وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
المركز الجامعي احمد بن يحي الونشريسي
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات شهادة الماستر

في التربية البدنية والرياضية

بعنـوان :

تحديد العوامل المؤثرةعلى أداءأستاذ التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي والمتوسط

* دراسة مسحية اجرائية على متوسطات وثانويات ولاية تيارت *

إعداد الطلبة :

مغربي محمد امين .

بن شهرة سفيان .

تحت إشراف الدكتور :

ربوح صالح •

السنة الجامعية

2017/2016

الحمد و الشكر لله الذي هدانا ووفقنا لإنجاز هذا العمل

المتواضع والصلاة والسلام على

من بُعث رحمة للعالمين.

إلى الدكتور**ربوح صالح**

الذي تابع عملي هذا، ولم يبخل علي بنصائحه القيمة والمفيدة،

إنه لمن الشرف العظيم أن نكون تحت إشرافكم و توصياتكم و نصائحكم التي وجهتمونا بها، و خصوصا ما لمسناه من تواضعكم الكبير فألف شكر و تقدير لك، وفقك الله و جعل النجاح حليفك دوما.

والى أساتذة قسم علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية.

إلى الأستاذ "نغال محمد" وفقه الله.

إلى كل من علمني حرفا من الابتدائي إلى الثانوي.

إلى كل قريب أو بعيد كان له الفضل في إنجاح هذا العمل

على هؤلاء نتقدم بالشكر و إن كنا عاجزين عن شكرالجميع فعند الله خير الجزاء وأوفره.

بن شهرى سفيان–مغربي محمد امين

إهداء

الى من يحمل صدارة إهدائي وطني الغالي الجزائر.

إلى من اشترت راحتي وسعادتي بتعبها وشقائها إلى أغلى اسم نطقه لساني أمي ثم أمي ثم أمي "مسعودة"حفظها الله ورعاها وأطال في عمرها.

إلى من كان لي بمثابة الشمعة التي تحترق لتنير طريق دربي إلى نعم المثل ونعم القدوة أبي"احمد" حفظه الله.

لكما يا أغلى ما أملك في الحياة والديا الكريمين.

إلى كل إخوتي وأخواتي كل باسمه اسامة،محمد ،

إلى جدَتي و جدَي حفظهم الله.

إلى أخوالي و أعمامي و عمتي وأبنائهم إلى أخي الذي لم تلده أمي "سرير نور الدين"و زوجته و عائلته ، إلى كل الأصدقاء والأحباب الذين جمعتني بهم أيام الدراسة بجامعة تسمسيلت وكذا زملائي من الإبتدائي إلى الثانوية .

إلى أخـــــــي فتحي الغالي .

إلى جميع الأساتذة الذين تتلمذت على أيديهم من الطور الابتدائي حتى الجامعي

إلى الذي وجهني عند الخطأ وشجعني عند الصواب ولم يبخل علينا بصغيرة ولا بكبيرة،الأستاذ المشرف الحاج : "ربوح صالح" حفظه الله.

إلى كل من لم يجد اسمه فغضب.....

إلى قارئ هذا الإهداء.

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة عملي هذا.

بن شهرى سفيان

إهداء

الى من يحمل صدارة إهدائي وطني الغالي الجزائر.

إلى من اشترت راحتي وسعادتي بتعبها وشقائها إلى أغلى اسم نطقه لساني أمي ثم أمي ثم أمي حفظها الله ورعاها وأطال في عمرها.

إلى من كان لي بمثابة الشمعة التي تحترق لتنير طريق دربي إلى نعم المثل ونعم القدوة أبي حفظه الله.

لكما يا أغلى ما أملك في الحياة والديا الكريمين.

إلى كل إخوتي وأخواتي كل باسمه اسامة،محمد ،

إلى جدَتي و جدَي حفظهم الله.

إلى أخوالي و أعمامي و عمتي وأبنائهم إلى أخي الذي لم تلده أمي "بن ساعدي حكيم"و زوجته و عائلته ، إلى كل الأصدقاء والأحباب الذين جمعتني بهم أيام الدراسة بجامعة تسمسيلت وكذا زملائي من الإبتدائي إلى الثانوية .

إلى أخـــــــي فتحي الغالي .

إلى جميع الأساتذة الذين تتلمذت على أيديهم من الطور الابتدائي حتى الجامعي

إلى الذي وجهني عند الخطأ وشجعني عند الصواب ولم يبخل علينا بصغيرة ولا بكبيرة،الأستاذ المشرف الحاج : "ربوح صالح" حفظه الله.

إلى كل من لم يجد اسمه فغضب.....

إلى قارئ هذا الإهداء.

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة عملي هذا.

مغربي محمد امين

إهداء

قائمة المحتويات

الرقم	العنوان	الصفحة
	شكر وتقدير	أ
	الإهداء 01	ب
	الإهداء 02	ج
	محتويات البحث	د
	قائمة الجداول	هـ
	قائمة الأشكال البيانية	و
	قائمة المصادر والمراجع	ز
	الملاحق	ط
المـــــــــدخل العـــــــام للبحـــــــث		
	مقدمة	01
01	الإشكالية	03
1-1	التساؤلات الجزئية	03
02	الفرضية العامة	03
1-2	الفرضيات الجزئية	03
03	أسباب إختيار البحث	04
1-3	أسباب ذاتية	04
2-3	أسباب موضوعية	04
04	أهداف البحث	05
05	أهمية البحث	05

06	شرح مصطلحات البحث	05
1-6	أستاذ التربية البدنية والرياضية	05
2-6	التربية البدنية والرياضية	05
3-6	العوامل	06
4-6	مرحلة التعليم الثانوي	06
07	الدراسات السابقة	06
1-7	دراسة فيميان1983	06
2-7	دراسة ميهر1983	07
3-7	دراسة لورنس1982	08
4-7	دراسة سوزان أندريا1985	08
5-7	دراسة هابلين، هاليين وهاريس1985	08
6-7	دراسة راتشرواستراث 1985	09
7-7	دراسة سادوسكي وبلاكويل1985	10
8-7	دراسة شو وآخرون1985	10
9-7	دراسة أبوت كوك 1986	10
10-7	دراسة سوزان كابل 1987	11
11-7	دراسة محمد بخيت محمد 1994	11
12-7	دراسة محمد السيد الششتاوي2000	12
13-7	دراسة بوشارب شريف وآخرون 2002	13
08	التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة	13
الباب الأول: الجانب النظري.		
الفصل الأول العوامل .		
	تمهيد	15
01	مفهوم العوامل	16
02	كيفية تاثيرالعوامل	17
أ	المرحلة الأولى	17

ب	المرحلة الثانية	17
ج	المرحلة الثالثة	17
03	عوامل الضغط المهني	18
1-3	عوامل ذاتية	18
2-3	عدم الرضى الوظيفي	18
04	المصادر الخارجية	18
1-4	المصادر المرتبطة بالحياة الخاصة	18
2-4	عوامل مرتبطة بالظروف المحيطة بالعمل	19
1-2-4	الضوضاء	20
2-2-4	الضوء	20
3-2-4	الحرارة	21
4-2-4	التهوية	21
5-2-4	المنشآت القاعدية	22
6-2-4	العوامل والوسائل المادية التعليمية	22
7-2-4	المواصلات	23
8-2-4	عبء العمل	24
9-2-4	سوء العلاقة مع الزملاء	24
10-2-4	سوء العلاقة مع التلاميذ	26
11-2-4	الإشراف التربوي	26
05	التطور المهني والترقية المهنية	28
06	أعراض الضغوط	29
1-6	الأعراض الفزيولوجية	29
1-1-6	الأمراض العضلية العظمية	29
2-1-6	الإضطرابات القلبية الوعائية	29
3-1-6	الأمراض الجلدية	29
4-1-6	إضطرابات الغدد	29
2-6	الأعراض المعرفية	29

3-6	الأعراض السلوكية	29
07	طرق علاج الضغط في المجال الرياضي	30
1-7	العلاج بالأساليب المعرفية	30
1-1-7	أسلوب التأمل	30
2-1-7	أسلوب الإيحاء الذاتي	31
2-7	العلاج بالأساليب السلوكية	31
3-7	العلاج النفسي	31
	خلاصة الفصل	32
الفـــــــــــصل الثـــــــاني: أستاذ التربية البدنية والرياضية		
	تمهيد	33
01	أستاذ التربية البدنية والرياضية	34
02	شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية	34
1-2	الشخصية التربوية للأستاذ	34
2-2	الشخصية القيادية للأستاذ	35
03	السمات الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية	36
04	مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية	37
1-4	فهم أهداف التربية البدنية والرياضية	37
2-4	تخطيط برنامج التربية البدنية والرياضية	37
3-4	توفير القيادة	37
4-4	تنمية مهارات الإتصال الفعّال لدى أستاذ ت ب ر	37
1-4-4	جذب إنتباه التلاميذ	38
2-4-4	تعلُّم حسن إستخدام الصوت	38
3-4-4	تنمية إستخدام المهارات الغير لفظية	38
4-4-4	تنمية مهارات الإستماع	38
5-4-4	تنمية وتأكيد المصداقية	39
05	مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضيةإتجاه المادة التعليمية	39
06	مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية إتجاه التقويم	40

07	مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية إتجاه البحث العلمي	40
08	الخصائص والصفات الواجب توفرها في أستاذ ت ب وَر	40
1-8	الخصائص الشخصية	40
1-1-8	الصبر والتحمل	41
2-1-8	العطف واللين مع التلاميذ	41
3-1-8	الحزم والمرونة	41
2-8	الخصائص الجسمية	41
3-8	الخصائص العقلية والعلمية	41
1-3-8	الإلمام بالمادة	42
2-3-8	الذكاء	42
4-8	الخصائص الخُلُقية والسلوكية	42
5-8	الخصائص الإجتماعية	43
09	واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية	43
1-9	الواجبات العامة	43
2-9	الواجبات الخاصة	43
3-9	واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضو في المجتمع	44
4-9	واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضو في المهنة	44
	خلاصة الفصل	45
	الفـــــصل الـــــثالث: المـــــــــــراهقة	
	تمهيد	46
01	مفهوم المراهقة	47
02	تعريف المراهقة	47
1-2	المعنى اللغوي	47
2-2	المعنى الإصطلاحي	47
03	بعض التعارف المختلفة للمراهقة	47
04	تحديد مراحل المراهقة	48

1-4	المراهقة المبكرة (12-14) سنة	48
2-4	المرحلة الوسطى (15-17) سنة	49
3-4	المراهقة المتأخرة (18-21) سنة	49
05	خصائص النمو في مرحلة المراهقة	49
1-5	النمو الجسمي	49
2-5	النمو المورفولوجي	49
3-5	النمو النفسي	50
4-5	النمو الإجتماعي	50
5-5	النمو العقلي والمعرفي	50
6-5	النمو الوظيفي	51
7-5	النمو الحركي	51
8-5	النمو الانفعالي	52
9-5	النمو الجنسي	52
06	حاجيات المراهق	52
1-6	الحاجة للمكانة	53
2-6	الحاجة للإستقلال	53
3-6	الحاجة الجنسية	53
4-6	الحاجة إلى تحقيق الذات والإنتماء	54
5-6	الحاجة للعطف والحنان	54
6-6	الحاجة للنشاط والراحة	54
07	أشكال من المراهقة	55
1-7	المراهقة المتوافقة	55
1-1-7	العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة	55
2-7	المراهقة المنطوية	55
1-2-7	العوامل المؤثرة فيها	56
3-7	المراهقة العدوانية	56
4-7	المراهقة المنحرفة	56

1-4-7	العوامل المؤثرة فيها	56
08	أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين	57
09	أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين	57
	خلاصة الفصل	59

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول: إجراءات البحث الميدانية

	تمهيد	60
01	منهجية البحث	61
02	الدراسة الإستطلاعية	61
03	مجتمع وعيّنة البحث	62
1-3	مجتمع البحث	62
2-3	عيّنة البحث	62
04	مواصفات العينة	63
05	تصميم الدراسة	63
06	أدوات البحث	64
1-6	الدراسة النظرية	64
2-6	الإستبيان	64
1-2-6	الأسئلة المغلقة	64
2-2-6	الأسئلة المفتوحة	65
3-2-6	الأسئلة المغلقة المفتوحة	65
07	مجالات البحث	65
1-7	المجال الزماني	65
2-7	المجال المكاني	65
08	إجراءات الدراسة	65
09	الوسائل الإحصائية	66
1-9	النسب المئوية	66

2-9	قانون حسن المطابقة	66
	خلاصة الفصل	68
الفـــــــصل الثـــــــاني: عرض، تحليل ومناقشة النتائج		
01	المحور الأول	70
02	المحور الثاني	76
03	المحور الثالث	84
04	المحور الرابع	91
الفـــــصل الثـــــــــالث: الإســـــتنتاجات والإقتراحات		
01	مقابلة النتائج بالفرضيات	98
02	الإستنتاجات	100
03	الإقتراحات	101
04	استنتاج عام	102

قائمة الجداول:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يمثل إجابات الأساتذة حول قدرة الأستاذ على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها السلبي على آداءه.	70
02	يمثل إجابات الأساتذة حول تأثير عدم استعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ.	71
03	يمثل إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في إستعمال مثل هذه الوسائل المتطورة.	72
04	يمثل إجابات الأساتذة حول مدى تعاون كل من أساتذة التربية البدنية والرياضية، مسؤولي الإدارة والتلاميذ من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصّة.	73
05	يمثل إجابات الأساتذة حول دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال.	75
06	يمثل إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقةعلى أداء الأستاذ.	76
07	يمثل إجابات الأساتذة حول رغبة وجاذبية التلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية.	77
08	يمثل إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال حصّة ت ب ر.	78
09	يمثل إجابات الأساتذة حول مشاركة التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة.	79
10	يمثل إجابات الأساتذة حول إستجابة التلاميذ أثناء تقديم لعبة ما خلال الحصّة.	81
11	يمثل إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ.	82
12	يمثل إجابات الأساتذة حول طبيعة المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها المؤسسة التربوية.	84
13	يمثل إجابات الأساتذة حول ملائمة الوسائل البيداغوجية المستعملة للأنشطة المبرمجة التي يقوم بها الأستاذ.	85
14	يمثل إجابات الأساتذة حول الإمكانيات الرياضية المتوفرة مقارنة مع عدد التلاميذ.	86

15	يمثل إجابات الأساتذة حول جاهزية المنشآت الرياضية للإستعمال التطبيقي.	**87**
16	يمثل إجابات الأساتذة حول توفّر المؤسسة على غرف تغيير الملابس.	**89**
17	يمثل إجابات الأساتذة حول الكشف عن الروابط القوية والإهتمامات المشتركة بين الأساتذة في تحديد الأهداف في كل مستوى. .	**91**
18	يمثل إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى.	**92**
19	يمثل إجابات الأساتذة حول تقدير الأوساط الأسرية لعمل ما يقدّمه أستاذ ت ب ر.	**93**
20	يمثل إجابات الأساتذة حول تقدير المشرف التربوي لما يقدّمه أستاذ ت ب ر.	**94**

قائمة الأشكال البيانية:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية وتأثيرها على آداءه	**70**
02	تأثير عدم إستخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ	**71**
03	إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في استعمال الوسائل التكنولوجية	**72**
04	مدى تعاون كل من أساتذة ت ب ر، مسؤولي الإدارة والتلامي من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية	**74**
05	دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال	**75**

06	تأثير الخصائص المميزة لمرحلة المراهقة على آداء الأستاذ خلال الحصة	76
07	يبيّن رغبةالتلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية	77
08	العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال الحصة	78
09	مشاركة التلاميذ في الألعاب المقدمة من طرف الأستاذ	80
10	يبين تطبيق وإستجابة التلاميذ عند تقديم لعبة ما	81
11	يبين تأثير الخصائص المميزة لمرحلة المراهقة على أداء أستاذ	82
12	يمثل طبيعة المنشآت التي تتوفرعليها المؤسسات التربوية	84
13	ملائمة الوسائل البيداغوجية للأنشطة المبرمجة التي يؤديها الأستاذ	85
14	الإمكانات الرياضية المتوفرة مقارنة مع عدد التلاميذ	87
15	جاهزية المنشآت الرياضية للإستعمال	88
16	توفر المؤسسة على غرف تغيير الملابس	89
17	التنسيق بين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى	91
18	يمثل طبيعة العلاقة بين أساتذة ت ب ر وأساتذة المواد الأخرى	92
19	تقدير الأوساط الأسرية لما يقدمه أستاذ ت ب ر من أجل أبنائهم	93
20	تقدير المشرف التربوي لما يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية	95

المدخل العام للبحث

مـــــــــــقدّمة:

إن من أهمِّ ما يُميِّز حياة الإنسان مع نهاية القرن العشرين وبداية القرن الحادي والعشرين سرعة إيقاع الحياة، وثورة الإتصالات التي جعلت العالم قرية صغيرة، وكذلك دخول التكنولوجيا في كلِ أنشطة الحياة اليومية في جميع المجالات من تعليم، رياضة، صناعة، تجارة، زراعة، طب، مواصلات...وأيضًا تحوُّل الاقتصاد العالمي إلى نظام السوق الحرة؛ كل هذه المتغيرات الكبيرة في نمط الحياة تشكل تحديا لقدرات الإنسان ومن ثمَّ فإن عليه إستيعابها والتعامل معها، فهي إذن تشكل ضغوطًا نفسية لإنسان هذا العصر وعليهِ التكيّف معها، وفي الوقت الذي يمكنه التكيف مع بعض هذه الضغوط، فإنه قد لا يستطيع التكيف مع البعض الآخر.

والضغوط النفسية في العمل جانب هام من ضغوط الحياة، فهي ظاهرة نفسية مثلها مثل القلق والعدوان وغيرها، لا يمكن إنكارها بل يجب التصدي لها من قبل المختصين لمساعدة العامل على التكيف مع عمله، وصولاً إلى زيادة الإنتاج وجودته وبالتالي تنمية المجتمع وتقدمه؛ وتُعد مهنة التدريس من أكثر مجالات العمل ضغوطًا، وذلك لما تزخر به البيئة التعليمية من مثيرات ضاغطة، يرجع بعضها إلى شخصية الأستاذ التي تحدد قدرته على التكيف مع المتغيرات ونوع الفئة العمرية التي يتعامل معها الأستاذ، و إلى ما ينظم أو يقيد عمله من قرارات ولوائح وقوانين؛ ويرجع البعض الآخر إلى البيئة الاجتماعية الخارجية التي يعيش فيها الأستاذ، ومدى تقديرها لدوره ولأهمية التعليم.

وإذا كان مهمًا التصدي لظاهرة الضغوط النفسية للعمل عامة، فالتصدي لضغوط مهنة التدريس أهم بكثير، وذلك من منطلق خطورة إستمرار تلك الضغوط النفسية التي تؤدي في نهايتها إلى مرحلة الاحتراق النفسي (Psychological Burnout)، والتي تتميز بحالات التشاؤم واللاّمبالاة، قلة الدافعية، فقدان القدرة على الابتكار في العمل، والقيام بالواجبات بصورة آلية.

كما أن التعليم هو الأداة الأولى والأكثر فاعلية في تطور وتنمية المجتمع، لأن المدرس هو المؤسس الأول للشعوب، فهو الذي يشكل التلاميذ في جميع مراحل التعليم المختلفة، فإذا أحسن التشكيل أصبحت الإفادة شاملة لكل الأجيال الصغيرة حتى تكبر، لأنهم نواة المستقبل وإشراقة الغد، وهم الذين سيتحملون المسؤولية في المستقبل ويكونوا أباءً وأجدادً صالحين لأنفسهم ولشعوبهم.

وعليه وقصد تشخيص ظاهرة الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، ارتأينا القيام بدراسة سيكولوجية ميدانية، تقوم على أسس علمية ومنهجية واضحة، لتَقَصي حقيقة الضغط النفسي لدى هاته الفئة، لمعرفة مصادره وتأثيره.

ومن كل ما سبق يمكننا ان نطرح الإشكال الجوهري والذي يصب في صلب الموضوع الذي نحن بصدد دراسته والذي يتمحور حول: أهم عوامل التي تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (في الطور الثانوي والمتوسط).

وحتى يأتي بحثنا هذا بثماره ومصداقيته ارتأينا أولا أن نضع كمدخل عام للبحث، ثمّ تقسيم البحث إلى جانبين أساسيين، تمثلا في الجانب الأول النظري والجانب الثاني التطبيقي.

تمثّل المدخل العام في تقديم الموضوع والخطوط العريضة له، من خلال صياغة المقدمة، طرح الإشكالية، صياغة الفرضيات، بيان أسباب إختيار البحث، أهداف البحث، أهمية البحث، المصطلحات المستخدمة في البحث، الدراسات السابقة والمشابهة، وأخيرا التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة والاستفادة منها.

أما الجانب الأول أو الباب النظري فقد تم تخصيص الفصل الأول له لشرح مفهوم عوامل وطبيعتها، كيفية حدوثها والعوامل المسببة لها، ومصادرها، أعراض الضغوط وأخيرا طرق العلاج.

أما الفصل الثاني تم تخصيصه لشرح مفهوم أستاذ التربية البدنية والرياضية، شخصيته، السمات الأساسية، المسؤوليات الموجّهة لشخصه من فهم الأهداف، تخطيط البرنامج، توفير القيادة، تنمية مهارات الإتصال، التقويم المثالي والبحث العلمي، وأخيرا الخصائص الواجب توفرها فيه، ثم واجباته.

أما الفصل الثالث فتناول الباحث شرح مفهوم المراهقة، تعريف المراهقة لغة وإصطلاحاً، ثم تحديد مراحلها، خصائص النمو، مختلف حاجيات المراهق، بعض أشكال المراهقة، أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين وأخيرا أهمية الممارسة الرياضية لهذه الفئة.

بعد ذلك الباب الثاني أو الجانب التطبيقي الذي تم تقسيمه إلى ثلاثة فصول، حيث يمثل الفصل الأول إجراءات البحث الميدانية وفيها: منهجية البحث، الدراسة الإستطلاعية، عيّنة البحث، مواصفات العيّنة، تصميم الدّراسة، أدوات البحث، مجالات البحث،إجراءات الدراسة، وأخيرا الوسائل الإحصائية.

أما الفصل الثاني تم فيه عرض عرض وتحليل ومناقشة نتائج الإستبيان في جميع محاوره، وكذا عرض مختلف النتائج التي أفرزتها المعالجات الإحصائية للبيانات في إطار التحقق من صحة الفرضيات المصاغة في البحث.

وأخيرا الفصل الثالث تم فيه مقابلة النتائج بالفرضيات، الإستنتاجات، ومن ثم أمكن وضع بعض الاقتراحات الهادفة للتخفيف من ظاهرة الضغط التي يعاني منها أساتذة التربية البدنية والرياضية، ووضع حلول لها، وأخيرا خاتمة الفصل.

1-إشكالية البحث:

يحتاج العالم في هذه الأيام إلى ثروة هائلة من التقدم و التطور في كل مجالات الحياة المختلفة الاقتصادية والثقافية والاجتماعية والرياضية وغيرها، ومن هنا يحدث الصراع والمنافسة بين البشر للّحاق بركب التقدم والمعرفة، وإحتلال المكان اللائق بين دول العالم، فإذ ا أحسن استخدام هذه الثروة العلمية المتلاحقة في مجالات التطور والتقدم فسيكون هذا في صالح البشرية، وإذا لم يحسن استخدامها فسوف تؤدي الكثير من المشكلات والأحداث التي تؤدي إلى حدوث كثير من التوتر والتهديد في مجالات الحياة كلها، وإذا لم تكن هناك حلولا لهذه المشكلات التي تسببها هذه المؤثرات المتنوعة فإن تأثيرها الضار سوف ينعكس على الفرد من مختلف الجوانب النفسية والبدنية والعقلية والمهنية وغيرها. وتعتبر التربية البدنية والرياضية بنظمها وقواعدها ميدانا هاما من ميادين التربية، لتأثيرها في إعداد وتهيئة المواطن الصالح.

كما أن التربية البدنية والرياضية هي إحدى فروع التَّربية الأساسية والتي تستمد نظرياتها من العلوم المختلفة، حيث تستخدم عن طريق النشاط البدني الرياضي المختار المنظم والموجه لإعداد الفرد إعدادا متكاملا بدنيا واجتماعيا وعقليا، كما أنها تكيّف الفرد بما يلائمه مع حاجاته والمجتمع الذي يعيش فيه.

وهذا كله يرجع إلى الدور الذي يؤديه المدرّب أو المربي خاصة أستاذ تربية البدنية والرياضية ومدى اهتمامه بأخلاقيات المادة، وانعكاس شخصيته على التلاميذ ومدى تأثرهم به، وبصفته العنصر الفعّال في توجيههم خاصة أنهم يمرون بمرحلة صعبة في حياتهم (مرحلة المراهقة)، فيحتاجون إلى موجه ذو كفاءة يبعدهم عن المخاطر والإنحرافات والمشاكل النفسية. خاصة وأن تلاميذ التعليم الثانوي يعيشون مرحلة المراهقة ، والتي أجمع العديد من علماء النفس على أنها مرحلة فاصلة بين الطفولة والرشد يتطلب التعامل معها بكل حذر وبأسلوب علمي.

وخلال هذه المرحلة يحدث للإنسان عدة تغيرات من بينها التغيرات من الناحية النفسية والعلمية التي ينجَرُّ عنها ظهور سلوكيات غير مرغوب فيها عند المراهق.

كل هذا وذاك راجع إلى شعور التلميذ بأنه أصبح رجلا متكاملا ومتوازنا جسميا وإجتماعيا لم يعد بحاجة إلى المساعدة من طرف الغير، ليشمل إيذاء الزملاء والأساتذة و الإداريين سواء كان بالألفاظ الفاسدة أو القبيحة، أو بالتعدي باستعمال الجسد.

فالمدرسون يختارون مهنة التعليم و لديهم الرغبة للقيام برسالة نبيلة عنوانها مساعد ة الآخرين (التلاميذ و أوليائهم، المجتمع، قطاع التربية، المؤسسات التربوية.....) و لكنهم سرعان ما يدركون حجم المسؤولية التي تنتظرهم، و يدركون المساعدة التي يطلبها الآخرون ، فيعملون بأقصى جهدهم لمساعدتهم، ولكنهم يجدون أنفسهم وعلى الرغم من العمل الجاد أن المشاكل معهم، وهم مطالبون في الاستمرار فيصبح الاساتذة امام موقف كبير من الضغوطات_التي لا يقدرون على تحملها او حل المشاكل، عندها يشعرون بالإحباط والقلق مما يؤثر طبعا على آدائهم. وعليه أصبح ينظر إلى التعليم على أنه من المهن الأكثر أثقالا بالضغط، لأنه يزخر بالعديد

من الأعباء و المطالب والمسؤوليات و بشكل مستمر، بالإضافة إلى إدراك المدرسين لوضعهم المهني من حيث نقص المكانة الاجتماعية، و نقص التقدير المادي والمعنوي، والعزلة الاجتماعية. ومن كل هذا طرحنا التساؤل التالي: ماهي أهم العوامل التي تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (الطور الثانويوالمتوسط)؟

1-1-التساؤلات الجزئية:

-هل عدم القدرة على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية يؤثر سلبا على أداء الأستاذ.

-هل تؤثر الخصائص المميّزة(الحركات الزائدة) لمرحلة المراهقة سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية

-هل للعوامل الاجتماعية تأثيرا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية

2-الفرضيات

2-1-الفرضية العامة:

هناك عوامل تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

2-2-الفرضيات الجزئية:

عدم القدرة على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية يؤثر سلبا على أداء الأستاذ.

تؤثر الخصائص المميّزة(الحركات الزائدة) لمرحلة المراهقة سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية

- للعوامل الاجتماعية تأثيرا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية

3- أسباب إختيار البحث:

من الأسباب التي جعلتنا نختار موضوعنا والمتمثل في دراسة وصفية حول عوامل التي تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية هي أسباب ذاتية و أسباب موضوعية نذكرمنها ما يلي:

3-1الأسباب الذاتية:

- البحث عن الحقيقة التي يواجهها أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.
- كوننا كأساتذة مررنا في مرحلة الليسانس بكثير من الضغوطات أثناء التربص الميداني.
- إرتأينا ان نعرف العلاقة بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والوسط الإجتماعي.

3-2الأسباب الموضوعية:

- الوصول الى معرفة الضغوطات التي تواجه أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.
- عدم إعطاء المكانة اللاّزمة والمطلوبة لأستاذ التربية البدنية في المؤسسات التربوية.
- نظرة السيئة لأستاذ التربية البدنية والرياضية من طرف المحيط الخارجي.
- نظرا لوجود عوامل مهنية تأرق الأساتذة والتي تعتبر في حد ذاتها موضوعات الساعة.
-إهمال مديري المؤسسات للدور الإيجابي والفعّال لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

4-أهداف البحث:

إن الأهداف التي نسعى إلى تحقيقها من خلال اختيارنا لهذا الموضوع هي:

-معرفة درجة تحكّم أو عدم تحكّم الأستاذ في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها على آدءه خلال الحصة.

- معرفة تؤثر الخصائص المميّزة(الحركات الزائدة) لمرحلة المراهقة سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

- معرفة تأثيرالعوامل الاجتماعية تأثيرا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضي

5- أهمية البحث

تكمن أهمية البحث في إيجاد الحلول المناسبة للعوائق المهنية التي تؤثرعلى أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية وتعيق سير حصة التربية البدنية والرياضية وأمام كل هذا نحاول الوقوف على الحقائق لنجاح العملية التربوية وبناء خطة الدرس(حصة التربية البدنية والرياضية)

وبمعرفة هذه عوامل سنحاول بعد ذلك تقديم بعض الحلول والاقتراحات والتي يمكن للأستاذ الاستعانة بها لضمان إنجاز أحسن للحصّة.

6- شرح مصطلحات البحث:

6-1- أستاذ التربية البدنية والرياضية:

هو الفرد الكفء القادر على ممارسة عمله التربوي على الوجه الأكمل نتيجة بعض أو كل العناصر التالية:

-المؤهل الدراسي الذي حصل عليه الفرد في مجال تخصصه.

-الخبرة العلمية الناتجة عن ممارسة فنية تطبيقية.

-هو الهادئ والمحافظ يميل إلى التخطيط، لا ينفعل بسهولة ويساعد التلاميذ على تحقيق تحصيل دراسي جيد[1].

التعريف الإجرائي:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية أو المربي الرياضي صاحب الدور الرئيسي في عمليات التعليم والتعلم

6-2-التربية البدنية والرياضية:

تعد حصة التربية البدنية والرياضية عملية مركبة للتعليم والتعلم وكذلك لتعليم التربية ويختلف عن غيره من المواد الدراسية الأخرى، لأن سلوك التلميذ الحركي يعد هدفا أساسيا كما تعد التمرينات البدنية والألعاب والمسابقات أهم المحتوى الأساسي للدراسي[2]

[1]- د أمين أنور الخولي، **أصول التربية البدنية و الرياضية، مدخل تاريخ فلسفة**، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1 ،1998، ص25

[2]- عنايات محمد أحمد فرج : **مناهج وطرق تدريب التربية البدنية ،دار الفكر العربي**، القاهرة 1998 ،ص 30

التعريف الإجرائي:

التربية البدنية والرياضية جزء مكمل للتربية العامة ، تعمل على الحرص أن ينشأ الفرد على أحسن ما ينشأ عليه من قوة جسم وسلامة البدن وحيوية ونشاط عن طريق الأنشطة البدنية المختارة التي تمارس بقيادة وإشراف أساتذة ؛ وهذا بهدف إعداده بصفة لائقة من الجوانب البدنية العقلية والاجتماعية.

6-3-الضغوطات:

لغويا: هي الشدّة والمشقة.

إصطلاحا: تعني الشد، الضم، والربط. استعملت بصفة **stringer** الضغط: وهي كلمة أصلها لاتيني وهي متداولة في القرن السابع عشر بما يرادف، الألم والصعوبات، الشد والحزن، الخسارة، أو المصائب والنكبات، أي كل مايعبّر على نتائج حياة صعبة، وفي أواخر القرن الثامن عشر كان الضغط يستعمل مرادفا لمعاني القوّة، والتوتر، أو الجهد المكثف. [1]

وتغير مفهوم الضغط في بداية القرن العشرين، إذ أصبح يعني قوة دافعة أو قوة مجموعة الدوافع المحركة للسلوك.

6-4- مرحلة التعليم الثانوي:

يتم فيها إعداد التلميذ للإلتحاق بالتعليم العالي مدته ثلاثة سنوات،يهدف إلى إكساب التلاميذ المعارف الضرورية لمتابعة الدراسات العليا كتنمية قدرات التحليل والتعميم والتكيف مع مختلف الوضعيات وتنمية روح البحث والقدرة على التقييم الذاتي إذيتلقى التلميذ مواد عدة من قبل أساتذة متخصصين في كل مادة تعليمية.[2]

7-4-مرحلة التعليم المتوسط:

تقع المرحلة المتوسطة مابين الابتدائية التى تمثل بداية سلم التعليم العام والمرحلة الثانوية التى تمثل نهاية ويلتحق

بها التلميذ بعد الحصول على اتمام الدراسة الابتدائية ومدة الدراسة في هذه المرحلة ثلاث سنوات يعقد فب نهايتها امتحان عام بنظام الفصلين الدراسيين .يحصل الناجح فيه على شهادة اتمام الدراسة المتوسطة والتى تؤهله للالتحاق باحدى مدارس التعليم العام او المهني

التعريف الإجرائي:

شعور الأستاذ بعدم قدرته على مواجهة أحداث و متطلبات مهنة التدريس من جهة، و تشكيل هذه المتطلبات تهديدا لذاته من جهة أخرى ينتج عنه معدلا عاليا من الانفعالات السلبية، التي تصاحبها تغيرات فسيولوجية وسلوكية كرد فعل تنبيهي لتلك لضغوط.

---

[1]- د- عبد العزيز عبد المجيد محمد. **سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي**، مركز كتاب النشر القاهرة 2005، ص 18.

[2]- وزارة التربية الوطنية، **الأنظمة التربوية**، 2008، ص12.

7- الدراسات السابقة والمشابهة:

7-1- دراسة فيميان Fimian (1983):

قام بدراسة تحليلية للعلاقة بين المتغيرات المهنية والشخصية والضغوط النفسية لدى المدرسين في التربية الخاصة والمدرسين في المدارس النظامية.

الهدف من الدراسة: دراسة العلاقة بين عدة متغيرات مهنية وشخصية ترتبط بالمدرس وإدراكه للضغوط.

حيث طبق عليهم مقياس ضغوط المعلم، وكانت عينة البحث قوامها (1280) مدرس من المدارس النظامية والمربين في مجال التربية الخاصة.

أهم النتائج: وجود أربعة عوامل فرعية ترتبط بطبيعة العمل والتي تعتبر مصادر أساسية لضغوط العمل وهي:

- الإنهاك المهني.
- الدافعية.
- المظاهر السلوكية الانفعالية.
- مظاهر التعب.

7-2- دراسة ميهر Meagher (1983):

قام بدراسة المتغيرات المرتبطة بالضغوط النفسية والإنهاك النفسي لدى المدرسين في المدارس النظامية ومدارس التربية الخاصة.

الهدف من الدراسة: التعرف على مصادر الضغوط والإنهاك النفسي للمدرس، كما استهدفت أيضا العلاقة بين الضغوط النفسية والإنهاك النفسي وبعض المتغيرات.

وقام باستعمال أدوات البحث التالية :

- قائمة ضغوط المعلم.
- مقياس الإنهاك النفسي لماسلاش.
- قائمة زملة الأعراض الفسيولوجية.
- استمارة بيانات شخصية (مقابلة شخصية).
- مقياس مركز الضبط.

أجريت الدراسة على عينة قوامها (200) مدرسا من المدارس النظامية والخاصة.

أهم النتائج: عن وجود عدة مصادر تسبب ضغوط المعلم وهي:

- المعاملة السيئة من المديرين.
- العلاقة بين الزملاء (الأساتذة).
- المشكلات السلوكية للتلاميذ.

كما أشارت نتائج المقابلة الشخصية للأساتذة بأنهم يشعرون بوقوعهم تحت الضغوط وعدم تقدمهم في عملهم كما يبحثون بجدية كيفية تغيير مهنتهم، كذلك أشارت النتائج إلى أن الأساتذة يشعرون بدرجة عالية من الضغوط المرتبطة بالمشكلات التدريسية.

7-3- دراسة لورنس Lawrence (1982):

تناولت العلاقة بين وجهة الضبط والضغوط النفسية لدى الأساتذة.

الهدف من الدراسة: التعرف على مصادر الضغوط لدى الأساتذة،

واستعمل الباحث مقياس وجهة الضبط الداخلي والخارجي لروتر. وكانت عينة البحث تتكون من (100) أستاذ من الطور الثانوي.

أهم النتائج :

- معظم أفراد العينة كانوا اقل من الأربعين عاما وكانوا من الإناث المتزوجات.
- أفراد العينة كان لديهم ما يقرب من (10) سنوات خبرة في مجال التدريس وكانوا يعملون في المدارس الكبرى بولاية أريزونا (الولايات الأمريكية المتحدة).
- إن الأساتذة ذوي وجهة الضبط الخارجي الذين يعملون بالمدارس كبيرة الحجم أكثر شعورا بالضغوط النفسية من نظرائهم ذوي وجهة الضبط الداخلي.

7-4- دراسة سوزان أندريا Andrea Susan (1985):

دراسة تتناول مصادر الضغوط النفسية لدى المعلمين وأثرها على خصائص سلوك التلاميذ.

الهدف من الدراسة: التعرف على أهم المصادر لضغوط المعلمين وأثرها على خصائص سلوك التلاميذ.

وكانت أداة البحث استبيانا مكون من (89) عبارة تقيس الضغوط النفسية لدى المعلمين، وقد تم اختيارهم من منطقتين متباينتين من حيث المستوى الاجتماعي والاقتصادي وقد استخدام عينة قوامها (74) معلم منهم (39) معلم يعملون في مدارس التعليم العام و (35) معلم بالتعليم الخاص.

أهم النتائج:

- لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين الذين يشعرون بالرضا عن مهنة التدريس وبين المعلمين الذين يعانون من أعراض الضغوط النفسية.
- عدم وجود فروق بين معلمي التعليم العام ومعلمي التعليم الخاص.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين الذين تم اختبارهم في المنطقتين حيث أظهرت النتائج أن معلمي المدارس ذات المستويات الاجتماعية والاقتصادية المنخفضة يعانون من الضغوط مقارنة بمعلمي المدارس الأخرى.

7-5- دراسة هابلين، هاليين وهاريس Haplin,Halyin and harris (1985):

تناولت علاقة الضغوط النفسية بكل من وجهة الضبط والجنس لدى المعلمين.

الهدف من الدراسة: بحث العلاقة بين وجهة الضبط والضغوط لنفسية لدى المعلمين.

وتم استعمال الأدوات التالية في البحث، مقياس وجهة الضبط للمعلمين ويتألف من (24) عبارة، واستبيان عوامل الضغوط المهنية ويتألف من (30) عبارة.

وكانت عينة البحث تتكون من (130) معلما قد تم اختيارهم من ثلاث ولايات أمريكية، على النحو الأتي (48) معلما من ولاية الاباما، (52) معلما في ولاية كانساس، (31) معلما في ولاية متشجان.

أهم النتائج: تدل على وجود خمسة عوامل للضغوط النفسية وهي:

- العجز المهني.
- التدريس الجماعي.
- أعباء العمل الزائدة.
- العلاقة المهنية بين المعلمين والإدارة.
- العلاقة بين الزملاء.

* كذلك أظهرت الدراسة ان المعلمات الإناث أكثر شعورا بالضغوط النفسية من المعلمين الذكور.

* كما أشارت النتائج إلى أن إدراك المعلمين للضغوط يزداد كلما ازداد عدد سنوات خبرتهم.

7-6-دراسة راتشر واستراث Raschre & Strathe (1985):

قاما بدراسة الضغوط النفسية لدى المعلمين بالتعليم الابتدائي.

الهدف من الدراسة: التعرف على العوامل المسئولة عن شعور بعض معلمي الابتدائي بالضغوط النفسية، وتم تطبيق الأدوات البحث التالية:

- الوضع الراهن للعملية التعليمية .
- استبيان يشتمل على المواقف والأحداث الضاغطة كما يدركها المعلم.
- استبيان رضا المعلم عن عمله.

اشتملت عينة البحث على (230) معلما بالتعليم الابتدائي تراوحت أعمارهم ما بين (22- 50سنة)، أي بمتوسط قدره (35) سنة ومتوسط خبرتهم التدريسية (12) سنة؛

أهم النتائج:

- كان نقص الوقت المسموح لانجاز الأعمال التدريسية من أكثر العوامل إسهاما في شعور المعلم بالضغوط النفسية .
- المهام الإدارية والأعمال الكتابية التي تعد مصدرا لانزعاج المعلمين.
- العلاقات السيئة بين الزملاء المعلمين بالمدرسة، والانحلال الخلقي للطلاب من العوامل التي تؤدي إلى شعور

المعلم بالضغوط النفسية.

– لا يتوقف الشعور بالضغوط فقط على العوامل المهنية بل يرجع إلى العامل الاجتماعي والاتجاهات نحو مهنة التدريس.

7-7- دراسة سادوسكي و بلاكويل Sadoowski & Blakwell (1985):

دراسة تناولت العلاقة بين وجهة الضبط والضغوط النفسية المدركة لدى الطلبة المعلمين.

الهدف من الدراسة: بحث العلاقة بين وجهة الضغط وبين إدراك الأحداث الضاغطة التي يواجهها الطلبة أثناء فترة التربية العملية، وتم استعمال أدوات البحث التالية:

– مقياس وجهة الضبط للمعلمين من إعداد كل من سادوسكي، تيلور، ادوار ومارتن حيث يحتوي على (20) عبارة يستجيب لها المفحوص من خلال أربعة محاور على طريقة ليكرت.

– النسخة المصغرة من مقياس وجهة الضبط الداخلي والخارجي.

– قائمة الضغوط المدركة.

* وقد تألفت عينة البحث من (38) من الطلبة والطالبات المعلمين، منهم (27) أنثى و(11) ذكر،

أهم النتائج:

تشير إلى أن الطلبة المعلمين الذين ينظرون إلى أنفسهم على أنهم قادرون على التأثير في المواقف التعليمية والسيطرة عليها يميلون إلى تقدير الأحداث على أنها اقل ضغوطا، أما الطلبة المعلمون الذين يشعرون بأنهم لا يستطيعون التحكم في المواقف التعليمية المختلفة فهم يدركون الأحداث على أنها تنطوي على ضغوط شديدة.

7-8- دراسة شو و آخرون Show & Al (1985):

قام بدراسة الأحداث المسببة للضغوط النفسية للمعلم.

الهدف من الدراسة: التعرف على الأحداث الضاغطة ومعرفة أي من تلك الأحداث تهديدا له في مهنته، كما تهدف أيضا إلى مساعدة المعلمين أثناء إعدادهم على كيفية التوافق والتغلب على تلك الأحداث الضاغطة، وطبقت أداة قائمة الضغوط واستبيان مكون من (35) عبارة ، وقد تكونت عينة الدراسة من (399) معلم من التعليم العام بمدينة كولورادو (الولايات المتحدة الأمريكية).

أهم النتائج:

– نقل المعلم من المدرسة دون رغبة منه.

– التهديدات الناتجة من قبل المشرفين.

– إبلاغه بان أداءه غير جيد.

– إنكار فرصة المعلم في الترقي.

– لا يوجد تأثير دال للمتغيرات الديموغرافية على شعور المعلم بالضغوط النفسية.

7-9-دراسة أبوت كوك Abbot Kock (1986):

قام بدراسة الضغوط التي يدركها المعلمون بالتربية الخاصة والمعلمين بالتربية النظامية من خلال الضغوط الناشئة من طبيعة المهنة،

الهدف من الدراسة: التعرف على الضغوط النفسية لدى المعلمين بالتربية الخاصة والمعلمين بالتربية النظامية، وطبق استبيان يشتمل على (30) عبارة للضغوط ، أجريت الدراسة على عينة قوامها (264) معلما من (07) مدارس من المدارس النظامية ومدارس التربية الخاصة.

أهم النتائج: وجود خمس مصادر للضغوط النفسية للمعلم وهي:

- الأعباء الزائدة من دور المعلم.
- صراع الدور.
- عدم المشاركة في قرارات المدرسة.
- الأسلوب الإداري السائد في المدرسة.
- التسهيل الاجتماعي.

7-10- دراسة سوزان كابل Capel Susan (1987):

قامت بدراسة نسبة حدوث وتأثير الضغوط النفسية والاحتراق لدى عينة من أساتذة الثانوي.

الهدف من الدراسة:

بحث العلاقة بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي وبين المتغيرات النفسية مثل: وجهة الضبط، وصراع الدور، وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من أساتذة المرحلة الثانوية، استعانت الباحثة بالأدوات البحثية التالية:

- مقياس أعراض الضغوط النفسية.
- مقياس لضبط الداخلي الخارجي لروتر.
- إستبيان الدور لهاوس وليرتيزمان.
- إستبيان موجز ويتضمن خصائص ديموغرافية.

واستخدمت الباحثة عينة قوامها (78) فرداً حيث تم اختيارهم من أربعة مدارس للمرحلة الثانوية ببريطانيا، و الذين يقومون بتدريس مواد مختلفة.

أهم النتائج:

- إن المعلمات المتزوجات لديهن مستويات عالية من الاحتراق النفسي وهن أكثر شعورا بالضغوط.
- كما أوضحت النتائج أن الفئة التي تقع بين (30-40) هي أكثر الفئات شعورا بالضغوط النفسية.

7-11- دراسة محمد بخيت محمد (1994):

تناولت الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات ووجهة الضبط لدى عينة من أساتذة المرحلة الثانوية.

الهدف من الدراسة: التعرف على الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات لدى المعلمين، وقد استخدم الباحث عينة قوامها (325) من أساتذة المرحلة الثانوية من إدارة الوايلي في محافظة القاهرة، منهم (132) أستاذ وأستاذة من التعليم العام، و (168) أستاذ وأستاذة من التعليم الفني، و(25) أستاذ وأستاذة لم يكملوا بعض بيانات الدراسة، استخدم الباحث الأدوات البحثية التالية في الدراسة:

- قائمة الضغوط النفسية.
- اختبار التوجيه الشخصي وقياس تحقيق الذات للمعلمين.
- مقياس وجهة الضبط.
- اختبار (TAT).
- مقابلات إكلينيكية.

أهم نتائج:

- وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين مصادر الضغوط كبعد من أبعاد الضغوط النفسية وبين الحساسية للمشاعر واعتبار الذات وتقبل العدوان والمقدرة على إقامة علاقات ودية.
- وكذلك توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين مظاهر الضغوط كبعد من أبعاد الضغوط النفسية.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة ممن يعملون بالتعليم العام والفني لصالح أساتذة التعليم الفني

7-12- دراسة محمد السيد الششتاوي (2000):

قام بدراسة مقارنة للضغوط النفسية المهنية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية بقطاع وسط دلتا التعليمي.

الهدف من الدراسة: التعرف على الضغوط النفسية المهنية لمعلمي التربية الرياضية، وذلك بإجابتهم على مقياس قائمة الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية من حيث:

- سنوات الخبرة والممارسة.
- المرحلة التعليمية (إعدادي - ثانوي).
- الفروق بين العينة تبعا لمتغير الجنس (ذكور- إناث).
- التعرف على ترتيب الضغوط النفسية المهنية.

وتم استخدام قائمة الضغوط النفسية المهنية لمعلمي التربية الرياضية إعداد محمد حسن علاوي (1998)،

وتضمنت القائمة (36) عبارة موزعة على ستة محاور رئيسية هي:

عوامل مرتبطة بالعمل :

- عوامل مرتبطة بالتلاميذ.
- عوامل مرتبطة بالإمكانيات المادية.
- عوامل مرتبطة بالراتب الشهري.
- عوامل مرتبطة بالتوجيه التربوي.
- عوامل مرتبطة بالعلاقة بين المعلم و إدارة المدرسة.
- عوامل مرتبطة بالعلاقة مع المعلمين الآخرين.

وتم اختيار عينة عشوائية قوامها (560) معلما ومعلمة، (410) معلماً و (145) معلمة.

أهم النتائج:

- وجود ضغوط نفسية مهنية واقعة على معلمي ومعلمات التربية الرياضية.
- هناك فروق دالة إحصائيا تابعة لمتغير الجنس ولصالح الذكور.
- معلمي المرحلة الإعدادية أكثر تعرضا للضغوط النفسية المهنية من معلمي المرحلة الثانوية.
- هناك فروق دالة إحصائيا تابعة لمتغير الخبرة المهنية ولصالح الأقل خبرة.

7-13- دراسة بوشارب شريف وآخرون2002:

تحت عنوان "الصعوبات التي تواجه أستاذ التربية البدنية والرياضية" وقد اتبع الباحث المنهج الوصفي وكانت العينة عشوائية تمثلت في مجموعة من الثانويات.

أهم النتائج:

1- المدرسون لا يجدون صعوبات فيما يخص العمل مع التلاميذ.

2- المدرسون يجدون نقص و تقصير في الراتب الشهري مع زيادة المسؤوليات و الواجبات عليه.

3- هناك بعض التقصير فيما يخص الإشراف التربوي و هذا ما يعقد إيجاد تفاعل بين المدرسين و المفتش.

4- هناك عدم اهتمام من قبل الإدارة مما يؤثر سلبا على قابلية المدرس في تحقيق أهداف الدرس ناجح.

5- معظم المدرسين لديهم نقص في الإمكانيات المادية و الأجهزة داخل الثانوية و هذا يؤثر سلبا على درس التربية البدنية و الرياضية.

8- التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

1- لقد وجهنا اهتمامنا في مراجعة الدراسات السابقة أن تكون في المجال التربوي التعليمي، وبالرغم من أن الدراسات تتنوع حول المعلم (دراسات حول مصادر التوتر النفسي والمهني، الاحتراق النفسي والمهني) إلا أننا كنا أكثر تحديدا وتوجيها في اختيار الدراسات السابقة وانتقائها، فقد تناولنا الدراسات التي تكلمت على مصادر

الضغوط النفسية والمهنية التي يعاني منها المعلم أو المدرس أو الأستاذ، كما تناولنا دراسات مطابقة لموضوع البحث الحالي ولكن هناك اختلاف في بيئة التطبيق.

2- عند مراجعتنا للدراسات السابقة يظهر جليا تزايد الإهتمام بدراسة ظاهرة الضغوط النفسية لدى الأستاذ (المدرس) وقد تركزت معظمها في العشرين سنة الأخيرة.

3- يوجد هناك نقص في الدراسات العربية حول موضوع مصادر الضغوط النفيسة التي يعاني منها المدرسون عموما ومدرسوا التربية البدنية والرياضية خاصة والتي تؤثر على آدائهم، فمن بين (13) دراسة المذكورة توجد 03 دراسات فقط في البيئة العربية والباقي (10) دراسات في البيئة الأجنبية.

4- تشير نتائج الدراسات إلى عدة مصادر للضغوط النفسية والمهنية التي يعاني منها الأساتذة (المعلمين)، وانطلاقا من هذه النقطة استطعنا تحديد محاور مقياس الدراسة الحالية.

5- تشير الدراسات السابقة على أنها أجريت على عينات موحدة (معلمين أو أساتذة) يعملون في قطاع التربية والتعليم، ولهذا كانت عيّنة بحثنا هم أساتذة التربية البدنية والرياضية.

6- كما تشير نتائج الدراسات السابقة إلى تنوع مصادر الضغوط النفسية لدى الأساتذة والمعلمين تبعا لمتغير العمر السني؛ الجنس (إناث، ذكور)؛ الخبرة المهنية وهذا أفادنا في توجيه الدراسة الحالية.

7- إستخدمت الدراسات السابقة المقاييس النفسية المقننة، الاستبيانات، كأدوات لجمع البيانات؛ لذلك وجّهنا دراستنا لإعداد إستبيان خاص بالبيئة الجزائرية للتّعرف على عوامل التي تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

الباب الأول:

الجانب النظري.

الفصل الأول:

العوامل المؤثرة

على أداء

الأستاذ

تمهيد:

لقد أصبح موضوع الضغوط المهنية مجال اهتمام الكثير من الباحثين في فروع مختلفة من فروع العلم، وذلك نتيجة للآثار المترتبة على هذه الضغوط على الفرد والمؤسسة والتي تنعكس بالسلب على آداء العاملين وعلى شعورهم بعدم الرضا عن العمل، مما يؤدي ذلك وانخفاض مستوى الكفاءة لدى الموظف أو الأستاذ في المؤسسة التربوية.

تختلف مستويات ضغط العمل من مهنة لأخرى، فلا شك أن هناك بعض المهن تكون أكثر استثارة للضغوط عن غيرها بحسب المكانة الوظيفية التي تشغلها تلك المهنة، والأنشطة الوظيفية التي تتطلبها، مثل مهنة التدريس. وقد يرجع تحول اهتمام وجهود الباحثين من دراسة الضغوط بصفة عامة إلى دراسة الضغوط المهنية .

1- مفهوم الضغط وطبيعته:

الضغط كلمة اصلها لاتيني وهي STRINGERوتعني :ضم، وشد، وربط، استعملت بصفة متداولة في القرن السابع عشر بما ترادف: الألم والصعوبات، والشدة،والخسارة، والمضايقات، أو المصائب والنكابات اي كل ما يعبر على نتاج حياة صعبة، وفي أواخر القرن الثامن عشر كان الضغط يستعمل مرادفا لمعاني: القوة، التوتر او الجهد المكثف. [1]

وبدأت في العشرينات من هذا القرن أولى البحوث حول الضغط النفسي يد العالم الفيزيولوجي ولتر كانون CANNONE(1926)، حيث قادته دراسته الى الحكم بان الضغوط عندما تكون مستديمة او طويلة الاجل تترك اثارا قاسية على الشخص، فتؤدي في النهاية الى اضطراب النظام البيولوجي لديه.[2]

وفي عام 1936 قدم هانز سيلي SELYE.H الذي يعتبر الاب الروحي للضغوط مجموعة من الابحاث قادته الى وضع نظريته الشهيرة والتي فتحت افاقا حديدة وميدانا جديدا وحصبا للمهتمين بالضغوط النفسية عامة والمهنية خاصة. وعلى الرغم من ان كلمة الضغط اصبحت مألوفة واعتيادية للإنسان المتخصص والعادي، وباتت جزءا من مصطلحات هذا العصر إلا ان معناها ما يزال ملتبسا عند كثير من الكتاب والباحثين، حيث لم يتفقو على تعريف محدد وواضح يمكنه أن يعكس الناحية الكيفية والكمية للضغوط النفسية ويعود ذلك إلى أسباب منها:

أ- الغموض الشديد – الذي يكتنف مصطلح الضغط وإرتباطه بمفردات عديدة، كالتوتر، والإجهاد والاحتراق النفسي، والقلق، وهي مفردات وثيقة الصلة ببعضها البعض، وترتبط مع الضغط بشكل أو أخر .

ب- كما يعود سبب الغموض إلى طبيعة التخصص التي ينطلق منها الباحثون في دراسة وتحليل الضغوط النفسية وقد تكون ضد المجالات طبية أو سيكولوجية، أو إدارية، أو سوسيولوجية .....

ج – الضغوط النفسية ظاهرة معقدة ومتداخلة الأبعاد، والعلاقة بين أبعادها علاقة ديالكتيكية دائرية. وأما هذا الغموض، وكذا الحيرة في إيجاد تعريف واضح وجامع لمفهوم الضغوط، كان لازما علينا تقديم تعريف يمكننا الاسترشاد به في دراستنا وتحليلنا لهذا الموضوع ،حيث برزت ثلاث اتجاهات أساسية تتمثل فيما يلي:

1- الاتجاه الذي ينظر إلى الضغوط كتهديد في حد ذاتها ولتر كانون (1926) الذي فسر الضغط على أنه "سبب محتمل من أسباب الاضطرابات الجسمية" [3]

---

[1] - COUPER. CL (1994)**organisation du du travail et stress d origine professionnelle « in » automation du travail**. Bit , Geneve P .167

[2]- هيجان عبد الرحمن بن محمد: **ضغوط العمل، منهج شامل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها**، معهد الادارة العامة. مركز البحوث والدراسات الإدارية، الرياض، 1988، ص43.

[3]- دعنا وفاء طاهر: **الضغط النفسي عند المرشدين في المدارس التابعة لوزارة التربية والتعليم في الأردن**، رسالة ماجستير، إشراف رياض يعقوب، الجامعة الأردنية، عمان،1994 ، ص03

2- الاتجاه الذي ينظر الى الضغوط على أنها استجابة لتهديد، ويتناول أصحابه الضغط باعتباره استجابة الفرد للمثيرات لمسببات الضغط ومن رواده :

هانز سيلي الذي طور أعمال كانون، وتركز بحثه حول تحديد المصطلحات الفيزيولوجية المرتبطة بردود أفعال الجسم اتجاه الضغوط، فقد لاحظ سيلي أن المرضى اللذين يعانو أمراضا متعددة يظهرون الكثير من الاستجابات النفسية والفيزيولوجية المتماثلة.[1]

ودفعته هذه الملاحظات إلى إجراء المزيدمن الدرسات اللاحقة للإنسان والحيوان، فتوصل من خلالها إلى أن هناك استجابة متسلسلة للضغوط يمكن التنبؤ بها وأطلق عليها:الأعراض العامة للكيف.

3- الاتجاه التفاعلي: ومن أصحابه، مالك جراث Mc Grath.j(1976) الذي يرى أن الضغط النفسي يحدث بسبب عدم التوازن أساسي بين متطلبات البيئة (أو وضعية ما) وقدرة الفرد على الاستجابة لتلك المتطلبات في ظل ظروف أي النتائج المتوقعة للفشل تكون مهمة.[2]

2- كيفية تاثير العوامل:

إن محاولة تكييف وتأقلم الجسم مع الموقف الذي يوجد فيه تترجم عن طريق استجابات عصبية هرمونية بحيث أن منطقة تحت المهاد يعمل على إفراز مادة تثير كذلك الغدة الكظرية والتي تقوم هي الأخرى بإفراز الأدرينالين والنوادرينالين بهذا ترتفع سرعة دقات القلب والضغط الدموي لتصعب عملية التنفس وبالتالي يمكن طرح السؤال التالي:

أ- المرحلة الأولى:

تعرف برد الفعل الإنذاري وتتجلى في تحريك قدرات الجسم للتصدي ولمقاومة العوامل التي تحدث الضغط، وفي هذه المرحلة لا يتم حصول الكائن الحي على التكيف بعد، وفيها أيضا نشاط الكائن الحي ثم تتبع ذلك حالة من التحريك الزائد للقوى الداخلية للكائن.

ب -المرحلة الثانية:

وتعرف بمرحلة المقاومة حيث تعود الأعضاء الجسمية للكائن الحي إلى أداء وظيفتهابصورة طبيعية والتكيف للتهديد يصبح ملائما[3].

---

[1]- هيجان عبد الرحمن بن محمد :**ضغوط العمل منهج شامل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها**، مرجع سبق ذكره، ص. 16

[2]- Grath.j.E **Strees and behavior in organisations "in" durette. M.D (ed) hand book industrial and organisation psyhology**. Chicago Rab Mc Nolly ,1976 pp 1351.

[3]-h.stroud. **vaincre stress et l'auviete (connaissance du monde)**. Alger 1997 p 40

ج -المرحلة الثالثة:

وتعرف بمرحلة الإرهاق والتعب وفيها يعجز الجسم عن التفاعل وحتى إعطاء الأجوبة على هذه المثيرات وتظهر آثار الضغط الناتجة عن هذه المثيرات كالإضطرابات السيكوماتيكية (القلق، الانفعال...الخ).[1]

3- عوامل الضغط المهني:

للضغط المهني مصادر متعددة منها ما يعود للشخص ذاته كنمط شخصيته ومنها ما يرتبط بمتغيرات التي تحدث في حياته العامة كعلاقته داخل أسرته أو مع زملائه في المهنة وتتعرض فيما يلي إلى شرح.

3- 1-العوامل الذاتية:

إذا كان الضغط حالة طبيعية توجد لدى كل الناس فإن هناك فروقا فردية في سرعة وحدة ودوام الاستجابة لعوامل الضغط المتعددة النفسية، الجسمية، الاجتماعية والمهنية وتكمن الفروق الفردية في نمط شخصيته المتأثر بالتنشئة الاجتماعية وهي الأسرة، إذ أكدت الدراسات وجود علاقة بين مستوى الضغط وبين بعض أنماط الشخصية كالنمطين، أ و ب من الشخصية والنمط الداخلي والخارجي حسب نظرية التحكم الفعلي فعلى سبيل المثال أشار" فريمان" "وروز "في وصف صاحب النمطين" أ "و" ب "إلى أن النمط" أ "أكثر تعرضا بالأمراض القلبية بثلاث أضعاف من النمط" ب "وهذا لما يتميز به من خصائص تميزه عن النمط" ب "كعدم الشعور بالراحة وانعدام الصبر والشعور بالتنافس فهو أكثر استجابة لعوامل الضغط من النمط" ب "فهو إذا تعرض لعوامل الضغط يظهر زيادة معتبرة في الإثارة الفيزيولوجية كضربات القلب وضغط الدم ومن جهة أخرى هو أميل إلى الانسحاب من مواقف الضغط والشعور بعدم القدرة على المواجهة والتكيف معها.[2]

3- 2-عدم الرضا الوظيفي:

فالمعلم الغير راضي عن الجو الذي يعمل فيه قد يؤدي به إلى التخلي الغير مباشر عن مسؤولياته وإلى التعب والتأخر فالرضا عبارة عن حالة وجدانية سارة أو ممتعة يشعر بها الفرد حيث يشبع حاجة من الحاجات الأساسية أو تحقيق نجاح في عملية أو في أداء ما أو يحقق شيئا مرغوب فيه، فالرضا ينجم عن تقييم الفرد لما يحقق من مكافأة مادية أو معنوية مقارنة بما يتوقعه من جراء ما يقوم به من عمل فالشخص الذي يحصل على مكافئة مادية تعادل أو تفوق توقعاته يشعر بالرضا.[3]

---

[1]-عبد الرحمن عيسوي : **الصحة النفسية والعقلية** – دار النهضة العربية للطباعة والنشر بيروت 1992 ص 185

[2]- الرشيدي هارون توفيق: **الضغوط النفسية، طبيعتها، نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1999، ص75.

[3]- دليلة عيطور: **الضغط النفسي والاجتماعي لدى الممرضين** -رسالة ماجيستر -جامعة الجزائر معهد علم النفس

4-المصادر الخارجية:

4-1- المصادر الخارجية المرتبطة بالحياة الخاصة:

يتعرض الفرد في حياته العامة إلى الكثير من الأحداث منها ما هو سار ومنها ما هو محزن بسبب حالات من التوتر والضغط لدى الفرد وتؤثر على صحته ولقد وجد "راش"وهو لمس " في بحثهما ثلاثة وأربعون حادثة من الأحداث الحياتية، وقاما بترتيبها حسب درجة الضغط والتوتر الذي تسبب وقد وجد على سبيل المثال أن موت الزوج هو من أكثر الأحداث المسببة للضغط وأعطاها تقدير 100 نقطة ثم أعطيت الأحداث الأخرى تقديرات نسبية، وهذه النتائج توصلا إليها من خلال تطبيق ركائز ويشتمل على مجموعة من البنود تمثل التغيرات التي تؤثر على الحياة الخاصة للفرد.[1]

وكذلك تعتبر العلاقات الأسرية سواء منها الزوج والزوجة أو العلاقة بين الأبناء والآباء من العوامل التي قد تؤدي إلى اضطراب المعلم، إن المعلم الذي لا يشعر بالاستقرار العائلي يتعرض دون شك إلى الكثير من الأزمات النفسية التي تنعكس على عمله وعلاقته بزملائه

4-2- العوامل المرتبطة بالظروف المحيطة بالعمل:

يعتبر مصدر ظروف العمل وطبيعته من أكثر المجالات التي تناولها الباحثون بالدراسة والتحليل عند متابعتهم لمسببات الضغوط في بيئة العمل، وقد يرجع السبب في ذلك إلى إمكانية تحديدها وقياسها بسهولة مقارنة مع المتغيرات الذاتية للعاملين.

ولكن في بيئة العمل المدرسي، لازال لم يلق مصدر ظروف العمل وطبيعته الاهتمام نفسه الذي لاحظناه في بيئات العمل الأخرى وهذا لاختلاف وزنهما،وقوة تأثيرهما خاصة من جانب المرد ودية، إذ يعتقد أن ظروف العمل وطبيعته لا تؤثر على المرد ودية المدرسية إلا بنسبة قليلة جدا مقارنة مع بيئات العمل الأخرى، محاولين إبعاد العامل الاقتصادي من العملية التربوية.

وعن تاريخ الاهتمام بظروف العمل وطبيعته، يمكننا القول إنها درست كعوامل للتعب وليس للضغط من قبل أطباء العمل والمهندسين البشريين منذ أكثر من قرن بقليل.[2]

ويعتبر سيلي من أوائل الباحثين الذين وجهوا انتباههم إلى مصادر الضغوط المتعلقة ببيئة العمل المادية، حيث أشار إلى أن الكثير من ظروف العمل المادية تسبب الضغوط للأفراد، مثل الضوء واختلاف درجات الحرارة، والصوت الناجم عن البيئة الداخلية للعمل. ومن الدارسين الذين عالجوا هذا الموضوع أيضا، كورنهوزر .Kornhauser ,A(1974) الذي وجد علاقة واضحة بين توتر الفرد وظروف العمل،

[1]- عثمان فاروق السيد :**القلق وإدارة الضغوط النفسية**، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001 ، ص 85

[2]- ستورا بنجمان : **الإجهاد أسبابه وعلاجه**، ترجمة أنطوان أ.الهاشم، منشورات عويدات، بيروت، 1997 ، ص 11 .

مثلما توجد علاقة إيجابية بين تدهور الحالة الصحية للفرد وظروف العمل السيئة التي يمارس فيها عمله.[1]

4- 2-1-الضوضاء :

يطلق لفظ الضوضاء من الناحية النفسية-على كل صوت غير مرغوب فيه، والذي قد يسبب نوعا من الإزعاج أو الاضطراب إما لشدته، أو لوقوعه بشكل مفاجئ، أو لإستمراريته التي قد تمنع الفرد من التركيز فيما يريد القيام به.

وأكثر الخصائص الصوتية ارتباطا بالضغط هي الشدة والتردد، وذلك لأن الصوت الذي يزيد مستواه عن 55ديسيبلDécibels يجعل المحادثة العادية صعبة جدا، أما إذا ازداد مستوى الصوت عن 65 إلى 70 ديسيبل فإنه يترك آثارا نفسية وبيولوجية سيئة على الفرد، لأن الصوت العالي من شأنه استثارة الجهاز السمبتماوي وبالتالي زيادة إفراز الأدرينالين الذي يحدث أثناء الأزمات.[2]

ونقلا عن كوهن Cohen, A (1973) فقد بينت كثير من الدراسات وبوضوح تأثير الضوضاء على العديد من الوظائف العصبية والهرمونية، وتؤدي استجابات تلك الوظائف بدورها إلى استجابات ثانوية في عدد كبير من الأعضاء والأجهزة العضوية. وفي تقرير قدمته مجموعة من الباحثين إلى المنظمة الدولية للعمل OIT (1977) برهنت فيه على أهمية الضوضاء بوصفها عامل إزعاج واضطراب في حياة العامل.. وعن التأثيرات الضارة على السمع.[3]

4- 2- 2-الضوء :

يعتبر الضوء مصدرا آخر من مصادر الضغوط في بيئة العمل، سواء أكان هذا الضوء عاليا أم منخفضا وبالخاصة في أيام الشتاء حيث يضطر الأستاذ إلى إجراء حصص نظرية لانعدام القاعات المتعددة الرياضات في الثانويات بحيث تتعرض فيه بعض المناطق في بلادنا ومعها بعض الثانويات إلى انقطاع التيار الكهربائي، مما يؤدي إلى التأثير ليس فقط على التلاميذ وعلى العملية التربوية، وإنما كذلك على نفسية المدرس من خلال التغيير الإجباري للحصص وللمقررات الدراسية.

---

[1]- السالم مؤيد سعيد سليمان :**التوتر التنظيمي، مفاهيمه، وأسبابه واستراتيجيات إدارته**، الإدارة العامة، العدد68، أكتوبر، 1990، ص84

[2]-عسر علي: **السلوك التنظيمي في المجال التربوي**، دار القلم لنشر والتوزيع، الكويت، 1987، ص108.

[3]- ليفي لينارت : **التوتر في الصناعة، أسبابه وآثاره، والوقاية منه**، ترجمة رزوق سند إبراهيم ليلى، دار النهضة .العربية، بيروت،1995، ص50.

وإذا كانت الإضاءة ناقصة وغير كافية، فقد تكون مصدرا من مصادر ضغوط العمل، لما تخلفه من آلام مثل الصداع والدوخة نتيجة حاجة المدرس إلى أن يحدق عينيه بصورة أشد،" كما تؤدي الإضاءة الناقصة إلى التعب".[1]

ويعتبر مارشال و كوبر Marshal et Cooper الإضاءة هي الأخرى من المعوقات التي يصادفها الفرد العامل، عند أدائه لعمله إذا كان توزيعها غير متجانس، وهو ما ركز عليه جميل صليبا (1975) على ضرورة أن تكون الاضاءة موزعة توزيعا عادلا بحيث ألا تكون ضعيفة على مجموعة من المتعلمين وساطعة على مجموعة أخرى.[2]

4-2-3- الحرارة :

تتحكم المراكز العليا للدماغ في عملية درجة حرارة الجسم، حيث تضبطها عند درجة الحرارة 37°، فإذا استمر الفرد عن طريق حاسته الجلدية في التواجد في وسط تقل درجة حرارته عن هذا المستوى فإنه يشعر بالبرد والعكس صحيح. ويقرر المهندسون البشريون أن درجة الحرارة المناسبة للتدريس تتراوح ما بين 21 و 24°مئوية ، فإذا ارتفعت درجة الحرارة نسبيا، فإنها تسبب الشعور بعدم الراحة، وأما إذا كانت كبيرة ومستمرة37° فما فوق، فإنها تؤدي إلى حدوث إرهاق، وبالتالي تكون مصدرا للضغط النفسي.[3]

ومع أن المدرسين يختلفون في درجة تحملهم للحرارة والبرودة، وهذا نظرا للبيئات التي يعيشون فيها، إلا أنه عندما يعمل المدرس تحت درجة حرارة عالية جدا أو منخفضة جدا، فإن هذه الوضعية تكون مصدرا من مصادر الضغوط خاصة إذا لم تكن الوقاية الكافية، فقد تؤثر على تركيز المعلم والمتعلم، بالاضافة إلى الإضافة إلى تعرضه لبعض الأمراض كالأمراض الخاصة بالجهاز البولي، والأمراض الصدرية، والأنف والحنجرة، والروماتيزم، والصداع ...وغيرها من الأمراض التي قد تصل إلى الوفاة.

حتى وإن حاول المدرس أن يحافظ على توازنه الحراري، فإن هذا التوازن قد يضطرب من جراء الوقوف على أرضية إسمنتية باردة كما هو الشأن بالنسبة للثانويات الوقعة في الأعالي وفي المرتفعات أين تنخفض درجة الحرارة، أو الجلوس على كرسي معدني بارد، أو استعمال أدوات باردة كالرمح والجلة والقرص وهذا الإضطراب في التوازن الحراري، قد يؤدي إلى إضطراب في التوازن النفسي الذي يكون الضغط النفسي أحد أسبابه.

---

[1]- عسر علي: **السلوك التنظيمي في المجال التربوي**، مرجع سبق ذكره، ص107.

[2]- علي الجبر زينب :**السعة المكانية والإضاءة والتهوية الخاصة بحجرات الأقسام العلمية والأدبية في مدارس التعليم العام بدولة الكويت**، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد الحادي عشر،السنة السادسة، 1997 ، ص 171

[3]- عسر علي: **السلوك التنظيمي في المجال التربوي**، مرجع سبق ذكره، ص108.

4- 2-4-التهوية :

من الموضوعات الحديثة التي أصبحت موضع إهتمام الدارسين والباحثين والتي تعد من مسببات ضغوط العمل موضوع قلة التهوية في أماكن العمل، ويوصي المتخصصون أن تكون 0,2 ميل /ثانية من التهوية(الهواء) للحفاظ على جو طبيعي، أما إذا كانت الحرارة عالية حينها يفضل استخدام سرعات أكبر للتهوية. ويؤكد بيار بوسايورغن وسوندربيغ(1970) على ضرورة أن تكون مداخل ومخارج الهواء داخل الحجرات المستخدمة في المدرسة ذات أحجام متفاوتة وأعداد مناسبة بحيث تساعد على تدفق الهواء داخل هذه الحجرات.

ويعتمد كون عوامل المناخ مسببة للضغط على التفاعل بين كم (حجم) العمل الذي يؤديه المدرس وحالته الجسمية والنفسية، ودرجة الحرارة، والرطوبة، وسرعة الهواء.

كذلك فإن المذيبات العضوية من غبار ومواد كيماوية ناتجة عن استعمال القاعات الغير نظيفة الممتلئة بالغبار يمكن أن تؤثر على صحة المدرس مباشرة أو بشكل غير مباشر لقلة التهوية بداخلها، وإنها يمكن أن تؤثر عليه من خلال معرفته أو شكوكه في أن التعرض لها قد يكون ضارا له، مما يجعله دائما في حالة قلق وعدم الرضا.[1]

4- 2- 5-المنشآت القاعدية :

إن عوامل المناخ المسببة للضغط من ضوضاء وضوء وحرارة وبرودة وتهوية، ترتبط بالمنشآت القاعدية كالملاعب والقاعات المتعددة الرياضات، كونها واجهة انتقالية تتوسط المدرس وبيئته، فهي تؤثر وتتأثر بكليهما. ويمكن أن تستخدم بنية وتركيب المباني الداخلية للحفاظ على الحدود بين الأشخاص حسب أبركرومبي M , Abercrombie[2] ،ولكن توجد الكثير من المباني المدرسية لم يهتم مصمموها لا بالنواحي الهندسية –المعمارية، ولا بالنواحي الجمالية، وبالتالي أصبحت تشكل خطرا مستمرا على المدرسين وتلاميذهم .كما أن هناك الكثير من القاعات لا تستجيب للأبعاد الأرغونومترية من حيث التصميم والشكل الهندسي، مما يثير نفور المدرسين والتلاميذ منها، وهذا بدوره يؤثر على الطريقة التي يرى بها المدرس نفسه، ومكان عمله، والتفاعل بينهما، وهو ما عبر عنه تشرشل Tchurchell,W بقوله :"إننا نشكل مبانينا وبعد ذلك تشكلنا هي".

ويرى كل من ليلت وماك لوغلين Lilte and M° Laughlin (1993) أن المؤثرات البيئية التي يمارس المدرسون من خلال مهامهم تؤثر على حجم الجهود التي يبذلونها، وعلى إحساسهم بقيمتهم، ودورهم في العملية التربوية، كما تؤثر كذلك على مفهومهم لمهنة التدريس[3].

---

[1]– علي الجبر زينب :**السعة المكانية والإضاءة والتهوية الخاصة بحجرات الأقسام العلمية والأدبية في مدارس التعليم العام بدولة الكويت**، مرجع سبق ذكره، ص171.

[2]– ليفي ليبارت : **التوتر في الصناعة، أسبابه وآثاره، والوقاية منه**، مرجع سبق ذكره ص53.

[3]– علي الجبر زينب :**السعة المكانية والإضاءة والتهوية الخاصة بحجرات الأقسام العلمية والأدبية في مدارس التعليم العام بدولة الكويت**، مرجع سبق ذكره، ص163.

4- 2-6- العوامل والوسائل المادية – التعليمية :

يحتاج المدرس إلى أدوات ووسائل مادية ليكون فعالا، فنقص الوسائل التعليمية –خاصة أثناء تغيير البرامج السنوية، ونقص الوسائل التعليمية من كرات وحواجز و شبكات وجلات وغيرها يدفع المدرس إلى بذل جهد إضافي لتعويض ذلك النقص، وهذا على حساب راحته، مما يخلق له ضغوطا إضافية والتي تؤثر لا محال على حالته النفسية والجسمية.

وكون الأدوات والوسائل التعليمية ضرورية للوصول إلى أداء المهارة وتبسيطها وتعميمها، فإن ضعفها أو غيابها يؤثر على الأداء، وعلى فعالية المدرس التعليمية فتضعف روحه العلمية ومن ثم روحه المعنوية، فقد بينت إحدى الدراسات أن نقص المواد التعليمية يأتي كسادس مصدر من مصادر الضغوط الثلاثة والثلاثون التي تواجه المدرسي[1].

- 4- 2- 7- المواصلات :

تعد التنقلات اليومية من المدرسة وإليها من الأحداث المنتظمة المسببة للضغوط. فالإزعاج والتوتر المصاحبان لعدم تنظيم مواعيد المواصلات والازدحام بكل أنواع المواصلات من حافلات وسيارات أجرة وأخرى خاصة والضوضاء، وحدوث ذلك على نحو متكرر ويكاد أن يكون يوميا قد يؤدي في النهاية إلى ازدياد الضغوط لدى المدرس.

فالخروج المبكر من البيت، حيث أصبح من المألوف رؤية مدرسين يقضون من ساعتين إلى ثلاث ساعات يوميا في السفر والتنقل من وإلى المدرسة، وانتظار وسيلة النقل، وسلوك وتصرفات الراكبين المقلقة والمزعجة في كثير من الأحيان، كل هذا بقدر ما يؤثر على حياتهم العملية، فقد وجد الشهراني ورفاع (1995) أن المعلمين والمعلمات في ضواحي المدن يعانون من ضغوط أعلى مقارنة مع الذين يقومون بالتدريس في القرى بسب التنقلات اليومية، ونال مصدر بعد المدرسة عن السكن المصدر الأول بنسبة 11,70% من حجم العينة التي قوامها 188 معلما في دراسة إبراهيم صبري الدمراش (1985)[2].

فمتطلبات السفر كثيرا ما تزيد من الضغوط التي تخلفها من جهة تحمل المتاعب ومن جهة أخرى التأخر عن العمل، إضافة إلى أن أولائك الذين يسافرون يوميا محرومون من التمتع بروح الجماعة التي يستمتع بها المدرسون غير المتنقلين [3].

وأصبح من المؤكد إذن، وبناءا على دراسات كثيرة أن الظروف الطبيعية للعمل كالضوضاء، والحرارة، والتهوية هي عوامل مهددة، وأينما تكون هذه الظروف يمكن ان تساهم في زيادة معاناة أصحابها من ضغوط العمل، ومن

---

[1]– الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**،رسالة ماجستير ، .إشراف د.جميل الصمادي، الجامعة الأردنية، عمان، سنة 1990، ص 18.

[2]– الشهراني عامر عبد الله سليم ورفاع سعيد محمد :**الاجهاد النفسي مصادره وطرق مقاومته لدى معلمي معلمات** .العلوم بالمنطقة الجنوبية الغربية من المملكة السعودية، **إصدارات مركز البحوث التربوية**، أبها،سنة 1995 ، ص69.

[3]– جرير سارا زيف :**إدارة الضغوط من أجل النجاح**، ترجمة مكتبة جرير ، الرياض،سنة 1999 ، ص 43 .

عدم الرضا المهني،" ومن انخفاض ملحوظ في الأداء"، طبعا إذا أصبحت لا تلائم جو العمل، كما أن ظروف العمل الأخرى من نقص وسائل وأدوات العمل المدرسي " أو انعدامها" وبعد المدرسة عن البيت، والتصميم الهجين للمنشآت القاعدية، كلها عوامل لا تؤثر على كفاءة المدرسين المهنية وأدائهم فحسب، بل تؤثر أيضا على اتجاهتهم ومواقفهم نحو مهنتهم [1].

4- 2- 8-عبء العمل :

يشعر المدرس في كثير من الأحيان بعدم الارتياح النفسي والبدني عندما تكون البيئة المدرسية ذات مطالب أكثر مما ينبغي، فتقوده إلى الاستثارة الزائدة، أو تتجاوز قابليته على التعامل معها، وتكون بالتالي سببا في خلق حالة من الضغط النفسي لديه، ولكن من الممكن أن تحدث الضغوط نتيجة لغياب هذه المطالب أو عدم كفايتها، وهو ما اصطلح على تسميته بالبطالة المقنعة في بيئة العمل والتي تقتل في المدرس المبادرة والإبداع وتقوده إلى القلق وعدم الرضا.

ويقصد بعبء الدور:" قيام الفرد بمهام لا يستطيع إنجازها في الوقت المتاح، أو أن هذه المهام تتطلب مهارات عالية لا يملكها الفرد"، فقد يعاني المدرس من زيادة عبء الدور المتوقع منه، والمتمثل في تحضير الدروس وإلقائها، وتحضير الامتحانات وتصحيحها، والمشاركة في اللجان التربوية[2].

وبشمولية أكثر، يقدم ليفي Lévi, L(1971) تعريفا لعبء العمل، حيث يرى أنه:"زيادة مع متطلبات مهام العمل من حيث تاهيله أو حداثته، أو عدم تناسب مؤهلاته مع طبيعة العمل"[3].

المهام المطلوب إنجازها في وقت ضيق، أو تعدد المهام، أو عدم تناسب قدرات الفرد يعتبر الإنتماء إلى مجموعة من الأصدقاء أو إلى شبكة العلاقات الاجتماعية من العوامل.

4- 2-9- سوء العلاقة مع الزملاء:

التي تعطى معنى للحياة وتوجهها نحو الصحة والرضا وتدفع الأفراد إلى مقاومة الضغوط وتحملها، وعلى العكس من ذلك فإن عدم القدرة على إنشاء علاقات طيبة ومثمرة مع زملاء العمل يكون مصدر ضغط الفرد.

وبهذا فمعدل أو مستوى الضغط الذي يتعرض له المدرس ويشعر به يتأثر بنوعية علاقاته مع زملائه في العمل والتي تؤثر بدورها في نوعية رد الفعل الذي سوف ينتهجه المدرس اتجاه الضغط" هذا التأثير لهذه العلاقة يعتمد على ما تكون هذه العلاقة، نوعيتها، الفترة الزمنية والموقف الذي تأخذ فيه هذه العلاقة شكلها"[4].

---

[1] - Fraser, T .M (1983) **: Stress et satisfaction au travail**, Bit, Genéve.P35

[2]- عسكر سمير أحمد :**متغيرات ضغط العمل، دراسة نظرية وتطبيقية في قطاع المصارف بدولة الإمارات العربية المتحدة**، الإدارة العامة، الرياض، العدد 10 ديسمبر 1988، ص 13.

[3]- ليفي لينارت : **التوتر في الصناعة، أسبابه وآثاره، والوقاية منه**، مرجع سبق ذكره ص51.

[4]- الصباغ زهير : **ضغط العمل المجلة العربية للإدارة**، الرياض، المجلد الخامس، العدد الأول و الثاني، .حريزان، سنة 1981 ، ص 30.

وقد أظهرت دراسة بلازي وآخرون Blasé. J et al (1986) أن قلة التعاون فيما بين المعلمين وعدم مسؤولياتهم وضعف الاتصالات فيما بينهم هي عوامل ظهرت مجتمعة لدى 9,4% من أفراد عينة الدراسة تحت مصدر سوء العلاقات بين المعلمين[1].

ويمكن للضغط ألا يكون وليد تؤثر العلاقات المهنية فقط بل ينتج عن نقص الدعم الاجتماعي الذي ينتظره المدرس من زملائه أثناء مروره بوضعيات اجتماعية مهنية أو مالية نفسية صعبة كإصابته بمرض يلزمه البيت عدة أيام أو أسابيع أو فقدانه العزيز...وهو ما أظهرته دراسات كوب Cobb.S (1976) من أن الدعم الاجتماعي المعبر والفعال مثل الشعور بالعناية والجد والتقدير والقيمة والانتماء إلى شبكة من العلاقات الاجتماعية واستقبال مساعدة ووجود أفراد محظوظين يمكن أن يعتمد عليهم الفرد، كلها عوامل تؤدي إلى تخفيف الإحساس بالضغط[2].

بل أكثر من ذلك إن الدعم الاجتماعي يمكن أن يحمي الفرد من التظاهرات الباتولوجية[3].

وأكدت هذه النتائج الأخيرة ما توصلت إليه دراسة ساريكي وكولي Saricki et Colly (1987)، حول العلاقة بين الاحتراق النفسي والعوامل البيئية داخل العمل، حيث تبين أن وجود دعم اجتماعي وتفاعل بين العاملين وزملائهم في العمل ووجود علاقات اجتماعية حسنة أيضا مع أشخاص خارج محيط العمل كأولياء التلاميذ تساعد في تخفيف الإصابة بالاحتراق النفسي[4].

كما بين فلانوري Flannery(1990)، من جهته أن البحث عن الدعم الاجتماعي والروابط الاجتماعية يتسم بها الأفراد الأكثر مقاومة للضغوط[5].

ومن جهة ثانية، فقد أظهرت نتائج الدراسة التي قام بها فيميان (1986) أن المعلمين الذين لا يتلقون الدعم من الإدارة والزملاء يعانون من ضغوط نفسية ومهنية ومن مظاهر نفسية مرهقة أكثر ممن يتلقون مثل هذا الدعم[6].

كما تبين أن أسوء الضغوط وأكثرها ارتباط بالتوتر والاضطراب النفسي، هي تلك التي تحدث للفرد المنعزل والذي يفتقد المساندة الوجدانية والصلات والدعم الاجتماعي[7].

---

[1]- Blasé, J ; et al 1986 : **Leadership behavior of schol principals,"in" relation to teacher stress، satisfactions, and performance**, journal of humanistic education and developpement, vol24, N°044 PP 159-171.

[2]– الرشيدي هارون توفيق :**الضغوط النفسية، طبيعتها، نظرياتها**، مرجع سبق ذكره ص34.

[3]- Fraser, T .M (1983) **: Stress et satisfaction au travail**, Bit, Genéve.P40

[4]– حرتاوي هند عبد الله :**مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن**، رسالة ماجستير، إشراف د . عفاف حداد، جامعة اليرموك،سنة 1991 ، ص20.

[5]– عسكر علي :**ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث، دمشق، سنة 2000 ، ص58.

[6]– الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن** مرجع سبق ذكره ص19.

[7]– عبد الستار :**علم الأمراض النفسية والفعلية**، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة ص 133.

ولهذا فليس مستغربا أن نجد بعض المشاكل التي يتعرض لها المدرس هي الفئة التي يعمل معها، ومن أهم هذه المشاكل:

- افتقار المدرس إلى تماسك الجماعة.
- افتقاره إلى دعم الجماعة ومؤازرتها له خاصة أثناء الشدة والضيق.
- نقص التضامن بين المدرسين
- التنازع والصراع بين المدرسين.

4- 2-10-سوء العلاقة مع التلاميذ :

إن سوء العلاقة مع التلاميذ والتي تشكل أحد مصادر الضغوط الأكثر تأثيرا على صحة المدرس النفسية والجسمية وعلى سلوكه وأدائه، تأتي في معظمها من المسؤولية التربوية والأخلاقية التي يحملها المدرس على عاتقه، ومن اكتظاظ الأقسام وعدم تجانسها، ومن سلوكات التلاميذ واتجاهاتهم نحو التعليم[1].

فالمسؤولية اتجاه التلاميذ تحمل درجة من الضغط النفسي وبخاصة عند المدرسين الذين يعطون وزنا وأهمية للمساءلة ولمراقبة الضمير، فالمسؤولية التي يشعر بها المدرس اتجاه التلاميذ كاهتمامه بمستقبلهم التعليمي والمهني، وبتعلمهم وتربيتهم والتي حمله إياها المجتمع تعتبر مصدر ضغط أكثر ممن لو وقف أمام مسؤوليات مادية.

وكون المدرس يتعامل مع خبرات ناشئة، ومشكلات تعود إلى أعمار دون عمره، فهذا يعني أنه سوف ينفق كثيرا من وقته وجهده في التفاعل مع التلاميذ، وإذا لم يحسن التعامل لم يكن التفاعل إيجابيا، ويصبح لديه شعور بالفشل، مما يؤدي إلى الضغوط النفسية التي تترجم في ضعف تقديره لذاته وثقته بنفسه، فيزيد سوء تكيفه وتتأثر صحته الجسمية والنفسية ورضاه عن العمل سلبا.

ويجب الإشارة إلى أهمية وخطورة حجم القسم كعامل وسيط في العلاقة بين المدرس وتلاميذه، إذ كلما زاد عدد التلاميذ عن الحجم الطبيعي كلما اضطربت الروابط الشخصية بين المدرس وتلاميذه وتقلصت، واتسعت الفجوة بينهم، كما تتضاعف مشاكل الرقابة، ويزداد العبء على قنوات الاتصال ومن ثم العبء على المدرس، فينتج عن ذلك الضغط النفسي.

وقد وجدت ماسلاش وبينسMaslach et Pines (1977): "أنه كلما زادت نسبة التلاميذ للمعلمين، فإن المعلمين سوف يتعرضون لضغوط انفعالية كبيرة، ومثل هذه الضغوط تجعلهم لا يحبون عملهم"[2].

كما وجد فينمان Veenman. S (1984): أن إكتظاظ الأقسام يعد المصدر الرئيسي والمسؤول عن رفع مستوى الضغط لدى المعلمين في المدارس الفرنسية والإنجليزية، أي بغض النظر عن اختلاف بيئته وثقافة

[1]- الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن** مرجع سبق ذكره ص133.

[2]- الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن** مرجع سبق ذكره ص14.

العمل. بمعنى أن الأقسام التي بها عدد قليل من التلاميذ يعاني مدرسوها من درجة ضغط أقل مما يعانيه مدرسو الأقسام التي بها 26 تلميذا أو أكثر[1].

4- 2-11-الإشراف التربوي :

تحتاج تبسيط إجراءات العمل التربوي ومحاولة تطويره إلى معرفة وفهم الخطوات والإجراءات الواجب إتباعها لإنجاز كل خطوة من خطوات ذلك العمل وصولا إلى الهدف النهائي، ومن هنا يأتي دور المشرف التربوي في معرفة مثل تلك الإجراءات، والتخلص من تلك التي تعرقل مسيرة العمل التربوي .فحسن التعامل الإنساني للمشرفين مع المدرسين يخلق حالة من الولاء والرضا، ومن ثم الإقلال من تعرض المدرسين للضغوط، والعكس إذ يمكن للمشرف التربوي أن يتسبب في كثير من ضغوط العمل للمدرسين وذلك من خلال:

- ممارسة إشراف وتوجيه غير مناسب.
- التركيز على السلبيات، وفي الوقت نفسه إغفال الأداء الجيد للمدرس.

وهو ما أظهرته نتائج دراسة المساد (1983) أن ثمة تركيزا عاليا من المشرفين على السلوك النقدي للمعلمين الذي يؤدي إلى ثورتهم واتخاذهم سلوكا عدوانيا[2].

فكثير ما تكون أحكام المشرفين على المدرسين مبنية على أساس ما يرونه في المدرس، كمظهره الخارجي، ونظافته، وتنظيمه، وإدارته للقسم، واستعماله للمواد التعليمية، ويهملون أشياء أخرى مثل تفاعل التلاميذ وتقبلهم له، واعترافهم به (بما يقدم لهم من تربية ومن معلومات ومعارف)..."ومثل هذا الأسلوب من التقييم يعتبره المدرسون مصدر للقلق والإحباط[3].

فالمهمة الأكثر خطورة لدى المشرف التربوي لا تكمن في شخصه، بل في الطريقة التي يقيم بها المدرسين وأسلوب إشرافه عليهم، فقد وجد سبونر Spooner. M (1984)" أن قلة زيارات المشرف التربوي وعدم انتظامها تشكل مصدر ضغط هام لدى المدرسين[4]".

وكذلك إن نوعية وحجم التعاون الذي يقدمه المشرف للمدرسين يؤثر على اتجاهاتهم نحوه، وبالتالي على درجة الضغط النفسي لديهم، فقد كشفت دراسة ريشادسونRichardson (1988) التي تناولت العلاقة بين مستويات الإحتراق النفسي وبين طرق الإشراف." أن أسلوب الإشراف التربوي(متعاون ≠ أوغير متعاون)يؤثر إيجابيا أو سلبا في مستوى الاحتراق النفس[5].

---

[1]- أبو مغلي سمير :**مستوى ومصادر التوتر النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية الإعدادية والثانوية**، رسالة ماجستر، إشراف د.سليمان الريحاني وخليل عليان، الجامعة الأردنية، عمان، 1987 ، ص 11

[2]- المساد محمود أحمد :**الإشراف التربوي الحديث**، واقع وطموح، دار الأمل، عمان، سنة 1986 ص35

[3]- الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن** مرجع سبق ذكره ص19

[4]- الشهراني عامر عبد الله سليم ورفاع سعيد محمد :**الإجهاد النفسي مصادره وطرق مقاومته لدى معلمي معلمات العلوم بالمنطقة الجنوبية الغربية من المملكة السعودية**، مرجع سبق ذكره، ص12.

[5]- حرتاوي هند عبد الله :مستويات **الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص27.

وتخلق التغذية الرجعية السلبية التي لا تتناسب مع توقعات المدرسين- الحقيقة -اتجاهات سلبية نحو المشرفين التربويين، ونحو أسلوب الإشراف بصفة عامة، كما قد تزيد قلقهم ومن ضغطهم النفسي، وعوامل سلبية وظيفية مثل المهام المتكررة في محيط العمل وقلة فرص الارتقاء الوظيفي، والضغط الناجم عن العبء الكبير في العمل لدى 24 مرشدا ممن شملهم البحث[1].

5- التطور المهني والترقية المهنية:

تعتبر عوائق التطور والترقية المهنية أحد مصادر الضغط النفسي في العمل مثل :الإفتقار الكلي الجزئي إلى فرص الترقية في المستقبل، وعوائق الطموح، وعدم التأكد من المستقبل المهني والإطمئنان عليه.وقبل تناول هذا المصدر بالتفصيل، يرى الباحث من الأهمية تناول مراحل التطور الوظيفي لمعرفة خصوصيات كل مرحلة، وارتباطها بما يليها، وانعكاساتها على نظرة العامل اتجاه الترقية المهنية .ولذا نجد كوبر وباين.PayneeK Cooper. C et(1994) قد قسم مراحل التطور الوظيفي إلى أربع مراحل رئيسية وهي :فالرضا والضغط غالبا ما يكونان وجهان شبيهان لعملة واحدة، فعندما ترى أحدهما.

لايمكنك أن ترى الآخر، ولكن هذه العلاقة بين الرضا والضغط ليست كهذا دائما، فمن الممكن حسب زيف جربر (1999) أن يكون لدى أحد الأفراد مستوى مرتفع من الضغط ومستوى مرتفع من الرضا، إذا كان الفرد يشعر بقدرته على التحكم والإختيار في الموقف الذي يمر به، وكانت لديه آليات وظيفية للتكيف .ولكن ليس من المرجح أن يكون لدى أحد الأفراد مستوى منخفض من الرضا ويكون لديه مستوى منخفض من الضغط في نفس الوقت[2].

و مهما يكن من تقصير، فالعلاقة بين الضغط والرضا تبقى علاقة عكسية؟، يرى بشأنها فرازر (1983) أنه عندما يهدد المحيط توازن الفرد الداخلي، ويكون حجم التغير او سرعته- أو الاثنين معا -أكبر مما يتحمله الفرد، يظهر هنا الضغط، وتكون من علاماته عدم الرضا، لاسيما في بداية الظهور، ويرى أيضا أن أكثر الناس لا يشعرون بإحساس خاص بالرضا أو بعدم الرضا، فهم يحتلون الوسط (مكانة البين والبين)، وهي وضعية غامضة نسبيا، فهم راضون عن بعض الحاجات وغير راضون عن البعض الآخر، فهم بذلك يسعون دائما للحفاظ على التوازن الديناميكي، والتكيف مع كل تغيير يمس الإتزان الداخلي[3].

---

[1]- عبد العزيز المجيد :**سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي** -مركز الكتاب للنشر-الطبعة الأولى .سنة 2005 ، ص28.

[2]- جربر سارا زيف:**إدارة الضغوط من أجل النجاح**، ترجمة مكتبة جرير، الرياض سنة 1999 ، ص10.

[3] -Fraser, T .M (1983) : **Stress et satisfaction au travail**, Bit, Genéve.P46

ومع تقدم الأبحاث، أصبحت العلاقة بين الضغط النفسي والرضا المهني تتضح أكثر فأكثر .ففي منتصف السبعينات وصف عدم الرضا على أنه عامل مساعد في تكوين مجموعة من الأعراض التي تؤثر على الصحة النفسية والاجتماعية للعامل، وبالتالي على مردود يته [1].

هذه النظرة الأخيرة، يؤكدها ويوضحها ستورا(1991) ، إذ يرى أن عدم الرضا محك آخر للتنبؤ هذه النظرة الأخيرة، بمستوى الضغط النفسي، بحيث عندما لا يحصل التوافق بين الخصائص النفسية والاجتماعية للفرد العامل مع محيط عمله، تبدأ بعض الأعراض في الظهور، كالقلق والاكتئاب والأمراض السيكوسوماتية كدليل على ارتفاع درجة الضغط النفسي عند صاحبها[2].

6-أعراض الضغوط :

يتم معرفة الضغط بتحديد علاماته وأعراضه سواء الأعراض يعرفون نوعا واحدا لفزيولوجية المعرفية أو الاستجابات السلوكية خاصة وأن بعض الأفراد قد يعرفون نوعا واحدا من الأعراض بينما يكونون مستقلين بالإحساسات الجسمية غير المريحة والتفكيرات السلبية وتغييرات في السلوك وفيما يلي أمثلة لهذه الأعراض[3].

6-1-الأعراض الفزيولوجية :

6- 1-1- الأمراض العضلية العظمية:

مثل :آلام الظهر، تشنج العضلات، الصداع الضاغط وغالبا ما يستجيب للمواقف الانفعالية بتوتر العضلات، كما يحدث أثناء الامتحانات حيث تتقلص عضلات البطن والمعدة أثناء مواجهة المواقف الشديدة مثل الذكريات المؤلمة.

6-1-2- الاضطرابات القلبية الوعائية:

من هذه الاضطرابات ارتفاع ضغط الدم النوبات القلبية، عدم انتظام ضربات القلب تصلب الشرايين اما ارتفاع ضغط الدم فهو ظاهرة مرضية الأكثر انتشارا يلعب الضغط المهني دورا هاما في انتشاره.

6- 1- 3-الأمراض الجلدية:

وتشمل هذه الاضطرابات بعض الاضطرابات مثل الإكزيما، التساقط الفجائي للشعر...الخ وفي هذا الصدد فإن إفراز هرمون الكروت زون يمكن أن يحدث أثار بالغة على الجلد ولتفادي هذه الزيادة يجب معالجة الأمراض باستعمال المراهم حتى نحصر العلاج في المنطقة المصابة دون اللجوء إلى الحقن الهرموني.

6- 1- 4-اضطرابات الغدد :

[1] - Litt, M et Turk, D 1985: **Source of stress and dissatisfaction in experienczd** high school teachers Journal of educational research, PP 178-185.

[2]- ستورا بنجمان :**الإجهاد، اسبابه وعلاجه**، ترجمة أنطوان أ.الهاشم، منشورات عويدات، بيروت، 1997 ص 14

[3]- عبد العزيز المجيد :**سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي**، مرجع سبق ذكره، ص34.

تتمثل في زيادة إفراز الغدة الدرقية والكظرية :مرض السكر، العرق المفرط، وحب الشباب أما فيما يخص إفراز الغدة الدرقية أي إفراز البتر وكسين الذي يؤدي إلى ازدياد النشاط وقابلية الفرد للاستثارة والنرفزة[1].

6- 2-الأعراض المعرفية:

وتتمثل في: الخوف، القلق، التفكير الغير عقلاني، التردد، فقدان الثقة[2].

6- 3-الأعراض السلوكية: وتتمحور فيما يلي :

-التغيب الزمني عن العمل والشرب المغالى فيه مع تناول الطعام بسرعة إضافة إلى التحدث بسرعة أو ببطئ عن المعتاد

-العلاقات الوظيفية المتوترة

7-طرق علاج الضغط في المجال الرياضي :

7-1- العلاج بالأساليب المعرفية :

7-1-1-أسلوب التأمل :

بعد فترة من التأمل العقلي يصحب للفرد نقص في التنفس وفي ضربات القلب وتكون مصحوبة، في الضغط الدموي والهدف من طريقة التأمل هو الوصول إلى التحكم في المثيرات الخارجية بصفة تمكنها من الوصول إلى ساحة الشعور صافية وخالية من التشويهات، حتى لا يراها الشخص تهديدا له ولقد أثبتت بعض الدراسات نجاعة هذه الطريقة عن الأشخاص المصابين بالضغط في ميدان العمل بحيث نرفع الأداء ونجعل العامل أكثر رضا في عمله، وسيتحسن أن تطبيق هذه الطريقة مرتين في اليوم حيث تتراوح مدتها من 15 إلى 20 د في كل مرة وتتمثل في إتباع الخطوات التالية[3].

-غلق العينين في وضع الجلوس والتأمل لمدة 20 دقيقة.

- بعد فتح العينين بفترة حوالي 15 د يتم أداء انقباض عضلي لليد اليسرى

- نؤدي تدريبات التأمل في الحركة.

- إعادة التركيز وملاحظة الأفكار ويمكن زيادة فاعلية هذا الأسلوب بالتدريب على التركيز والانتباه على مثيرات مثل : التركيز البصري على هدف ثابت، استخدام كلمة أو كلمتان سهلتان لا تثير انفعالات لتركيز الانتباه وهذا ما يعرف بالمانترا

-استخدام التنفس من الأنف بعمق والتركيز على هواء الشهيق والزفير ويمكن استخدام التدريبات التالية:

- تركيز العقل على هدف ثابت في موقف المنافسة لفترة تسمح بهدوء العقل والتخلص من الأفكار السلبية المشتتة، الجمع بين الاسترخاء والتصور العقلي.

---

[1]- احمد عبد الخالق :**علم النفس المهني**-الدار الجامعية للطباعة والنشر- بيروت، سنة1983، ص 43.

[2]- عبد العزيز المجيد :**سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي**، مرجع سبق ذكره، ص35.

[3]- عبد العزيز المجيد :**سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي**، مرجع سبق ذكره، ص47.

7-1-2-أسلوب الإيحاء الذاتي :

ويعتبر هذا الأسلوب ظاهرة ثنائية تتكون من تثبيت الانتباه والاسترخاء في نفس لحظة وحالة الإيحاء الذاتي الذي يتم في أربع خطوات هي التثبيت، الاسترخاء، القابلية لتأثير وتكرار الاقتراحات وللتدريب على الإيحاءات نتبع الخطوات التالية[1].

- الاسترخاء العقلي بدون الاسترخاء العضلي
- التدريب على العزل، تعليم التحكم في العمق والسرعة
- تقديم الحجرة العقلية تعليم استخدامها
- تعليم خفض التأثيرات ما بعد الإيحاء

7-2- العلاج بالأساليب السلوكية :

يمكن استخدام الاستراتيجيات السلوكية لصد المواقف الضاغطة التي يتعرض لها بسبب إدراك الكثير من المسؤوليات وعدم كفاية الوقت وتتضمن هذه الأساليب.

وضع أهداف إدارة الوقت وتطوير وتحسين النظام اليومي بإتباع الخطوات التالية تحديد الجوانب الحياتية التي تحتاج إلى تغيير مراجعه البيروفيل الخاص بالضغوط يجب الالتزام بتغيير العادات مع تحقيق الدافعية الفعلية لتغيير السلوكيات الخاصة أصبح أكثر وعيا وإدراكا لأسس السلوكيات من يوم لآخر وقبل بداية برنامج فردي للتغيير يجب أن يعي ويدرك كل فرد كيف تكون سلوكياته حاليا.

يجب في كل فترة مراجعه خطة الأداء لإدارة الضغوط وأن تكون واقعية وقابله لقياس عمل قائمة بالمسؤوليات اليومية على مدى أسبوع ثم على مدى شهر ثم عام.

يجب عمل مفكرة يومية وتسجيل ما تم إنجازه دون شغل كل وقت اليوم.

7-3-العلاج النفسي :

يتمثل في إجراء حوار مع المريض لإيجاد كل أشكال التأثير على الحالة النفسية التي يعاني منها والتي بمقتضاها يحاول الطبيب المعالج التعديل في الاستجابات التي تجعل تهيئة الفرد لمرضه ممكنة ومن بين المساعدات النفسية الأولية إعطاء المريض إمكانية التعبير والاستماع إليه وفهم ما يقوله ثم تقديم المساعدات على المستويين الاجتماعي والعلمي وعليه يمكن تقديم بعض النصائح والتي تتمثل فيما يلي: مساعدة الشخص على فهم حالته بدون الضغط عليه[2].

عدم التحلي بالعدوانية اتجاه الأشخاص الذين يحسون بالتعب والقلق والانهيار العصبي الاهتمام بمشاكل العمال(المربين) والسماح لهم بالتعبير عن مشاكلهم ومشاعرهم والتحليل النفسي هو الآخر من بين الطرق

---

[1]- محمد منير مرسي :**الإدارة المدرسية الحديثة**،عالم الكتب ،طبعة معدلة ومنقحة،سنة 1995 ، ص 248

[2]- عبد العزيز المجيد :**سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي**، مرجع سبق ذكره، ص47.

خلاصة الفصل:

بعد تناول الباحث لمصادر الضغوط التي تؤثر على آداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في البيئة المدرسية، ومن خلال استعراضه لأدبيات ما كتب في هذا الموضوع، فإن الباحث خلص إلى النقاط التالية:

-رغم وجود مصادر مشتركة بين أكثر من نموذج، لا يمكن الإعتماد على نموذج من نماذج مصادر الضغوط بعينيه عند معالجة هذا الموضوع، لأن النماذج تختلف باختلاف البيئات وطبيعة العمل...

لذلك فإن أكثر مصادر الضغوط تأثيرا على المدرس والتي اتفقت حولها أغلب الدراسات هي عبء العمل وظروف العمل، وسوء العلاقة مع التلاميذ، وأقلها تأثيرا هي صراع الدور، والإشراف التربوي.

-إن كل مصدر مولد للضغط النفسي، ولكن درجة تأثيره تتوقف على الخصائص الفردية في تفاعلها مع السياق العام للضغوط النفسية، فما يعتبر مصدر ضغط شديد عند فئة من المدرسين قد لا يعتبر كذلك عند فئة أخرى.

إنطلاقا مما كتب حول كل مصدر ضغط، ولتقريب وجهات النظر،إجتهد الباحث في تقديم أشكال خاصة بكل مصدر ضغط تبين عوامله، نتائجه، والآثار المترتبة عليه، كما تبين علاقة الضغط بالرضا المهني.

الفصل الثاني:

أستاذ التربية البدنية والرياضية.

تمهيد:

إن مدرس التربية البدنية والرياضية هو أولا قبل كل شيء شخص ومخلوق كسائر المخلوقات لديه قلب وأحاسيس وشعور والملقب باللطيف وهذا لأنه في عمله يحس أنه لازال مراهقا ويبقى كذلك وقد أثبتت بعض التجارب الأمريكية بأن أستاذ أو مدرس التربية البدنية يعتبر إن لم نقل أقرب شخص بالنسبة لتلاميذه.

والمدرس هو كذلك الإنسان المعزول في مهنته فهو عبارة عن موظف كالموظفين الآخرين مسير من طرف نظام المجتمع المعاش وسلوكات ثقافية، اجتماعية مستمدة من قبل الهيئات العليا.

وقبل دراسة مختلف الأدوار التي يقوم بها المدرس علينا أولا وقبل كل شيء التساؤل عن شخصيته فلا يعقل أن تمنح لمدرس التربية البدنية مثلا مهمة تكوين أجيال صاعدة وهو ذو شخصية ناقصة أو معدومة فهذا ضد كل ماهو بيداغوجي.

1-أستاذ التربية البدنية و الرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دورا هاما وحيويا و له فاعلية في العملية التربوية فمسؤوليته كبيرة جدا ومهمة، إذا أن مهمته لا تقتصر على التربية الجسمية فحسب بل يتعداها لتصل إلى أكثر من ذلك، لأنه لا يتفاعل مع تلاميذه في الفصل فقط بل يتعداها إلى فناء المدرسة، وإلى علاقات التلاميذ بتلاميذ المدارس الأخرى.

كما أن لأستاذ التربية البدنية والرياضية أثرا على حياة التلميذ المدرسية ، فهو الذي يوجه قواه الطبيعية التوجيه السليم ويهيئ لقواه المكتسبة البيئة التعليمية الملائمة، كما انه يساعد التلميذ على التطور في الاتجاه الاجتماعي السليم، وذلك لأن وظيفة أستاذ التربية البدنية والرياضية لا تعد مقصورة على توصيل العلم إلى المتعلم، كما يظن البعض ولكنه مربي أولا وحجر الزاوية في النظام التعليمي. فالمعلم دوره مهم وخطير، فهو نائب عن الوالدين و موضع ثقتهما، لأنهما قد وكلا إليه أمر تربية أبنائهم حتى يصبحوا مواطنين صالحين، و ليس هناك معلم في أي مدرسة تتاح له الفرص التي تتاح لأستاذ التربية البدنية والرياضية في الأخذ بيد التلاميذ إلى الطريق السوي المقبول اجتماعيا ، وذو الأثر الصحي والعقلي.[1]

وبجانب ما سبق فإن معلم التربية البدنية والرياضية يعد ا رئدا اجتماعيا ويعني ذلك أنه يشعر بما في المجتمع من مشاكل، ويعمل على أن يعد التلاميذ بحيث يستطيعون التعامل مع هذه المشاكل وحلها، كما أنه يسهم بمجهوده الشخصي في إرشادهم إلى كيفية التغلب على ما يصادفهم من أمراض اجتماعية ومن تصرفات شاذة يقوم بها بعض الشواذ من الخارجين على المجتمع، وبالتالي يساعد ذلك على حمايتهم.[2]

---

[1]- زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، **طرق تدريس التربية الرياضية** .القاهرة :دار الفكر العربي، 2008، ص65-66

[2]- محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، **تكنولوجيا إعداد و تأهيل معلم التربية الرياضية**. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر، ط2، 2004، ص197

2- شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية:

2-1-الشخصية التربوية للأستاذ:

نظرا للتطور التربوي المتواصل لكل من عمليتي التعليم والتعلم، يجب علينا إذا أن نراعي الجوانب الخاصة للتلميذ، لأنه هو العنصر الأهم في العملية التعليمية، وذلك يكون من الناحية النفسية والبدنية والإجتماعية بالطرق المدروسة الهادفة في التعليم، ويدخل العمل المهم للأستاذ في امتلاك الوسائل المادية والمعرفية الملائمة لمعالجة هذه المجالات الخاصة بالمتعلم ، ويفترض على الأستاذ التركيز على جانبي النمو والتكيف كأهداف لتحقيق الغايات المنشودة، بالتنسيق مع البرامج والدروس، كما أن للأستاذ تأثير كبير على جانب القيّم والأخلاق.

وبسبب العلاقة الحميمة بين التلاميذ وأستاذ التربية البدنية فإن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعد من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثيرا في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة لدى التلاميذ.

وفي ظل هذه المعطيات لا يتوقف دور الأستاذ على تقديم ألوان النشاط البدني والرياضي المختلف بل يتعدى ذلك بكثير، فهو يعمد إلى المؤمنة بين ميول تلاميذه وإمكانيات المدرس، وقدراته الشخصية في تقديم واجبات تربوية في إطار بدني رياضي يستهدف النمو والتكيّف، حيث تتصف هذه الواجبات بقدرتها على تنشيط النمو وتعجيل مراحله عندما يسمح الأمر بذلك، ومتابعة برامج التربية الرياضية المدرسية من المهارات الحركية، العلاقات الاجتماعية، أنشطة الفراغ، القوام المعتدل، الصحة العضوية والنفسية، المعارف االصحيّة والإتّجاهات الإيجابية.[1]

2-2-الشخصية القيادية للأستاذ:

يقول ارنولد أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر قائداً لحد كبير بحكم سنه، وتخصصه الجذّاب ، كما يعتبر الوحيد من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع البعد الغريزي للطفل وهو اللعب، كما زادت وسائل الإعلام من فرض شخصية الأستاذ كقائد في أيامنا هذه ويعتقد ويليامز أن دور معلم التربية البدنية والرياضية فعال جدا وذلك إيجابيا أو سلبيا، بالنظر إلى أن الطفل يطبق ما يتعلمه من أسرته، مجتمعه ومدرسته.

ولقد أفادت بعض الدّراسات أن شخصية مدرس التربية البدنية والرياضية له دور على النمو الاجتماعي والعاطفي للتلميذ، ومن الواجب أن يدرك الأستاذ حساسية التلاميذ والمشاكل التي يعانون منها والفروق الفردية الخاصة المختلفة أثناء العملية التعليمية.

---

[1]- محمد محمد الشحات، **تدريس التربية الرياضية. القاهرة:** العلم والإيمان للنّشر والتوزيع، ط1، 2007، ص 105-106

وفي دراسة قدّمها ويتي(WITTY) وقام خلالها بتحليل كتابات إثني عشر ألف تلميذ وطفل ومراهق تتصل بتصوراتهم عن توفير الأمان وتقديرات التلاميذ، تليها صفات مثل: (اهتمامه بالحافز، التعرف على تلاميذه، إظهار الحنان والألفة، إتصافه بروح مرحة، إهتمامه بمشاكل التلاميذ، التعاطف والتسامح).

ولقد توصلت (جنجز بالى) أن الوصف الغالب للقيادات الناجحة هو أنهم أناس يعطون الآخرين إحساسا بالارتياح، ولديهم القدرة على إشعارهم بالأمان والإهتمام.[1]

وقد أشار "عدنان جلون" إلى ما اتفق عليه العديد من العلماء في المجالات القيادية على ضرورة توفير المواصفات التالية في القيادة وهي: مواصفات فطرية، مواصفات اجتماعية، مواصفات علمية، مواصفات عقلية .....إلخ، وتوفُّر هذه المواصفات يعطي المجتمع مدرّسا وقائدا أفضل.

3 –السمات الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

اشترطت التربية الحديثة شروطا دقيقة جدا لنجاح العملية التعليمية وأدائها على أحسن وجه، وبما أن الأستاذ هو المسؤول الأول والأخير على نجاح هذه العملية فهي تشترط فيه التحلي بالسمات التالية:

– الأستاذ يجب أن يستطيع إنجاز مهمات اجتماعية وتربوية، ويسهم في تطوير جانب التكيف فيها وينظم العمليات التربوية باتجاهاتها الحديثة، ويحسن إستثمار التقنيات التربوية.

– يجب أن يتفهم بعمق مهماته اتجاه مجتمعه عن طريق المواقف التعليمية، وما ينشأ عن العلاقات المتبادلة بين الأستاذ والتلميذ، وهي علاقات يجب أن تتميز بالحوار والتفاعل والرعاية وتبادل الخبرة، بحيث تتعدى نقل المعرفة من طرف لآخر لتؤدي إلى تنمية القدرات، وممارسة قوى التعبير والتفكير وإطلاق قوى الإبداع، وتهذيب الأخلاق وتطوير الشخصية بجملتها، بما يكفل المشاركة في تقدّم المجتمع.

– عليه أن يمتلك من القدرات والمهارات والمعلومات ما يجعل منه باحثا تربويا يسهم في حل المشكلات التربوية عن دراية ووعي.

– عليه أن يتحلى بروح المبادرة والنزعة إلى التجريب والتجديد، وأن يكون واثقا بنفسه في تنظيم النشاط التربوي بحرية واختيار.

إن الطّابع الفعّال للشخصية الإنسانية تحدده ظروف الحياة الاجتماعية، وإن هذه الشخصية نفسها لها القدرة على تغيير تلك الظروف، فالوعي الإنساني لا يعكس العالم الموضوعي فقط وإنما يدعمه أيضا، ففعاليّة الأستاذ تظهر من خلال حكمه على تلك التغيرات التي تطرأ على خصائص نشاطه ومواصفات تأثيراته على ذلك الموضوع، وكما نعرف فإن موضوع عمل الأستاذ الأساسي هو (التلميذ) حيث أن طبيعة عمل الأستاذ مرتبطة بخاصية التأثير المتبادل بين الذّات (الأستاذ) والموضوع (التلميذ) أثناء النشاط التعليمي، فالأستاذ في أيامنا هذه ليس ناقصا "بسيطا" للمعارف إنما هو منظم وقائد موجه.

---

[1]– أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان ، عدنان درويش جلون ، **التربية الرياضية المدرسية** . القاهرة: دار الفكر العربي، الطبعة4 ص 33–34

4- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

4-1- فهم أهداف التربية البدنية و الرياضية:

يتحتم على مدرس التربية البدنية والرياضية فهم أهداف مهنة التربية البدنية والرياضية سواء كانت طويلة المدى أم أغراض مباشرة، فإن معرفة المدرس الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها تجعله قادرا على النجاح في عمله اليومي، وإذا ما عرف أغراض التربية البدنية والرياضية جيدا أمكن عمل تخطيط سليم لبرامجها.

4-2- تخطيط برنامج التربية البدنية و الرياضية:

المسؤولية الثانية لمدرس التربية البدنية والرياضية هي تخطيط برنامج التربية البدنية والرياضية وإدارته في ضوء الأغراض، وهذا يعني الاهتمام باعتبارات أوّلها وأهمّها:

-احتياجات ورغبة الأفراد الذين يوضع البرنامج من أجلهم، ويراعى عند وضع البرنامج ضرورة تعدد أوجه النشاط، وهناك عدة عوامل تدخل في تحديد الوقت الذي يخصص لكل من هذه الأنشطة مثل العمر كذلك يجب أن يضع نصب عينيه عدد المدرسين، حجم الفصل، عدد التلاميذ والأحوال المناخية.

-كذلك يجب مراعاة القدرات العقلية والجسمية للمشتركين، وتوفير عامل الأمان والسلامة ومن البديهي أن يتناسب مع المراحل التعليمية المختلفة.[1]

4-3-توفير القيادة:

إن توفير القيادة الرشيدة يساعد على تحقيق أغراض التربية البدنية والرياضية، والقيادة خاصية تتوافر في المدرس الكفء، هذه الخاصية لها أثر على استجابة التلاميذ لشخصية المدرّس وتوجيهاته ومن بين الوظائف الأساسية للقيادة الوصول بقدرات الفرد إلى أقصى طاقاته من النواحي الجسمية والعصبية والعقلية والاجتماعية. والقيادة لا تتأثر ما لم يحصل المدرس على التدريب المهني الكافي كي يصبح قادرا على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التربية البدنية والرياضية ، ويجب أن يدرك هذا الأخير أن مسؤوليته لا تقتصر على المدرسة التي يعمل بها، فحسب بل المجتمع المحيط به ، فهو موجود في وسط يجب أن يؤثر فيه. [2]

4-4- تنمية مهارات الاتصال الفعّال لدى أستاذ التربية البدنية:

يحتاج الإتّصال الفعّال إلى المهارات التالية:

- كسب إنتباه التلاميذ.
- تعلم حسن استخدام الصوت.
- تنمية استخدام المهارات الغير اللفظية.
- تنمية مهارات الإستماع.

---

[1]- أمين أنور الخولي وأخرون، **التربية الرياضية المدرسية**، مرجع سبق ذكره، ص 38- 39

[2]- أمين أنور الخولي وأخرون، **التربية الرياضية المدرسية**، مرجع سبق ذكره، ص39.

- تنمية المصداقية و تأكيدها. [1]

4-4-1- جذب انتباه التلاميذ:

يجب أن يكون التلاميذ مستعدون لسماع الأستاذ قبل أن يبدأ الكلام، و هناك العديد من الطرق لكسب انتبه التلميذ مثل استخدام السفارة، أو رفع اليد وغيرها. ومهما كانت الطريقة المستخدمة فمن الأهمية الاستحواذ على الانتباه التام لجميع التلاميذ، لذا ينبغي محاولة عزل وأبعاد أي شيء قد يتعارض أو يشتت انتباه المستمعين . وللاحتفاظ بانتباه مجموعة من التلاميذ يجب التأكد من أن الجميع يتخذون أماكنهم بحيث يستطيعون سماع و رؤية ما يحدث، وذلك بم ا رعاة عدم مواجهة و جوه التلاميذ لأشعة الشمس أو غيرها من مشتتات البصر وذلك لضمان تركيز انتباه التلميذ نحو الأستاذ.

4-4-2- تعلم حسن استخدام الصوت:

إن الإنتباه الذي يعطيه التلاميذ للأستاذ لا يرتبط بمقدار إرتفاع صوته، إذ أن التغير في حجم و نغمة و إيقاع الصوت تعتبر من الوسائل التي تجعل أنماط الحديث أكثر تأثير في عملية الاتصال. والأساتذة الجيدون يقومون بإدخال تغييرات على أنماط أصواتهم لجذب الانتباه لما يقولونه، والتأكيد على النقاط الهامة، وهذا مفيد أحيانا، فعلى سبيل المثال: يجب أن تكون هناك برهة إنتظار قبل الحديث حول بعض التوجيهات ذات الأهمية البالغة وبذلك يمكن ضمان تركيز انتباه التلاميذ على التوجيهات التي تعقب برهة الانتظار مباشرة.

4-4-3- تنمية إستخدام المهارات الغير اللفظية:

إنّ الإتصال الغير اللفظي يستطيع أن ينقل أكثر من 70 **%**من المعلومات من أية رسالة، فإذا كانت الرسالة اللفظية التي نرسلها صحيحة و دقيقة فمن الأهمية أن يدعمها الاتصال الغير اللفظي بشرط أن يكون متسقا مع محتوى الرسالة اللفظية، و يجب على الأستاذة الاهتمام بطريقة الاتصال غير اللفظي في المواقف المختلفة و أن يقوموا بالتعديلات الضرورية في ضوء هذه المواقف.

4-4-4-تنمية مهارات الإستماع:

أحتاج الكثير من الأساتذة إلى تنمية مهاراتهم في الاستماع، فالاتصال الناجح يعني الاستقبال وكذلك الإرسال. و التلاميذ يرغبون في معرفة ما يقولونه الأساتذة والإستماع إليه، و يمكن تنمية مهارات الإستماع باستخدام الأساليب التالية:

كن منتبها (الاستماع): أنظر إلى التلميذ و أظهر بأنك تستمع إليه.

---

[1]- بيتر ج .ل توسون، **مدخل إلى نظريات التدريب**. القاهرة: مركز التنمية الإقليمي، 1996، ص10/7

تجنَّب المقاطعة: من بين الأسباب الرئيسية للإتصال الرديء هو مقاطعة الأستاذ للتلميذ قبل إتاحة الفرصة له للتعبير الكامل عن نفسه.

أَظهِر الفهم (الموافقة): بالإيماء بالرّأس أو بتكرار ما ذكره التلميذ في بعض الأحيان، فيستطيع الأستاذ أن يظهر للتلميذ أنه قد فهم رسالته.

طرح السؤال: إن الأسئلة تتيح فرصة الإتصال عن طريق دعوة التلاميذ للتعبير عمّا يشعرون به، ويجب على الأستاذ، على سبيل المثال: الحذر من سرعة المبادرة بإخبار التلاميذ عن أسباب مستوى الأداء. ففي كثير من الأحيان يستطيع الأستاذ أن يعرف أكثر عن طريق المبادرة بسؤال التلاميذ أولا، للتعبير عن آرائهم إتجاه موقف ما.[1]

4-4-5- تنمية و تأكيد المصداقية:

إن التلاميذ يتقبلون و يحترمون الأستاذ الذي يتميز بالمصداقية ويكون أكثر قابلية للإتصال به، ويمكن تنمية المصداقية بعدة طرق منها:

* **معلومات عن كل رياضة:** ينبغي أن تكون لدى الأستاذ الثقة في معلوماته عن جل أنواع الرياضات، ومن ناحية أخرى تكون لديه الثقة في أن يجعل التلاميذ يدركون ما لا تعرفه، فمن الأفضل أن يقول: "إنني لا أعرف الإجابة و سوف أحاول البحث عنها" بدلا من محاولته تخمين أية إجابة قد تكون خاطئة.[2]

* **التحدث فقط عند الضرورة** :إذا قام بالتحدث كثيرا فإن التلاميذ سوف لا يستطيعون التفرقة بين ما هو هام وما هو غير هام، و يتأكد من أن كل ما يريد قوله يتسم بالأهمية و أن يعبر عنه بلغة سهلة.

* **الملابس والمظهر:** إن المظهر يؤثر في رأي الناس إتجاه الأستاذ، و خاصة في المراحل الأولى من العلاقات، فالتلاميذ بحاجة إلى الشعور بالفخر بأستاذهم، و هذا الشعور ينموا و يزدهر إذا كان مظهر الأستاذ لائقا.

5- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية إتجاه المادة التعليمية:

يحضى أستاذ التربية البدنية والرياضية اليوم بتجربة أكبر في تحديد المنهج وأنواع النشاط التعليمي لتلاميذه، فهم يشاركون كأفراد وجماعات لإعداد خطط العمل للسنة الدراسية وذلك فيما يتعلق بالمادة التعليمية، هكذا نرى أن الأستاذ لم يصبح غائبا عن ساحة التعليم إن صح التعبير، وإنما أتيحت له الفرصة لوضع الخطط التعليمية، والمناهج والطرق العلمية انطلاقا من واقع التلاميذ من داخل أو خارج الصف المدرسي. [3]

---

[1] – بيتر ج .ل تومسون، **مدخل إلى نظريات التدريب**، مرجع سبق ذكره، ص12/7

[2] – بيتر ج .ل تومسون، **مدخل إلى نظريات التدريب**، مرجع سبق ذكره، ص13.

[3] – محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، **تدريس التربية الرياضية**، مرجع سبق ذكره، ص 20.

6- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقويم:

إن عملية تقويم عمل التلاميذ هي عملية دقيقة وهامة جدا، ولكي يسير بصفة صحيحة يجب استعمال الوسائل الآزمة لتسجيل نتائجها ، وللقياس الصحيح لنمو التلاميذ يجب الاستعانة بأخصائيين في عمل الإحتبارات وغيرها من أدوات القياس ، وعلى عكس الأستاذ في المدرسة الحديثة قد أعد إعدادا سليما حيث تعلم أن يقوّم النّمو في الاتجاهات والمثل والعادات والاهتمامات ، كما أنه قادر على الكشف عن نواحي ضعف المتعلم وإعداده بالمواد والأساليب العلاجية. [1]

7- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية إتجاه البحث العلمي:

تنحصر هذه النقطة في بذل الأستاذ لجهود مستمرة نحو تحسين عمله ، فهو مطالب بالإبداع في العمل والبحث المستمر في أمور هؤلاء الذين يقوم بتعليمهم ، ولا يبقى خاملا معتمدا دوما على معارفه السابقة، فيجب أن يهتم بكل ما هو جديد في ميدان التربية والتعليم وعلم النفس وكل ماله علاقة بمجال عمله ، محاولا دمج كل هذه المعارف مع ما اكتسبه من خبرة ميدانية، وهذا بدوره سينعكس إيجابيا على كفاءته المهنية ويجعله أكثر قناعة بالعمل الذي يؤديه. [2]

8-الخصائص و الصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر الوسيط بين المجتمع والتلميذ، ونموذجا يتأثر به التلاميذ بحيث يقوم بتمكينهم من الحصول على معارف جديدة، كما يعمل على كشف مهاراتهم الحركية وقدراتهم العقلية ثم توجيههم الوجهة الصحيحة، ولكي يؤدي أستاذ التربية البدنية والرياضية وظيفته بصفة جيدة وجب أن تتوفر فيه مجموعة من الخصائص في عدة جوانب باعتباره معلما، مربيا وأستاذا.

8-1-الخصائص الشخصية :

لمهنة التعليم دستور أخلاقي لابد أن يلتزم به جميع الأساتذة ويطبقون قيمه ومبادئه على جميع أنواع سلوكهم ، وبهذا الصدد قام مكتب البحوث التربوية في نيويورك بإلقاء الضوء على بعض مستلزمات شخصية الأستاذ وذلك لمساعدة هذا الأخير على معرفة نفسه بصفة جيدة ، تمحورت هذه الدّراسة حول العناصر التالية : الهيئة الخارجية للأستاذ (النشاط الخمول....)، وعلاقته مع التلاميذ، مع زملائه، مع رؤسائه ومع أولياء أمور التلاميذ.[3]

ولذلك تحتاج مهنة التدريس إلى صفات خاصة حتى يصبح هدف التعليم سهل التحقيق ويمكن إيجاز هذه الصفات فيما يلي:

---

[1]- نثيال كانتور، **المعلم ومشكلات التعليم والتعلم**، ترجمة حسن الفقهي. مصر: ط01، دارالمعارف، 1972، ص 161.

[2]- نثيال كانتور، **المعلم ومشكلات التعليم والتعلم**، مرجع سبق ذكره، ص 165.

[3]- رابح تركي، **أصول التربية والتعليم**، الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب، ديوان المطبوعات الجامعية، 1990، ص 246.

8-1-1-الصبر والتحمل:

إن الأستاذ الجيد هو الذي ينظر إلى الحياة بوجهة نظر مليئة بالتفاؤل فيقبل على عمله بنشاط ورغبة، فالتلاميذ كونهم غير مسئولين هم بحاجة إلى السياسة والمعالجة ولا يمكن للأستاذ فهم نفسية التلميذ إلا إذا كان صبورا في معاملتهم قوي الأمل في نجاحه في مهنته.

8-1-2-العطف واللين مع التلاميذ:

فلو كان الأستاذ قاسيا مع التلاميذ فيعزلهم عليه، ويفقدهم الرغبة في اللجوء إليه والاستفادة، كما لا يكون عطوفا لدرجة الضعف فيفقد إحترامهم له ومحافظتهم على النظام.

8-1-3-الحزم والمرونة :

فلا يجب أن يكون ضيق الخلق قليل التصرف سريع الغضب حيث يفقد بذلك إشرافه على التلاميذ وإحترامهم له.

- أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه وزملائه.

8-2-الخصائص الجسمية :

لا يستطيع أستاذ التربية البدنية والرياضية القيام بمهمته على أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه خصائص جسمية هي:[1]

- القوام الجسمي المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ، فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها أثر اجتماعي كبير.
- التمتع بلياقة بدنية كافية يمكنه من القيام بأي حركة أثناء عمله.
- أن يكون دائم النشاط فالأستاذ الكسول يهمل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه.
- يجب أن يتمتع بالإتّزان والتحكم العام في عواطفه ونظرته للآخرين، فالصحة النفسية والجسدية والحيوية تمثل شروطا هامة في إنتاج تدريس ناجع ومفيد.

8-3-الخصائص العقلية والعلمية :

على الأستاذ أن يكون ذا قدرات عقلية لا يستهان بها ، وأن يكون على استعداد للقيام بالأعمال العقلية بكفاءة وتركيز، وذلك لأنه يحتاج دائما إلى تحليل سلوك التلاميذ، وتحليل الكثير من المواقف التي تنطوي على مشكلاتهم التربوية.[2]

ومن خلال ما سبق يمكننا تخليص أهم العناصر التي يمكن للأستاذ أن يتميز بها حتى يصبح ناجحا في مهنته في ما يلي[3]:

- أن يتيح فرص العمل والتجارب للتلاميذ حتى يعتمدوا على أنفسهم ويكون لهم تفكير مستقلا وحرّ.

---

[1] – صالح عبد العزيز ، عبد العزيز عبد المجيد ، **التربية وطرق التدريس** . مصر:دار المعارف، الطبعة الأولى، 1984 ، ص20 .

[2] – محمد السباعي، **معلم الغد ودوره** . دار المعارف، الطبعة الأولى، 1985 ، ص 38 .

[3] – محمد السباعي، **معلم الغد ودوره**، مرجع سبق ذكره، ص 38

– أن يطبق المبادئ التربوية الحديثة في عمله مثل التعاون ، الحرية ، العمل بالرغبة ، والجمع بين الناحيتين العلمية والعملية في عملية التعليم.

– على الأستاذ أن يكون ذا شخصية قوية تمكنه من الفوز بقلوب التلاميذ وإحترامهم.

– أن يكون واعيا بالمشاكل النفسية والاجتماعية لتلاميذ ويبين ذلك أمامهم حتى يضعوه موضع الثقة.

– المثابرة دوما للتجديد في العمل نحو الأفضل الأنجع.

كما يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية منظم التفكير قوي العقل، واسع النظرة للحياة، سريع الملاحظة، قادر على التصور والتخيل والاستنباط، وبالإضافة إلى هذه الصفات يجب أن يكون متصفا بالمميّزات التالية:

8-3-1- الإلمام بالمادة:

الأستاذ الكفء هو الأستاذ الواسع الاطلاع والثقافة والواثق بنفسه ،كما يجب أن يكون قادر على اجتذاب ثقة تلاميذه له ، وكذلك يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية ميالا للإطلاع وتنمية المعارف ،لأن إفادة التلاميذ من طرف الأستاذ تكون من خلال المعلومات والمعارف الواسعة لدى الأستاذ[1].

8-3-2-الذكاء :

فالأستاذ على صلة دائمة بالتلاميذ ومشاكلهم ، لذا عليه أن يكون ذا تصرف حكيم وأن يكون له القدرة على حل المشاكل ، فنجاحه متوقف على مدى ذكائه وسرعة بديهته وتفكيره ، فلا بد أن يكن دقيق الملاحظة متسلسل الأفكار قاد ا ر على المناقشة والإقناع يخلق الميل لمادته عند التلاميذ[2].

8-4-الخصائص الخُلُقِيّة والسلوكية :

لكي يكون لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور فعال وأثر إيجابي خلال تدريس مادته على تلاميذه وذلك في معاملته مع المحيط المدرسي يجب أن تتوفر فيه خصائص منها:

-أن يكون محبا لمهنته جادا فيها ومخلص لها.

-أن يكون مهتما بحل مشاكل تلاميذه، ما أمكنه ذلك من تضحيات.

-أن يحكم بإنصاف فيما يختلف فيه التلاميذ، ولا يبدي أي ميل لأي تلميذ دون الجماعة فهذا يؤدي إلى إثارة الغيرة بين التلاميذ.

-يجب أن يكون متقبلا لأفكار التلاميذ متفتحا لهم.

-الأمل والثقة بالنفس: فالأستاذ يجب أن يكون قوي الأمل حتى ينجح في مهمته، وأن يكون واسع الأفاق كي يصل إلى تفهم التلاميذ وهذا لا يكون إلا بالثقة في النفس[3].

---

[1]- محمد مصطفى زيدان، **الكفاية الإنتاجية للمدرّس**. بيروت: دار النشر، ط01، ص60

[2]- صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، **التربية وطرق التدريس**، مرجع سبق ذكره، ص 16

[3]- صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، **التربية وطرق التدريس**، مرجع سبق ذكره، ص 16

8-5-الخصائص الإجتماعية :

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية شخص له تجاربه اجتماعية في الحياة تكبد مشاقتها وصبر على أغوارها بما واجهه من صعوبات نفسية واجتماعية ، واجهته خلال الحياة ، حيث أكسبته رصيدا معرفيا صقل تلك المعارف ورسخت لديه بما أحاط به من دراسة علمية قبل أن يكون مربيا أو أستاذا، لذا يعتبر الأستاذ رائدا لتلاميذه ، وقدوة حسنة لهم ، وله القدرة على التأثير في الغير.

- كما أن له القدرة على العمل الجماعي ، لذا يجب أن بكون لديه الرغبة في مساعدة الآخرين وتفهم حاجاتهم، وتهيئة الجو الذي يبعث على الارتياح والطمأنينة في القسم.

وهو إلى جانب ما سبق يعد رائداً اجتماعيا، وبالتالي فهو متعاون في الأسرة التربوية وعليه أن يساهم في نشاط المدرسة ويتعاون مع إدارتها في القيام بمختلف مسؤولياتها.[1]

9-واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

9-1-الواجبات العامة:

تتشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية جزء لا يتج أ ز من مجموع واجباته المهنية في المؤسسة التي تعمل بها ، وهي في نفس الوقت تعتبر النشاطات والفعاليات التي يبديها اتجاه المؤسسة في سياق العملية التعليمية المدرسية.

ولقد أبرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من مدرس التربية البدنية والرياضية الجديد ما يلي:

- لديه شخصية قوية تتسم بالأخلاق والإتّزان.
- يعد إعدادا مهنيا جيدا لتدريس التربية البدنية والرياضية.
- يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة.
- يستوعب المعلومات المتصلة بنمو الأطفال وتطورهم كأسس لخبرات التعليم.
- لديه القابلية للنمو المهني الفعّال والعمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني.
- لديه الرغبة في العمل مع التلاميذ وليس مع الرياضيين الموهوبين فقط.

9-2-الواجبات الخاصة:

إلى جانب الواجبات العامة توجد واجبات خاصة به، يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة بالمؤسسة، وهي متصلة بالتدريس اليومي في المدرسة ، وفي نفس الوقت تعتبر من الجوانب المتكاملة لتقدير عمل المدرس بالمدرسة ومنها:

- حضوراجتماعات هيئة التدريس، وإجتماعات القسم و لقاءات تقييم التلاميذ وفقا للخطّة الموضوعة.
- تنمية واسعة للمهارات الحركية والقدرات البدنية لدى التلاميذ.

[1]- محمد مصطفى زيدان، **الكفاية الإنتاجية للمدرس**، مرجع سبق ذكره، ص 45

- تقرير قدرات الطلبة في مقرراتهم الدراسية.
- السهر على سلامة التلاميذ ورعايتهم بدنيا وعقليا وصحيا.
- الإشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية.[1]

9-3- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضوا في المجتمع:

من أهم واجبات المدرس تدعيم العلاقة بين المدرسة التي يعمل فيها والبيئة المحيطة به من خلال:

- التعاون مع المؤسسات الموجودة في المجتمع وخاصة المؤسسات التي تخدم مدرسته.
- إشراك أهالي الحي في نواحي النشاط المختلفة بالمدرسة من خلال تنظيم المسابقات والبطولات المفتوحة التي يشترك فيها أبناء المجتمع المحلي مثل مسابقات الجري للجميع.
- التطوع في الأندية أو الهيئات الرياضية وأن يساهم بمجهوده البنّاء في أن يحقق هذه الهيئات والنوادي وأهدافها.
- المساهمة في خدمة المجتمع بالاشتراك في الأعمال التي يتطلبها هذا المجتمع فيكون له دور فعال في الدّفاع المدني أوالتمريض أو التوعية إذا احتاج الأمر لذلك.
- أن يتحسس مشكلات مجتمعه وأن يبصّر المواطنين بها ويشاركهم في معالجتها.
- أن يتّبع التقاليد والحدود التي يضعها المجتمع المحلي وأن يكون مثلا للمواطن الصّالح عِلما وخُلقا.
- أن يوثق بين المنزل والمدرسة فيدعو أولياء أمور التلاميذ لحضور الحفلات والمهرجانات التي تقام داخل المدرسة ويناقشهم في المشاكل العامة التي قد تعترض أبنائهم.

9-4-واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضوا في المهنة:

على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يتفهم مسؤولياته كعضو في المهنة وعليه أن يحترم تقاليد مهنته وأن يكون عضوا فعال من خلال اشتراكه في مختلف أنواع النشاط التي من شأنها أن تزيد من كفاءته وتدفعه إلى التقدم المستمر في مهنته، ويشمل هذا النشاط النواحي التالية:

- إذا لم يكن قد تلقى إعدادا كاملا فعليه أن يحاول تكملة إعداده عن طريق الدراسات الممكنة في الميدان.
- الإطلاع المستمر على أحداث ما نشر من بحوث في التربية البدنية والرياضية وطرق التدريس وأن يطبق معلوماته في تدريسه بقدر الإمكان.
- الإشتراك في المجلّات والمطبوعات الدورية المهنية.
- محاولة الحصول على درجات علمية أعلى.
- العمل على زيادة ثقافته العامة وذلك عن طريق الإطلاع المستمر على كل ما هو جديد.
- أن يتبع تقاليد المهنة الخلقية. [2]

---

[1] - أمين أنور الخولي، **أصول التربية البدنية والرياضية** . القاهرة : دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية ، 2002 ، ص152-153.

[2] - زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، **طرق تدريس التربية الرياضية**، مرجع سبق ذكره، ص 80-82

خلاصة الفصل:

يعتبر دور أستاذ التربية البدنية و الرياضية مهم في المنظومة التربوية، وذلك من خلال درس التربية البدنية الرياضية حيث أنه يساهم بنسبة كبيرة في تربية النشأ من جميع النواحي وفق لأهداف البرنامج المدرسي والذي يفترض أن يستفيد منه كل تلاميذ المدرسة، و نظرا للطبيعة التعليمية و التربوية للدّرس يجب أن يراعي فيه المدرّس كافة الإختبارات المتعلقة بطرق التدريس، الوسائل التعليمية و التدرج التعليمي لتتابع الخبرات المتعلقة، و طرق القياس، والتقويم ، شأنه شأن أي أستاذ آخر في مادة علمية أو أدبية بل يقع عليه العبء أكثر منهم، كما يجب أن يكون متكامل من جميع النواحي.

الفصل الثالث:

خصائص الفئة العمرية المـــراهقة.

تمهيد:

إن المراهقة فترة أو مرحلة جد حساسة من حياة البشر، وهذا بإعتبارها مرحلة عبور من الطفولة إلى الرشد تسمح للفرد بالولوج عالم الكبار، ولو تمكن الفرد من إجتياز هذه المرحلة بنجاح لسهل عليه مواصلة مشوار حياته بسهولة وبدون آثار جانبية قد تؤثر عليه وتحدث لديه عقد نفسية يصعب التخلص منها مستقبلا، فمن خلال هذه الفترة – المراهقة – تحدث عدة تغيرات نفسية وعقلية وإجتماعية وجسمية للفرد تؤثر عليه بصورة مباشرة أو غير مباشرة.

ومنه فقد حاولنا في هذا الجزء إعطاء فكرة عن هذه المرحلة الصعبة حتى يسهل لدينا فهم التلميذ في هذه المرحلة والتعامل معه بصورة إيجابية بالإضافة إلى التحدث عن خصائص النمو في هذه المرحلة وكذا الحاجات الأساسية للمراهق ومحاولة معرفة أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين أو التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية.

1- مفهوم المراهقة:

إن المراهقة مصطلح نصفي لفترة أو مرحلة من العمر والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ويكون قد اقترب من النضج العقلي والجسدي والبدني، وهي الفترة التي تقع ما بين مرحلة الطفولة وبداية مرحلة الرشد.

وبذالك المراهق لا يعد لا طفلا ولا راشدا إنما يقع في مجال تداخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها "**عبد العالي الجسيماني** "بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات.[1]

2- تعريف المراهقة:

2-1- المعنى اللغوي:

يعرفها **البهي السيد:** "المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشى أو لحق أو دنى من فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج". [2]

2-2- المعنى الاصطلاحي:

يقول **مصطفى فهمي** :"إن كلمة مراهقة Adolesconce مشتقة من الفعل اللاتيني Adolexere ومعناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي والإنفعالي والعقلي وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية الجنسية فنستطيع أن نعرّف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية وإكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج".[3]

---

[1] عبد العالي الجسيماني ، **سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية** ، دار البيضاء للعلوم ، لبنان ، 1994، ص 195

[2] فؤاد البهي السيد ، **الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة** ، دار الفكر العربي ، مصر،1956،ص 257

[3] – مصطفى فهمي ، **سيكولوجية الطفولة والمراهقة** ، دار المعارف الجديدة ، 1986 ، ص 189

3- بعض التعارف المختلفة للمراهقة :

المراهقة مصطلح عام يقصد به عادة مجموعة التحولات الجسدية والسيكولوجية التي تحدث مابين مرحلة الطفولة والرشد.

يرى Lehalle أنّ المراهقة هي مرحلة البحث عن الإستقلالية والإندماج بالمجتمع، وتبدأ من إثني عشر سنة إلى العشرون (12-20) سنة، وهي تحديدات غير دقيقة لأن ظهور المراهقة ومدتها تختلفان حسب الجنس والظروف الاجتماعية والاقتصادية، كما تتميز بتحديد النشاط الجنسي إلى جانب نمو القدرات العقلية على التفكير المنطقي والتجرد والتخيل .[1]

كما يرى أيضا Sillamy أن " المراهقة هي مرحلة من الحياة بين الطفولة والرشد، تتميز بالتحولات الجسمية والنفسية، تبدأ عند حوالي (12-13) سنة وتنتهي عند سن (18-20) سنة، هذه التحديدات غير دقيقة لأن ظهور المراهقة ومدتها يختلفان حسب الجنس ،الظروف الجغرافية والعوامل الاقتصادية والاجتماعية.[2]

من خلال جميع هذه التعاريف السابقة نقول أن المراهقة هي مرحلة إنتقالية بين الطفولة والرشد، حيث تعتبر من المراحل الحساسة في حياة الفرد، وذلك لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية وجسمية ونفسية التي تؤثر بصورة بالغة على حياة الفرد في المراحل التالية من عمره.

4- تحديد مراحل المراهقة :

إن مرحلة المراهقة هي مرحلة تغير مستمر لذا من الصعوبة تحديد بدء مرحلة المراهقة ونهايتها ، فهي تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر، فالسلالة والجينات والبيئة لها آثار كبيرة في تحديد مرحلة المراهقة وتحديد بدايتها ونهايتها، كذلك يختلف علماء النفس أيضا في تحديدها، بعضهم يتجه إلى التوسع في ذلك فيرون أن فترة المراهقة يمكن أن نضم إليها الفترة التي تسبق البلوغ وهم بذلك يعتبرونها ما بين سن العاشرة وسن الحادي والعشرون (10-21) بينما يحصرها بعض العلماء في الفترة ما بين سن الثالثة عشر وسن التاسعة عشر (13-19) .

وبداية المراهقة تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر، فبعض الأفراد يكون بلوغهم مبكرا في سن الثانية عشر أحيانا، وبعضهم قد يتأخر بلوغه حتى سن السابعة عشر.[3]

وفيما يلي أقسامها كما جاءت في كتاب " **علم نفس النمو للطفولة والمراهقة** " لمؤلفه حامد عبد السلام:

4-1- المراهقة المبكرة (12-14) سنة:

تمتد منذ بدء النمو السريع الذي يصاحب البلوغ حوالي سنة إلى سنتين بعد البلوغ لاستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد.

---

[1]- LEHALLE.H,**Psycologie des l'adolescent** ,sans ed,1985.p13

[2] - Sillamy.N. **Dictionnaire de la psychologie**. Ed bordes.1983. p14

[3] – راجح أحمد عزت ، **مشاكل الشباب النفسية** ، جماعة النشر العالمي ، مصر ، 1945، ص 09

في هذه المرحلة المبكرة يسعى المراهق إلى الإستقلال ويرغب دائما في التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساس بذاته وكيانه ويصاحبها التفطن الجنسي الناتج عن الإستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية ونمو الجهاز التناسلي عند المراهق.[1]

4-2- المرحلة الوسطى (15-17) سنة:

يطلق عليها أيضا المرحلة الثانوية وما يميز هذه المرحلة هو بطئ سرعة النمو الجنسي نسبيا مع المرحلة السابقة وتزداد التغيرات الجسمية والفيزيولوجية من زيادة الطول والوزن وإهتمام المراهق بمظهره الجسمي وصحته الجسمية وقوة جسمه ويزداد بهذا الشعور بذاته.

4-3- المراهقة المتأخرة (18-21) سنة:

يطلق عليها بالذات مرحلة الشباب، حيث أنها تعتبر مرحلة إتخاذ القرارات الحاسمة التي يتخذ فيها إختيار مهنة المستقبل وكذلك إختيار الزواج أو العزوف، وفيها يصل النمو إلى مرحلة النضج الجسمي ويتجه نحو الثبات الإنفعالي والتبلور لبعض العواطف الشخصية مثل: الإعتناء بالمظهر الخارجي

وطريقة الكلام والإعتماد على النفس والبحث عن المكانة الاجتماعية وتكون لديه نحو الجماليات ثم الطبيعة والجنس الآخر.[2]

5- خصائص النمو في مرحلة المراهقة:

5-1- النمو الجسمي:

في هذه المرحلة تظهر الفروق التي تميز تركيب جسم الفتى والفتاة بصورة واضحة كما يزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر من نمو العظام وبذلك يستعيد الفرد إتزانه الجسمي ويلاحظ أن الفتيان يتميزون بالطول وثقل الوزن عن الفتيات، وتصبح عضلات الفتيان قوية في حين تتميز عضلات الفتيات بالطراوة والليونة.[3]

5-2- النمو المورفولوجي:

تتميز هذه المرحلة بضعف التحكم في الجسم، حيث تمثل مرحلة غياب التوازن في النمو بين مختلف أطراف الجسم وهذا نتيجة لعوامل غير المتوازنة إذا أنه تبعا لإستطالة الهيكل العظمي فإنّ إحتياطات الدهون تبدأ في الزوال خاصة عند الذكور، كما أن العضلات تستطيل مع استطالة الهيكل العظمي، ولكن دون زيادة في الحجم وهذا يميز الذكور بطول القامة ونحافة الجسم، كما أن الأطراف السفلى تستطيل أسرع من الجذع والأطراف

[1] – حامد عبد السلام زهران ، **الطفولة والمراهقة** ، عالم الكتاب ، ط1 ، 1995 ، ص252-263

[2] – حامد عبد السلام زهران ، **الطفولة والمراهقة**، مرجع سبق ذكره ، ص 289- 352

[3] – عنايات محمد أحمد فرج ، **مناهج وطرق تدريس التربية البدنية** ، دار الفكر العربي ، مصر ،1998 ،ص 74

العليا وفي هذه المرحلة يبدأ ظهور التخصص الرياضي[1]، الذي يعتمد بنسبة كبيرة على البنية المورفولوجية لجسم الرياضي.

5-3- النمو النفسي :

تعتبر مرحلة النمو النفسي عند المراهق مرحلة من مراحل النمو، حيث تتميز بثروة وحيرة وإضطراب يترتب عليها جميعا عدم تناسق وتوازن ينعكس على انفعال المراهق، مما يجعله حساسا إلى درجة بعيدة، وأهم هذه الحساسيات والإنفعالات وضوحا هي :[2]

1-خجل بسبب نموه الجسمي إلى درجة يظنه شذوذا أو مرضا.

2- إحساس شديد بالذنب يثيره إنبثاق الدافع الجنسي بشكل واضح.

3- خيالات واسعة وأمنيات جديدة وكثيرة.

4-عواطف وطنية، دينية وجنسية.

5- أفكار مستحدثة وجديدة.

كما ينمو عند المراهق الفكر النقدي وسعة الملاحظة، ويصبح مضادا للعادات والتقاليد ومبتعدا عن القيم العائلية ويتبع سياسة الهروب نحو الأمام، وهذا عن طريق حلم اليقظة ويصبح كثير البحث عن الإمكانيات التي تمكنه من إبراز شخصيته، ومرحلة لتنمية المقدرة عن التحكم في الإنفعالات خلال مواقف اللعب المختلفة.[3]

5-4- النمو الإجتماعي :

في هذه المرحلة يبلغ الطفل مرحلة النضج حيث ينعكس هذا النضج في نموه الإجتماعي الواضح ، فيبدو المراهق إنسانا يرغب في أخذ مكانة في المجتمع وبالتالي يتوقع من المجتمع أن يقبله كرجل أو إمرأة .

كما يبدأ المراهق بإظهار الرغبة الإجتماعية من حيث الإنضمام إلى النوادي والأحزاب أو الجمعيات على إختلاف ألوانها مما يؤمن له شعورا بالإنتماء إلى المجتمع كإنسان ذي قيمة فعّالة.

أما الشيء الملفت للنظر في هذه المرحلة فهو ميل الجنس إلى عكسه لأنه على هذا الميل يتوقف بقاء الجنس البشري لذلك ترى المراهق مهتما بمظهره الخارجي وذاته الجسمية من أجل جذب اهتمام الآخرين من الجنس الآخر نحو شخصه، مما يترتب عليه ميل إجتماعي جديد للمشاركة فيما بعد لأن يكون إنسانا قادرا على بناء مستقبله.[4]

كما يرى البعض أن:" هذه المرحلة تعتبر سن البحث عن الصديق الكاتم لأسراره، والمصغي له ".[5]

---

[1] – مفتي ابراهيم حمادة ، **التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة** ، دار الفكر العربي ، ط 1، القاهرة ، مصر ،1996،ص 121

[2] – توما جورج خوري ، **سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق** ، المؤسسة الجامعية للدراسات ، ط 1، بيروت ،لبنان ، 2000، ص 91

[3] – محمود كاشف ، **الإعداد النفسي للرياضيين** ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،مصر ، 1991 ، ص 166

[4] – توما جورج خوري ، **سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق** ، مرجع سبق ذكره، ص 111

[5] – بولسر و آخرون ، **أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة** ، ترجمة عبد العزيز سلامة ، مكتبة الفلاح ، ط1، الكويت ،1976، ص 428

5-5- النمو العقلي والمعرفي:

في هذه المرحلة العمرية يكون المراهق غير قادر على استيعاب ولا فهم المجرد كمن تكون اهتماماته هي محاولة معرفة المشكلة العقائدية، وهي المرحلة التي تبدأ في التفكير في المستقبل وهكذا شيئا فشيئا تتبلور لديه الإتجاهات الفكرية ويبدأ في البحث عن تكسير سلسلة الطفولة .[1]

كما يلاحَظ أنّ المراهق يقترب من النضج ويحصل لديه نمو معتبر في القدرات العقلية، مما يؤدي إلى حب الإبداع، واكتشاف الأمور التي تبدو غامضة، والبحث عن أشياء ومثيرات جديدة.

5-6- النمو الوظيفي:

في هذا الجانب، الكثير من الباحثين لفتوا الانتباه إلى أن النمو الوظيفي يبرِز بعض الميول بالنسبة للنمو المورفولوجي، ومن بين علامات هذا الميول نلاحظ تذبذب وعدم التوازن الوظيفي للجهاز الدوراني التنفسي أي نقص في السعة التنفسية والتي أرجعها (جودان) GODAIN إلى بقاء القفص الصدري ضيق، وهنا يدخل دور الرياضة أو بالتدقيق " **التربية التنفسية** " ويلاحظ كذلك إتساع عصبي حسب GAMAVA راجع إلى توازن وتطور القلب وهذا بالتأقلم مع الاحتياجات الوظيفية الجديدة فيزداد حجمه ويبدأ بالإستناد على الحجاب الحاجز الذي يمثل له وضعية جيدة ومناسبة للعمل حيث أن القدرة المتوسطة للقلب تتراوح بين 200-220 سم^3.

بينما القدرة الحيوية تتراوح بين 1800-3000 سم^3، وتعمل شبكة الأوعية الدموية – المرتبطة بحجم الجسم – دور الوسيط بين القلب والأعضاء وهذا ما يعطيها أهمية لا تقل عن أهمية القلب والرئتين في العملية التنفسية للمراهق أثناء العمل أو الجهد البدني .[2]

كما يؤكد كل من "**شريكين**" و"**دتسومسكي**" أن "مرحلة المراهقة تتميز بالإمكانات الوظيفية الفيزيولوجية العالية وزيادة القدرة على التكيف مع المجهود البدني.[3]

5-7- النمو الحركي :

تتعارض الآراء بالنسبة لمجال النمو الحركي في مرحلة المراهقة، فلقد إتفق كل من "**جوركن**" ،"**هامبورجر**" و"**مانيل** " على أن حركات المراهق في بداية المرحلة تتميز بالإختلال في التوازن والإضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام، وأن هذا الإضطراب الحركي يحمل الطابع الوقتي، إذ لا يلبث المراهق بعد ذلك أن تبدل حركاته لتصبح أكثر توافقا وانسجاما عن ذي قبل، أي أن مرحلة المراهقة هي "فترة الإرتباك الحركي وفترة الاضطراب".

---

[1] – أنوف ويتج ، **مقدمة في علم النفس** ، ترجمة عادل عز الدين وآخرون ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية ،1994، ص 50

[2] – قاسم حسن حسنين، **الفيزيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي** ، ط1، دار الحكمة ، جامعة بغداد1990 ، ص98- 99

[3] – عنايات محمد أحمد فرج ، **مناهج وطرق تدريس التربية البدنية** ، مرجع سبق ذكره ، ص 70

إلاّ أن " **ماتييف**" أشارت إلى أن النمو الحركي في مرحلة المراهقة لا يتميز بالإضطراب ولا ينبغي أن نطلق على هذه المرحلة مصطلح الأزمة الحركية للمراهق بل على العكس من ذلك يستطيع الفرد في هذه المرحلة أن يمارس العديد من المهارات الحركية ويقوم بتثبيتها .[1]

كما أن هذه الفترة تمثل انفراجا في المستوى بالنسبة للأفراد العاديين من ناحية، والموهوبين من ناحية أخرى، وبذلك فهي ليست مرحلة تعلم ولكنها مرحلة أداء مميز، حيث نرى تحسنا في المستوى في بداية المرحلة وثباتا واستقرار حركيا في نهايتها.[2]

5-8- النمو الانفعالي:

إنفعالات المراهق تختلف في أمور كثيرة عن إنفعالات الأطفال وكذلك الشباب، يشمل هذا الإختلاف في النقاط التالية:[3]

- تمتاز الفترة الأولى من المراهقة فترة إنفعالات عنيفة فيثور المراهق لأتفه الأسباب.
- المراهق في هذه المرحلة لا يستطيع أن يتحكم في المظاهر الخارجية لحالته الإنفعالية فهو يصرخ ويدفع الأشياء عند غضبه ونفس الظاهرة تبدو عليه عندما يشعر بالفرح فيقوم بحركات لا تدل على الإتزان الإنفعالي.
- يتعرض بعض المراهقين لحالات اليأس والقنوط والحزن نتيجة لما يلاقونه من إحباط، تتميز المرحلة بتكوين بعض العواطف الشخصية تتجلى في اعتناء المراهق بمظهره بطريقة كلامه إلى الغير.
- يسعى المراهق إلى تحقيق الإستغلال الإنفعالي أو النظام النفسي عن الوالدين.
- بالرغم من حاجة المراهق إلى الرعاية إلا أنه يميل إلى نقد الكبار

5-9- النمو الجنسي :

يعتبر هذا النمو من ملامح النمو البارزة والواضحة في مرحلة المراهقة وعلامة الإنتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة وهي نتيجة منطقية لمجموعة التغيرات البسيكولوجية في هذه المرحلة.

عندما تبدأ مرحلة المراهقة ويحدث البلوغ نلاحظ أنه يطرأ على الأعضاء الجنسية نشاط حيث تبدأ الغدد التناسلية في صنع الخلايا الجنسية وهذه المرحلة لا تعني أن الطفل قادر على التناسل، ولكنها تعتبر مرحلة تكييف على نضج الصفات الجنسية الأولى. أما الصفات الجنسية الثانوية فإنها مصدر التمايز بين الذكور والإناث. [4]

6- حاجيات المراهق:

---

[1] – عنايات محمد أحمد فرج ، **مناهج وطرق تدريس التربية البدنية**، مرجع سبق ذكره ، ص 71.

[2] – بسطويسي أحمد ، **أسس ونظريات الحركة** ، دار الفكر العربي ،ط1 ، 1996 ، ص 185.

[3] – بسطويسي أحمد، **أسس ونظريات الحركة**، مرجع سبق ذكره، ص 177 – 183

[4] – أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي، **مناهج التربية البدنية المعاصرة** ، دار الفكر العربي، ط1 ، القاهرة، مصر ، 2000، ص213

يَعتبر **كمال دسوقي** " أن الحاجة هي الظروف أو الموقف الذي يتطلب العمل للوصول إلى هدف معين منها: الحاجات البيولوجية التي تتميز بها كل الكائنات الحية المتمثلة في الأكل والشرب ففي سبيل المثال البقاء، وحاجات إجتماعية كما يسميها البعض حاجات نفسية. "[1]

أما **فاخر عاقل** فيرى " أن للمراهق نفس الحاجات الجسدية التي تكون للأطفال والراشدين ونفس حاجاته الإجتماعية إلاّ أنها تختلف في شدتها ومعناها ".

6-1- الحاجة للمكانة:

يقول **فاخر عاقل:** "يريد المراهق أن يكون شخصا مهما ذو قيمة، كما يريد أن تكون له مكانة في جماعته، و يتميز بمكان الراشدين وأن يتخلى عن موضعه كطفل، لهذا ليس من الغريب أن نرى المراهق يقوم ببعض تصرفات الكبار كما أنه يرفض أن يعامَل معاملة الصِّغار، أو أن يطلب منه القيام بأعمال الأطفال، ثم أن المكانة التي يطلبها بين رفاقه من مكانته عند أبويه " فالمكانة التي يرغب المراهق تحقيقها قد تحددها في الفريق الرياضي خاصة عند فوزه، ونجاحه في مقابلة رياضية ما إذ أن هذا يُشعره أن له مكانة ودور يلعبه في المجتمع الذي يعيش فيه وبالتالي تكون له مكانة اجتماعية.[2]

6-2- الحاجة للإستقلال:

يقول **فاخر عاقل** "أن المراهق حريص على تحمل المسؤولية ويقوم بأعمال على وجه حسن ويظهر قدرة الإبداع والإنجاز رغم قيامه ببعض الأخطاء."[3]

فالمراهق قد يحقق استقلاليته عن طريق ممارسته للرياضة، إذ أن هذه الإستقلالية تبدأ عند إختياره لنوع الرياضة التي يريد ممارستها دون تدخل الأهل في ذلك ويكون بذلك قد تخلى عن قيود الأهل.

6-3-الحاجة الجنسية :

نادى Frieud.d وأتباعه من علماء التحليل النفسي بأن حرمان الحاجة الجنسية هو من العلل الأساسية لسوء توافق الشخصية والإضطرابات العصبية، وكما أثبتت دراسته على أن الطفل يكون له إلحاح جنسي لغرض إكتشاف الجسم وحين يبلغ مرحلة المراهقة، نجد أن هذه الحاجة تقوى وتأخذ شيء آخر وهو الإشباع الجنسي. "[4]

– الحاجة الجنسية عادة ما تتحقق في مجتمعنا عن طريق الزواج، أما في حالة المراهق الذي ينمو نموا جنسيا وتقوى رغباته الجنسية ، فإن الحاجة الجنسية يمكن أن توجه إلى نشاط آخر يسلكه المراهق والرياضة قد تكون أفضل وسيلة لتحقيق شخصيته السوية بعيدة عن كل إنحراف جنسي، إذ أن بعض المحللين النفسانيين منهم

---

[1] – كمال دسوقي ، **النمو التربوي للطفل والمراهق** ، دار النهضة العربية ، سنة 1979 ، ص 221

[2] – فاخر عاقل ، **علم النفس التربوي** ، دار العلم للملايين ، سنة 1982، ص 118

[3] – فاخر عاقل ، **علم النفس التربوي**، مرجع سبق ذكره، ص 119

[4] – كمال دسوقي ، **النمو التربوي للطفل و المراهق** ، مرجع سبق ذكره،، ص 134

frieud – winicolt يرون أن خلال فترة البلوغ هناك شخصية غريزية ليبيدية عدوانية يحاول الفتى من خلالها أن يخفف منها، وذلك بتوجيهها نحو نشاطات كالرياضة، وبعض الهوايات كالموسيقى .[1]

6-4-الحاجة إلى تحقيق الذات والإنتماء :

تقول **عواطف أبو العلى** "إن تحقيق الذات هو أن يستطيع المراهق تحقيق إمكانياته وتنميتها إلى أقصى حد ممكن يستطيع الوصول إليه، فيدرك كل ما لديه من قدرات أو يمر بالخبرات التي يستطيع أن يباشرها في جو يشعره بالطمأنينة ويسود الإحساس بالإنتماء. "

كما أن هذه الحاجة مرتبطة بالحاجة إلى المودة والعاطفة، فالألفة التي تنبثق من داخل الأسرة تنتشر داخل هذا المجتمع الصغير لتنتقل إلى الجماعات الأخرى التي يجد فيها المراهق أن له مكانته الخاصة.[2]

بهذا فإن إنتماء المراهق لفريق رياضي قد يجعله يستفيد ويفيد هذا المجتمع الصغير عن طريق ما يقدمه من أعمال رياضية خاصة عند تحقيق النجاح كما أنه قد يستخدم ما لديه من إمكانيات في صالح الفريق الرياضي ربما هذا ما يشعره بالرضا ويحسسه بالإنتماء.

6-5-الحاجة للعطف والحنان :

يقول **كمال دسوقي** " تتمثل في شعور المراهق بأنه محبوب كفرد، وأنه مرغوب فيه لذاته، وأنه موضع حب وإعتزاز، وهذه الحاجة ناشئة من حياة الأسرة العادية، فهي التي تخلق الشعور بالحب عند المراهق، وتُكون لديه ما يسمى بالأمان النفسي العاطفي، وهذا ضروري لانتظام حياة المراهق النفسية، لذلك لا بد من إتباع هذه الحاجة عنده بكل ما يستطيع الوالدين حتى يحافظ على صحته النفسية وتتكون لديه روح التعاون والمحبة ولن يكون عدوانيا متخوفا من الآخرين. "[3]

ولعل هذه الحاجة قد تتحقق في الفريق الذي يمارس فيه المراهق الرياضة، إذ أن التعاون الموجود بين أفراد الفريق والأهداف المشتركة بينهم، قد يجعله يشعر بحبهم له والإهتمام به.

6-6- الحاجة للنشاط والراحة :

يرى **كمال الدسوقي** " أن النشاط يبعث الرضا والإرتياح كما أن له آثار جسمية تنشأ عن رياضة أعضاء الحسّ العادية أي الظاهرة كالعين مثلا، كما لوحظ أن كل أثر على أجهزة الجسم يكون جديد ولكن غير مؤلم يؤدي إلى المتعة والسرور لكونه خبرة جديدة تضاف إلى سابق المعارف. "[4]

كما يؤكد أيضا **أبو العلاء عواطف** في هذا المجال يقول " أن المراهق في حاجة إلى تفريغ الطاقة في نشاط يميل إليه ويتفق مع قدراته" إلاّ أن النشاط إلى الحركة يقابلها السكون والراحة، فالتوازن بين نشاط الجسم وحركته

---

[1] – فاخر عاقل ، **علم النفس التربوي** ، مرجع سبق ذكره ، ص 120

[2] – عواطف أبو العلاء ، **التربية السياسية للشباب ودور التربية البدنية** ، دار النهضة ، القاهرة ، بدون سنة ، ص 138

[3] – كمال دسوقي ، **النمو التربوي للطفل والمراهق** ، مرجع سبق ذكره ، ص 138.

[4] – كمال دسوقي ، **النمو التربوي للطفل والمراهق**، مرجع سبق ذكره ، ص 121.

وسكونه وراحته لابد منه من الناحية البيولوجية لإطراد النمو. "إنّ فترات النشاط الطويلة أو الزائدة عن الحاجة ترهق ممتلكات المراهق الجسمية والانفعالية والعقلية، إذ أن الفرد المتعب الجسم أو المرهق الحواس يظهر عموما عنيدا، سهل الإثارة وليس في حالة تسمح له بالاستفادة من التجارب التي يتعلمها."[1]

وهكذا تكون الرياضة نشاط يسلكه المراهق لعله يحقق الراحة والرضا والإرتياح، بشرط ألاّ يتعدى هذا النشاط الرياضي إمكانيات المراهق كما يقول المثل " إن تعدى الشيء عن حده انقلب إلى ضده ".

إن مختلف التغيرات التي تطرأ على المراهق تتطلب توفير بعض الحاجيات حتى يتحقق له النمو السليم، ولعل الرياضة هي أحسن وسيلة لتحقيق مختلف الحاجيات التي ذكرناها سابقا.

7- أشكال من المراهقة:

توجد 4 أنواع من المراهقة:

7-1- المراهقة المتوافقة: من سماتها:

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

7-1-1-العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة:

- المعاملة الأسرية السَّمِحَة التي تتم بالحرية والفهم وإحترام رغبات المراهق وعدم تدخل الأسرة في شؤونه الخاصة، وعدم تقييده بالقيود التي تحد من حريته فهي تساعده في تعلم السلوك الصحيح والاجتماعي السليم ولغة مجتمعه وثقافته وتشبع حاجاته الأساسية.[3]
- توفير جو من الصراحة بين الوالدين والمراهق في مناقشة مشكلاته .
- شعور المراهق بتقدير الوالدين وإعتزازهما به وشعوره بتقدير أقرانه وأصدقائه ومدرسيه وأهله وسير حال الأسرة، وإرتفاع المستوى الثقافي والإقتصادي والإجتماعي للأسرة.
- شغل وقت الفراغ بالنشاط الإجتماعي والرياضي وسلامة الصحة العامة، تَزِد على ذلك الراحة النفسية والرضا عن النفس.

7-2- المراهقة المنطوية: من سماتها ما يلي:

- **الانطواء:** هو تعبير عن النقص في التكيف للموقف أو إحساس من جانب الشخص أنه غير جدير لمواجهة

---

[1] - عواطف أبو العلاء ، **التربية السياسية للشباب ودور التربية البدنية** ، مرجع سبق ذكره ، ص 56.

[2] - محمود حسن ،**الأسرة ومشكلاتها** ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، 1981 ،ص 24.

[3] - رابح تركي ، **أصول التربية والتعليم** ، ديوان المطبوعات الجامعية ،ط2 ، 1990 ،ص 173 .

الواقع، لكن الخجل والإنطواء يحدثان بسبب عدم الألفة بموقف جديد أو بسبب مجابهة أشخاص غرباء، أو بسبب خبرات سابقة مؤلمة مشابهة للموقف الحالي التي تُحدث للشخص خجلاً وانطواءاً.[1]

- التفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النُّظم الإجتماعية.

- الإستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة والاعتراف بالجنسية الذاتية.

- محاولة النجاح المدرسي على شرعية الوالدين.

7-2-1- العوامل المؤثرة فيها:

- إضطراب الجو الأسري:الأخطاء الأسرية التي فيها: تسلط وسيطرة الوالدين، الحماية الزائدة، التدليل، العقاب القاسي.....الخ.

- تركيز الأسرة حول النجاح مما يثير قلق الأسرة والمراهق.

- عدم إشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسؤولية والجذب العاطفي.

7-3- المراهقة العدوانية (المتمردة): من سماتها:

- التمرد والثورة ضد المدرسة، الأسرة والمجتمع.

- العداوة المتواصلة والانحرافات الجنسية: ممارستها بإعتبارها تحقق له الراحة واللذة الذاتية، مثل: اللواط، العادة السرية، الشذوذ، المتعة الجنسية....إلخ.[2]

- **العناد:** هو الإصرار على موقف والتمسك بفكرة أو إتجاه غير مصبوغ، والعناد حالة مصحوبة بشحنة انفعالية مضادة للآخرين الذين يرغبون في شيء، والمراهق يقوم بالعناد بغية الإنتقام من الوالدين والغير من الإفراد، ويظهر ذلك في شكل إصرار على تكرار تصرف بالذات.[3]

- الشعور بالنقص والظلم وسوء التقدير والإستغراق في أحلام اليقظة والتأخر الدراسي.

7- 4- المراهقة المنحرفة: من سماتها ما يلي:

- الإنحلال الخلقي التام والجنوح والسلوك المضاد للمجتمع.

- الإعتماد على النفس الشامل والانحرافات الجنسية والإدمان على المخدرات.

- بلوغ الذروة في سوء التوافق.

- البعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك.

---

[1] - يوسف ميخائيل أسعد : " **رعاية المراهقين**" ، دار غَريب للطباعة والنشر ، ص 160 .

[2] - عبد الغني الديدي ، **ظواهر المراهق وخفاياه** ، دار الفكر للملايين ، ط1 ، 1995 ، ص 153

[3] - يوسف ميخائيل أسعد، **رعاية المراهقين** ، مرجع سبق ذكره، ص 157

7-4-1- العوامل المؤثرة فيها:

- المرور بخبرات حادة ومريرة وصدمات عاطفية عنيفة وقصور في الرقابة الأسرية.
- القسوة الشديدة في المعاملة وتجاهل الأسرة لحاجات هذا المراهق من حاجات جسمية ونفسية واجتماعية...الخ
- الصحبة المنحرفة أو رفاق السوء وهذا من أهم العوامل المؤثرة.
- الفشل الدراسي الدائم والمتراكم، وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة.

هذا فإن أشكال المراهقة تتغير بتغير ظروفها والعوامل المؤثرة فيها وإن هذه تكاد تكون هي القاعدة، وكذلك تؤكد هذه الدراسة أن السلوك الإنساني مرن مرونة يسمح بتعديله.

- وأخيرا فإنها تؤكد قيمة التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي في تعديل شكل المراهقة المنحرفة نحو التوافق السواء[1].

8- أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين:

تتّضِح أهمية المراهقة كمرحلة كمال النضج والنمو والتطور الحركي حيث يبدأ مجالها بالمدرسة فالجامعة، النادي الرياضي فالمنتخبات القومية، وتكتسي المراهقة أهمية كونها[2]:

- أعلى مرحلة تتضح فيها الفروق الفردية في المستويات، ليس فقط بين الجنسين بل بين الجنس الواحد أيضا وبدرجة كبيرة.
- مرحلة انفراج سريعة للوصول بالمستوى على البطولة "رياضات المستويات العالية".
- مرحلة إنتقال في المستوى من الناشئين إلى المتقدمين والذي يكنهم من تمثيل منتخباتهم القومية والوطنية
- لا تعتبر مرحلة تعلم بقدر اعتبارها مرحلة تطوير وتثبيت في المستوى للقدرات والمهارات الحركية.
- مرحلة أداء متميز خالي من الحركات الشاذة والتي تتميز بالدقة والإيقاع الجيد.
- مرحلة لإثبات الذات عن طريق إظهار ما لدى المراهق من قدرات فنية ومهارات حركية.
- مرحلة تعتمد تمرينات المنافسة كصفة مميزة لها، والتي تساعد على إظهار مواهب وقدرات المراهقين بالإضافة إلى انتقاء الموهوبين.

9- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين :

إن الرياضة عملية تسلية وترويح لكلا الجنسين، هذا حيث أنها تحضر المراهق فكريا وبدنيا كما تزوده من المهارات والخبرات الحركية من أجل التعبير عن الأحاسيس والمشاعر النفسية المكتظة التي تؤدي إلى اضطرابات نفسية وعصبية عند انفجاره، فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المقيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل مواهب الرياضي وقدراته النفسية والبدنية وفق متطلبات العصر، وأنجح منهج لذلك هو تكييف الحصص الرياضية من أجل شغل وقت الفراغ

---

[1] – حامد عبد السلام زهران ، **الطفولة والمراهقة**، مرجع سبق ذكره ، ص 440.

[2] – بسطويسي أحمد ، **أسس ونظريات الحركة** ، مرجع سبق ذكره ، ص 187 – 188.

الذي يحس فيه الرياضي بالقلق والملل، وبعد الرياضة يتعب المراهق عضليا وفكريا فيستسلم حتما للراحة والنمو بدلا من أن يستسلم للكسل والخمول، ويضيع وقته فيما لا يرضي الله ولا النفس ولا المجتمع، وعند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية والنوادي الثقافية من أجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية، فإن هذا يتوقف على ما يحس به عن طريق التغيرات الجسمية والنفسية والعقلية التي يمر بها.

- إعطاء المراهق نوعا من الحرية وتحميله بعض المسؤوليات التي تتناسب مع قدراته واستعداداته كحرية إختيار أماكن اللعب مثلا .

- التقليل من الأوامر والنواهي .

- مساعدة المراهق على اكتساب المهارات والخبرات المختلفة في الميادين الثقافية والرياضية لتوفر الوسائل والإمكانيات والجو الذي يلائم ميول المراهق فهو دائما في حاجة ماسة إلى النصح والإرشاد والثقة والتشجيع، فعلى المدرب أداء دوره في إرشاد وتوجيه وبث الثقة في حياة المراهقين طوال مشوارهم الرياضي.[1]

[1] – معروف رزيق ، **خطايا المراهقة** ، دار الفكر ، ط2 ، دمشق ، 1986 ، ص 15

خلاصة الفصل:

من خلال كل ما تم تقديمه عن فترة المراهقة، نستطيع القول بشكل عام بأن مرحلة المراهقة تُعد إحدى أهم مراحل النمو والنضج للإنسان نظرا لما تحتوي من تغيرات وتحولات جسمية، نفسية، إجتماعية، حركية، بدنية.....إلخ

هذه التحولات إذا حَسُن استغلالها وتطويرها بشكل متناسق وفعال، أمكننا الوصول بالمراهق إلى مرحلة الرشد وهو في أحسن قدراته الجسمية والنفسية أي يعد بطريقة حسنة ليصبح فردا فعّالا ومنتجا في المجتمع الذي يعيش فيه، وعلى العكس من ذلك تماما؛ فعند أي خلل في هاته الفترة الحَرِجة يؤدي إلى تأثيرات عميقة على نفسية المراهق تستمر معه طوال ما تبقى من مشوار حياته، وقد تؤدي في بعض الحالات الصعبة إلى الإنحراف الاجتماعي، والذي يعد من أخطر الأضرار التي يمكن للمراهق مواجهتها مستقبلا إذا لم تتم رعايته في فترة المراهقة.

وعليه فقد ارتأينا دراسة هاته المرحلة من كل الجوانب حتى تكون لدينا نظرة ولو صغيرة عن الأفراد الذين نعني بصدد التعامل معهم، وأردنا أن نلقي الضوء ولو بالقليل عن هذه الفترة، والتي تحتاج إلى عناية خاصة من طرف الآباء والمربين والمدربين، من حيث أسلوب التعامل، فلا بد أن تتاح الفرص الكافية للمراهق للتعبير عن نفسه والاستغلال العقلاني والموزون لإمكانياته وطاقاته وقدراته، بالإضافة إلى إعطاء جرعات من الثقة في النفس دون الخروج عن المثل العليا، ومحاولة صقل وتطوير مواهبه وتوجهاته حسب ميوله ورغباته الذاتية والشخصية.

وفي الختام لا يسعنا إلا القول بأن مرحلة المراهقة مرحلة جد حسّاسة من حياة الإنسان إذا صلحت وإستُغلت بشكل إيجابي، وجد الفرد نفسه راشداً من دون مشاكل تعيقه، أما إذا فشِلت وأُهملت؛ فإن الفرد سيعيش مع ما تبقى من حياته من دون أهداف واضحة، ولا تفكير سليم، ويجد نفسه بشكل أو بآخر يعيش على هامش المجتمع، وهذا بدوره يؤدي به إلى العزلة والابتعاد، أو إما الانحراف.

الباب الثاني:

الجانب التطبيقي.

الفصل الأول:

منهج البحث و إجراءاته الميدانية.

تمهيد:

إنّ تقديم أي بحث علم من العلوم يقاس بدرجة الدقة التي يصل إليها في تحديد مفاهيمه وفي دقة الأدوات المستخدمة، ولايمكن للباحث أن يقوم بدراسة ظاهرة دون أن تكون له الأداة المناسبة لقياس هذه الظاهرة.

وفي هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي أتبعناها في الدراسة، ومن أجل الحصول على نتائج علمية، يمكن الوثوق بها وإعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى، كما هو معروف فإن الذي يميز أي بحث علمي، هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا يتحقق إلا إذا إتبعنا منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

1- منهج البحث:

يتميز البحث العلمي بتعدد مناهجه. فالمنهج لغة هو الطريق الواضح والمستقيم...[1] إلخ.

في الترتيل قوله تعالى" لكل جعلنا منكم شرعة ومنهاجا[2]... "إلخ.

حيث يعتبر إختيار منهج الدراسة مرحلة هامة في عملية البحث العلمي، إذ يحدد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس، لذا فإن منهج الدراسة له علاقة مباشرة بموضوع الدراسة، وبإشكالية البحث، حيث طبيعة الموضوع هي التي تحدد إختيار المنهج المتبع، وانطلاقا من موضوع دراستنا: تأثير الضغوطات على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (في الطور الثانوي) حيث نتطرق في بحثنا إلى موضوع أو ظاهرة من الظواهر التربوية والنفسية والإجتماعية، ماهي عليه في الحاضر وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها، بغرض توضيح تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع. وإستجابة لطبيعة الدراسة، اعتمدنا **المنهج الوصفي** الذي يعرّف بـ: هو تصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والإتجاهات والميول والرغبات والتصور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية...[3]إلخ. وقد عرفه(هويتي) في تصنيفه للمناهج: بأنه يعتمد على تجميع الحقائق والمعلومات ثم مقارنتها وتحليلها وتفسيرها للوصول إلى تعميمات مقبولة.[4]...إلخ.

"الطريقة المنظمة لدراسة حقائق راهنة متعلقة بظاهرة أو موقف أو أفراد أو أحداث أو أوضاع معينة بهدف اكتشاف حقائق جديدة أو للتحقيق من صحة حقائق قديمة، وأثارها، والعلاقات التي تتصل بها وتفسيرها وكشف الجوانب التي تحكمها"[5]...إلخ.

---

[1]- العيسوي عبد الرحمان :**مناهج البحث العلمي**، المكتب العربي الحديث، مصر، 1996 ، ص76

[2]- القرآن الكريم، سورة المائدة، الآية48

[3]- وجيه محجوب :**طرائق البحث العلمي ومناهجه**، دار الكتاب للطباعة والنشر، الموصل، 1991 ، ص219

[4]- أحمد بدر: **أصول البحث العلمي ومناهجه**، وكالة المطبوعات، الكويت، 1979 ، ص224

[5]- محمد شفيق زكي :**البحث العلمي الخطوات والمنهج لإعداد البحوث الاجتماعية**، المكتب الجامعي، مصر، 1985 ، ص84

وعرّفه بشير صالح الرشيدي بأنه: مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع إعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلا كافيا ودقيقا للإستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات على الظاهرة أو الموضوع محل البحث...[1]إلخ.

2- الدراسة الاستطلاعية:

البحوث الإستطلاعية، هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها[2]...إلخ.

كما لا يخفى على أي باحث، إن ضبط سؤال الإشكالية وصياغة الفرضيات، هو أساس انطلاق الدراسة وأما أدوات البحث المناسبة فهي أساس إنجاز الجانب الميداني، الذي يعطي مصداقية للإشكالية ولما كان **الاستبيان** هو أحد الأدوات المعتمد عليها لإنجاز هذا البحث، كانت بداية المشروع منذ توجيه وإرشاد الأستاذ المشرف، وبعدها فقد قمنا بزيارة لمجموعة من المؤسسات التربوية التابعة لمديرية التربية لولاية تيارت وقبل التطبيق النهائي لأدوات البحث قمنا بزيارة ميدانية وهذا بغرض التعرف على ميدان البحث وكذا مختلف العوامل المحتملة التي قد تعرقل التطبيق الجيد لأدوات الدراسة أو السير الحسن للبحث، وذلك ما مكننا من الإطلاع على عمل بعض الأساتذة، وكانت لنا لقاءات مع بعض الأساتذة وطرح بعض الأسئلة عليهم بخصوص العوامل المهنية التي تؤثر على آدائهم خلال حصّة التربية البدنية والرياضية، والغرض منها هو إيضاح بعض المفاهيم المتعلقة بموضوع الدراسة.

ثم بعد ذلك تلتها زيارات ميدانية إلى مقر مديرية التربية لولاية ولاية تيارت وكان لنا نقاش مع الأمين العام لمديرية التربية الذي أمدنا ببعض المعلومات والإحصاءات المتعلقة بتوزيع وتقسيم وعدد أساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى المؤسسات التربوية التابعة للولاية.

هذه الأدوات تم عرضها على الأستاذ المشرف والغرض منه هو التأكد من أن هذه الأدوات تحقق غرض الدراسة وتخدم فرضيات البحث. وبعد مراجعة الأسئلة والتصحيح وتغيير البعض منها حسب ملاحظات الأستاذ، أين قمنا بتوزيع الاستبيان الأولي على مجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية المقدرين بـ 18 استاذ، من أجل الوقوف على نقائص وثغرات الإستبيان قبل التوزيع النهائي له.

كذالك للتعرف على مدى وضوح الأسئلة، بصفة عامة وقياسها للشيء المطلوب قياسه، والتعرف على الأسئلة التي قد تسبب حرجا للمستجوبين أو يحاولون عدم الإجابة عليها، حتى يتم إعادة صياغتها بطريقة أخرى تبعد هذا الحرج.

[1]- بشير صالح الرشيدي: **مناهج البحث التربوي**، دار الكتاب الحديث، 2000 ، ص59 .

[2]- ناصر ثابت :**أضواء على الدراسة الميدانية**، مكتبة الفلاح الكويتية، 1984 ، ص74

3- مجتمع وعينة البحث :

3-1-مجتمع البحث:

إن مجتمع الدراسة يمثل الفئة الاجتماعية التي نريد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة، وفي هذه الدراسة يتكون مجتمع بحثنا من 234 أستاذ التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، وهم موزعين على ثانويات ومتوسطات مدينة تيارت والتي عددها12مؤسسة، ولقد حدد عدد أفراد مجتمع البحث، حسب إحصائيات سنة2017/2016 والمقدمة من طرف مديرية التربية لولاية تيارت.

3-2- عينة البحث:

إن الهدف من إختيار العينة الحصول على معلومات من المجتمع الأصلي للبحث، فالعينة إذا هي انتقاء عدد الأفراد لدراسة معينة تجعل النتائج منهم ممثلين لمجتمع الدراسة، فالاختيار الجدير للعينة يجعل النتائج قابلة للتعميم على المجتمع، حيث تكون نتائجها صادقة بالنسبة له.[1]

لقد حاول الباحث، أن يحدد عينة لهذه الدراسة، تكون أكثر تمثيلا للمجتمع الأصلي، هذا ما يخول له الحصول على نتائج يمكن تعميمها ولو بصورة نسبية، ومن ثم الخروج بنتائج تلازم الحقيقة وتعطي صورة واقعية للميدان المدروس.

وإحتراما للأسس المنهجية عند إجراء البحوث العلمية وحتى تكون النتائج أكثر صدق وموضوعية، فقد تم إختيارنا لعيّنة من المجتمع الأصلي بطريقة مقصودة حيث تم اختيار نسبة 10 % من عدد الأساتذة الإجمالي للمؤسسات فأصبحت عينة البحث حوالي 18 أستاذ من المجتمع الأصلي للعيّنة. فقمنا باختيار مجموعة الأساتذة بطريقة مقصودة من المؤسسات الكائنة بمقر سكن الباحث ويعود سبب اختيارنا لهذه المؤسسات إلى مايلي:

1-نظرا لسهولة وسرعة تطبيق مثل هذه العينات.

2-وجود أساتذة زملاء يسهلون مهمتنا.

3-قرب المسافة منا وتفادي مشقة التنقل إلى بلديات الولاية نظرا لضيق الوقت.

ونذكر مجموعة المؤسسات التي قمنا بزيارتها مقابل عدد الأساتذة في كل مؤسسة:

[1]- إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي :**طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي**، مركز الكتاب للنشر، مصر،2000، ص 129.

– الثانويات :	– المتوسطات :
– ثانوية محمد ديب ولاية تيارت (أستاذين 02). – ثانوية ابن رستم تيارت (04 أساتذة). – ثانوية بن مستورة تيارت (04 أساتذة). – ثانوية احمد مدغري تيارت (03أساتذة). – ثانوية محمد بوضياف (أستاذين02). – ثانوية افلح تيارت (03أساتذة).	– متوسطة واصل مصطفى(04) – متوسطة ايت عمران ولاية تيارت(03) – متوسطة بلحسن بطوش ولاية تيارت(02) – متوسطةولد ابراهيم سعيد ولاية تيارت(03) – متوسطة عيسات بنعودة ولاية تيارت(03) – متوسطة بن براهيم بلقاسم ولاية تيارت (03)

4-مواصفات العينة:

انطلاقا من إشكالية البحث وفروضه، فإن هذه الدراسة تستلزم احترام الشروط المنهجية من أجل الحصول على نتائج ذات صدق وموضوعية، وعليه فإن عينة البحث تشمل فئة من أساتذة التربية البدنية والرياضية.

5- تصميم الدراسة:

من اجل القيام بهذه الدراسة قمنا باستعمال إستمارة الاستبيان الموجه للأساتذة، لأن الدراسات الوصفية غالبا مايتم تجميعها من خلال الاستبيانات وأساليب المشاهدة حيث أصبحت الاستبيانات من أكبر دعائم البحوث في هذه العلوم، ومن ثم فهي من أهم وسائل نموها وتطورها.

* **اختبار الصدق:** يعد الاختبار صادقا اذا كان يقيس فعلا ما أعد لقياسه، وإلا لم تنطبق عليه صفة الصدق، وللصدق أنواع عديدة منها: الصدق الفرضي وصدق المحتوى والصدق الذاتي.

ويركز أيضا أنه يمكن حساب درجة الصدق عن طريق حساب نسبة الاتفاق بين المحكمين، فكلما زاد عدد المحكمين دل ذلك على أن نسب الصدق الظاهري عالية.

كما قمنا بدراسة تجريبية أولية على أدوات الدراسة حيث وزعنا استمارة الاستبيان على عينة تتكون من 18أساتذة، ومن خلال المناقشة وجدنا أن 90%من هؤلاء الأساتذة وجدو معظم العبارات المدونة في الاستبيان واضحة ومفهومة، وبذلك تأكدنا من الصدق الظاهري للأستبيان، ولقد حكّم من طرف 5 محكمين، هم أساتذة محاضرون صنف أساتذة مساعدون بدرجة ماجستير ودكتوراه من جامعة تيسمسيلت بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والريّاضية.

* **إختبار الثبات:** تم تجريب الاستبيان على مجموعة متكونة من 10 أساتذة وبعد أسبوع قمنا بنفس العملية وتم الحصول على نفس النتائج مما يدل أنّ الإختبار ثابتا.

6- أدوات البحث:

قصد الوصول إلى حلول إشكالية البحث المطروحة وللتحقق من صحة فرضيات هذا البحث لزم إتباع أنجع الطرق وذلك من الدراسة والتفحص، حيث تم استخدام الأدوات التالية:

6-1- الدراسة النظرية:

التي يصطلح عليها ب" الببليوغرافية "أو المادة الخبرية، حيث تتمثل في الاستعانة بالمصادر والمراجع من كتب، مذكرات، مجلات، جرائد رسمية، نصوص ومراسيم قانونية، التي يدور محتواها حول موضوع دراستنا وكذالك مختلف العناصر المشابهة التي تخدم الموضوع، سواء كانت مصادر عربية أو أجنبية، أو دراسات ذات صلة بالموضوع.

6-2- الاستبيان:

يعتبر الاستبيان أحد وسائل البحث العلمي المستعملة على نطاق واسع من أجل الحصول على بيانات أو معلومات تتعلق بأحوال الناس أو ميولهم أو اتجاهاتهم، ودوافعهم أو معتقداتهم، وتأتي أهمية الاستبيان كأداة لجمع المعلومات بالرغم مما يتعرض له من إنتقادات من أنه اقتصادي في الجهد والوقت. كما يعرّف أنه أداة عملية، تعتبر من بين وسائل الاستقصاء، لجمع المعلومات، الأكثر فعالية لخدمة البحث، يحتوي هذا الأخير على مجموعة من الأسئلة، تمت صياغتها لإختبار صحة فروض هذه الدراسة وأهداف البحث، وتكون هذه الأسئلة على النحو التالي:

6-2-1- الأسئلة المغلقة:

وفيه تكون الإجابة مقيدة، بحيث يحتوي الإستبيان على أسئلة تليها إجابات محددة، وما على المفحوص أو المشارك إلا أن يختار واحدة منها بوضع دائرة حولها أو أية إشارة يطلبها الفاحص، كما هو الحال في الأسئلة الموضوعية، ومن مزايا هذا النوع من الاستبيانات أنه يشجع على الإجابة عليه، لأنه لا يتطلب وقتا وجهدا كبيرين، ويسهل عملية تصنيف البيانات وتحليلها إحصائيا، ومن عيوبه أن المفحوص قد لا يجد بين الإجابات الجاهزة ما يريده.[1]

6-2-2- الأسئلة المفتوحة:

وفيه تكون الإجابة حرة مفتوحة، حيث يحتوي الاستبيان على عدد من الأسئلة يجيب عليها المفحوص بطريقته ولغته الخاصة، كما هو الحال في الأسئلة المقالية، ويهدف هذا النوع من الاستبيانات إلى إعطاء المشارك فرصة لأن يكتب رأيه ويذكر تبريراته للإجابة بشكل عام وصريح.

[1]- سامي عريف وآخرون :**مناهج البحث العلمي وأساليبه**، ط2 ، دار مجدلاوي للنشر، عمان، سنة 1999 ، ص 67-68

ومن مزايا هذا النوع أنه يعطي المفحوص الفرصة لكي يعطي إجابة كاملة عن الأسئلة التي تقدم له، ويقيس إتجاه المفحوص بشكل أفضل من المغلق، ومن عيوبه أنه يتطلب جهدا ووقتا وتفكيرا جادا من المفحوص مما قد لا يشجعه على المشاركة بالإجابة، كما تأتي البيانات المأخوذة منه متعددة باختلاف آراء المفحوصين وإتجاهاتهم وبالتالي تصعب معالجتها إحصائيا.

6-2-3-الأسئلة المغلقة المفتوحة:

ويحتوي على عدد من الأسئلة ذات إجابات جاهزة ومحددة، وعلى عدد آخر من الأسئلة ذات إجابات حرة مفتوحة أو أسئلة ذات إجابات محددة متبوعة بطلب تفسير سبب الإختيار، ويعتبر هذا النوع أفضل من النوعين السابقين لأنه يتخلص من عيوب كل منهما.

7- مجالات البحث:

7-1- المجال الزماني

انطلقنا في البحث عندما تلقينا الموافقة النهائية من طرف الإدارة على موضوع البحث المقررللمناقشة، وكان ذلك يوم 2017/01/20 فبدأنا بجمع المعلومات التي لها علاقة بالجانب النظري للبحث، و تم اختيار عيّنة البحث في أوائل شهر أفريل 2017 ثم توزيع الإستبيان على أفراد العينة (الأساتذة) وبعد استرجاعه تمّ مباشرة الشروع في العمل التطبيقي.

7-2- المجال المكاني

لقد أجريت الدراسة الميدانية، على مستوى بعض المؤسسات التربوية التابعة لمديرية التربية لولاية تيارت لسهولة التواصل بالأساتذة وكون مقر السكن بنفس ولاية.

8- إجراءات الدراسة:

قمنا بتسليم الاستمارات إلى الأساتذة، وكان التعامل مع مختلف المواقف سهلا كوننا نتعامل مع أساتذة قد مروا قبلنا بمثل هذه البحوث العلمية. وقد تم جمع هذه الاستمارات بعد03 أيام بمساعدة بعض الزملاء من الأساتذة وتم استرجاعها كلها طبعا، وبعد عملية التفريغ وافقنا على جميع الاستمارات

9- الوسائل الإحصائية:

لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية، تمد بالوصف الموضوعي الدقيق، فالباحث لا يمكنه الاعتماد على الملاحظات فقط ولكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث إلى الأسلوب الصحيح والنتائج السليمة.....[1] إلخ، وقد استخدمنا في بحثنا هذا التقنيات الإحصائية التالية:

[1]- محمد السيد :**الإحصاء البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية**، ط2 ، دار النهضة العربية، مصر، 1970 ، ص74

9-1- النسب المئوية :استخدم الباحث قانون النسب المؤوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة، ويساوي:

$$\frac{\text{عدد الإجابات} \times 100}{\text{المجموع الكلي}}$$

9-2- قانون ك^2 (كاف تربيعي): اختبار تربيع " **أوكامي سكوبر**" من أهم المقاييس الاحصائية المستخدمة، ويرمز لها ب: ك^2، ويستخدم عندما يمكن تقسيم الأفراد إلى فئات، ويهدف الى معرفة تطابق التكرارات المشاهدة بالتكرارات المتوقعة، وقد وضع لحساب ذلك القانون التالي:

حيث يسمح لنا هذا القانون بمعرفة مدى وجود فروق معنوية في إجابات الأساتذة على أسئلة الاستبيان.

$$\text{ك}^2 = \text{مجموع} \frac{(\text{ت م} - \text{ت ن})^2}{\text{ت ن}}$$

ت م : التكرارات المشاهد.

ت ن : التكرارات النظرية او المتوقعة.

× : درجة الخطأ المعياري (× = 0.05 أو مستوى دلالة).

هـ: يمثل عدد الفئات الأعمدة .

ت : درجة الحرية. .....**ت** = (هـ – 1).

*تتم مقارنة ك^{2}المحسوبة مع ك^2 المجدولة.

ملاحظة:

اذا كانت **ك^{2}المحسوبة أكبر** من **ك^2 الجدولية** تكون هناك فروق دالة، وإذا كانت **ك^{2}المحسوبة أصغر** من **ك^2 الجدولية لا** تكون هناك فروق دالة.

خلاصة الفصل:

نظرا لطبيعة مشكلة بحثنا الحالي إستدعى منا التعريف بالبحث ومنهجه وإجراءاته في هذا الفصل. فطرحنا من خلال مشكلتنا معتمدين في ذلك على المعاينة الميدانية، لأجل تثمينها بدراسة استطلاعية للتأكد من أن المشكلة موجودة فعلا .ويعتبر هذا الفصل بمثابة الدليل والمرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة في هذا البحث، كما تناولنا فيه أهم العناصر التي تفيد الدراسة بشكل مباشر.

الفصل الثاني:

عرض، تحليل،

ومناقشة النتائج.

تمهيد:

من متطلبات البحث العلمي تقتضي عرض مناقشة وتحليل مختلف النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية وعلى أساس العلاقة الوظيفية وبينها الإطار النظري.

وانطلاقا من هذه الاعتبارات المنهجية يمكننا تفسير النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية في البحث وانطلاقا من افتراضنا العام هو أن هناك ضغوطات تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

وإنطلاقا من هذه الاعتبارات المنهجية يمكننا تفسير النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية في البحث وانطلاقا من افتراضنا العام: هناك ضغوطات تؤثر على آداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية (في الطّور الثانوي والمتوسط).

01-المحور الأول: عدم القدرة على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية يؤثر سلبا على أداء الأستاذ.

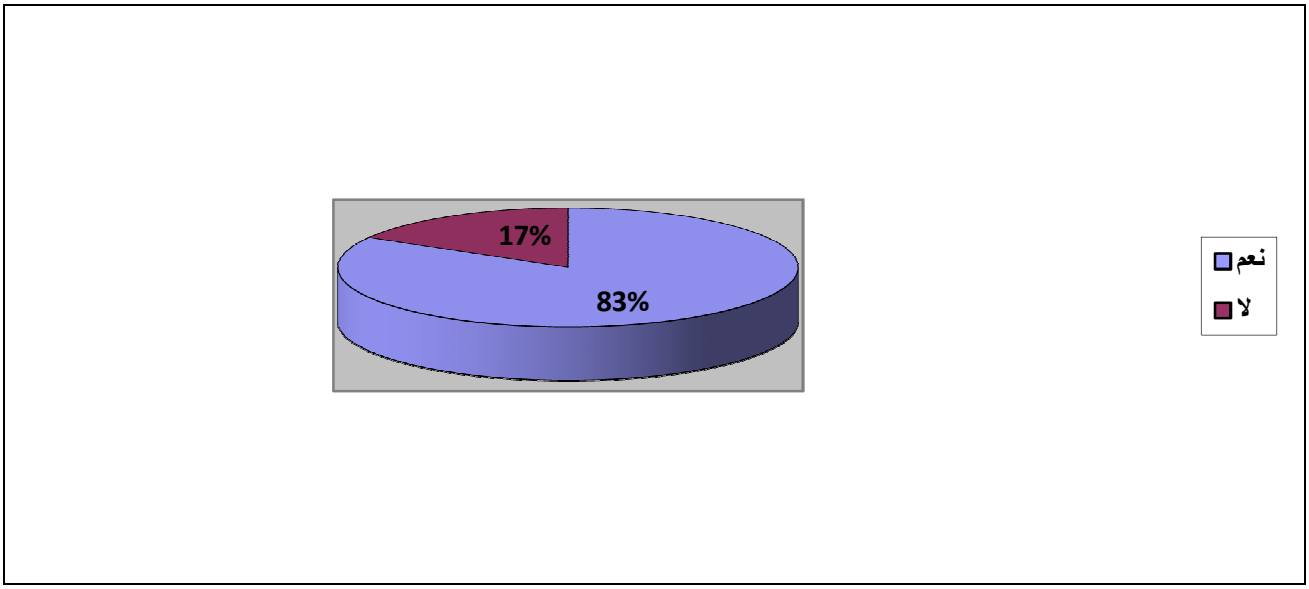
السؤال الأول: عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية يؤثر على آداءه.

"نعم" أو "لا"؟

الغرض: معرفة قدرة الأستاذ على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها السلبي على آداءه.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	**نعم**	**لا**			
التكرارات	15	03	08	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	83.33	16.66			

الجدول رقم01: يبيّن إجابات الأساتذة حول قدرة الأستاذ على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها السلبي على آداءه.



الشكل رقم 01: قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية وتأثيرها على آداءه

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 01 نلاحظ أن نسبة 83.33% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على تأثير عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية على آداءه، في حين أن نسبة 16.66% ينفون هذا التأثير، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو إختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على08 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأستاذ الذي يجيد إستخدام الوسائل

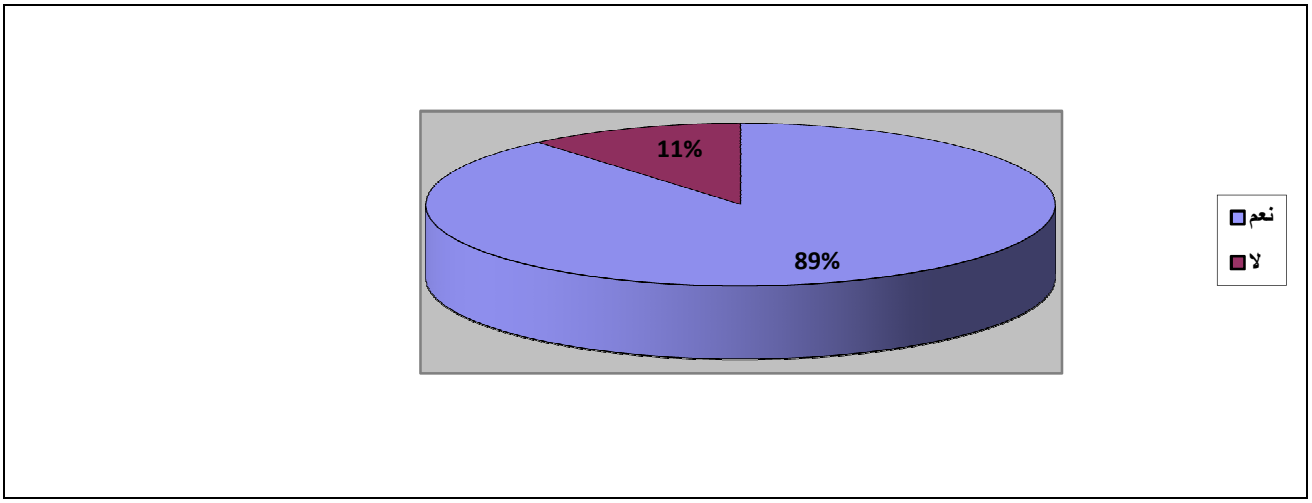
التكنولوجية في حصته وتأثيرها على آداءه، وبين الأستاذ الذي لايحسن استعمال هذه الأخيرة، ومنه نستنتج أن حسن إستعمال الوسائل العلمية والتكنولوجية أهمية كبيرة في التأثير على أداء الأستاذ. وهذا ما أكّده الدكتور: **بيتر ج .ل تومسون[1].** "يجب على الأساتذة الإهتمام بطريقة الاتصال غير اللفظي في المواقف المختلفة و أن يقوموا بالتعديلات الضرورية في ضوء هذه المواقف"

السؤال الثاني: عدم استخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على آداء الأستاذ. "نعم" أو "لا"؟

الغرض: معرفة تأثير عدم استعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	**نعم**	**لا**	10.88	3.84	دال إحصائيا
التكرارات	16	02			
النسبة %	88.88	11.11			

الجدول رقم02: يبين إجابات الأساتذة حول تأثير عدم استعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ.



الشكل البياني رقم 02: تأثير عدم إستخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ

التحليل والمناقشة:

[1]- بيتر ج .ل تومسون، **مدخل إلى نظريات التدريب**. القاهرة: مركز التنمية الإقليمي، 1996، ص10/7

من خلال الجدول رقم 02 نلاحظ أن نسبة88.88 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على عدم استخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على آداء الأستاذ، في حين أن نسبة 11.11% ينفون هذا التأثير، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على 10.88 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة الحرية1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأستاذ الذي يستعمل الوسائل التكنولوجية في حصته وتأثيرها على آداءه، وبين الأستاذ الذي لايستعملها ، ومنه نستنتج أن استعمال الوسائل العلمية والتكنولوجية أهمية كبيرة في التأثير الإيجابي على أداء الأستاذ. وهذا ما أكّده الدّكتور: **بيتر ج .ل تومسون**[1] "إنّ الإتصال الغير اللفظي يستطيع أن ينقل أكثر من70 **%** من المعلومات من أية رسالة

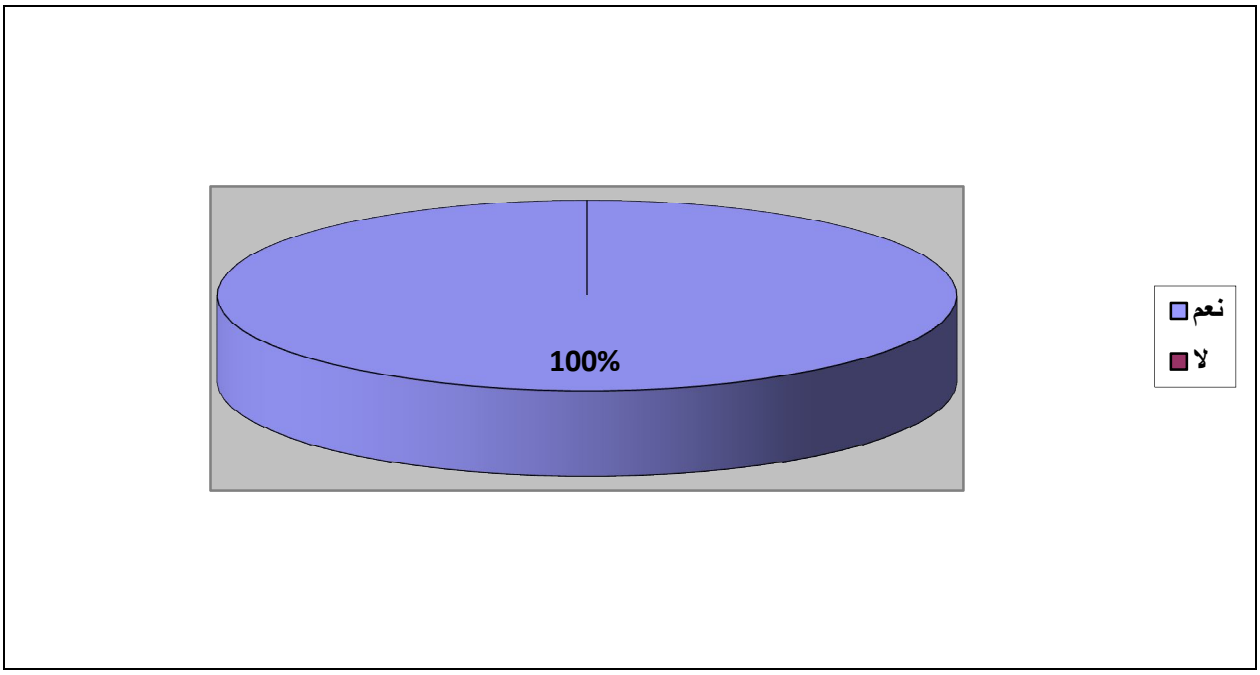
السؤال الثالث: هل المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على استعمال الوسائل التكنولوجية؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة دور المستوى الثقافي للأستاذ في إستخدام الوسائل التكنولوجية.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
03	**نعم**	**لا**			
التكرارات	18	00	18	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	100	00			

الجدول رقم 03: يبيّن إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في إستعمال مثل هذه الوسائل المتطورة.

[1]- بيتر ج .ل تومسون، **مدخل إلى نظريات التدريب**، مرجع سبق ذكره، ص10/7



الشكل البياني رقم 03: إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في استعمال الوسائل التكنولوجية.

التحليل والمناقشة:

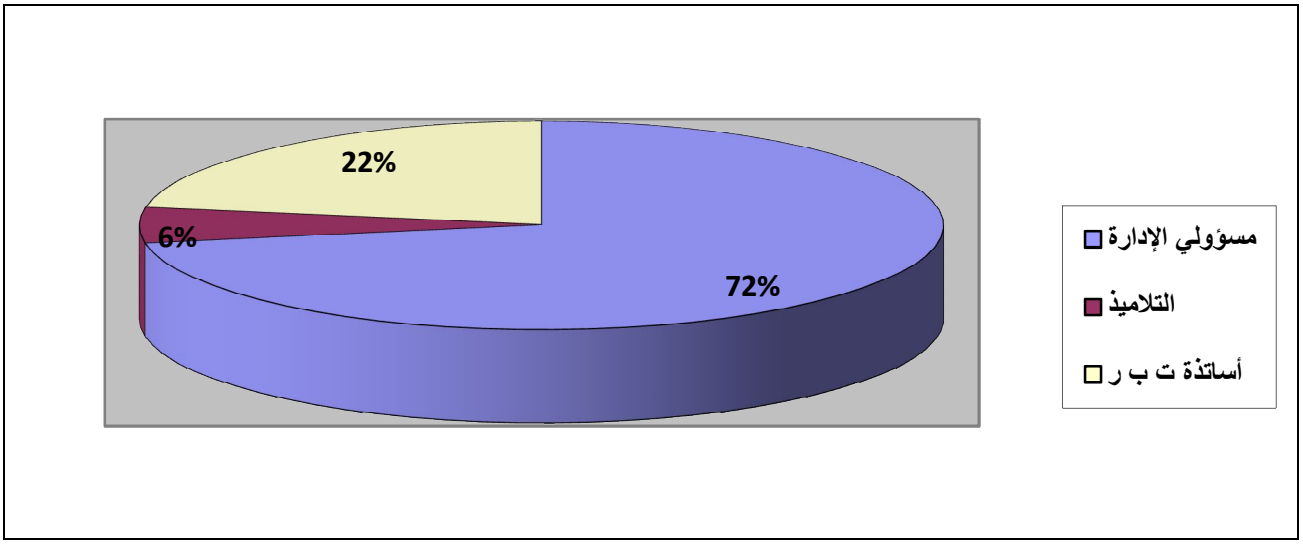
من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن نسبة 100% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على دور المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على إستعمال الوسائل التكنولوجية، في حين أن نسبة00 % ينفون هذا الدور الفعّال، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على18 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأستاذ الذي يتميز بمستوى ثقافي معين، وبين الأستاذ الذي لا يكتسب أي مستوى ثقافي، ومنه نستنتج أن المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على استعمال الوسائل التكنولوجية. أي أنّ الطالب يتلقى إعداد ثقافي خلال مدّة تكوينه في معاهد التربية البدنية والرياضية، مما يمكّنه من فهم وإدراك جوانب علمية وإجتماعية ودينية وتربوية وصحية....وكل مايتّصل بالحياة.(إستنتاج الطالب)

السؤال الرابع: يعتمد إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية على تعاون كل من: "التلاميذ" أو"مسؤولي الإدارة" أو"أساتذة ت ب ر"؟

الغرض: معرفة مدى تعاون كل من التلاميذ، مسؤولي الإدارة وأساتذة التربية البدنية والرياضية من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصّة.

السؤال	الإجابات			ك² المحسوبة	ك²المجدولة	الدلالة الإحصائية
04	أساتذة ت ب ر	مسؤولي الإدارة	التلاميذ			
التكرارات	04	13	01	13.98	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	22.22	72.22	5.55			

الجدول رقم 04: يبيّن إجابات الأساتذة حول مدى تعاون كل من أساتذة التربية البدنية والرياضية، مسؤولي الإدارة والتلاميذ من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصّة.



الشكل البياني رقم04: مدى تعاون كل من أساتذة ت ب ر، مسؤولي الإدارة والتلامي من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 04 نلاحظ أن نسبة72.22 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على الدّور الرئيسي لمسؤولي الإدارة يساهم وبالدّرجة الأولى، ونسبة 22.22 %يؤكدون على دور الأساتذة الزملاء وتعاونهم في إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية، وفي المرتبة الأخيرة تعاون التلاميذ بنسبة5.55%. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو إختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على

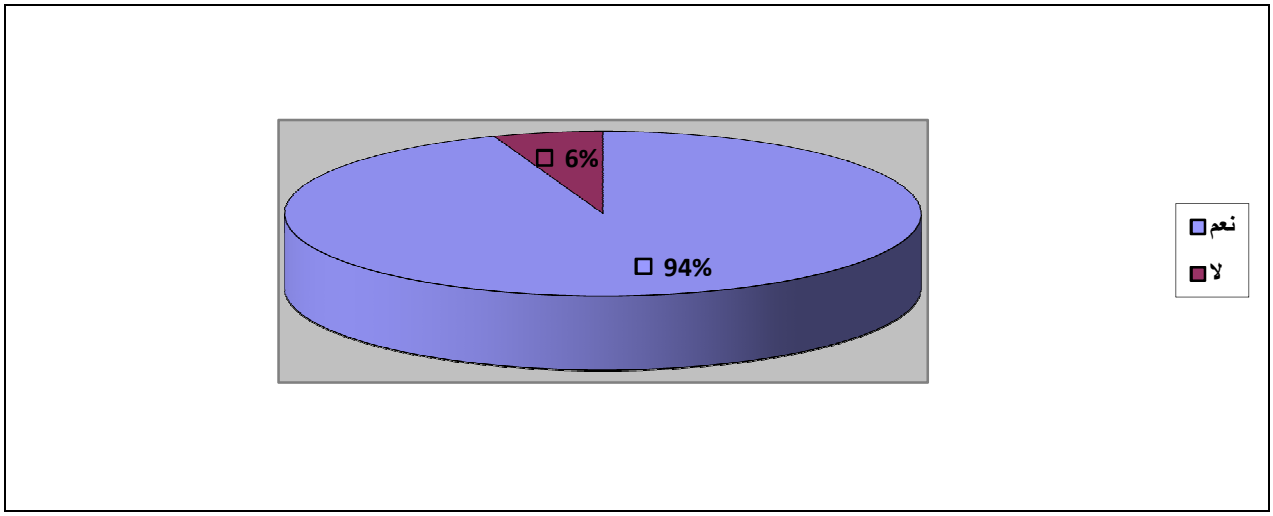
12.98وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** ، ومنه نستنتج أن لمسؤولي الإدارة والطاقم الإداري دور مهم وفعّال في تشجيع الأستاذ على إستعمال هذه الوسائل. وهذا ما أكّدته دراسة: **فيميان (1986)**[1] أظهرت نتائج الدراسة التي قام بها فيميان أن المعلمين الذين لا يتلقون الدعم من الإدارة والزملاء يعانون من ضغوط نفسية ومهنية ومن مظاهر نفسية مرهقة أكثر ممن يتلقون مثل هذا الدعم.

السؤال الخامس: هل تقوم الإدارة بإعداد برامج تكوينية دورية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال؟ "نعم" "لا"؟ إذا كانت الإجابة بنعم هل سبق وبرمجت دورات ؟ أم ستبرمجها في المستقبل؟

الغرض: معرفة إذا كانت الإدارة تقوم بدورها في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
05	**نعم**	**لا**			
التكرارات	17	01	14.22	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	94.44	5.55			

الجدول رقم 05: يبيّن إجابات الأساتذة حول دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال.



الشكل البياني رقم 05: دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال

[1]– الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، رسالة .ماجستير،إشراف د.جميل الصمادي، الجامعة الأردنية، عمان،سنة 1990 ، ص 19.

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 05 نلاحظ أن نسبة94.44 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن الإدارة برمجت دورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال وكان ذلك في العام الماضي (2014)، في حين أن نسبة 5.55% ينفون برمجة هذه الدورة التكوينية، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على14.22 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون على أن الإدارة برمجت مثل هذه الدورات، وبين الأساتذة الذين ينفون ذلك ومنه نستنتج أن الإدارة تقوم بدورها في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال. وهذا ماأكّدته دراسة **فيميان (1986)**[1] أن المعلمين الذين لا يتلقون الدعم من الإدارة والزملاء يعانون من ضغوط نفسية ومهنية.

[1]- الفاغوري فايزة عبد الكريم: **الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

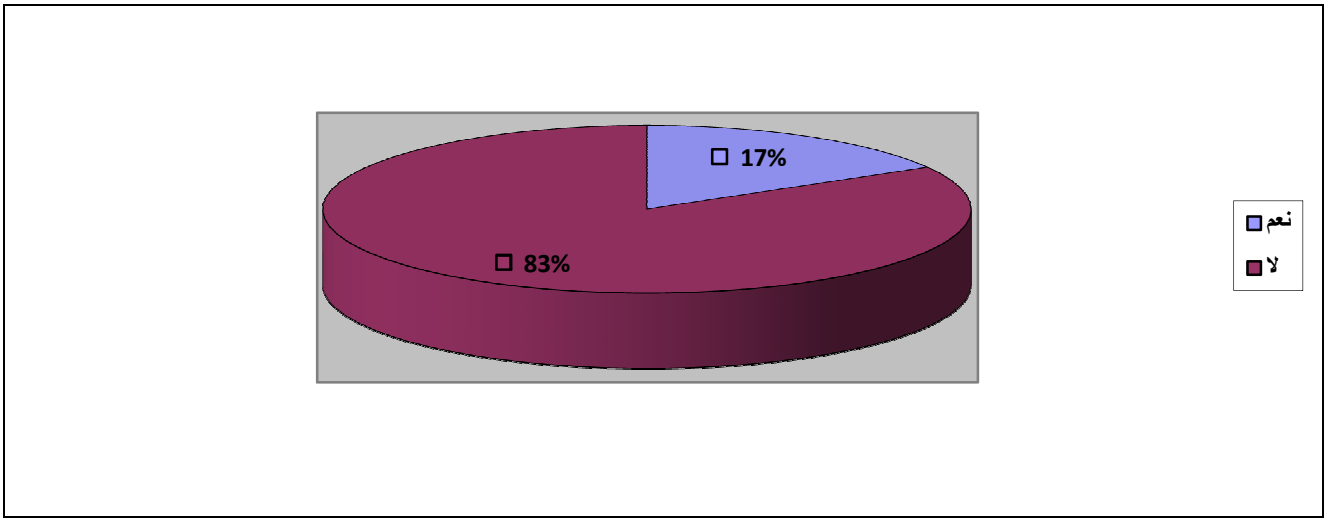
02-المحور الثاني: - تؤثر الخصائص المميّزة(الحركات الزائدة) لمرحلة المراهقة سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية

السؤال الأوّل: هل هناك إهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقةعلى أداء الأستاذ خلال الحصّة.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	**نعم**	**لا**			
التكرارات	03	15	08	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	16.66	83.33			

الجدول رقم 06: يبيّن إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقةعلى أداء الأستاذ.



الشكل البياني رقم 06: تأثير الخصائص المميزة لمرحلة المراهقة على آداء الأستاذ خلال الحصة

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 06 نلاحظ أن نسبة83.33 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن ليس هناك إهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، في حين أن نسبة 16.66% يؤكدون على أن هناك إهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على08 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون على أن ليس هناك إهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، وبين الأساتذة الذين ينفون ذلك ومنه نستنتج أن الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثّر

على أداء الأستاذ خلال الحصّة. وجاء هذا في_**رسالة الماجيستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم:**[1] "تأتي معظم مصادر الضغوط من سلوكات التلاميذ وإتجاهاتهم نحو التعليم أي (إهتمامهم بالحصّة أو عدم إهتمامهم)"

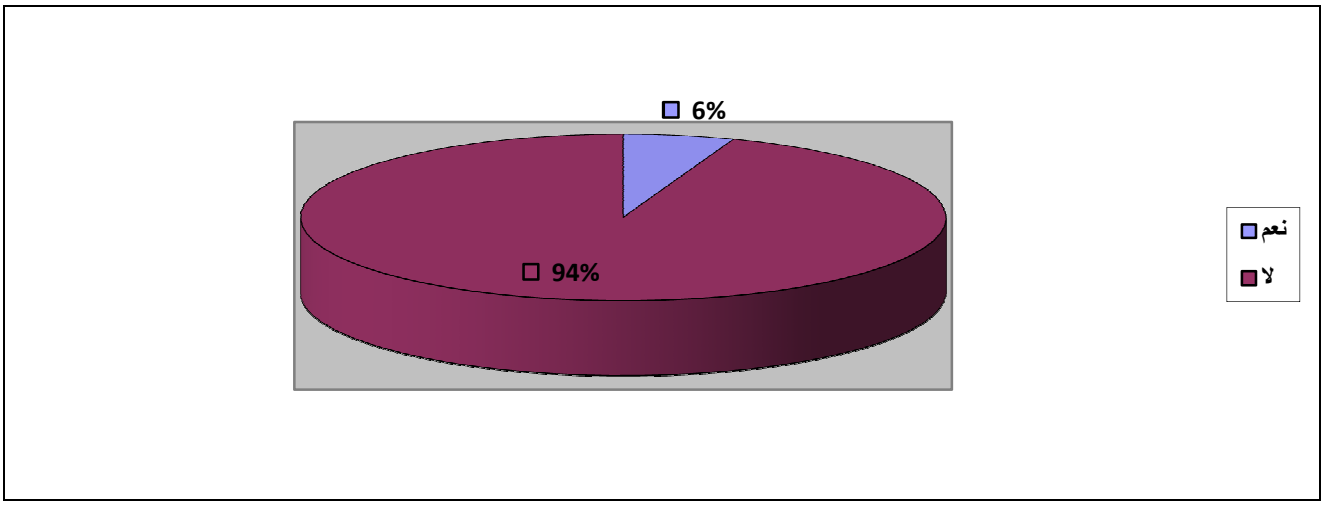
[1]– الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

السؤال الثاني: هل هناك إندفاع أو جاذبية لحصّة التربية البدنية والرياضية بالنسبة لهذه الفئة؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: رغبة وجاذبية التلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	نعم	لا	14.22	3.84	دال إحصائيا
التكرارات	01	17			
النسبة %	5.55	94.44			

الجدول رقم 07: يبيّن إجابات الأساتذة حول رغبة وجاذبية التلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية.



الشكل البياني رقم 07: يبيّن رغبةالتلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 07 نلاحظ أن نسبة 94.44% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن التلاميذ ليس لديهم إندفاع وجاذبية نحو حصّة التربية البدنية والرّياضية، في حين أن نسبة 5.55% يؤكدون على أن هناك إندفاع وجاذبية ورغبة نحو حصّة التربية البدنية والرّياضية، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على14.22 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين التلاميذ الذين ليس لديهم إندفاع وجاذبية نحو حصّة التربية البدنية والرّياضية، وبين التلاميذ الذين لديهم إندفاع وجاذبية ورغبة نحو حصّة التربية البدنية والرّياضية ومنه نستنتج أن تلاميذ هذه المرحلة (مرحلة المراهقة) ليس لديهم إندفاع وجاذبية نحو حصة التربية البدنية والرياضية وبالتالي التأثير السلبي على أداء الأستاذ. وهذا ماجاء في **رسالة الماجيستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم:**[1] "معظم

[1]– الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

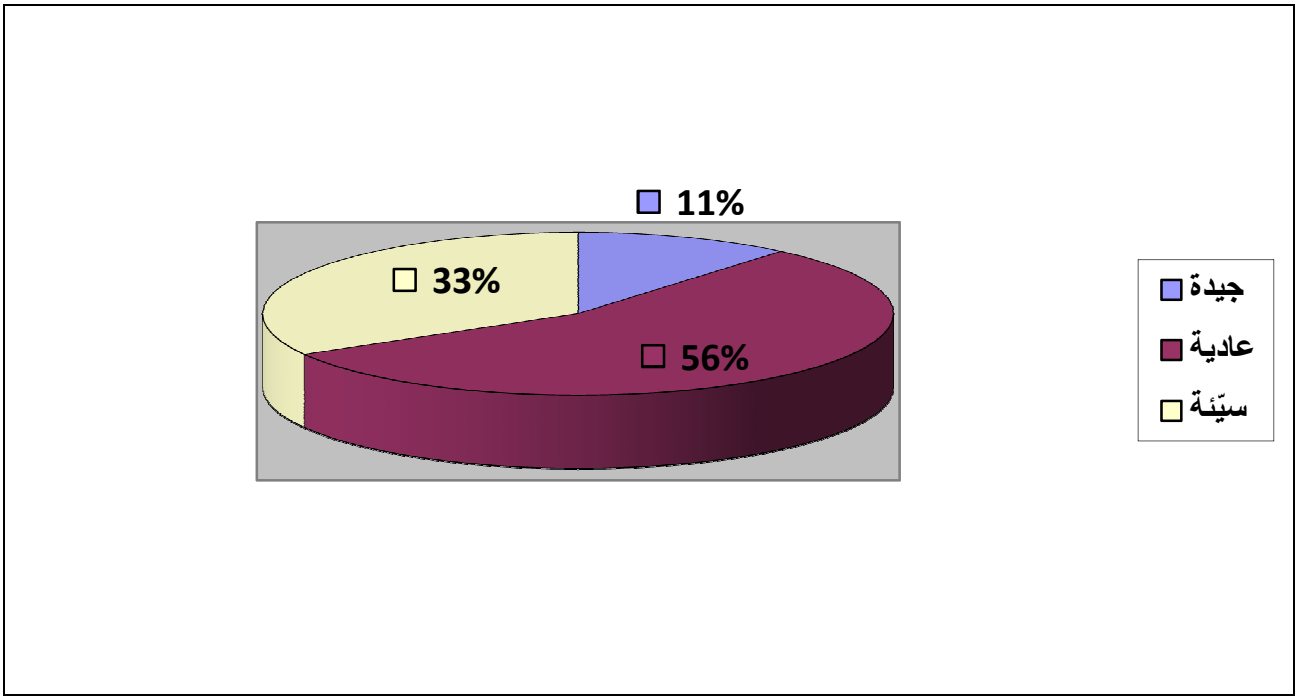
مصادر الضغوط هي من سلوكات التلاميذ" فيمكن قول أن عدم وجود الدافع والرغبة نحو حصّة التربية البدنية والرياضية راجع إلى سلوكات غير مرغوب فيها.

السؤال الثالث: كيف ترى علاقتك مع التلاميذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية؟ "جيّدة" "عادية" سيّئة"؟

الغرض: معرفة طبيعة علاقة الأستاذ مع التلاميذ خلال حصة التربية البدنية والريّاضية.

السؤال	الإجابات			ك² المحسوبة	ك² المجدولة	الدلالة الإحصائية
03	جيّدة	عاديّة	سيّئة			
التكرارات	02	10	06	5.32	5.99	غير دال إحصائيا
النسبة %	11.11	55.55	33.33			

الجدول رقم 08: يبيّن إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال حصّة ت ب ر.



الشكل البياني رقم 08: العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال الحصة

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 08 نلاحظ أن نسبة55.55 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على طبيعة علاقتهم مع التلاميذ خلال الحصّة أنها عادية، ونسبة33.33% يؤكدون على أن علاقتهم مع التلاميذ سيّئة، وفي المرتبة الأخيرة نسبة11.11%من الأساتذة يقولون أن علاقتهم مع التلاميذ جيّدة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على5.32 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أصغر من **ك^2** المجدولة أي أنه لا توجد **دلالة إحصائية** بين علاقة الأستاذ بالتلاميذ العادية وبين علاقة الأستاذ بالتلاميذ السّيئة وبين علاقة الأستاذ بالتلاميذ الجيدة، ويرجع الباحث ذلك إلى إهتمام الأستاذ بتلاميذه والسعي إلى

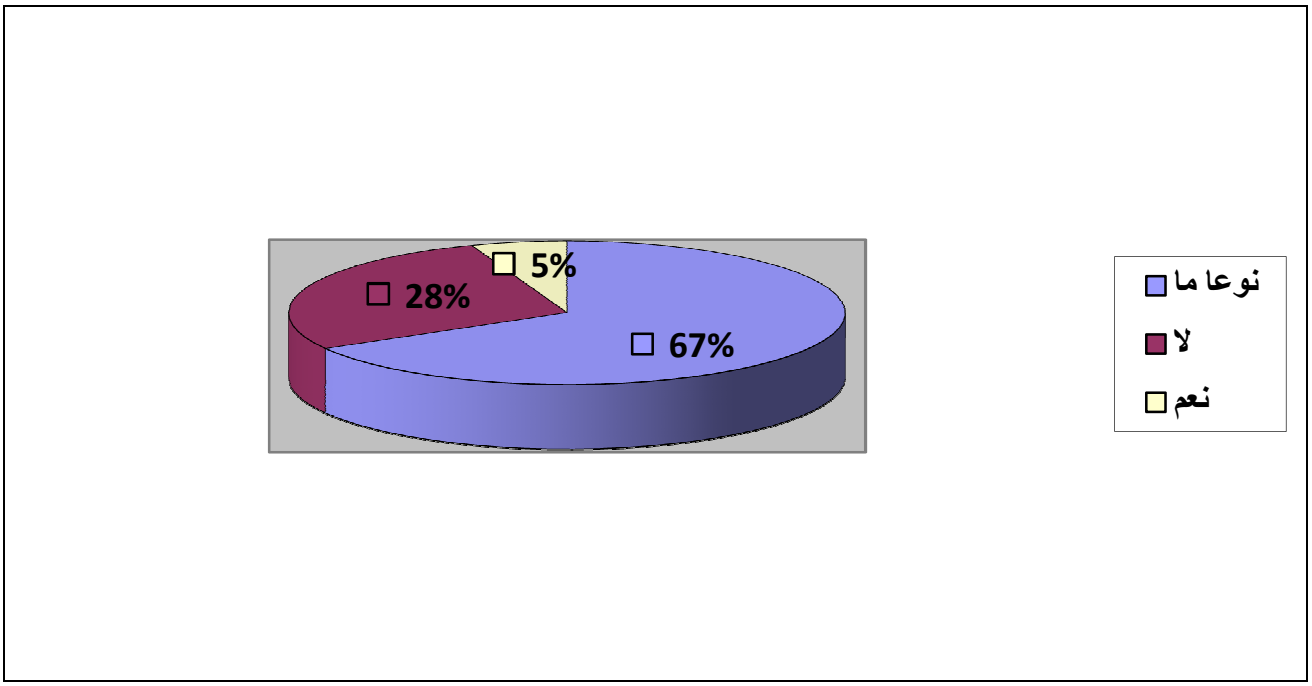
إكتساب قلوبهم رغب كل الصعوبات والتصرفات الناجمة عن سلوك التلاميذ وردود أفعالهم المشينة. وهذا ما أكد في **رسالة الماجستير للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم:**[1] "إن سوء العلاقة مع التلاميذ والتي تشكل أحد مصادر الضغوط الأكثر تأثيرا على صحة المدرس النفسية والجسمية وعلى سلوكه وأدائه.

السؤال الرابع: هل يشارك التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة؟ "نعم" "لا" "نوعا ما"؟

الغرض: معرفة مشاركة التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة.

السؤال	الإجابات			$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
04	نعم	لا	نوعا ما			
التكرارات	01	05	12	10.32	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	5.55	27.77	66.66			

الجدول رقم 09: يبيّن إجابات الأساتذة حول مشاركة التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة.



الشكل البياني رقم 09: مشاركة التلاميذ في الألعاب المقدمة من طرف الأستاذ

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 09 نلاحظ أن نسبة66.66 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أن التلا ميذ نوعا ما يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة، ونسبة27.77% يؤكدون أن التلا ميذ لا يشاركون في الألعاب داخل

[1] – الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

المؤسسة ، وفي المرتبة الأخيرة نسبة5.55%من الأساتذة يقولون أن التلا ميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على10.32 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين التلاميذ الذين نوعا ما يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة، التلا ميذ لا يشاركون في الألعاب والتلاميذ الذين يشاركون ومنه نستنتج أن التلاميذ لا يشاركون بصفة كبيرة في الألعاب داخل المؤسسة وهذا ما يؤثر على آداء الأستاذ. وهذا أيضا ما جاء في **رسالة الماجستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم**[1] عن سوء العلاقة مع التلاميذ بصفة عامة ومابنجم عنه من أسباب.

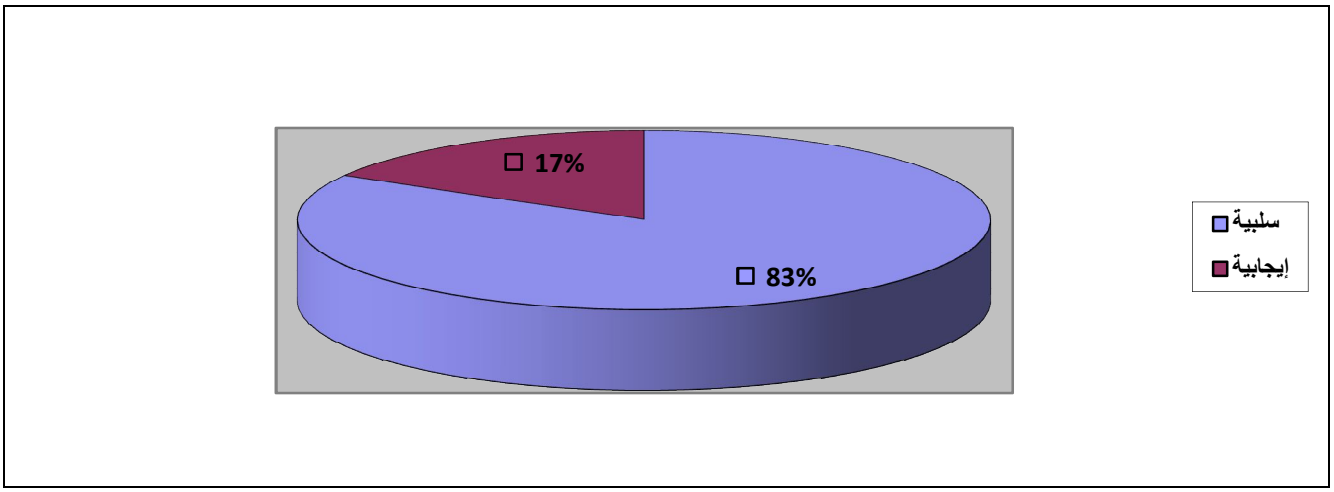
[1]- الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

السؤال الخامس: إستجابة التلاميذ أثناء تقديمكم للعبة ما في حصّة التربية البدنية والرياضية. "ايجابية" "سلبية"؟

الغرض: معرفة تطبيق واستجابة التلاميذ للألعاب في الحصّة.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
05	إيجابية	سلبية			
التكرارات	03	15	08	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	16.66	83.33			

الجدول رقم 10: يبيّن إجابات الأساتذة حول إستجابة التلاميذ أثناء تقديم لعبة ما خلال الحصّة.



الشكل البياني رقم 10: يبين تطبيق وإستجابة التلاميذ عند تقديم لعبة ما

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 10 نلاحظ أن نسبة83.33% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن استجابة التلاميذ عند تقديمنا للعبة ما خلال الحصة سلبية، في حين أن نسبة 16.66% من التلاميذ يستجيبون عند تقديمنا للعبة ما إستجابة إيجابية. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على08 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1.وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون على أن التلاميذ يستجيبون عند تقديمهم للعبة ما خلال الحصة إستجابة إيجابية، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس، ومنه نستنتج أن إستجابة التلاميذ أثناء تقديم لعبة ما في حصّة التربية البدنية والرياضية

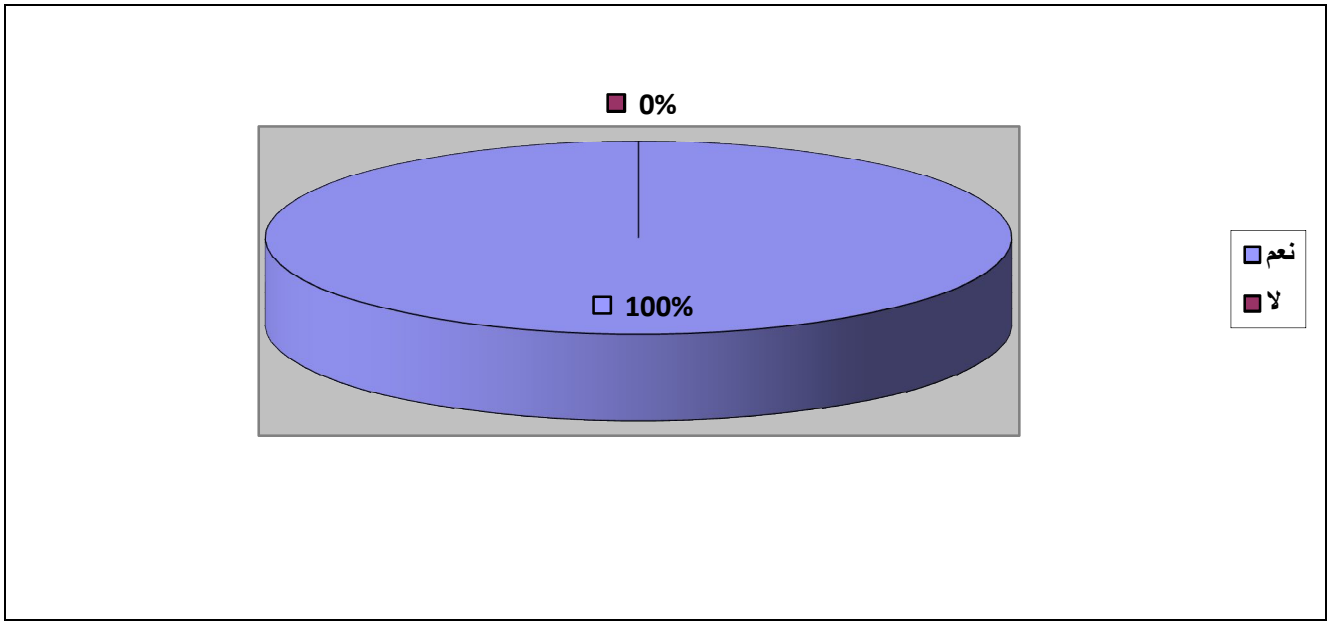
سلبية ممّا يؤثّر على آداء الأستاذ. من خلال ماجاء في **رسالة الماجيستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم**[1] نستنتج: أنّ عدم إهتمام التلاميذ بالحصة وعدم وجود الرغبة، يجعل منهم لايهتمون بالألعاب التي يقدمها الأستاذ.

السؤال السادس: هل تأثر الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
06	نعم	لا	18	3.84	دال إحصائيا
التكرارات	18	00			
النسبة %	100	00			

الجدول رقم11: يبيّن إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ.



الشكل البياني رقم 11: قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية وتأثيرها على آداءه

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 11 نلاحظ أن نسبة100% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ، في حين أن نسبة 00.00% من الأساتذة يؤكدون أنّ الخصائص المزاجية لمرحلة المراهقة لا تؤثر على أداء الأستاذ . وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على18وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة

[1]- الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك**^{2} المحسوبة أكبر من **ك**^{2} المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ الخصائص المزاجية لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس، ومنه نستنتج أنّ الخصائص المزاجية لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ ممّا يؤثّر سلبا عليه.وهذا ما أكّده الدكتور **أحمد بسطويسي**[1] " الفترة الأولى من المراهقة فترة انفعالات عنيفة فيثور المراهق لأتفه الأسباب، و..... .....لا يستطيع أن يتحكم في المظاهر الخارجية لحالته الإنفعالية فهو يصرخ ويدفع الأشياء عند غضبه ونفس الظاهرة تبدو عليه عندما يشعر بالفرح فيقوم بحركات لا تدل على الإتزان الإنفعالي.

[1]- بسطويسي أحمد ، **أسس ونظريات الحركة** ، دار الفكر العربي، ط1 ، 1996 ، ص 185

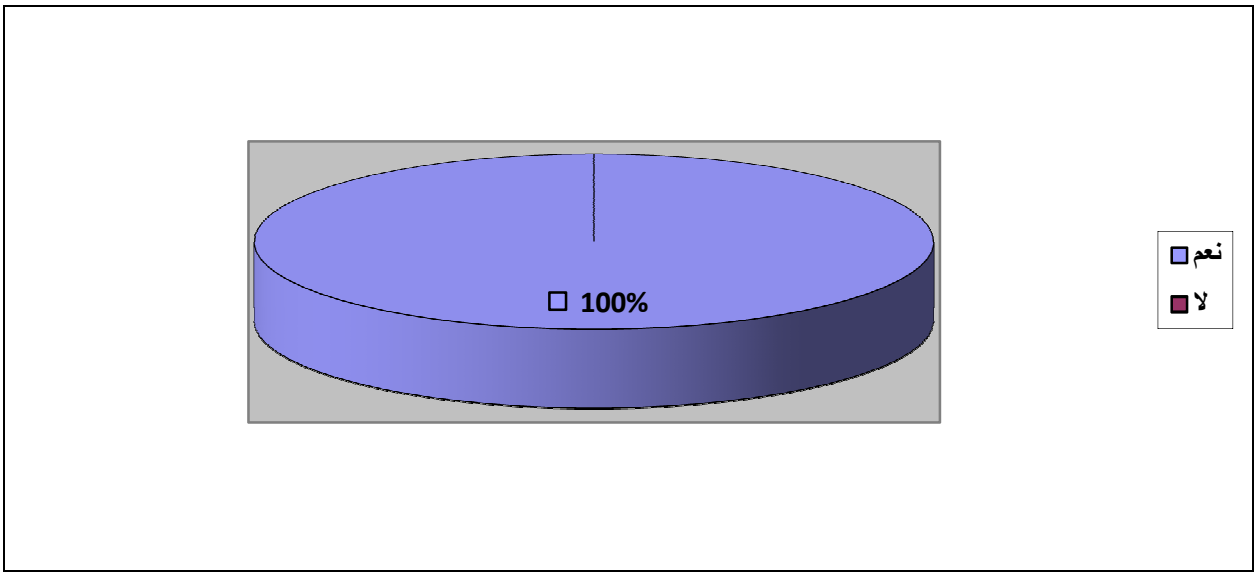
04-المحورالثالث: - للعوامل الاجتماعية تأثيرا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

السؤال الأول: هل يوجد تنسيق بينك وبين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة وإبراز الروابط القوية والإهتمامات المشتركة بين الأساتذة في تحديد الأهداف.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	نعم	لا			
التكرارات	18	00	18	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	100	00			

الجدول رقم 17 يبيّن: إجابات الأساتذة حول الكشف عن الروابط القوية والإهتمامات المشتركة بين الأساتذة في تحديد الأهداف في كل مستوى.



الشكل البياني رقم 17: التنسيق بين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى

التحليل والمناقشة:

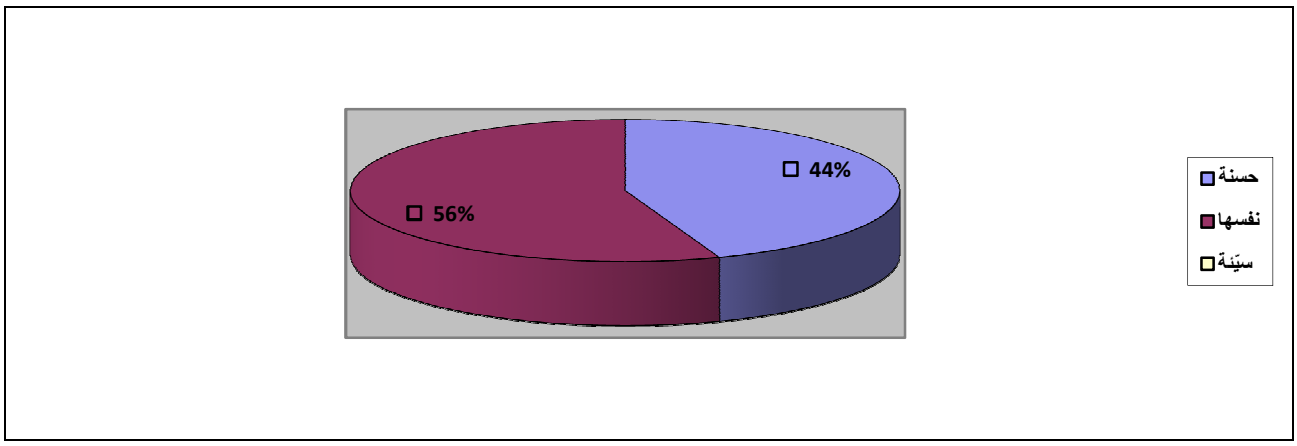
من خلال الجدول رقم 17 نلاحظ أن نسبة100 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّه يوجد تنسيق بينهم وبين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى، ولا أحد أنكر ذلك. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على18 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين التكرارات أي أنّه يوجد تنسيق بين أساتذة التربية البدنية في تحديد الأهداف في كل مستوى، وهذا لايؤثر على آداء الأستاذ، أي يؤثر عليه ايجابيا. وهذا ما أظهرته دراسة **بلازي وآخرو**

السؤال الثاني: كيف هي علاقتك بأساتذة المواد الأخرى مقارنة بأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟ "حسنة" "نفسها" "سيّئة"؟

الغرض: معرفة طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى.

السؤال	الإجابات			$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	حسنة	نفسها	سيّئة			
التكرارات	08	10	00	9.32	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	44.44	55.55	00			

الجدول رقم 18 يبيّن: إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى.



الشكل البياني رقم 18: طبيعة العلاقة بين أساتذة ت ب ر وأساتذة المواد الأخرى

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدولة رقم 18 نلاحظ أن نسبة55.55%من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى نفسها العلاقة بين زملاء المادة، ونسبة44.44% يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى حسنة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على9.32 و$ك^2$ المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى نفسها ، والذين يقولون أنها حسنة. ومنه نستنتج أن العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى هي نفس العلاقة فيما بينهم مما يساعد الأستاذ على القيام

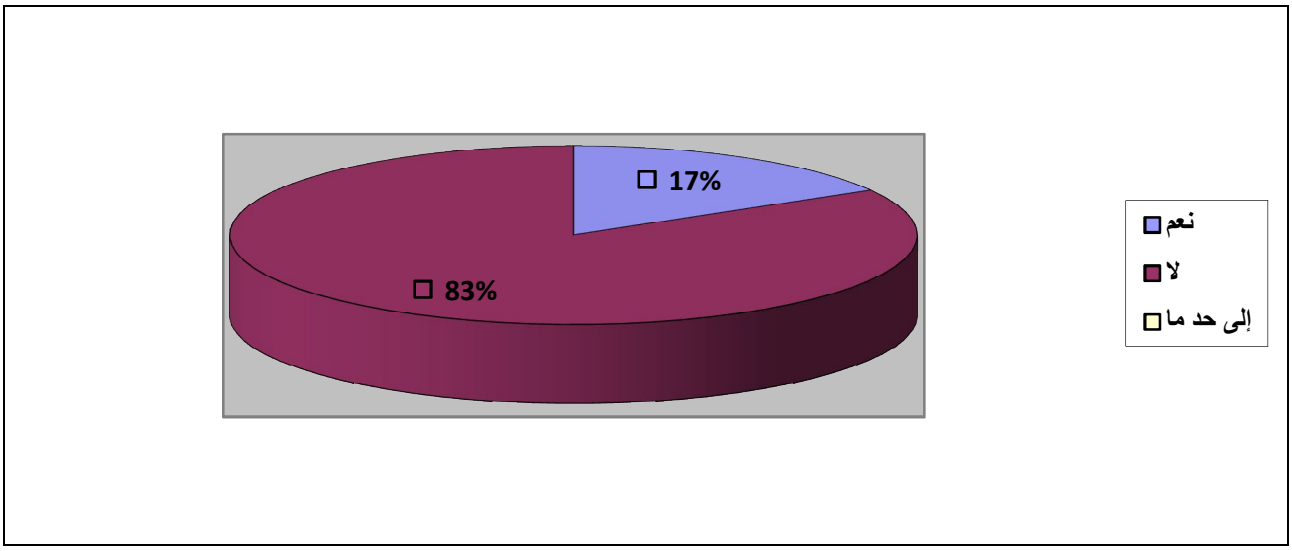
بعمله على أكمل وجه دون ضيق أو مشاكل.وهذا يؤثر ايجابيا على آداء الأستاذ. وهذا ما أكده **الدكتور صباغ زهير**[1]: إن عدم القدرة على إنشاء علاقات طيبة ومثمرة مع زملاء العمل يكون مصدر ضغط الفرد.

السؤال الثالث: هل معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية؟ "نعم" "لا" "إلى حدّ ما"؟

الغرض: معرفة مكانة ما يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية بالنسبة للأوساط الأسرية.

السؤال	الإجابات			ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
03	نعم	لا	إلى حد ما			
التكرارات	03	15	00	21.5	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	16.66	83.33	00			

الجدول رقم 19: يبيّن إجابات الأساتذة حول تقدير الأوساط الأسرية لعمل ما يقدّمه أستاذ ت ب ر.



الشكل البياني رقم 19: تقدير الأوساط الأسرية لما يقدمه أستاذ ت ب ر من أجل أبنائهم

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 19 نلاحظ أن نسبة83.33 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية ، ونسبة16.66% أنّ معظم الأوساط الأسرية يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو إختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على21.5 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى

[1]– الصباغ زهير :ضغط العمل المجلة العربية للإدارة، الرياض، المجلد الخامس، العدد الأول و الثاني، .حريزان،سنة 1981 ، ص30

الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك²** المحسوبة أكبر من **ك²** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة المستجوبين الذين يأكدون أنّ الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية، والذين يقدرون. ومنه نستنتج أن معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية. وهذا يؤثّر سلبا على أداءه. وهذا ماجاء في دراسة **ساريكي وكولي1987**[1] حول العلاقة بين الإحتراق النفسي والعوامل البيئية داخل العمل، حيث تبين أن وجود دعم اجتماعي وتفاعل بين العاملين وزملائهم في العمل ووجود علاقات اجتماعية حسنة أيضا مع أشخاص خارج محيط العمل كأولياء التلاميذ تساعد في تخفيف الإصابة بالإحتراق النفسي.

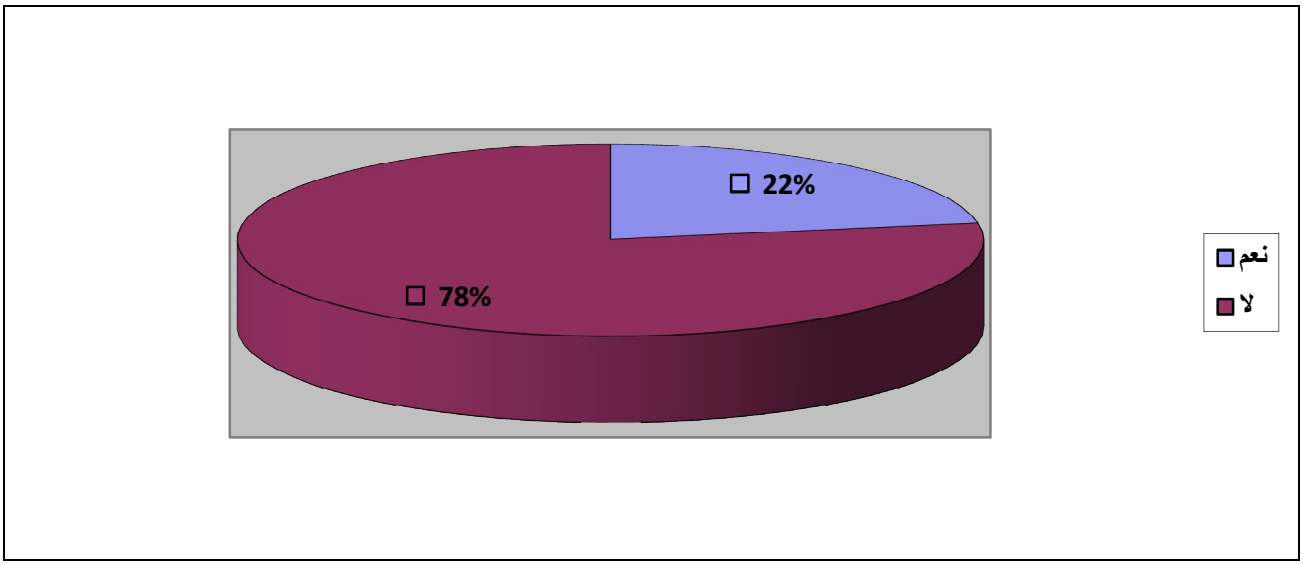
السؤال الرّابع: هل يقدر المشرف التربوي الجهد الذي تقوم به؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة إذا كان المشرف التربوي يقدّر عمل الأستاذ أم لا.

السؤال	الإجابات		ك² المحسوبة	ك² المجدولة	الدلالة احصائية
04	نعم	لا			
التكرارات	04	14	5.55	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	22.22	77.77			

الجدول رقم 20 يبيّن: إجابات الأساتذة حول تقدير المشرف التربوي لما يقدّمه أستاذ ت ب ر.

[1]– حرتاوي هند عبد الله : **مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن**، .رسالة ماجستير، إشراف د .عفاف حداد، جامعة اليرموك، سنة 1991 ، ص20



الشكل البياني رقم 20: تقدير المشرف التربوي لما يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية.

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 20 نلاحظ أن نسبة77.77 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ المشرف التربوي لا يقدر عمل الأستاذ، في حين أن نسبة 22.22% من الأساتذة يؤكدون أنّ المشرف التربوي يقدر عمل الأستاذ. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على5.55 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة الحرية01 أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ المشرف التربوي لا يقدر عمل الأستاذ، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس. ومنه نستنتج أنّه لايوجد إختلاف بين الأساتذة الذين يرون أنّ المشرف التربوي يقدر عمل الأستاذ، والذين يرون العكس.ومنه نستنتج أن المشرف التربوي لايقدر عمل الأستاذ مما يشعرة بالقلق والنقص والعدم الرضى ويؤثر على آداءه سلبا. وهذا **ماأكده الدكتور المساد محمود أحمد**[1]حيث أظهرت نتائج دراسته (1983) أن ثمة تركيزا عاليا من المشرفين على السلوك النقدي للمعلمين الذي يؤدي إلى ثورتهم واتخاذهم سلوكا عدوانيا.

[1]– المساد محمود أحمد: **الإشراف التربوي الحديث، واقع وطموح**، دار الأمل، عمان، سنة 1986 ص35

السؤال الخامس: كيف هي نظرة المجتمع لأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟

وضّح بإختصار.....

الغرض: من خلال هذا السؤال المفتوح نتمكن من معرفة آراء الأساتذة حول نظرة المجتمع لهم

التحليل والمناقشة:

بعد تفريغ نتائج الإستمارات والقيام بعملية التحليل والتفسير لما قاله الأساتذة توصلنا إلى تدوين ما يلي:

- نظرة المجتمع إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية نظرة سلبية.
- ليس لديه أي مكانة في التدريس وتربية النشئ.
- لايمتلك لمستوى مهني يسمح له بالتعامل المنهجي مع التلاميذ.
- درسه أوحصّته تعتبر مضيعة للوقت وليس هناك أي فائدة في ذلك.
- يتلقى راتبا شهريا دون مشقة أو تعب مقارنة بأساتذة المواد الأكاديمية الأخرى.

*ومنه نستنتج أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يتعرض لضغوطات إجتماعية جدّ كبيرة تقف أمام مشواره العملي وتؤثر سلبا على آداءه. (ينطبق هذا على بيئتنا –البيئة الجزائرية–). وجاء هذا في **دراسة كوب 1976:**[1] أن الدعم الاجتماعي المعبِّر والفعّال مثل الشعور بالعناية والجد والتقدير والقيمة والإنتماء إلى شبكة من العلاقات الإجتماعية وإستقبال مساعدة ووجود أفراد محظوظين يمكن أن يعتمد عليهم الفرد، كلها عوامل تؤدي إلى تخفيف الإحساس بالضغوط.

عرض نتائج الأساتذة المتوسط

[1]– الرشيدي هارون توفيق: **الضغوط النفسية، طبيعتها، نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها**، المكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، سنة 1999 ، ص34

-**المحور الأول:** عدم القدرة على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية يؤثر سلبا على أداء الأستاذ.

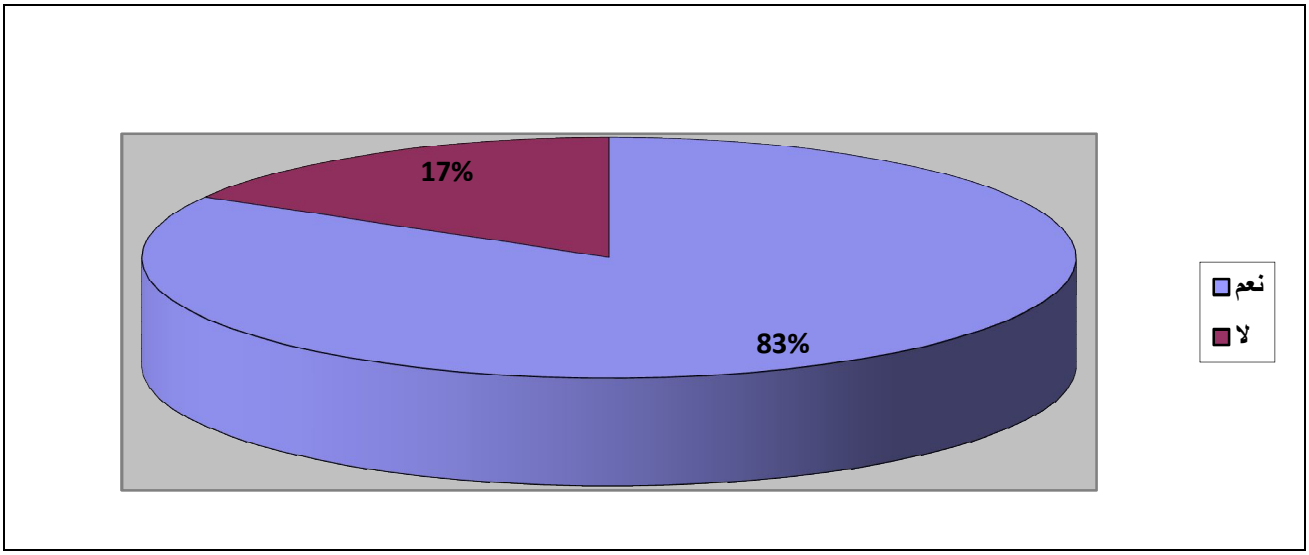
السؤال الأول: عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية يؤثر على آداءه.

"نعم" أو "لا"؟

الغرض: معرفة قدرة الأستاذ على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها السلبي على آداءه.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	**نعم**	**لا**			
التكرارات	14	04	07	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	83.00	17.00			

الجدول رقم01: يبيّن إجابات الأساتذة حول قدرة الأستاذ على التّحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وتأثيرها السلبي على آداءه.



الشكل رقم 01: قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية وتأثيرها على آداءه

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 01 نلاحظ أن نسبة 83.00 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على تأثير عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية على آداءه، في حين أن نسبة 17.00% ينفون هذا التأثير، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو إختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب $ك^2$ إذ تحصلنا على07 و$ك^2$ المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **$ك^2$** المحسوبة أكبر من **$ك^2$** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأستاذ الذي يجيد إستخدام الوسائل التكنولوجية في حصته وتأثيرها على آداءه، وبين الأستاذ الذي لايحسن استعمال هذه الأخيرة، ومنه نستنتج أن

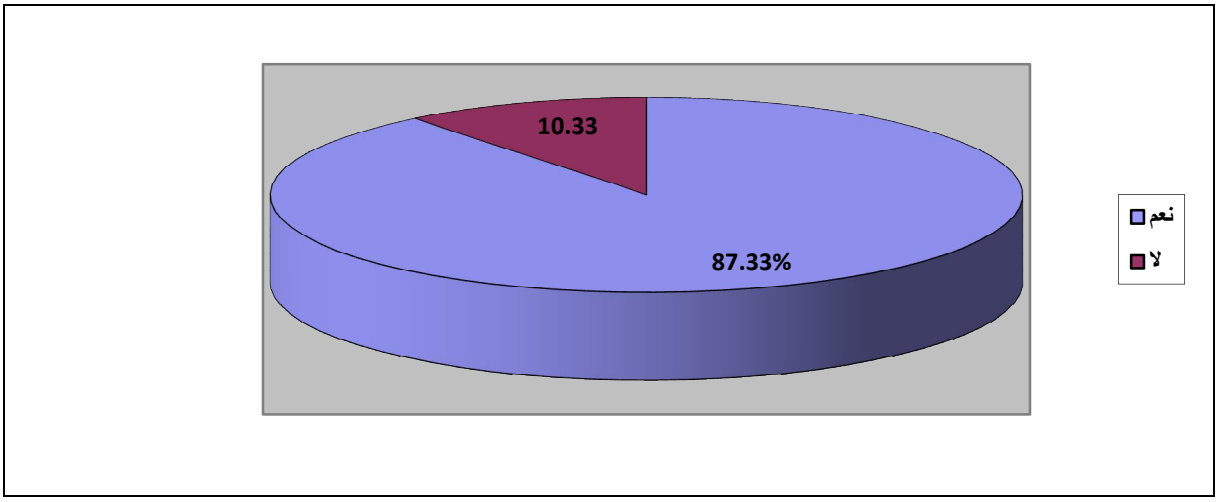
حسن إستعمال الوسائل العلمية والتكنولوجية أهمية كبيرة في التأثير على أداء الأستاذ. وهذا ما أكّده الدكتور: **بيتر ج .ل تومسون**[1]. "يجب على الأساتذة الإهتمام بطريقة الاتصال غير اللفظي في المواقف المختلفة و أن يقوموا بالتعديلات الضرورية في ضوء هذه المواقف"

السؤال الثاني: عدم استخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على آداء الأستاذ. "نعم" أو "لا"؟

الغرض: معرفة تأثير عدم استعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ.

السؤال	الإجابات		$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	نعم	لا			
التكرارات	16	02	10.88	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	87.33	10.33			

الجدول رقم02: يبين إجابات الأساتذة حول تأثير عدم استعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ.



الشكل البياني رقم 02: تأثير عدم إستخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة على آداء الأستاذ

[1]- بيتر ج .ل تومسون، **مدخل إلى نظريات التدريب**. القاهرة: مركز التنمية الإقليمي، 1996، ص10/7

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 02 نلاحظ أن نسبة87.33 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على عدم استخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على آداء الأستاذ، في حين أن نسبة 10.33 % ينفون هذا التأثير، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على 10.88 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة الحرية1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأستاذ الذي يستعمل الوسائل التكنولوجية في حصته وتأثيرها على آداءه، وبين الأستاذ الذي لايستعملها ، ومنه نستنتج أن استعمال الوسائل العلمية والتكنولوجية أهمية كبيرة في التأثير الإيجابي على أداء الأستاذ. وهذا ما أكّده الدّكتور: **بيتر ج . ل تومسون**[1] "إنّ الإتصال الغير اللفظي يستطيع أن ينقل أكثر من70 **%** من المعلومات من أية رسالة

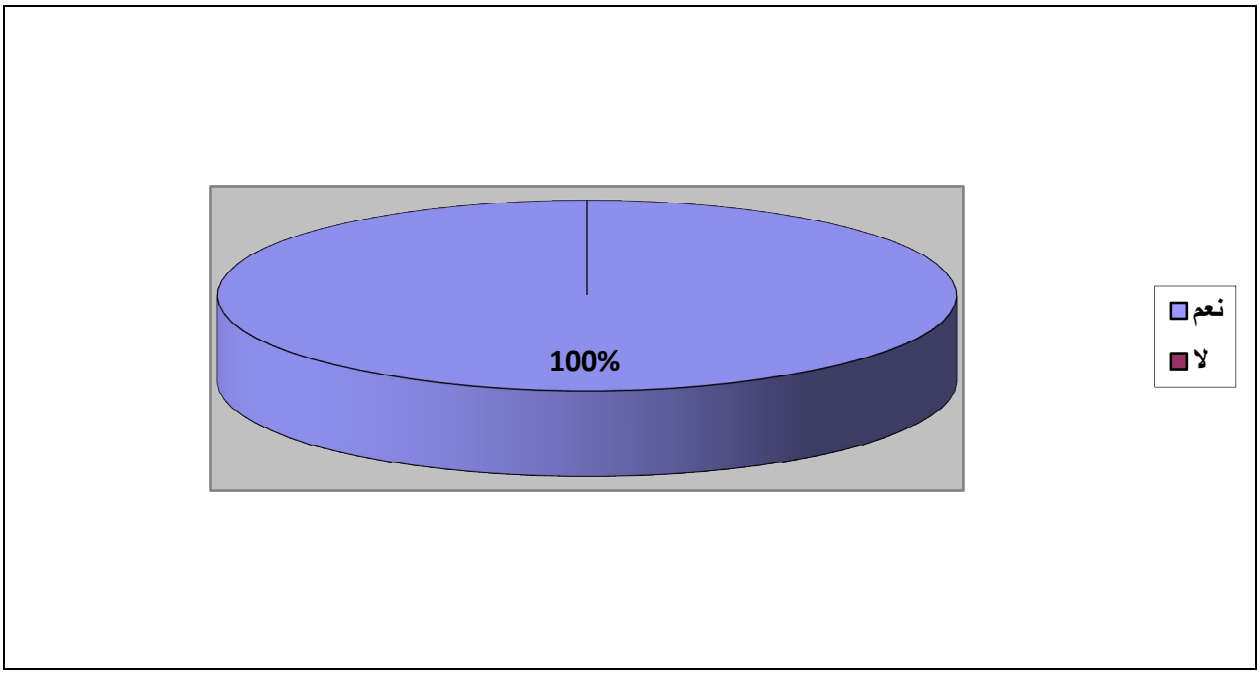
السؤال الثالث: هل المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على استعمال الوسائل التكنولوجية؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة دور المستوى الثقافي للأستاذ في إستخدام الوسائل التكنولوجية.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
03	**نعم**	**لا**	18	3.84	دال إحصائيا
التكرارات	18	00			
النسبة %	100	00			

الجدول رقم 03: يبيّن إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في إستعمال مثل هذه الوسائل المتطورة.

[1]- بيتر ج .ل تومسون، **مدخل إلى نظريات التدريب**، مرجع سبق ذكره، ص10/7



الشكل البياني رقم 03: إجابات الأساتذة حول دور الثقافة الشخصية للأستاذ في استعمال الوسائل التكنولوجية.

التحليل والمناقشة:

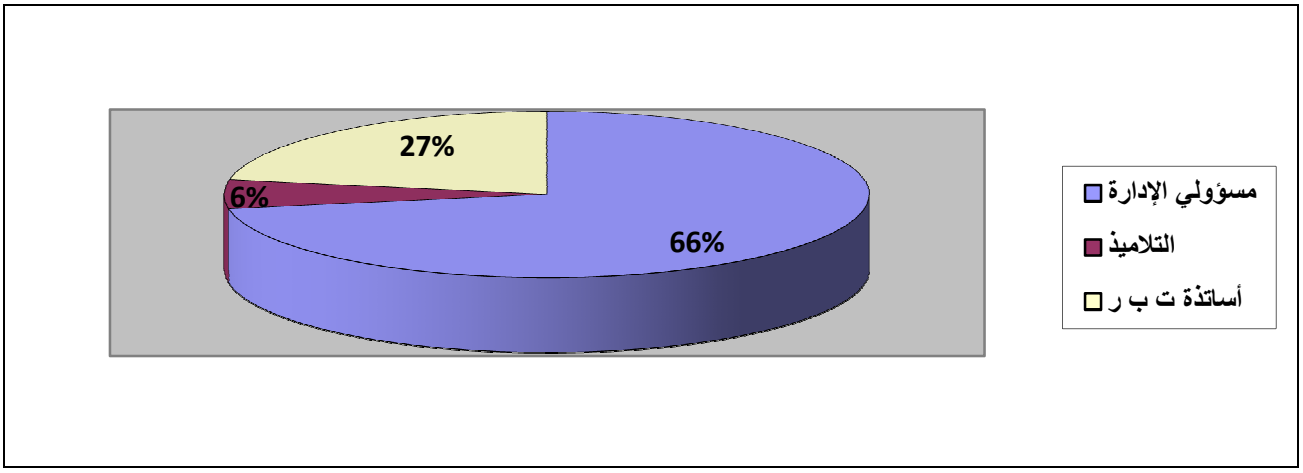
من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن نسبة 100% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على دور المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على إستعمال الوسائل التكنولوجية، في حين أن نسبة00 % ينفون هذا الدور الفعّال، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على18 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأستاذ الذي يتميز بمستوى ثقافي معين، وبين الأستاذ الذي لا يكتسب أي مستوى ثقافي، ومنه نستنتج أن المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على استعمال الوسائل التكنولوجية. أي أنّ الطالب يتلقى إعداد ثقافي خلال مدّة تكوينه في معاهد التربية البدنية والرياضية، مما يمكّنه من فهم وإدراك جوانب علمية وإجتماعية ودينية وتربوية وصحية....وكل مايتّصل بالحياة.(إستنتاج الطالب

السؤال الرابع: يعتمد إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية على تعاون كل من: "التلاميذ" أو"مسؤولي الإدارة" أو"أساتذة ت ب ر"؟

الغرض: معرفة مدى تعاون كل من التلاميذ، مسؤولي الإدارة وأساتذة التربية البدنية والرياضية من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصّة.

السؤال	الإجابات			ك² المحسوبة	ك²المجدولة	الدلالة الإحصائية
04	أساتذة ت ب ر	مسؤولي الإدارة	التلاميذ			
التكرارات	05	12	01	12.98	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	27.22	66.22	5.55			

الجدول رقم 04: يبيّن إجابات الأساتذة حول مدى تعاون كل من أساتذة التربية البدنية والرياضية، مسؤولي الإدارة والتلاميذ من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية خلال الحصّة.



الشكل البياني رقم04: مدى تعاون كل من أساتذة ت ب ر، مسؤولي الإدارة والتلامي من أجل إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 04 نلاحظ أن نسبة66.22 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على الدّور الرئيسي لمسؤولي الإدارة يساهم وبالدّرجة الأولى، ونسبة72.22 %يؤكدون على دور الأساتذة الزملاء وتعاونهم في إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية، وفي المرتبة الأخيرة تعاون التلاميذ بنسبة5.55%. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو إختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على 12.98وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2**

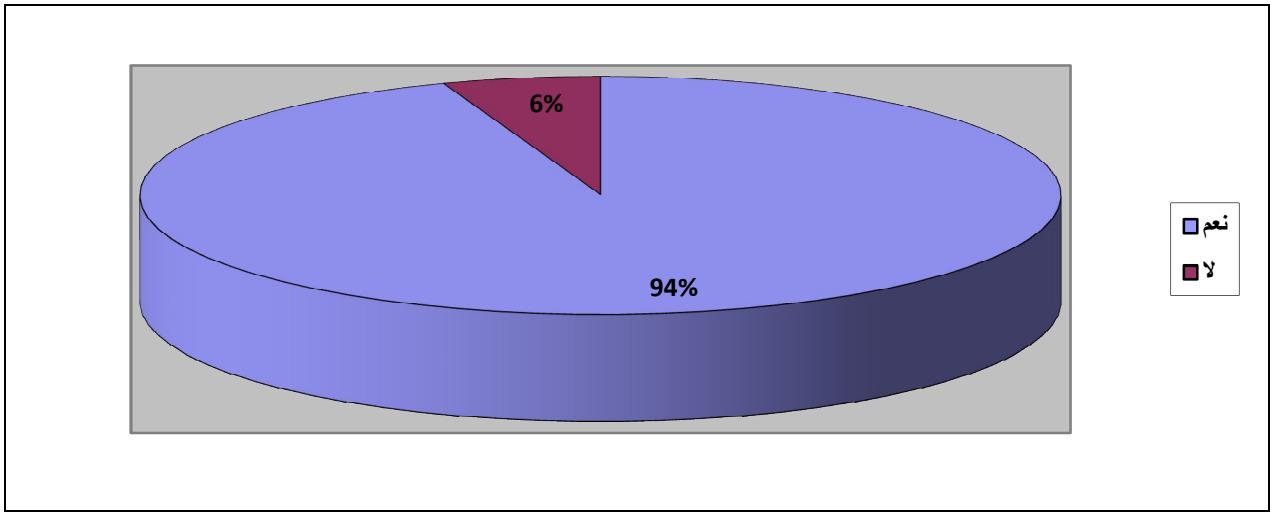
المحسوبة أكبر من ك^2 المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** ، ومنه نستنتج أن لمسؤولي الإدارة والطاقم الإداري دور مهم وفعّال في تشجيع الأستاذ على إستعمال هذه الوسائل. وهذا ما أكّدته دراسة: **فيميان (1986)**[1] أظهرت نتائج الدراسة التي قام بها فيميان أن المعلمين الذين لا يتلقون الدعم من الإدارة والزملاء يعانون من ضغوط نفسية ومهنية ومن مظاهر نفسية مرهقة أكثر ممن يتلقون مثل هذا الدعم.

السؤال الخامس: هل تقوم الإدارة بإعداد برامج تكوينية دورية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال؟ "نعم" "لا"؟ إذا كانت الإجابة بنعم هل سبق وبرمجت دورات ؟ أم ستبرمجها في المستقبل؟

الغرض: معرفة إذا كانت الإدارة تقوم بدورها في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
05	نعم	لا			
التكرارات	15	03	14.22	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	94.44	5.55			

الجدول رقم 05: يبيّن إجابات الأساتذة حول دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال.



الشكل البياني رقم 05: دور الإدارة في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال

التحليل والمناقشة:

[1]– الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، رسالة .ماجستير،إشراف د.جميل الصمادي، الجامعة الأردنية، عمان،سنة 1990 ، ص 19.

من خلال الجدول رقم 05 نلاحظ أن نسبة94.44 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن الإدارة برمجت دورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال وكان ذلك في العام الماضي (2014)، في حين أن نسبة 5.55% ينفون برمجة هذه الدورة التكوينية، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على14.22 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون على أن الإدارة برمجت مثل هذه الدورات، وبين الأساتذة الذين ينفون ذلك ومنه نستنتج أن الإدارة تقوم بدورها في إعداد برامج ودورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال. وهذا ماأكّدته دراسة **فيميان (1986)**[1] أن المعلمين الذين لا يتلقون الدعم من الإدارة والزملاء يعانون من ضغوط نفسية ومهنية.

02-المحور الثاني: - تؤثر الخصائص المميّزة(الحركات الزائدة) لمرحلة المراهقة سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية

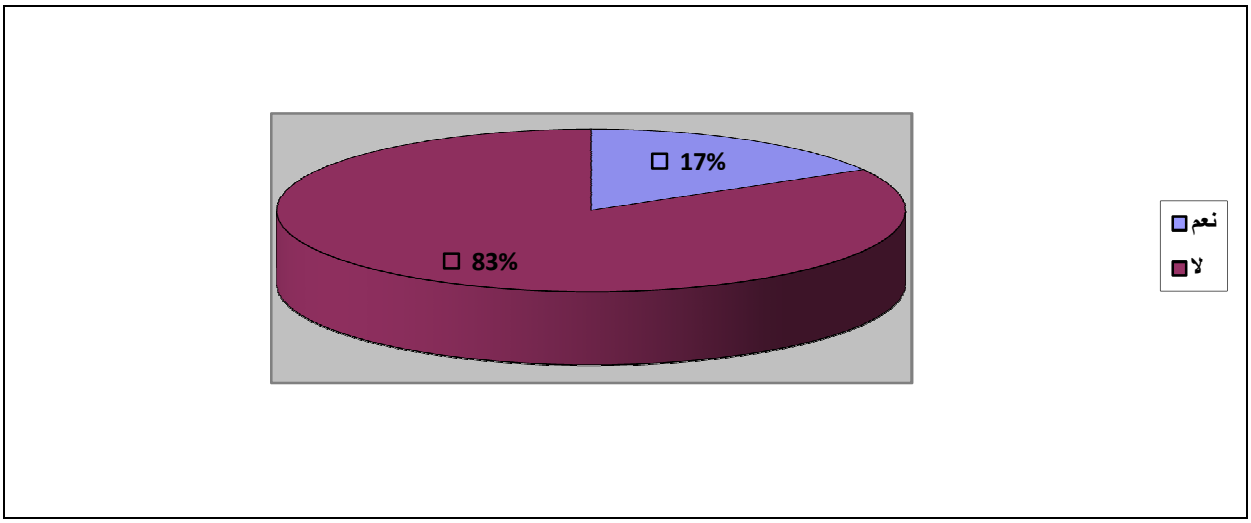
السؤال الأوّل: هل هناك إهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقةعلى أداء الأستاذ خلال الحصّة.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	**نعم**	**لا**			
التكرارات	03	15	08	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	16.66	83.33			

الجدول رقم 06: يبيّن إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقةعلى أداء الأستاذ.

[1]- الفاغوري فايزة عبد الكريم: **الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19



الشكل البياني رقم 06: تأثير الخصائص المميزة لمرحلة المراهقة على آداء الأستاذ خلال الحصة

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 06 نلاحظ أن نسبة83.33 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن ليس هناك إهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، في حين أن نسبة 16.66% يؤكدون على أن هناك إهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على08 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون على أن ليس هناك إهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، وبين الأساتذة الذين ينفون ذلك ومنه نستنتج أن الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثّر على أداء الأستاذ خلال الحصّة. وجاء هذا في_**رسالة الماجيستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم:**[1] "تأتي معظم مصادر الضغوط من سلوكات التلاميذ وإتجاهاتهم نحو التعليم أي (إهتمامهم بالحصّة أو عدم إهتمامهم)

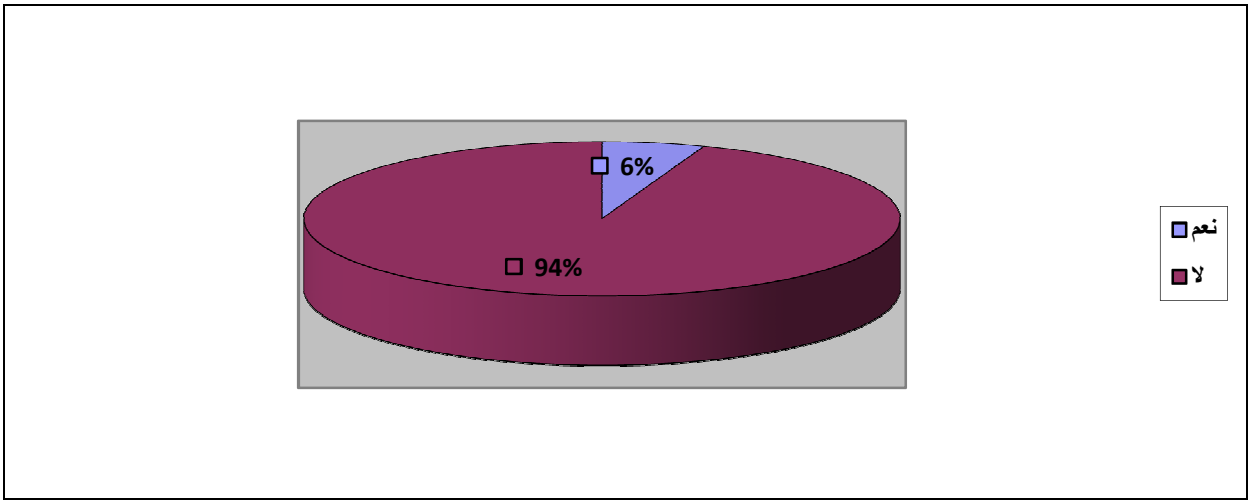
السؤال الثاني: هل هناك إندفاع أو جاذبية لحصّة التربية البدنية والرياضية بالنسبة لهذه الفئة؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: رغبة وجاذبية التلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	نعم	لا			
التكرارات	01	17	14.22	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	5.55	94.44			

[1]– الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

الجدول رقم 07: يبيّن إجابات الأساتذة حول رغبة وجاذبية التلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية.



الشكل البياني رقم 07: يبيّن رغبةالتلاميذ نحو حصّة التربية البدنية والرياضية

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 07 نلاحظ أن نسبة 94.44% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن التلاميذ ليس لديهم إندفاع وجاذبية نحو حصّة التربية البدنية والريّاضية، في حين أن نسبة 5.55% يؤكدون على أن هناك إندفاع وجاذبية ورغبة نحو حصّة التربية البدنية والريّاضية، وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على14.22 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين التلاميذ الذين ليس لديهم إندفاع وجاذبية نحو حصّة التربية البدنية والريّاضية، وبين التلاميذ الذين لديهم إندفاع وجاذبية ورغبة نحو حصّة التربية البدنية والريّاضية ومنه نستنتج أن تلاميذ هذه المرحلة (مرحلة المراهقة) ليس لديهم إندفاع وجاذبية نحو حصة التربية البدنية والرياضية وبالتالي التأثير السلبي على أداء الأستاذ. وهذا ماجاء في **رسالة الماجيستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم:**[1] "معظم مصادر الضغوط هي من سلوكات التلاميذ" فيمكن قول أن عدم وجود الدافع والرغبة نحو حصّة التربية البدنية والرياضية راجع إلى سلوكات غير مرغوب فيها.

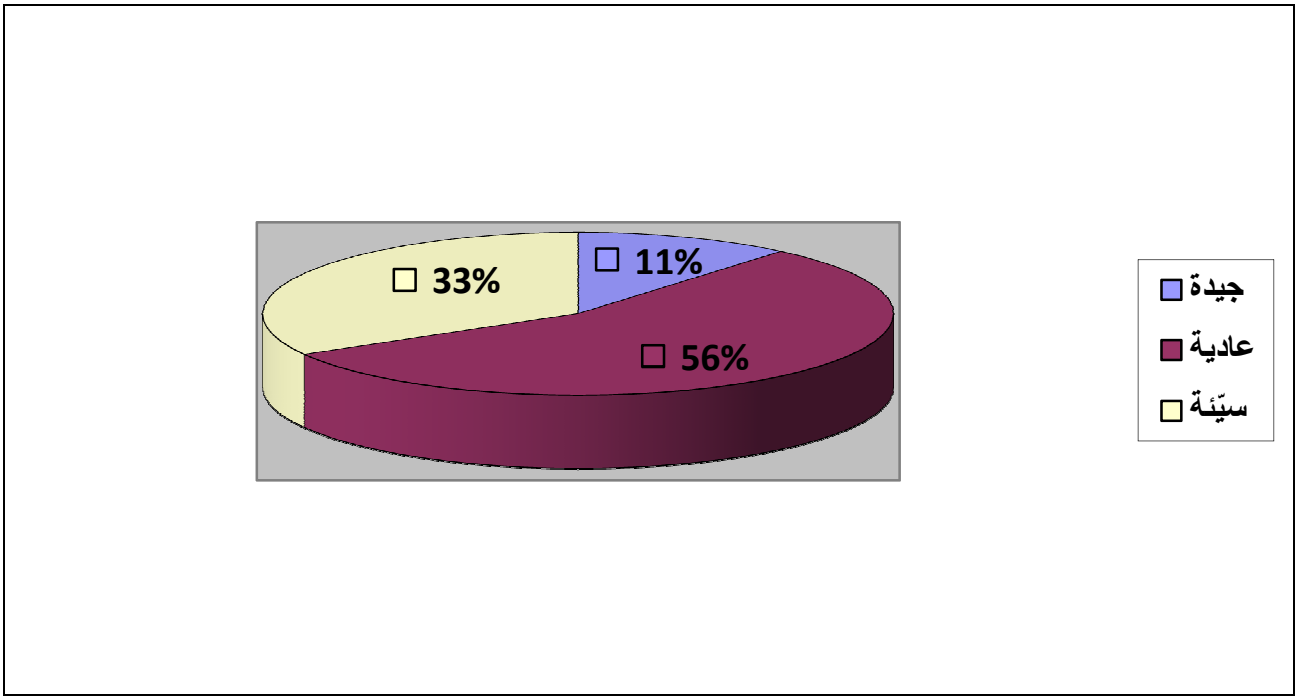
[1]– الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

السؤال الثالث: كيف ترى علاقتك مع التلاميذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية؟ "جيّدة" "عادية" سيّئة"؟

الغرض: معرفة طبيعة علاقة الأستاذ مع التلاميذ خلال حصة التربية البدنية والريّاضية.

السؤال	الإجابات			ك² المحسوبة	ك² المجدولة	الدلالة الإحصائية
03	جيّدة	عاديّة	سيّئة			
التكرارات	02	10	06	5.32	5.99	غير دال إحصائيا
النسبة %	11.11	55.55	33.33			

الجدول رقم 08: يبيّن إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال حصّة ت ب ر.



الشكل البياني رقم 08: العلاقة بين الأستاذ والتلميذ خلال الحصة

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 08 نلاحظ أن نسبة55.55 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على طبيعة علاقتهم مع التلاميذ خلال الحصّة أنها عادية، ونسبة33.33% يؤكدون على أن علاقتهم مع التلاميذ سيّئة، وفي المرتبة الأخيرة نسبة11.11%من الأساتذة يقولون أن علاقتهم مع التلاميذ جيّدة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على5.32 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أصغر من **ك^2** المجدولة أي أنه لا توجد **دلالة إحصائية** بين علاقة الأستاذ بالتلاميذ العادية وبين علاقة الأستاذ بالتلاميذ السّيئة وبين علاقة الأستاذ بالتلاميذ الجيدة، ويرجع الباحث ذلك إلى إهتمام الأستاذ بتلاميذه والسعي إلى

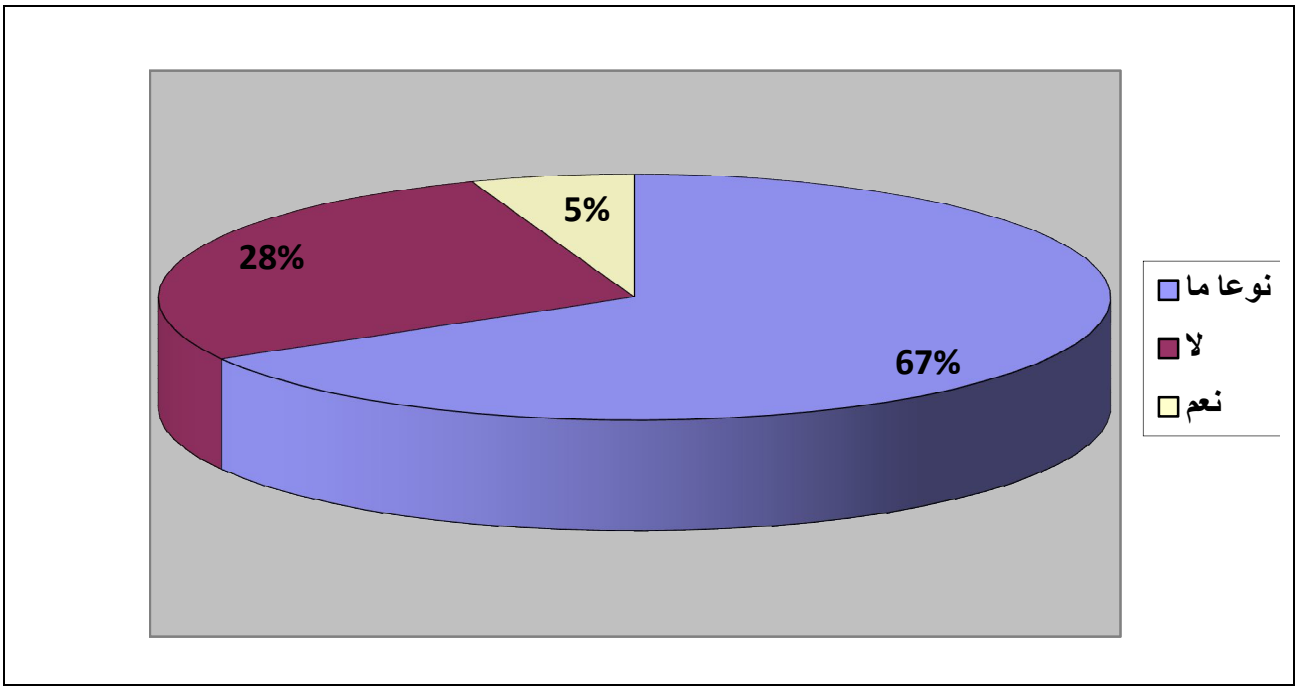
إكتساب قلوبهم رغب كل الصعوبات والتصرفات الناجمة عن سلوك التلاميذ وردود أفعالهم المشينة. وهذا ما أكد في **رسالة الماجستير للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم:**[1] "إن سوء العلاقة مع التلاميذ والتي تشكل أحد مصادر الضغوط الأكثر تأثيرا على صحة المدرس النفسية والجسمية وعلى سلوكه وأدائه.

السؤال الرابع: هل يشارك التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة؟ "نعم" "لا" "نوعا ما"؟

الغرض: معرفة مشاركة التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة.

السؤال	الإجابات			$ك^2$ المحسوبة	$ك^2$ المجدولة	الدلالة الإحصائية
04	نعم	لا	نوعا ما			
التكرارات	01	05	12	10.32	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	5.55	27.77	66.66			

الجدول رقم 09: يبيّن إجابات الأساتذة حول مشاركة التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة.



الشكل البياني رقم 09: مشاركة التلاميذ في الألعاب المقدمة من طرف الأستاذ

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 09 نلاحظ أن نسبة66.66 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أن التلا ميذ نوعا ما يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة، ونسبة27.77% يؤكدون أن التلا ميذ لا يشاركون في الألعاب داخل

[1] – الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

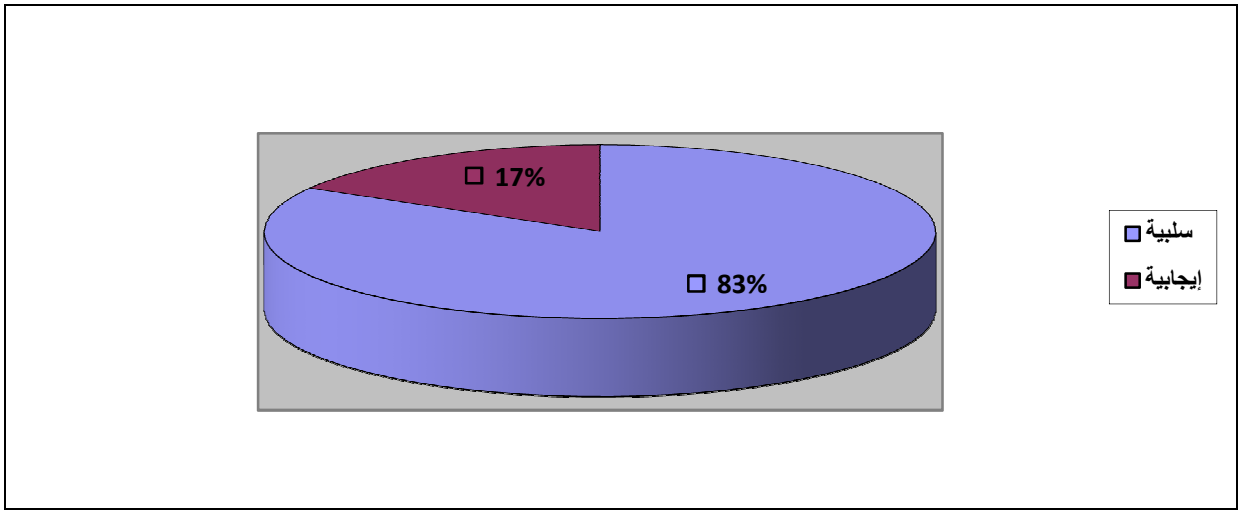
المؤسسة ، وفي المرتبة الأخيرة نسبة5.55%من الأساتذة يقولون أن التلا ميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على10.32 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين التلاميذ الذين نوعا ما يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة، التلا ميذ لا يشاركون في الألعاب والتلاميذ الذين يشاركون ومنه نستنتج أن التلاميذ لا يشاركون بصفة كبيرة في الألعاب داخل المؤسسة وهذا ما يؤثر على آداء الأستاذ. وهذا أيضا ما جاء في **رسالة الماجستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم**[1] عن سوء العلاقة مع التلاميذ بصفة عامة ومابنجم عنه من أسباب.

السؤال الخامس: إستجابة التلاميذ أثناء تقديمكم للعبة ما في حصّة التربية البدنية والرياضية. "ايجابية" "سلبية"؟

الغرض: معرفة تطبيق واستجابة التلاميذ للألعاب في الحصّة.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
05	إيجابية	سلبية			
التكرارات	03	15	08	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	16.66	83.33			

الجدول رقم 10: يبيّن إجابات الأساتذة حول إستجابة التلاميذ أثناء تقديم لعبة ما خلال الحصّة.



الشكل البياني رقم 10: يبين تطبيق وإستجابة التلاميذ عند تقديم لعبة ما

[1]- الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 10 نلاحظ أن نسبة83.33% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن استجابة التلاميذ عند تقديمنا للعبة ما خلال الحصة سلبية، في حين أن نسبة 16.66% من التلاميذ يستجيبون عند تقديمنا للعبة ما إستجابة إيجابية. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على08 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1.وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون على أن التلاميذ يستجيبون عند تقديمهم للعبة ما خلال الحصة إستجابة إيجابية، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس، ومنه نستنتج أن إستجابة التلاميذ أثناء تقديم لعبة ما في حصّة التربية البدنية والرياّضية سلبية ممّا يؤثّر على آداء الأستاذ. من خلال ماجاء في **رسالة الماجيستر للباحثة الفاغوري فايزة عبد الكريم**[1] نستنتج: أنّ عدم إهتمام التلاميذ بالحصة وعدم وجود الرغبة، يجعل منهم لايهتمون بالألعاب التي يقدمها الأستاذ.

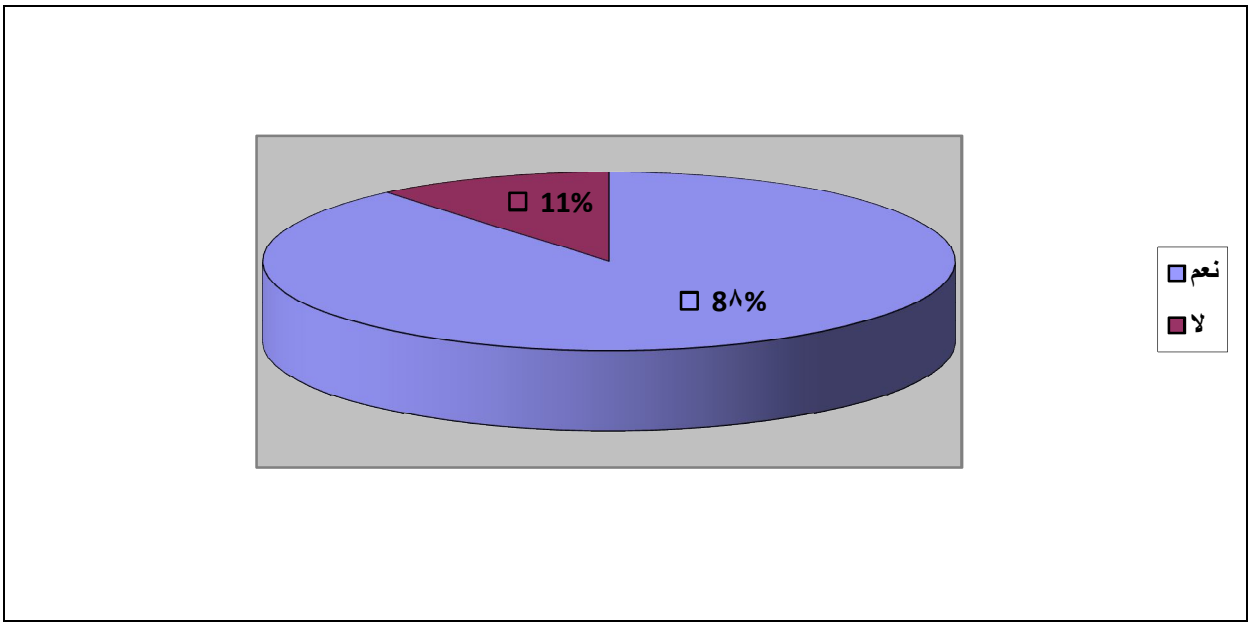
السؤال السادس: هل تأثر الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
06	نعم	لا			
التكرارات	16	02	10.88	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	88.88	11.11			

الجدول رقم11: يبيّن إجابات الأساتذة حول تأثير الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ.

[1]- الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، مرجع سبق ذكره، ص19



الشكل البياني رقم 11: قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية وتأثيرها على آداءه

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 11 نلاحظ أن نسبة88.88% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ، في حين أن نسبة 11.11% من الأساتذة يؤكدون أنّ الخصائص المزاجية لمرحلة المراهقة لا تؤثر على أداء الأستاذ . وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على10.88 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ الخصائص المزاجية لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس، ومنه نستنتج أنّ الخصائص المزاجية لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ ممّا يؤثّر سلبا عليه.وهذا ما أكّده الدكتور **أحمد بسطويسي**[1] " الفترة الأولى من المراهقة فترة انفعالات عنيفة فيثور المراهق لأتفه الأسباب، و..... .....لا يستطيع أن يتحكم في المظاهر الخارجية لحالته الإنفعالية فهو يصرخ ويدفع الأشياء عند غضبه ونفس الظاهرة تبدو عليه عندما يشعر بالفرح فيقوم بحركات لا تدل على الإتزان الإنفعالي.

[1]- بسطويسي أحمد ، **أسس ونظريات الحركة** ، دار الفكر العربي، ط1 ، 1996 ، ص 185

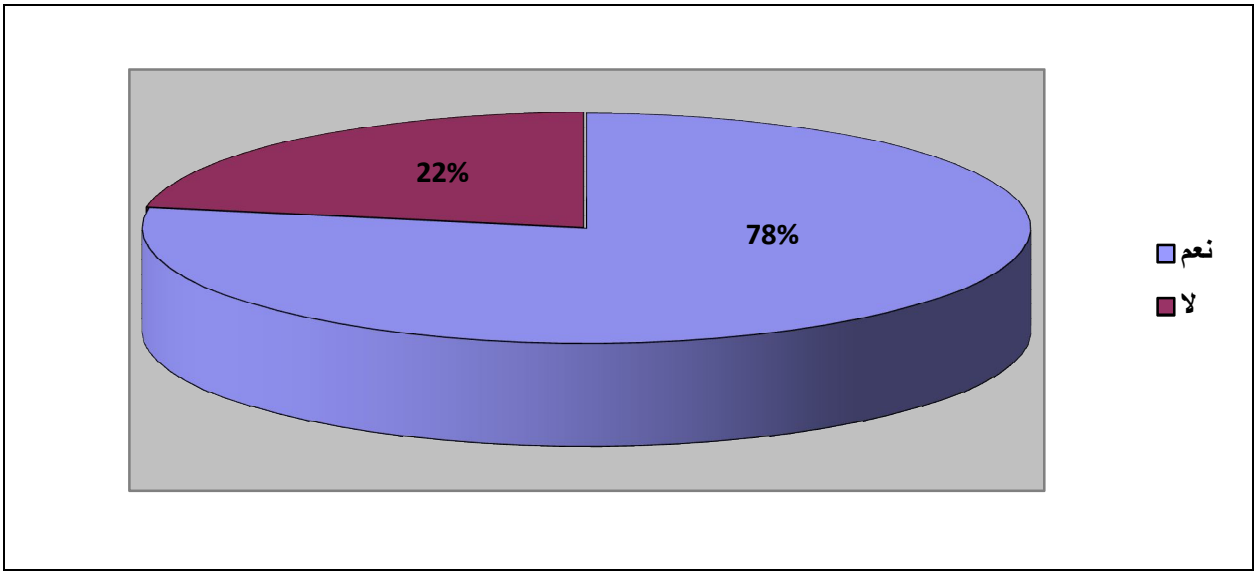
04-المحورالثالث: - للعوامل الاجتماعية تأثيرا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.

السؤال الأول: هل يوجد تنسيق بينك وبين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة وإبراز الروابط القوية والإهتمامات المشتركة بين الأساتذة في تحديد الأهداف.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
01	نعم	لا			
التكرارات	14	04	14	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	77.77	22.22			

الجدول رقم 17 يبيّن: إجابات الأساتذة حول الكشف عن الروابط القوية والإهتمامات المشتركة بين الأساتذة في تحديد الأهداف في كل مستوى.



الشكل البياني رقم 17: التنسيق بين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 17 نلاحظ أن نسبة77.77% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّه يوجد تنسيق بينهم وبين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى و 22.22 من الأساتذة المستجوبين أكدو أنه لا يوجد تنسيق بين زملاء المادة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على14 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة

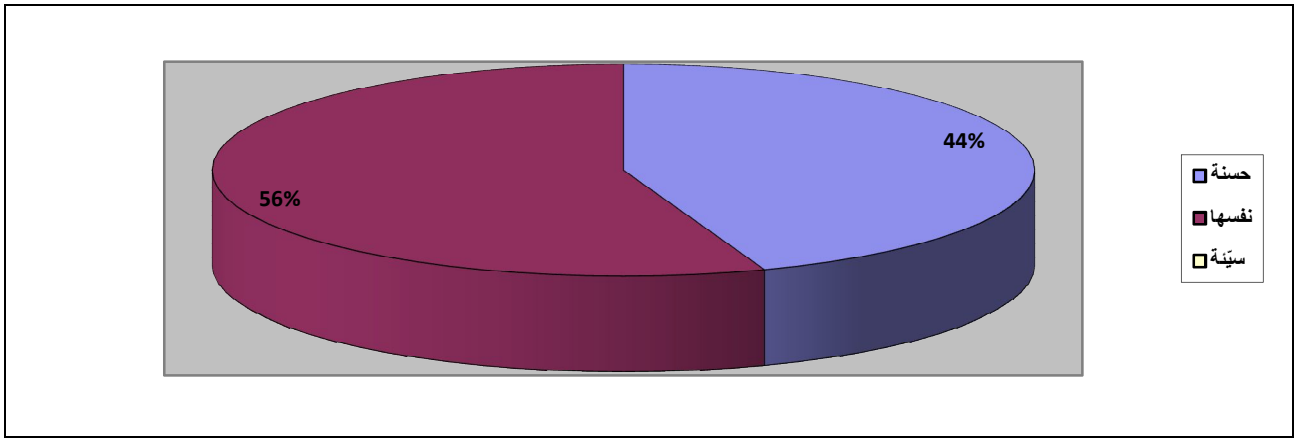
حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك²** المحسوبة أكبر من **ك²** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين التكرارات أي أنّه يوجد تنسيق بين أساتذة التربية البدنية في تحديد الأهداف في كل مستوى، وهذا لايؤثر على آداء الأستاذ، أي يؤثر عليه ايجابيا. وهذا ما أظهرته دراسة **بلازي وآخرو**

السؤال الثاني: كيف هي علاقتك بأساتذة المواد الأخرى مقارنة بأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟ "حسنة" "نفسها" "سيّئة"؟

الغرض: معرفة طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى.

السؤال	الإجابات			ك² المحسوبة	ك² المجدولة	الدلالة الإحصائية
02	حسنة	نفسها	سيّئة			
التكرارات	08	10	00	9.32	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	44.44	55.55	00			

الجدول رقم 18 يبيّن: إجابات الأساتذة حول طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى.



الشكل البياني رقم 18: طبيعة العلاقة بين أساتذة ت ب ر وأساتذة المواد الأخرى

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدولة رقم 18 نلاحظ أن نسبة55.55%من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى نفسها العلاقة بين زملاء المادة، ونسبة44.44% يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى حسنة. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك² إذ تحصلنا على9.32 وك² المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك²** المحسوبة أكبر من **ك²** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى نفسها ، والذين يقولون أنها حسنة. ومنه نستنتج أن العلاقة بين

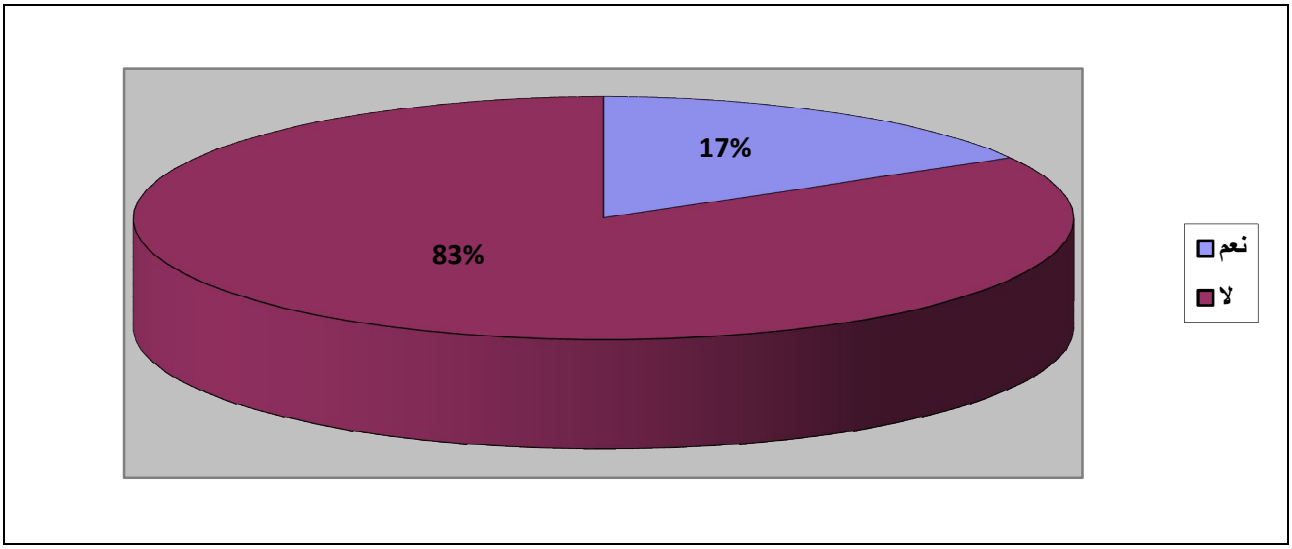
أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى هي نفس العلاقة فيما بينهم مما يساعد الأستاذ على القيام بعمله على أكمل وجه دون ضيق أو مشاكل.وهذا يؤثر ايجابيا على آداء الأستاذ. وهذا ما أكده **الدكتور صباغ زهير**[1]: إن عدم القدرة على إنشاء علاقات طيبة ومثمرة مع زملاء العمل يكون مصدر ضغط الفرد.

السؤال الثالث: هل معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية؟ "نعم" "لا" "إلى حدّ ما"؟

الغرض: معرفة مكانة ما يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية بالنسبة للأوساط الأسرية.

السؤال	الإجابات			ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة الإحصائية
03	نعم	لا	إلى حد ما			
التكرارات	03	15	00	21.5	5.99	دال إحصائيا
النسبة %	16.66	83.33	00			

الجدول رقم 19: يبيّن إجابات الأساتذة حول تقدير الأوساط الأسرية لعمل ما يقدّمه أستاذ ت ب ر.



الشكل البياني رقم 19: تقدير الأوساط الأسرية لما يقدمه أستاذ ت ب ر من أجل أبنائهم

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 19 نلاحظ أن نسبة83.33 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية ، ونسبة16.66% أنّ معظم الأوساط الأسرية يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو

[1]– الصباغ زهير :ضغط العمل المجلة العربية للإدارة، الرياض، المجلد الخامس، العدد الأول و الثاني، .حريزان،سنة 1981 ، ص30

إختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على21.5 وك^2 المجدولة هي 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 2. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة المستجوبين الذين يأكدون أنّ الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية، والذين يقدرون. ومنه نستنتج أن معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية. وهذا يؤثّر سلبا على أداءه. وهذا ماجاء في دراسة **ساريكي وكولي1987**[1] حول العلاقة بين الإحتراق النفسي والعوامل البيئية داخل العمل، حيث تبين أن وجود دعم اجتماعي وتفاعل بين العاملين وزملائهم في العمل ووجود علاقات اجتماعية حسنة أيضا مع أشخاص خارج محيط العمل كأولياء التلاميذ تساعد في تخفيف الإصابة بالإحتراق النفسي.

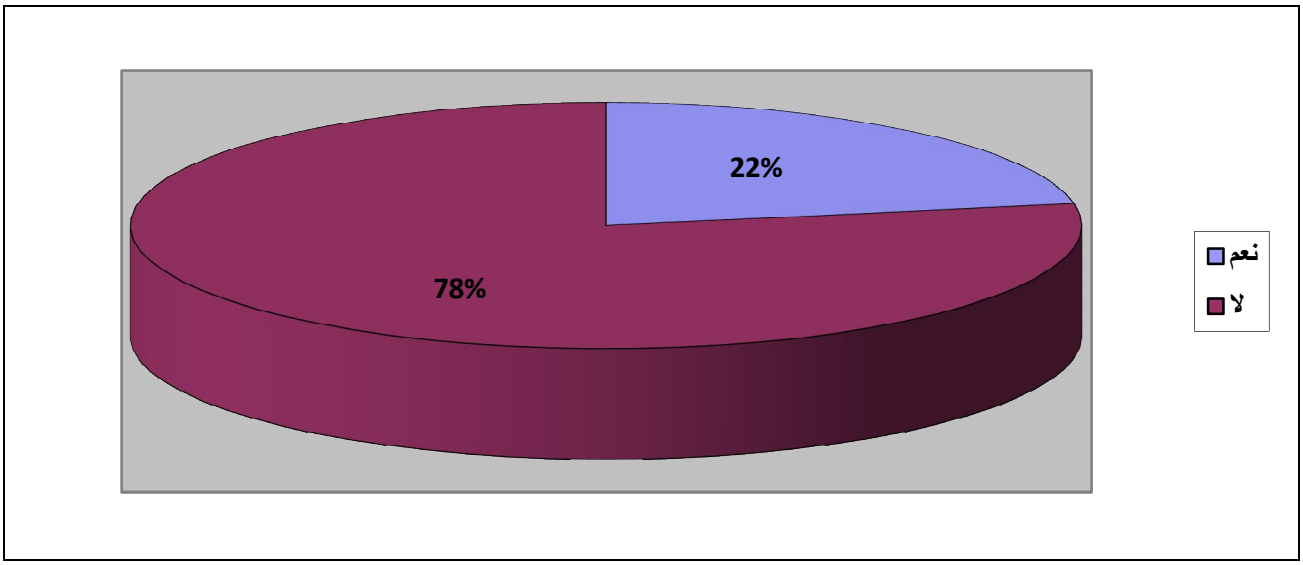
السؤال الرّابع: هل يقدر المشرف التربوي الجهد الذي تقوم به؟ "نعم" "لا"؟

الغرض: معرفة إذا كان المشرف التربوي يقدّر عمل الأستاذ أم لا.

السؤال	الإجابات		ك^2 المحسوبة	ك^2 المجدولة	الدلالة احصائية
04	نعم	لا			
التكرارات	04	14	5.55	3.84	دال إحصائيا
النسبة %	22.22	77.77			

الجدول رقم 20 يبيّن: إجابات الأساتذة حول تقدير المشرف التربوي لما يقدّمه أستاذ ت ب ر.

[1]– حرتاوي هند عبد الله : **مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن**، .رسالة ماجستير، إشراف د .عفاف حداد، جامعة اليرموك، سنة 1991 ، ص20



الشكل البياني رقم 20: تقدير المشرف التربوي لما يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية.

التحليل والمناقشة:

من خلال الجدول رقم 20 نلاحظ أن نسبة77.77 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ المشرف التربوي لا يقدر عمل الأستاذ، في حين أن نسبة 22.22% من الأساتذة يؤكدون أنّ المشرف التربوي يقدر عمل الأستاذ. وبعد تحليل نتائج الجدول لم نستطع معرفة مدى تطابق أو اختلاف التكرارات المجمعة، فقمنا بحساب ك^2 إذ تحصلنا على5.55 وك^2 المجدولة هي 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة حرية 1. وعليه بعد مقارنتنا نجد أن **ك^2** المحسوبة أكبر من **ك^2** المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وعند درجة الحرية01 أي أنه توجد **دلالة إحصائية** بين الأساتذة الذين يؤكدون أنّ المشرف التربوي لا يقدر عمل الأستاذ، وبين الأساتذة الذين يقولون العكس. ومنه نستنتج أنّه لايوجد إختلاف بين الأساتذة الذين يرون أنّ المشرف التربوي يقدر عمل الأستاذ، والذين يرون العكس.ومنه نستنتج أن المشرف التربوي لايقدر عمل الأستاذ مما يشعرة بالقلق والنقص والعدم الرضى ويؤثر على آداءه سلبا. وهذا **ماأكده الدكتور المساد محمود أحمد**[1]حيث أظهرت نتائج دراسته (1983) أن ثمة تركيزا عاليا من المشرفين على السلوك النقدي للمعلمين الذي يؤدي إلى ثورتهم واتخاذهم سلوكا عدوانيا.

[1]– المساد محمود أحمد: **الإشراف التربوي الحديث، واقع وطموح**، دار الأمل، عمان، سنة 1986 ص35

السؤال الخامس: كيف هي نظرة المجتمع لأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟

وضّح بإختصار.....

الغرض: من خلال هذا السؤال المفتوح نتمكن من معرفة آراء الأساتذة حول نظرة المجتمع لهم.

التحليل والمناقشة:

بعد تفريغ نتائج الإستمارات والقيام بعملية التحليل والتفسير لما قاله الأساتذة توصلنا إلى تدوين ما يلي:

- نظرة المجتمع إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية نظرة سلبية.
- ليس لديه أي مكانة في التدريس وتربية النشئ.
- لايمتلك لمستوى مهني يسمح له بالتعامل المنهجي مع التلاميذ.
- درسه أوحصّته تعتبر مضيعة للوقت وليس هناك أي فائدة في ذلك.
- يتلقى راتبا شهريا دون مشقة أو تعب مقارنة بأساتذة المواد الأكاديمية الأخرى.

*ومنه نستنتج أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يتعرض لضغوطات إجتماعية جدّ كبيرة تقف أمام مشواره العملي وتؤثر سلبا على آداءه. (ينطبق هذا على بيئتنا –البيئة الجزائرية–). وجاء هذا في **دراسة كوب 1976:**[1] أن الدعم الاجتماعي المعبِّر والفعّال مثل الشعور بالعناية والجد والتقدير والقيمة والإنتماء إلى شبكة من العلاقات الإجتماعية وإستقبال مساعدة ووجود أفراد محظوظين يمكن أن يعتمد عليهم الفرد، كلها عوامل تؤدي إلى تخفيف الإحساس بالضغوط.

خلاصة الفصل:

إحتوى هذا الفصل على عرض وتحليل النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية بعد معالجتها إحصائيا، وقد تبين من خلال نتائج الاستبيان أنّ أستاذ التربية البدنية والرياضية يواجه حقيقة صعوبات وضغوطات مهنية ونفسية تؤثر سلبا على آداءه، وهذا ما أظهرته النتائج بعد المعالجة الإحصائية.

وفي الأخير يمكن القول أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يواجهون ضغوطات مهنية على غِرار أساتذة المواد الأخرى، وعلى عكس مايظن ويراه الوسط الإجتماعي لهذه المهنة.

[1]– الرشيدي هارون توفيق: **الضغوط النفسية، طبيعتها، نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها**، المكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، سنة 1999 ، ص34

الفصل الثالث:

الإستنتاجات والإقتراحات

- مقابلة النتائج بالفرضيات:

-إفترض الباحث في **الفرضية الأولى** أن عدم تحكم الأستاذ في الوسائل العلمية والتكنولوجية يؤثر سلبا على آدءه خلال الحصة. وقد أثبتت نتائج إستمارة الإستبيان صدق الفرضية في جميع أسئلة المحور إلاّ في السؤال الرابع والخامس نفيا صدق الفرضية حيث وجد الباحث أنّ نسبة 83.33% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية يؤثّر على آداءه وهذا في السؤال الأول، أمّا بالنسبة للسؤال الثاني فهناك نسبة88.88 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على عدم إستخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على آداء الأستاذ، وفي السؤال الثالث نسبة 100% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على دور المستوى الثقافي للأستاذ على إستعمال الوسائل التكنولوجية، في حين أنّ نسبة72.22 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على الدّور الرئيسي لمسؤولي الإدارة والذي يساهم وبالدّرجة الأولى في إنجاح إستعمال الوسائل التكنولوجية مما يؤثر ايجابيا على آداء الأستاذوهذا في السؤال الرابع، وأخيرا نسبة94.44 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن الإدارة برمجت دورات تكوينية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال وكان ذلك في العام الماضي (2016). ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكننا القول أنّ الفرضية الأولى قد تحققت.

-إفترض الباحث في **الفرضية الثانية** - تؤثر الخصائص المميّزة(الحركات الزائدة) لمرحلة المراهقة سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية .وقد أثبتت نتائج إستمارة الإستبيان صدق الفرضية في جميع أسئلة المحور إلاّ في السؤال الثالث نفى صدق الفرضية حيث وجد الباحث أنّ نسبة83.33 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن ليس هناك إهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية، أما بالنسبة للسؤال الثاني فنسبة 94.44% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن التلاميذ ليس لديهم إندفاع وجاذبية نحو حصّة التربية البدنية والريّاضية، وفي السؤال الثالث نسبة55.55 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على طبيعة علاقتهم مع التلاميذ خلال الحصّة أنها عادية، في حين نسبة66.66%من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أن التلا ميذ نوعا ما يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة أي يشاكون رغما عنهم وليس حبا وهذا يعتبر من الضغوطات التي تؤثر على آداء الأستاذ وهذا في السؤال الرابع، أما بالنسبة للسؤال الخامس نسبة83.33% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على أن إستجابة التلاميذ عند تقديمنا للعبة ما خلال الحصة سلبية، وأخيرا وفي السؤال السادس نسبة88.88% من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثر على أداء الأستاذ. ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكننا القول أنّ الفرضية الثانية قد تحققت.

-إفترض الباحث في **الفرضية الثالثة**- للعوامل الاجتماعية تأثيرا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية.
. وقد أثبتت النتائج صدق الفرضية في جميع أسئلة المحور إلاّ السؤال الأول والثاني نفيا صدق الفرضية حيث وجد الباحث أنّ نسبة100 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّه يوجد تنسيق بينهم وبين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى، أمّا بالنسبة للسؤال الثاني فهناك نسبة55.55%من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ طبيعة العلاقة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساتذة المواد الأخرى نفسها العلاقة بين زملاء المادة،

في حين وجد الباحث أن نسبة83.33 %من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية، وهذا في السؤال الثالث، أمّا بالنسبة للسؤال الرّابع فوجد الباحث أن نسبة77.77 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أنّ المشرف التربوي لا يقدّر عمل الأستاذ، وفي الأخير جاء السؤال الخامس مفتوح وكانت إجابات الأساتذة كالتالي:

- نظرة المجتمع إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية نظرة سلبية.
- ليس لديه أي مكانة في التدريس وتربية النشئ.
- لايمتلك لمستوى مهني يسمح له بالتعامل المنهجي مع التلاميذ.
- درسه أوحصّته تعتبر مضيعة للوقت وليس هناك أي فائدة في ذلك.
- يتلقى راتبا شهريا دون مشقة أو تعب مقارنة بأساتذة المواد الأكاديمية الأخرى.

*نستنتج أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يتعرض لضغوطات إجتماعية جدّ كبيرة تقف أمام مشواره العملي وتؤثر سلبا على آداءه. ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكننا القول أنّ الفرضية الرابعة قد تحققت.

2- الإســـتنتـــــاجـــات

من خلال تفحص نتائج الإستبيان الذي تم توزيعه على أساتذة التربية البدنية و الرياضية في ولاية تيارت، تم التوصل إلى بعض الحقائق التي كنا نصبوا إليها والتي تم تسطيرها في الفرضيات، وتوصّلنا إلى مايلي:

عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل العلمية والتكنولوجية وعدم استعمالها وتوظيفها يؤثر على آداءه، والمستوى الثقافي الذي يتمتع به كل أستاذ، يساعده ويمكّنه من إستعمال هذه الوسائل، ووجدنا ايضا أنّ إستعمال الوسائل التكنولوجية يتطلب خبرة مهنية للأستاذ، وكشفنا أيضا الدور الفعّال الذي تقوم به الإدارة حيث تقوم بدورها في إنجاح إستعمال هذه الوسائل ومساعدة وتشجيع الأستاذ في ذلك، وقيام هذه الأخيرة أيضا ببرمجة دورات تكوينية خاصة في تكنولوجيا الإعلام والإتّصال. إلاّ أنّ التلاميذ يشكلون عائق أمام الأستاذ أثناء تفعيل الحصّة من جميع الجوانب والنواحي خاصة تلك التي تطرقنا إليها في الإستمارة الخاصّة بالإستبيان حيث أن: التلاميذ لا يبدون أيّ إهتمام بحصّة التربية البدنية والرياضية، وليس لديهم أيّ دافعية نحو الإنجاز ولايشاركون في الألعاب المنظّمة من طرف الأستاذ بمختلف أنواعها بصفة إيجابية بل العكس، كما أشار الأساتذة إلى طبيعة العلاقة بينهم وبين التلاميذ ووصفوها بالعادية، وأكدوا على أنّ الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة تؤثّر على آداء الأستاذ.

أمّا فيما يخص المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية التي تتوفر عليها معظم المؤسسات فهي غير كافية، ووجدنا أيضا أنّ عدد التلاميذ لايتناسب مع الإمكانات المتاحة وهنا يقف الأساتذة أمام عائق كبير ألى وهو: الإكتظاظ، وأشار الأساتذة إلى عدم جاهزية المنشآت للإستعمال، ووجدنا أيضا أن الأساتذة يشتكون من عدم صلاحية وملائمة غرف تبديل الملابس رغم تواجدها.

وفي الأخير تطرق الباحث إلى مدى تأثير الضغوطات الإجتماعية على الأستاذ ، حيث وجدنا من ناحية زملاء المادّة أنه هناك تنسيق فيما بينهم في تحديد الأهداف، وطبيعة العلاقة بينهم وبين أساتذة المواد الأخرى هي نفس العلاقة ممّا يساعد على خلق جو عمل مريح ومطمئن، وفيما يخص الإشراف (المشرف التربوي) وجدنا أنّه لا يقدّر عمل الأستاذ ويمارس عليه سلوك نقدي والتركيز على السّلبيات، ووجدنا أيضا ولسوء الحظّ أن معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) لا تقدّر عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية بالإضافة إلى الوسط الإجتماعي (المجتمع) الذي يرى الأستاذ بوجهة نظر سلبية.

3- الإقتـــــــــــــــراحـــــــات:

بعد الاطلاع على أهم العوامل التي تؤثر على آداء الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية، و التي تحول دون وصوله إلى تحقيق أهداف التربية البدنية الرياضية و هذا في المؤسسات التربوية وفي الطور الثانوي بالتحديد. تم الخروج باقتراحات وبعض الفرضيات المستقبلية التي تسمح لنا بترك مجال البحث مفتوح في هذه المواضيع الهامة، والتي ندرجها في ما يلي:

– رد الإعتبار والإهتمام بموضوع ما يعرف بتكنولوجيا الإعلام والإتصال وإدراجه في مادة التربية البدنية والرياضية وذلك لمواكبة تطورات العصر والطرق الحديثة في التدريس.

– إعادة النظر في تحديد أهداف التربية البدنية والرياضية وفق الإصلاحات التي تمس قطاع التربية والتعليم.

– تكوين بعد الخِدمة لأستاذ التربية البدنية والرياضية بعد ذلك التكوين الذي تلقّاه في معاهد التربية البدنية والرياضية، بهدف ترسيخ المبادئ والمعارف والتقنيات الأساسية الخاصة بالمادة وتكوين ما يعرف بالأستاذ الكفؤ والمأهل.

–تجهيز أي مؤسسة تربوية بالوسائل البيداغوجية و المنشآت القاعدية وذلك لتسهيل إجراء عملية التدريس.

– تقليل من عدد التلاميذ ووضع حل لظاهرة إكتظاظ التلاميذعلى مستوى الأقسام إن أمكن.

– الدّور الفعّال للأستاذ في إظهاره للتلميذ أن المعلومات والمفاهيم المكتسبة في مجال رياضي ما يمكن تطبيقها حتى في الحياة اليومية.

– على الأستاذ أن يعطي الصورة الحسنة لشخصه وفرض نفسه ومكانته، ومعرفة الدور الرئيسي والفعّال الذي يلعبه في المجتمع، حيث يعتبر البذرة الطيّبة والقدوة الحسنة لهذا المجتمع.

خاتمة

خاتمة:

لقد بدأنا بحثنا من المجهول وها نحن الآن ننهي هذا العمل المتواضع بما هو معلوم، وبدأنا بما هو غامض وها نحن الآن ننهيه بما هو واضح، وبدأنا بإشكال وافتراضات وها نحن الآن ننهيه بحلول ونتائج وتوصيات، حيث أن لكل بداية نهاية ولكل منطلق هدف مسطر ومقصود، وها نحن الآن نخط أسطر خاتمة بحثنا التي سنحاول من خلالها تقديم زُبدة الموضوع ومدى تحقيق الهدف المرجو من ذلك ،وتقديم افتراضات مستقبلية تساعد الباحثين على مواصلة البحث أو إعادة دراسته من جوانب أخرى، حيث انطلقنا من تعاريف ومصطلحات، تجسدت بجمع المعلومات ومعالجتها وتحليلها معتمدين في ذلك على العمل المنهجي الذي لا يخلوا من الضوابط والإلتزامات المنهجية المطلوبة، حيث وضعنا في مقدمة أهدافنا إزالة الغموض والإلتباس الذي لمسناه أثناء بداية هذا الموضوع، لهذا كانت من أهم الخطوات المعتمدة هي تنظيم العمل في إطار علمي ومنهجي.

فإن أستاذ التربية البدنية والرياضية يواجه عوامل كبيرة في المؤسسات التربوية تؤثر سلبا على آداءه خاصة في الأطوار الثانوية نظرا للطبيعة المعقدة لشخصية التلميذ المراهق، وطريقة تعامل الأستاذ مع هذه الفئة، فإنه ليس من السهل إدماجه في مختلف الألعاب التي ينظمها الأستاذ في إطار حصة التربية البدنية والرياضية وشعوره بالملل خلال ممارسة التمرينات الرياضية أثناء الحصة.

ومن جهة أخرى أثبتت دراستنا أن عدم إستعمال الأستاذ للوسائل العلمية والتكنولوجية أو عدم القدرة على التحكم فيها يؤثر على آداءه، كما توصلنا أيضا إلى إثبات ماهو أهم وجدير بالذكر وما يعانيه معظم أساتذة التربية البدنية والرياضية، ألى وهو نقص الوسائل البيداغوجية والمنشآت الرياضية وماله من تأثيرات سلبة على آداء كل من الأستاذ وحتى التلميذ خلال الحصّة. وتناولنا أيضا مشكل العوامل المؤثرة على اداء أستاذ التربية البدنية والرياضية، فأثبتت دراستنا انه هناك تاثيرللاستغلال الغيرجيد للوسائل العلمية والتكنولوجية وكذا الفئة العمرية وخصائصها(المراهقة)اضافة الى الأسرة والمجتمع ومسؤولي المؤسسات على آداء الأستاذ، أما بالنسبة إلى زملاء المادة وأساتذة المواد الأخرى فلا يشكلون أي تأثير على أستاذ التربية البدنية والرياضية.
وعلى ضوء الاستنتاجات واستنادا إلى هذه الدراسة التي قمنا بها والتي أكدنا بها صحة فرضياتنا في معظم أسئلة الإستمارة الإستبيانية، توصلنا إلى كشف حقيقة مختلف العوامل المهنية التي تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

وأخيرا نذكر أن هذا البحث يبقى مفتوح للبحث فيه والتعمق في دراسته من جوانب أخرى لم نتطرق إليها، وكإنطلاقة لدِراسات أخرى من زوايا أخرى، وبرؤية وآفاقٍ جديدة

المصادر والمراجع

قائمة المراجع:

قائمة المراجع باللغة العربية:

أ- إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: **طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي**، مركز الكتاب للنشر، مصر،2000.

ب-الرشيدي هارون توفيق: **الضغوط النفسية، طبيعتها، نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها**، المكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، سنة1999.

ت- الشهراني عامر عبد الله سليم ورفاع سعيد محمد :الاجهاد **النفسي مصادره وطرق مقاومته لدى معلمي معلمات العلوم بالمنطقة الجنوبية الغربية من المملكة السعودية**، إصدارات مركز البحوث التربوية، سنة 1995.

ث- العيسوي عبد الرحمان :**مناهج البحث العلمي**، المكتب العربي الحديث، مصر، 1996.

ج- المساد محمود أحمد: **الإشراف التربوي الحديث**، واقع وطموح، دار الأمل، عمان، سنة 1986.

06- أمين أنور الخولي، **أصول التربية البدنية و الرياضية، مدخل تاريخ فلسفة**، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1،1998.

ح- أمين أنور الخولي، **أصول التربية البدنية والرياضية** . القاهرة : دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية ، 2002.

08- أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي ، **مناهج التربية البدنية المعاصرة** ، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة، مصر، 2000.

خ- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، **التربية الرياضية المدرسية**، القاهرة: دار الفكر العربي، الطبعة4.

د- أنوف ويتج، **مقدمة في علم النفس**، ترجمة عادل عز الدين وآخرون، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية، 1994.

ذ- بسطويسي أحمد، **أسس ونظريات الحركة**، دار الفكر العربي، ط1، 1996.

ر- بشير صالح الرشيدي: **مناهج البحث التربوي**، دار الكتاب الحديث، 2000 .

ز- بولسر و آخرون، **أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة**، ترجمة عبد العزيز سلامة، مكتبة الفلاح، ط1، الكويت،1976.

س- بيتر ج .ل تومسون، **مدخل إلى نظريات التدريب**. القاهرة: مركز التنمية الإقليمي، 1996.

ش- توما جورج خوري، **سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق**، المؤسسة الجامعية للدراسات، ط1، بيروت، ج، 2000.

ص- جرير سارا زيف :**إدارة الضغوط من أجل النجاح**، ترجمة مكتبة جرير، الرياض،سنة 1999 .

ض- حامد عبد السلام زهران، **الطفولة والمراهقة**، عالم الكتاب، ط1، 1995.

– ط– عبد العزيز عبد المجيد محمد. **سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي،** مركز كتاب النشر القاهرة 2005.

– رابح تركي، **أصول التربية والتعليم**، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، 1990.

ظ– راجح أحمد عزت، **مشاكل الشباب النفسية**، جماعة النشر العالمي، مصر، 1945.

ع– زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، **طرق تدريس التربية الرياضية**، القاهرة :دار الفكر العربي، 2008.

غ– سامي عريف وآخرون: **مناهج البحث العلمي وأساليبه**، ط2، دار مجدلاوي للنشر، عمان، سنة1999.

ف– ستورا بنجمان : **الإجهاد أسبابه وعلاجه**، ترجمة أنطوان أ.الهاشم، منشورات عويدات، بيروت، 1997.

ق– صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، **التربية وطرق التدريس**، مصر:دار المعارف، الطبعة الأولى، 1984.

ك– عبد الرحمن عيسوي : **الصحة النفسية والعقلية** – دار النهضة العربية للطباعة والنشر بيروت 1992.

ل– عبد الستار :**علم الأمراض النفسية والفعلية**، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.

27– عبد العالي الجسيماني، **سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية**، دار البيضاء للعلوم، لبنان، 1994.

م– عبد العزيز المجيد :**سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي** –مركز الكتاب للنشر–الطبعة الأولى سنة2005 .

ن– عبد الغني الديدي، **ظواهر المراهق وخفاياه**، دار الفكر للملايين، ط1، 1995.

هـ– عثمان فاروق السيد :**القلق وإدارة الضغوط النفسية**، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.

و– عسر علي: **السلوك التنظيمي في المجال التربوي**، دار القلم لنشر والتوزيع، الكويت، 1987.

ي– عسكر سمير أحمد :**متغيرات ضغط العمل**، دراسة نظرية وتطبيقية في قطاع المصارف بدولة الإمارات العربية المتحدة، الإدارة العامة، الرياض، العدد 10 ديسمبر1988.

ج– عسكر علي :**ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث، دمشق، سنة2000.

د– علي الجبر زينب: **السعة المكانية والإضاءة والتهوية الخاصة بحجرات الأقسام العلمية والأدبية في مدارس التعليم العام بدولة الكويت**، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد الحادي عشر،السنة السادسة،7 199.

أ– عنايات محمد أحمد فرج : **مناهج وطرق تدريب التربية البدنية** ، دار الفكر العربي، القاهرة1998.

ب– عواطف أبو العلاء، **التربية السياسية للشباب ودور التربية البدنية**، دار النهضة ، القاهرة، بدون سنة.

ت– عيسوي عبد الرحمن :**الأمراض السيكوسوماتية**، دار النهضة العربية، بيروت، سنة 1994.

ث– فاخر عاقل، **علم النفس التربوي**، دار العلم للملايين، سنة1982.

ج– فؤاد البهي السيد، **الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة**، دار الفكر العربي، مصر،1956.

ح- قاسم حسن حسنين، **الفيزيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي**، ط1، دار الحكمة، جامعة بغداد1990 .

خ- كمال دسوقي، **النمو التربوي للطفل والمراهق**، دار النهضة العربية، سنة 1979.

د- ليفي لينارت: **التوتر في الصناعة، أسبابه وآثاره**، والوقاية منه، ترجمة رزوق سند إبراهيم ليلى، دار النهضة، العربية، بيروت،1995.

ذ- محمد السباعي، **معلم الغد ودوره** . دار المعارف، الطبعة الأولى، 1985.

ر- محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، **تكنولوجيا إعداد و تأهيل معلم التربية الرياضية**. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر، ط2، 2004.

ز- محمد شفيق زكي :**البحث العلمي الخطوات والمنهج لإعداد البحوث الاجتماعية**، المكتب الجامعي، مصر، 1985.

س- محمد محمد الشحات، **تدريس التربية الرياضية**. القاهرة: العلم والإيمان للنّشر والتوزيع، ط1، 2007.

ش- محمد مصطفى زيدان، الكفاية الإنتاجية للمدرّس. بيروت: دار النشر، ط01.

ص- محمد منير مرسي: **الإدارة المدرسية الحديثة**، عالم الكتب، طبعة معدلة ومنقحة، سنة 1995.

ض- محمود حسن، **الأسرة ومشكلاتها**، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، 1981.

ط- محمود كاشف، **الإعداد النفسي للرياضيين**، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1991.

ظ- مصطفى فهمي، **سيكولوجية الطفولة والمراهقة**، دار المعارف الجديدة، 1986.

ع- معروف رزيق، **خطايا المراهقة**، دار الفكر، ط2، دمشق، 1986 .

غ- مفتي ابراهيم حمادة، **التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة**، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر،1996.

ف- ناصر ثابت :**أضواء على الدراسة الميدانية**، مكتبة الفلاح الكويتية، 1984.

ق- نثبيال كانتور، **المعلم ومشكلات التعليم والتعلم**، ترجمة حسن الفقهي مصر: ط01، دارالمعارف، 1972.

ك- هيجان عبد الرحمن بن محمد: **ضغوط العمل**، منهج شامل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الادارة العامة. مركز البحوث والدراسات الإدارية، الرياض، 1988.

ل- وجيه محجوب: **طرائق البحث العلمي ومناهجه**، دار الكتاب للطباعة والنشر، الموصل، 1991.

م- يوسف ميخائيل أسعد، **رعاية المراهقين**، دار غريب للطباعة والنشر، دون طبعة وبلد وسنة.

ن-أحمد بدر: **أصول البحث العلمي ومناهجه**، وكالة المطبوعات الكويت، 1979.

هـ-أحمد عبد الخالق: **علم النفس المهني**-الدار الجامعية للطباعة والنشر- بيروت، سنة1983.

و-السالم مؤيد سعيد سليمان: **التوتر التنظيمي، مفاهيمه، وأسبابه واستراتيجيات إدارته**، الإدارة العامة، العدد68، أكتوبر، 1990.

ي-محمد السيد: **الإحصاء البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية**، ط2، دار النهضة العربية، مصر، 1970.

ثانيا: الرسائل والأطروحات الجامعية

01-أبو مغلي سمير: **مستوى ومصادر التوتر النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية الإعدادية والثانوية،** رسالة ماجستر، إشراف د.سليمان الريحاني وخليل عليان، الجامعة الأردنية، عمان، 1987 .

02-الفاغوري فايزة عبد الكريم :**الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن،** رسالة ماجستير، إشراف د.جميل الصمادي، الجامعة الأردنية، عمان، سنة 1990.

03- حرتاوي هند عبد الله : **مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن،** .رسالة ماجستير، إشراف د .عفاف حداد، جامعة اليرموك، سنة1991.

04- دعنا وفاء طاهر: **الضغط النفسي عند المرشدين في المدارس التابعة لوزارة التربية والتعليم في الأردن،** رسالة ماجستير، إشراف رياض يعقوب، الجامعة الأردنية، عمان،1994.

05- دليلة عيطور: **الضغط النفسي والاجتماعي لدى الممرضين** -رسالة ماجيستر -جامعة الجزائر معهد علم النفس

ثالثا: المجلات والدوريات

01- الصباغ زهير: **ضغط العمل، المجلة العربية للإدارة،** الرياض، المجلد الخامس، العدد الأول و الثاني، حريزان، سنة1981.

02- علي الجبر زينب :**السعة المكانية والإضاءة والتهوية الخاصة بحجرات الأقسام العلمية والأدبية في مدارس التعليم العام بدولة الكويت،** مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد الحادي عشر، السنة السادسة، 1997 .

رابعا: القوانين والمناشير

- وزارة التربية الوطنية، **الأنظمة التربوية،** 2008.

قائمة المراجع باللّغة الفرنسية:

01- Fraser, T .M (1983) : **Stress et satisfaction au travail**, Bit, Genéve.

02- LEHALLE.H,**Psycologie des l'adolescent** ,sans ed,1985.

03- COUPER. CL (1994) **organisation du travail et stress d origine professionnelle « in » automation du travail**. Bit , Geneve .

04-h.stroud. **vaincre stress et l'auviete (connaissance du monde)**. Alger 1997

قائمة المراجع باللغة الإنجليزية:

01- Blasé, J ; et al 1986 : **Leadership behavior of school principals,"in" relation to teacher stress، satisfactions, and performance**, journal of humanistic education and developpement, vol24, N°044

02- Grath.j.E **Strees and behavior in organisations "in" durette. M.D (ed) hand book industrial and organisation psyhology**. Chicago Rab Mc Nolly ,1976.

03-Litt, M et Turk, D 1985: **Source of stress and dissatisfaction in experienced high**. school teachers Journal of educational research.

القواميس:

Sillamy.N.**Dictionnaire de la psychologie**. Ed bordes.1983.

الملاحق

الملحق رقم 01: استبيان موجه للأساتذة

المحور الأول: عدم القدرة على التّحكم في الوسائل العلميّة والتكنولوجية يؤثِر سلبا على أداء الأستاذ.

1- عدم قدرة الأستاذ على التحكم في الوسائل التكنولوجية يأثر على اداه.

نعم ☐ لا ☐

2- عدم استخدام الوسائل التكنولوجية خلال الحصة يؤثر على أداء الأستاذ.

نعم ☐ لا ☐

3-هل المستوى الثقافي للأستاذ يساعده على في استعمال الوسائل التكنولوجية؟

نعم ☐ لا ☐

4- يعتمد انجاح استعمال الوسائل التكنولوجيةعلى تعاون كل من:

التلاميذ ☐ مسؤولي الإدارة ☐ أساتذة ت ب ر ☐

5- هل تقوم الإدارة بإعداد برامج تكوينية دورية في تكنولوجيا الإعلام والإتصال؟

نعم ☐ لا ☐

المحور الثاني: تؤثر الخصائص المميّزة(الحركات الزائدة) لمرحلة المراهقة سلبا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية

1- هل هناك اهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم ☐ لا ☐

2- هل هناك إندفاع أو جاذبية لحصّة التربية البدنية والرياضية بالنسبة لهذه الفئة؟

نعم ☐ لا ☐

3- كيف ترى علاقتك مع التلاميذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية؟

جيّدة ☐ عادي ☐ سيّئ ☐

4-هل يشارك التلاميذ في الألعاب المنظمة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة؟

نعم ☐ لا ☐ نوعا ما ☐

5-إستجابة التلاميذ أثناء تقديمكم للعبة ما في حصّة التربية البدنية والريّاضية.

إيجابية ☐ سلبية ☐

6-هل تأثر الخصائص المميّزة لمرحلة المراهقة على أداء الأستاذ؟

نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الإجابة بـ نعم فكيف ذلك؟.....أجب باختصار

المحورالثالث: للعوامل الاجتماعية تأثيرا على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية

1- هل يوجد تنسيق بينك و بين زملاء المادة في تحديد الأهداف في كل مستوى؟

نعم ☐ لا ☐

2- كيف هي علاقتك بأساتذة المواد الأخرى مقارنة بأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟

حسنة ☐ نفسها ☐ سيئة ☐

3- هل معظم الأوساط الأسرية (أولياء التلاميذ) يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية؟

نعم ☐ لا ☐ إلى حد ما ☐

4- هل يقدّر المشرف التربوي الجهد الذي تقوم به؟

نعم ☐ لا ☐

5- كيف هي نظرة المجتمع لأساتذة التربية البدنية و الرياضية؟

وضّح بإختصار.....