نمو الجسم بصورة سريعة عند الإنسان إلى أن يتوقف في 24 من العمر، حيث يكون الإنسان في هذا السن قد إكتمل من الناحية الجسمية مما يشعره أنه قد أصبح له شخصية كاملة،

(1) محمد محمد بيومي خليل ، إخرافات الشباب في عصر العولمة ، مرجع سابق ، ص 18.

وهذا الإحساس يجب أن يدفع الشباب إلى إثبات شخصيته وتفجير مواهبهم، وإستثمار قدراتهم الجسمية في العمل والعطاء والإنتاج المتواصل .

* ومن المؤسف أن يستغل بعض الشباب قوتهم الجسمية وقدراتهم البدنية في إفساد الأرض أو القيام بأعمال لاتليق بالشباب الذين يحترمون أنفسهم، والمطلوب من كل شاب أن يستثمر قوته البدنية في عمارة الأرض وخدمة المجتمع وتقدم وإزدهار الأمة . (1)

7-3 - مشكلات الشباب :

بالرغم من أهمية الشباب إلا أن هناك العديد من التحديات التي تواجهه نتيجة التغيرات البناءة الكبرى التي شهدتها مجتمعنا الحالي والتي ساهمت في حدوث العديد من المشكلات ويتطلب مواجهتها تظافر جهود المؤسسات والأجهزة المختلفة لإشباع هذه الإحتياجات الشبانية ورعايتهم والمشكلات التي يعاني منها الشباب كالقصور على مستوى الحاجات البيولوجية، الإجتماعية والنفسية والإقتصادية...إلخ.

ويعاني الشباب من بعض المشكلات التي ترتبط بطبيعة المرحلة العمرية التي يمر بها حيث الفراغ الفكري والعقائدي، التذبذب الإيديولوجي، افتقاد القدرة، التناقض بين المفاهيم والانحرافات السلوكية ومن أهم المشكلات التي يعاني منها الشاب ما يلي : (2)

3-7-1 / المشكلات النفسية :

تتركز معظم المشكلات النفسية حول مشكلة النمو الإنفعالي في مرحلة المراهقة والإستعداد للرشد، وتحمل المسؤولية والإستقلال عن الأسرة، والشباب في مرحلة التعلم يعاني كثيرًا من القلق والشعور بالنقص والحجل والقلق من المستقبل، وتؤثر هذه المشاعر على الصحة النفسية والنشاط العقلي وإتجاهات الشباب، يظهر ذلك في شعور الشباب بالتعب والأرق والنسيان وعدم القدرة على ضبط النفس .

- الشباب يعاني من صراعات نفسية متباينة مثل الصراع بين الحاجة والإشباع الجنسي وبين التقاليد الدينية والاجتماعية، وصراع القيم مثل: الصراع بين ما يعتقدده الشباب من مبادئ وقيم وبين ما يمارسه الآخرون حوله، ويعاني الشباب أيضًا من صراع المستقبل واختيار العمل أو الوظيفة، لذلك يميلون للتطرف والاندفاع والاهتمام بعضويات الجماعات والألعاب الجماعية¹.

- كما تكثر لدى الشباب أحلام اليقظة نظرًا لكثرة تفكيرهم في المستقبل، والمسؤوليات، وهذه الأحلام تنشأ عن الفرد في مرحلة الشباب للهروب من الواقع واللجوء إلى عالم الخيال .

¹ حامد عبد السلام زهران "علم النفس النمو الطفولة والمراهقة"، ط1، عالم الكتب، القاهرة، 1977، ص262

والشباب يعاني من بعض الإضطرابات في الأجهزة الجسمية الناتجة عن سوء التغذية والتعب والإرهاق ، الملل أو عوامل نفسية أخرى مثل العقد والصراعات النفسية والأفكار الوسواسية وحدة الإنفعالات والإسراف في التعامل الذاتي .

3-7-2/ مشكلات اجتماعية :

ويتضمن هذا الجانب الإجتماعي لدى الشباب بمظاهر رئيسية في تألفة مع الآخرين أو نفورهم منهم، وفيما يتعلق بالتآلف بميل الشباب إلى الجنس الآخر ويؤثر ذلك على سلوكهم ونشاطهم كما أنه يحاول أن يؤكد إعتزازه بشخصيته ويشعر بمكانته ويرغم المحيطين به على الإعتراف له بذلك، ويخضع لجماعة الرفاق وهذا بالإضافة إلى الأفاق الإجتماعية في الحياة ، تزداد لديه وتتسع دائرة نشاطه الإجتماعي .

ويبدو التعصب للشباب في النقد اللاذع والنشاط الجامع والألفاظ النابية التي تصدر عنه ويؤكد الشباب مكانته بالمنافسة أحياناً ألعاب التحصيل وأوجه النشاط الأخرى، وتحاول الفتيات تقليد الفتيان في السلوك والزري والحوار، ولكن يصلن إلى الإبتزاز الإجتماعي وذلك من خلال إستجابتهم للمعايير الإنسانية الصحيحة في الزري والحديث والسلوك العام .⁽¹⁾

- إنخفاض مستوى الدخل، عدم وجود المسكن الملائم والمواصلات والخدمات وغيرها من الأمور التي تسبب المعاناة والإنحرافات بأشكالها نتيجة الحرمان الإجتماعي، فالشخصية الشابة هي الأكثر شعوراً بهذا الحرمان، ومواجهة مستوى من الدخل عاجز أمام الإحتياجات وغير قادر على الوفاء بالمستويات الدنيا لإشباع الحاجات الأساسية من ملبس ، مسكن ، مواصلات ، وغيرها من الأمور⁽²⁾

3-7-3/المشاكل الجنسية:

هي أساس العقد والصراعات التي تكشف حياة الفرد، وقد أحيطت الأمور الجنسية منذ أمد بعيد بجو من الكتمان، وأعتبرت من المسائل الخطيرة، وبالتالي أدى إلى وجود شئى من الضغط عليه في إظهار شعوره ويبرهن ذلك إنتشار ظاهرة الزواج العرفي بين بعض الشباب، والمشكلات الجنسية بأنواعها المختلفة مرتبطة بنمو الفرد وعلاقته ببيئته الأولية وخبرته المشتقة منها، وكذلك موقف الوالدين من المسائل الجنسية إتجاه الأبناء ومقدار ما يوضع عليه من قيود غامضة .

- ورغم الانخفاض الظاهري لدرجة المعاناة من المشكلات الجنسية إلا أنه هناك الكثير من الشباب صراحةً لاتتحدث في مثل هذه المواضيع ومهما كانت هذه المشاكل غير معروفة إلا أنه توجد عدة أسباب جعلت من الجنس مشكلة للشباب في وقتنا الحاضر منها :

(1) حامد عبد السلام زهران ،مرجع سابق، ص 294.295.

(2) علي ليله "قضايا ومشكلات العالم الثالث" مرجع سابق ، ص212.

- الغزو المرتبط بالإحتلال .
- المفاهيم المغلوطة عن الجنس ووظيفته في الحياة.
- الفراغ الفكري والعاطفي والعقلي والرياضي للشباب .
- الخبرات الخاصة والعقبات التي توضع في طريق الشباب أمام الزواج المبكر .
- توفير أسباب الإنحراف لدى الشباب مع عجز الموارد الإجتماعية والرياضية عن أداء دورها¹ .

3-7-4/ المشكلات التعليمية :

في هذا الجانب يواجه الشباب مشاكل عديدة ترتبط بمجال دراسته سواء بما ترتبط بهم أو بمقرراتهم الدراسية التعليمية، وفي هذه الفئة تنطرق إلى الشباب الجامعي خاصةً حيث لا يشعر بأن الجامعة تقدم ما هو أكثر من مجرد كم من المعلومات دون أن تقوم بوظيفتها الإرشادية أو التثقيفية التي تزوده بما يحتاجه من ثقافة عامة .

- ومن المشكلات التي يواجهها الطلاب الجامعيون يترتب عليها التوافق الدراسي والشخصي والإجتماعي:
- إختيار الكلية الملائمة .
- المنهج الدراسي ، والعادات الدراسية .
- علاقة المدرس بطلابه .

وعلى ذلك فعملية الإتصال من بين أعضاء هيئة التدريس تتمثل في :

- توجيه الطلاب لحل مشاكلهم الشخصية والأكاديمية توجيهاً سليماً.
- توضيح أي مشكلة يمكن أن تواجه الطلاب من خلال المحاضرات والدراسة العلمية.
- توجيه الطلاب توجيهاً مباشراً يمكنهم من إكمال دراستهم بنجاح .
- عرض القيم الدينية والاتجاهات المرغوبة لكي تكون أساساً في إنتماء الطلاب في مجتمعهم .
- توضيح بعض المفاهيم الغامضة التي قد تؤدي إلى شطحات فكرية .
- تقديم نماذج من خبرته الشخصية في حل المشكلات ومواجهة التغيرات التي تحدث في المجتمع² .

¹ عبد الحميد عبد المحسن "الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب" ، د ط ، بدون نشر ، 1989م، ص 104.

² علي ليله "قضايا ومشكلات العالم الثالث" مرجع سابق ، ص 104

3-8- حاجات الشباب :

ترتبط حاجات الشباب بخصائص المرحلة العمرية والأوضاع الاجتماعية التي يعيشونها ، والتي تجعل منهم طبيعة خاصة، ولكي يؤدي الشباب الدور المطلوب منه يجب أن يفهم تلك الحاجات وتوفر أسلوب إشباعها .

ويعرف علماء النفس الحاجة بأنها حالة من القصور والإفتقار والإضطراب الجسمي أو النفسي إذا لم تلقى إشباعاً أثارت لدى الفرد نوعاً من الضيق والتوتر لا يلبث أن يزول متى أشبعت الحاجة .

- ويعرف آخرون بأن حاجات الشباب ضرورات فردية مترتبة على الخصائص البيولوجية والنفسية وطبيعية العلاقة الشخصية المميزة لمراحل النمو المختلفة، وأن سد تلك الحاجات كفيل بتحقيق توافق إجتماعي أفضل للأفراد مع تحقيق الأهداف المجتمعية في نفس الوقت .⁽¹⁾

- وتنحصر حاجات الشباب في النقاط التالية :

- الحاجة إلى التعبير الإبتكاري .

- الحاجة إلى الإنتماء .

- الحاجة إلى المنافسة .

- الحاجة إلى الآخرين .

- الحاجة إلى الحركة والنشاط .

- الحاجة بالشعور بالأهمية .

- الحاجة إلى ممارسة خبرات جديدة .⁽²⁾

- ويروي Jones 1987م أن الشباب في حاجة الآن وأكثر من أي وقت مضى لكي يكون لديهم أدوار لها معنى في المجتمع حتى يرتبطوا بصورة قوية بالمؤسسات الاجتماعية القائمة، وأن يتوفر لهم حرية الإرادة والثقة بالذات التي تساهم على خلق قاعدة مستقرة لنموهم السيكولوجي والتعليمي والذاتي .

- وترى نظرية الشباب الحاجات على أنها الدوافع وراء كل سلوك، وكل إنسان له عدد من الحاجات التي تنافس بعضها البعض وتوجه سلوك الإنسان من أجل إشباعها، وإذا لم تشبع يترتب على ذلك خلل يؤثر على صاحبها ، وإذا أشبعت يزول الخلل .

¹ . أحمد عزة رابع"أصول علم النفس"، ط1, دار المعارف، ، القاهرة، 1979م،ص 81

⁽²⁾ نصر خليل عمران وآخرون"الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب"، دون طبعة ، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، 1997م، ص60

سومع تعدد حاجات الشباب الموجودة حالياً والمعلومات العنيفة بعد التصنيع والتحديات والمشاكل الجديدة، اضطرت مؤسسات رعاية الشباب إلى إعادة توجيه برامجها التقليدية للإستجابة المناسبة لهذه الإحتياجات . وبالرغم من دور الجماعات الأساسية المختلفة التي ينضم إليها الفرد لإشباع حاجاته، إلا أنه في إطار ثقافة المجتمع، وفي ضوء المرحلة العمرية والموارد المتاحة فإنها تساعده أن يلبي بعض الحاجات، ويظل يسعى لتلبية المزيد، وهنا يأتي دور الخدمة الإجتماعية ودور أجهزة رعاية الشباب في مساعدة كل الشباب على إشباع حاجاته من خلال مختلف الأنشطة والبرامج المتاحة حيث أن المشكلات والإحتياجات الشبانية لانهائية ولاتقف عند حد معين وذات علاقة تساندية فيما بينها¹.

(1) نصر خليل عمران وآخرون "الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب"، مرجع سابق ، ص60

خلاصة :

مرحلة الشباب هي مرحلة إنتقالية لها مقوماتها النفسية والإجتماعية والبيولوجية، والشباب في المجتمع هو تلك الفئة التي تتسم بأعلى درجة من النشاط والحيوية لما لها من خصائص مميزة عن باقي الفئات .

من خلال كل ما تم تقديمه عن فترة الشباب ، نستطيع القول بشكل عام بأن مرحلة الشباب تعد إحدى أهم المراحل للإنسان نظرا لما تحتويه من تغيرات وتحولات جسمية ، نفسية ، إجتماعية حركية بدنية . الخ

- وعليه فقد ارتأينا دراسة هاته المرحلة من بعض الجوانب حتى تكون لدينا نظرة و لو صغيرة عن الأفراد الذين نعني بصدد التعامل معهم ، و أردنا أن نلقي الضوء و لو بالقليل عن هذه الفترة ، و التي تحتاج إلى عناية كبيرة خاصة من طرف المجتمع والدولة ككل، لكثرة المشاكل التي تواجهها هته الفئة، فلا بد أن تتاح الفرص الكافية للشباب للتعبير عن نفسه و الإستغلال العقلائي و الموزون لإمكانياته و طاقاته و قدراته ، بالإضافة إلى إعطاء جرعات من الثقة في النفس دون الخروج عن المثل العليا، ومحاولة صقل و تطوير مواهبه و توجهاته حسب ميوله و رغباته الذاتية و الشخصية و في الختام لا يسعنا إلا القول بأن مرحلة الشباب مرحلة جد حساسة من حياة الإنسان إذا صلحت و أستغلت بشكل إيجابي وجد الفرد نفسه رُحلاً من دون مشاكل تعيقه أما إذا فشلت و أهملت فإن الشاب سيعيش مع ما تبقى من حياته من دون أهداف واضحة ، ولا تفكير سليم و يجد نفسه بشكل أو بآخر يعيش على هامش المجتمع ، وهذا بدوره يؤدي به إلى العزلة و الإبتعاد ، وإما الإنحراف .

1. القراءان الكريم .
2. أسامة كامل راتب : "قلق المنافسة (التدريب . احتراق الرياضي)"؛ ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر 1997:
3. قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط1 1997
4. أحمد الرفاعي غنيم ، نصر محمود صبري ، تعلم بنفسك التحليل الإحصائي للبيانات باستخدام SPSS، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة ، 2000
5. أحمد أمين فوزي : مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم التطبيقات "؛ ط1 ، دار الفكر العربي مدينة نصر، القاهرة 2003
6. أحمد زكي بدوي: "معجم العلوم الاجتماعية"، مكتبة لبنان، 1997
7. أحمد زكي صالح-علم النفس التربوي- ط3- دار النهضة العربية - بيروت -1972
8. أحمد عزة رابع"أصول علم النفس"، ط1، دار المعارف ، القاهرة ، 1979م
9. أحمد محمد عبد الخالق : "استخبارات الشخصية "؛ بدون طبعة، دار المعرفة الجامعية : 1994
10. أمر الله باسطي: التدريب والإعداد البدني في كرة القدم، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1988
11. أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، علم المعرفة، الكويت، 1996
12. إيلين وديع فرج: ،خبرات في الألعاب للصغار و الكبار، منشأة المعارف، ط2، 2002،
13. جروان سابق:الكنز الوسيط، قاموس عربي فرنسي، دار النهضة العربية، 1997،
14. حامد عبد السلام زهران "علم النفس النمو الطفولة والمراهقة"، ط1 ، عالم الكتب، القاهرة، . 1977
15. حسن سيد معرض: "كرة السلة للجميع"، ط6، دار الفكر العربي، القاهرة، مصرن 1994
16. حلمي الميليجي-علم النفس المعاصر- ط7- مطبعة الجمهورية -الإسكندرية-1985
17. حنفي محمود مختار: مدرب كرة قدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1980
18. رمضان محمد القذافي - الشخصية نظريتها :اختياراتها و أساليب قياسها - ط 2- منشورات الجامعة - 1996
19. ريتشارد .س. لازاروس - الشخصية: ترجمة سيد محمد غنيم-مراجعة محمد عثمان تجاني-ديوان المطبوعات الجامعية- بن عكنون-الجزائر- 1980
20. -سامي الصغار: "كرة القدم"، دار الكتب للطباعة و النشر، جامعة الموصل، العراق، 1982
21. سامي ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، دار المسيرة ، عمان ، 2000

22. سامية حسن الساعاتي: "الثقافة الشخصية"؛ ط2، دار النهضة العربية، لبنان: 1993
23. سليم مدثر أحمد: "الصحة النفسية"؛ المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع، الإسكندرية 2002:
24. سيد حمد غنيم-سيكولوجية الشخصية -دار النهضة العربية -القاهرة-1975
25. شبيب نعمان السعدون: موسوعة ألعاب القوى العالمية، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع، ط1، الأردن، عمان، 2011
26. عبد الحميد عبد المحسن "الخدمة الإجتماعية في مجال رعاية الشباب"، د ط ، بدون نشر ، 1989م
27. عبد الخالق، أحمد محمد - الأبعاد الأساسية للشخصية- الدار الجامعية للطباعة و النشر - بيروت -1983
28. عصام الدين الوشاحي: "المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1991
29. فراج عثمان لبيب وعبد الغفار عبد السلام - الشخصية و الصحة النفسية - مكتبة العرفان - بيروت.
30. فريد كام صالح عبد العزيز عبد المجيد: التربية البدنية و طرق التدريس، دار المعارف، القاهرة، مصر ، ط16، 1993م
31. فاطمة عوض صابر ، ميرفت على خفاجة: أسس البحث العلمي ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية ، 2002
32. ل أبو زينة وآخرون: "مناهج البحث العلمي" ، دار المسيرة ، ط1 ، الأردن ، 2006
33. فوزي محمد جيل: "الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية" ؛ بدون طبعة ، المكتبة الجامعية ، الإسكندرية ، مصر: 2000
34. ك. هول. ج ليندزي- نظريات الشخصية: ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون-الهيئة المصرية للكتاب -القاهرة-1971
35. لازاروس ريتشارد - الشخصية:ترجمة سيد محمد غنيم -دار الشروق - القاهرة-1989
36. محمد أزهر السماك وآخرون، الأصول في البحث العلمي ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، الموصل ، 1989
37. محمد الجوهري وآخرون، دراسة المشكلات الاجتماعية، دون طبعة، دار المعرفة الجامعية، مصر، 1993
38. محمد حسن علاوي- علم النفس الرياضي-ط8- دار المعارف -القاهرة -1982.
39. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: ، الاختبارات والمهارات النفسية في المجال الرياضي، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987

40. محمد صبحي حسنين ، القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية ، الجزء الأول ، ط 2 ، دار الفكر العربي القاهرة ، 1995
41. محمد علاوي وأسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، ط2، 1999
42. محمد علي محمد ، الشباب والجمع ، ط 1، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، الإسكندرية، 1980م
43. محمد محمد بيومي خليل : إنحرفات الشباب في عصر العولمة ، الجزء الثاني ، ط 2 ، 2003
44. محمد مصطفى زيدان نبيل السما لوطي: **علم النفس التربوي**، دار الشروق للنشر و التوزيع جدة السعودية 1985
45. محمد نعيمة: التنشئة الاجتماعية و سماتها ، دار الثقافة العلمية ، الإسكندرية ، مصر 2002
46. محمود عبد الفتاح عنان : "سيكولوجية التربية البدنية ، النظرية والتطبيق والتجريب"؛ ط1، دار الفكر العربي، مدينة نصر : 1995
47. مصطفى غالب : "سيكولوجية الطفولة والمراهقة"؛ دار مكتبة الهلال ، بيروت : 1986
48. مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقيادة، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001
49. مقدم عبد الحفيظ : الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ، ديوان المطبوعات الجامعية ، 1997.
50. منير جرجس إبراهيم: "كرة اليد للجميع" ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994
51. موريس أنجوس: منهجية البحث العلمي في البحوث الإنسانية-تدريبات علمية- ترجمة بوزيد صحراوي، كمال بوشرف)
52. ن عبد المنعم الميلادي: **الشخصية و سماتها**. مؤسسة شباب الجامعي .الإسكندرية 2006.
53. -ناصر جميل: " موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة "، الدار العلمية , بيروت, عمان، 1993
54. نبيل صالح سفيان: الشخصية و الإرشاد النفسي، اترك للطباعة و النشر مصر الجديدة 2004
55. نزار مجيد الطالب . كامل طه لويس : "علم النفس الرياضي "؛ ط1، جامعة بغداد ، كلية الرياضة 1988:
56. نصر خليل عمران وآخرون "الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب" ، دون طبعة ، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، 1997م
57. نوتكات - سيكولوجية الشخصية: ترجمة خميرو عبد ميخائيل رزق - مكتبة الأنجلو - القاهرة-

58. نورهان منير حسن "القيم الاجتماعية والشباب"، دون طبعة، دار الفتح للتجليد، الإسكندرية، 2008،

59. وزارة الشباب والرياضة، المركز الوطني للإعلام و الوثائق الرياضية، 1995.

المذكرات:

60. محمد بن عبد السلام: نمط شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقته بدافع الإنجاز لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي مذكرة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2004-2005

61. إسماعيل مقران: "مستويات ومصادر القلق لدى لاعبي منتخبات الألعاب الجماعية لمعهد التربية البدنية الرياضية"؛ (مذكرة ماجستير غير منشورة)، جامعة الجزائر، 1997 .

62. محمد بن عبد السلام: نمط شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقته بدافع الإنجاز لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي مذكرة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2004-2005

63. هاني بن ناصر بن حمد الراجحي : التطوير التنظيمي وعلاقته بالرضا الوظيفي في إدارة جوازات منطقة الرياض، دراسة ميدانية على إدارة جوازات الصفر جدة، رسالة ماجستير، قسم العلوم الإدارية، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، 2003

المجلات:

64. كمال جلال ، علاقة السمات الشخصية بمستوى نتائج الملاكمين . مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية المجلد الأول العدد السادس ، آب 2004.

المراجع الأجنبية :

65. Association internationale des fédérations d'athlétisme. les règles des compétition

66. LausentBiget- **La Sport Inyende de leasanté publique.**

Ed'durenauropédagogique :oidbrc . 2008.

67. La zaros : la pshycanalyse et la personality. Puf .paris p 119

68. mourice Angers, initiation pratique la methologie des sciences umaines, casbah, universityalger, 1997

69. Nicole de Chasamane: " Le medication physique et sport collectifs", Edition, Paris,

الصفحة	العنوان
	أية قرءا نية
	ملخص البحث باللغة العربية
	ملخص البحث باللغة الفرنسية
	شكر و عرفان
	إهداء
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
	قائمة المحتويات الدراسة
أ	-مقدمة
3	التعريف بالبحث
4	1- إشكالية
5	2- الفرضيات
6	3- أهداف البحث:
7	4- أهمية البحث:
7	4-1/من الناحية العملية :
7	4-2/من الناحية العلمية:
7	5- مصطلحات البحث:
10	6- الدراسة المشابهة والدراسة السابقة :
13	7 -/التعليق على الدراسة المشابهة والدراسة السابقة
	الباب الأول الجانب النظري
	الفصل الأول:سمات الشخصية
16	تمهيد
17	1-1 - مفهوم الشخصية
18	1.2- نظريات الشخصية :
18	1.12 نظرية السمات :

18	2.2.1 النظرية السلوكية :
18	3.2.1 النظرية الحركية :
18	3-1 مكونات الشخصية:
19	1.3.1. الصفات الفطرية الأساسية:
19	2.3.1. الاتجاهات (العادات):
19	3.3.1. التربية و الخبرات المكتسبة :
21	4.1 بنية الشخصية:
22	5.1 - النظرية التفاعلية للشخصية
23	6.1 مقاييس الشخصية :
23	1-6-1- مقياس فرايبورج للشخصية :
24	1-7- السمات الشخصية للرياضيين :
25	1-8- العوامل العامة المؤثرة في الشخصية :
25	1.8.1 - المؤثرات الوراثية
26	1-8-2- المؤثرات البيولوجية
26	1-9- الشخصية وممارسة الرياضة .
27	1-9-1. مفهوم السمة:
28	2.9.1. نظرية السمات لالبورت (G. allport):
29	1-9-3- المواقف الحالية لدراسة سمات الشخصية للرياضيين
30	خلاصة
الفصل الثاني:النشاط الرياضي الممارس و التخصص الدراسي	
32	تمهيد:
33	2-1/لحظة تاريخية عن المعهد:
33	2-2/مجالات التكوين:

33	2-3/ الهياكل الرياضية بالمعهد:
34	2-4/ الهياكل البداغوجية :
34	2-5/ تخصصات القسم الأكاديمي للتربية البدنية و الرياضية داخل المعهد:
34	2-5-1/ التدريب الرياضي:
34	2-5-1-1/ مفهوم التدريب الرياضي:
35	2-5-1-3/ مبادئ التدريب الرياضي:
36	2-5-2/ تعريف التدريس:
36	2-5-2-1/ أهداف التدريس:
37	2-6/ تحليل البرامج و المقاييس الدراسة:
37	2-6-1/ للأسس العامة لبناء البرنامج: (تخطيط البرنامج الجامعي المستمد من وثيقة الميثاق الوطني 1996).
38	6-1-1/ الأساس الاجتماعي:
38	لاقته بالبرنامج: 239-6-1-2/ التغيير الاجتماعي وع
38	2-6-1-3/ الأساس النفسي:
38	2-6-1-4/ الأساس التربوي:
39	2-6-1-5/ الأساس الاقتصادي :
39	2-6-2/ أنظمة الدراسة بمرحلة التدرج ليسانس:
41	2-7- الألعاب الرياضية الجماعية:
41	2-7-1- تعريف الألعاب الرياضية الجماعية:
41	2-7-2- نشأة و خصائص كرة القدم:
42	2-7-2-2- قوانينها:
42	2-7-3- نشأة كرة السلة:
43	2-3-1- الخصائص المميزة لكرة السلة:
43	2-3-7-2- بعض قوانين كرة السلة:
44	2-7-4- نشأة كرة اليد:

44	1-4-7-2 الخصائص المميزة لكرة اليد:
44	2-4-7-2 - بعض قوانين كرة اليد:
45	5-7-2 - نشأة كرة الطائرة:
45	1-5-7-2 - الخصائص المميزة للكرة الطائرة:
45	3-5-7-2 - بعض قوانين الكرة الطائرة:
46	6-7-2 - مميزات وخصائص الألعاب الرياضية الجماعية:
46	7-7-2 - ثوابت و أدوات الألعاب الرياضية الجماعية:
46	1-7-7-2 - الكرة:
46	2-7-7-2 - الميدان:
47	3-7-7-2 - المرمى:
47	4-7-7-2 - القوانين:
47	5-7-2 - الزملاء:
47	6-7-7-2 - الخصم:
48	8-2 - الألعاب الرياضية الفردية:
48	1-8-2 - الفعاليات الموجودة في ألعاب القوى:
48	2-8-1/ مسابقات الجري:
48	2-8-1-1/ المسافات القصيرة:
48	2-8-1-1-1/ سباق 60 متر:
48	2-8-1-1-2/ سباق 100 متر:
48	2-8-1-1-3/ سباق 200 متر:
48	2-8-1-1-4/ سباق 400 متر:
49	2-8-1-2/ المسافات المتوسطة:
49	2-8-1-1/ سباق 800 متر:

49	2-2-1-8-2/سباق 1500 متر:
49	3-1-8-2/سباق الحواجز:
49	1-3-1-8-2/سباق 100 متر حواجز:
49	2-3-1-8-2/سباق 110 متر حواجز:
49	3-3-1-8-2/سباق 400 متر حواجز:
50	4-1-8-2/سباق التتابع:
50	1-4-1-8-2/سباق 100 تتابع:
50	2-4-1-8-2/سباق 400 تتابع:
50	2-8-2/مسابقات الوثب:
50	1-2-8-2/الوثب الطويل:
50	2-2-8-2/الوثب الثلاثي:
51	3-8-2/مسابقة الرمي:
51	1-3-8-2/دفع الجلة:
51	4-8-2/السباحة:
52	خلاصة:
الفصل الثالث: مرحلة الشباب	
54	تمهيد
55	3- مفهوم الشباب
55	3-1- الشباب من المنظور الزمني
55	3-2 - الشباب من المنظور النفسي
55	3-3 الشباب من المنظور الاجتماعي
56	3-4 أنماط الشباب
56	3-4-1/ الشباب الخامل الهادئ

56	3-4-2 / الشباب الإيجابي المتحفظ
56	3-5 / الشباب المغترب
56	3-5-1 / فئة الشباب المنحرفين
56	3-5-2 / فئة الشباب الغير منتمين
56	3-5-3 / الشباب المبادئ المتفاعل
56	3-6 / خصائص الشباب (التغيرات الجسمية السريعة)
58	3-7 / مشكلات الشباب
58	3-7-1 / المشكلات النفسية
59	3-7-2 / مشكلات إجتماعية
59	3-7-3 / المشاكل الجنسية
60	3-7-4 / المشكلات التعليمية
61	3-8 / حاجات الشباب
64	خلاصة
الباب الثاني : الجانب التطبيقي	
الفصل الأول : منهج البحث و إجراءاته الميدانية	
67	1- منهج البحث :
67	2- الدراسة الاستطلاعية:
67	3- عينة البحث وكيفية اختيارها
67	3-1 مجتمع البحث:
67	3-2 العينة قصديه (العمدية
68	3- الأدوات والتقنيات المستعملة في البحث :
69	4- طريقة تقدير درجات المقياس:
70	5- التحليل العلمي لأدوات البحث :

70	6- المعاملات الارتباط بين الأبعاد:
71	7- الأسس العلمية للمقياس:
71	7-1 الثبات
71	7-2-الصدق:
71	7-2-1صدق المحكمين:
71	7-2-2صدق الإحصائي:
72	8-الأدوات الإحصائية المستعملة في الدراسة
الفصل الثاني: : عرض وتحليل النتائج مقارنة الفرضيات	
75	1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الأول
75	1-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى :
77	1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :
78	1-3- مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى:
80	2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الثانية :
81	2-1 مناقشة وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الثانية:
83	3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الثالثة:
85	3-1 مناقشة وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الثالثة
86	استنتاج عام:
87	خاتمة
	حدود البحث و فتوحاته
	قائمة المصادر و المراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
1	يوضح الوحدات التعليمية للمستوى الأول الجذع المشترك (ل م د)	40
2	يوضح برنامج التدريس بالمعهد التربوية البدنية والرياضية للمستوى الثانية	40
3	يوضح برنامج التدريس بالمعهد التربوية البدنية والرياضية للمستوى الثالث ليسانس	41
4	يبين أبعاد المقياس سمات الشخصية و أرقام العبارات الايجابية و السلبية	68
5	يبين درجات العبارات السالبة و الموجبة لمقياس سمات الشخصية	69
6	يمثل درجة الثبات للمقياس المطبق على طلبة التربية البدنية و الرياضية	71
7	يبين قيم f لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع النشاط الممارس	75
8	يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث حسب نوع النشاط الممارس.	75
9	يبين قيم f لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع النشاط الممارس	77
10	يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و قيم T لدلالة الفروق بين طلبة التربية والحركة والتدريب الرياضي	80
11	يبين قيم f لدلالة الفروق بين عينات البحث في سمات الشخصية لطلبة التربية البدنية و الرياضية	83
12	يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث حسب نوع السمة المميزة لطلبة التربية البدنية و الرياضية	84

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان	الصفحة
01	تفسير العوامل المشتركة في العلاقة القائمة بين الميدان والمظاهر النفسية للشخصية	27
02	يوضح أعمدة بيانية قيم المتوسط الحسابي لعينة البحث حسب نوع النشاط الممارس	76
03	أعمدة بيانية لمتوسط لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع النشاط الممارس	77
04	أعمدة بيانية لمتوسط لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع التخصص	80
05	أعمدة بيانية لمتوسط لدلالة الفروق بين عينات البحث حسب نوع السمة المميزة	83