

## ملخص البحث بالعربية

دراسة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية

دراسة ميدانية لخمسة متوسطات لولاية تيسمسيلت

الطالبة الباحثين : ولد عامر عبد القادر/سي بشير نور الهدى

المشرف : قرقور محمد

تضمنت هذه الدراسة على بابين الأول الجانب النظري والباب الثاني خاص بالجانب التطبيقي كما خصصنا في البداية فصل تمهيدي ومقدمة للبحث.

إن دراسة الاتجاهات النفسية من المواضيع المهمة في ميدان التربية البدنية و التركيز على مثل هذه الدراسات له ما يفسره فمعرفة ميول و رغبات التلاميذ يسمح للمختصين بإعداد برامج و أنشطة تتلاءم و تطلعات الطفل و تجعله يقبل على المشاركة الايجابية و بالتالي يتم تحقيق الأهداف التربوية بكل سلاسة و قد ركزنا دراستنا هذه على تلاميذ المتوسط

وقد تصمن الفصل التمهيدي الإشكالية التالية :

ماهي طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من تلاميذ السنة الأولى متوسط و الرابعة متوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

ومن هذا المنطلق هدفت الدراسة إلى :

التعرف على الفروق بين تلاميذ السنة الأولى وتلاميذ السنة الرابعة متوسط من حيث الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

وقد افترضنا مايلي :

تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من تلاميذ السنة الأولى و السنة الرابعة متوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

الباب الأول :الجانب النظري وتمحور حول ثلاثة فصول وهي كالآتي :

الفصل الأول :الاتجاهات النفسية .

الفصل الثاني :التربية البدنية والرياضية.

## الفصل الثالث :المراهقة.

الباب الثاني : و خصصناه للجانب التطبيقي و كان كالآتي :

لقد شمل منهج البحث الذي كان وصفيا فضلا عن مجتمع البحث الذي كان تلاميذ المرحلة المتوسطة و اختيرت منه عينات بالطريقة العشوائية المقصودة و المتكونة من(160) تلميذا منهم ( 100) مستوى رابعة متوسط و( 60 ) لمستوى الأولى متوسط

و قد استعمل الباحث مقياس كينيون **Kenyon** لدراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لتلاميذ المتوسط وهو للباحث محمد محامحة و قد تأكدنا من صدقه و ثباته كون انه سبق وان طبق على نفس البيئة و على نفس العينة و في الأخير وبعد تطبيق الأدوات الإحصائية و بعد تحليل و مناقشة النتائج توصل الباحث تحقق وصدق الفرضيات التي وضعها و بالتالي توصل إلى النتائج التالية :

انه هناك فروق دالة إحصائية بين تلاميذ السنة الرابعة و السنة الأولى متوسط في اتجاهاتهم نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

إن لدراسة الاتجاهات النفسية دور كبير في عملية إعداد البرامج بما يتلاءم و ميول و رغبات التلاميذ قصد إضفاء أكثر حيوية على حصة التربية البدنية حتى يتحقق أكبر قدر ممكن من الأهداف التربوية لحصة التربية البدنية .

# قائمة المحتويات

- الت شكرات
- الإهداء.
- قائمة المحتوى
- قائمة الجداول
- قائمة الاشكال
- المقدمة.....أ/ب/ج

الصفحة	العنوان
<b>الجانب التمهيدي</b>	
5	1- الإشكالية
6	2- الفرضيات
7	3- أهداف البحث
7	4- أهمية البحث
8	5- أسباب اختيار البحث
9	6- تعريف مصطلحات البحث
11	7- الدراسات السابقة والمشاهدة
<b>الباب الأول : الدراسة النظرية</b>	
<b>الفصل الأول: الاتجاهات النفسية</b>	
21	تمهيد
22	1-1- مفهوم الاتجاهات
23	1-2- مكونات الاتجاهات
24	1-3- تكوين الاتجاهات
24	1-4- نمو الاتجاهات
25	1-5- مميزات الاتجاه
26	1-6- خصائص الاتجاهات
27	1-7- أنواع الاتجاهات
29	1-8- مراحل تكوين الاتجاهات

30	10-1- عوامل تكوين الاتجاهات
31	11-1- قياس الاتجاهات
32	12-1- طرق قياس الاتجاه
34	13-1- قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي
37	14-1- أهمية الاتجاهات
38	15-1- علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى
40	خلاصة

## الفصل الثاني: التربية البدنية و الرياضية

42	تمهيد
43	1-2- التربية العامة
44	2-2- مفهوم التربية البدنية والرياضية
45	3-2- أهداف التربية البدنية والرياضية وأبعادها
47	4-2- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة
47	5-2- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق
48	6-2- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية
48	7-2- برنامج التربية البدنية والرياضية
49	8-2- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية
50	9-2- ماهية وأهمية حصة التربية البدنية والرياضية
51	10-2- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية
53	11-2- الطبعة التربوية للتربية البدنية والرياضية
53	12-2- أغراض حصة التربية البدنية والرياضية
55	13-2- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية
56	14-2- بناء حصة التربية البدنية والرياضية
59	15-2- تحضير حصة التربية البدنية والرياضية
60	خلاصة

## الفصل الثالث : خصائص الفئة العمرية 12-15 سنة

62	تمهيد
63	1-3- تعريف المراهقة
64	2-3- تحديد مرحلة المراهقة
65	3-3- أنواع المراهقة
66	4-3- خصائص المراهقة (مظاهرة النمو والتغير)
72	5-3- الاحتياجات السامية للمراهق

74	6-3- تشكيل الهوية
75	7-3- مشاكل المراهقة
78	8-3- الممارسة الرياضية وعلاقتها بالمراهق
82	خلاصة
<b>الباب الثاني : الدراسة الميدانية</b>	
<b>الفصل الأول : منهج البحث وإجراءاته الميدانية</b>	
85	تمهيد
85	1-1- المنهج العلمي المتبع
86	2-1- الدراسة الاستطلاعية
88	3-1- مجالات البحث
89	4-1- مجتمع الدراسة
89	1-4-1- عينة البحث - العينة الإحصائية-
90	5-1- متغيرات الدراسة
91	6-1- عرض أدوات البحث
91	1-6-1- وصف المقياس
94	2-6-1- إجراء الاختبار
95	3-6-1- الأدوات الإحصائية
95	4-6-1- تطبيق البحث
<b>الفصل الثاني : عرض و تحليل و مناقشة النتائج</b>	
98	تمهيد
99	1- عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية
99	1-1- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى
116	2-1- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية
125	2- مقارنة النتائج بالفرضيات
126	الاستنتاج العام
127	الاقتراحات
	المصادر والمراجع
	الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
90	يمثل توزيع عينة البحث على مؤسسات التعليم المتوسط لولاية تيسمسيلت	1
93	يبين توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس	2
93	يبين درجات العبارات الموجبة و السالبة	3
94	يبين شدة الاستجابة لأبعاد المقياس	4
96	يبين عدد تلاميذ كل من المستويين الاولي متوسط و الرابعة متوسط و النسب المتوية لكل منهما	5
99	يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الذكور السنة الرابعة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	6
102	يبين مقارنة نتائج التلاميذ الذكور لكل من مستوى السنة الرابعة و الأولى متوسط بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون	7
107	يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلميذات الإناث السنة الرابعة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	8
110	يمثل الفروق في الاتجاهات النفسية بين إناث السنة الأولى و الرابعة متوسط	9
116	يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة بين الذكور و الإناث نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	10
119	يبين مقارنة نتائج تلاميذ و تلميذات السنة رابعة متوسط تجاه أبعاد مقياس الاتجاهات النفسية	11

## قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
100	يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الذكور السنة الرابعة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	1
102	يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الإناث السنة الرابعة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	2
103	بين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلاميذ الإناث مستوى السنة الرابعة و الأولى متوسط بالنسبة لكل أبعاد لاختبار قياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني	3
108	يمثل درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة بين الذكور و الإناث نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	4
111	يبين قيمتي المتوسط الحسابي لكل من الذكور و الإناث للسنة الرابعة متوسط بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون	5
120	يبين قيمتي المتوسط الحسابي لكل من الذكور و الإناث للسنة الرابعة متوسط لكل ابعاد مقياس كينيون	6

1- الإشكالية :

تهدف التربية البدنية والرياضية من خلال أنشطتها البدنية المتعددة إلى إعداد الفرد إعدادا متكاملًا وتزوده بخبرات واسعة فهي تعتبر عامل حاسم في تكوين الفرد لكي يساعد نفسه ويخدم مجتمعه بكفاءة واقتدار، لهذا اهتمت أوجه النشاط البدني الرياضي التعليمي " التربية البدنية والرياضية " بإعداده صحيا و بدنيا و نفسيا و اجتماعيا ، و هذا من خلال تطوير و رفع مستوى اللياقة البدنية و تحسين القدرات الفكرية والنفسية والوجدانية وتحصيل المعارف إضافة إلى كونها تعمل على خفض التوترات الناجمة عن ضغوطات الحياة و قد أضحى الاهتمام بالجوانب النفسية الوجدانية و الاتجاهات الحيار الأمثل و المناسب لفهم حقيقة هذا الكائن الإنساني و تحديد اتجاهاته و ميولاته.

كما باستطاعتنا النظر للاتجاهات على أنها التمثيل النفسي في داخل الفرد لأثار المجتمع و الثقافة لان الفرد يكتسب من مجتمعه و ثقافته الاتجاهات المناسبة نحو بعض الأنشطة و بعض الأفراد الآخرين كذلك نحو النشاط البدني (1)

كما ان الميول والرغبات و الاتجاهات النفسية يمكن ان تختلف باختلاف المستويات التعليمية إضافة لاختلاف الجنس ولأهمية هذه العوامل جاء بحثنا هذا كمحاولة لتسليط الضوء على الاتجاهات النفسية للتلاميذ نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية و من هذا المنطلق تم طرح الإشكالية التالية :

ماهي طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من تلاميذ السنة الأولى متوسط و الرابعة متوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية وعلاقتها بممارسة الأنشطة الرياضية ؟

1- محمد حسن علاوي-علم النفس الرياضي-دار المعارف -ط8-مصر-1992-ص-220.

التساؤلات الفرعية:

1- هل هناك فرق في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية وعلاقتها بالممارسة بين تلاميذ

السنة الأولى متوسط و تلاميذ السنة الرابعة متوسط؟

2- هل هناك فرق بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية وعلاقتها

بالممارسة لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط؟

2- الفرضيات:

2-1- الفرضية العامة :

تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من تلاميذ السنة الأولى و السنة الرابعة متوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية من حيث الممارسة .

2-2- الفرضيات الفرعية :

✓ هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية من حيث

الممارسة بين تلاميذ السنة الأولى و تلاميذ السنة الرابعة متوسط

✓ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية

البدنية و الرياضية من حيث الممارسة لدى تلاميذ السنة الرابعة.

3- أهداف البحث:

لقد جاء بحثنا لتحقيق الأهداف التالية:

### 3-1- الهدف العام :

- التعرف على طبيعة الاتجاهات لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

### 3-2- الأهداف الفرعية :

- التعرف على الفروق بين تلاميذ السنة الأولى وتلاميذ السنة الرابعة متوسط من حيث الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .
- التعرف على الفروق بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

### 4- أهمية البحث:

تتجلى لنا أهمية البحث في ما يلي :

#### 4-1- الأهمية العملية:

ان مرحلة التعليم المتوسط تتميز بأنها مرحلة انتقالية و أساسية في حياة التلاميذ و المتمثلة في المراهقة و التي تحدد فيها مساره و اتجاهاته و أهدافه القادمة و التي تتوقف على أساسها حياته المستقبلية و رغبتنا منا في تسليط الضوء على دراسة ميول و رغبات التلاميذ نحو التربية البدنية و من ثمة التمكن من تحديد و وضع برامج مناسبة و أنشطة رياضية هادفة يتفاعل معها التلاميذ ببساطة لأنهم شاركوا في إعدادها و لو بشكل غير مباشر.

#### 4-2- الأهمية العلمية:

ان الممارسة الرياضية بالقطاع التعليمي بأوضاعها و ظروفها الراهنة تواجه مشكلات و صعوبات تحول بينها و بين تحقيق أهدافها المرجوة منها ، و ربما يكون الجزء الأكبر من هذه الصعوبات و المشكلات يرجع إلى عدم إدراك أهمية النشاط البدني لدى البعض من المسؤولين على كافة المستويات و كذا عند بعض التلاميذ و قد يرجع

اهتمام التلاميذ بالتحصيل الدراسي دون الاهتمام بممارسة أنشطة التربية الرياضية بصورة منتظمة إلى عدم وضوح مفهوم و أهمية التربية البدنية و الرياضية لديهم فبقدر وضوح و إدراك التلاميذ لمفهومها بقدر ما يكون الإقبال أو الإحجام عن ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية من جانبهم.

#### 5- أسباب اختيار البحث :

من دوافع اختيارنا لموضوع البحث هو التعرف على الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التربوية التعليمية بمرحلة التعليم المتوسط.

فقد لاحظنا من خلال عملنا مع التلاميذ في الطور المتوسط نقص في الإرشاد و التوجيه الجيد لدى التلاميذ نحو معرفة الأهداف الحقيقية للتربية البدنية كما لاحظنا غيابهم ا وان صح القول تغييبهم و عدم استشارتهم حول الأنشطة التي تقدم لهم و هذا ما خلق نوع من الفتور لدى التلاميذ رغم تعلقهم الكبير بمادة التربية البدنية لان تطبيق أنشطة تتناسب مع ميول و اتجاهات التلاميذ تجعلهم يقبلون عليها و يحققون من خلالها أهداف التربية .

#### 6- تحديد المفاهيم و المصطلحات:

#### 6-1- تعريف الاتجاهات النفسية :

#### 6-1-1- التعريف اللغوي :

هو شيء موجه :إذا جعل على جهة واحدة لا يختلف الجهة و الوجه الموضع الذي نتوجه إليه و نقصده والاتجاه مشق من فعل أتجه , واتجه إليه أي أقبل له رأي وتوجه إليه أقبل وقصد الجهة القصد والنية ما يتوجه إليه الأستاذ من عمل وغيره.

6-1-2- التعريف الاصطلاحي:

هو تهيؤ متعلم دائم للسلوك بطريقة ثابتة نحو مجموعة من الأشياء وهو حالة عقلية أو عصبية ثابتة توضح الاستجابة نحو شيء معين أو مجموعة من الأشياء ليست كما هي و لكن كما ينظر إليها و إن حالة الاستعداد لها نتیجته الموجهة للشعور و العمل المرتبط بالشيء .

والإتجاه كما عرفه "أحمد زكي صالح" بأنه : مجموعة استجابات القبول أو الرفض التي تتعلق بموضوع جدي معين

1

كما يعرفه " أحمد عزت راجح " بأنه : استعداد وجداني مكتسب ثابت يحدد شعور الفرد و سلوكه إزاء موضوعات معينة من حيث تفضيلها أو عدم تفضيلها .<sup>2</sup>

ويقول " محمد حسن علاوي " بأنه "يمكن النظر إلى الاتجاهات على أنها نوع من أنواع الدوافع المكتسبة أو على أنها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك".<sup>3</sup>

6-1-3- التعريف الإجرائي :

هي تلك الاستعدادات أو الاستجابات المختلفة نحو مواضيع التربية البدنية و الرياضية.

6-2- تعريف التربية البدنية والرياضة :

6-2-1- التربية لغويا :

بأنها مصدر الفعل يربي ، فتقول مثلا :ربي الطفل أي إنشاء وجعله يربو ، أو غداه أو تقفه ، أو هذبه أو أدبه ونقول ربي الشيء أي نماه أو زاده.

<sup>1</sup> - أحمد زكي صالح - علم النفس التربوي - مكتبة النهضة المصرية - الجزء الثاني - ط - 10 - مصر - ص 812 - 1971

<sup>2</sup> - أحمد عزت راجح - أصول علم النفس - المكتب المصري الحديث للطباعة و النشر - ط - 05 - الإسكندرية - مصر - 1976 - ص 119 -

<sup>3</sup> - محمد حسن علاوي - علم النفس الرياضي - دار المعارف - ط - 03 - القاهرة - 1986 - ص 119 -

### 6-2-2- التعريف الاصطلاحي:

تعرف بانها العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الاداء الإنساني عن وسيط وهو الانشطة البدنية المختارة لتحقيق الأهداف.

ويقصد بها ذلك الجزء من العملية التربوية التي يساهم في تنمية التربية البدنية الانفعالية الاجتماعية العقلية لكل فرد من خلال وسط الانشطة البدنية.<sup>1</sup>

### 6-2-3- التعريف الإجرائي :

عملية النمو البدني والقوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية والصحية وبعض الأساليب الأخرى مع اكتساب الصفات البدنية والمعرفية والمهارات التي تحقق متطلبات المجتمع وحاجات الإنسان التربوية.

### 6-4- تعريف المراهقة :

#### 6-4-1- التعريف اللغوي :

يرجع الأصل اللغوي لكلمة "مراهقة" إلى كلمة "رهق" ومنها راهق الغلام أي قارب البلوغ، وترجع كلمة المراهقة إلى الفعل " راهق" الذي يعني الاقتراب من الشيء، فراهق الغلام فهو مراهق أي بالغ الاحتلام، ورهقت الشيء رهقا أي قربت منه، والمعنى هنا يشير إلى الاقتراب من النضج والرشد.<sup>(2)</sup>

### 6-4-2- التعريف الاصطلاحي :

هي مرحلة عمرية تأتي بين الطفولة و الشباب، و فيها يعرف الفرد تغيرات جسمية ونفسية سريعة ويكتمل فيها النمو وتبدأ عادة من السنة 12 إلى 18 سنة.

<sup>1</sup> - أمين أنور الخوري .أسامة كامل راتب .جمال الشافعي .إبراهيم خليفة .دائرة المعارف الرياضية وعلوم التربية البدنية .دار الفكر العربية القاهرة 1948ص574

<sup>2</sup> - محمد عبد الرحمان محمد العيسوي، المراهق والمراهقة، دار النهضة العربية، ط1، بيروت، لبنان، 2005، ص 15.

7- الدراسات السابقة والمشاهدة :

نظرا لأهمية البحث فقد اهتم الكثير من الباحثين بهذا الموضوع أي الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية و بمقاييس عديدة أخذت من بعض العلماء الأجانب و مقاييس أخرى قام أصحابها ببنائها. ولقد راعى الباحث إلقاء الضرع على البعض من هذه الدراسات سواء العربية منها أو الأجنبية التي استخدمت مقياس (جيرالد كينيون) Gerald Kenyon لقياس الاتجاهات النفسية نحو التربية البدنية.

دراسة تتعلق بالاتجاهات النفسية:

■ دراسة الأولى : حاشي بلخير مذكرة ماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية،

2008/2007<sup>1</sup>

العنوان : " اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو القوة الاجتماعية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية"

العينة : شملت العينة على 180 تلميذ في المرحلة الثانوية من كلا الجنسين.

أداة جمع البيانات : وقام الباحث بتصميم استمارة استبيان لتطبيق البحث.

المنهج المتبع : المنهج الوصفي.

الأدوات المستعملة: المتوسط الحسابي- . الانحراف المعياري- .معامل الثبات) ألفا كرومباخ

أهمية الدراسة وأهدافها:

- يعمل هذا البحث على توضيح العلاقة بين التربية البدنية والرياضية وعلم النفس الاجتماعي الذي يقومك على

القياس النفس الاجتماعي.

- تنمية صفة القوة الاجتماعية لدى تلاميذ الثانوية داخل حصة التربية البدنية والرياضية.

<sup>1</sup> - بلخير حاشي، اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو القوة الاجتماعية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية مذكرة ماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية سيدي عبد الله، زرادة، الجزائر، الوسم الجامعي 2008/ 2007

- معرفة أهمية القوة الاجتماعية للتلميذ المراهق داخل حصة التربية البدنية والرياضية وذلك لتنفيذ رغباته أمام مقاومة الآخرين، والإشارة إلى أهمية استغلال التلميذ لطاقاته وقدراته.

وتهدف الدراسة إلى :

- إبراز الاتجاهات التي يعتمد عليها تلاميذ المرحلة الثانوية نحو القوة الاجتماعية من خلال ممارسة الأنشطة البدنية داخل حصة التربية البدنية والرياضية.

- توضيح مفهوم القوة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة أثناء ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية.

أهم النتائج المتحصل عليها:

- تحقيق نتائج فرضيات البحث بكاملها والتي تدعو بأن توجه التلاميذ المرحلة الثانوية نحو القوة الاجتماعية

لتحقيق ذاتهم ممن خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي وكذلك تحقيق المكانة الاجتماعية والاحترام في وسطه المدرسي والاجتماعي.

- بينت الدراسة أوجه النشاط البدني الرياضي تعتبر مصدرا لامتلاك القوة الاجتماعية لدى التلاميذ المرحلة الثانوية فمفهوم القوة الاجتماعية من طرف التلاميذ يدفعهم إلى تحقيق ذاتهم

■ دراسة الثانية : محمود إسماعيل طلبة إبراهيم:

عنوانها: بدراسة مقارنة في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية بمدينة مينا بمصر

عينة البحث : شملت العينة 400 تلميذ وتلميذة ممثلة للصفوف الثلاثة.

أهم أهداف هذه الدراسة : التعرف على الفروق في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية بمدينة مينا بمصر.

أهم النتائج :

توصل الباحث إلى:

1- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية في الاتجاهات نحو النشاط

الرياضي لصالح التلاميذ في درجات المقياس الكلية.

2- لم تتأثر اتجاهات التلميذات بتقاليد وعادات مجتمع مدينة مينا، حيث ظهرت اتجاهات كل من التلاميذ

والتلميذات نحو النشاط الرياضي إيجابية وأن اتجاهات التلاميذ أكثر إيجابية من التلميذات.

### ■ الدراسة الثالثة : لمبارك لمعيرة مذكرة الماجستير 2002/2001:

عنوانها: اتجاهات قسم طلبة التربية البدنية والرياضية نحو مهنة التدريس<sup>1</sup>

عينة البحث : اعتمد الباحث على طريق الاختيار المقصود للعينة وخاصة بالنسبة لعامل الجنس، وقد تم

اختيار 100 طالب من قسم التربية البدنية بدالي إبراهيم، موزعين على 50 طالب من السنة الأولى و 50 طالب

من السنة الرابعة، وقد تم الاختيار بطريقة عشوائية بعد إجراء القرعة بين 04 أفواج تربوية من طلبة السنة الأولى.

-المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

-الأدوات المستعملة:-المتوسط الحسابي-. الانحراف المعياري-. مقياس الاتجاهات-. معامل الارتباط-

اختبار (t.student)

أداة جمع البيانات : واستخدمت الباحثة مقياسين هما : مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني

أهمية الدراسة:

- التعرف على مستقبل التربية البدنية والرياضية كمهنة مستقبلية لدى الطلبة.

- التعرف على اتجاهات قسم طلبة التربية البدنية والرياضية لمستوى السنة الأولى والسنة الرابعة نحو مهنة التدريس

<sup>1</sup> - لمبارك لمعيرة، اتجاهات طلبة قسم التربية البدنية والرياضية نحو مهنة التدريس، مذكرة ماجستير في تخصص علم النشاط البدني الرياضي التربوي، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، الموسم الجامعي 2002/2001

-تحديد نوعية الاتجاهات سلبية أو إيجابية لطلبة التربية البدنية والرياضية لمستوى السنة الأولى والسنة الرابعة نحو مهنة التدريس.

### أهم النتائج المتحصل عليها:

- إدخال بعض الاختبارات ضمن اختبارات القبول للمتقدمين لقسم طلبة التربية البدنية والرياضية مثل اختبارات الاتجاهات المهنية والثقافية والرياضية.

- ضرورة الاهتمام بمدرس التربية البدنية والرياضية من حيث توفير مجالات تعليمية في التربية البدنية والرياضية وإشراكه في الندوات لصقل وتجديد معلوماته ومعرفة الجديد في مجال تخصصه.

### ▪ الدراسة الرابعة : محمد رياض فحصي مذكرة ماستر 2010/2009

عنوانها : " الاتجاهات نحو مادة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالقيم الاجتماعية لدى تلاميذ الثانويات الجزائرية.

أدوات البحث : المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - الاستبيان المفتوح.

المنهج المتبع : المنهج الوصفي.

مجتمع العينة : أجري العمل الميداني المتمثل في التحري عن نواحي الاتجاهات نحو مادة التربية البدنية و الرياضية والقيم الاجتماعية لدى التلاميذ الثانويين، في أربع مؤسسات للتعليم الثانوي العام الجزائري، تابعة لولاية " تيبازة."

خصائص عينة البحث:

بعد الانتهاء من فرز 300 نسخة، تبين أن هناك 160 وحدة منها تخص مجموعة التلاميذ الممارسين لمادة التربية البدنية والرياضية وأن 140 وحدة منها تخص مجموعة التلاميذ المعفيين.

أهم أهداف الدراسة :

-إنجاز خطوة أولية على درب التعرف على كل من القيم الاجتماعية لدى التلاميذ الثانويين، قصد الكشف عن علاقة القيم الاجتماعية و الاتجاهات نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية وهدف ذلك إثراء دقة العلمية التحسيسية المتعلقة بالحث على ممارسة التربية البدنية والرياضية وإعادة النظر في الجوانب التطبيقية في واقع الممارسة البدنية.

نتائج الدراسة :

بالنسبة للفرضية الأولى لم يظهر اختلافا له دلالة إحصائية بين المجموعتين من التلاميذ الثانويين في الأغلبية الساحقة من القيم الاجتماعية ماعدا في القيمة الدينية، أين كان الفرق دالا بينهما.

-أما بالنسبة للفرضية الثانية، فقد لمسنا بخلاف سابقتها تأكيدا قويا لها، حيث أن نتائج التحليل الإحصائي بالنسبة لها أظهرت وجود فروق لها دلالة إحصائية بين المجموعتين من التلاميذ في الناحية النظرية من الاتجاه نحو مادة التربية البدنية والرياضية و القيم الاجتماعية لدى التلاميذ الممارسين لهذه المادة، ومجموعة نظرائهم المعفيين من ممارستها .

▪ الدراسة الخامسة : جبريط عبد القادر /كراي عبد القادر مذكرة الماستر 2015/2014

عنوانها : اتجاهات طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.

دراسة ميدانية بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة قاصدي مباح - ورقلة-

الهدف من البحث :التعرف على الاتجاهات نحو التربية الرياضية من خلال تلاميذ الثانوي.

منهج البحث :اختار المنهج الوصفي .

عينة البحث : 541 طالب و طالبة. قمنا باختيار السنتين الأولى والثانية نظرا لكون طلبة هذا المستوى يمارسون

الأنشطة البدنية والرياضية من خلال الحصص التطبيقية المقررة بالمعهد، حيث عدد طلبة السنة الأولى بلغ

113/117 ذكور و 4 اناث وعدد الطلبة السنة الثانية بلغ 106/111 ذكور و 5 اناث

أداة البحث : مقياس كينون لقياس الاتجاهات .

### أساليب التحليل الإحصائي:

المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري- (R-Pearson) معامل الارتباط - (T test): إختبار "ت حزمة الحساب

الإحصائي spss

### أهداف الدراسة :

- الإحاطة الشاملة بأهم الظروف والعوامل التي تدفع الطالب نحو ممارسة الأنشطة البدني والرياضية في معهد علوم

وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

### أهم النتائج :

الإلمام بأبرز العوامل التي تدفع بالطالب نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي في معهد علوم وتقنيات

النشاطات البدنية والرياضية، ومعرفة الأبعاد الحس-حركية والنفسية والمعرفية والانفعالية المحفزة للطالب على ممارسة

الأنشطة البدنية والرياضية ، وأهم النواحي الإيجابية التي تمتن العلاقة بين الطلاب باختلاف الجنس والمستوى

التعليمي، وقد استخدم الطالبان المنهج الوصفي المناسب للتحليل، لتحقيق فرضيات البحث والتي تقول: بأنه لا

توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، وأنه ليس هناك

اختلاف بين طلبة المعهد في الاتجاه، وفقا للمستوى الدراسي

▪ الدراسة السادسة : كحلي كمال 2008 رسالة ماجستير :

عنوان الدراسة :الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.

أهداف البحث : التعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضة.

الفرضيات :الفرضية العامة هي- تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي بمرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية.

المنهج: اتبع المنهج الوصفي

العينة: بلغ عدد أفراد العينة 150 تلميذ من الطور المتوسط.

الأداة: مقياس كينيون للاتجاهات النفسية نحو الأنشطة البدنية .

أهم النتائج: وصل إلى نتيجة أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و غير الممارسين للنشاط البدني نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لصالح الممارسين كما وجد أن هناك فوق بين الذكور و الإناث لصالح الذكور.

▪ دراسة لووريتا هرجت 1969 م :

عنوانها : " إظهار فروق جوهرية بين اتجاهات الطلبة والطالبات بجامعة يوتا "

نتائج الدراسة: أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة وطالبات جامعة " يوتا " في الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي لخفض التوتر، والصحة واللياقة وكخبرة اجتماعية ووجود فروق غير دالة إحصائية في بعدي الخبرة الجمالية والتوتر.

▪ دراسة كورين و تولسون 2001 :

عنوانها: دراسة الاتجاهات نحو النشاط البدني لدى طالبات جامعة تكساس الأمريكية .

هدف الدراسة: التعرف على الاتجاهات نحو النشاط البدني لدى طالبات جامعة تكساس الأمريكية.

نتائج الدراسة: جاءت الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة جمالية لطالبات تكساس في المرتبة الأولى، بينما

جاءت الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة في المرتبة الأخيرة، وجاءت هذه الدراسة لتتناول ترتيب

أبعاد المقياس نحو النشاط البدني لطلبة تكسا.

▪ دراسة مونيكاجيل "Monika .Jill" :- 1979<sup>1</sup>

عنوان الدراسة: دراسة اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة "الينوى". نحو النشاط البدني.

عينة الدراسة: العينة مكونة من 267 طالب وطالبة من كلية التربية الرياضية بجامعة "الينوى".

الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة للتعرف على الاتجاهات نحو النشاط البدني لدى طالبات كلية التربية

الرياضية بجامعة "الينوى"

أهم نتائج الدراسة: أفادت النتائج أن أفراد العينة الكلية لديهم اتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني كخبرة جمالية

بشكل عام وأن اتجاهات الطلاب نحو النشاط البدني كخبرة للصحة واللياقة وكخبرة جمالية وكخبرة لخفض التوتر

جاءت في مقدمة اتجاهاتهم، بينما كانت اتجاهات الطالبات نحو النشاط البدني كخبرة اجتماعية وكخبرة جمالية

لخفض التوتر من أكثر اتجاهاتهم إيجابية.

▪ دراسة ما كلوك4- 1984

قام بدراسة على تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية لمدينة بالفاست بإرلندا، وتوصل في الأخير إلى أن الاتجاهات

لدى التلاميذ والتلميذات كانت ج [?] إيجابية في أبعاد النشاط الرياضي للصحة واللياقة وكخبرة اجتماعية

وكخبرة لتخفيض التوتر.

1- المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية-بحوث مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية-مجلة العدد الثالث-جامعة حلوان-مصر1996 -ص-60-

8- التعليق على الدراسات السابقة :

أشارت نتائج هذه الدراسات التي انصبت جلها على دراسة الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط الرياضي إلى ما يلي:

- 1- إن اغلب نتائج هذه الدراسات كانت ايجابية بالنسبة لفروض الدراسة و أهدافها.
- 2- اختلفت أدوات البحث من دراسة إلى أخرى من بين استخدام مقاييس تم استخدامها من قبل و تطبيقها و بين تصميم لمقاييس جديدة عن طريق الخبراء و المحكمين و إيجاد الصدق و الثبات بها باستخدام الوسائل العلمية المختلفة.
- 3- اختلفت الدراسات السابقة من حيث نوعية الجنس عينة البحث فقد اشتملت العينة على الجنسين الذكور و الإناث
- 4- اختلفت أيضاً الدراسات السابقة في عينة البحث من حيث المراحل الدراسية فقد اشتملت على المرحلة الإعدادية و المرحلة الثانوية و مرحلة التعليم الجامعي.
- 5- اختلفت أيضاً الدراسات السابقة من حيث موضوع الدراسة فمنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم و مهنة ومنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم فقط و منهم من اكتفى بتناول جزء التمرينات في درس التربية الرياضية.
- 6- أكدت إحدى هذه الدراسات على اهتمام و سائل الإعلام بالتوعية الرياضية لما في ذلك من أثر ايجابي على إدراك مفهوم التربية الرياضية و خاصة لدى أولياء أمور التلاميذ

**وخلاصة القول:** يرى الباحث أن هناك اختلافات بين البحث الحالي و الدراسات السابقة من حيث الآتي:

- 1- تناول البحث الحالي اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بصفة عامة كما تطرق الى متغير المستوى الدراسي بين تلاميذ السنة الأولى والسنة الرابعة متوسط أي مرحلة الدخول و مرحلة الخروج من الطور المتوسط.

2- اهتم الباحث بتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط لأنها تتميز بأنها مرحلة انتقالية.

## مقدمة:

إذا كان تقدم الأمم يقاس بقوة اقتصادها وقوة أساطيلها العسكرية فان معيارا جديدا أضحى يقاس به مدى تطور المجتمعات هو التفوق الرياضي وإذا كانت قاعدة التفوق الرياضي هي التربية البدنية والرياضية فهذا ما فسح المجال واسعا أمام العديد من العلماء والمتخصصين للاشتغال ببحوثهم ودراساتهم للرفي والوصول إلى أقصى استفادة للبشرية من هذا المجال المهم.

وتعتبر ممارسة التربية البدنية والرياضية من أهم العوامل المساعدة للحفاظ والنهوض بالصحة العامة، فهي تعتبر في عصرنا الحالي مقياسا لتقدم الأمم، وما اهتمام الدول الكبرى بهذا الميدان اكبر دليل على مدى أهميته فالممارسة الرياضية هي أساس المحافظة على عطاء وقدرات الشباب ومن ثمة الاستفادة قدرا لمستطاع من طاقاتهم الخلاقة لأجل بناء مجتمعاتهم .

كما تسعى التربية البدنية إلى تنمية قدرات الفرد الجسمية والعقلية وصفاته الوجدانية والاجتماعية حتى يستطيع كوحدة متكاملة إن يؤثر ويتأثر بالمجتمع الذي يعيش فيه .

فالمداومة على التمارين الرياضية تكسب جسم صاحبها الصحة فيضحى قادرا على العمل بالإضافة إلى ما تتطلبه من مختلف المواقف تجعل العقل أكثر استعدادا للتفكير والاستيعاب، كما تكسبه قيما تجعله أكثر قبولا في المجتمع ، فالتربية الرياضية وإن كانت وسيلتها الحركة إلا أن غايتها هي التربية فمن خلال تعدد الأنشطة والبرامج المعدة بدقة بما يتناسب وأغراض و أهداف التربية .

كما أن مفهوم التربية الرياضية يعني " مجموعة من العناصر التربوية التي تجمعها خصائص مشتركة وتساهم في تحقيق أهداف عامة وبالتالي فهي من وسائل التربية العامة التي تقدم من خلال أنواع مختلفة من الأنشطة الرياضية بهدف تكوين المواطن الصالح بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا وإكسابه الاتجاهات السلوكية القويمية و تعمل النشاطات الرياضية على اكتساب المهارات الحركية وإتقانها والعناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل وقوام سليم و حياة أطول أكثر نشاطا بالإضافة الى تحصيل المعارف وتنمية الاتجاهات الايجابية

نحو النشاط الرياضي التي تعد بالنسبة للفرد جانبا هاما من جوانب الشخصية لأنه عن طريق معرفة هذه الأخيرة يمكن تنبأ بالسلوك الذي يسلكه تجاه قضية معينة أو خلال المواقف المتباينة هذا إضافة إلى كونها تساعد على التكيف مع المجتمع المحيط به وتوفر له القدرة على اتخاذ القرارات المختلفة بتفكير سليم.

كما تخفف من حدة التوتر النفسي الذي قد يعانيه في سبيل تحقيق أهدافه ، لذا فان تنمية الاتجاه يعد ضرورة ومخرجا تربويا واجتماعيا ، ومن هنا برزت الأهمية و الحاجة إلى دراسة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ في المؤسسات التربوية التعليمية ، وعلى ضوء ما تقدم تتخذ مشكلة البحث هنا في محاولة للإجابة على التساؤل التالي:

- ماهي طبيعة الاتجاهات النفسية اتجاه مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ التعليم المتوسط و لغرض تحقيق هذه الدراسة اختار الباحث عينة من تلاميذ التعليم المتوسط ولاية تيسمسيلت في بعض مؤسسات التعليم المتوسط و الذين تراوحت أعمارهم بين (12-15) و البالغ عددهم ( 160 ) تلميذا مستخدما المنهج الوصفي المسحي لكشف جوانب الدراسة و التي احتوت على بابين و سبعة فصول :

المدخل العام : ويتضمن : مقدمة ، إشكالية البحث ، الهدف من البحث، فرضيات البحث ،أهمية البحث، أسباب اختيار الموضوع، التعاريف الإجرائية لمصطلحات البحث.

الباب الأول :و يتضمن الخلفية المعرفية النظرية و الدراسات السابقة و المشابهة

الفصل الأول :الاتجاهات النفسية

الفصل الثاني: التربية البدنية والرياضية

الفصل الثالث: مرحلة المراهقة و خصائصها المختلفة (12-15 سنة)

الدراسات السابقة و المشابهة

الباب الثاني :و يتضمن منهجية البحث و الإجراءات الميدانية و جاءت فصوله على النحو التالي :

الفصل الأول : منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

الفصل الثاني: عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها

حدود البحث ، الاستنتاجات، مقارنة النتائج بالفرضيات، الخلاصة العامة، و التوصيات،  
واختتم البحث بقائمة المراجع و المصادر لمختلف اللغات التي استعملت في هذا البحث و  
احتوى في نهايته على مجموعة من الملاحق و المتضمنة لبعض الجداول.

### تمهيد :

تعتبر دراسة الاتجاهات من أهم الموضوعات في مجال علم النفس المعاصر، باعتبار أن الاتجاهات من أهم محركات السلوك، فعن طريق اتجاه الفرد نحو ظاهرة ما أو حدث معين يمكن أن تتنبأ بسلوكه فيما بعد تجاه الظاهرة أو هذا الحدث ويشير في هذا الصدد كوربين<sup>1</sup> أن لدراسة الاتجاهات أهمية كبيرة لفهم الفرد وتوجيهه نحو العمل أو النشاط الذي يتفق مع ميوله والتكوين الخاص بشخصيته، كما أنها تعتبر عملية معقدة مرتبطة بسلوك الفرد وتعكس شعور الفرد نحو بعض المواقف<sup>1</sup>.

وتعتبر اتجاهات التلميذ النفسية من بين المواضيع التي تحرك شغف الكثير من الباحثين و علماء

النفس والتربية لمعرفة اتجاهاتهم - أي التلاميذ - نحو أساتذتهم و المادة الدراسية ونحو المدرسة.

---

<sup>1</sup>- Corbin- CB.Aunude Toward- **PHYSICAL ACTIVITY OF CHAMPION WOMEN BASKET BALL PLAYERS** - Research DOCUMENT -1975-P83

### 1- مفهوم الاتجاهات:

لقد سرد الباحثون تعاريف متعددة ومختلفة لمعنى الاتجاهات، ولكن يتفقون بإجماع تقريباً على أن الاتجاهات هي ردود أفعال أي استجابات نحو موضوع ما مدرك يشعر به الفرد وهو موجود في البيئة الاجتماعية، وتشكل الاتجاهات جزءاً هاماً من شخصية الفرد، كونها مستمدة من الخبرات المكتسبة والمتراكمة في مراحل عدة من حياة الفرد.

والإتجاه حالة عقلية نفسية لها خصائص ومقومات تميزها عن الحالات العقلية والنفسية الأخرى، التي يستخدمها الفرد في حياته وتفاعله مع الآخرين من أعضاء الجماعة، وهذه الحالة هي "مع" أو "ضد" بمعنى حالة حب أو كراهية، وبمعنى آخر هي حالة يصدر فيها القرار المسبق مستخدماً الإطار المسبق الذي هو الإتجاه النفسي.

أما "نيوكمب" New Cumb "يرى أن الإتجاه النفسي هو تنظيم خاص للعمليات السيكلولوجية الذي يمكن الاستدلال عليه من سلوك الفرد، وذلك بالنسبة للمدركات التي يميزها الفرد عن غيرها، وهذا التنظيم الخاص للعمليات السيكلولوجية، إنما هو مستمد من آثار خبراته، ويحاول أن يستخدمها أيضاً في الحكم على الحوادث المستقبلية<sup>1</sup>."

ومن خلال ما سبق يمكن أن نتفق على التعريف التالي:

الاتجاهات هي مجموعة الاستعدادات المرتبطة بشخصية كل فرد أو جماعة أو فريق والتي تظهر على شكل آراء، وجهات نظر، مواقف و سلوكيات تعبر عن ميولات الشخص ونزعتة إزاء موضوع ما أو قضية من القضايا التي تهمه.

<sup>1</sup> - سعد عبد الرحمان - مرجع سبق ذكره - ص 518

## 2- مكونات الاتجاهات:

تحتوي الاتجاهات على ثلاث عناصر مكونة لها، وهو المكون العاطف "Affective"، والمكون النزوعي "Cognitive"، والمكون المعرفي وهذه العناصر "Cognitive"، متناسقة في عملها الديناميكي العلائقي لموضوع الاتجاهات.

### 2-1- العنصر المعرفي:

هذا المكون يشمل قاعدة المعلومات الموجودة والمتوفرة لدى الشخص، أو الأفراد عن موضوع الاتجاهات والتي تراكمت عند الفرد أثناء احتكاكه بعناصر البيئة، ويمكن تقسيمها إلى:

- ❖ المدركات والمفاهيم Concepts: أي ما يدركه الفرد حسياً أو معنوياً .
- ❖ المعتقدات Believes: هي مجموعة المفاهيم المتبلورة الثابتة في المحتوى النفسي والعقلي للفرد.
- ❖ التوقعات Expectation: وهي ما يمكن أن يتنبأ به الفرد بالنسبة للآخرين أو ما يتوقع حدوثه منهم<sup>1</sup>.

ويشير كل من كاتز وستولند Katz et Southland: على البعد المعرفي بأنه الاعتقاد و الإيمان

بالأفكار والآراء الموجهة نحو موضوع ما، وفق للأهمية التي يعطيها الفرد أو دون ذلك<sup>2</sup>.

### 2-3- العنصر النزوعي:

يشير هذا المكون إلى نزعة الفرد للسلوك وفق أنواع محددة في أوضاع معينة، إن الاتجاهات تعمل كموجهات للسلوك حيث تدفع الفرد إلى العمل وفق الاتجاه الذي يتبناه، فالطالب الذي يملك اتجاهًا تقبلية نحو العمل المدرسي يساهم في النشاطات المدرسية المختلفة ويتأثر على أدائها بشكل جدي وفعال<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> - سعد عبد الرحمن - السلوك الإنساني - مكتبة الفلاح - الكويت - الطبعة الثانية - 1983 - ص 596 .

<sup>2</sup> - سعد جلال - القياس النفسي و الاختبارات النفسية - دار المعارف - مصر - 1992 - ص 168 .

<sup>3</sup> - عبد المجيد نشواتي - علم النفس التربوي - دار الفرقان - مؤسسة الرسالة - الأردن - ط 6 - 1993 ص 472

### 3- تكوين الاتجاهات :

يتكون الاتجاه النفسي عند الفرد وينمو ويتطور من خلال تفاعل هذا الفرد مع بيئته بعناصرها ومقوماتها وأصولها، وبهذا يصبح الاتجاه بحد ذاته دليل على نشاط الفرد وتفاعله مع البيئة، و عندما يكون الاتجاه ناشئاً بهذه الطريقة يمر أثناء تكوينه في ثلاث مراحل أساسية وهي:

#### 3-1- المرحلة الإدراكية المعرفية:

وهي المرحلة التي يدرك فيها الفرد مثيرات البيئة ويتعرف إليها، ويكون لديه رصيد من الخبرة والمعلومات ويكون بمنزلة إطار مرجعي أو معرفي لهذه المثيرات.

#### 3-2- المرحلة التقييمية:

هي المرحلة التي يقيم فيها الفرد نتائج تفاعله مع المثيرات، ويكون التقسيم مستنداً إلى ذلك الإطار المعرفي الذي كونه لهذه المثيرات، بالإضافة إلى عدة إطارات أخرى، منها ما هو ذاتي غير موضوعي فيه الكثير من الأحاسيس والمشاعر التي تتصل بهذا المثير.

#### 3-3- المرحلة التقديرية:

وهي المرحلة التي يصدر فيها الفرد القرار على نوعية علاقته بهذه العناصر، وقد يتكون الاتجاه عن طريق التلقين أي عن طريق نقل الخبرة بصورة غير مباشرة إلى الفرد، ويصرف النظر عن تكوين الاتجاهات، سواء بالطريقة المباشرة أو الغير المباشرة فإن عملية التطبيع الاجتماعي و التعلم الاجتماعي أو التنشئة الاجتماعية هي العملية المسؤولة عن تكوين الاتجاهات و تنميتها و تأكيدها أو محوها أو إزالتها أو تغييرها<sup>1</sup>.

### 4- نمو الاتجاهات:

هناك عوامل على درجة كبيرة من الأهمية في تكوين وتدعم نمو الاتجاهات وتمثل هذه العوامل فيما يلي:

<sup>1</sup> - كامل محمد عويضة - علم النفس الاجتماعي - دار الكتاب العلمية - الطبعة الأولى - 1996 - ص 116

#### 4-1- تأثير الوالدين:

يعد تأثير الوالدين من أهم العوامل في تكوين الاتجاهات لدى الأطفال الصغار ونموها فالاتجاهات الوالدين الخاصة وما يقدمانه من تعزيز لبعض أساليب الطفل السلوكية تأثير عميق على تكوين نموها.

#### 4-2- تأثير التعليم:

يعد التعليم مصدراً هاماً آخر يزود الفرد بالمعلومات التي تسهم في نمو اتجاهاته وتدعيمها، وبصورة عامة كلما ازدادت السنوات التي يقضيها الفرد في التعليم الرسمي، كلما بدت اتجاهاته أكثر تحريراً<sup>1</sup>.

#### 5- مميزات الاتجاه:

تتميز الاتجاهات من عدة عناصر تتمثل في ما يلي:

#### 1- الوجهة - 2- الشدة - 3- الانتشار - 4- الاستقرار

#### 5-1- الوجهة : تشير وجهة الاتجاه إلى شعور الفرد نحو مجموعة من الموضوعات

وفيما كانت محبوبة لديه فالطالب الذي له اتجاه [?] مرضي نحو الجامعة، يعني أن وجهته إيجابية نحو كل أو بعض الجوانب في الجامعة أما الطالب الذي يتجنب الجامعة أو نشاطاتها فإن اتجاهه سلبي، ففي المجال الرياضي فالفرد الذي له اتجاه إيجابي نحو الرياضة، فإنه يعمل على ممارستها ويسعى إلى احترام نجومها، أما الذي لديه اتجاه سلبي نحو الرياضة فإنه [?] يبعد تماماً عن ممارستها والاهتمام بنشاطاتها ومن معرفة نجومها.

#### 5-2- الشدة:

تختلف الاتجاهات من حيث الشدة، إذ نجد لشخص معين اتجاهًا ضعيفًا نحو موضوع ما، بينما نجد اتجاهًا قويًا نحو نفس الموضوع أو موضوع آخر لدى شخص آخر، ولفهم الاتجاه ينبغي أن يعكس هذا الأخير مدى قوة شعور الفرد.

<sup>1</sup> - كامل محمد عويضة- مرجع نفسه، ص115

5-3-الاستقرار :

من الملاحظ أن بعض الأفراد يستجيبون لسلم الاتجاه بأسلوب مستقر بينما نجد آخرين يعطون إجابات مرضية لنفس الموضوع، فقد يقول فرد بأنه يعتقد أن الفقهاء محايدون وفي نفس الوقت يجادل بأن قاضيًا معينًا ليس محايداً.<sup>1</sup>

6-6-خصائص الاتجاهات:

للاتجاهات النفسية خصائص تتميز بها و هي<sup>2</sup>:

6-1- الاتجاه يشكل نمط من ردود الأفعال:

حسب "غرافيتز" : " 1974 فإن أهم خاصية للاتجاه هي أنه لا يشكل رد فعل منفرد بل نمطاً من ردود الأفعال، تنطلق في مناسبات متشابهة، أي أن الاتجاه يؤدي إلى إمكانية الاستجابة بكيفية واحدة إزاء المواضيع المتماثلة، ومن هنا تبرز ضرورة تمييز مفهوم الاتجاه النفسي عن بعض المفاهيم الأخرى كالتعصب.

6-2- الاتجاه المحايد، المؤيد والمعارض:

فقد يحمل الشخص تأييد الموضوع أو لشخص، وقد يعارضه وقد يقف موقفاً وسطاً حيادياً ويحدث هذا غالباً في مختلف المناقشات.

6-3- الاتجاه العدائي:

وهو أخطر الخصائص التي يحملها الاتجاه مثل اتجاه الأمريكيين ضد الزواج حيث<sup>3</sup> يكسب للطفل هذا الاتجاه منذ ولادته، حيث يستمد عناصره من سلوك أسرته ومقومات حضارية ومن ثم يكره بدوره الزواج ويكون على استعداد دائم لإظهار هذا العداء في كل وقت.

<sup>1</sup> -مقدم عبد الحفيظ - الإحصاء و القياس النفسي و التربوي -ديوان المطبوعات الجامعية - 1993 - ص244

<sup>2</sup> - محمد نفازي - علاقة الاتجاهات النفسية بدوافع العمل في إطار نظرية ماسلو - رسالة ماجستير -معهد علم النفس و علوم التربية جامعة الجزائر -

#### 6-4- الاتجاه التعصي:

يشترك مع العدائي في السلبية والتعصب للاتجاه ، ويولد عداء الاتجاهات الأخرى وهو من الاتجاهات التي تدفع صاحبها إلى التثبيت بما مهما كانت النتائج.<sup>1</sup>

ومن أبرز الأمثلة على هذا الاتجاه ،تعصب الأمريكيين ضد الزوج وتعصب الحركة الصهيونية ضد المسلمين.

#### 7- أنواع الاتجاهات:

إن الاتجاهات حسب معناها وخصائصها ومكوناتها تنقسم إلى أنواع بحيث تتضمن كل واحدة منها على ثنائية التصنيف.

#### 7-1- الاتجاهات على أساس الموضوع:

اتجاهات عامة واتجاهات خاصة : إن الاتجاهات العامة هي التي تنصب على الكليات لتشمل عدد من النواحي متنوعة لموضوع الاتجاهات، مثل احترام السلطة، أما الاتجاهات الخاصة، فهي التي تنصب على النواحي النوعية والخاصة لموضوع الاتجاهات، مثل اتجاهات نحو عفة البنت ،ويلاحظ أن الاتجاهات العامة ترتبط بالاتجاهات الخاصة وبذلك تعتمد هذه الأخيرة على سابقتها لتشتق منها دوافعها<sup>2</sup> لذا فالإتجاه العام أو الخاص، يرتبط بموضوع الإتجاه نفسه، فإن كان موضوع عامًا يسمى اتجاهًا عامًا وإن كان موضوع خاص يسمى اتجاهًا خاصًا.

#### 7-2- الاتجاهات على أساس الأفراد:

اتجاهات جماعية واتجاهات فردية : فالإتجاهات التي تنشر أو يشترك فيها عدد كبير من الأفراد، ويعتقد بها جمع كبير من الأشخاص، وتشيع بينهم فهذه اتجاهات جماعية.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> زيدان عبد الباقي - وسائل وأساليب الاتصال - دار الكتب المصرية- الطبعة الأولى - 1974 - ص-265

<sup>2</sup> - اعيد الرحمان محمد العيسوي -علم النفس الاجتماعي -دار النهضة العربية - 1992 - ص202

<sup>3</sup> - السيد خير الله - مفهوم الذات -دار النهضة العربية - مصر - 1984 -ص247

أما الاتجاهات الفردية تعتبر ذاتية لأنها أكثر فردية، وتتكون لدى الفرد الواحد أثناء تجاربه الخاصة به، قد تنعكس على سلوكه وحده، فهي بذلك تميزه عن غيره وهي أقل ثباتاً واستقراراً، مثل الاتجاهات نحو الكتب السماوية فهي اتجاهات جماعية .

### 3-8- الاتجاهات على أساس الوضوح:

اتجاهات علنية واتجاهات سرية: الاتجاهات العلنية هي الاتجاهات التي يجهرها الفرد دون شعور بجرح أو انزعاج من ناحية التعبير اللفظي والممارسة العملية، كما قد تكون تلك الاتجاهات متفقة مع معايير المجتمع وقيمة الأخلاقية.

أما إذا أخفى الفرد اتجاهاته ولم يصرح بها بوضوح بل يحتفظ بها في قرارات نفسية وقد ينكرها عن الآخرين بالرغم من وعيه بوجودها لديه فهي اتجاهات سرية<sup>1</sup> .

### 4-8- الاتجاهات على أساس الهدف:

اتجاهات إيجابية واتجاهات سلبية : يطلق على الاتجاهات لفظ الإيجابية، لأنها تدور حول محور يقبل فكرة موضوع الاتجاهات والتقرب منه، أما إذا كان الفرد يتعد عن موضوع الاتجاهات ويرفضه، فهي إذاً اتجاهات سلبية .<sup>2</sup>

وعليه فالاتجاهات التي أساسها الرفض هي اتجاهات سلبية، أما الاتجاهات في إيجابيتها وسلبيتها قد تتخذ شكلاً متطرفاً<sup>3</sup> .

<sup>1</sup> - محمد مصطفى زيدان -علم النفس الاجتماعي -دار الشروق - 1987 -ص182

<sup>2</sup> - سيد خير الله -مرجع سبق ذكره - ص48

<sup>3</sup> - عباس محمود عوض -في علم النفس الاجتماعي -دار النهضة العربية - لبنان - 1990 -ص28

## 8-7- الاتجاهات على أساس الأمد:

اتجاهات طويلة الأمد واتجاهات قصيرة الأمد : الاتجاهات طويلة الأمد هي التي تستمر مع الفرد طوي لا على مدى مراحل حياته ،ولا تتأثر بمؤثراته البيئية المحيطة بالفرد لتغيرها ،مثل الاتجاهات نحو الدراسة ،أما الاتجاهات القصير الأمد هي التي تنتهي بسرعة ، ويساهم الوسط الاجتماعي و الرصيد المعرفي في إبقائها مع الفرد لفترة طويلة منحياته، فمحوها يكون أفضل لأنها لم تعد تؤدي عملها على مستوى الفردي والجماعي، مثل الاتجاهات نحو ثقافة الماركسية<sup>1</sup>.

ومما يلاحظ أن كل هذه الأنواع من الاتجاهات، تتوفر لدى أفراد وأشخاص والجماعات بشكل متفاوت، ولا تخضع لنظام معين من التسلسل، وإنما وجود تلك الأنواع المتعددة حسب كل فرد وما يتلاءم وطبيعته الشخصية وخصوصيته الفردية وتجاربه الذاتية ومعاشه النفسي والاجتماعي، فكل ذلك يرجع أيضا إلى اختلاف و تنوع المواضيع التي هي محور الاتجاهات، لذا فمجموع اتجاهات الفرد تختلف من فرد لآخر ومن جماعة لأخرى لما تؤديه من وظائف نفسية واجتماعية للفرد والجماعة.

## 9- مراحل تكوين الاتجاهات :

تمر الاتجاهات في تكوينها بأربعة مراحل هي:

### 9-1- المرحلة الأولى:

على ثقافته وعناصر المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه، فيدرك مفاهيم أولية من أسرته من أقرانه وأصحابه في المدرسة ثم في العمل، ومن خلال هؤلاء يكون الفرد اتجاهات مختلفة.

### 9-2- المرحلة الثانية:

تنمو الاتجاهات ويتسع مداها ويبدأ الفرد بتوجيه تفكيره وعواطفه إزاء مواضيع يكون محور اتجاهاته.

<sup>1</sup> - عبد الرحمان العيسوي -علم النفس الاجتماعي - مرجع سابق -ص202

### 9-3- المرحلة الثالثة:

تأخذ الاتجاهات شك لا ثابتاً في تفكير الفرد وسلوكه عند إصدار حكم على علاقته بالمجتمع، ويظهر ذلك جلياً في حياته، ولكن هذا الثبات ليس مطلقاً بل نسبي، وعندما تطرأ تغيرات على المظاهر الاجتماعية وغيرها فإنها تطلب تعديلها.<sup>1</sup>

### 9-4- المرحلة الرابعة:

فعندما تطرأ تغيرات على واقع الحياة تتطلب تكوين اتجاهات جديدة، وهذه الأخيرة تتركز على الإقناع العقلي والدفع العاطفي، حيث يحاول الفرد إقناع من حوله بصحة اتجاهاته وضرورة تبنيها<sup>2</sup>. فهذه المراحل المختصرة توحى بآلية دائرية تمر بها الاتجاهات في اكتسابها لدى الفرد والجماعة.

### 10- عوامل تكوين الاتجاهات:

الاتجاهات النفسية أنماط سلوكية يكسبها الفرد نتيجة احتكاكه بمؤثرات العالم الخارجي، والتي من خلالها يميل الفرد إلى إعطاء استجابة معينة.

### 10-1- المؤثرات الوالدية:

يعتبر عامل الوالدين أقوى العوامل المؤثرة في تكوين اتجاهات الأفراد، حيث وجد أن أكثر اتجاهات الفرد تتأثر إلى حد كبير باتجاهات والديه من خلال التنشئة الاجتماعية.<sup>3</sup> ويرى "علي أحمد علي": "أن الفرد يتبنى عادة اتجاهات الجماعة التي ينتمي إليها، خصوصاً إذا كانت الجماعة متماسكة تُتشبع حاجات الفرد، وكان الفرد يشعر بالانتماء إلى هذه الجماعة.

<sup>1</sup> - محمد حسن ظاظا و سماح رافع - علم النفس العام - دار القومية العربية للطباعة - مصر 1993 - ص 163 -

<sup>2</sup> - محمد حسن ظاظا و سماح رافع - علم النفس العام - دار القومية العربية للطباعة - مصر - 1993 - ص 163 -

<sup>3</sup> - ناصر محمد العديلي - السلوك الإنساني التنظيمي - معهد الإدارة العامة - الرياض - 1995 - ص 135 -

### 10-2- المؤثرات الثقافية:

إن الثقافة السائدة في المجتمع، بما فيها من عادات وتقاليد وقيم ونظم دينية وأخلاقية واقتصادية واجتماعية لها دور في تشكيل اتجاهات الفرد، وقد تتفاعل هذه العناصر تفاعلًا لا ديناميكيا فتؤثر فيه من خلال علاقاته الاجتماعية مع بيئته.

### 10-3- أنماط الشخصية:

ترتبط الاتجاهات بالصفات المزاجية والشخصية للفرد، وقد أكد "Blair" في دراسة أجريت لبحث العلاقة بين صفات الشخصية الخاصة كالانطواء و الانبساط والاتجاهات، اتضح أن صفة الانطواء تساعد على تكوين اتجاهات محافظة، وأما صفة الانبساط فتساعد على تكوين اتجاهات تقدمية ثورية<sup>1</sup>.

### 10-4- الحقائق والمعلومات:

تتشكل الاتجاهات على أساس ما يتوفر لدى الفرد من حقائق ومعلومات، وقد أكد العالم "أرنوف وتيج": أنه لا يحتمل أن تسهم وسائل الإعلام في حد ذاتها في تكوين الاتجاهات، وإنما هي الأخرى تُدعم الاتجاهات في تكوينها بأحد المصادر الأخرى<sup>2</sup>.

### 11- قياس الاتجاهات:

من أهم أسباب قياس الاتجاهات نحو التربية البدنية الرياضية كونه تمكننا من توقع نوعية سلوك الفرد تجاه أنشطة التربية البدنية والرياضية، وذلك لأن الاتجاه يوجه استجابات الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبيًا، ومن الناحية الأخرى فإن قياس مثل هذه الاتجاهات يساعد المرابي الرياضي على تشجيع الاتجاهات الرياضية الإيجابية كما يساهم في محاولة تعديل أو تغيير الاتجاهات السلبية و التمهيدية لتنمية اتجاهات جديدة و إكسابها للأفراد وهناك العديد من الطرق لقياس الاتجاهات منها:

<sup>1</sup> - محمود عبد الحليم منسي - علم النفس التربوي للمعلمين - دار المعرفة الجامعية- الطبعة الأولى-القاهرة. 199 -ص212 -

<sup>2</sup> - أرنوف وتيج - مقدمة في علم النفس - ديوان المطبوعات الجامعية -الجزائر - 1994 -ص327 -

### 1-11- الطريقة المباشرة :

أو طريقة قياس الاتجاه اللفظي، ومن أكثر هذه الطرق استخداماً طريقة ثيرستون و طريقة ليكرت و طريقة التمايز السمائي ( تمايز معاني المفاهيم).

### 2-11- الطرق الغير المباشرة :

الطرق الإسقاطية لقياس الاتجاهات بالإضافة إلى الكشف عن بعض جوانب الشخصية المرتبطة بهذه الاتجاهات، ومن هذه الاختبارات واختبارات الإسقاطية لاختبار تفهم الموضوع TAT واختبار الإحباط المصور "الروزنفيج" تداعي الكلمات.

### 3-11- الطرق الموقفية :

أو طرق قياس الاتجاه العملي و فيها يقاس الاتجاه باستخدام طرق الملاحظة المختلفة في مواقف معينة.

### 12- طرق قياس الاتجاه:

هناك عدة طرق لتصميم مقاييس للاتجاهات و سنتعرض لأهم المقاييس:

### 1-12- مقياس " بوجاردوس": "1925 Bogardus"

يعتبر مقياس بوجاردوس " للمسافة الاجتماعية أول مقياس وضع لقياس الاتجاهات وكانت الدراسة التي طبق

فيها هذا المقياس، تستهدف التعرف على مدى تقبل الأمريكيين أو نفورهم من أبناء الشعوب الأخرى<sup>1</sup>

ويشمل هذا المقياس بنود تمثل مواقف الحياة الحقيقية للتعبير عن مدى البعد الاجتماعي لقياس تسامح الفرد أو

تعصبه لجماعة أو شعب معين، والشكل التالي يوضح هذا النموذج:

أحب أن:

<sup>1</sup> - عباس محمود عوض -علم النفس الاجتماعي -دار النهضة العربية - بيروت / بدون طبعة - 1980 -ص33 -

أستبعدهم	أقبلهم	أقبلهم	أزاملهم في	أجاورهم في	أصادقهم	أتزوج
من	كزائرين	كموظفين	العمل	المسكن		منهم
وطني	لوطني	في بلدي				

وتوضع علامة على هذا المقياس للتعبير عن الاتجاه نحو كل من الجماعات التالية:

الزنجي\_ اليهود \_ الهنود الحمر \_ النازيين.

والاستجابات السبع المدرجة في الشكل تمثل مسطرة متدرجة تدل على القرب أو البعد الاجتماعي، فالاستجابة

الأولى تمثل أقصى درجات القرب والاستجابة السابعة تمثل أقصى درجات البعد.<sup>1</sup>

ويلاحظ على هذا المقياس أنه سهل التطبيق إلا أنه لا يقيس الاتجاهات المتطرفة تطرفاً كبيراً كما في

التعصب الشديد، ويمكن أن يستجيب الفرد بالفرض لأكثر من عبارات المقياس وذلك لأنها ليست متعارضة أو

متنافية وكذلك لمن يستجيب بالقبول.

### 13-2- طريقة ثيرستون ( thursstone ) 1928

وضع " ثورستون " وزميله " تشيف " عدداً من العبارات بينها فواصل أو مسافات متساوية ويقوم هذا

المقياس على دراسة تجريبية للتعصب القومي ويتلخص في المقارنة بين شيئين أو مثيرين لتوضيح أيهما أفضل أو

أقوى من الآخر<sup>2</sup>.

وعبارات المقياس المتساوية تأخذ درجة من 1 إلى 11 تبعاً للفئة التي يقع فيها عند كل محكم.

4 5 6 7 8 9 10 11

1 2 3

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<sup>1</sup> - عباس محمود عوض - مرجع سبق ذكره - ص 312 -

<sup>2</sup> - حامد عبد السلام زهران - علم النفس الاجتماعي - عالم الكتب - الطبعة الرابعة - القاهرة - 1977 - ص - 153

معارض

محايد

مؤيد

ومما يؤخذ على هذه الطريقة أن المقياس يتطلب من الحكماء جهداً ليحدد أوزان كل عبارة من العبارات التي بدأ بتجربتها لكي تنتهي إلى العبارات التي تكون المقياس في صورته الأخيرة. وكذلك قد يستعان بمحكمين ثم يتبين أنهم متعصبون أو متحيزون وقد تكون العبارات المتساوية البعد في نظر الحكماء مختلفة بالنسبة للمفحوصين وأنه لو حصل نفس الشخصين على متوسط درجات واحد فإن هذا المتوسط يختلف بالنسبة لكل فرد منها .

### 13-3- طريقة ليكرت ( Likert ) 1932 :

تمثل هذه الطريقة أسلوباً جديداً لقياس الاتجاه النفسي لدى الأفراد وتتخلص هذه الطريقة في أن يطلب من الأفراد توضيح درجة موافقتهم أو رفضهم لكل عبارة من عبارات المقياس حيث تتأثر الاستجابات بالبيئة التي طبق فيها المقياس وكذا ثقافة الذين يجيبون على بنود المقياس وتعبّر في آخر الأمر على شدة الموافقة وشدة الرفض لموضوع الاتجاه كما يوضح الشكل الآتي:

أوافق بشدة	أوافق	لا أدري	غير موافق	غير موافق بشدة
------------	-------	---------	-----------	----------------

ويتم تصحيح المواقف باعتبار أن درجة الموافقة الشديدة تمثل أعلى درجة للاتجاه ولذا فهي تحصل على درجة مقدارها ( 05 ) بينما تُعطي درجة عدم الموافقة الشديدة درجة مقدارها ( 01 ) باعتبارها أقل اتجاه<sup>1</sup> .

### 14- قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي:

مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني " (ATPA)Attitude Towards Physical

<sup>1</sup> - درويش زين العابدين و آخرون -علم النفس الاجتماعي أسسه وتطبيقاته - مطابع زمزم - القاهرة. 1993 - ص110

"محمد حسن علاوي . "وقد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني - النشاط الرياضي - يمكن تبسيطه إلى مكونات أو فئات فرعية، توفر مصادر متعددة للإشباع وذات فوائد متباينة وخبرات تختلف من فرد لآخر، وقد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية التي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد وفي رأي " كنيون " أن الفرد قد يتخذ اتجاهًا موجبًا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية، وقد يتخذ اتجاهًا سالبًا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى.

و الاتجاه طبقا لمفهوم " كنيون " هو استعداد مركب ثابت نسبياً يعكس كل من وجهة وشدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواءً كان عيانياً *concrète* أو مجرداً *abstract* . وفي ضوء هذه المفاهيم السابقة وفي إطار بعض الدراسات النظرية والتجريبية، استطاع " كنيون " أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني - النشاط الرياضي - على النحو التالي:

#### 14-1- النشاط البدني كخبرة اجتماعية :

من المفترض أن النشاط الرياضي الذي يشترك فيه جماعة من اثنين فأكثر ينطوي في نظر بعض الأفراد على قيمة اجتماعية وعلى إمكانية إشباع حاجات اجتماعية معينة، وعلى ذلك فإن النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية تسمح بإمكانية التعرف على أفراد جدد وتكوين علاقات بين الناس.

#### 14-2- النشاط البدني للصحة واللياقة :

انطلاقاً من الفكرة السائدة لدى الكثيرين سواء من الممارسين أو من غير الممارسين للنشاط الرياضي أن هذا اللون من النشاط يمكن أن يفيد الصحة ويسهم في إكساب اللياقة البدنية فمن المعتقد أن هناك بعض الأنشطة البدنية يمكن أن تتميز أساساً بإسهامها وبدرجة كبيرة في تحسين صحة الفرد ولياقته البدنية.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي -موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين -مركز الكتاب للنشر -الطبعة الأولى 199 -ص 444-445.

### 14-3- النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة :

المقصود بذلك تلك الأنشطة الرياضية التي تشتمل على جوانب معينة من المخاطر يدركها الفرد وتثير لديه شعور بالتوتر، والتي قد تظهر في بعض الأنشطة الرياضية التي تتميز باستخدام السرعة الزائدة أو التغير السريع المفاجئ للحركات، أو توقع التعرض لبعض الأخطار، مع افتراض قدرة الفرد بصفة عامة على التحكم في مثل هذه المواقف والسيطرة عليها.

### 14-4- النشاط البدني كخبرة جمالية:

يرى الكثير من الأفراد أن هناك أنشطة رياضية لها قيمة جمالية عالية، وهذا يعني أن هناك أنشطة رياضية معينة يدركها الفرد على أنها ذات طابع جمالي أو قد ترتبط بنوعيات فنية أو جمالية أو قد تملك القدرة على إشباع التذوق الجمالي أو الفني لدى البعض.

### 14-5- النشاط البدني لخفض التوتر:

قد يكون النشاط البدني في نظر البعض وسيلة لخفض التوترات الناجمة عن الإحباطات الناشئة من ضغوط الحياة العصرية، وعلى ذلك يصبح النشاط الرياضي في هذه الحالة وسيلة للترويح وقضاء وقت الفراغ، وكعامل مساعد في تفرغ الانفعالات المكبوتة وبالتالي خفض التوتر.

### 14-6-النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي:

يرى البعض أن النشاط الرياضي قد يوفر المجال لإشباع الحاجة إلى التفوق الرياضي والمنافسة الرياضية، وقد يبدو أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية المعاصرة وخاصة في مجال المستويات الرياضية العالية ترتبط بنوع من الخبرات تدفع إلى المثابرة على التدريب الشاق وبذل الجهد وكبح جماح النفس في العديد من المواقف كما تتطلب

التخلي عن كثير من المصادر التي تشبع بعض الرغبات<sup>1</sup> ويصلح المقياس للتطبيق على المراحل السنية ابتداءً من سن 14 سنة فأكثر للبنين والبنات.

### 15- أهمية الاتجاهات:

تتجلى أهمية دراسة الاتجاهات من خلال ما تقدمه للفرد من مساعدة على التكيف الاجتماعي، وذلك عن طريق قبول الفرد للاتجاهات التي تعتنقها الجماعة، فيشاركهم فيها ومن ثم يشعر بالتجانس معهم.

والاتجاهات عموماً تضيء على حياة الفرد اليومية معنى ودلالة ومعزى حين يتفق سلوكه مع اتجاهاته ويشبع هذا السلوك تلك الاتجاهات، إذ تعمل الاتجاهات النفسية على إشباع الكثير من الدوافع والحاجات النفسية والاجتماعية، ومن هذه الحاجات الحاجة إلى التقدير الاجتماعي والحاجة إلى الانتماء إلى جماعة معينة والحاجة إلى المشاركة الوجدانية، وهنا يتقبل الفرد قيم الجماعة ومعاييرها، كما تعمل الاتجاهات على تسهيل استجابات الفرد في المواقف التي لديه اتجاهات خاصة نحوها، فلا يبحث عن سلوك جديد كل مرة يواجه فيها هذا الموقف.

● **وتفيد في كثير من الميادين، ففي الميدان التربوي:** تفيد معرفة الاتجاهات النفسية الإدارة التعليمية في معرفة اتجاهات التلاميذ نحو المراحل الدراسية المختلفة، ونحو زملائهم والمواد الدراسية وكتبهم ومدرسيهم، و تضم التعليم وأنواعه وطرق التدريس<sup>2</sup>

● **أما في الميدان الصناعي:** تفيد معرفة الاتجاهات العمال نحو عملهم، وتضم الإدارة في تحقيق سعادة العمال وتكيفهم وفي زيادة الإنتاج، ورفع مستواه، وتقليل حوادث العمل وكذلك تفيد في اختيار الجماعة التي تتماشى واتجاه الفرد.

<sup>1</sup> - محمد حسن علاوي - موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين - مرجع سابق - ص 446 -

<sup>2</sup> - عبد الرحمن العيسوي - دراسات في علم النفس الاجتماعي - دار النهضة العربية للطباعة والنشر - الطبعة الثانية - بيروت - 1974 - ص 197 -

16- علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى:

16-1- الاتجاه و العاطفة:

إن للاتجاهات جوانب عقلية معرفية وإدراكية بخلاف العواطف التي تكون شخصية وذاتية و وجدانية فحسب، إن حب الأم لأطفالها مثلاً يغلب عليه الجانب الوجداني أو العاطفي بخلاف اتجاهها جانب إدراكي ومعرفي وعقلي وليس الجانب العاطفي وحده.

16-2-الاتجاه والتعصب:

التعصب نوع من الاتجاه الذي لا يقوم على أساس منطقي، فهو مشحون بشحنة انفعالية زائدة تجعل التفكير بعيداً عن الموضوعية، فتعصب الشخص لقومه يجعله يكره الناس وهو بذلك يعمل على عزل مجتمعه عن بقية المجتمعات الأخرى.

16-3- الاتجاه والرأي:

الرأي فكرة يعتقد بها الشخص وقد تكون صائبة أو غير صائبة، وهي لا تتعدى مجرد التعبير اللفظي، أما الاتجاه فهو حالة من الاستعداد العقلي للاستجابة أو الميل نحو قبول موضوع ما أو رفضه، كما تكون على استعداد تام للقيام بعمل نملك نحوه اتجاهها معيناً.

16-4- الاتجاه والميل:

إن الميل يتعلق بما نحب في حين أن الاتجاه يرتبط بما نعتقد، وهناك فرق بين ما نحب وما نعتقد به، ذلك أننا قد نحب شيئاً ما دون اعتقادنا به أو معرفتنا له، فالميل إذن مجرد تعبير عن تفضيل لا دخل للاعتقاد فيه، أما الاتجاه فهو تعبير عن عقيدة الشخص وليس عن شعوره كما هو الحال بالنسبة للميل<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> - أحمد أوزي - سيكولوجية المراهق - دار الفرقان / الطبعة الأولى - الدار البيضاء - المغرب. 1986 - ص 65 -

### 16-5- الاتجاه والانفعال:

الانفعال حالة نفسية مؤقتة وعابرة وطارئة، أما الاتجاه فهو حالة عقلية وعصبية ثابتة ثبوتاً نسبياً أو دائمة دواماً نسبياً.

### 16-6- الاتجاه و السلوك :

الاتجاه ليس هو السلوك "Comportement" لكنه عامل من العوامل الكامنة وراء السلوك، وقد يقوم الاتجاه أحياناً بدور الدافع المحرك له .

### 16-7- .الاتجاه والدافع:

الدافع عبارة عن حالة شعورية تدفع الكائن الحي نحو هدف معين، وهو محدد من محددات السلوك، وإذا كان الدافع يستمد قوته وضعفه من الداخل، كما هو الحال مثلاً في الدوافع الأولية مثل الطعام والجنس وغيرها، فإن الاتجاه يستمد قوته من التصور العقلي والإدراكي للشخص قبل كل شيء.

### 16-8- الاتجاه والحاجة:

الحاجات عبارة عن إحساس بتوتر نفسي وعضوي يشعر الشخص من خلاله بافتقار شيء معين، وقد تكون هذه الحاجات داخلية أو خارجية والحاجات محرّكة ودافعة للسلوك<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> - أحمد أوزي - مرجع سبق ذكره -ص66

### الخلاصة :

يعتبر موضوع الاتجاهات من بين الموضوعات الرئيسية التي يدرسها علم النفس الاجتماعي ، كما تلعب دوراً هاماً في تأثيرها على النشاط البدني الرياضي ، كونها تمثل القوة التي تحرك الفرد و تثيره لممارسة هذا النشاط و الاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة ، وبالتالي الارتقاء بهذا النوع من النشاط ، ونظراً لأهمية الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي ، ووجب من الضروري الاهتمام بها و العمل على إكساب التلاميذ اتجاهات إيجابية نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي ، وذلك لاستثمار الطاقات في نشاط هادف و بناء .

وقد تبين من كل ما استعرضناه فيما يخص الاتجاهات ، أهميتها في توجيه سلوك الفرد وإثارة دافعيته ، حيث تشكل مكون هاماً في العملية التعليمية من مدرسين و أولياء أمور من أجل المساهمة في تشكيل اتجاهات إيجابية و بناء

تمهيد:

تعتبر التربية البدنية والرياضية عنصرا فعال ومهما في حياة الفرد نظرا للفوائد التي تجنيها منها عند ممارستها، سواء من الناحية النفسية أو الاجتماعية والتي تساعد على تكوين شخصية قوية والتكيف والاندماج مع المجتمع، كما تعمل التربية البدنية والرياضية على تطوير القيم الأساسية التي تفيد الأمة كالحرية وروح المسؤولية والمعرفة والأخوة وبذل الجهد.

وحسب آراء علماء علم الاجتماع الرياضي فإن التربية البدنية والرياضية تعمل على التربية الجسمية فقط بل تساهم في عملية التربية العامة فيجب أن نعطي نفس الأهمية للتربية البدنية والرياضية، كما هو الحال في الدول المتقدمة التي أصبحت تتنافس فيما بينها من أجل إبراز تفوقها الحضاري، فممارسة التربية البدنية والرياضية في المدرسة يتضمن الحالة الصحية لأطفالنا والمحافظة عليها وتنمية القدرات الحركية والنفسية وتحسين العلاقات الاجتماعية، والبعض يرى أن التربية البدنية والرياضية حشو داخل البرنامج الدراسي أو كوقت للراحة بعد دروس مرهقة وذلك نتيجة للجهل الثقافي حول أهمية هذه المادة التي تعتبر بمثابة النظام التربوي الذي يندمج في النظام العام للتربية والذي يهدف بطريقة مباشرة إلى تكوين الفرد من جميع النواحي لمواجهة صعوبات وعراقيل الحياة اليومية.

1- التربية العامة:

المقصود بها:

- التربية هي تبليغ الشيء إلى كماله، وهي كلمة مشتقة من الفعل ربى يربوا والذي يعني، وفي العربية معناها: التغذية والتهديب للزيادة أو النمو وتستخدم عند المفكرين المسلمين بمعنى السياسة أو الإدراك أو التوحيد أو القيادة، أي قيادة الفرد من حالة إلى أخرى.

التربية تقوم على مسلمة مقبولة من طرف المنظرين والمفكرين والمطبقين وهي أن الإنسان قابل للتغيير، إذن الإنسان قابل للتربية، ولكن اختلفت نظرة المفكرين أو الباحثين منذ القدم للتربية، واختلفت تعريفاتهم لها حيث يرى أرسطو: "أنها إعداد العقل لكسب العلم كما تعد الأرض للنبات أو الزرع".<sup>1</sup>

ويقول دوركايم: " التربية هي العمل الذي تقوم به الأجيال الناضجة نحو الأجيال التي لم تنضج أو تهيأ بعد الانخراط في سلك الحياة الاجتماعية أو هي تهدف إلى أن يثير أو تنمي لدى الفرد الحالات العقلية والجسمية التي يتطلبها منه مجتمعه السياسي في عمومها ويتطلبها منه مجتمعه المحلي الذي يعده للحياة"<sup>2</sup>. فالتربية ليست خدمة زائدة تقدمها الدولة لأبنائها أو إنما هي عملية بناء الجسم والعقل وجزء لا يتجزأ من بناء المجتمع ككل، بل هي الأساس لأي بناء آخر، ومن ثم كان العمل التربوي عمل إنتاجيا في المقام الأول ويقاس مردوده بمقاييس اقتصادية محفة، ولذا فإن التربية ليست ضرورة اجتماعية أو ثقافية وإنما هي فوق كل ضرورة من ضروريات التنمية الاقتصادية الشاملة للمجتمع مثلما أكده المربي الأمريكي " جون ديوي" حيث قال: " المجتمع المتخلف اقتصاديا متخلف تربويا".<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - تركي رابح، " أصول التربية والتعليم"، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1990، ص 10.

<sup>2</sup> - صالح عبد العزيز عبد المجيد، "التربية وطرق التدريس"، دار المعارف، مصر، الجزء الأول، 1968، ص 11-15.

<sup>3</sup> - صالح عبد العزيز عبد المجيد، "التربية وطرق التدريس"، دار المعارف، مصر، الجزء الأول، 1968، ص 11-15.

2- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية والرياضية بين الباحثين حيث عرف Wuest et Bucher (1990) التربية البدنية بأنها هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط، وهو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك، وذكرت " لو مبكين" أن البعض يرى أن التربية البدنية والرياضية إنما هي مرادف للتعبيرات مثل: التمرينات، الألعاب، المسابقات الرياضية، وبعد تعريفها لكل هذه التعبيرات أوضحت أن تضمنين هذه المكونات في برامج التربية البدنية والرياضية يعتمد على كون هذه البرامج منظمة أو عفوية تنافسية أو غير تنافسية، إجبارية أو اختيارية داخل نطاق المجال الوظيفي أو خارجة وغير ذلك من المتغيرات، ولكنها أبت إلى أن تبدي برأيها في صياغة التعريف على النحو التالي:

"التربية البدنية هي العملية التي يكسب من خلالها الفرد أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني".

ومن تشيكوسلوفاكيا (السابقة) يبرز تعريفا كوبسكي كوزليك بأن التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفا تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف.<sup>1</sup>

ومن فرنسا وضع روبرت بوبان بأن التربية البدنية هي: " تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفس حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد".<sup>2</sup>

<sup>1</sup> - قاسم حسن البصري، " نظرية التربية البدنية"، مطبعة الجامعة، بغداد 1979، ص 19.

<sup>2</sup> - محمد محمد الجماعي: " فلسفة اللعب"، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الأولى، القاهرة، 1996، ص 45.

ومن بريطانيا ذكر بيتر أرنولد تعريفا للتربية البدنية حيث يرى بأنها: "ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية، العقلية، الاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط المباشر"<sup>1</sup>.

ومن هنا نجد أن التربية البدنية والرياضية لم تنحصر في مفهوم واحد، وإنما تعددت مفاهيمها بين العديد من الباحثين فكل منهم أعطى رأيه الخاص، ولكنهم يتفقون في مضمون واحد مفاده أن التربية البدنية تعمل على إنشاء الفرد وتكوينه في جميع المجالات البدنية، الاجتماعية، الانفعالية، العقلية من خلال النشاط البدني حتى يكون مواطناً صالح يخدم وطنه.

### 3- أهداف التربية البدنية والرياضية وأبعادها:

#### 3-1- الأهداف:

السعي من وراء تدريس مادة التربية والبدنية والرياضية في نطاق المقارنة بالكفاءات المعتبرة هو تحقيق النوايا التربوية الشاملة في إطار تكميلي مع المواد التعليمية الأخرى، وهي تهدف إلى تنمية الكفاءات الخاصة في عدة جوانب:

#### 3-1-1- الجانب النفسي الحركي:

- تنمية القدرة الحسية والفكرية.
- تنمية قوة الإدراك، التوازن، التنسيق، إنجاز حركات مختلفة الأشكال والأحجام.
- القدرة على اتخاذ القرار المناسب للفعل المرغوب فيه.
- تهدف إلى تنمية الحركات المختلفة.
- تسمح بإكساب خبرات حركية تؤهل التلميذ للاستجابة لكل الحالات والوضعيات المتاحة والتعبير عن إمكانياته الحركية في محيط يسمح له بتنمية وتطوير كفاءاته.

<sup>1</sup> - أمين أنور الحولي، "أصول التربية البدنية والرياضية المدخل، التاريخ، الفلسفة"، دار الفكر العربي، الطبعة الثالثة، القاهرة، 2001، ص 36.

### 3-1-2- الجانب الوجداني:

نفس عاطفي، للتعبير عن الثقة بالنفس في التسيير التنظيم، التحكم في إمكانياته.

اجتماعي عاطفي، للتعبير عن قدرة التعايش مع الجماعة والاندماج فيها بفضل تبني المسؤوليات والأدوار المفيدة التي تخدمه.

- تهدف إلى المشاركة الطوعية في الحياة الاجتماعية.

- تسمح بإكساب خبرات وعلاقات تؤهل التلميذ للاندماج في الجماعة وممارسة حق العضوية، الرغبة في التكيف مع الوضعيات الصعبة التي تقتضي على العلاقات الاجتماعية الإيجابية في الجماعة والمجتمع.<sup>1</sup>

### 3-1-3- الجانب المعرفي:

القدرة في التعرف على النشاطات البدنية والرياضية المقترحة، القدرة على توظيف المعارف العلمية والمعلومات القبلية والآنية المرتبطة بهذه النشاطات، القدرة على معرفة طرق تنظيم وتسيير العمل وحسن التبليغ. تهدف إلى ضمان الصحة والوقاية والأمن.

تسمح بإكساب توظيف المعارف عند مواجهة المواقف، إمكانية تحرر عدة حلول والواجبات باستثمار المعلومات المكتسبة، القدرة على تكييف تصرفاته الحركية والمعرفية داخل وخارج الحيز المدرسي، ويأتي ذلك عن طريق ممارسة سلوكيات اجتماعية بواسطة النشاطات البدنية والرياضية.

**3-2- الأبعاد:** كما تساهم المادة في تنمية الكفاءات المناسبة للأبعاد التربوية في إطار التكوين الشامل.

### 3-2-1- بعد المواطنة:

عناصره التنموية هي البعد الوطني، البعد العالمي، البعد الديمقراطي، والهدف منها تكوين المواطن الصالح النزيه والمحب لوطنه والمتفتح على العالم والإحساس بالانتماء الاجتماعي.

<sup>1</sup> - مناهج السنة الأولى من التعليم المتوسط، وزارة التربية الوطنية (مديرية التعليم الأساسي)، أبريل 2003، ص 78.

### 3-2-2- البعد الاجتماعي:

تكمن عناصره التنموية في التربية البدنية والبيئية، التربية العلمية، التربية السكانية والتنموية والاستهلاكية، التربية الصحية والوقائية، الهدف منها توظيف المعارف من خلال المواد التعليمية المقترحة على التلميذ.

### 3-2-3 البعد الخلفي:

تكمن عناصره التنموية في حسن تعامله مع المحيط والأفراد، والتحكم في الانفعالات أثناء المواجهة، حسن التعرف في المواقف الصعبة، دعم الأدوار الإيجابية لفائدة الجماعة، والهدف منها تنمية القدرات والاندماج والانتماء الاجتماعي.

### 4- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة:

تعد التربية البدنية والرياضية جزءا لا يتجزأ من التربية العامة، حيث أن هذه الأخيرة عبارة عن عملية تربية تتم عند ممارستها أوجه النشاطات البدنية التي تنمي وتصون جسم الإنسان، فعن طريق برنامج التربية البدنية والرياضية الموجه توجيهها صحيحا وسليما بكسب الأطفال والمراهقين المهارات اللازمة لقضاء أوقات فراغهم بطرق مفيدة، كما أنهم يشتركون في نشاطات التحسين من سلوكياتهم المعيشية، وللحصول على أقصى فائدة تربية من التربية البدنية والرياضية والتربية العامة مرتبطتين ببعضهما ارتباطا واضحا ومتفقتين الغرض والمعنى الذي يحدد تنمية وتطوير وتكيف الفرد من كل النواحي، سواء الجسمانية أو الاجتماعية أو الانفعالية، وذلك عن طريق النشاطات الرياضية المختارة بعرض تحقيق اسما القيم الإنسانية وذلك تحت إشراف مؤهلات تربية.<sup>1</sup>

### 5- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق:

إن التربية البدنية والرياضية هي جزء من التربية العامة وميدان يهدف لتكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق أنواع النشاطات البدنية التي اختيرت لغرض تحقيق هذه الأهداف المدرسية فهي تحقق النمو الشامل والمتزن للتلاميذ وتحقق اختياراتهم البدنية والرياضية التي لها دور هام

<sup>1</sup> - رابع تركي، "أصول التربية والتعليم"، مرجع سبق ذكره، ص 112.

جدا في عملية التوافق بين العضلات والأعصاب وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلاميذ من حركات، وهذا من الناحية البيولوجية، إذن فممارسة التربية البدنية والرياضية لها تأثير على جسم وسلوك المراهق من الناحية البيولوجية، وكذا فهي تؤثر على الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ.

#### 6- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية:

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية الرياضية في المدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة وأن يكتسبوا المهارات التي تنظمها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من مصاعب مباشرة وغير مباشرة.

وبما أن المنهاج المباشر العام لا يمكن القيام بتدريسه وإكساب التلاميذ كل المهارات المتعددة التي يتضمنها دفعة واحدة لذلك لجأ المختصون إلى تقسيم هذا المنهاج العام إلى مناهج متعددة في كل سنة دراسية، وهي الأخرى جزئت إلى أقسام صغيرة أي إلى مراحل يمكن تنفيذ كل مرحلة (دورة) في الشهر مثلا، ثم قسمت هذه الخطة (الدورة) الشهرية إلى أجزاء صغيرة حتى وصلنا إلى وحدة التدريس أو وحدة اكتساب المهارات الحركية وما يصاحبها من تعليم مباشر وغير مباشر، وهذه الوحدة هي درس التربية البدنية والرياضية، والدرس بهذا المعنى هو حجر واوية في كل مناهج التربية البدنية والرياضية به الخطة الأولى والهامة ولو أردنا أن نجني الفائدة المرجوة في المناهج كلها. لذا وجب أن ندرس التربية البدنية والرياضية إجمالا وتفصيلا وأن نلم بكل ما يمكن من معلومات عن هذا الحجز الأساسي في بناء مناهج التربية البدنية والرياضية.<sup>1</sup>

#### 7- برنامج التربية البدنية والرياضية:

إن دروس التربية البدنية والرياضية وما تقدمه من فوائد للتلاميذ في مختلف المجالات تعتبر غير كافية للوصول إلى المرامي التي ذكرناها سابقا هذا لأن التلميذ يعتبر طوقا إلى كل الأنشطة التي تضيف عليه السعادة والبهجة وتكون أكثر تفاعلا وإيجابية متخلصا بذلك من القلق وكذلك كل الضغوطات وخاصة داخل الأقسام إن

<sup>1</sup> - أحسن شلتوت، أ- د. حسن عوض " التنظيم والإدارة في التربية الرياضية"، دار الفكر العربي، القاهرة، ص 106.

لم تقل أسوار المدرسة وحتى تؤدي التربية البدنية والرياضية وظيفتها، وضع لها برنامج يستوفي كل النقاط المذكورة وهذا من خلال دعم الدروس بأنشطة داخلية تكون خارج مجال هذا الأخير وكذلك أنشطة خارجية تكون خارج أسوار المدرسة وسنعرض فيما يلي كل عنصر بشيء من التفصيل:

### 7-1- النشاط الداخلي:

يعتبر النشاط الداخلي امتداد لدرس التربية البدنية والرياضية وتظهر أهميته في مدى استفادة التلاميذ من مختلف أوجه هذا النشاط سواء من الناحية البدنية الحركية، أو النفسية الاجتماعية وغيرها وهو تلك الأوجه من النشاط التي يمارسها التلاميذ وينظفها ويشرف على تلاميذها مدرسو المادة خارج أوقات الدوام الرسمي وغير مفيدة بالجدول الدراسي وتكون داخل أسوار المدرسة ويجب أن لا يتعرض توقيت النشاط الداخلي مع الجدول الدراسي بالمدرسة، فيمكن ممارسة قبل بدأ الدرس الأول وأثناء الحصة أو عقي الدراسة أو فترة العصر حيث يرجع التلاميذ للمدرسة مرة ثانية إذا كانت المدرسة قريبة من بينهم أو أيام الجمعة.

### 7-2- النشاط الخارجي:

وتعتبر استقرار للنشاط الداخلي ولأنه يقوم على تلك الأنشطة التي يمارسها التلاميذ خارج أسوار المدرسة فهو يتيح للتلميذ اكتساب العديد من القيام التربوية التي تسعى التربية البدنية والرياضية لتحقيقها.<sup>1</sup> ومن هنا يمكن أن نستنتج أن درس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي والخارجي يعتبرون وحدة واحدة يساهم في مجملها في تنمية جميع نواحي التلاميذ، البدنية والمهارية والخطية وكذلك العملية والنفسية والاجتماعية.

### 8- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: علوم الطبيعة والحياة والكيمياء واللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمتد أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة للمعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام

<sup>1</sup> - د. تكرو زكي خطيبية، "المناهج المعاصرة في التربية الرياضية"، دار الفكر، القاهرة، 1997، ص 151-152.

الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة: الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي لأساتذة أعدوا لهذا الغرض.<sup>1</sup>

من خلال هذين التعريفين نستنتج أن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأولى في برنامج التربية البدنية والرياضية في مختلف المدارس التعليمية والتي من خلالها يتسنى للأستاذ تعليم وتطوير مستوى الجانب الحركي والمهاري لمختلف الفعاليات الرياضية، وذلك في حدود أساليب وطرق تعليمية من تمرينات وألعاب بسيطة.

### 9- ماهية وأهمية حصة التربية البدنية والرياضية:

للحصة التربية البدنية والرياضية أهمية خاصة تجعلها تختلف عن باقي الحصص الأخرى تتضح من خلال تعاريف بعض العلماء نجد من بينهم "محمود عوض البسيوني" والذي يقول: تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل العلوم، الكيمياء واللغة ولكن تختلف عن هذه المواد بكونها تمد التلاميذ مهارات وخبرات حركية ولكنها تدمهم أيضا الكثير من المعارف والمعلومات بتكوين جسم الإنسان وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة، التي تتم تحت الإشراف التربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض.<sup>2</sup> ويحدد " أحمد خاطر" أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في اكتساب التلاميذ القدرات الحركية وينطلقون بكل قوائم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر حظا من غيرهم.<sup>3</sup>

أما أهمية حصة التربية البدنية والرياضية تتجلى عند " كما عبد الحميد" إن حصة التربية البدنية والرياضية في المنهاج المدرسي هو توفير العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع، فيما يتعلق بهذا البعد ومن الضروري الاهتمام بتقويم التكيف البدني والمهاري وتطور المعلومات.<sup>4</sup>

1 - محمد عرني بسيوني وآخرون، " نظريات وطرق التربية البدنية"، ديوان المطبوعات الجامعية، سنة 1990، ص 94.

2 - محمود بسيوني وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص 09.

3 - أحمد خاطر، القياس في المجال الرياضي، بغداد، 1988، ص 18.

4 - ناهد محمود سعد، نبلي رمزي فهمي، "طرق التدريس في التربية البدنية"، 1968، ص 64.

ويستخلص الباحث بأن حصة التربية البدنية والرياضية تطمح من خلال كل تطبيقاتها أن تكون ذلك الفرد المتكامل من جميع النواحي وهذا بالقضاء على جميع النقائص لدى الفرد خلال مراحل الثلاثة.

### 10- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:

تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيق ولو جزء من الأهداف التعليمية والتربوية مثل الارتقاء على الكفاءة الوظيفية للأجهزة الداخلية للمتعم وكذا إكسابه المهارات الحركية وأساليب السلوكية السوية، وتتمثل أهداف الحصة فيما يلي:

#### 10-1- أهداف تعليمية:

إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية والرياضية هو رفع القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه عام وذلك بتحقيق مجموعة الأهداف الجزئية الآتية:

- تنمية الصفات البدنية مثل: القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة والمرونة.
- تنمية المهارات الأساسية مثل: الجري، الوثب، الرمي، التسلق، المشي.
- تدريس وإكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية، صحية وجمالية.<sup>1</sup>

والتي يتطلب إنجازها سلوكاً معيناً وأداءً خاصاً، وبذلك تظهر القدرات العقلية للتفكير والتعرف، فعند تطبيق خطة في الهجوم أو الدفاع في لعبة من الألعاب تعتبر موقفاً يحتاج إلى تعرف سليم والذي يعبر عن نشاط عقلي إزاء الموقف.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> - ناهد محمود سعد، نبلي رمزي فهمي، " طرق التدريس في التربية البدنية"، 1968، ص 64.

<sup>2</sup> - عباس أحمد السمراي، بسطويس أحمد بسطويس، " طرق التدريس في مجال التربية البدنية"، بغداد، 1984، ص 80.

10-2- أهداف تربوية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية لا تغطي مساحة زمنية فقط، ولكنها تحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسات التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات وهي كالآتي:<sup>1</sup>

10-3- التربية الاجتماعية والأخلاقية:

إن الهدف الذي تكتسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية، والتكيف الاجتماعي يقترن مباشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، وبما أن حصة التربية البدنية حافلة بالمواقف التي تتجسد فيها الصفات الخلقية وكان من اللازم أن تعطي كلاهما صيغة أكثر دلالة، ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون، التضحية، إنكار الذات، الشجاعة والرغبة في تحقيق إنجازات عالية، حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز، وبالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية أن يحقق أهداف الحصة.<sup>2</sup>

10-4- التربية لحب العمل:

حصة التربية البدنية والرياضية تعود التلميذ على الكفاح في سبيل تحطيم المصاعب وتحمل المشاق، وخير دليل على ذلك هو تحطيم الرقم القياسي، الذي يمثل تغلبا على الذات، وعلى المعوقات والعراقيل، وهذه الصفات كلها تهيئ التلميذ لتحمل مصاعب العمل في حياته المستقبلية وتمثل المساعدة التي يقوم بها التلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية كإعداد الملعب وحمل الأدوات وترتيبها عملا جسمانيا يربي عنده احترام العمل اليدوي وتقدير قيمته.

10-5- التربية الجمالية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تطوير الإحساس بالجمال، فالحركة الرياضية تشمل على العناصر الجمالية بصورة واضحة، من انسياب ورشاقة وقوة وتوافق وتتم هذه التربية الجمالية عن تعليقات الأستاذ القصيرة،

<sup>1</sup> - محمود عوض بسيوني وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص 94.

<sup>2</sup> - عدنان درويش وآخرون، "التربية الرياضية المدرسية"، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 30

كان يقول هذه الحركة جميلة. وتشمل التربية الجمالية أيضا على تحقيق نظافة المكان والأدوات والملابس في حصة

التربية البدنية حتى ينمو الإحساس بالجمال الحركي.<sup>1</sup>

### 11- الطبعة التربوية للتربية البدنية والرياضية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية لها نفس مهام التربية وهذا من خلال وجود التلاميذ في جماعة، فإن عملية

التفاهم تتم بينهم في إطار القيم والمبادئ للروح الرياضية، التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية بحيث تقوم على

تنمية السمات الأخلاقية كالطاعة والشعور بالصدقة والزمالة والمثابرة والمواطنة، وتدخل صفة الشجاعة والقدرة

على اتخاذ القرار ضمن عملية تأدية الحركات والواجبات مثل: القفز في الماء والمصارعة، حيث كل من هذه

الصفات لها دور كبير في تنمية الشخصية للتلميذ.<sup>2</sup>

### 12- أغراض حصة التربية البدنية والرياضية:

إن لحصة التربية البدنية والرياضية أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولا ثم على

المجتمع كله ثانيا.

ولقد وضع الكثير من الباحثين والمفكرين هذه الأغراض الخاصة بحصة التربية البدنية والرياضية فجدد كل من

"عباس أحمد صالح السمراي" و " بسطوسي أحمد بسطوسي".

أهم هذه الأغراض فيما يلي: الصفات البدنية، النمو الحركي، الصفات الخلقية الحميدة، الإعداد والدفاع عن

الوطن، الصحة والتعود على العادات الصحية السليمة، النمو العقلي، التكيف الاجتماعي.<sup>3</sup>

ويمكن تلخيص أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية كالتالي:

<sup>1</sup> - ناهد محمود سعد، نبلي رمزي فهمي، مرجع سبق ذكره، ص 67-68.

<sup>2</sup> - محمود عوض البسيوي وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص 95.

<sup>3</sup> - عباس أحمد السمراي، بسطوسي، مرجع سبق ذكره، ص 73.

12-1- تنمية الصفات البدنية:

ويرى "عباس أحمد السمراي" و "بسطوسي أحمد بسطوسي" أن أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية: تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة وتقع أهمية هذه الصفات أو العناصر وتنميتها في مجال الرياضة المدرسية.

ليس فقط من واقع علاقتها بتعلم المهارات والفعاليات الرياضية المختلفة الموجودة في المنهاج المدرسي، بل يتعدى هذه الأهمية لحالة التلميذ إليها في المجتمع.<sup>1</sup>

وتقول "عنايات محمد أحمد فرج" الغرض الأول الذي تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية، ويقصد بالصفات البدنية، الصفات الوظيفية لأجهزة جسم الإنسان وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالسمات النفسية والإرادية للفرد.<sup>2</sup>

وعن مميزات النمو العقلي للفئة العمرية (15-18) سنة يقول "محمد حسن العلاوي" مايلي: تتضح القدرات العقلية المختلفة وتظهر الفروق الفردية في القدرات، وتتكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والرياضية والاهتمام بالمتفوق الرياضي واتضح المهارات البدنية.<sup>3</sup>

12-2- تنمية المهارات الحركية:

يعتبر النمو الحركي من الأعراض الرئيسية لحصة التربية البدنية والرياضية، ويقصد بالنمو الحركي تنمية المهارات الحركية عند المتعلم، والمهارات الحركية تنقسم إلى مهارات حركية طبيعية والفطرية والتي يزاؤها الفرد تحت الظروف العادية، مثل العدو، المشي، القفز...

<sup>1</sup> - عباس أحمد المراني، بسطوسي أحمد بسطوسي، مرجع سبق ذكره، ص 74-75.

<sup>2</sup> - قاسم المندلاوي وآخرون، "أصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة"، بغداد، 1989، ص 21.

<sup>3</sup> - محمد حسن علاوي، "علم النفس التربوي"، الطبعة الثانية، دار المعارف، القاهرة، 1992، ص 21.

أما المهارات الرياضية فهي الألعاب أو الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ، ولها تقنيات خاصة بها، ويمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية.<sup>1</sup>

وترى "عنايات محمد أحمد فرج" في هذا الموضوع ما يلي: ويتأسس تعليم المهارات الحركية على التنمية الشاملة للصفات البدنية.<sup>2</sup>

### 12-3- النمو العقلي:

إن عملية النمو معقدة ويقصد بها التغيرات الوظيفية والجسمية والسيكولوجية التي تحدث للكائن البشري، وهي عملية نضج القدرات العقلية، ويلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دورا إيجابيا وفعالا في هذا النمو بصورة عامة، والنمو العقلي بصورة خاصة.

### 13- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية:

لقد تحددت فوائد وواجبات حصة التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوائم التلاميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها داخل وخارج المؤسسة مثل القفز، الرمي، الوثب.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، المرونة... الخ.
- التحكم في القوائم في حالتي السكون والحركة.
- اكتساب المعلومات والحقائق والمعارف على الأسس الحركية، والبدنية وأحوالها الفيزيولوجية والبيو ميكانيكية.
- التعود على الممارسة المنتظمة للأنشطة الرياضية والتعاون مع الآخرين.

<sup>1</sup> - عباس أحمد المراني، بسطوسي أحمد بسطوسي، مرجع سابق، ص 27.

<sup>2</sup> - عنايات محمد أحمد فرج، مرجع سبق ذكره، ص 12.

- تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة الرياضية.<sup>1</sup>

ومما سبق ذكره يتبين لنا أن التربية البدنية تؤدي وظيفتها القائمة على أسس علمية قادرة على إعطاء تفسيرات واضحة وأهميتها وجوهرها داخل المنظومة التربوية.

#### 14- بناء حصة التربية البدنية والرياضية:

حصة التربية البدنية أو خطة العمل هي عبارة عن مجموعة من التمارين المختارة المرتبة حسب قواعد موضوعة ذات أغراض معينة لها، وتنقسم الحصة إلى ثلاثة أجزاء: الجزء التحضيري، الجزء الرئيسي، الجزء الختامي.<sup>2</sup>

#### 14-1- الجزء التحضيري:

في هذا القسم يتبع الأستاذ ثلاثة مراحل قبل الدخول بالتلاميذ إلى القسم الرئيسي، فالمرحلة الأولى مرحلة إعداد التلاميذ تربوياً، إذ يتخللها تطبيق النظام كتبديل الملابس، الدخول في الصف حسب تسلسله، الدخول إلى الملعب والمرحلة الثانية هي مرحلة الإحماء، وتشمل أجهزة الجسم المختلفة استعداداً للنشاط المبرمج للوقاية من الإجابات المفاجئة، وعليه وجب التدرج في العمل أما المرحلة الثالثة فهي الدخول في بداية الجزء الرئيسي. في حالة استخدام تدريبات الإعداد البدني في الجزء التحضيري بالحصة يراعى ما يلي:

- أن تعمل على تحسين الصفات البدنية لدى التلاميذ.
- أن تكون على هيئة منافسات بين التلاميذ.
- أن يكون روح التعاون في الجماعة بين التلاميذ.
- أن يكون تقويم ذاتي بين التلاميذ في بعض التدريبات.
- أن تتضمن المكونات البدنية التالية: القوة العضلية، الجهاز العضلي، الجهاز الدوري التنفسي، الرشاقة، المرونة، القدرة، السرعة، التوافق، الدقة، التوازن.

<sup>1</sup> - محمود عوض البسيوني وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص 96.

<sup>2</sup> - مرجع سبق ذكره، ص 111-112.

- أن تؤدي باستعمال بعض الأدوات، وأن تؤدي والتلاميذ في حالة انتشار حربي الملعب وليس على هيئة تشكيلات.

#### 14-2- الجزء الرئيسي:

في هذا الجزء يحاول الأستاذ تحقيق جميع الأهداف التي تم تحديدها مسبقاً، ولا توجد قاعدة عامة لبناء هذا الجزء من الحصّة حتى تطبق على جميع الحصص، ولا يوجد ترتيب معين للأغراض والأهداف، فمثلاً تنمية القدرات الحركية وتعليم تكتيك رياضي، أو توصيل وتحصيل المعلومات والمساهمة في تكوين الشخصية وكما يشمل هذا الجزء على قسمين:<sup>1</sup>

#### 14-2-1- النشاط التعليمي:

يقوم هذا النشاط على المهارات والخبرات التي يجب تعليمها سواء كانت لعبة فردية أو جماعية، وهي تعبر عن أسلوب الأستاذ لتوصيل المادة المتعلمة، "بالشرح والتوضيح"، وبعد الشرح والعرض والإيضاح يبدأ التلاميذ بتنفيذ الحركات والأنشطة سواء كانوا في مجموعات أو على مجموعة واحدة، ويجب على الأساتذة الالتزام بالنقاط التالية:

- متابعة حركة التلاميذ أثناء الأداء موضحاً الخطوات التقريبية وصلب الحركة ونهايتها.
- تنظيم حركة التلاميذ أثناء الأداء من حيث الدخول والعودة.
- يقوم الأستاذ بتصحيح الأخطاء التي يقع فيها التلاميذ.<sup>2</sup>
- يوضح الأستاذ الطريقة الصحيحة، وذلك بالاستعانة بأحسن التلاميذ، أو تكون المساعدة دورية إذا كانت الحركة بسيطة وليست خطيرة.
- إن النشاط التعليمي له عدة مزايا يمكن للأستاذ أن يستعين بها، وتستعملها لصالح التلاميذ وذلك من خلال.

<sup>1</sup> - عفاف عبد الكريم: "طرق تدريس التربية البدنية والرياضية" منشأ المعارف، الإسكندرية، 1989، ص 506.

<sup>2</sup> - محمود عوض البسيوني وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص 144.

- السماح للأستاذ بالإشراف على التلاميذ وخاصة ذوي الإمكانيات المحدودة.

- السماح للتلاميذ بالأداء الصحيح للمهارات، وإعطائهم الفرصة لمشاهدة بقية أفراد الصف.

### 14-2-2- النشاط التطبيقي:

ويقصد به نقل الحقائق والشواهد والمفاهيم بالاستخدام الواعي للواقع العلمي ويتم ذلك في الألعاب الفردية كألعاب القوى والألعاب الجماعية ككرة القدم، وهو يتميز بروح التنافس بين مجموعة التلاميذ والفرق حسب الظروف.

يجب على الأستاذ مراعاة كيفية تطبيق التلاميذ للمهارات المكتسبة حديثا ويتدخل في الوقت المناسب عند حدوث أي خطأ يصاحب هذا النشاط إتباع القواعد القانونية لكل لعبة، كما يتطلب الجانب الترويحي والحرص على شعور التلاميذ بالمتعة وهذا بالإضافة إلى إتباع قواعد الأمن والسلامة.

### 14-2-3- الجزء الختامي:

يهدف هذا القسم إلى تهيئة أجهزة الجسم الداخلية، وإعادتها بقدر الأماكن إلى ما كانت عليه سابقا، ويتضمن هذا الجزء تمارين التهيئة بأنواعها المختلفة كتمارين التنفس والاسترخاء وبعض الألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ، وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بإجراء تقييم النتائج التربوية، ويشير إلى الجوانب الإيجابية والسلبية والأخطاء التي حدثت أثناء الحصة وختام الحصة يكون شعار للفعل أو نصيحة ختامية.<sup>1</sup>

كما أخذت الدراسات الحديثة بعين الاعتبار الساعة التي تلي حصة التربية البدنية والرياضية إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز والانتباه، فيجب التهدئة والاسترخاء.

أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي، فيمكن تصعيد الجهد عن طري ألعاب سريعة تثير وتشد انتباه التلميذ.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> - محمود عوض البسيوني وآخرون، مرجع سبق ذكره، ص 115-116.

<sup>2</sup> - أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990 ص 161.

15- تحضير حصة التربية البدنية والرياضية:

- يتطلب ذلك أن يكون الأستاذ متمكنا من مادته مخلصا في بذل الجهود، ديمقراطية في تعليمه ومعاملاته، ولكي يكون التحضير ناجحا من الناحية التربوية والنظامية يجب مراعاة ما يلي:
- اشتراك التلاميذ في وضع البرنامج فهذه العملية الديمقراطية فيها تدريب لشخصية التلميذ، فهي تشعره بأن هذا البرنامج برنامجه، وأنه لم يفرض عليه، بل اشترك في وضعه فيكون تفاعله معه قويا، فيقل بذلك انصرافه عن النشاط الموضوع إلى نشاط آخر أو بمعنى آخر الخروج عن النظام والموضوع.
  - أن تكون أوجه النشاط ملائمة لمواصفات ومميزات أطوار النمو والتطور للمرحلة التي وضع لها البرنامج فيراعي ميولهم ورغباتهم وقدراتهم وهذا يجعل التلاميذ يرون هدفا يتماشى مع ما يحبونه فيقبلون على النشاط بروح عالية.
  - إدخال أوجه النشاط التي تحتوي على المنافسة، حيث يؤدي ذلك إلى جعل الموقف التربوي مشحونا بالانفعال مما يضمن عدم انصراف التلاميذ من الحصة.
  - أن يكون في الحصة أوجه نشاط كافية لكل تلميذ خلال الفترة المخصصة لها.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> - مروان عبد المجيد إبراهيم: الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2006، ص 203.

### خلاصة:

لقد تطرقنا إلى مفهوم التربية البدنية وعرفنا أهميتها وأسسها العلمية وأهدافها التربوية، وعلاقتها بالتربية العامة والدور الفعال الذي تلعبه في تكوين الشخصية القوية والمواطن الصالح بدنيا وعقليا وخلقا ونفسيا واجتماعيا وعرفنا أن للتربية البدنية والرياضية نفس الأهداف والغايات التي تسعى إليها التربية العامة في إعداد شخصية الفرد المراهق، وهذا ما قدمنا إلى القول بأن التربية البدنية والرياضية هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة، ولا يمكن الاستغناء عنها في تكوين شخصية المراهق وتنشئته وتنشئة اجتماعية سليمة تجعل منه مواطنا صالحا لمجتمعه بصفة خاصة ولائته بصفة عامة.

## تمهيد :

تعتبر المراهقة من أهم مراحل النمو في الحياة الفرد انصبت وجهات اهتمام علماء النفس والاجتماع وعلماء التربية على هذه الفترة وما يتعرض له المراهق من تغيرات وعقبات تجعله متوترا نفسيا ومع المحيطين به، خاصة وسط أسرته، لذلك يقال على هذه المرحلة أنها منعطف خطير في حياة الفرد، وتلعب ردود فعل الأسرة والمدرسة والمجتمع دورا هاما في تخفيف وتحقيق في أدائه النفسي والاجتماعي خلال هذه الفترة الحرجة من العمر أو رفع معدلات التوتر والمعاناة ومن ثم ظهور المشكلات النفسية والاجتماعية في المراهق

وتعد المراهقة أكثر مراحل النمو إثارة لدي الدارسين والباحثين في مجال العلوم النفسية والاجتماعية لما لها من طبعة خاصة .

1- تعريف المراهقة :

1-1- لغة :

تعني النمو وقولنا راهق الفتى أو راهقت الفتاة أي أنها نمت نموا مستطردا، وكلمة المراهق تغيد معنى الاقتراب أو الدنو من العلم وبذلك يؤكد علماء قه اللغة أن الفرد الذي يدنو من الحلم هو اكتمال النمو.<sup>1</sup>

### 2-1- اصطلاحا :

والمراهقة اصطلاحا تعني الفترة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي باكتمال الرشد وتعنت أحيانا بأنها مرحلة انتقالية تجمع بين خصائص الطفولة وسمات الرجولة، ويفصل علماء النفس التكويني باستعمال هذا الاصطلاح اللغوي لان معزاه ينسجم كثيرا والخصائص الجسمية والسلوكية لهذه الفترة من حياة الإنسان<sup>2</sup> . ومصطلح المراهقة مشتق من اللاتيني « Adolece » ومعناه التدرج نحو النضج البدني والجنسي والانفعال والعقل، أي النمو إلى النضج ويستخدم علماء النفس للإشارة إلى النمو النفسي والتغيرات التي تحدث أثناء الانتقال من الطفولة إلى الرشد، كما يتفق علماء النفس أن الطفولة تبدأ بتغيرات جسمية بسحبها البلوغ وتنتهي بإتمام حالة الرشد الكامل التي تقاس بالنضج الاجتماعي والبدني وان كانت هذه الجوانب للنمو لا تتم في وقت واحد .

ولقد عرف الدكتور حسن فيصل المراهقة على أنها فرد يمر بمرحلة من مراحل النمو تظهر فيها تغيرات جسمية واضحة تعرض عليها مطالب عفوية واجتماعية وعقلية قد لا تتناسب معها، ويساندها النمو العقلي الذي يتأخر عن النمو الجسمي، هذا ما يعرف دائما بالتخلف النهائي<sup>3</sup>، مراهقة متأخرة تمتد ما بين 18 و 20 سنة.

وتعني المراهقة من الناحية الزمنية فترة امتداد تبدأ من حوالي الحادية عشر والثانية عشر وتدوم تقريبا حتى العشرينات، من ناحية الفرد متأثرة بعوامل ببيكولوجية وفيزيولوجية والمؤثرات الاجتماعية الحضارية، وحسب مالك محول سلميان فان المراهقة هي ثلاثة مراحل :

- مراهقة مبكرة تمتد بين 11 و 14 سنة .

<sup>1</sup> - ب.ي فؤاد، "الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة" دار الفكر العربي، ص272 .

<sup>2</sup> - ج. نور المراهق، الطبعة الثانية، دار المعارف، القاهرة 1990، ص17 .

<sup>3</sup> - ج. عبد العالي، "بيكولوجية الطفولة والمراهقة وحققها الأساسية" مؤسسة الشرق للطباعة، بيروت 1994، ص73-169 .

- مراهقة متوسطة تمتد بين 14 و 18 سنة .

- مراهقة متأخرة تمتد بين 18 و 21 سنة<sup>1</sup> .

## 2- تحديد مرحلة المراهقة :

يختلف علماء علم النفس في تحديد فترة المراهقة، فبعضه يتجه إلى التوسع في تحديدها، فيرون أن فترة المراهقة يمكن أن تظم إليها التي تسبق البلوغ وهم بذلك يعتبرونها العاشرة والحادية والعشرون سنة بينها يحفزها بعض العلماء في الفترة ما بين الثالثة عشر والتاسعة عشر سنة ويطلعون عليها<sup>2</sup> « The teen Years » وترى اليزابيت مبرك في هذا العدد أن المراهقة بمعناها العام تمتد من النضج الجنسي إلى أن يتمكن الفرد التأكيد القانوني لأستتليه عن الكبار، وترى انه من الصعب تحديد بسن المراهقة بأكثر من تحديد سن الطفولة، وذلك في ضوء المتوسط العام، لان النضج العقلي والاجتماعي والانفعالي يحدث ويتم في أعمار تختلف من فرد إلى آخر، الأمر الذي يتوقف من الناحية الأخرى على الفرص التي توفرها البيئة التي يعيش فيها، وان سن 21 سنة هو السن الذي يعني اكتمال النضج في نهاية مرحلة المراهقة<sup>3</sup> .

## 3- أنواع المراهقة :

الواقع انه ليس هناك نوع واحد من المراهقة، فلكل فرد نوع خاص حسب ظروفه الجسمية والاجتماعية والمادية وحسب استعداداته الطبيعية والمراهقة تختلف من فرد إلى آخر ومن بيئة جغرافية إلى أخرى ومن سلالة أخرى، وكذلك تختلف باختلاف الانمطي الحفرية التي يتربى في وسطها الفرد، فهي من المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر، كذلك تختلف في مجتمع المدينة عنها في مجتمع الريف كما تختلف في المجتمع الذي يفرض الكثير من القيود على نشاط المراهق عنها في المجتمع الحر، الذي ينتج للمراهق فرص النشاط والعمل، وفرص إشباع الحاجات والدوافع المختلفة .

<sup>1</sup>- ميخائيل خليل، "سيكولوجية النمو والمراهقة" دار الفكر الجامعي، الإسكندرية الطبعة الثانية 1994، ص330 .

<sup>2</sup>- م. محي الدين "محاضرات في علم النفس الاجتماعي" ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ص163 .

<sup>3</sup>- ميخائيل خليل "مشكلات المراهقين في المدن والريف" دار المعارف، القاهرة 1970، ص73 .

**3-1- مراقبة سوية أو مكيفة :**

خالية من المشكلات والصعوبات، وتتسم بالهدوء والميل إلى الاستقرار العاطفي، والخلو من جميع التوترات الانفعالية السلبية وتتميز فيها علاقة المراهق بالآخرين بالحسن والتفتح .

**3-2- مراقبة انسحابي :**

حيث ينسحب المراهق فيما من مجتمع الأسرة ومجتمع الأقران ويفضل الانعزال والانفراد بنفسه، حيث يتأمل ذاته ومشكلاته، وهي معاكسة للمراهقة المكيفة والسوية .

**3-3- مراقبة منحرفة :**

يتميز فيها المراهق بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي وعدم القدرة على التكيف وأراء الآخرين .

**3-4- مراقبة عدوانية :**

حيث يتسم سلوك المراهق فيها بالعدوان على نفسه وعلى غيره من الناس والأشياء، ويتميز كذلك بتمرد المراهق على الأسرة والمدرسة والمجتمع، وعدم التكيف، والتخلي بالصفات اللاخلاقية<sup>1</sup> .

**4- خصائص المراهقة (مظاهرة النمو والتغير) :**

النمو سلسلة متتابعة ومتعكسة من التغيرات تهدف إلى غاية واحدة هي اكتمال النضج ومدى استمراره وبدء انحداره، فالنمو بهذا المعنى لا يحدث فجأة أو عشوائياً، بل يتطور بانتظام خطوة ويستند في تفوره، هذا على صفات هامة تحدد ميدان أبحاثه، ويعتبر فترة المراهقة مرحلة هامة لدى الفرد، وكلما قلنا تحدث تغيرات وتحولات تطراً على الفرد من كل النواحي والجوانب، سواء كانت من الناحية الجسمية أو العقلية والانفعالية، أو النفسية والاجتماعية والحركية .

وسنعالج فيما يلي بالتفصيل هذه المظاهر المختلفة وإثرها على تكوين شخصية المراهق .

**4-1- الخصائص الجسمية (النمو الجسمي) :**

<sup>1</sup>- ع.ز. عيسوي، "علم النفس النمو" دار المعرفة الجامعية، لبنان 1995، ص42-43.

تعد التغيرات التي تحل بالجسم خلال هذه الفترة مؤشرا لنمو المراهق وعليه أن يتكيف مع تغيرات أعضاء جسمه ويستجيب للنتائج والآثار التي تتركها هذه التغيرات .

ومن هنا فان مرحلة المراهقة تمتاز بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضج حيث يزداد الطول والوزن وتنمو العضلات والإطراف، ولا يتخذ النمو معدلا واحدا في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤول هذه السرعة إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة، ويؤدي به ذلك إلى اضطراب السلوك الحركي، كذلك يلاحظ إفراز بعض الغدد وضعف بعضها الآخر، فالغدة، فالغدة النكفية يزداد إفرازها، ويؤدي ذلك إلى سرعة النمو في العضلات وخلايا الأعصاب، ومن حيث الطول والوزن يظهر الفتيان اقل هبة من الفتيات عند بداية البلوغ، إلا أن الفتيات يسبقن قليلا في النمو، وتدل الدلائل أن الفتيات يكن في المتوسط أطول من البنين من 11 سنة إلى 14 سنة، أما في 15 سنة فان الفتيان يكونون أطول بعض الشيء من البنات وعادة تبدأ معظم الزيادات في طول الساقين ثم الخدع ثم اكتمالها في البدين وعادة تبدأ معظم الزيادات في طول الساقين ثم الخدع ثم اكتمالها في الدين والرأس والأقدام والأكتاف كما نجد أن البنات تظل فترة طويلة متفوقات على الأولاد من حيث النمو العقلي، وقد يسبب لهن إحراجا كما نلاحظ الفرق في النمو عند الأولاد، فالبنات تصل إلى أقصى درجة من القوة في السن التي يظهر لديها فيها الحيض، بينما الولد يزيد قوة وطولا طوال فترة المراهقة<sup>1</sup> وهناك إغراض تظهر عند المراهقين في هذه الفترة وذلك ما بين 12 و 15 سنة، وهي خشونة العيون، السمنة، النحافة ويعود ذلك إلى ازدياد نشاط العدد الجنسية ونضجها، بالإضافة إلى علاقتها بالعدة النخامية والدرقية وخير دليل على ما ذكر هو هذه النسب :

س12 سنة : متوسط الطول عند البنين 143.1سم، والوزن 37.1 كغ، متوسط الطول عند البنات 147 سم، والوزن 41.5 كغ .

س14 سنة : متوسط الطول عند البنين 157.1 سم، والوزن 58.5 كغ، متوسط الطول عند البنات 157.1 سم، والوزن 50.5 كغ .

1- عماد الدين، "النمو في مرحلة المراهقة" دار التعلم الكويت 1986، ص38 .

18 سنة : متوسط الطول عند البنين 169.3 سم والوزن 60.4 كلغ، متوسط الطول عند البنات 159.3 سم والوزن 55.8 كلغ .  
ويلاحظ جليا من خلال هذه النسب :

- تفوق البنات على البنين في الطول والوزن عند سن 12 سنة .
- تساوي في الطول وتقارب في الوزن عند السن 15 سنة .
- تفوق واضح عند البنين في الطول والوزن في سن 18 سنة .
- استمرار هذا التفوق عند سن 21 سنة <sup>1</sup> .

#### 4-2- الخصائص الحركية :

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه المراهقة في النمو الحركي حيث يرى "كولين" أن حركات المراهق في سن 13 سنة تتميز بالاختلال في التوازن واضطراب بالنسبة للنواحي التوافق والتناسق والانسجام، أما "نما نكرج" فيرى بأنها فترة ارتباك حركي واضطراب <sup>2</sup> .

وعلى العموم فإن التغيرات التي تظهر عند المراهق تغيرات عفوية فزيولوجية جسمية، دليل على نفج الجسم الذي يعتبر خطوة نحو اكتمال شخصيته، ويظهر تأثير الناحية الفزيولوجية بشكل واضح فيزداد (حجم القلب) كما يسرع النمو الجسمي عند البنات عنه في البنين بفرق عامين تقريبا، في الوقت الذي تعل فيه البنات أقصى طولهن وفي هذا النمو السريع الغير منتظم يضطرب التوافق العصبي العقلي فتقل الحركة، الرشاقة والخفة ويختلف الرجل عن المرأة من الناحية التسريحية، حيث تكون عظام الرجل من الأشكال النوبية، وكمية النسيج العقلي عنده أكثر من كمية الدهن أما المرأة فتكون سعتها الحيوية اقل <sup>3</sup> .

#### 4-3- الخصائص العقلية (النمو العقلي المعرفي) :

<sup>1</sup>- مرجع نفسه ، ص38 .

<sup>2</sup>- مرجع سبق ذكره ، ص38-39 .

<sup>3</sup>- أ. البراوي، "مشاكل المراهقة" مجلة التكوين والتربية، العدد3، دار القلم، الكويت، ص32 .

يطور الطفل في مراهقته فعاليته، حيث تتطور وتنمو قابليته للتعلم والتعامل مع الأفكار المجردة، وإدراك العلاقات وحل المشكلات كما تتطور نحو التمايز والتباين حيث يتضح ذلك فيما يلي :

#### 4-3-1- الانتباه :

بالرغم من الأزمة التي يمر بها المراهق إلا أن قيمة الانتباه تزداد عنده حيث يزداد مستواه بشكل واضح في مداه ومدته، فهو يستطيع استيعاب مشاكل معقدة في يسر، والانتباه هو المجال الذي يبلور للإنسان شعوره بشيء في مجال إدراكه .

#### 4-3-2- التذكير :

يتبين في هذه المرحلة على أساس الفهم، فتعتمد عملية التذكر على القدرة على الاستيعاب والتعرف، والقدرة على الاحتفاظ، وترتبط عملية التذكر بنمو قدرة الفرد على الانتباه بدرجة نحوها أو عزوفه عنها وكذا قدرة الفرد على استنتاج العلاقات الجديدة بين التوقعات المتذكورة .

#### 4-3-3- الذكاء :

هو محصلة النشاط العقلي كله أو القدرة العقلية الأمة التي تبين المستوى العام للفرد، كما عرفه "بيرت" فانه القدرة العقلية المعرفية العامة ويقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية بل تأثره بالنواحي الإدراكية، وهذه المرحلة وجب فيها استخدام اختبارات الذكاء والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة واكتساب إمكانيات وقدرات من جهة أخرى، لتضمن له بدء التعمق الدراسي بالأخص والتوافق الدراسي<sup>1</sup> .

#### 4-3-4- التخيل :

يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان وله وظائف عدة يمكن أن يحققها للمراهق، فهو أداة ترويحوية، كما انه مسرح للمطامح غير المحقق، وله وظائف عدة، ذلك أن الخيال يعتبر وسيلة من وسائل حل المشكلات بالنسبة للمراهق ووسيلة هامة لتحقيق الانفعالات :

<sup>1</sup>- ب.س. فؤاد، "الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة"، دار الفكر العربي، ص283 .

## 4-3-5- الإدراك :

يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية وعلى هذا الأساس وبهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة والتي تقوم على البرهنة والإقناع، ولهذا تبدو أهمية المواهب التي تؤكد الفروق العقلية الواسعة والعريضة بين الأفراد المختلفين من خلال إدراك القدرات على فهم الحياة .

## 4-3-6- الاستدلال والتفكير :

التفكير وحل المشكلات القائمة، إذ استطعنا أن ننهي في المراهق القدرة على التفكير الصحيح والمؤسس على النهج العلمي البعيد عن الأهواء والمعتقدات الخاطئة، يتمكن من معالجة المشاكل عن طريق استنتاج عقل سليم، حيث يرتفع من التفكير الجسمي ويرتقى إلى مرتبة التفكير المجرد، حيث يستخدم فيه الاستدلال بنوعية والاستقراء والاستنتاج، وما يهم المراهق أن تفكيره دائما مبني على افتراضات للوصول إلى حل المشكلات<sup>1</sup> .

## 4-4- الخصائص الاجتماعية (النمو الاجتماعي) :

المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق يحتم عليه قوانين وتقاليد يجب عليه احترامها، وبالتالي يحاول أن يتمرد إذا استطاع فينشأ صراع بينه وبين المجتمع الذي يعيش فيه، وان لم يوجع المراهق التوجيه السليم فانه يضر نفسه أو يؤثر على المجتمع الذي يعيش فيه .

وتزداد أهمية العلاقات الاجتماعية للناشئ بتقدمه ودخوله إلى المراهقة وذلك لتشعب تلك العلاقات وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكه ولذلك فقد اعتبر النمو الاجتماعي من الأمور الأساسية في هذه المرحلة، حيث أعير له اهتمام لدي الباحثين، واستطاعوا كشف الكثير من الخصائص والتي أثبتتها الدكتورة "مصطفى فهمي" في ثلاثة عناصر أساسية هي :

❖ يميل المراهق في السنوات الأولى إلى مسايرة المجموعة إلى ينتمي إليها فيحاول

أن يظهر بمظهرهم ويتصرف كما يتصرفون، لتجنب كل ما يؤدي إلى إثارة

<sup>1</sup>- م. محي الدين، "محاضرات في علم النفس الاجتماعي" ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، ص66 .

النزاع بينه وبين أفراد الجماعة ويجعل في احترامه، وإخلاصه لهم وخضوعه لأفكارهم نوعاً من تحقيق الشعور بالإثم الناجم عن طاعته لوالديه، ولمدرسته .

❖ في السنوات الأخيرة يشعر أن عليه مسؤوليات نحو الجماعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يقوم ببعض الخدمات وبعض الإصلاحات في تلك الجماعة بغية النهوض بها .

❖ اختيار الأصدقاء أي ما يتطلبه المراهق من صديق هو ذلك الذي يكون قادراً على فهمه ويظهر له الود والحنان مما يساعده على التغلب على حالات الضيق، ففي بعض الأحيان يكون الصديق أكبر منه سناً ويشترط عدم السلطة المباشرة والعلاقة تكون مبنية على الود والاحترام.<sup>1</sup>

#### 4-5- الخصائص الانفعالية (النمو الانفعالي) :

يجمع علماء النفس بان انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن انفعالات الطفل وتشمل هذه الاختلافات النواحي التالية :

- نلاحظ أن في هذه السنوات المراهق يثور لأتفه الأسباب .
- يتميز المراهق في هذه الفترة بانفعالات حادة مختلفة ومتقلبة وعدم الثبات أي ينتقل من انفعالات إلى أخرى في مدى قصير، من الزهد إلى الكبرياء إلى القنوط ثم إلى اليأس .
- لا يستطيع التحكم في مظاهره الخارجية لحالته الانفعالية أن اثار غضبه مثلاً : يصرخ ويعصى ويدفع الأشياء ونفس الشيء إذا فرح، فنجدته يشد الرباط على عنقه، او يقوم ببعض الحركات العصبية .
- يتعرض في بعض الظروف إلى حالات اليأس، وينشأ هذا الإحباط في فشلة في أما نية، وعواطف جامحة تدفعه إلى التفكير في الانتحار في بعض الأحيان .

<sup>1</sup>- ب.س. فواد، "الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة"، دار الفكر العربي، ص300 .

- يبدأ تكون بعض العواطف الشخصية كالاعتزاز بالنفس والعناية بالهندام وطريقة الجلوس والشعور بان له الحق في إبداء الرأي ويكون عاطفياً نحو الأساليب الحميدة<sup>1</sup>.

#### 5- الاحتياجات السامية للمراهق :

##### 1-5- الحاجة إلى المكانة :

أن حاجة المراهق إلى المكانة من أهم حاجاته، فهو يريد أن يكون شخصاً هاماً له مكانة في جماعته، وان يعترف به كشخص ذو قيمة، فالمكانة إلى يطلبها المراهق بين رفاقه أهم لديه من مكانته بين أبويه، ومعلميه، ومن هنا كانت أهمية حرص المعلم على أن تكون فعاليات المراهق مما يوفر لهم المكانة فالمراهق حساس وحريص على ألا تعامل بمعاملة الأطفال، وتشمل الحاجة إلى المكانة على :

- الانتماء إلى جماعة الرفقاء .
- المركز والقيمة الاجتماعية .
- الشعور بالعدالة في المعاملة .
- الحاجة للاعتراف به، من طرف الآخرين .
- المساواة مع رفاق السن في المظهر والملابس والمال ... الخ .

##### 2-5- الحاجة إلى الانتماء :

تشبه هذه الحاجة الحياة الاجتماعية الطبيعية سواء كان في المنزل أو في المدرسة أو في النادي الرياضي، فوسيلة إرضاء هذه الحاجة أن يشعر المراهق انه ليس قائماً بمفرده، وإنما هو في جماعة يشعر فيها بوجود علاقات طيبة بينة وبين غيره، وكذلك كان من أقصى العقوبات التي يمكن أن تقع على الرياضي أو التلميذ المراهق هي أن يخرج من المدرس أو المعلم من وسط زملائه، ويعزله عن نشاطهم، فواجب المدرسة أن تتيح للتلميذ فرصة العمل الجماعي، وتشمل الحاجة إلى الانتماء فيما يلي:

- الأصدقاء .

<sup>1</sup>- مرجع سبق ذكره ، ص300 .

• القبول والتقبل الاجتماعي .

• الشعبية .

• الانتماء إلى الجماعة وإسعاد الاخوين <sup>1</sup> .

### 3-5- الحاجة إلى الحرية والأمن :

أن الحرية نزعة أو دافع من الفرد مرتبطة بفرديته، وإمكانية تصرفه وتحمله مسؤولية هذا التصرف، فالتلميذ المراهق يتضايق في كل ما يعيق حريته والحركة والكلام، وواجب المدرسة أو النادي الرياضي إزاء هذه الحاجة أن يتخذ المدرس موقفا موجها، فيجعل لتلاميذه حرية العمل لا موقف الحاكم المستبد أو الأمر المطاع، فيكون جو المدرسة مشبعا بالحرية فلا تظهر فيه السلطة إلا عند الضرورة، وهذا ليس معناه أن منح التلاميذ الحرية المطلقة لأنه في نفس الوقت يحتاج إلى أن يشعر بالضغط والتوجيه، وتتضمن هذه الحاجة في :

• البقاء حيا .

• الاسترخاء والراحة .

• تجنب الخطر والألم .

• المساعدة في حل المشكلات الشخصية .

### 4-5- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار :

• التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك .

• إشباع الذات عن طريق العمل .

### 5-5- الحاجة إلى الإشباع الجنسي :

<sup>1</sup> - ع.س. زهران حامد، علم النفس النمو بيروت 1972 من ص 378.

يلاحظ عند المراهق بشكل ملفت للانتباه حاجاته إلى الاشباعات الجنسية والاهتمام بالجنس الآخر وحبه لهن قصد اتخاذ صداقة ملائمة بين الجنسين وتربطها استمرارية تعاطفية مستوحاة من الواقع الذي يعيش فيه .

5-6- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسن الذات .

وتتضمن هذه الحاجة ما يلي :

- النمو كان يصبح سويا وعادلا .
- العمل لبلوغ الهدف ومعرفة الذات .
- معارف الآخرين وتوجيه الذات <sup>1</sup> .

#### 6- تشكل الهوية :

يشير اريكسون (1963-1968) ERIKSON وهذا ما أشار إليه كل من الغادي (تحت الطبع، تحت الإعداد) إلى أن تشكيل الهوية محور التعبير في مرحلة المراهقة قلب التغيير في هذه المرحلة، حيث يشير على وجه العموم إلى "حالة داخلية تفصل الإحساس بالتفرد والوحدة والتالف الداخلي، والتماثل والاستمرارية المتمثل في إحساس الفرد بارتباط وحاضره ومستقبله والإحساس بالتماسك الداخلي والاجتماعي متمثلا في إحساس الفرد بذاته كوحدة واحدة وأيضا بارتباطه بمجتمعه والدعم الاجتماعي الناتج عن هذا الارتباط <sup>2</sup>، أنها باختصار الإجابة على تساؤلات مثل ( ما دوري في هذه الحياة والى أين اتجه)، وانطلاقا مما سبق فانه الهوية تتضمن ما يلي (ERIKSON ، ألعامدي، تحت الطبع عبد الرحمان، 1968، ص272 .

#### 6-1- التماسك الاجتماعي INNERAND SOCIAL SOLIDARITY :

ويقصد به إحساس الفرد بتلك القيم والمثاليات التي يؤمن بها المجتمع وتمسكه بها على نحو يرضي به نفسه والآخرين، فهي تعني عملية مستقرة تتميز بها ذاته في ارتباطها مع

<sup>1</sup> - مرجع سبق ذكره، ص402 .

<sup>2</sup> - نجمة بنت عبد الله محمد الزهراني، أطروحة ماجستير في التعليم سنة 2005 .

الآخرين لها في ضوء تلك المعايير والقيم أي أن الهوية لا تختص فقط بذات الفرد بعيدا عن ثقافته الاجتماعية بل تشمل ذلك جميعا، وبذلك فإن الفرد يحيا حياة اجتماعية مستقرة تتوازن فيما ذاته الداخلية مع ذاته الخارجية في منحى يسويه على نحو السواء النفس للفرد .

كما يشير محمد (2000، 16) إلى الهوية "تنظيم ديناميكي داخلي معين للحاجات والدوافع ولقدرات ومعتقدات والمدرجات الذاتية، بالإضافة إلى الوضع الاجتماعي السياسي للفرد، وكلما كان هذا التنظيم على درجة جيدة كلما كان الفرد أكثر إدراكا أو وعيا بتفرده وتشابهه مع الآخرين، وأكثر إدراكا لنقاط قوته وضعفه، أما إذا لم يكن هذا التنظيم على درجة جيدة، فإن الفرد يصبح أكثر التباسا فيما يتعلق بتفرده عن الآخرين، ويعتمد بدرجة كبيرة على الآخرين وتقديره لذاته، كما ينعدم الاتصال، بين الماضي والمستقبل بالنسبة له، فيفقد في نفسه وفي قدراته السيطرة على مجريات الأمور، وبالتالي ينعزل عن حياة غالبية المجتمع الذي يحي فيه <sup>1</sup> .

#### 7- مشاكل المراهقة :

إن مشكلات المراهقة هي نتائج طبيعية لديناميكية المرحلة، والوضع الاجتماعي للمراهق هو المناخ النفسي للأسرة، والإطار الخلفي والديني للمجتمع، وعناصر الاحتكاك بين هذه الأطراف، ولا بد من الإشارة إلى إن مشاكل المراهقة متفاوتة من حيث الدرجة والحدة، فبعضها يمكن إن يكون من طبيعة النمو وبالتالي تنخفض شدته وحدته ويزول بزوال المرحلة وإنهائها، والبعض الآخر يمكن أن تكون شديدة الحدة والخطورة وبالتالي تحتاج إلى تدخل نفسي من طرف أخصائي في هذا المجال، ولهذا فقد تم تصنيف مشكلات الشباب على النمو التالي

#### 7-1- المشاكل النفسية والجسدية (الصحية) :

##### 7-1-1- المشاكل النفسية :

ويتمثل هذا النوع من المشاكل في التردد وأحلام اليقظة وعدم القدرة على التركيز من تقلب الحالة المزاجية، وشدة الانفعالات وعدم القدرة على ضبطها والتحكم فيها، وتأنيب

<sup>1</sup> - مرجع سبق ذكره ، ص 22 .

المراهق لنفسه باستمرار، وعدم القدرة على التعبير عن ذاته، أن هذه المشاكل النفسية أو سواها من طبيعة وخصائص المراهق حيث يكون جهاز الشاب أو نظامه النفسي ف حالة حيرة وعدم استقرار، فالتطرق هو السائد لديه فلم يستطيع الاعتدال في سلوكياته<sup>1</sup>.

ومن المشكلات النفسية التي تلاحظ في سلوك المراهق هي :

- النزعة العدوانية : وهي من المشكلات الشائعة بين المراهقين، وتتمثل في العدوان على الآخرين من زملائهم، وإغراضهم تختلف من شخص لآخر، وتتمثل في الاعتداء بالضرب والشتيم، والاعتداء بالسرقة<sup>2</sup>.
- العناد : وهو الإصرار على موقف التمسك بفكرة أو باتجاه معين، والعناد حالة مصحوبة بشحنة انفعالية مضادة للآخرين الذين يرغبون في ثني شخصية المراهق<sup>3</sup>.
- الخجل والانطواء : هي تعبيراً عن نقص في التكيف مع الموقف، وإحساس من جانب الشخص انه غير جدير بمجابهة الواقع، ولكن الخجل والانطواء قد يحدثان بسبب عدم الألفة لموقف جديد أو بسبب مجابهة أشخاص غرباء أو مثيرات مؤلمة لمواقف سابقة مشابهة للموقف الذي يحدث للشخص خجلاً وانطواء<sup>4</sup>.
- التردد : وهي مشكلة معروفة كثيراً، حيث أن جميع المراهقين يفتقدون الثقة بالنفس، حيث لا يبدأ احد منهم عملاً ما حتى يسارع في تركه، والبدء في عمل آخر جديد<sup>5</sup>.

### 2-1-1- المشاكل الصحية :

أن المتاعب التي يتعرض لها المراهق في سنه، هي السمنة أو يصاب بسمنة بسيطة مؤقتة، ولكن إذا كانت كبيرة يجب العمل على تنظيم الأكل والعرض على طبيب أخصائي، فقد تكون وراءها اضطرابات شديدة للغدد، كما يجب عرض المراهق إلى

<sup>1</sup>- أ. امل، "بحوث ودراسات في علم النفس"، مؤسسة الرسالة، الناشر، طبعة 1، مصر 2001، ص 90.  
<sup>2</sup>- م. ميخائيل، "رعاية المراهقين"، دار الغرب للطباعة، عمان 1991، ص 145.  
<sup>3</sup>- م. ميخائيل "رعاية المراهقين" مرجع سبق ذكره، ص 145.  
<sup>4</sup>- ر. محمد، "المراهقة وسن البلوغ" دار المعارف للطباعة والنشر، بيروت 1974، ص 220.  
<sup>5</sup>- أ. امل "بحوث ودراسات في علم النفس" مؤسسة الرسالة، الناشر، طبعة 1، مصر 2001، ص 90.

انفراد مع الطبيب للاستماع إلى متاعبه، وهو في ذاته جوهر العلاج لان المراهق إحساس خارق بان أهله لا يفهمونه<sup>1</sup>.

### 2-7-2- المشاكـل الاجتماعية :

أجريت دراسات عديدة حول المشكـلات الاجتماعية من دراسات (بيترسون 1921، زهران 1988، نجاتي 1963، ومنيزة علمي 1966)، وتتعلق هذه الدراسات بتطلع المراهق إلى أن يكون مقبولا من جماعة الرفقاء والأصدقاء بالسلوك المناسب في المواقف الاجتماعية، الخوف من ارتكاب الخطأ، الخوف من مقابلة الناس ونقص القدرة في الاتصال بالآخرين، وعدم القدرة على إقامة علاقات جديدة وأيضا الوحدة ونقص الشعبية، ورفض الجماعة له اعتبار لا يزال صغيرا وعبرها من المشكـلات الاجتماعية الأخرى .  
ومن بين المشكـلات الاجتماعية المتوسطة الحدة :

### 1-2-7- مشاكـل أسرية :

يرغب الأهل أو بعضهم على الأقل في تبعية المراهقين لهم بصفة مطلقة وبقابلها الشباب بالرفض ومحاولة الاستقلال مما يؤدي إلى نشوء خلافات ومشاحنات، لا بل صراعات عائلية سواء بين الأبوين أو بين الأبناء أنفسهم، وهناك مشكـلات تتعلق بالواقع الاقتصادي للأسرة والتفاوت في الإمكانيات المادية، الأمر الذي يتعص حياة المراهق الاجتماعية، ويجعلها جحيما، ويطرح تساؤلات عديدة<sup>2</sup>.

### 2-2-7- مشاكـل مدرسية :

ان المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهق معظم أوقاته، وسلطة المدرسة ترفض ثورة المراهق، وتتمثل هذه المشكـلات في انه لا يستطيع أن يعمل ما يريد، كما تلف الخبرة والتخبط والقلق حياة المراهق من الاسترجاع وعدم الاهتمام من المدرسة والأسرة بآراء التلاميذ ومشكـلاتهم وبالتالي تأخذ مظهرا سلبيا للتغيير عن ثورته، كاصطناع الغرور والاستهانة بالدروس أو المدرسة، أو المدرسين إلى درجة تصل إلى العدوان .

<sup>1</sup>- المرجع نفسه ، ص91 .

<sup>2</sup>- م. ميخائيل "رعاية المراهقين" دار الغريب للطباعة، عمان 1991، ص73 .

### 7-2-3- مشاكل في المجتمع :

أن الإنسان بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة يميل إلى الحيلة الاجتماعية أو إلى العزلة، فالبعض منهم يمكنهم عقد صلات اجتماعية بسهولة للتمتع بمهارات اجتماعية تمكنهم من كسب الأصدقاء، والبعض الآخر يميلون إلى العزلة والابتعاد عن الآخرين لظروف اجتماعية نفسية، وكل ما يمكن قوله في هذا المجال أن الفرد لكي يحقق النجاح الاجتماعي وينهض بعلاقات اجتماعية لابد أن يكون محبوبا من طرف الآخرين، وان يشعر بتقبل الآخرين له .

### 8- الممارسة الرياضية وعلاقتها بالمراهق :

تشير النتائج والبحوث المعنية بدراسة دوافع المشاركة أو الانسحاب من الرياضة وخاصة للأطفال والمراهقين إلا أن تلك الدوافع تتميز بالتعدد والتنوع، ومن أمثلة عن الدوافع التي عبروا عنها للمشاركة في الرياضة، الرغبة في تحقيق الاستمتاع، والمشاركة واكتساب الأصدقاء، وتحسين وتطوير مهاراتهم والارتقاء والتقدم بمستوى اللياقة البدنية، وتحقيق خبرات النجاح والتفوق، وقد استطاع كل من "ويس" و "بينلشكوف" 1989 تصنيف أسباب مشاركة النشء في الرياضة إلى فئات أربعة هي :

• الكفاية .

• الانتماء .

• اللياقة .

• الاستمتاع <sup>1</sup> .

ولقد حاول العالم البحث "روديك" RUDIK تحديد أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وتقسيمها إلى نوعين هي <sup>2</sup> :

### 8-1- الدوافع المباشرة :

- الشعور بالارتياح كسبب للتغلب على التدريبات الشاقة والصعبة .

<sup>1</sup>- بوري ودمان، "التدريب الرياضي علم وفن" ترجمة عصام بدوي وكامل اسامة راتت القاهرة، دار الفكر العربي 2004، ص100 .

<sup>2</sup>- سعد جلال، علاوي محمد، "علم النفس التربوي" (مصر، دار المعارف 1986)، ص87 .

- المتعة الجمالية كنتيجة الرشاقة والمهارة، وجمال الحركات .
- الإحساس بالرضا بعد نشاط بدني أو عضلي يتطلب جهدا أو وقتا وخاصة إذا ارتبط بالنجاح .
- المشاركة في المنافسات الرياضية والمنافسات التي تعتبر ركنا لها من أركان النشاط البدني والرياضي .

#### 2-8- الدوافع الغير المباشرة :

- ممارسة النشاط البدني لإسهامه في رفع قدرة الفرد .
- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عند ممارسة النشاط البدني .
- الوعي بالشعور الاجتماعي الذي يقوم به الرياضي بانتمائه إلى النوادي .

#### 3-8- خصائص الأنشطة الرياضية للمراهق :

لقد أكدت الدراسات والبحوث الحديثة أن هناك وحدة بين جميع النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية، وان النمو يشمل جميع النواحي ولا يمكن فصل ناحية من أخرى، وتحقيقا لمبدأ التكامل والاستقرار في النمو يجب على المراهق أن لا ينقطع على النشاط البدني لفترات طويلة، ولتحقيق هذا يكمن الاعتماد على البرنامج المدرسي في الثانوية وتحديد برنامج التربية البدنية والرياضية وذلك بان يهتم بالجوانب التالية :

- رفع مستوى الأداء الرياضي .
- إتاحة الفرصة لتعلم القيادة والانضباط .
- تعلم القوانين والألعاب وكيفية ممارستها .
- تعلم كيفية الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية<sup>1</sup> .

#### 4-8- المراهقة وممارسة النشاط البدني والرياضي :

من الطبيعي أن التربية البدنية والرياضية تساعد المراهق على التعرف عن قدراته البدنية والعقلية ويكشف من خلالها عن مواهبه، إضافة بطبيعة الحال اكتسابه للسلوك

<sup>1</sup> - أسامة كامل، راتب إبراهيم، عبد ربه خليفة، "النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل" دار الفكر العربي، القاهرة 1999، ص127 .

السوي حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي المدرسي وسيلة تربوية لها تأثيرا ايجابيا على سلوك التلميذ في مرحلة المراهقة من حيث :

- اكتساب القيم الأخلاقية .
- الروح الرياضية .
- قيمة اللعب النظيف .
- الالتزام بتطبيق القوانين وقواعد اللعب .
- تحمل المسؤولية .
- التنافس في سياق تعاونها .

لذا يجب أن يهتم المربي الرياضي بتقديم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربوية تؤكد إظهار الجوانب الايجابية للسلوك واكتساب القيم الأخلاقية<sup>1</sup> .

#### 5-8- تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق :

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

ففي الفريق يتعود المراهق على تقبل الهزيمة بروح من ناحية والكسب بدون غرور من ناحية أخرى وكيفية تقبل مرافق التنافس لتلك المنافسة التي لا بد له أن يقابلها في الحياة، اذن واللعب هو النشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبته تلقائيا دون أن يكون له هدف مادي معين، وهو احد الأساليب الطبيعية التي يعبر الفرد من خلالها على نفسه .

أن الألعاب التي تحقق بها مختلف الأنشطة الرياضية هي المادة المستعملة في التحقيق والعلاج النفسي، فهي متنوعة وتمنح الفرد فرصة للتعويض وللتخفيف من الاحباطات

<sup>1</sup>- مرجع سبق ذكره ، ص127 .

التي يعانيها المراهق، كما تساعد على التحكم في المشاكل كالقلق والاحباطات والعنف، والتعبير عن الصراعات المقلقة والتي تكون معانيها مختلفة باختلاف الفرد وشخصيته<sup>1</sup>.

### خلاصة

تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف المراهقة وتحديد زمنيها، والتعريف بأنواعها، والخصائص التي تتميز بها هذه المرحلة والاحتياجات السامية للمراهق، كما تم التطرق إلى المشاكل النفسية الجسدية والاجتماعية إلى يعاني منها المراهق، والتي يمكن أن تؤدي به إلى سلك طريق الانحراف والعزلة، كما تطرقنا إلى تبيان الأهمية النفسية والجسدية والاجتماعية للنشاط البدني عند المراهق ودورها في التخفيف من المشاكل التي يعاني منها في هذه المرحلة كنتيجة لممارسة للتربية البدنية والرياضية.

<sup>1</sup> - م. ميخائيل، "رعاية المراهقين" دار الغريب للطباعة، عمان 1991، ص 147.

تمهيد :

بعد محاولتنا لتغطية الجانب النظري لهذه الدراسة سنحاول في هذا الجزء أن نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي، بالقيام بدراسة ميدانية وذلك عن طريق توزيع مقياس وهو مقياس في التكيف الاجتماعي على تلاميذ المرحلة المتوسطة ولقد تمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها، ومن ثم تقديم مناقشة وتحليل النتائج المتوصل إليها من خلال المقياس وفي الأخير نقوم بعرض الاستنتاج وسنحاول في توضيح مدى صدق الفرضيات التي تضمنتها هذه الدراسة ومدى تحقق هذه الفرضيات.

## 1- المنهج:

يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة العمليات و الخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه<sup>1</sup> و بالتالي فالمنهج ضروري للبحث إذ هو الذي يبين الطريق و يساعد الباحث في ضبط أبعاد و مساعي و أسئلة و فروض البحث<sup>2</sup>.

ونجت الدراسة الحالية المنهج الوصفي المسحي، و هذا لملائمته لطبيعة موضوع الدراسة و نوع المشكل المطروح.

والذي عرفه محمود عوض بسيوني: " هو كالاتقضاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية كما هي في الوقت الحاضر قصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديدا لعلاقة بينها و بين الظواهر الأخرى".<sup>3</sup>

<sup>1</sup>-mourise angers-initiation pratique à la méthodologie des science humains -éd :casbah/Alger-cec-1 qubes-1996-p.58.

<sup>2</sup>-jean claud combessie -la méthode en sociologie(série approches).éd casbah-Alger-la découverte-paris-1996-p.09.

-محمد عوض بسيوني- نظريات و طرق التربية البدنية- د.م.ج -الطبعة 02-الجزائر-1992- ص-105.<sup>3</sup>

**2- الدراسة الاستطلاعية :****2-1- ثبات الاختبار :**

إن كلمة الثبات تعني في مدلولها الاستقرار وهذا يعني لو قمنا بتكرار الاختبار لمرات متعددة على الفرد لأظهرت النتائج شيئاً من الاستقرار وذلك بأن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أستخدم أكثر من مرة تحت نفس الظروف وعلى نفس الافراد<sup>1</sup> ، ولهذا قمنا بتطبيق طريقة تطبيق الاختبار و إعادة الاختبار باستخدام معادلة بيرسون لحساب الارتباط .

**2-2- صدق الاختبار :**

من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا معامل الصدق الذاتي باعتباره صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية والتي خلص من شوائبها أخطاء القياس والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

**2-3- موضوعية الاختبار :**

تعني عدم توقف علامة السؤال او الاختبار على شخصية أو رأي المصحح ، أي أنه في الاختبار الموضوعي لا تختلف العلامة باختلاف المصححين.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> - رشيد زرواني مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية ، دار الهدى، ط1، عين مليلة - الجزائر، 2007 ، ص334.

<sup>2</sup> - زيد الهويدي ، أساسيات القياس والتقويم ، دار الكتاب الجامعي ، ط1، الإمارات العربية المتحدة ، 2004، ص02

**2-4-4- الثبات و الصدق :****2-4-1- الثبات :**

قمنا بحساب ثبات اختبار القلق \_محمد حسن علاوي \_ ولجانا ايضا الى تطبيق واعادة تطبيق الاختبار \_معامل الارتباط عبر الزمن \_ بعد أسبوع من التطبيق الثاني لا واستعمالنا معامل الارتباط بيرسون وتوصلنا ان :  $R=0.85$  وتبين ان المقياس ثابت بنسبة 85 %

**2-4-2 الصدق :**

من خلال هذه المعطيات التي ذكرناها ثبت لنا صدق اختبار القلق ومع ذلك فإننا قمنا بالتأكد من صدق المقياس من خلال الصدق الذاتي - الجذر التربيعي لمعامل الثبات-

أما بالنسبة للاتجاه النفسي كان الجذر التربيعي لمعامل الثبات 0.85 وجدنا النتيجة =0.92.

إن أي دراسة استطلاعية يقوم بها الباحث على عينة مشاهدة لعينة بحثه و إعادة تطبيقها بعدة مدة معينة

وذلك للأسباب التالية :

- 1 - التأكد من صدق وثبات المقياس على عينة البحث المختارة و لموضوع البحث
- 2- معرفة مدى ملائمة المقياس مع واقع و عينة البحث.
- 3- التعرف على المشكلات و المواقف التي قد يتعرض لها الباحث أثناء تطبيق المقياس على عينة البحث.
- 4- وضع الحلول و التعديلات المطلوبة في حالة وجود ما يعترض الباحث أثناء تطبيق المقياس في الدراسة الاستطلاعية.

5- معرفة متوسط الزمن المتطلب للإجابة على المقياس

6- الوصول إلى أنسب الطرق المنظمة لتحديد هيكل العمل المطلوب و القوائم على توزيع و جمع الاستمارات و تنفيذ المقياس بدقة و في سهولة و يسر على عينة البحث.

أما فيم يخص الدراسة الاستطلاعية التي تخص بحثنا هذا فيمكننا أن نقول أن هذا المقياس ملائم لهذه الدراسة التي هي تحت عنوان "دراسة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية" انطلاقاً من أن هذا المقياس قد تم القيام بالدراسة الاستطلاعية منذ قبل من طرف الطالبان دراسة تدور حول الاتجاهات النفسية ، ومن خلال كل هذا فإن هذا المقياس كينون ملائم لدراستنا كونه وضع في بيئة جغرافية واحدة في الجزائر و كذلك نفس العينة أي تلاميذ المتوسط (نفس السن)

### 3- مجالات البحث:

3-1- المجال المكاني: أجريت الدراسة بخمسة متوسطات من بلدية تيسمسيلت وخميسي والعيون و ثنية الحد و

هي على التوالي:

- متوسطة خديجي بالعربي المدعو عبد الله -تيسمسيلت -
- متوسطة الاخوة بوزيان الشريف -تيسمسيلت-
- متوسطة جرياد منصور -خميسي - تيسمسيلت-
- متوسطة فريكش بختي -العيون 3-
- متوسطة بوشعيب الجيلالي ثنية الحد - عمرونة-

وتم اختيار هذه المتوسطات أين وجدنا بها تسهيلات كبيرة فيما يخص زملاء المهنة مما سهل لنا التحكم في

التلاميذ و استعادة الاستمارات و استغلال الوقت الجيد أي إجراء الدراسة أثناء سير حصص التربية البدنية والرياضية.

**3-2 المجال الزمني :**

تمت دراستنا هذه خلال الفترة الزمنية الممتدة من الشروع في جمع المادة العلمية و ضبط أدوات البحث و تحديد الإطار المنهجي للبحث، أما الجانب التطبيقي الذي انطلقنا فيه بتاريخ 10-جانفي 2017 إلى غاية 14 مارس 2017 حيث تم توزيع الاستمارات على التلاميذ بالمتوسطات المذكورة آنفا و المثلة لمقياس قياس الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي ثم جمع كل الاستمارات و الشروع في تفرغها و تطبيق العملية الإحصائية لضبط النتائج و إجراء عملية العرض و التحليل .

**4- مجتمع الدراسة:**

إن مجتمع البحث في لغة العلوم الإنسانية هو (مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تتركز عليها الملاحظات) أو هي مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي تجري عليها أو التقصي<sup>1</sup> ويواجه الباحث عند شروعه في القيام ببحثه مشكلة تحديد نطاق العمل أي اختيار مجتمع البحث أو العينة وفي هذا الأساس يتكون مجتمع بحثنا من جميع التلاميذ السنة الرابعة متوسط و تلاميذ السنة الأولى متوسط بالنسبة لخمسة متوسطات من ولاية تيسمسيلت وعددهم الاجمالي يقارب 1560 تلميذ

**4-1- العينة الإحصائية وكيفية اختيارها:**

تم اختيار عينة البحث على النحو التالي :

1- عينة لتلاميذ السنة أولى متوسط : لقد تم اختيار هذه العينة بالطريقة العشوائية من خلال قوائم التلاميذ و

بلغ أفراد العينة 60 تلميذا 30 للذكور و 30 للإناث كما هو موضح في الجد 1

<sup>1</sup>- موريس أنجوس - ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون- منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية- دار القصبة للنشر- الجزائر- بدون طبعة 2001- (ص 298).

2- عينة لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لقد تم اختيار العينة عشوائيا التي بلغ مجموعها 100 تلميذ مقسمة

بين 50 ذكور و 50 للإناث .

و منه فقد بلغ أفراد العينة الكلية للدراسة :160 تلميذ و تلميذة تم اختيارهم من خلال القوائم

جدول رقم (1) : يمثل توزيع عينة البحث على مؤسسات التعليم المتوسط لولاية تيسمسيلت

مستوى السنة الرابعة متوسط		مستوى السنة الأولى متوسط		مؤسسات التعليم المتوسط
الذكور	الإناث	الذكور	الإناث	
10	10	6	6	متوسطة خديجي بالعربي المدعو عبد الله تيسمسيلت
10	10	6	6	متوسطة الاخوة بوزيان الشريف تيسمسيلت
10	10	6	6	متوسطة جرياد منصور -تيسمسيلت-
10	10	6	6	متوسطة فريش بختي -العيون 3-
10	10	6	6	متوسطة بوشعيب الجيلالي ثنية الحد -عمرونة-
50	50	30	30	المجموع

5- متغيرات الدراسة :

استنادا على فرضية البحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين اثنين أحدهما مستقلا و الآخر تابع .

• تعريف المتغير المستقل :

متغير يجب أن يكون له تأثير في المتغير التابع وهو الأداء الذي يؤدي التغير في قيمتها إلى إحداث التغير و ذلك

عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة به <sup>1</sup>

تحديده : الجنس و المستوى.

• المتغير التابع :

متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى ، حيث أنه كلما

أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قيم المتغير التابع <sup>2</sup>

تحديده : الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

6- عرض أدوات البحث:

لدراسة الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي قام الباحث باستخدام مقياس كينيون للاتجاهات نحو نشاط

الرياضي.

6-1- وصف المقياس:

مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني وضعه في الأصل جيرالد كينيون Gerald Kenyon عام

1968 و اعد صورته إلى العربية د محمد حسن علاوي.

<sup>1</sup> - عروس عبد الغفار و رحمان معمر خلف - المنافسة على مردود لاعبي كرة القدم - مذكرة الليسانس - معهد التربية البدنية و الرياضية - سيدي عبد الله - جامعة الجزائر-2005-(ص-60).

<sup>2</sup> - عروس عبد الغفار و رحمان معمر خلف - نفس المرجع السابق-(ص-60).

و قد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني الرياضي يمكن تبسيطه إلى مكونات أكثر تحديدا و أوضح معنى كما يمكن تقسيمه إلى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا.

و هذه المكونات أو الفئات الفرعية توفر مصادر متعددة وذات فوائد متباينة تختلف من فرد إلى آخر أي إن النشاط البدني الرياضي يصبح بهذا المفهوم خبرة تختلف من شخص إلى آخر و قد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية التي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد.

و في رأي كينيون أن الفرد قد يتخذ اتجاهها موجبا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية و قد يتخذ اتجاهها سلبيا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى و الاتجاه طبقا لمفهوم كينيون هو استعداد مركب ثابت نسبيا يعكس كل من وجهة و شدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء كان عينيا **concrète** أو مجردا **.abstract**

و في ضوء هذه المفاهيم السابقة و في إطار بعض الدراسات النظرية و التجريبية استطاع "كينيون" أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي على النحو التالي:

- 1- النشاط البدني كخبرة اجتماعية.
- 2- النشاط البدني للصحة و اللياقة.
- 3- النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.
- 4- النشاط البدني كخبرة جمالية.
- 5- النشاط البدني لخفض التوتر.
- 6- النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.

- جدول (2): يبين توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس

المجموع	أرقام العبارات السلبية	أرقام العبارات الايجابية	الأبعاد
08	49-39-19	29-25-11-17-20	1-النشاط البدني كخبرة اجتماعية
11	36-27-06	-23-18-15-10-04 47-40-32	2-النشاط البدني للصحة و اللياقة
09	-22-13-01 38	53-50-42-28-07	3- النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
09		-37-26-21-16-12 48-45-41	4- النشاط البدني كخبرة جمالية
09	54-31	-37-26-21-16-12 51-44	5- النشاط البدني لخفض التوتر
08	-46-24-05 52	43-34-09-02	6- النشاط البدني للتفوق الرياضي

- جدول رقم(03) : يبين درجات العبارات الموجبة و السالبة:

العبارات السالبة	العبارات الموجبة	الآراء
01	05	1-موافق بدرجة كبيرة
02	04	2-موافق
03	03	3-لم أكون رأي
04	02	4-غير موافق
05	01	5-غير موافق تماما

- جدول رقم (4): يبين شدة الاستجابة لأبعاد المقياس

شدة الاستجابة (لطبيعة الاتجاهات)	الاستجابة
سلبية بدرجة كبيرة	من 0 إلى اقل من 21
سلبية	من 21 إلى اقل من 41
حيادية	من 41 إلى اقل من 61
إيجابية	من 61 إلى اقل من 81
إيجابية بدرجة كبيرة	من 81 إلى اقل من 100

#### 6-2- إجراء الاختبار:

تم وضع خطة لإجراء الاختبار وقسمنا عملنا إلى مرحلتين أساسيتين هما:

أ- المرحلة الأولى: شرح المقياس والهدف منه وكيفية إجرائه والتعرف على أفراد العينة وتحديد الزمن الذي يجري فيه الاختبار.

ب- المرحلة الثانية: أجرينا في هذه المرحلة الاختبار بصفة عادية ولم يحدث أي غموض بالنسبة للتلاميذ لكون غالبيتهم وبمساعدة أساتذة التربية البدنية والرياضية حيث كانت الإجابة في وقت يقرب عن- 20 دقيقة بالنسبة لكل تلميذ.

### 6-3- الأدوات الإحصائية:

لعرض و تحليل النتائج المتحصل عليها استخدم الباحث ما يلي:

$$م = مج س / ن$$

▪ المتوسط الحسابي : يرمز له بـ : ( م )

$$\frac{\sqrt{(س - س_1)^2}}{ن}$$

▪ الانحراف المعياري : يرمز له بـ : ( ع )

$$= \frac{1_{م-2}}{\sqrt{ن_1 ع_1^2 - ن_2 ع_2^2 \left[ \frac{1}{ن_1} + \frac{1}{ن_2} \right]}}$$

▪ حزمة الحساب الإحصائي SPSS

### 6-4- تطبيق البحث:

طبق الباحث المقياس أداة البحث في صورة استمارات مطبوعة تم توزيعها على التلاميذ عينة البحث في وسط طبيعي يسمح باستخلاص النتائج كما يراها أصحابها دون التأثير عليهم خلال الفترة الثانية من العام الدراسي

2017/2016 وذلك من 10-01-2017 إلى غاية 14-03-2017

وقام الباحث بشرح هدف البحث و هو اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بولاية تيسمسيلت لعينة البحث ، بأسلوب مبسط وواضح و مختصر قبل توزيع الاستمارات ، كما تم شرح طريقة الإجابة و إلقاء الملاحظات و التوعية للتلاميذ و ذلك بقراءة كل عبارة بدقة و تحديد وجهة النظر اتجاه

العبارة بدقة و صراحة و عدم ترك اي عبارة بدون إجابة أو وضع أكثر من إجابة للعبارة الواحدة والتأكيد على إن يقوم التلميذ باستعمال البيانات الخاصة به بكل دقة و بخطط واضح .

وبعد إن قام الباحث بالرد على استفسارات بعض التلاميذ قام بتوزيع استمارات الإجابة و الأسئلة على تلاميذ عينة البحث أي 160 تلميذ.

وقد تم تصنيف عينة البحث إلى مستويين المستوى الأول يخص تلاميذ السنة الأولى من التعليم المتوسط اما المستوى الثاني فيخص تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط و هذا من خلال استمارات الإجابة ، وبلغ عدد تلاميذ السنة الأولى 60 تلميذا و تلميذة أما عن عدد تلاميذ السنة الرابعة متوسط فقد بلغ 100 تلميذ وتلميذة كما هو موضح في الجدول رقم (5)

- جدول رقم (5) : يبين عدد تلاميذ كل من المستويين الأولى متوسط و الرابعة متوسط و النسب المئوية لكل منهما:

النسبة المئوية	إناث	ذكور	المستوى الدراسي
62.5	50	50	تلاميذ السنة الرابعة متوسط
37.5	30	30	تلاميذ السنة الأولى متوسط

**تمهيد :**

بعد دراستنا للجانب النظري وتحديد الإجراءات المنهجية و وسائلها ، سنحاول في هذا الفصل الإلمام بمعطيات موضوع البحث وذلك بالدراسة الميدانية حتى تكون للنتائج المتحصل عليها المنهجية العلمية وهذا بتحليل نتائج المقارنات المتمحورة اساسا على الفرضيات التي قمنا بتحديددها ، وقد قمنا في بداية هذا الفصل بعرض و تحليل نتائج استمارة المقياس ، تفرغ نتائجه ، كما سنقوم بعد المعالجة الإحصائية لهذه المعطيات بإتباع طريقة تحليل ومناقشة النتائج حتى نعرف مدى مصداقية الفرضيات إلى ان نصل الاستنتاج العام لهذه الدراسة للخروج بخاتمة للبحث مع بعض الاقتراحات التي نراها مناسبة لخدمة الهدف من الدراسة .

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية :

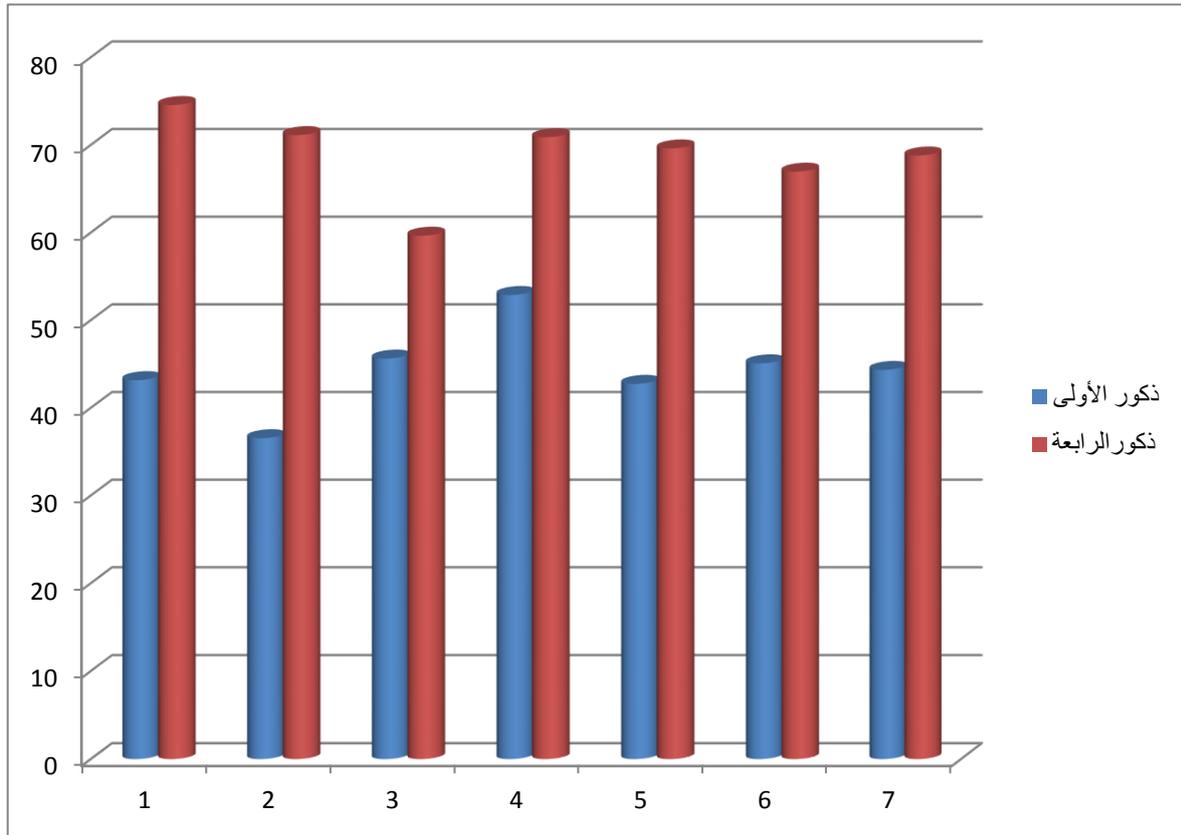
1-1- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى: هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية

نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بين تلاميذ السنة الأولى و تلاميذ السنة الرابعة متوسط

- جدول رقم 06 : يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الذكور السنة الرابعة والأولى

نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية.

التلاميذ الذكور مستوى أولى متوسط				التلاميذ الذكور مستوى رابعة متوسط				المستوى
طبيعة الاستجابة	ترتيب الإبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	طبيعة الاستجابة	ترتيب الأبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	الإبعاد
حيادية	4	43.16 %	518	إيجابية	1	74.55 %	1491	النشاط البدني كخبرة اجتماعية
سلبية	6	36.54 %	603	إيجابية	2	71.12 %	1956	النشاط البدني للصحة و اللياقة
حيادية	3	45.62 %	616	حيادية	6	59.64 %	1342	النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
حيادية	1	52.88 %	714	إيجابية	3	70.88 %	1595	النشاط البدني كخبرة جمالية
حيادية	5	42.74 %	577	إيجابية	4	69.60 %	1566	النشاط البدني لخفض التوتر
حيادية	2	45.08 %	541	إيجابية	5	66.95 %	1339	النشاط البدني للتعرف الرياضي
حيادية		44.33 %	3569	إيجابية		68.79 %	9289	المجموع



الشكل البياني رقم 01 : يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الذكور السنة الرابعة و الأولى

نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

عرض وتحليل النتائج :

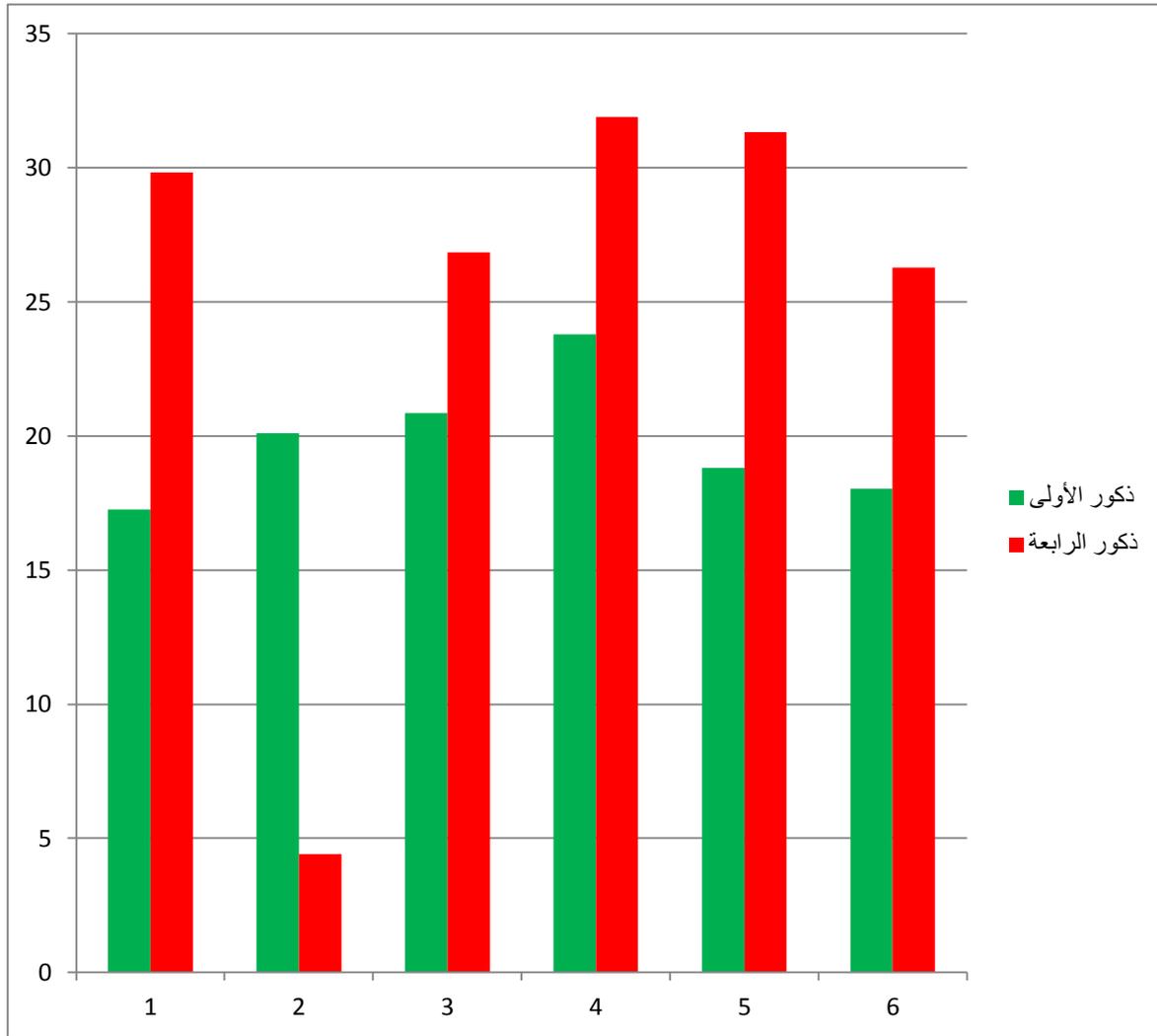
من خلال الجدول رقم 06 والذي يبين درجات ونسب وترتيب وشدة استجابة التلاميذ الذكور لمستوى السنة الرابعة متوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية حسب مقياس كينيون للاتجاهات أنه بالنسبة لدرجات المقياس الكلية جاءت اتجاهات التلاميذ ايجابية و هذا بنسبة بلغت ( 68.79%) أما بالنسبة لأبعاد المقياس جاءت طبيعة الاستجابة معظمها ايجابية ما عدا في بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة حيث جاءت طبيعة الاستجابة حيادية حيث جاء هذا البعد في المرتبة السادسة بنسبة مئوية بلغت (59.64%).

أما بالنسبة لاتجاهات للتلاميذ الذكور مستوى السنة الأولى متوسط نحو مفهوم التربية البدنية حسب مقياس كينيون للاتجاهات أنه بالنسبة لدرجات المقياس الكلية جاءت اتجاهات التلاميذ % .حيادية وهذا بنسبة ( 44.33%) أما بالنسبة لأبعاد المقياس جاءت طبيعة الاستجابة حيادية في معظمها ماعدا في بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة مخاطرة حيث جاءت طبيعة الاستجابة سلبية.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها أن التلاميذ الذكور للمستوى السنة الرابعة متوسط لديهم اتجاهات ايجابية نحو مفهوم التربية البدنية باعتبارها تعمل على تكوين علاقات اجتماعية ليتمكنوا من الاندماج الاجتماعي و تعمل على الحفاظ على الصحة و اللياقة إضافة إلى اهتمامهم بالنواحي الجمالية و المظهر اللائق و الأنيق من خلال ممارستهم للتربية البدنية و الرياضية. إلا أنهم لا يولون أهمية كبيرة لبعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة كونهم لا يسعون إلى بذل أكبر جهد و الميل إلى المخاطرة وعكس ذلك نجده لدى التلاميذ الذكور الغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي فلهم اتجاهات حيادية نحو مفهوم التربية البدنية.

جدول رقم 07 : يبين مقارنة نتائج التلاميذ الذكور لكل من مستوى السنة الرابعة و الأولى متوسط بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون.

الأبعاد	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	t الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
النشاط البدني كخبرة اجتماعية	الأولى	17.26	3.94	13.17	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	29.82	4.22					
النشاط البدني للصحة و اللياقة	الأولى	20.10	4.42	24.63	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	39.12	2.48					
النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	الأولى	20.86	5.96	6.27	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	26.84	2.45					
النشاط البدني كخبرة جمالية	الأولى	23.80	4.61	8.73	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	31.90	3.60					
النشاط البدني لخفض التوتر	الأولى	18.80	7.08	9.90	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	31.32	4.24					
النشاط البدني للتفوق الرياضي	الأولى	18.03	6.21	5.63	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	26.88	7.12					



الشكل البياني رقم ( 02 ): بين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلاميذ الذكور مستوى السنة الرابعة والأولى

متوسط بالنسبة لكل أبعاد لاختبار قياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني.

عرض و تحليل النتائج :

من خلال الجدول رقم 07 و الذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية للتلاميذ الذكور من كلى المستويين الرابعة و الأولى متوسط.

تتضح لنا الرؤيا جليا من حيث النتائج المحصل عليها ففي بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 29.82 و بانحراف معياري 04.22 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 17.26 و بانحراف معياري 03.94 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 13.17 و هي أكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة اجتماعية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا ان هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة اجتماعية وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط .

ومن خلال نفس الجدول السابق وفيما يخص بعد النشاط البدني للياقة و الصحة خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 39.12 و بانحراف معياري 2.48 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 20.10 و بانحراف معياري 04.42 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 24.63 و هي أكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني للياقة و الصحة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و

ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للياقة و الصحة وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط .

ومن خلال النتائج المحصل عليها الخاصة ببعث النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة استنتجنا مايلي أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 26.84 و بانحراف معياري 0 2.45 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 20.86 و بانحراف معياري 05.96 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدر ب 06.27 و هي أكبر من t الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للياقة و الصحة وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط

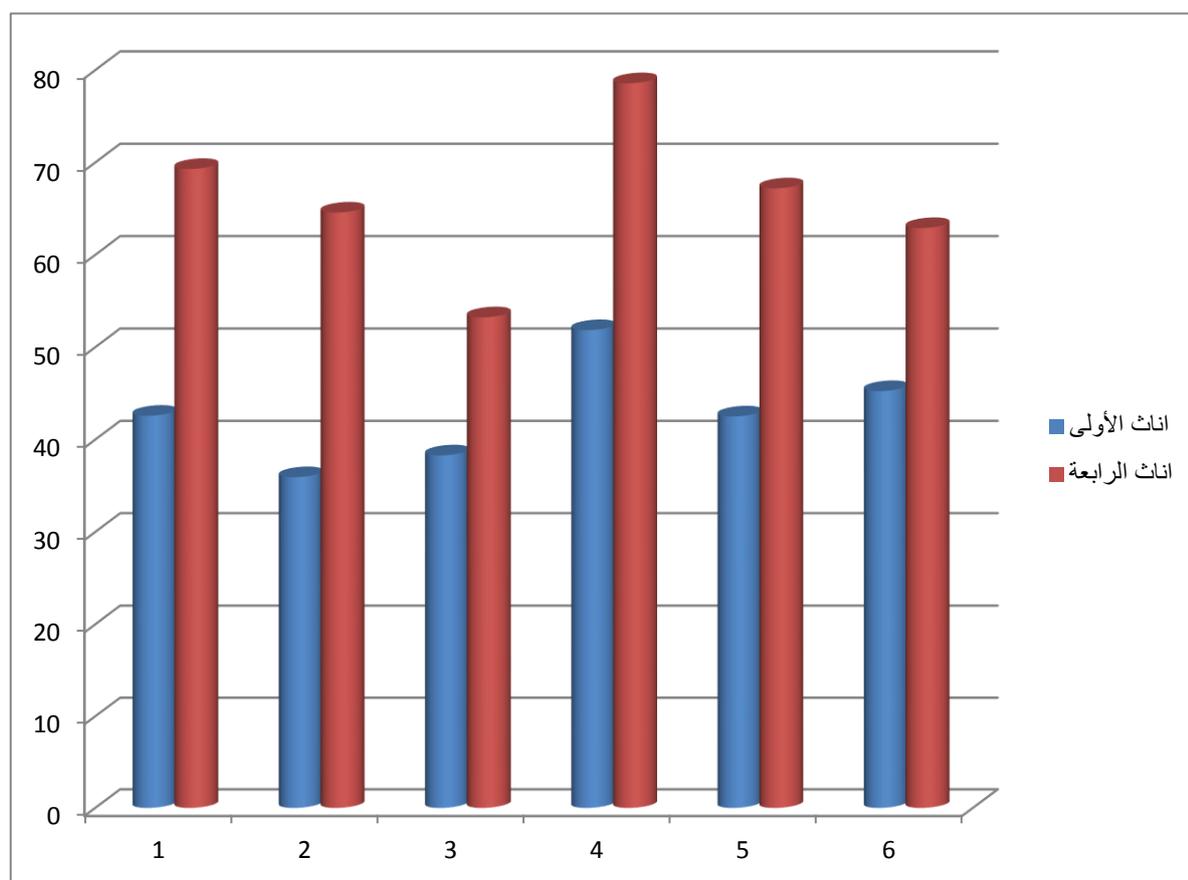
اما فيما يتعلق ببعث النشاط البدني كخبرة جمالية وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 31.96 و بانحراف معياري 03.60 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 23.80 و بانحراف معياري 04.61 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدر ب 08.73 و هي أكبر من t الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة جمالية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا ان هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط .

اما بالنسبة لبعء النشاط البدني لخفض التوتر وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 31.32 و بانحراف معياري 04.24 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 18.80 و بانحراف معياري 07.08 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرة ب 09.90 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي لخفض التوتر فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا ان هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط و من خلال نفس الجدول السابق وفيما يخص بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 26.88 و بانحراف معياري 07.12 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 18.03 و بانحراف معياري 06.21 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرة ب 05.63 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط .

- جدول رقم 08 : يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلميذات الإناث السنة الرابعة

و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

التلاميذ الإناث مستوى أولى متوسط				التلاميذ الإناث مستوى رابعة متوسط				المستوى
طبيعة الاستجابة	ترتيب الأبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	طبيعة الاستجابة	ترتيب الأبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	الأبعاد
حيادية	3	42.58	511	إيجابية	2	69.30	1386	النشاط البدني كخبرة اجتماعية
سلبية	6	35.93	593	إيجابية	4	64.58	1776	النشاط البدني للصحة و اللياقة
سلبية	5	38.29	517	حيادية	6	53.24	1198	النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
حيادية	1	51.85	700	إيجابية	1	78.58	1768	النشاط البدني كخبرة جمالية
حيادية	4	42.51	574	إيجابية	3	67.20	1512	النشاط البدني لخفض التوتر
حيادية	2	45.25	543	إيجابية	5	62.90	1258	النشاط البدني للتفوق الرياضي
حيادية		42.73	3438	إيجابية		65.96	8898	المجموع



الشكل البياني رقم (03) : يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الإناث السنة الرابعة و

الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

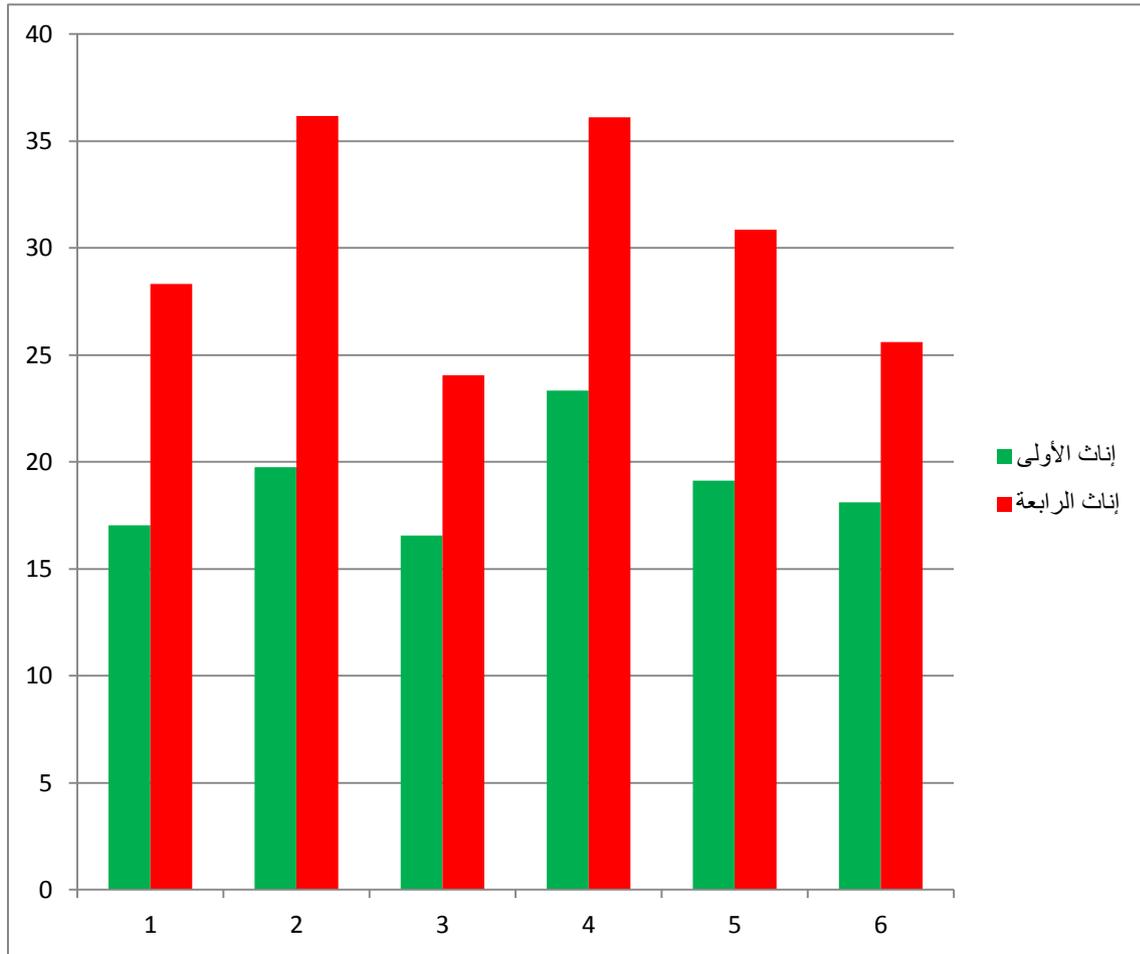
عرض و تحليل النتائج :

من خلال الجدول رقم 08 و الذي يبين درجات و نسب و ترتيب و شدة استجابة تلميذات السنة الرابعة متوسط و تلميذات السنة الأولى متوسط حسب اختبار كينيون ، فإنه يتبين لنا جليا أنه بالنسبة لنتائج الاختبار الكلية لتلميذات السنة الرابعة جاءت طبيعة استجابتهن نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية ايجابية وهذا بنسبة ( 65.96 % ) أما بالنسبة لأبعاد المقياس فقد جاءت طبيعة الاستجابة ايجابية لمعظم الأبعاد ما عدا لبعده النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة التي كانت حيادية و ذلك بنسبة 53.24 % وهذا يبين لنا أن التلميذات الممارسات لا يملن إلى المخاطرة بل إلى الجانب الجمالي و الاعتناء بالمظهر الخارجي للجسم و العناية بالصحة و السلامة أما بالنسبة لتلميذات السنة الأولى متوسط فقد جاءت طبيعة الاستجابة لديهن حيادية وهذا بنسبة 42.73 % بالنسبة لنتائج الاختبار الكلية ، مما يدل على عدم وضوح مفهوم التربية البدنية والرياضية لدى تلميذات السنة الأولى متوسط.

ومن خلال النتائج المحصل عليها يمكن القول أن لتلميذات السنة الرابعة متوسط يسعون إلى تكوين اتجاهات ايجابية في بعض الأبعاد، وهذا نظرا لحاجتهم إلى خلق التوازن النفسي و الاجتماعي وضغط التوترات اليومية وأيضا الحفاظ على الصحة و اللياقة و كذا اهتمامهم بالنواحي الجمالية و المظهر اللائق و الأنيق من خلال ممارسة الرياضة، إلا أنهم لا يولون أهمية إلى بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.

- جدول رقم (09) : يمثل الفروق في الاتجاهات النفسية بين إناث السنة الأولى و الرابعة متوسط

الأبعاد	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	Tقيمة المحسوبة	درجة الحرية	الجدولية t	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
النشاط البدني كخبرة اجتماعية	الأولى	17.03	4.75	12.98	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	28.32	3.03					
النشاط البدني للصحة و اللياقة	الأولى	19.76	2.97	17.78	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	36.16	4.48					
النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	الأولى	16.56	4.65	6.45	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	24.04	5.20					
النشاط البدني كخبرة جمالية	الأولى	23.33	4.59	10.17	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	36.10	4.87					
النشاط البدني لخفض التوتر	الأولى	19.13	4.24	10.12	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	30.86	5.42					
النشاط البدني للتفوق الرياضي	الأولى	18.10	4.96	6.87	78	01.96	0.00	دال
	الرابعة	25.60	4.58					



الشكل البياني رقم 04 : بين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلاميذ الإناث مستوى السنة الرابعة والأولى

متوسط بالنسبة لكل أبعاد لاختبار قياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني

## عرض و تحليل النتائج :

من خلال الجدول رقم 09 و الذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية للتلميذات الإناث من كلى المستويين الرابعة و الأولى متوسط.

تتضح لنا الرؤيا جليا من حيث النتائج المحصل عليها ففي بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 28.32 و بانحراف معياري 03.03 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 17.03 و بانحراف معياري 04.75 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 12.98 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة اجتماعية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة اجتماعية وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط .

أما فيما يخص بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة فقد خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 36.16 و بانحراف معياري 04.48 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 19.76 و بانحراف معياري 02.97 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 17.78 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي للصحة و اللياقة فرق معنوي و دال إحصائيا و

هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للصحة و اللياقة وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط .

اما بالنسبة لبعده النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فقد وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 24.04 و بانحراف معياري 05.20 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 16.56 و بانحراف معياري 04.65 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 06.45 و هي أكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط .

أما بالنسبة لبعده النشاط البدني كخبرة جمالية فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 36.10 و بانحراف معياري 04.87 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 23.33 و بانحراف معياري 04.59 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 10.17 و هي أكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند

درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط

أما فيما يتعلق ببعده النشاط البدني لخفض التوتر فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 30.86 و بانحراف معياري 05.42 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 19.13 و بانحراف معياري 04.24 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 10.12 و هي أكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط.

ومن خلال النتائج المحصل عليها الخاصة ببعده النشاط البدني للتفوق الرياضي فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 25.60 و بانحراف معياري 04.58 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 18.10 و بانحراف معياري 04.96 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 06.87 و هي أكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و

ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط

بعد عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها والخاصة بالمجموعتين السنة الرابعة متوسط و الأولى متوسط بالنسبة لكل أبعاد مقياس الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية اتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويين في طبيعة الاتجاهات وهذا لصالح تلاميذ مستوى السنة الرابعة متوسط حيث كانت ايجابية بالنسبة لمعظم الأبعاد مقارنة بتلاميذ السنة الأولى متوسط و هذا ما يوافق فرضيتنا الأولى

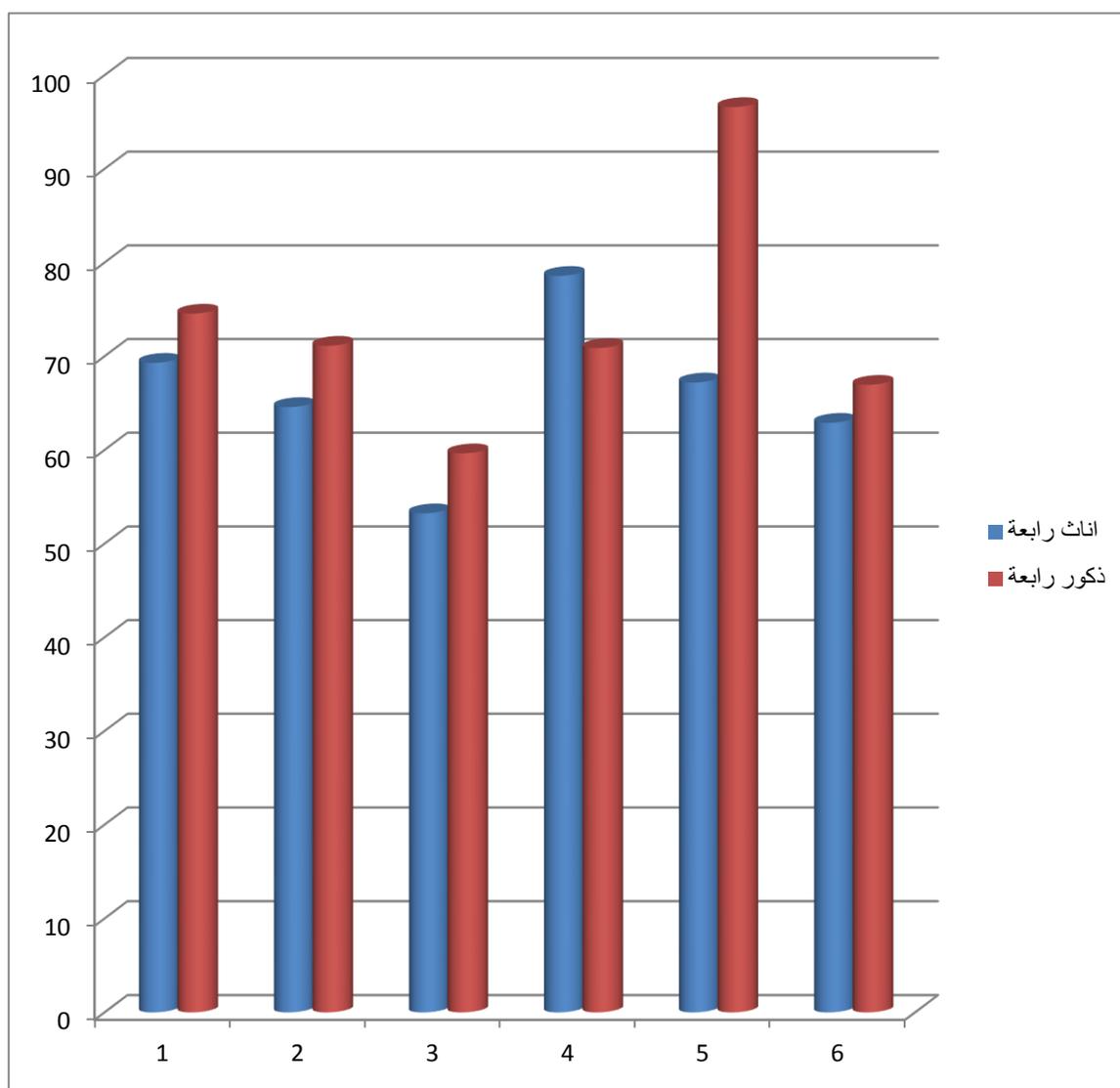
**1-2- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية :** هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث

من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة.

- الجدول رقم (10) : يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة بين

الذكور و الإناث نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

التلاميذ الإناث مستوى رابعة متوسط				التلاميذ الذكور مستوى رابعة متوسط				المستوى
طبيعة الاستجابة	ترتيب الإبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	طبيعة الاستجابة	ترتيب الأبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	الإبعاد
إيجابية	2	69.30%	1386	إيجابية	1	74.55%	1491	النشاط البدني كخبرة اجتماعية
إيجابية	4	64.58%	1776	إيجابية	2	71.12%	1956	النشاط البدني للصحة و اللياقة
حيادية	6	53.24%	1198	حيادية	6	59.64%	1342	النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
إيجابية	1	78.58%	1768	إيجابية	3	70.88%	1595	النشاط البدني كخبرة جمالية
إيجابية	3	67.20%	1512	إيجابية	4	69.60%	1566	النشاط البدني لخفض التوتر
إيجابية	5	62.90%	1258	إيجابية	5	66.95%	1339	النشاط البدني للتعرف الرياضي
إيجابية		65.96%	8898	إيجابية		68.79%	9289	المجموع



الشكل البياني رقم (05) : يمثل درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة بين الذكور و الإناث نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

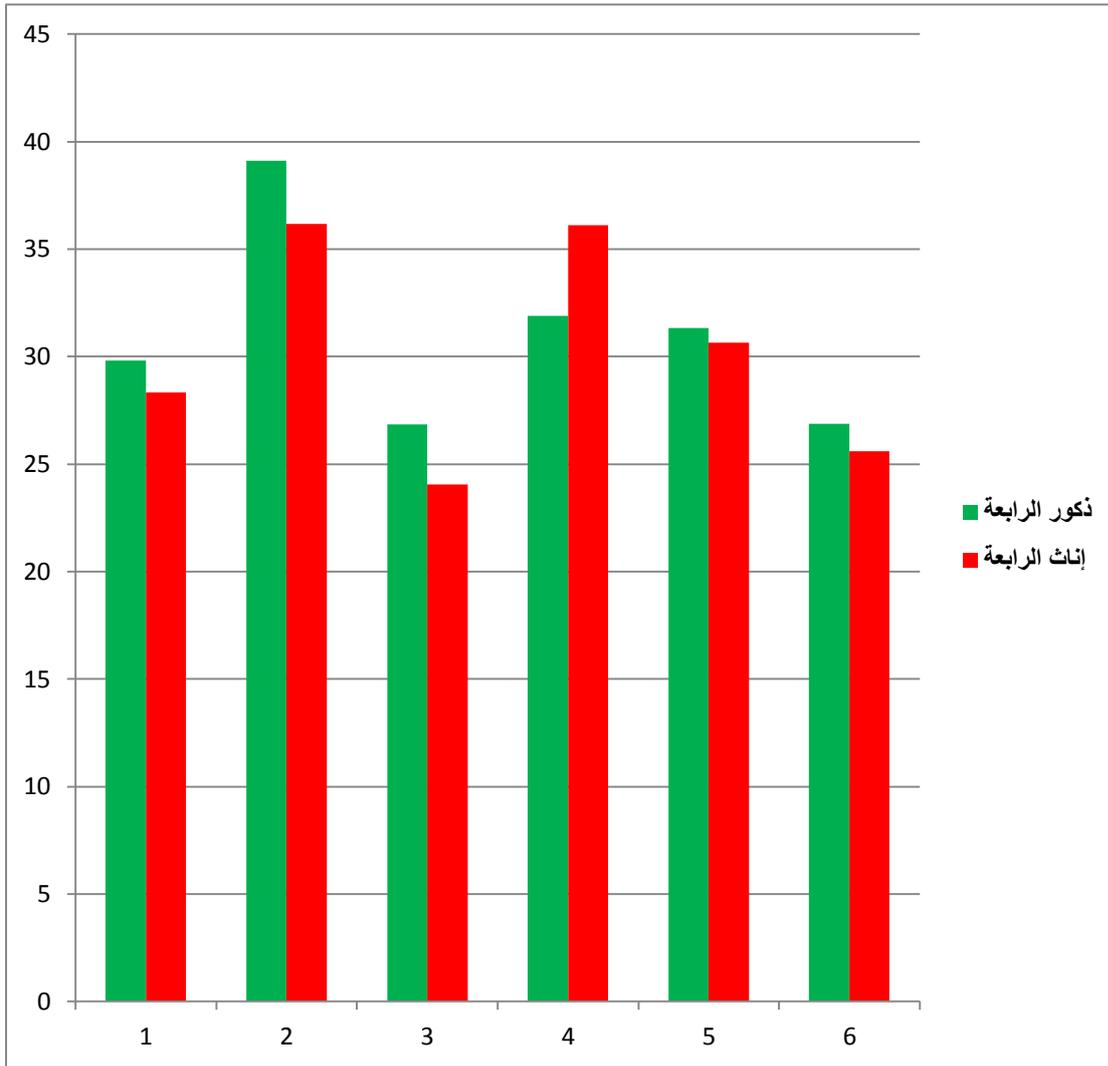
عرض و تحليل النتائج :

من خلال الجدول رقم 10 و الذي يبين درجات ونسب و ترتيب و شدة استجابة التلاميذ ذكور و إناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية حسب اختبار كينيون ، فإنه يتبين لنا جليا أنه بالنسبة لنتائج الاختبار الكلية جاءت طبيعة استجابة التلاميذ و التلميذات الممارسين للنشاط الرياضي ايجابية وهذا بنسبة 68.79 % للذكور و 65.96 % للإناث أما بالنسبة لأبعاد المقياس فكل الاستجابات جاءت ايجابية ما عدا في بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة جاءت حيادية لكلا الجنسين مما يدل على أن ممارسة النشاط الرياضي داخل المؤسسة بالنسبة لهم يخص بالعناية الفائقة وعدم إدراج الألعاب التي تتميز بالخطورة والمجازفة .

و عليه يمكن القول أن التلاميذ و التلميذات مستوى رابعة متوسط لديهم اتجاهات ايجابية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية.

جدول رقم ( 11 ) : يبين مقارنة نتائج تلاميذ و تلميذات السنة رابعة متوسط تجاه ابعاد مقياس الاتجاهات النفسية

الأبعاد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T قيمة المحسوبة	درجة الحرية	الجدولية t	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة
النشاط البدني كخبرة اجتماعية	ذكور	29.82	4.22	2.03	98	01.96	0.04	دال
	إناث	28.32	3.03					
النشاط البدني للصحة و اللياقة	ذكور	39.12	2.48	4.08	98	01.96	0.00	دال
	إناث	36.16	4.48					
النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	ذكور	26.84	2.45	3.43	98	01.96	0.01	دال
	إناث	24.04	5.20					
النشاط البدني كخبرة جمالية	ذكور	31.90	3.60	4.31	98	01.96	0.00	دال
	إناث	36.10	5.87					
النشاط البدني لخفض التوتر	ذكور	31.32	4.24	0.47	98	01.96	0.63	غير دال
	إناث	30.86	5.42					
النشاط البدني للتفوق الرياضي	ذكور	26.88	7.12	1.06	98	01.96	0.28	غير دال
	إناث	25.60	4.58					



الشكل البياني رقم 06 : يبين قيمتي المتوسط الحسابي لكل من الذكور و الإناث للسنة الرابعة متوسط

بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون

عرض وتحليل النتائج :

من خلال الجدول رقم 11 و الذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط ما بين الذكور و الإناث ، و الذي يبين الفروق من خلال متغير المستوى النتائج المحصل عليها من خلال هذا الجدول توضح لنا الرؤيا جيدا ففي بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية وجدنا أن المتوسط الحسابي للذكور قدر ب 29.82 و بانحراف معياري 04.22 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 28.32 و بانحراف معياري 03.03 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدر ب 02.03 و هي اكبر من t الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق في الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور و الإناث سنة رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة اجتماعية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة اجتماعية وهذا لصالح الذكور .

أما فيما يخص بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة فقد خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي للتلاميذ الذكور قدر ب 39.12 و بانحراف معياري 02.48 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 36.16 و بانحراف معياري 04.48 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدر ب 04.08 و هي اكبر من t الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي للصحة و اللياقة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 98 و

بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للصحة و اللياقة وهذا لصالح التلاميذ الذكور.

اما بالنسبة لبعء النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فقد وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لذكور السنة الرابعة قدر ب 26.84 و بانحراف معياري 02.45 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 24.04 بانحراف معياري 05.20 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 03.43 و هي أكبر من t الجد ولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفروق بين الاتجاهات النفسية للذكور و الإناث مستوى أربعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة وهذا لصالح التلاميذ الذكور.

أما بالنسبة لبعء النشاط البدني كخبرة جمالية فقد توصلنا إلى ان المتوسط الحسابي لذكور السنة الرابعة قدر ب 31.90 و بانحراف معياري 03.60 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث ب 36.10 و بانحراف معياري 04.87 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 04.31 و هي أكبر من t الجد ولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور و الإناث مستوى أربعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط.

أما فيما يتعلق ببعء النشاط البدني لخفض التوتر فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لذكور السنة الرابعة قدر بـ 31.32 و بانحراف معياري 04.24 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 30.86 و بانحراف معياري 05.42 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرة بـ 0.47 وهي اصغر من  $t$  الجدولية المقدرة بـ 01.96 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر وغير دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة بـ 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر بين الذكور و الإناث .

أما فيما يتعلق ببعء النشاط البدني للتفوق الرياضي فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لذكور السنة الرابعة قدر بـ 26.88 و بانحراف معياري 07.12 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 25.60 و بانحراف معياري 04.58 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرة بـ 01.06 وهي اصغر من  $t$  الجدولية المقدرة بـ 01.96 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي وغير دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة بـ 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي بين الذكور و الإناث .

بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها والخاصة بالمجموعتين الممثلتين بتلاميذ السنة الرابعة ذكور وإناث ولمقارنة اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية خلصنا إلى وجود فروق دالة إحصائية في اغلب الأبعاد لصالح التلاميذ الذكور كما جاءت اتجاهاتهم ايجابية في اغلب أبعاد المقياس.

## 2- مقارنة النتائج بالفرضيات:

على ضوء الاستنتاجات المتحصل عليها من خلال عرض و مناقشة النتائج تم مقارنتها بفرضيات البحث.

## ✓ الفرضيات الجزئية:

## ■ مناقشة الفرضية الأولى:

لقد افترض الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بين تلاميذ السنة الرابعة و تلاميذ السنة الأولى متوسط.

ولقد أثبتت النتائج صحة هذه الفرضية حيث توصل الباحث إلى وجود فروق طبيعية في الاتجاهات نحو مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ السنة الأولى و الرابعة متوسط و هذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

و الجداول رقم 06،07،08،09 و التي تمثل نتائج قياس اتجاهات التلاميذ بالنسبة لكل أبعاد المقياس تؤكد بوضوح صحة هذه الفرضية حيث جاءت كل الأبعاد لصالح تلاميذ السنة الرابعة حيث أن طبيعة اتجاهاتهم جاءت ايجابية بالنسبة البعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية هذا ما يؤكد بان التلاميذ في هذه المرحلة اصبحوا يميلون أكثر إلى تكوين الجماعات و هذا ما يتجلى من خلال الأنشطة الرياضية ومن خلال المنافسات التي تجرى بينهم و تتكون فيما بينهم علاقات قوية هذا و بالإضافة إلى بعد اللياقة و الصحة حيث اظهروا أنهم أكثر وعيا بفوائد الرياضة على صحتهم و على تحسين لياقتهم البدنية هذا و قد بينت أيضا النتائج بأنهم أي تلاميذ السنة الرابعة هم أكثر إدراكا بتأثير الأنشطة الرياضية المختلفة على الجانب الانفعالي بحيث تساعد الرياضة في خفض التوترات و على بسط الراحة في نفوسهم أثناء ممارستهم للأنشطة البدنية وعلى العكس من هذا فقد بينت النتائج بان هناك غموض في إدراك ماهية التربية البدنية بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى هذا ما يؤكد أن الفارق في المستوى التعليمي السن له تأثير واضح على تكوين الميول و على ترسيخ ثقافة رياضية لدى التلاميذ .

وهذا ما أكدته دراسة محمد مصطفى منصور 1998 الذي توصل إلى أن هناك فروق دالة إحصائية في اتجاهات التلاميذ بوجه عام نحو مفهوم درس التربية الرياضية ولصالح الصف الدراسي الثالث في هذه المرحلة.

#### ■ مناقشة الفرضية الثانية:

لقد افترض الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة وهذا ما أثبتته نتائج الجداول رقم 10،11 و هذا ما يعني أن الاتجاهات النفسية للذكور أكثر ايجابية من اتجاهات الإناث و هذا ربما يعود لكون الذكور أكثر تشبعا بالثقافة الرياضية و هذا ما أكدته دراسة كحلي كمال 2008 حيث وصل إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في اتجاهاتهم نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية ولصالح الذكور إلا انه و في بعدي النشاط البدني لخفض التوتر وبعد النشاط البدني للتفوق الرياضي لم تكن هناك فروق دالة إحصائية بحيث جاءت نتائجهم متقاربة أما بالنسبة لبعدي النشاط البدني كخبرة جمالية فقد جاء لصالح الإناث وهذا يعود ربما لكون البنات أكثر اهتماما بالجانب الجمالي فاغلب أوقاثن تقضيه أمام المرات هذا ما يفسر ميول الإناث في هذه المرحلة على الجانب الجمالي للحركة كما نلاحظ تجنبها للألعاب العنيفة .

#### الفرضية العامة:

والتي يفرض فيها الباحث أن طبيعة الاتجاهات النفسية تختلف لدى كل من تلاميذ السنة الأولى و السنة الرابعة متوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

ولتأكيد هذه الفرضية يتبين لنا من خلال الجداول رقم 08،07،06،09 أن طبيعة الاتجاهات النفسية إيجابية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مستوى السنة الرابعة متوسط مقارنة مع تلاميذ السنة الأولى التي جاءت غالبيتها حيادية ماعدا في بعد النشاط البدني للصحة فقد جاءت سلبية ويعود هذا الأمر ربما

إلى غموض مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ السنة الأولى خاصة وان أغلبية التلاميذ في هذا المستوى قدموا من الطور الابتدائي و الجميع يعلم بغياب حصّة التربية البدنية و الرياضية عن مقرراتهم الدراسية هذا عكس تلاميذ الرابعة متوسط و الذين قضوا على الأقل أربع سنوات في ممارسة نشاط التربية البدنية مما سمح لهم بأخذ نظرة واسعة عن أهداف التربية البدنية فقد فهموا قدرة الأنشطة الرياضية في تكوين علاقات اجتماعية متينة بين التلاميذ كما أدركوا أهمية الرياضة على الجانب الصحي و تأثيرها القوي على خفض التوتر لديهم، وذلك راجع لكون النشاط الرياضي له دور إيجابي في استئارة النواحي الانفعالية نتيجة الحماس الزائد أثناء الممارسة بجانب إنه وسيلة لإخراج الطاقة الكائنة وتفريغ حالات الكبت مما يشعروهم بتحسن وإدخال المرح والسرور على أنفسهم ، كما يستفيد الممارسين للنشاط البدني اللياقة والصحة النفسية والجسمية حيث يكون لها عائد، نفسي وبدني وبالتالي يجعل الممارس للنشاط البدني يتسم بالاتزان النفسي والذهني والبدني ، ويعد هذا هدف أساسي في ممارسة الأنشطة الرياضية ، أما عن تلاميذ السنة الأولى فهم حديثي العهد مع حصّة التربية البدنية و بالتالي لم يكونوا بعد نظرة وافية عن مفهوم و أغراض التربية البدنية.

## استنتاج العام:

لقد سعينا من خلال دراستنا هذه أن نثمن و نكمل مجموعة الدراسات التي انكبت على تشخيص موضوع الاتجاهات النفسية لما لها من أهمية في إثارة و توجيه سلوك الفرد، و يخص بحثنا هذا دراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط وذلك للكشف عنها و معرفة مدى وضوح مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى التلاميذ لكون هذا الأخير يعتبر عامل حاسم في تحقيق ما تصبوا التربية البدنية و الرياضية إليه في مدارسنا و خدمة لأهدافها السامية .

لأجل هذه الغاية جاء موضوع بحثنا الذي يهدف إلى الكشف و التعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ كل من مستويي السنة الأولى و الرابعة متوسط.

فمن خلال بحثنا هذا خرجنا بعدة نقاط مهمة لا يمكن إغفالها فقد وصلنا إلى كون تلاميذ السنة الرابعة متوسط لديهم نظرة أكثر دقة و شمول تجاه معاني و مفاهيم التربية البدنية و الرياضية و أهدافها حيث أدركوا ماهيتها مقارنة بتلاميذ السنة الأولى متوسط و هذا ما يدعوا إلى إعادة النظر في الكثير من النقاط فيما يخص ممارسة التربية البدنية و الرياضية في مؤسسات الطور الابتدائي و الدعوة إلى إدخال هذه المادة ضمن منهاج الطور الابتدائي كون هذه المرحلة أساسية و هذا لغرس ثقافة رياضية لدى التلاميذ مبكرا و لغرس سلوكيات ايجابية فيهم منذ الصغر

ما نستطيع أن نقوله في الأخير هو إننا حاولنا قدر المستطاع الإحاطة ببحثنا هذا ومن كل الجوانب وهذا إدراكا منا على أهمية هذه الدراسة و سعينا إلى الإفادة و لو بالشيء القليل لذا حاولنا أن نعطي نظرة أكثر شمولية حول الاتجاهات النفسية و دورها الكبير في تفعيل الممارسة الرياضية في الطور المتوسط و جعلها أكثر ديناميكية من حيث الاهتمام بجانب مهم للغاية إلى و هو ميول و رغبات التلاميذ من حيث إعطائهم فرصة أكبر في المشاركة في إعداد البرامج و الأنشطة الرياضية حتى وأن يكن هذا بطريقة غير مباشرة إلا أن التلميذ عندما يجد نفسه يمارس أنشطة محببة بالنسبة له فإنه لا محال سيبدع و سوف نرى منه أمورا كثيرة وموهاب و طاقات هائلة كانت ربما ستضيع مثلما ضاعت الكثير من المواهب في صمت ولم يسمع بها احد لان مرحلة التعليم المتوسط كما يعلم الجميع مرحلة مهمة جدا و حساسة يتم من خلالها اكتشاف المواهب الصاعدة ومن بعدها توجيهها توجيهها سليما قصد صقلها، و لكن و للأسف الشديد هذا الأمر أصبح غير موجود و هذا نسبة إلى تقصير المسؤولين و غياب نظرة شاملة و سوء التخطيط لان واقع الرياضة المدرسية أصبح لا يحتمل أكثر مما هو عليه وفي هذا الإطار يكفي إجراء مقارنة بسيطة بين المؤسسات التي درسنا بها وبين المؤسسات التي تبني في الوقت الراهن لاحظنا فرقا كبيرا من جانب المنشأة و العتاد و الهياكل الرياضية المتوفرة لان في زمننا هذا أصبحت الأقوال أكثر من الأفعال.

## الاقتراحات :

من خلال النتائج المتحصل عليها بقياس الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية وفق مقياس كينيون ،سنحاول الوقوف على الاستنتاجات الهامة التي توصلنا إليها في هذه الدراسة.

● الاستنتاجات الخاصة بالتلاميذ ذكور و إناث لمستوى السنة الرابعة متوسط.

1- إن طبيعة الاتجاهات النفسية إيجابية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط و هذا يعكس تشبعهم بالثقافة الرياضية .

2- إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على تكوين علاقات اجتماعية تمكنهم من الاندماج الاجتماعي.

3- إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على حفظ الصحة و اللياقة البدنية.

4- إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على تكامل البناء الجسمي المتزن و المعتدل و المقبول اجتماعيا.

5- إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تقلل من التوترات الناجمة عن الحياة اليومية

و الاجتماعية

6- إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على إبراز القدرات الخاصة التي يمتلكها التلاميذ في مختلف الأنشطة الرياضية

● الاستنتاجات الخاصة بالتلاميذ ذكور و إناث لمستوى السنة الأولى متوسط

1- إن طبيعة الاتجاهات النفسية حيادية نحو مفهوم التربية و الرياضية و هذا يعكس عدم

تشبعهم بالثقافة الرياضية.

2- طبيعة الاتجاهات النفسية حيادية في أبعاد النشاط البدني كخبرة جمالية و للتفوق الرياضي كخبرة اجتماعية

و لخفض التوتر وفق مقياس كينيون لقياس الاتجاهات النفسية نحو النشاط الرياضي

## قائمة المصادر والمراجع: باللغة العربية :

- 1- إبراهيم أحمد سلامة – الاختبارات و القياسات في التربية البدنية – دار المعارف .- القاهرة 1980 –
- 2- إبراهيم حامد قنديل – برامج و دروس التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية .- مطبعة مخيمر 1998 –
- 3- إبراهيم قشوش – سيكولوجية المراهقة – مكتبة الانجلو مصرية – الطبعة الثالثة .- مصر 1989 –
- 4- أحمد أوزري – المراهقة و العلاقات المدرسية – مكتبة النجاح الجديدة – الشركة المغربية للطباعة و النشر – الدار البيضاء – الطبعة الأولى 1993 –
- 5- أحمد أوزري – سيكولوجية المراهق – دار الفرقان – الطبعة الأولى – الدار البيضاء – المغرب – 1986
- 6- أحمد زكي صالح – علم النفس التربوي – مكتبة النهضة المصرية – الجزء الثاني .- الطبعة – 10 مصر 1971 –
- 7- أحمد عبد الخالق – علم النفس الاجتماعي – دار الجامعية – بيروت – لبنان 1983.-
- 8- أحمد عزت راجح – أصول علم النفس – المكتب المصري الحديث للطباعة و النشر – الطبعة - 05 الإسكندرية – مصر 1976 –
- 9- أحمد مختار عضاضة – التربية العلمية التطبيقية في المدارس العراقية – مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة و النشر – الطبعة 03 بيروت لبنان بدون سنة طبع
- 10- أرنوف وتيج – مقدمة في علم النفس – ديوان المطبوعات الجامعية . الجزائر 1994 –
- 11- أكرم زكي خطابية – المناهج المعاصرة في التربية الرياضية – دار الفكر العربي – القاهرة – 1997
- 12- أمين أنور الخولي – أصول التربية البدنية و الرياضية – دار الفكر العربي – - 1998. مصر - الطبعة 02
- 13- أمين أنور الخولي – د. جمال الدين الشافعي – مناهج التربية البدنية . المعاصرة – دار الفكر العربي – الطبعة الأولى – مصر 2000 –
- 14- أمين أنور الخولي و أسامة كامل راتب – التربية الحركية – دار الفكر العربي – مصر 1982 –
- 15- تشارلز بيكو – أسس التربية البدنية – ترجمة حسن معوض و كمال صالح .عبد - المكتبة الانجلو مصرية – القاهرة 1994 –

16- تشارلز بيوكر ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده - أسس التربية البدنية - دار الفكر العربي - القاهرة - بدون سنة طبع.

17- حامد عبد السلام - علم النفس الطفولة و المراهقة - الطبعة الرابعة. القاهرة 1982

18- حامد عبد السلام زهران - علم النفس الاجتماعي - عالم الكتب - الطبعة 05- القاهرة 1985 -

18- حامد عبد السلام زهران - علم النفس الاجتماعي - عالم الكتب - الطبعة الرابعة - القاهرة -

1977

19- حسن شلتوت و حسن معوض - الإدارة في التربية البدنية و الرياضية - دار المعارف 1988 -

20- حسن شلتوت و حسن معوض - التنظيم و الادارة في التربية الرياضية - دار المعارف و النشر -

القاهرة 1998 -

21- حسين أحمد الشافعي - تاريخ التربية البدنية في المجتمع العربي و الدولي - منشأة المعارف -

الإسكندرية - مصر 1998 -

22- حسين سيد معوض - طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية - دار الفكر العربي - الطبعة

الرابعة - القاهرة 1987 -

23- حلمي المليحي - علم النفس المعاصر - دار النهضة العربية - مصر - الطبعة الثانية 1982 -

24- د. محمد مصطفى زيدان و د. نبيل الملوطي - علم النفس التربوي - دار الشرق للنشر و التوزيع و

الطباعة - الطبعة الثانية - عمان 1985 -

25- رمضان محمد القذافي - علم النفس النمو الطفولة و المراهقة - المكتبة الجامعية - الطبعة الأولى -

الإسكندرية 1997 -

26- زيدان عبد الباقي - وسائل و أساليب الاتصال - دار الكتب المصرية - الطبعة الأولى 1994 -

27- زين العابدين درويش و آخرون - علم النفس الاجتماعي و أسس تطبيقاته - مطابع زمزم - الطبعة

الأولى - القاهرة 1993 -

28- ساري حمدان و آخرون - دليل معلم التربية الرياضية للصفوف - وزارة التربية و التعليم - الأردن

1993 -

29- سعد جلال - القياس النفسي و الاختبارات النفسية - دار المعارف - مصر - 1992.

30- سعد عبد الرحمان - السلوك الإنساني - مكتبة الفلاح الكويت - الطبعة 03.1953

31- سعد محمد بهادر - سيكولوجية المراهقة - دار البحوث العلمية - دار مصر للطباعة - القاهرة -

مصر - الطبعة الأولى 1980 -

- 32- سعدية محمد بهادر – في علم النفس النمو – دار البحوث العلمية – الطبعة الأولى – الكويت –  
1977
- 33- سهير كامل أحمد – الصحة النفسية و التوافق – مركز الإسكندرية – بدون طبعة – مصر 1999 –
- 34- السيد خير الله – مفهوم الذات – دار النهضة العربية – مصر 1984 -
- 35- طلحة حسام الدين و عدلة عيش مطر – مقدمة في الادارة الرياضية .- مركز الكتاب للنشر 1 –
- 36- عباس أحمد السمراي – طرق تدريس التربية الرياضية – جامعة بغداد 1991
- 37- عباس أحمد السمراي ، بسطويسي أحمد بسطويسي – طرق التدريس في مجال التربية البنية –  
جامعة بغداد 1984 –
- 38- عباس محمود عوض – علم النفس الاجتماعي – دار النهضة العربية .- بيروت 1980 –
- 39- عبد الرحمان العيسوي – دراسات في علم النفس الاجتماعي – دار النهضة العربية للطباعة و النشر  
– الطبعة الثانية – بيروت 1974 –
- 40- عبد الرحمان محمد العيسوي – علم النفس الاجتماعي – دار النهضة العربية . مصر 1992 –
- 41- عبد الرحمان محمد عيسوي – اتجاهات حديثة في علم النفس الحديث – دار النهضة العربية –  
بيروت 1982 –
- 42- عبد العالي الجسماني – علم التربية و سيكولوجية الطفل – دار العلوم للعلوم – الطبعة الأولى –  
بيروت 1994 -
- 43- عبد الغني الديدي – التحليل النفسي – ظواهر المراهقة و خفاياها – دار الفكر اللبناني – الطبعة  
الأولى 1998 –
- 44- عبد الغني الديدي – ظواهر المراهقة مشاكلها و خفاياها – دار الفكر اللبناني – الطبعة الاولى -بيروت  
– 1985 –
- 45- عبد المجيد نشواتي – علم النفس التربوي – دار الفرقان – مؤسسة الرسالة – - 1993.الأردن –  
الطبعة 06
- 46- عطوف محمد ياسين – علم النفس العيادي – دار الملايين – الطبعة الأولى -لبنان 1986 –
- 47- عطوف ياسين محمود – مدخل إلى علم النفس الاجتماعي – دار الملايين .- بيروت 1989 –
- 48- عقيل عبد الله الكاتب و آخرون – الإدارة و التنظيم في التربية الرياضية – بغداد 1968
- 49- علي أحمد مذکور – مناهج التربية الرياضية – أسسها و تطبيقاتها – دار الفكر العربي – مصر –  
1998
- 50- علي الدريدي ، أحمد بطانية – أساليب تدريس التربية الرياضية – دار الأمل – . عمان 1987 -

- 51- غسان محمد صادق و آخرون - التربية البدنية و الرياضية - كتاب منهجي - بغداد 1988 -
- 52- فؤاد البهى السيد - سيكولوجية المراهقة - دار الفكر العربي - بدون طبعة - القاهرة 1992 -
- 53- فؤاد البهى السيد - الأسس النفسية للنمو من المراهقة إلى الشيخوخة - دار الفكر العربي - القاهرة - مصر 1992 -
- 54- كامل محمد عويضة - علم النفس الاجتماعي - دار الكتاب العلمية - الطبعة الأولى 1996 -
- 55- لطفي عبد الفتاح - طرق تدريس التربية الرياضية و التعلم الحركي - دار الكتب الجامعية - مصر - 1974 -
- 56- ليلي عبد العزيز زهران - المناهج و البرامج في التربية الرياضية - دار زهران - الطبعة الرابعة - 2003 -
- 57- محسن محمد حمص - المرشد في تدريس التربية البدنية - منشأة المعارف - الإسكندرية 1997 -
- 58- محمد حسن علاوي - علم النفس الرياضي - دار المعارف - الطبعة - 03 القاهرة 1986 -
- 60- محمد حسن علاوي - علم النفس الرياضي - دار المعارف - الطبعة - 08 مصر 1992 -
- 61- محمد حسن علاوي - موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين - مركز الكتاب للنشر - الطبعة الأولى 1998 -
- 62- محمد سعيد عظمي - أساليب تطوير و تنفيذ درس التربية الرياضية - منشأة المعارف - الإسكندرية 1996 -
- 63- رشيد زرواني مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية ، دار الهدى، ط1، عين مليلة - الجزائر ، 2007 ،

## المذكرات و الرسائل:

- 1- أمحمد نقازي - علاقة الاتجاهات النفسية بدوافع العمل في إطار نظرية ماسلو - رسالة ماجستير - معهد علم النفس و علو التربية - جامعة الجزائر 1991 -
- 2- بن عبد السلام محمد نمط شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية و علاقته بدافع الانجاز لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي - رسالة ماجستير - معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة الجزائر 2005 -
- 3- لحر عبد الحق - مكانة التربية البدنية و الرياضية في الجهاز التربوي الجزائري - رسالة ماجستير - معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة الجزائر 1993 -
- 4- ليلي سيد عبد السلام - اتجاهات الفتاة المصرية نحو التربية الرياضية مفهوما و مهنة - رسالة دكتوراه - كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة - حلوان - القاهرة 1979 -

- 5- محمد عبد الله الحمامي – مفهوم التربية الرياضية بالمدارس الثانوية بمحافظة القاهرة – رسالة ماجستير – كلية التربية الرياضية للبنين .القاهرة مصر 1979 –
- 6- يوسف حرشاوي – الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ الطور الثانوي – رسالة دكتوراه- معهد التربية البدنية و الرياضية .- جامعة الجزائر 2005 –

### **المجلات:**

- 1- المجلة الثقافية العلمية – المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم.
- 2- المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية – بحوث مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية – مجلة العدد الثالث – جامعة حلوان – مصر 1996.
- 3- برامج التربية البدنية و الرياضية – مديرية التعليم وكتابة الدولة للتعليم الثانوي و التقني م.و.ك.
- 4- وزارة الشباب و الرياضة – قانون التربية البدنية و الرياضية – مطبعة .جريدة الشعب – الجزائر –

1976

### **المصادر باللغة الأجنبية:**

### **باللغة الإنجليزية :**

1- Corbin –C B Aunude Toward-physical Acivity of Champion Woman Basket Ball placers Research document 1995 .

### **باللغة الفرنسية :**

- 2- Drioche .C et col- Les feedback émis par les enseignants lors des situation d’enseignement apprentissage –Reveu S.T.A .P №03vol 14 Paris – 1993.
- 3- Maisonneuve –Introduction en psychologie sociale – edution Colin – France – 1989.
- 4- Marie Piéron Patris Rossi – Elément sychologique sociale – edition Armond Colin – Paris - France - 1999.
- 5- Piéron .M. pédagogie des activités physiques et des sports.o p.cit.
- 6- Sauveur Bankrisp Elis .Sommel – L’adolescence des tempêtes ED .Hochette – Paris - 1990.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
المركز الجامعي احمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

في اطار تحضير بحث ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تحت عنوان :

(دراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ المتوسط )

دراسة ميدانية لبعض متوسطات ولاية تيسمسيلت

من اعداد الطلبة

ولد عمر عبد القادر / سي بشير نور الهدى

ان مساهمتكم هذه ستحظى بطابع الأمانة والسرية التامة وشكرا على مساعدتكم ومساهمتمكم.

التعليمات :

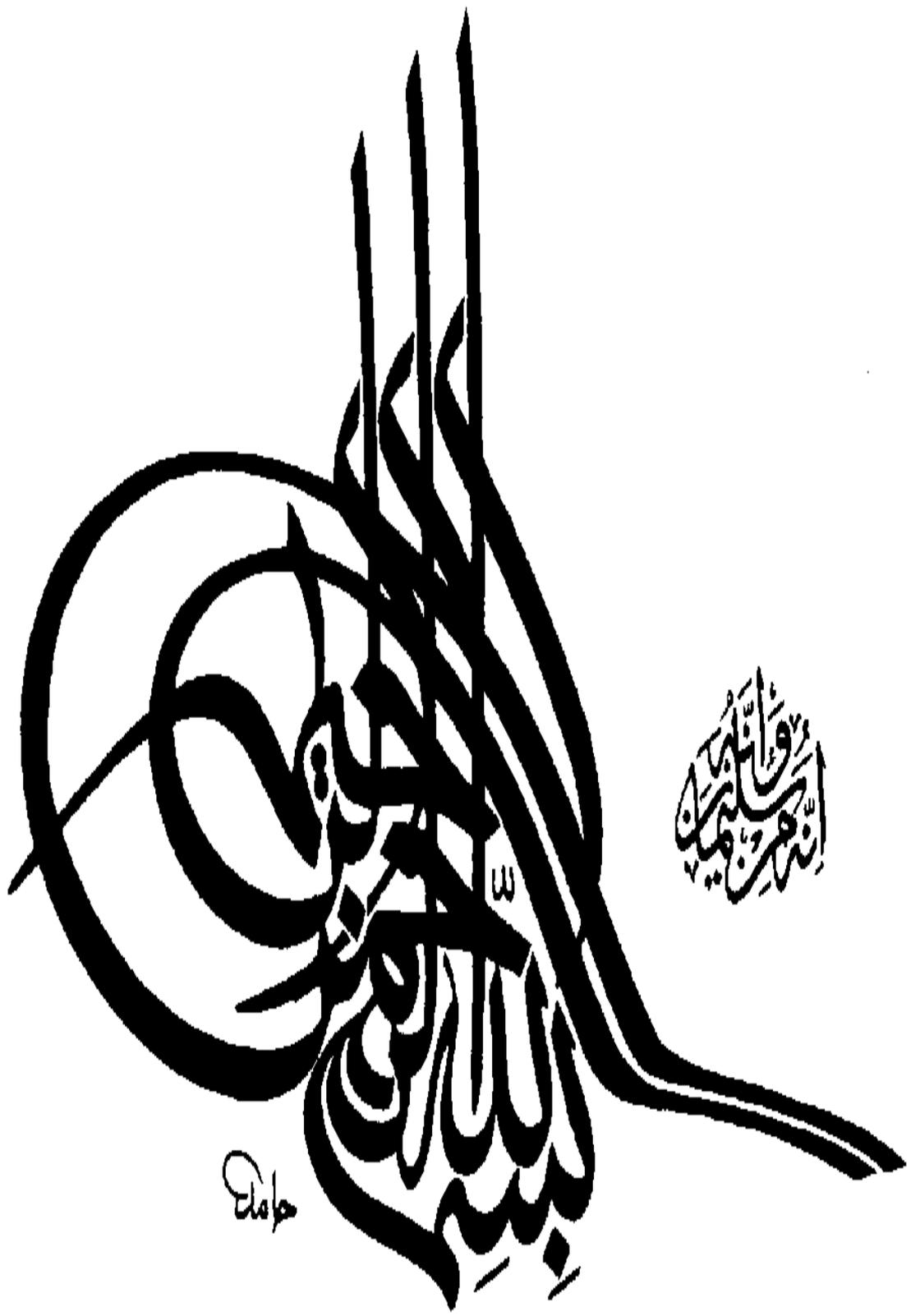
- ❖ فيما يلي بعض العبارات التي يمكن ان تصف بها نفسك والتي يمكن ان تصف بها علاقتك مع الاخرين .
- ❖ اقر كل عبارة جيدا وضع علامة (X) أمام كل عبارة وأسفل ما يتناسب مع وصفك لنفسك ووصفك لعلاقتك مع الاخرين .
- ❖ اذا كانت العبارة تنطبق عليك ضع علامة (X) اسفل كلمة (موافق) أو (موافق بدرجة كبيرة).. وإذا كانت العبارة لا تنطبق عليك ضع علامة (X) أسفل كلمة (غير موافق) او (غير موافق بدرجة كبيرة).. وإذا كنت غير متأكد من انطباق أو عدم انطباق العبارة عليك ضع (X) أسفل (لم اكون راي)
- ❖ لا توجد اجابات صحيحة و أخرى خاطئة لان كل فرد يختلف عن الاخر بالنسبة لوصفه لنفسه ووصف علاقته بالآخرين والمهم هو صدق اجابتك ما يتناسب مع حالتك .
- ❖ رجاء عدم ترك أي عبارة بدون اجابة .

1	2	3	4	5	العبارات	ت
غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق	لم اكون راي	موافق	موافق بدرجة كبيرة		
					افضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر بسيط من الخطورة من الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر كبير من الخطورة	1
					استطيع ان امارس التدريب الرياضي الشاق يوميا اذا كان ذلك يعطيني فرصة عضوية احدى الفرق الرياضية القومية	2
					اعظم قيمة للنشاط الرياضي هي جمال الحركات التي يؤديها اللاعب	3
					في درس التربية الرياضية ينبغي التركيز على القيمة الصحية للرياضة	4
					لا استطيع ان تحمل التدريب اليومي العنيف طوال العام لكي استعد للاشتراك في المنافسات الرياضية	5
					لا افضل الأنشطة الرياضية التي تمارس لاكتساب الصحة واللياقة البدنية	6
					افضل الأنشطة الرياضية التي تتضمن القدر الكبير من الخطورة	7
					تعجبني الأنشطة الرياضية التي تظهر جمال الحركات للاعب	8
					تعجبني الأنشطة الرياضية التي تحتاج الى تدريب منظم لفترات طويلة والتي يقيس فيها اللاعب قدرته في المنافسات ضد منافسين على مستوى عالي من المهارة	9
					الهدف الرئيسي لممارستي الرياضة هو اكتساب الصحة	10
					الاتصال الاجتماعي الناتج عن ممارستي للرياضة له اهمية كبرى بالنسبة لي	11
					الممارسة الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لإزالة التوترات النفسة الشديدة	12
					لا تناسبي الممارسة المتكررة للأنشطة الرياضية الخطرة	13
					في درس التربية الرياضية ينبغي وضع اهمية كبرى على جمال الحركات	14
					افضل الأنشطة الرياضية التي تحافظ على اللياقة البدنية	15
					هناك فرص كثيرة تتيح للإنسان الاسترخاء من متاعب عمله	16

					اليومي مثل ممارسة الرياضة او مشاهدة المباريات الرياضة	
					افضل ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الافراد	17
					عند اختياري لنشاط رياضي يهمني جدا فائدته من الناحية الصحية	18
					لا تعجبني بصفة خاصة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من اللاعبين	19
					في الجامعة ينبغي الاهتمام بدرجة كبيرة بممارسة الأنشطة الرياضية التي تتطلب العمل الجماعي والتعاوني	20
					الممارسة الرياضية تعتبر لي احسن فرصة للاسترخاء	21
					لا اميل الى الأنشطة الرياضية التي ترتبط بالمخاطر والاحتمالات الكبيرة للإصابات	22
					الصحة فقط بالنسبة لي هي الدافع الرئيسي لممارسة الرياضة	23
					لا افضل أي نشاط رياضي يزداد فيه الطابع التنافسي بدرجة كبيرة	24
					ام ناحية تجعلني امارس الرياضة التي استطيع من خلال ممارستها للرياضة ان اتصل بالناس	25
					الممارسة الرياضية هي الطريق العلمي للتحرر من الصراعات النفسية والعدوان	26
					الوقت الذي افضيه في ممارسة التمرينات الصباحية يمكن استغلاله بصورة احسن في أنشطة اخرى	27
					اذا طلب مني الاختيار فإنني افضل الأنشطة الخطرة عن الأنشطة الرياضية غير الخطرة او الاقل الخطورة	28
					من بين الأنشطة الرياضية افضل بصفة خاصة الأنشطة التي استطيع ممارستها مع الاخرين	29
					الرياضة تتيح الفرص المتعددة لإظهار جمال الحركات البشرية	30
					هناك العديد من الأنشطة تمنحني الاسترخاء بدرجة احسن من ممارسة الرياضة	31

					اعتقد انه من الاهمية القصوى ممارسة الأنشطة الرياضية التي لها فائدة كبرى بالنسبة للصحة	32
					افضل بصفة خاصة الأنشطة الرياضية التي تهدف الى اشباع التفوق الجمالي او الفني	33
					اعتقد ان النجاح في البطولات الرياضية يتأسس على انكار الذات والتضحية وبذل الجهد	34
					احس بسعادة لا حدود لها عندما اشاهد قوة التعبير وحمال الحركات الرياضية	35
					لا افضل الممارسة اليومية للرياضة لأجل الصحة فقط	36
					اشعر بان الرياضة تعزلي تماما عن المشاكل المتعددة للحياة اليومية	37
					اذا طلب مني الاختيار فإنني افضل السباحة في المياه الهادئة عن السباحة في المياه ذات الامواج العالية	38
					افضل ممارسة الأنشطة الرياضية التي يستطيع الانسان ممارستها بمفرده	39
					المزايا الصحية لممارسة الرياضة هامة جدا بالنسبة لي	40
					الأنشطة الرياضية التي تتطلب فن وجمال الحركات اعطيها الكثير من اهتمامي	41
					الأنشطة الرياضية التي تتطلب الجرأة والمغامرة افضلها الى اقصى حد	42
					نظرا لان المنافسة مبدا في المجتمع فعلى ذلك ينبغي التشجيع على ممارسة الأنشطة الرياضية التي يظهر فيها الطابع التنافسي بصورة واضحة	43
					الممارسة الرياضية تستطيع ان تجعلني سعيدا بصورة حقيقية	44
					الأنشطة الرياضية التي تستخدم الجسم كوسيلة للتعبير مثل الحركات التعبيرية والباليه اعتبرها من احسن انواع الأنشطة	45
					افضل مشاهدة او ممارسة انواع الأنشطة الرياضية التي لا تأخذ طابع الجدية	46
					ممارسة التمرينات الرياضية اليومية ذات اهمية قصوى بالنسبة لي	47
					استطيع ان امضي عدة ساعات في مشاهدة بعض حركات	48

					الرشاقة أو الحركات التي تتميز بالتوافق الجيد مثل حركات الجمباز والبالية	
					ان الاتصال الاجتماعي الذي تتيحه ممارسة الرياضة لا يمثل بالنسبة لي أهمية قصوى	49
					افضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بلحظات من الخطورة	50
					عدم ممارسة النشاط الرياضي تضيع مني فرصة هامة للاستجمام و الاسترخاء	51
					يجب عدم الاهتمام بحالة الفوز بالرياضة بدرجة زائدة عن الحد	52
					تعجبي الأنشطة الرياضية التي تتطلب من اللاعب السيطرة على المواقف الخطرة	53
					الممارسة الرياضية لا اعتبرها وسيلة هامة من وسائل الترويح	54



الله أكبر  
محمد بن عبد الله

Dala

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

{ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَ  
عَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تَأْخُذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ  
أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَ لَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا أَوْرَاقَنَا كَمَا حَمَلْتَهُ  
عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَ لَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ  
لَنَا بِهِ وَ اعْفُ عَنَّا وَ اغْفِرْ لَنَا وَ ارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا  
فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ } (البقرة الآية: 286)

## و قال تعالى:

{ يرفع الله الذين آمنوا منكم و الذين أوتوا  
العلم درجات } (المجادلة الآية: 11)

## و قال تعالى:

{ و قل ربي زدني علماً } ( طه الآية: 114 )

صدق الله العظيم

# شكر و تقدير

الحمد لله الذي تفضل علينا بنعمة العافية و أشكره تعالى شكرا يليق بجلاله  
و كماله، و نصلي و نسلم على نبينا محمد صلى الله عليه و سلم  
جاء بالهدى و البيئات، و بعد:  
أزف أسمى آيات الشكر و العرفان إلى من لا تستطيع العبارات  
و الجمل أن تفي له بالشكر  
و تظل عاجزة أمامه لأنه أكبر منها  
إلى سعادة الدكتور: " **قرقور محمد** " المشرف على المذكرة  
على جميل اهتمامه و متابعته الدؤوبة لسير الدراسة، و حرصه  
على أن تظهر على أفضل وجه و حال.  
كما أتقدم بخالص الشكر و التقدير لأعضاء لجنة المناقشة لتفضلهم بالموافقة  
على مناقشة هذه المذكرة و تنقيحها بإرشاداتهم و توجيهاتهم القيمة.  
و لا يفوتني ان أرفع أجمل عبارات الشكر  
و كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى كافة مدراء المتوسطات الذين وفروا لنا  
كل الظروف الملائمة لسير دراستنا  
فلهم و لكل من قدم أية مساعدة لإنجاز هذه الأطروحة كل الشكر و المحبة.  
و لله الفضل من قبل و من بعد و هو نعم المولى ونعم النصير

# إهداء

إلى من يتدفق في عروقي عشقها إلى من يخفق قلبي  
... بحبها إلى من تربيت في ... أحضانها و امتلاً صدري

بعبق زهورها

يا أغلى درة في جبين الدهر ...

إلى كل من شعرت عندهم بعجزني عن رد فضلهم عليّ  
والدائي ..... أصل و جودي جزاهم الله عني خير

الجزاء

إلى معنى حياتي ... و عنوان وجودي أبي الحبيب و  
أمي الأعلى ...

إلى رموزي عزتي و افتخاري .... أخوات و إخوتي..

إلى أقاربي ... أصدقائي ... أصحابي

إلى السيد مدير و جميع أساتذة متوسطة بوشعيب

الجيلالي عمرونة

وكل من مد يد المساعدة في انجاز بحثنا هذا

شكراً...

عبد القادر نور الهدى

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

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر  
تخصص النشاط الرياضي البدني المدرسي  
تحت عنوان :

دراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية  
البدنية والرياضية وعلاقتها بالممارسة لدى  
تلاميذ الطور المتوسط

اشراف الدكتور :

\* قرقور محمد

اعداد الطلبة :

❖ ولد عامر عبد القادر

❖ سي بشير نور الهدى

السنة الجامعية : 2017/2016

## Test-t

Remarques		
	Résultat obtenu	11-juin-2011 14:46:57
	Commentaires	
Entrée	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données0
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	82
Traitement des valeurs manquantes	Définition de manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors intervalle pour aucune variable de l'analyse.
	Syntaxe	T-TEST GROUPS=garçon1(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=d1 d2 d3 d4 d5 d6 /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	0:00:00.000
	Temps écoulé	0:00:00.046

## Statistiques de groupe

	garçon1	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
d1	premier	30	17,2667	3,94735	,72069
	quatrieme	50	29,8200	4,22669	,59774
d2	premier	30	20,1000	4,42836	,80850
	quatrieme	50	39,1200	2,48785	,35183
d3	premier	30	20,8667	5,96388	1,08885
	quatrieme	50	26,8400	2,45249	,34683
d4	premier	30	23,8000	4,61930	,84336
	quatrieme	50	31,9000	3,60979	,51050
d5	premier	30	18,8000	7,08276	1,29313
	quatrieme	50	31,3200	4,24476	,60030
d6	premier	30	18,0333	6,21169	1,13409
	quatrieme	50	26,8800	7,12180	1,00717

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
d1	Hypothèse de variances égales	,044	,835	-13,177	78
	Hypothèse de variances inégales			-13,407	64,546
d2	Hypothèse de variances égales	11,185	,001	-24,632	78
	Hypothèse de variances inégales			-21,571	40,171
d3	Hypothèse de variances égales	20,319	,000	-6,273	78
	Hypothèse de variances inégales			-5,227	34,970
d4	Hypothèse de variances égales	2,696	,105	-8,736	78
	Hypothèse de variances inégales			-8,216	50,159
d5	Hypothèse de variances égales	8,195	,005	-9,903	78
	Hypothèse de variances inégales			-8,782	41,700
d6	Hypothèse de variances égales	3,042	,085	-5,635	78
	Hypothèse de variances inégales			-5,833	67,817

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
d1	Hypothèse de variances égales	,000	-12,55333	,95264
	Hypothèse de variances inégales	,000	-12,55333	,93631
d2	Hypothèse de variances égales	,000	-19,02000	,77216
	Hypothèse de variances inégales	,000	-19,02000	,88174
d3	Hypothèse de variances égales	,000	-5,97333	,95226

	Hypothèse de variances inégales	,000	-5,97333	1,14275
d4	Hypothèse de variances égales	,000	-8,10000	,92720
	Hypothèse de variances inégales	,000	-8,10000	,98584
d5	Hypothèse de variances égales	,000	-12,52000	1,26428
	Hypothèse de variances inégales	,000	-12,52000	1,42567
d6	Hypothèse de variances égales	,000	-8,84667	1,56985
	Hypothèse de variances inégales	,000	-8,84667	1,51676

## Test-t

[Ensemble\_de\_données1]

### Statistiques de groupe

	fil1	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
d1	premier	30	17,0333	4,75237	,86766
	qutieme	50	28,3200	3,03342	,42899
d2	premier	30	19,7667	2,97905	,54390
	qutieme	50	36,1600	4,48289	,63398
d3	premier	30	16,5667	4,65857	,85054
	qutieme	50	24,0400	5,20972	,73677
d4	premier	30	23,3333	4,59635	,83917
	qutieme	50	36,1000	5,87019	,83017
d5	premier	30	19,1333	4,24047	,77420
	qutieme	50	30,8600	5,42109	,76666
d6	premier	30	18,1000	4,96436	,90636
	qutieme	50	25,6000	4,58035	,64776

**Test d'échantillons indépendants**

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
d1	Hypothèse de variances égales	1,778	,186	-12,980	78
	Hypothèse de variances inégales			-11,661	43,377
d2	Hypothèse de variances égales	,526	,470	-17,788	78
	Hypothèse de variances inégales			-19,625	77,101
d3	Hypothèse de variances égales	,383	,538	-6,457	78
	Hypothèse de variances inégales			-6,641	66,642
d4	Hypothèse de variances égales	,685	,410	-10,178	78
	Hypothèse de variances inégales			-10,815	72,463
d5	Hypothèse de variances égales	,711	,402	-10,126	78
	Hypothèse de variances inégales			-10,763	72,501
d6	Hypothèse de variances égales	,115	,736	-6,871	78
	Hypothèse de variances inégales			-6,732	57,337

**Test d'échantillons indépendants**

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
d1	Hypothèse de variances égales	,000	-11,28667	,86956
	Hypothèse de variances inégales	,000	-11,28667	,96792
d2	Hypothèse de variances égales	,000	-16,39333	,92157
	Hypothèse de variances inégales	,000	-16,39333	,83531
d3	Hypothèse de variances égales	,000	-7,47333	1,15745
	Hypothèse de variances inégales	,000	-7,47333	1,12527
d4	Hypothèse de variances égales	,000	-12,76667	1,25437
	Hypothèse de variances inégales	,000	-12,76667	1,18042
d5	Hypothèse de variances égales	,000	-11,72667	1,15810
	Hypothèse de variances inégales	,000	-11,72667	1,08956
d6	Hypothèse de variances égales	,000	-7,50000	1,09160
	Hypothèse de variances inégales	,000	-7,50000	1,11404

## Test-t

### Statistiques de groupe

	quatrieme1	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
d1	garçon	50	29,8200	4,22669	,59774
	filles	50	28,3200	3,03342	,42899
d2	garçon	50	39,1200	2,48785	,35183
	filles	50	36,1600	4,48289	,63398
d3	garçon	50	26,8400	2,45249	,34683
	filles	50	24,0400	5,20972	,73677
d4	garçon	50	31,9000	3,60979	,51050
	filles	50	36,1000	5,87019	,83017
d5	garçon	50	31,3200	4,24476	,60030
	filles	50	30,8600	5,42109	,76666
d6	garçon	50	26,8800	7,12180	1,00717
	filles	50	25,6000	4,58035	,64776

### Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
d1	Hypothèse de variances égales	4,319	,040	2,039	98
	Hypothèse de variances inégales			2,039	88,893
d2	Hypothèse de variances égales	3,253	,074	4,082	98
	Hypothèse de variances inégales			4,082	76,568
d3	Hypothèse de variances égales	10,907	,001	3,438	98
	Hypothèse de variances inégales			3,438	69,701
d4	Hypothèse de variances égales	2,973	,088	-4,310	98

	Hypothèse de variances inégales			-4,310	81,422
d5	Hypothèse de variances égales	,655	,420	,472	98
	Hypothèse de variances inégales			,472	92,669
d6	Hypothèse de variances égales	13,915	,000	1,069	98
	Hypothèse de variances inégales			1,069	83,614

### Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart- type
d1	Hypothèse de variances égales	,044	1,50000	,73575
	Hypothèse de variances inégales	,044	1,50000	,73575
d2	Hypothèse de variances égales	,000	2,96000	,72506
	Hypothèse de variances inégales	,000	2,96000	,72506
d3	Hypothèse de variances égales	,001	2,80000	,81432
	Hypothèse de variances inégales	,001	2,80000	,81432
d4	Hypothèse de variances égales	,000	-4,20000	,97457
	Hypothèse de variances inégales	,000	-4,20000	,97457
d5	Hypothèse de variances égales	,638	,46000	,97372
	Hypothèse de variances inégales	,638	,46000	,97372
d6	Hypothèse de variances égales	,288	1,28000	1,19749

**Test d'échantillons indépendants**

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
d1	Hypothèse de variances égales	,044	1,50000	,73575
	Hypothèse de variances inégales	,044	1,50000	,73575
d2	Hypothèse de variances égales	,000	2,96000	,72506
	Hypothèse de variances inégales	,000	2,96000	,72506
d3	Hypothèse de variances égales	,001	2,80000	,81432
	Hypothèse de variances inégales	,001	2,80000	,81432
d4	Hypothèse de variances égales	,000	-4,20000	,97457
	Hypothèse de variances inégales	,000	-4,20000	,97457
d5	Hypothèse de variances égales	,638	,46000	,97372
	Hypothèse de variances inégales	,638	,46000	,97372
d6	Hypothèse de variances égales	,288	1,28000	1,19749
	Hypothèse de variances inégales	,288	1,28000	1,19749



الفصل الأول  
منهجية البحث  
والإجراءات  
الميدانية



الفصل الأول  
الاتجاهات النفسية



الجانب  
التمهيدي  
التعريف  
بالبحث



الفصل الثالث  
المرحلة العمرية  
12-15 سنة



الفصل الثاني  
التربية البدنية وال  
رياضية



الملاحق



الفصل الثاني  
عرض وتحليل و  
مناقشة النتائج



# مقدمة



قائمة المصادر

والمراجع



الباب الأول

الدراسة

النظرية



الباب الثاني

الدراسة

الميدانية