

# وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تسمسليت

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص تربية  
وحرارة.

الموضوع:

العلاقة التربوية بين الأستاذ والتلميذ خلال حصص التربية البدنية والرياضية وانعكاساتها  
على الجانب النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

دراسة مسحية لبعض ثانويات مدينة تسمسليت

الدكتور المشرف

لخضاري عبد القادر

من إعداد الطالبتين:

غاميد سميرة

سايس فاطيمة الزهرة

السنة الجامعية

2015-2014

## شكر وعرافان

نشكر الله عز وجل جزيل الشكر الذي وفقنا على إنهاء هذا العمل المتواضع والجدير بالمواصلة والمتابعة.

كما يسعدنا أن نتقدم بأسمى التقدير والامتنان إلى الدكتور " لخصاري عبد القادر " المشرف الرسمي على تأطير هذه المذكرة والذي نتقدم له بجزيل الشكر والفضل على النصائح والارشادات التي مهدت لنا الطريق لإتمامه في آجاله المحددة.

كما أخص بالذكر زميلاي " مداح عبد الهادي، مالكي محمد بلحاج اللذان لم يبخلا عليا بأي شيء.

كما لا تفوتني الفرصة أن أتقدم بجزيل الشكر إلى أستاذي بالثانوية "عرباوي محمد" الذي ساعدنا كثيرا ولم يبخل علينا بشيء .

ونشكر كل من قدم لنا يد العون سواء من قريب أو بعيد.

وشكرا للجميع.

سميرة، فاطيمة الزهرة.

1\_ الإشكالية :

سلكت التربية البدنية والرياضية مسار الدروس التعليمية في إطار المنظومة التربوية, حيث تهدف إلى تكوين فرد قوي من الجوانب الفكرية والجسمية والعقلية, لهذا أدخلت المجال الدراسي ووجدت لنفسها منهاج وبرامج خاصة بها، فكان الهدف الأسمى لأستاذ هذه المادة هو تنمية الصفات الخلقية كالطاعة والشعور بالصدقة والزمالة والمحبة واقتسام الصعوبات مع الزملاء هذا من الجانب النفسي.

أما الجانب الاجتماعي يلعب دورا كبيرا من حيث التنشئة الاجتماعية للمراهق، حيث يمكن زيادة أواصر الأخوة، الاحترام، التعاون، التسامح، وكيفية اتخاذ القرارات الجماعية وكذلك مساعدة الفرد في الاندماج والتكيف مع الجماعة.

فعلاقة الأستاذ بتلاميذه وتبادل المحبة معهم ومقدار إخلاصه في عمله ونجاحه فيه يتوقف إلى حد كبير على الكيان النفسي وما هو محمل به اثر الماضي الحاضر، فهذه كلها عوامل خارجة عن إرادته ولكنها تتحكم في عمله إلى حد بعيد وتكون عناصر شخصية وتؤثر في سلوكه نحو تلاميذه وبالجملة الصريحة تؤدي إلى نجاح الأستاذ في عمله أو فشله فيه.<sup>1</sup>

ومن الملاحظ أن تلاميذ المرحلة الثانوية يتعرضون إلى مشاكل نفسية قد تتطور إلى تغيرات واضطرابات في سلوكياتهم والتي تنعكس على الناحية النفسية، الاجتماعية، الفكرية و في ضوء المتغيرات التي يمر بها الطالب في هذه المرحلة سواء المتعلقة بنموه الذاتي أو بالنسبة للمجتمع المدرسي الذي يتميز

بطابع خاص في المدرسة و كذلك الانحرافات القائمة، وما لم تقابل احتياجات طلاب هذه المرحلة فمن المنتظر إن تواجه المدرسة مشاكل حادة سواء في داخلها أو خارجها, بعضها قد تصل إلى مستوى الانحراف كالعُدوان، الاعتداء، العنف و عدم احترام الأنظمة، وربما يصل ذلك إلى المجتمع المحلي أيضا لذلك فطلاب المدرسة الثانوية أكثر حاجة من أي مرحلة تعليمية إلى نوع خاص من العلاقات الاجتماعية التي تحقق رغباتهم، وفي نفس الوقت تحقق احتياجاته، و لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور هام في ذلك عن طريق إقامة التنظيمات التي تهيئ للطالب فرص المساهمة في الحياة المدرسية , وكلما ازداد النشاط الرياضي كثرت إعدادات الجماعات المدرسية.

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، سلسلة علم المعارف، الكويت، 1996، صفحة 22.

ولكن هل كل الأساتذة لهم علاقة جيدة مع التلاميذ؟ وما هي أهم الصفات والسمات التي يجب توفرها في

الأستاذ الناجح في مهامه؟

وبناء على هذا نطرح ما يلي:

## 2\_الفرضيات:

### 2\_1الفرضية العامة:

◀ نقص فعالية تدريس التربية البدنية والرياضية تؤثر على العلاقة الموجودة بين الأستاذ والتلاميذ, والتلاميذ فيما بينهم من الناحية النفسية والاجتماعية.

### 2\_2الفرضيات الجزئية:

- ◀ محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي.
- ◀ لكفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الأهداف المسطرة لحصته.
- ◀ تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي.
- ◀ الأسس النفسية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات النفسية للتلاميذ.

### 3\_أهداف البحث:

- ◀ إعادة الاعتبار لمادة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة التعليمية.
- ◀ تصحيح النظرة الخاطئة للمهام النبيلة والدور الفعال الذي يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية الاجتماعية.
- ◀ دراسة سلوك التلاميذ وتوجيهها مع ما يتناسب والقيم الأخلاقية المكونة للتربية البدنية والرياضية.
- ◀ إبراز العلاقة بين أستاذ التربية البدنية والتلاميذ, والتلاميذ فيما بينهم.
- ◀ تجنب كل أنواع الصراع والعنف والتحلي بالانضباط والتعاون والتفاهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بين التلاميذ.



### 3\_ منهج البحث:

إن التعامل بالمنهج العلمي في مجال التربية البدنية و الرياضية قد حقق قفزة هائلة في دول العالم التي وصلت إلى مستويات رفيعة، حيث يقصد بالبحث العلمي " مجموعة القواعد و المعطيات الخاصة التي تسمح بالحصول على المعرفة السليمة في طريق البحث عن الحقيقة لعلم من العلوم".<sup>2</sup>

و المشكلة التي نحن بصدد دراستها و التي تعتبر دراسة استطلاعية في المجال الرياضي تحتم علينا استعمال المنهج الوصفي المسحي و هذا بغية تحليل و دراسة المشاكل التي طرحت.

### 1\_3\_ المنهج الوصفي:

هو عبارة عن استقصاء يصب في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بصدد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلاقات بين عناصرها.<sup>3</sup>

و استنادا لما سبق، كان اعتمادنا للمنهج الوصفي المسحي للقيام بدراسة " تأثير العلاقة التربوية بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و التلاميذ، و التلاميذ فيما بينهم على الجانب النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية ."

### 4\_ عينة البحث:

يتم اختيار العينة عشوائيا لأنها تعطي فرص متكافئة لجميع أفراد المجتمع الإحصائي.

إن مجتمع البحث يتكون من أساتذة و تلاميذ السلك الثانوي المتواجدين على مستوى بعض ثانويات ولاية تيسمسيلت، لذا أخذنا 10% من المجتمع الأصلي.

بلغ عدد التلاميذ المستجوبين 159 تلميذ، و عدد الأساتذة المستجوبين 10 أساتذة.

### 5\_ أداة البحث:

<sup>2</sup> محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1992، صفحة 28.  
<sup>3</sup> د. رايح تركي، مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، بدون طبعة، 1984، صفحة 23.

استعملنا في هذه الدراسة الميدانية طريقة "الاستبيان"، ويعرف الاستبيان " بأنه مجموعة من الأسئلة المرتبة حول موضوع معين، يتم وضعها في استمارة يمكن بواسطتها التعرف على حقائق جديدة عن الموضوع، والتأكد من المعلومات المتعارف عليها لكنها غير مدعمة بحقائق".<sup>4</sup>

إن الاستبيان كثيرا ما يستعمل في بحوث العلوم الاجتماعية لجمع المعلومات من المصدر الأصلي، ويضم جملة من الأسئلة المغلقة والأسئلة المفتوحة للحصول على أجوبة للأسئلة الواردة، و طرحنا الأسئلة بالشكل التالي:

❖ 20 سؤال موجه للتلاميذ منها المغلق ومنها المفتوح.

❖ 19 سؤال موجه للأساتذة منها المغلق ومنها المفتوح.

### الأسئلة المغلقة:

وهي التي يحدد فيها الباحث إجابته، ولتحديد هذه الإجابات يعتمد الباحث على أفكاره وأغراضه في البحث، وتكون الإجابة في معظم الأحيان محدودة بنعم أو لا، وقد تتضمن في بعض الأحيان اختيار المستجوبين للإجابة الصحيحة.

### الأسئلة المفتوحة:

وفيها تعطي الحرية للمبحوث للإجابة عليها كما يشاء بالتفصيل أو باختصار، ومن فوائد الأسئلة المفتوحة أنها لا تقيد المستجوب بحصر إجابته.

### 6\_ الاستنتاجات:

<sup>4</sup>عمار بنحوش، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحث، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1985، صفحة 58.

بعد عرضنا وتحليلنا للنتائج المتعلقة بالاستبيانيين الموجهين للتلاميذ والأساتذة على التوالي تبين لنا أن الفرضيات التي تم تسطيرها مسبقا والمتمثلة في أن نقص فعالية تدريس التربية البدنية والرياضية تؤثر على العلاقة الموجودة بين وأستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم من الناحية النفسية الاجتماعية.

كل هذه الفرضيات التي تم اثباتها من خلال أجوبة التلاميذ والأساتذة تميزت على العموم بالصدق والحرية وذلك بإفراحنا لهم مجال الحرية والتعبير عن آرائهم.

بالرغم من أن نتائج البحث تعتبر مبدأ الاستنتاجات إلا أنها لا يمكن أن تحدد بصورة نهائية أن فاعلية نقص تدريس التربية البدنية والرياضية تؤثر على العلاقة الموجودة بين وأستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم من الناحية النفسية الاجتماعية، إلى أن هذه الأمور تبقى نسبية تختلف باختلاف الوسائل والامكانيات، وبالتالي نجد أن عملية التدريس لا تؤثر لوحدها على العلاقة الموجودة بين وأستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، بل هناك عوامل أخرى ، فالعلاقة بين التلميذ والأستاذ تبني على الاحترام المتبادل والتفاهم والتواصل الجيد.

كما أن نقص الامكانيات والوسائل يؤثر على العلاقة بين وأستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ، فقلة الوسائل تنعكس سلبا على أداء المراهق، حيث أن كفاءة الأستاذ لها دور هام في فهم التلاميذ وفهم حالاتهم النفسية والاجتماعية ومساعدتهم في حل المشاكل التي تواجههم.

وتبقى مشكلة نقص فعالية التدريس وتأثيرها على العلاقة الموجودة بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم مطروحة إلا غاية وجود حلول ناجعة لها.

يعتبر النشاط البدني الرياضي وسيلة مهمة من وسائل التربية التي تكوين المراهق تكويننا شاملا ومتكاملا من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية، وبعد تناولنا لدراسة الموضوع: " تأثير العلاقة التربوية بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم على الجانب النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية ". واستخلصنا ما يمكن استخلاصه من هذا الموضوع، لذا وجب علينا اثناء موضوع بحثنا بمجموعة من الاقتراحات والتي إن أخذت بعين الاعتبار فإنها تعطي للتربية البدنية الرياضية دفعة قوية للأمام، ويمكن تلخيص هذه الاقتراحات فيمايلي:

- ❖ اعتبار التربية البدنية الرياضية مادة أساسية في المنظومة التربوية.
- ❖ إعادة النظر في عدد الحصص الأسبوعية لمادة التربية البدنية والرياضية.
- ❖ تحفيز التلاميذ على الممارسة برفع معامل المادة.
- ❖ توفير الهياكل والوسائل المادية للممارسة الجيدة للتربية البدنية الرياضية.
- ❖ التركيز على الجوانب البسيكولوجيا والبيداغوجية الخاصة بمراحل المراهقة.
- ❖ التكوين والتأطير الجيد لأساتذة هذه المادة.
- ❖ الاهتمام بجانب التوعية لأهمية المادة في خلق الارتياح النفسي والاندماج الاجتماعي للمراهق.
- ❖ تحسيس الأساتذة للاعتماد بالمشاكل النفسية الاجتماعية للمراهق ومساعدته في حلها.
- ❖ على الأستاذ التحلي بالعدل بين التلاميذ وتحسين معاملتهم.
- ❖ التنسيق بين الممارسة في المؤسسة وفي النوادي لخلق التكامل بينهما للوصول إلى المبتغى.
- ❖ الاهتمام بالرياضة المدرسية بتكثيف المنافسات الرياضية الولائية، الجهوية، وحتى الوطنية، بين الثانويات وتسلط عليها الضوء الإعلامي المكتوب والمرئي لتشجيعها.

## 1-الإشكالية:

سلكت التربية البدنية والرياضية مسار الدروس التعليمية في إطار المنظومة التربوية, حيث تهدف إلى تكوين فرد قوي من الجوانب الفكرية والجسمية والعقلية, لهذا أدخلت المجال الدراسي ووجدت لنفسها منهاج وبرامج خاصة بها، فكان الهدف الأسمى لأستاذ هذه المادة هو تنمية الصفات الخلقية كالطاعة والشعور بالصدقة والزمالة والمحبة واقتسام الصعوبات مع الزملاء هذا من الجانب النفسي.

أما الجانب الاجتماعي لعب دورا كبيرا من حيث التنشئة الاجتماعية للمراهق، حيث يمكن زيادة أواصر الأخوة، الاحترام، التعاون، التسامح، وكيفية اتخاذ القرارات الجماعية وكذلك مساعدة الفرد في الاندماج والتكيف مع الجماعة.

فعلاقة الأستاذ بتلاميذه وتبادل المحبة معهم ومقدار إخلاصه في عمله ونجاحه فيه يتوقف إلى حد كبير على الكيان النفسي وماهو محمل به اثر الماضي الحاضر، فهذه كلها عوامل خارجة عن إرادته ولكنها تتحكم في عمله إلى حد بعيد وتكون عناصر شخصية وتؤثر في سلوكه نحو تلاميذه وبالجملة الصريحة تؤدي إلى نجاح الأستاذ في عمله أو فشله فيه.<sup>1</sup>

ومن الملاحظ أن تلاميذ المرحلة الثانوية يتعرضون إلى مشاكل نفسية قد تتطور إلى تغيرات واضطرابات فيسلوكياتهم والتي تنعكس على الناحية النفسية، الاجتماعية، الفكرية و في ضوء المتغيرات التي يمر بها الطالب في هذه المرحلة سواء المتعلقة بنموه الذاتي أو بالنسبة للمجتمع المدرسي الذي يتميز

بطلاب خاص في المدرسة و كذلك الانحرافات القائمة، وما لم تقابل احتياجات طلاب هذه المرحلة فمن المنتظر إن تواجه المدرسة مشاكل حادة سواء في داخلها أو خارجها، بعضها قد تصل إلى مستوى الانحراف كالعُدوان، الاعتداء، العنف و عدم احترام الأنظمة، وربما يصل ذلك إلى المجتمع المحلي أيضا لذلك فطلاب المدرسة الثانوية أكثر حاجة من أي مرحلة تعليمية إلى نوع خاص من العلاقات الاجتماعية التي تحقق رغباتهم، وفي نفس الوقت تحقق احتياجاته، و لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور هام في ذلك عن طريق إقامة التنظيمات التي تهيم للطلاب فرص المساهمة في الحياة المدرسية , وكلما ازداد النشاط الرياضي كثرت إعدادات الجماعات المدرسية.

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، سلسلة علم المعارف، الكويت، 1996، صفحة 22.

ولكن هل كل الأساتذة لهم علاقة جيدة مع التلاميذ؟ وماهي أهم الصفات والسمات التي يجب توفرها في الأستاذ الناجح في مهامه؟

وبناء على هذا نطرح ما يلي:

### 1\_1 التساؤل العام:

◀ هل العلاقة بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ, والتلاميذ فيما بينهم لها آثار من الناحية النفسية الاجتماعية؟

### 1\_2 التساؤلات الفرعية:

- ◀ ما مدى تأثير محتوى التربية البدنية والرياضية على ممارسة النشاط البدني الرياضي؟
- ◀ ما مدى تأثير كفاءة ودور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الأهداف المسطرة لحصته؟
- ◀ كيف يؤثر الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي من خلال "المؤسسة، الشارع، النادي"؟
- ◀ هل الأسس النفسية التي تقوم عليها التربية البدنية والرياضية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات النفسية للتلاميذ؟

## 2\_الفرضيات:

### 1\_2الفرضية العامة:

◀ نقص فعالية تدريس التربية البدنية والرياضية تؤثر على العلاقة الموجودة بين الأستاذ والتلاميذ, والتلاميذ فيما بينهم من الناحية النفسية والاجتماعية.

### 2\_2الفرضيات الجزئية:

- ◀ محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي.
- ◀ لكفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الأهداف المسطرة لخصته.
- ◀ تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي.
- ◀ الأسس النفسية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات النفسية للتلاميذ.

## 3\_أهداف البحث:

- ◀ إعادة الاعتبار لمادة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة التعليمية.
- ◀ تصحيح النظرة الخاطئة للمهام النبيلة والدور الفعال الذي يقدمه أستاذ التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية الاجتماعية.
- ◀ دراسة سلوك التلاميذ وتوجيهها مع ما يتناسب والقيم الأخلاقية المكونة للتربية البدنية والرياضية.
- ◀ إبراز العلاقة بين أستاذ التربية البدنية والتلاميذ, والتلاميذ فيما بينهم.
- ◀ تجنب كل أنواع الصراع والعنف والتحلي بالانضباط والتعاون والتفاهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بين التلاميذ.

#### 4\_أسباب اختيار البحث:

إن الإهمال الذي نشهده من بعض أساتذة التربية البدنية والرياضية لبعض المشاكل التي يرون بأنها مشاكل بسيطة لا تؤثر على التلميذ, وهذا الإهمال يمكن إرجاعه إلى عدة عوامل مختلفة ومتعددة, وكذا المعرفة الخاطئة لمفهوم التربية البدنية والرياضية وأهدافها في الوسط المدرسي, ونظرا للمشاكل والصعوبات النفسية التي يتعرض لها التلميذ في الثانوية.

لذلك نحاول الكشف عن الدور الهام الذي يلعبه الأستاذ من الناحية النفسية الاجتماعية وكذا خلق علاقة انسجام بين التلاميذ فيما بينهم في حصة التربية البدنية والرياضية.



## 5\_تحديد المصطلحات:

### 1\_5التربية البدنية:

التربية هي تبليغ الشيء إلى كماله، أو هي كما يقال تنمية الوظائف النفسية بالتمرين حتى يبلغ كماله شيئاً فشيئاً، نقول رببت الولد إذا قويت ملكته ونميت قدراته وهذبت سلوكه حتى يصبح صالحاً للحياة في بيئة معينة.

ومن شروط التربية الصحيحة أن تنمي شخصية الطفل من الناحية الجسمية والعقلية والخلقية حتى يصبح قادراً على التكيف مع الطبيعة ويعمل على إسعاد نفسه وإسعاد الناس.

ويدل مصطلح التربية في أكثر استعمالاته شيوعاً عملية التنشئة فكرياً وخلقياً خاصة مع الصغار، وتنمية قدراتهم العقلية داخل المدرسة وغيرها من المنظمات والمؤسسات المتفرقة للتربية، ويمكن أن يمتد هذا المفهوم ليشمل تعليم الكبار وتدريبهم، كما أنه يمتد ليشمل كذلك التأثيرات التربوية لجميع المنظمات الاجتماعية فالتربية عملية مستمرة لإعادة بناء الخبرة بقصد توسيع محتواها الاجتماعي وتعميقه.<sup>1</sup>

### 2\_5النشاط البدني والرياضي:

#### 1\_2\_5تعريف النشاط:

هو كل عملية عقلية أو بيولوجية أو سلوكية متوقفة على طاقة الكائن الحي وتمتاز بالتلقائية أكثر منها استجابة.<sup>2</sup>

#### 2\_2\_5تعريف النشاط البدني:

تستخدم كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتربص في المقابل الكسل والخمول.

<sup>1</sup>د. تركي رابح، أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1970، صفحة 10.

<sup>2</sup>علي منصور، الرياضة للمجتمع، القاهرة، صفحة 191.

لقد استخدم بعض العلماء تعبير "النشاط البدني" على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأطر الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء يبرز "لارسون" الذي اعتبر النشاط البدني بمثابة نظام يرد ذكر "التربية البدنية" على الإطلاق من مؤلفاته، ويعتبر النشاط البدني التعبير المتطور تاريخياً في المتغيرات الأخرى كالتدريب البدني، الثقافة البدنية، وهي تعبيرات تستخدم حتى الآن.<sup>1</sup>

### 3\_5 المراهقة:

### 1\_3\_5 لغة:

هي من الفعل "راهق" وراهق الغلام أي قارب الحلم أي بلغ حد الرجال فهو مراهق.<sup>2</sup>

تعني الاقتراب والدنو من الحلم والمراهقة بهذا المعنى الفتى الذي يدنو من الحلم، ومعناها الاقتراب من النضج البدني، الجسمي، العقلي، الانفعالي والاجتماعي، والمراهقة تقع بين نهاية الطفولة وبداية الرشد بذلك فالمرهق لم يعد طفلاً وليس راشداً.<sup>3</sup>

### 2\_3\_5 اصطلاحاً:

تعرف المراهقة على أنها المرحلة ما بين اثنا عشر سنة والعشرين سنة، وهذه التحديدات غير دقيقة لأن ظهور المراهقة ومدتها تختلفان حسب الجنس والظروف البيئية والعوامل الاجتماعية والاقتصادية.<sup>4</sup>

إن المراهقة تسبق سن 13 بعامين وقد تتأخر إلى سن الواحد والعشرين.

تعرف المراهقة على أنها فترة الحياة الواقعية بين البلوغ والنضج وتميز بتغيرات جسمية ونفسية ملحوظة كالحساسية الزائدة والوقوف على القيم المجردة بحيث يصبح هناك اهتمام بالمظهر والدين.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة علم المعارف، الكويت، 1996، صفحة 22.

<sup>2</sup> فؤاد افرام البستاني، منجد الطالب، دار المشرف، الطبعة 43، بيروت، 1995، صفحة 256.

<sup>3</sup> علي فالح الهنداوي، علم النفس والطفولة، العين، دار الكتاب الجامعي، بدون طبعة 2002، صفحة 288، 289.

<sup>4</sup> نادية شرادي، التكيف المدرسي للطفل والمرهق، دار الراتب الجامعي، الطبعة الأولى، بيروت 2000، صفحة 235، 236.

المراهقة هي مرحلة يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسية وتنتهي بسن الرشد وإشراف القوى العقلية المختلفة على تمام النضج.<sup>2</sup>

## 6\_ الدراسات المشاهدة:

### 6 — 1 مذكرة لنيل شهادة ماستر تحت عنوان:

" تأثير ممارسة الرياضة المدرسية على التفعيل النفسي الاجتماعي للمراهق في مرحلة التعليم الثانوي 15 — 18 سنة".

دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية عين الدفلى.

إعداد الطالب: شمدون جمال

جامعة حسيبة بن بوعلي " الشلف " السنة الدراسية 2011 — 2012 .

— النتائج المتحصل عليها هي أن ممارسة التربية الرياضية المدرسية من الناحية الاجتماعية تنمي السمات الإرادية والخلقية للأفراد فهي تكسبهم قوة العزيمة والصبر وإكسابهم الروح الرياضية العالية واحترام الجيران ، كما تتضح لنا أهمية التوافق النفسي الاجتماعي وذلك يتمكن المراهق مع نفسه ومع بيئته المادية والاجتماعية والرضا والراحة .

قادرا على تكوين علاقات اجتماعية بالمحيطين منميا سلوكاته واتجاهاته لمواجهة مواقف جديدة .

وخلاصة القول في أن ممارسة ت. ر. م له تأثير كبير على عمليتي التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي .

<sup>1</sup> عبد الرحمن العيسوي، سيكولوجيا النمو، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بدون طبعة، بيروت، 2002، صفحة 36.

<sup>2</sup> خليل ميخائيل معوض، قدرات وسمات الموهوبين، جامعة الإسكندرية، بدون طبعة، مصر، 2000، صفحة 15.

**6 – 2 مذكرة لنيل شهادة ماستر تحت عنوان:**

" الاتصال التربوي بين الأستاذ والتلميذ ودوره في ضبط سلوك تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة ت. ب. ر  
15 – 18 سنة".

دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية الشلف

إعداد الطالب: كمال قلفوط

جامعة حسيبة بن بوعلي "الشلف" السنة الجامعية: 2010 – 2011 .

— النتائج المتحصل عليها بعد المعرفة لأهم العوامل التي تساعد في ضبط وتعديل سلوك تلاميذ المرحلة الثانوية وتحقق الفرضيات ثلاثة من خلال الاستبيان المقدم للأساتذة والتلاميذ وبالتالي تحقق الفرضية العامة التي مفادها أن للاتصال التربوي بين الأستاذ والتلميذ دور مهم في ضبط وتعديل سلوك تلاميذ المرحلة الثانوية ، هذا الاتصال التربوي يكون هادفا وفعالا من جانب التلميذ والأستاذ مع ظهور المؤشرات الايجابية على هذا الاتصال حيث تركز على شخصية الأستاذ وتكوينه من خلال تفهمه لمشاكل التلاميذ وكذلك أوضاعهم الاجتماعية وإمكانيات المتوفرة لديه وتجب إدراك كل منهما لوظيفته ومحاولة أدائها على أكمل وجه.

## المقدمة:

تعد التربية البدنية جزء من التربية العامة أو مظهر من مظاهرها لكونها تعني كذلك برعاية الجسم وصحته ومن الأسباب التي أدت برجال التربية الحديثة إلى الاهتمام بأجسام الناشئين و صحتهم في كل مرحلة من مراحل النضج، التأكيد على أن العناية بصحة الجسم و تأدية أجهزته ووظائفه تؤثر على الفرد، فهي تساعد على إعداد المواطن الصالح المترن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا، وهي من فنون التربية العامة تهدف على إعداد المواطن جسميا وعقليا وخلقيا، وجعله قادرا على الإنتاج والقيام بواجبه نحو مجتمعه ووطنه لقد دخلت التربية البدنية والرياضية المجال الدراسي، ووجدت نفسها ضمن البرامج التربوية، والجزائر كغيرها من الدول التي خطت خطوة فعالة في هذا المجال، إلا أنه بالرغم من تخطينا عقبة القرن العشرين وفي الوقت الذي ترى فيه الكثير من الدول طموحات أكثر وأرقى للتربية البدنية والرياضية، لازالت هذه المادة في منظومتنا التربوية لا تحض باهتمام كثير، ولازال مربون وأساتذة هذه المادة يعانون من الإقصاء والتهميش والاستهزاء بالمهام النبيلة، والدور الفعال الذي يقوم به.

وباعتبار الرياضة نوع من أنواع التربية فضلنا تسليط الضوء على دور الأستاذ وتأثيره على الجانب النفسي الاجتماعي لتلاميذ الثانوي ومن خلال احتكاكه بهم وكذلك خلق انسجام وتفاعل اجتماعي فيما بينهم. لذلك ارتأينا في بحثنا تسليط الضوء على الدور الفعال لأستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الاندماج النفسي والاجتماعي للتلاميذ، وبعث روح التعاون وتحسين العلاقة فيما بينهم.

سنحاول التطرق لهذه الدراسة من خلال تقسيم بحثنا إلى قسمين:

القسم الأول: "الجانب النظري" إذ نتطرق فيه إلى:

### الفصل الأول:

النشاط البدني الرياضي والتربية البدنية مفهومها، مجالاتها، أهدافها من حيث هي احد المواد التعليمية.

### الفصل الثاني:

الأستاذ والدرس. الأستاذ الذي يكسب تلاميذه القدرات والمهارات الحركية والعلاقات الاجتماعية والصحة العضوية والنفسية والاتجاهات الايجابية، ونشير كذلك إلى الدرس الذي يعتبر همزة وصل بين الأستاذ والتلميذ.

### الفصل الثالث:

نتطرق إلى ركيزة هامة وهي تلاميذ المرحلة الثانوية الذي أهم ما يميزهم هو مرورهم بمرحلة المراهقة وهنا نتطرق لكل ما يتعلق بهذه الفئة من خصوصيات وعلاقتهم مع الأطراف الأخرى.

### الفصل الرابع:

نتطرق فيه إلى الانفعالات النفسية والاندماج الانفعالي باعتبارهما احد خصوصيات ومشاكل فئة المراهقة.

أما القسم الثاني: "الجانب التطبيقي" يحتوي على ثلاث فصول:

### الفصل الأول:

تتناول فيه منهجية البحث المتبعة بما فيها: المنهج المتبع، العينة، الأداة، الوسيلة... الخ.

### الفصل الثاني:

نقوم بعرض المعطيات والنتائج وإعطاء التحليل والتفسيرات الممكنة للاستبيانين المقدمين احدهما لتلاميذ المرحلة الثانوية والأخر لأساتذة النشاط البدني بالثانوية.

### الفصل الثالث:

مناقشة النتائج بالفرضيات، الاستنتاجات، التوصيات.

تمهيد :

تعتمد مادة التربية البدنية والرياضية على مختلف النشاطات الحركية بحيث تناولها يتماشى والتجانس مع المقاربة المعتمدة من حيث تنمية الجانب البدني المهارات الحركية والفكرية، بناء شخصية التلميذ، وكذا تنمية القدرات، العام وعوامل التنفيذ "المداومة، السرعة، التنسيق الحركي، القوة، المرونة وغيرها".

**1\_ التربية البدنية :****1\_1 معنى التربية :**

التربية هي تبليغ الشيء إلى كماله، أو هي تنمية الوظائف النفسية بالتمرين حتى تبلغ كماله شيئا فشيئا، نقول ربيت الولد إذا قويت ملكته ونميت قدراته وهذبت سلوكه حتى يصبح صالحا للحياة في بيئة معينة.

ومن شروط التربية الصحيحة أن تنمي شخصية الطفل من الناحية

الجسمية والعقلية والخلقية حتى يصبح قادرا على التكيف مع الطبيعة ويعمل على إسعاد نفسه وإسعاد الناس، والتربية هي عبارة عن طريقة يتوصل بها إلى قوى الإنسان الطبيعية والعقلية والخلقية والأدبية، فتتنطوي تحتها ضروب التعليم والتهديب التي من شأنها إنارة العقل و تقويم الطبع وإصلاح العادات ومنابعها وإعداد الإنسان لينفع نفسه وغيره في مراكزه الاستقلالية والاعتناء بهم في الحالة التي يكونون فيها بحاجة إليه.

ويدل مصطلح التربية في أكثر استعمالاته شيوعا عملية التنشئة فكريا و خلقيا خاصة مع الصغار، وتنمية قدراتهم العقلية داخل المدرسة و غيرها من المنظمات و المؤسسات المتفرقة للتربية، و يمكن أن يمتد هذا المفهوم ليشمل تعليم الكبار و تدريبيهم، كما أنه يمتد ليشمل كذلك التأثيرات التربوية لجميع المنظمات الاجتماعية فالتربية عملية مستمرة لإعادة بناء الخبرة بقصد توسيع محتواها الاجتماعي و تعميقه.<sup>1</sup>

**2- مجالات التربية :**

إن مفهوم التربية يتسع لعدة مجالات، لذا لا يمكن حصرها في مجال واحد بل يجب أن يكون دور كل مجال من المجالات التي سنذكرها مكتملة لدور بقية المجالات و منه الأسرة، المدرسة، المجتمع هم الذين يمثلون هذه المجالات وهي:

<sup>1</sup> - د. تركي رابح، أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1970، صفحة 10.



**2\_1 الأسرة:**

وتعتبر المبدأ الأول للعمل التربوي، يشارك كل أفراد الأسرة في العناية بالطفل كتغذيته وتنميته وتعليمه اللغة و تعويده بعض العادات الاجتماعية و شرح له آداب المجتمع إذا فهي تقوم بعملية تربوية.

**2-2 المدرسة:**

و فيها يتلقى الطفل التربية و التعليم المقصودين بما فيها النشاطات الاجتماعية العلمية و الرياضية والفنية، فهي تصب كلها في عملية التربية.

**2-3 المجتمع:**

بما تحتويه من مؤسسات دينية، ثقافية، اجتماعية و سياسية كلها تساهم في توجيه الفرد نحو احترام مثل معينة والقيام بواجبات اجتماعية مفيدة، وتزوده بالعادات التي تجعله يحسن العيش مع الجماعة إذن فهو يقوم بعملية التربية.

فالتربية تعني كل عملية تأثر في الإنسان و توجه سلوكه ونمو جسمه وعقله، ومن هنا يتضح أن التربية عملية ضرورية مثل الطعام للجسم، فكما أن الطعام يحفظ بقاء الجسم واستمراره في الحياة، فكذلك التربية تضمن الحياة و توجهها وجهة صالحة سليمة مثمرة.<sup>1</sup>

**3- أهداف التربية:**

تتلخص أهداف التربية في محاولة الوصول إلى بناء الشخصية المتكاملة من حيث:

**3-1 التربية الجسمية:**

تهتم التربية برعاية الجسم وصحته مقدار غايتها تثقيف العقل وصقله، ومن أهم الأسباب التي دفعت برجال التربية إلى الاتجاه نحو العناية بأجسام الناشئين وصحتهم في كل مرحلة من مراحل نموهم، حيث أنهم وجدوا أن العناية بصحة الجسم وقيام أجهزته بوظائفها تؤثر في سعادة الفرد وسعادة المجتمع، كما تؤثر في أداء العقل لوظائفه أيضا،

<sup>1</sup> - د. تركي رابع، المرجع السابق، صفحة 16.

وقد شبه الإغريق المثل الأعلى للإنسان بالمثلث في أداء العقل لوظائفه أيضا، وقد شبه الإغريق المثل الأعلى للإنسان بالمثلث المتساوي الأضلاع قاعدته الجسم وضلعيه الروح والعقل.<sup>1</sup>

### 2-3 التربية العقلية :

إن العقل استعداد فكري لدى كل إنسان، لكنه ينمو بالتدريب، ولقد كانت المدرسة القديمة تعتقد أن العقل ينمو بقدر ما يكسب من معلومات، فأصبح الهدف عندها هو حشو الذهن بأكثر قدر من المعلومات والحقائق دون أن تهتم بمدى مناسبتها لمستوى النضج العقلي للتلميذ ومدى ملائمتها لحاجاته ومطالبه النفسية والعقلية والاجتماعية. إلا أن علم النفس الحديث أثبت أن الذكاء قدرة تظهر في حسن التصرف أمام المشاكل أو حسن إدراك الفرد لهذه المشاكل وما فيها من عناصر مختلفة تربط بينها العلاقات المتبادلة، لذلك كان هدف التربية الحديثة فيما يتعلق بالناحية العقلية هو تربية العقل على حسن التفكير وحسن إدراك الفرد لما يصادفه من مواقف معقدة وحسن تصرفه في هذه المواقف بناء على هذا الإدراك السليم، وما اهتمت به المدرسة من اكتشاف القدرات العقلية الخاصة لدى التلاميذ وتنميتها ورعايتها.<sup>2</sup>

### 3-3 التربية الاجتماعية :

وهنا يظهر هدف التربية وهو تنمية الروح الاجتماعية، التي تشتمل على حسن التعامل مع الآخرين، ومعرفة الحقوق والواجبات التي يلتزم بها الفرد إزاء نفسه وإزاء أسرته وزملائه ومجتمعه، كما يتدرب التلاميذ على اكتساب العادات والقيم والمثل الأخلاقية التي تسود في مجتمعهم سواء كانت دينية أو فيما تعارف عليها المجتمع.<sup>3</sup> انطلاقا مما سبق يمكن تلخيص الأهداف السابقة الذكر فيما يلي:

— إعداد الفرد للحياة الكاملة بحيث يكون قوي الجسم صائب الفكر، كامل الخلق، سيعرف كيف يتعامل مع غيره، و يقدر الطبيعة وما فيها من جمال، ويدير شؤونه بنفسه ويقوم بواجبه نحو أمته ووطنه وينتفع بما وهب الله له من مواهب ويستخدم كل قوله في سبيل منفعة نفسه و غيره.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> - زهير الشوريخي، الأمل في التربية الرياضية، المطبعة التعاونية، بدون طبعة، دمشق، 1964\_1965، صفحة 9.

<sup>2</sup> - أمين أنور الخولي، دروس في التربية وعلم النفس، 1973\_1974، صفحة 20.

<sup>3</sup> - نفس المرجع السابق، صفحة 20.

**4- أهمية التربية بالنسبة للفرد و المجتمع:**

**1-4 بالنسبة للفرد:** للتربية أهمية بالغة بالنسبة للفرد كونه يحتاجها في مختلف مراحل حياته وتمثل فيما يلي:

- تنمية شخصية الفرد وإعداده للحياة بنجاح.
- يكتب الفرد استقلالاً اقتصادياً.
- إعداده للقيام بدور اجتماعي.<sup>2</sup>

**2-4 بالنسبة للمجتمع:**

كما يحتاج الفرد إلى التربية للأسباب التي ذكرناها، كذلك يحتاج المجتمع بدوره للتربية لأنها تساعده في القضايا

الأساسية من بينها مايلي:

- الاحتفاظ بتراته الثقافي.
- تعزيز هذا التراث و تدعيمه بكل ما يستتجد من علوم و اختراعات.
- من أجل التنمية الاجتماعية و الاقتصادية.<sup>3</sup>

**5- النشاط البدني و الرياضي:****1-5 مفهوم النشاط البدني و الرياضي:**

يعتبر النشاط البدني الرياضي إحدى اتجاهات ثقافة الرياضي التي يرجع أساسها إلى قدم الزمان، حينما كان الإنسان البدائي الأول يمارس كثيراً من ضروبها تلقائياً، ضمناً لإشباع حاجاته الأولية، فأقام مسابقات العدو و الجري و السياحة و الرمي، المصارعة، القفز وغيرها من النشاطات الرياضية الأخرى محاكياً أجداده الأولون و مستفيداً من خلفية الرياضة السابقة، ثم أضاف إلى هذه النشاطات الأساسية بعض الوسائل كالكرات، المضارب و

<sup>1</sup> - أحمد مختار عضاضة، التربية العلمية في المدارس الابتدائية، بدون طبعة، 1968، صفحة 118، 123.

<sup>2</sup> - عبد القادر بن عبد الله، الرياضة والأمراض العصبية، مذكرة نهاية الليسانس، معهد دالي ابراهيم، صفحة 8، 9.

<sup>3</sup> - تركي أحمد، مرجع سابق، الطبعة الثانية، 1989، صفحة 29.

الشبكات ووضع لها القوانين و اللوائح، وأقام من اجلها التدريبات و المنافسات، وعمل جاهدا على تطويرها والارتقاء بها حتى أصبحت إحدى الظواهر الاجتماعية الهامة التي تؤثر في سائر الأمم و أصبحت عنوانا لكفاح الإنسان ضد الزمان وذلك ليلبغ أعلى المستويات في الأداء و المهارة. أما في عصرنا هذا فإن النشاط البدني الرياضي أصبح عنصرا من عناصر التضامن بين المجموعات الرياضية و رخصة العالم اجتمعوا ليتعاونوا بعضهم مع بعض خدمة للمجتمع.

بالإضافة إلى ذلك فهي تساهم في تحقيق ذات الفرد لإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل الجهود، فهو يعد عاملا من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني إذ يعتبر النشاط البدني الرياضي عاملا أساسيا في إعداد الفرد للدخول إلى الحياة العادية والعملية.<sup>1</sup>

#### **6- أثر النشاط البدني والرياضي على حياة المراهق:**

الحقيقة التي لا شك فيها أن الجسم وحدة متكاملة، يرتبط عمل جزء فيه بعمل الأجزاء الأخرى وأشد أنواع المعرفة فائدة للمراهق هو ما يتصل بجسمه وخصوصا ما يتعلق بحركته.

هناك أسس أخرى تؤثر في جسم المراهق منها التغذية و الراحة، ولكن لو تحرينا الأمر لوجدنا أن الحركة هي أهمها وخصوصا بعد هذا التطور العظيم في نمو الفرد و حركته بعد سيطرته على الآلة و تطويعها لخدمته في قضاء حاجاته، فأضحى قليل الحركة و المراهق مثله مثل أي إنسان أصبحت حركته محدودة حتى كادت تنعدم خاصة عندما انتشرت وسائل الترفيه المختلفة، ولا تتعجب إذا رأينا المراهقين كثيرا ما يعانون من الصداع والأرق ومن الأمراض الروماتزمية والعصبية والقلبية، وليس مصادفة أن تنتشر بينهم الأمراض النفسية والاضطرابات السلوكية بهذا الشكل المرعب والسبب في هذا واضح لا يحتاج إلى إثبات، فمعظم المراهقين قليلو الحركة وإن تحركوا لقضاء حوائجهم الضرورية اللازمة لحياتهم فإن تحركاتهم تكون في أضيق الحدود وعلى مدى جد قصير، مما ينتج حدوث الضرر على أجسادهم.

وهذا يشير إلى ضرورة القيام بالنشاط البدني الرياضي عند المراهق حتى يتسنى له إبعاد كل الأمراض والملل التي غالبا ما تصيب جسده.

<sup>1</sup> - علي يحي المنصوري، الثقافة والرياضة، الجزء الأول، بدون طبعة، 1971، صفحة 209، 210.

فالنشاط البدني الرياضي زيادة على أنه ينمي الفرد المراهق من الناحية الجسمية، فله دور آخر وهو وسيلة لقضاء وملاً وقت الفراغ، ووسيلة كذلك ناجحة لإدراك كثير من الأخطاء في سن المراهقة، وكثيراً ما يكتسب المراهق في طريقه مهارات جديدة ناجحة في الحياة، كما أن الترويح عن نفس المراهق في أداء النشاط الرياضي وسيلة لتجديد الحيوية والتقدم بالصحة وتقوية التوافق العضلي والعصبي وعلاج العيوب الخلقية الجسمانية الناتجة عن أوضاع جسمه<sup>1</sup>

### 7- خصائص النشاط البدني الرياضي:

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص متنوعة لعل أهمها ما يلي:

- النشاط البدني الرياضي عبارة عن نشاط اجتماعي وهو تعبير عن تلقي متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.
- خلال النشاط البدني الرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الرئيسي.
- أوضح الصور التي يتم بها النشاط الرياضي هو التدريب ثم التنافس.
- يحتاج التدريب والمنافسة إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية ويؤثر المجهود الكبير على سير العمليات النفسية لأنها تتطلب درجة عالية من الانتباه والتركيز.

— يتميز النشاط الرياضي بحدوثه في جمهور غفير من المشاهدين، الأمر لا يحدث في كثير من فروع الحياة.<sup>2</sup> فكما نلاحظ أن النشاط الرياضي يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف مع محيطه ومجتمعه، حيث يستطيع إخراج الكبت الداخلي والاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه.

### 8 مفهوم التربية:

التربية هي جملة من الانفعال والآثار التي يحدثها كائن إنساني في كائن إنساني آخر وفي الغالب راشد في صغير، والتي تتجه نحو غاية قوامها أن تكون لدى الكائن الصغير استعدادات متنوعة تقابل الغايات التي يعدلها حين يبلغ النضج.

أما "لبتري" فيعرف التربية أنها " العمل الذي نقوم به لتنشئة طفل أو شاب، وأنها مجموعة من العادات الفكرية أو اليدوية التي تكتسب، أو مجموعة من الصفات الخلقية التي تنمو".<sup>1</sup>

<sup>1</sup> وليام ماسترز، والفبيتز، تعريب خليل رزوق، المراهق والبلوغ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، بدون طبعة بدون تاريخ، صفحة 130، 129.

<sup>2</sup> - عصام عبدالحق، التدريب الرياضي، نظريات وتطبيقات، دار الكتب الجامعية، الطبعة الثانية، مصر 1972، صفحة 15، 14.

**9\_ مفهوم التربية البدنية والرياضية:**

التربية البدنية والرياضية هي " نظام تربوي له أهداف تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسط تربوي يتميز بخصائص تعليمية وتربوية هامة".<sup>2</sup>

ويعرفها "ويتس وبوتشر" أنها العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط وهي الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك".

أما "تشارلز" " جزء من التربية العامة، ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني بغرض تحقيق المهام".<sup>3</sup>

بالإضافة إلى أنها " العملية التي يكتسب الفرد من خلالها أفضل المهارات الحركية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط".<sup>4</sup>

**10\_ أهداف التربية البدنية والرياضية:**

التربية البدنية والرياضية عبارة عن عملية واسعة الشمول متعددة الجوانب لأنها تشمل حياة الإنسان المادية والمعنوية، فهي مقسمة إلى ثلاث أقسام: تربية خلقية، تربية بدنية، تربية فكرية، وفصل إحداهن خطأ لأن كل قسم مكمل للآخر وبذلك نستطيع القول بأن التربية البدنية والرياضية كمادة دراسية ليست مضافاً إلى البرنامج المدرسي بل تعتبر هامة جداً بحيث توجه الفرد توجيهاً صحيحاً يكتسب من خلاله المهارات اللازمة ويشارك في النشاطات التي تفيده صحياً، بدنياً، وعقلياً، فمن الناحية الصحية فهي تساهم في التكوين الصحيح والسليم لمختلف وظائف الجسم والمتمثلة في سلامة الجهاز الدوري التنفسي والعصبي العضلي، وسلامة العظام، أما من ناحية التطور الحركي فهي تساعد المراهق على الشعور بجسمه وتحسين قدراته السيكلولوجية. أما من الناحية

<sup>1</sup> - تأليف لوينا لوبير، ترجمة د. عبد الله عبد الداعي، التربية العامة، دار العلم للملايين، بيروت، الطبعة الخامسة، صفحة 27

<sup>3</sup> - أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة، بدون تاريخ، صفحة 17

<sup>3</sup> أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، بدون تاريخ، صفحة 29

<sup>4</sup> - أمين أنور الخولي، د. جمال الدين الشافعي، مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى بدون تاريخ، صفحة 26، 27.

الاجتماعية فالتربية البدنية والرياضية تسعى إلى تنمية الروح الاجتماعية للتلميذ والمتمثلة في حسن التعامل مع الآخرين ومعرفة الحقوق والواجبات التي يلتزم بها الفرد إزاء مجتمعه، وتقبل القوانين والإحساس بالمسؤولية.<sup>1</sup>

ونستطيع صياغة هذه الأهداف في ثلاث مجالات أساسية هي:

### 1\_10- أهداف المجال الحسي الحركي:

في هذا المجال تهدف التربية البدنية والرياضية إلى تطوير المهارات والقدرة البدنية في التعليم الثانوي ويجب مساعدة التلميذ على اكتساب وتحسين القدرات التالية:

— إدراك التلميذ لجسمه جيدا وتعلمه تدريجيا حركات متزايدة الصعوبة كفنيات الوثب العالي مثلا.

— يكتسب سلوكيات حركية منسقة ومتلائمة مع المحيط في كل الوضعيات الطبيعية كالمشي والجري خلال الوضعيات الأكثر تعقيدا كاجتياز الحواجز وملامسة الأجهزة التربوية.

— التحكم في الفنيات الحركية القاعدية والوضعيات التكتيكية البسيطة المبرمجة في المؤسسة.

— اكتساب القدرات البدنية كالسرعة، القوة، المداومة، المرونة، المقاومة... الخ.

— تعليمه كيفية توزيع جهده وتناوب فترات الراحة والعمل.

— تعلمه كيفية الاسترجاع والراحة بطرق سليمة.<sup>2</sup>

### 2\_10 أهداف المجال العاطفي والاجتماعي:

— حب النشاط البدني الرياضي وامتلاك الرغبة والقدرة على بذل الجهد قد تعود على التدرج باستمرار.

— دمج في الفوج عن طريق مشاركته في النشاط البدني والتقمص التدريجي لمختلف الأدوار.

— تهيئه خلقيا بتقبل القوانين واحترامها وتطبيقه للقوانين داخل الفوج واتجاه الزميل ( التحلي بالروح الرياضية).

— تعبيره عن انفعالاته بطريقة ايجابية بالفرح والارتياح أثناء ممارسة النشاط وتقبله الهزيمة.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> -دمدوم حمو، حمادي محمد، مهري محمد، مذكرة شهادة الليسانس، الأسباب النفسية والاجتماعية لميول الفتيات لممارسة الكرة الطائرة، جامعة محمد

خيضر بسكرة، 2008، 2009، صفحة 17

<sup>2</sup> - مديرية التربية والتعليم، مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي، طبعة جوان 1997، صفحة 6.

<sup>3</sup> - مديرية التربية والتعليم، مرجع سابق، صفحة 6.

**10\_3 أهداف المجال المعرفي:**

الأنشطة البدنية تساعد التلميذ على تحسين القدرات الإدراكية والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية والمسائل التي

تتطلب تركيز و يقظة وسرعة الاستجابة والتصور الذهني لمواقف اللعب، كما يمكن للمراهق من أن يكتسب المعارف التالية:

— كيفية ممارسة وتطبيق قوانين اللعب.

— التعرف على تاريخ الأنشطة البدنية والرياضية.

— فهم ومعنى التربية وتأثيرها على الجسم من الناحية التشريحية والفيزيولوجية.<sup>1</sup>

**11\_ أهمية التربية البدنية للمراهق:**

إن التربية البدنية والرياضية لهن أهمية بالغة الأثر في تكوين المراهق وشخصيته حيث تحقق له فرصة اكتساب الخبرات والمهارات الحركية، التي تزيد رغبة وثيقة في الحياة وتجعله يحصل على القيم التي قد لا يكتسبها في المنزل، تقوم الأنشطة البدنية بتنمية مواهب المراهق وقدراته البدنية والعقلية وتطوير الطاقات البدنية والنفسية، ويأتي بتكييف برنامج يوافق بين الدروس وممارسة النشاط البدني وعموما فممارسة حصة بدنية رياضية واحدة أسبوعيا كفيلة بالمحافظة على اللياقة البدنية والكفاءات البدنية.

وتعتبر الأنشطة البدنية بمثابة ترويح عن النفس للمراهق، بحيث تهيئ له نوع من التعويض النفسي والبدني، وتجعله يعبر عن مشاعره وأحاسيسه التي تتصف بالاضطرابات والاندفاع، وهذا عن طريق ممارسة حركات رياضية متوازنة ومنسجمة ومناسبة تخدم وتنمي أجهزته الوظيفية والعضوية وتقوي معنوياته.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> — مديرية التربية والتعليم، مرجع سابق، صفحة 7

<sup>2</sup> ميخائيل ابراهيم سعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الأفق الجديدة، الطبعة الثانية، بيروت، 1977، صفحة 225.



**12\_ علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة:**

إن تعبير التربية البدنية والرياضية اكتسب معنى جديد بعد إضافة كلمة التربية إليه، فكلمة بدنية تشير إلى البدن وهي كثيرا ما تستخدم في الإشارة إلى صفات بدنية مختلفة كالقوة البدنية والنمو البدني، أو الصحة البدنية، وهي تشير إلى البدن مقابل العقل، وعلى ذلك فحينما تضاف كلمة التربية إلى بدنية فنحصل على تعبير تربية بدنية والمقصود بها تلك العملية التربوية التي عند ممارسة أوجه

النشاط التي تصون وتنمي جسم الإنسان وتساعد على تقويته وسلامته، فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت، هذه التربية قد تجعل الإنسان أكثر رغدا والعكس.

ويتوقف ذلك على نوع الخبرة التي تصاحب هذه التربية، وتتوقف قوة التربية البدنية والرياضية على المعاونة في تحقيق أغراض التربية.<sup>1</sup>

ويشير "مورجان" أن التربية البدنية والرياضية قيمة تربوية في حد ذاتها، ويرى الدكتور "أمين أنور الخولي" أن الاستفادة من الأنشطة البدنية أو الحركية هي وسيلة تحقق أهداف التربية.<sup>2</sup>

ويتمثل رأينا في أن العلاقة الموجودة بين التربية البدنية والرياضية هي علاقة ارتباطية كون الإنسان كائن شمولي وهو يواجه حياته على هذه الأساس، فلا يمكن عزل جسده عن روحه، كما لا يمكن عزل بدنه عن عقله، لأن العقل يؤثر على الجسم ومجهوده، وبهذا لا يمكننا فصل التربية عن البدن، لأن التربية

البدنية لا تقصد بها تربية البدن فقط وإنما هي الاستفادة من الأنشطة البدنية والحركية كوسيلة لتحقيق أهداف التربية حيث أن الإنسان ينمو ويتطور ويتكيف مع الحركة، هذه الأخيرة تؤثر في بناء الشخصية القوية.

<sup>1</sup> د. محمود عوض بسيوني، د. فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، بدون طبعة، 1992، صفحة 11.

<sup>2</sup> د. أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، مصر، 1996، صفحة 348.

### خلاصة:

إن ضرورة التربية البدنية غير مشكوك فيها، ومتفق على آثارها الايجابية التي هي على الإنسان، والتي تتجلى في البروز البيولوجي والاجتماعي والثقافي، وهي تساهم في تربية وتكوين الفرد الصالح، وتكسبه لياقة بدنية تؤهله للقيام بمهامه ومواجهة متطلبات الحياة والعمل بما يحقق معه السعادة والصحة.

فالنشاط البدني يسعى ويحاول دوماً إلى اتجاه الطرق المناسبة للوصول بالمهارة الحركية إلى أرفع المستويات بمختلف أنواعها عند الفرد.

شكل سهل السيطرة على حركاته و مهاراته التي تمكنه من إن يتكيف مع مجتمعه حتى أصبحت التربية البدنية حقيقة تخرق الأعراف فتصبح شيئاً فشيئاً حقيقة تظهر في النسيج الاجتماعي.

تمهيد:

إن مكونات المهنة التربوية من خلال وحدتها وعلاقتها المرتبطة تعطي للنشاط والأستاذ اتجاهها محددًا ،  
وتطبيع عمله بأسلوب المربي' لذا فالاختيار المهني له وظيفي متخصص يتطلب وجود ارتباط بين  
طبيعة هذا الدور ومتطلباته من قدرات وكفاءات تخصصية مناسبة ، ومنه فإن التدريس هو عملية  
تفاعل متبادل بين الأستاذ والمتعلمين' المعلومات والمهارات، القيم والاتجاهات التربوية المرغوبة التي  
ينبغي تحقيقها في فترة زمنية محددة تعرف بالدرس أو بوحدة النشاط .

**1\_ أستاذ التربية البدنية والرياضية :**

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دورا هاما وحيويا وله فاعلية في العملية التربوية، فمسؤوليته كبيرة جدا إذ 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 أثر على حياة التلميذ المدرسية، فهو الذي يوجه قواه الطبيعية التوجيه السليم ويهيئ لقواه المكتسبة البيئة التعليمية الملائمة كما أنه 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 وموضع ثقتهما، لأنهما قد وكلا إليه أمر تربية أبنائهم حتى يصبحوا مواطنين صالحين، وليس هناك معلم في أي مدرسة تحتاج له الفرص التي تتاح لأستاذ التربية البدنية والرياضية في الأخذ بيد التلاميذ إلى الطريق السوي المقبول اجتماعيا، وذو الأثر الصحي والعقلي.<sup>1</sup>

وبجانب ما سبق فإن معلم التربية البدنية والرياضية يعد زائدا 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

<sup>1</sup> زينب على عمر، جلال عبد الحكيم، طرق تدريس التربية الرياضية، دار الفكر العربي، طبعة الأولى، القاهرة، 2008، صفحة 66، 65.

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.<sup>1</sup>

## 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 والاجتماعية 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 التكيف كأهداف لتحقيق الغايات المنشودة، بالتنسيق على البرامج والدروس، كما أن للأستاذ تأثير كبير على جانب القيم والأخلاق.

### 2-2- الشخصية القيادية للأستاذ:

يقول "ارنولد" أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر قائدا لحد كبير بحكم سنه، وتخصصه الجذاب، 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 و ذلك إيجابيا و سلبيا، بالنظر إلى أن الطفل يطبق ما يتعلمه من أسرته ومدرسته و مجتمعه.

ولقد أفادت بعض الدراسات أن شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية لها دور على النمو الاجتماعي و العاطفي للتلميذ، ومن الواجب أن يدرك الأستاذ حساسة التلاميذ و المشاكل التي يعانون منها والفروق الفردية الخاصة المختلفة أثناء العملية التعليمية.

<sup>1</sup> محمد سعد زغلول، مصطفى سايح محمد، تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الطبعة الثانية، الإسكندرية، مصر، 2004، صفحة 197.

وفي دراسة قدمها "وبيتي" وقام خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ وطفل مراقب تتصل بتصوراتهم عن توفير الأمان وتقديرات التلاميذ، وتليها صفات مثل: اهتمامه بالحافز، التعرف على تلاميذه، إظهار الحنان والألفة، اتصافه بروح مرحة، اهتمامه بمشاكل التلاميذ، التعاطف والتسامح. ولقد توصلت "جنجربالي" أن الوصف الغالب للقيادات الناجحة هو أنهم أناس يعطون الآخرين إحساسا بالارتياح، ولديهم القدرة على إشعارهم بالأمان و الانتهاء وبعض الاهتمام.<sup>1</sup>

### 3- السمات الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

#### 3-1- السمات الأساسية للأستاذ المعاصر:

اشترطت التربية الحديثة شروط دقيقة جدا لنجاح العملية التعليمية وأداءها 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 استثمار 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 بالحواد والتفاعل والرعاية والتبادل والخبرة، بحيث تتعدى نقل المعرفة من طرف لآخر لتؤدي إلى تنمية القدرات، وممارسة قوى التعبير والتفكير وإطلاق قوى

الإبداع وتهذيب الأخلاق وتطوير الشخصية. بمحملها، بما يكفل المشاركة في تقدم 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 والترعة إلى التحريب والتجديد وأن يكون واثقا بنفسه في التنظيم التربوي بحرية واختيار.

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة، القاهرة، صفحة 33، 34.

**4- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية:****4-1- فهم أهداف التربية البدنية والرياضية:**

يتحتم على أستاذ التربية البدنية والرياضية فهم أهداف مهنة التربية البدنية والرياضية سواء كانت طويلة المدى أم أغراض مباشرة، فإن معرفة الأستاذ الأهداف التي يسعى لتحقيقها تجعله قادراً على النجاح في عمله اليومي، وإذا ما عرفت أغراض التربية البدنية والرياضية جيداً أمكن عمل تخطيط سليم لبرامجه

**4-2- تخطيط برنامج التربية البدنية والرياضية:**

المسؤولية الثانية لأستاذ التربية البدنية والرياضية هي تخطيط برنامج التربية البدنية والرياضية وإدارته في ضوء الأغراض، وهذا يعني الاهتمام باعتبارات أهمها:<sup>1</sup>

— احتياجات ورغبة الأفراد الذين يوضع البرنامج من أجلهم، ويراعي عند وضع البرنامج ضرورة تعدد أوجه النشاط وهناك عدة عوامل تدخل في تحديد الوقت الذي يخصص لكل من هذه الأنشطة مثل "العمر" ويجب أن يضع في الحسبان عدد المدرسين، الأدوات، حجم الفصل، عد التلاميذ والأحوال المناخية.

— كذلك يجب مراعاة القدرات العقلية والجسمية للمشاركين، وتوفير عامل الأمان والسلامة، ومن البديهي أن يتناسب مع المراحل التعليمية المختلفة.

**4-3- توفير القيادة:**

إن توفير القيادة الرشيدة يساعد على تحقيق أغراض التربية البدنية والرياضية والقيادة خاصة تتوفر في الأستاذ الكفء، هذه الخاصية لها أثر على استجابة التلاميذ لشخصية الأستاذ وتوجيهاته، ومن بين

أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، مرجع سابق، صفحة 38، 39.

الوظائف الأساسية للقيادة الوصول بقدرات الفرد إلى أقصى طاقاته من النواحي الجسمية والعصبية والعقلية والاجتماعية

والقيادة لا تتأثر ما لم يحصل الأستاذ على التدريب المهني الكافي كي يصبح قادرا على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التربية البدنية والرياضية، ويجب أن يدرك أستاذ التربية البدنية والرياضية أن مسؤوليته تمتد خارج نطاق الجماعة

إلى المدرسة التي يعمل بها، وليس المدرسة فحسب بل المجتمع المحيط به فهو موجود بوسط يجب أن يؤثر فيه.<sup>1</sup>

## 5\_ مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية :

### 1\_5\_ مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه المادة التعليمية :

يحظى أستاذ التربية البدنية والرياضية اليوم بتجربة أكبر بتحديد المنهج وأنواع النشاط التعليمي لتلاميذه، فهم يشاركون كأفراد وجماعات لإعداد خطط العمل للسنة الدراسية، وذلك في ما يتعلق بالمادة التعليمية، هكذا نرى أن الأستاذ لم يصبح غائبا عن ساحة التعليم إن صح التعبير، وإنما أتاحت له الفرصة لوضع الخطط التعليمية، والمناهج والطرق العلمية انطلاقا من واقع التلاميذ من داخل أو خارج الصف المدرسي.<sup>2</sup>

### 2\_5\_ مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقويم :

إن عملية تقويم عمل التلميذ هي عملية هامة جدا، ولكي تسير بصفة صحيحة يجب استعمال الوسائل اللازمة لتسجيل نتائجها، وللقيام الصحيح لنمو التلاميذ يجب الاستعانة بأخصائين في عمل الاختبارات وغيرها من أدوات القياس، وعلى عكس الأستاذ في المدرسة الحديثة قد أعد إعدادا

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، مرجع سابق، صفحة 38.

<sup>2</sup> محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، مرجع سابق، صفحة 20.



سليما حيث تعلم أن يقوم النمو في الاتجاهات والمثل والعادات والاهتمامات، كما أنه قادر على الكشف عن نواحي ضعف المتعلم وإعداده بالمواد والأساليب العلاجية.<sup>1</sup>

### 3\_5\_ مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه البحث العلمي :

تنحصر هذه النقط لبذل الأستاذ لجهود مستمرة نحو تحسين عمله، فهو مطالب بالإبداع في العمل والبحث المستمر في أمور هؤلاء الذين يقوم بتعليمهم، ولا يبقى خاملاً معتمداً دوماً على المعرفة السابقة، فيجب أن يهتم بكل ما هو جديد في ميدان التربية والتعليم وعلم النفس وكل ماله علاقة بمجال عمله، يحاول دمج كل هذه المعارف مع ما اكتسبه من خبرة ميدانية، وهذا بدوره ينعكس إيجابياً مع كفاءته المهنية ويجعله أكثر فاعلية بالعمل الذي يؤديه.<sup>2</sup>

### 6- الخصائص والصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر الوسيط بين المجتمع والتلميذ، ونموذجاً يتأثر به التلاميذ بحيث يقوم بتمكينهم من الحصول على معارف جديدة، كما يعمل على كشف مهاراتهم الحركية وقدراتهم العقلية، ثم توجيههم للوجهة الصحيحة، ولكي يؤدي أستاذ التربية البدنية والرياضية وظيفته بصفة جيدة وجب توفر مجموعة من الخصائص في عدة جوانب باعتباره معلماً ومربياً وأستاذاً.

### 1-6- الخصائص الشخصية:

لمهنة التعليم دستور أخلاقي لا بد أن يلتزم به جميع الأساتذة ويطبقن 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.<sup>3</sup>

تمحورت هذه الدراسة حول العناصر التالية:

<sup>1</sup> نثيال كانتور، المعلم ومشكلات التعليم والتعلم، ترجمة حسن الفهدي، الطبعة الأولى، دار المعارف، مصر، 1972، صفحة 161.

<sup>2</sup> نثيال كانتور، المرجع السابق، صفحة 161.

<sup>3</sup> رابح تركي، أصول التربية والتعليم، المؤسسة الوطنية للكتاب، ديوان المطبوعات الجامعية، 1990، صفحة 246.

الهيئة الخارجية للأستاذ (النشاط، الحمول....) وعلاقته مع التلاميذ، مع زملائه،

مع رؤسائه، أولياء التلاميذ.

ولذلك تحتاج التدريس إلى صفة خاصة حتى يصبح هدف التعليم سهل التحقيق، ويمكن إنجاز هذه الصفات فيما يلي:

### 6-1-1- الصبر والتحمل:

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

### 6-1-2- العطف واللين مع التلاميذ:

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

### 6-1-3- الحزم والمرونة:

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

— أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه وزملائه.

### 6-2- الخصائص الجسمية:

لا يستطيع أستاذ التربية البدنية والرياضية القيام بمهنته على أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه الخصائص الجسمية التالية:<sup>1</sup>

<sup>1</sup> صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، التربية وطرق التدريس، دار المعارف، الطبعة الأولى، مصر، 1984، صفحة 20.

- ◀ القوام الجسمي المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ، فالأستاذ يجب أن يراعي صورته المحترمة التي لها أثر اجتماعي كبير.
- ◀ التمتع بلياقة بدنية عالية كافية تمكنه من القيام بأي حركة أثناء عمله.
- ◀ أن يكون دائم النشاط لا أستاذ كسوليهمل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه.

- ◀ يجب أن يتمتع بالاتزان والتحكم العام وفي عواطفه ونظراته للآخرين، فالصحة النفسية والجسدية والحوية تمثل شروط هامة في إنتاج تدريس ناجح ومفيد.

### 3-6- الخصائص العلمية:

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 المشكلات التربوية.<sup>1</sup>

ومن خلال ما سبق يمكن تلخيص أهم العناصر التي يمكن للأستاذ أن يتميز بها حتى يصبح ناجحا في مهنته مايلي:<sup>2</sup>

- أن يتيح فرصة العمل والتجارب للتلاميذ حتى يعتمدوا على أنفسهم، ويكون لهم تفكير مستقلا وحرا.
- أن يطبق المبادئ التربوية الحديثة في عمله مثل التعاون، الحرية، الرغبة في العمل، والجمع بين الناحيتين العلمية والعملية في عملية التعلم.
- على الأستاذ أن يكون ذا شخصية قوية تمكنه من الفوز بقلوب التلاميذ واحترامهم.
- أن يكون واعيا بالمشاكل النفسية والاجتماعية للتلاميذ.
- المثابرة دوما للتجديد في العمل نحو الأفضل والأجبع.

<sup>1</sup> محمد السباعي، محم الغد ودوره، دار المعارف، الطبعة الأولى، 1985، صفحة 38.

<sup>2</sup> محمد السباعي، مرجع سابق، صفحة 38.

- 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 بالمميزات التالية:

### 6-3-1-الإلمام بالمادة:

الأستاذ الكفاء هو الأستاذ الواسع الإطلاع والثقافة، والواثق من نفسه، كما يجب أن يكون قادرا على جلب ثقة التلاميذ، ويكون أستاذ التربية البدنية والرياضية ميالا للإطلاع وتنمية المعارف، لأن إفادة التلاميذ من طرف الأستاذ وتكون من خلال المعلومات والمعارف الواسعة لدى الأستاذ.<sup>1</sup>

### 6-3-2- الذكاء:

الأستاذ على صلة دائمة بالتلاميذ ومشاكلهم، لذا عليه أن يكون ذا تصرف حكيم وأن يكون لديه القدرة على حل المشاكل، فنجاحه متوقف على مدى ذكائه وسرعة بديهيته وتفكيره، فلا بد أن يكون دقيق الملاحظة، متسلسل الأفكار، قادرا على المناقشة والإقناع بخلق الميل لمادته عند التلاميذ.<sup>2</sup>

### 6-4- الخصائص الخلقية والسلوكية:

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

- أن يكون محبا لمهنته، جادا فيها ومخلص لها.
- أن يكون مهتما بحل مشاكل تلاميذه، وما أمكنه ذلك من تضحيات.

<sup>1</sup> محمد مصطفى زيدان، الكفاية الإنتاجية للأستاذ، دار النشر، الطبعة الأولى، بيروت، لبنان، صفحة 60.

<sup>2</sup> صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، مرجع سابق، صفحة 16.

- أن يحكم بإنصاف فيما يختلف فيه التلاميذ، ولا يبدي أي ميل لأي تلميذ دون الجماعة، فهذا يؤدي إلى إثارة الغيرة بين التلاميذ.
- يجب أن يون متقبلا لأفكار التلاميذ متفتحا لهم.
- الأمل، الثقة بالنفس، وأن يكون واسع الآفاق كي يصل إلى تفهم التلاميذ، هذا لا يكون إلا بالثقة بالنفس.<sup>1</sup>

### 5-6- الخصائص الاجتماعية:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية شخص له تجارب اجتماعية في الحياة تكبد مشاقها وصبر عليها، حيث أكسبته رصيذا معرفيا، 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 الغيرة.

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

◀ وهو إلى جانب ما سبق يعد رائدا اجتماعيا، وبالتالي فهو متعاون في الأسرة التربوية، وعليه أن يساهم في نشاط المدرسة ويتعاون مع إدارتهم في القيام بمختلف المسؤوليات.<sup>2</sup>

### 7- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

#### 1-7-الواجبات العامة:

تشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية و الرياضية جزءا لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المؤسسة التي يعمل بها، وهي في نفس الوقت تعتبر النشاطات و الفعاليات التي يبديها اتجاه المؤسسة في سياق العملية التعليمية المدرسية.

<sup>1</sup> صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، مرجع سابق، صفحة 16.

<sup>2</sup> محمد مصطفى زيدان، مرجع سابق، صفحة 45.

ولقد أبرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من أستاذ التربية البدنية و الرياضية الجديد ما يلي:

- لديه شخصية قوية تتسم بالأخلاق و الاتزان.
- يعد إعدادا مهنيا جيدا لتدريس التربية البدنية و الرياضية.
- يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة .
- يستوعب المعلومات المتصلة بنمو الأطفال و تطورهم كأسس لخبرات التعليم.
- لديه قابلية للنمو المهني الفعال و العمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني .
- لديه الرغبة في العمل مع التلاميذ وليس مع الرياضيين الموهوبين فقط.<sup>1</sup>

### 2-7-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 الأستاذ بالمدرسة ومنها :

- ◀ حضور اجتماعات هيئة التدريس، واجتماعات القسم و لقاءات تقييم التلاميذ وفقا للخطة الموضوعية .
- ◀ تنمية واسعة للمهارات الحركية و القدرات البدنية لدى التلاميذ.
- ◀ تقدير قدرات الطلبة في مقرراتهم الدراسية .
- ◀ السهر على سلامة التلاميذ و رعايتهم بدنيا، عقليا وصحيا.
- ◀ الإشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية.<sup>2</sup>

### 3-7- واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية بصفته عضوا في المجتمع:

من أهم واجبات الأستاذ تدعيم العلاقة بين المدرسة التي يعمل فيها و البيئة المحيطة به من خلال:

- ◀ التعاون مع المؤسسات الموجودة في المجتمع وخاصة المؤسسات التي تخدم مدرسته.

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي، أصول التربية والتعليم، دار الفكر العربي، الطبعة الثانية، القاهرة، 2002، صفحة 152.

<sup>2</sup> أمين أنور الخولي، مرجع سابق، صفحة 153.

- ◀ اشترك أهالي الحي في نواحي الأنشطة المختلفة بالمدرسة من خلال تنظيم المسابقات و البطولات المفتوحة التي يشترك فيها أبناء المجتمع المحلي مثل: مسابقات الجري للجميع.
- ◀ التطوع في الأندية أو الهيئات الرياضية وأن يساهم بمجهوده البناء في أن تحقق هذه الهيئات أو النوادي أهدافها.
- ◀ المساهمة في خدمة المجتمع بالاشتراك في الأعمال التي يتطلبها هذا المجتمع فيكون له دور فعال في الدفاع المدني أو التمرضاو التوعية إذا احتاج الأمر لذلك.

- ◀ أن يتحسس مشكلات مجتمعه وأن يبصر المواطنين بها و يشاركهم في معالجتها.
- ◀ أن يوثق بين المنزل و المدرسة فيدعو أولياء أمور التلاميذ لحضور الحفلات و المهرجانات التي تقام داخل المدرسة.<sup>1</sup>

#### 4-7- واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية بصفته عضوا في المهنة:

- على أستاذ التربية البدنية و الرياضية أن يفهم مسؤولياته كعضو في المهنة و عليه أن يحترم تقاليد مهنته أن يكون عضوا فعال من خلال اشتراكه في مختلف أنواع النشاط التي من شأنها أن تزيد من كفاءته و تدفعه إلى التقدم المستمر في مهنته و يشمل هذا النشاط النواحي التالية:
- ◀ إذ لم يكن قد تلقى إعدادا كاملا فعليه أن يحاول تكملة إعداده عن طريق الدراسات الممكنة في الميدان.
  - ◀ الاطلاع المستمر على أحداث ما نشر في التربية البدنية و الرياضية و طرق التدريس وأن يطبق معلوماته في تدريسه قدر الإمكان.
  - ◀ محاولة الوصول على درجات علمية أعلى.
  - ◀ أن يتبع تقاليد المهنة الخلقية.<sup>1</sup>

زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، مرجع سابق، صفحة 80.

**8- درس التربية البدنية والرياضية:****1-8- تعريف درس التربية البدنية والرياضية:**

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية أحد الأشكال الأكاديمية مثل علوم الطبيعة والكيمياء واللغة، ولكنه يختلف عن هذه المواد بكونه يمد التلاميذ فقط بمهارات وخبرات حركية، ولكنه يمدهم بالكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية بتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الجوانب الحركية

مثل: التمرينات والألعاب الجماعية والفردية، وتتسم تحت الإشراف التربوي عن طريق مرين أعدوا لهذه الغرض.<sup>2</sup>

وبذلك ينشأ التلاميذ بالمدرسة أو المؤسسة التعليمية على حب الدرس، مما يقدم لهم من مهارات جديدة تعمل على تنمية قدراتهم واتجاهاتهم وميولهم نحو فعاليات خاصة، والتي تعمل على ترسيخ قاعة الرياضة المدرسية.

كما يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الوحدة الصغيرة في البرنامج المدرسي وهو أساس كل منهاج للتربية البدنية والرياضية، كما يجب أن تراعي فيها حاجات التلاميذ، بالإضافة إلى ميولهم ورغباتهم.<sup>3</sup>

**9- أهمية درس التربية البدنية والرياضية:**

لما كانت التربية البدنية والرياضية الركن الأساسي لتطوير كافة قدرات التلاميذ، فقد وجب الاهتمام بمادتها وما تحتاج إليه من إمكانيات بشرية ومادية من مساحات وأجهزة وأدوات وبرامج ومناهج حديثة.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، مرجع سابق، صفحة 82.

<sup>2</sup> حسن معوض، حسن شلتوت، التنظيم والإدارة في التربية البدنية والرياضية، دار المعارف، بدون طبعة، القاهرة، 1696، صفحة 102.

<sup>3</sup> ابراهيم حامد قنديل، برنامج ودرس التربية البدنية والرياضية، مطبعة مخيم، الطبعة الثانية، الأردن، 1990، صفحة 15.



وقد عرفت أنهما " عملية توجيه النمو و القوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدريبات الصعبة، وبعض الأساليب الأخرى، والتي تشارك في الأوساط التربوية بتنمية النواحي النفسية والاجتماعية والخلقية، فإن ذلك يعني أن درس التربية البدنية والرياضية كحد أوجه الممارسات لما يحقق هذه الأهداف ولكن على مستوى المدرسة، فهو يضمن النمو الشامل والمشرف للتلاميذ لتحقيق احتياجاتهم البدنية طبقاً لمراحلهم العمرية، فتعطي الفرصة للبالغين منهم بالاشتراك في أوجه النشاط داخل المدرسة أو خارجها.<sup>2</sup>

وبهذا يكون درس التربية البدنية والرياضية قد حقق إلى حد معين الأهداف التربوية التي رسمتها المناهج التربوية في مجالات النمو البدني والصحي والنفسي والاجتماعي.... الخ. للتلميذ وفي كل المستويات.

### 10- أغراض درس التربية البدنية والرياضية:

لقد وضع الكثير من الباحثين جملة أغراض خاصة بدرس التربية البدنية والرياضية، فنجد كل من " عباس أحمد السامرائي، وبسطيوسي أحمد بسطيوسي" قد حدد عدة أغراض لدرس التربية البدنية والرياضية كمايلي:<sup>3</sup>

- تنمية الصفات البدنية.
- النمو الحركي.
- الصفات الخلقية الحميدة.
- الصحة والتعود على العادات الصحيحة والسليمة.
- النمو العقلي والتكيف الاجتماعي.

<sup>1</sup> قاسم المندلاوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية البدنية والرياضية، جامعة الموصل، بدون طبعة، العراق، 1990، صفحة 98.

<sup>2</sup> محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، مرجع سابق، صفحة 92.

<sup>3</sup> عباس أحمد السامرائي، بسطيوسي أحمد بسطيوسي، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، جامعة بغداد، بدون طبعة، 1994، صفحة 73.

كما أشارت "عينات أحمد فرج" أنه ينبثق من أهداف التربية البدنية العديد من الأغراض التي يسعى درس التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقها وتشمل:

- الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم والصفات البدنية.
- اكتساب المهارات والحركات والقدرات الرياضية.
- تكوين الاتجاهات القومية الوطنية وأساليب السلوك السوي.

ويمكن تحديد أغراض درس التربية البدنية والرياضية بشيء من التفصيل فيما يلي:

### 10-1- تنمية الصفات البدنية:

" كالقوة العضلية، السرعة، المطاولة والمرونة " وتبين أهمية هذه الصفات أو العناصر وتنميتها في المجال الرياضي ليس فقط من واقع علاقتها بتعلم المهارات والفعاليات الرياضية المختلفة الموجودة في المنهاج المدرسي، بل تتعدى هذه الأهمية لحاجة التلميذ إليها في المجتمع.<sup>1</sup>

ويقول " حسن علاوي " في هذا الصدد وتحديدًا لمميزات النمو العقلي لفئة المراهقين " أن القدرات العقلية تنضج وتظهر الفروق الفردية في القدرات، فتتكشف استعداداتهم الفنية، الثقافية، والرياضية، والاهتمام بالتفوق الرياضي واتضح المهارات البدنية.<sup>2</sup>

### 10-2- تنمية المهارات الحركية:

يعتبر النمو الحركي من الأغراض الرئيسية لدرس التربية البدنية والرياضية، ويقصد بذلك تنمية الحركات عند المتعلم، والمهارات الحركية تنقسم إلى حركات أساسية ومهارات حركية رياضية، فالمهارات الحركية الأساسية هي تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها تحت الظروف العادية مثل العدو، المشي، القفز.

<sup>1</sup> عباس أحمد السامرائي، بسطيوسي أحمد بسطيوسي، نفس المرجع السابق، صفحة 74، 79.

<sup>2</sup> محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، الطبعة الثامنة، القاهرة، 1992، صفحة 148.

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

### 10-3- النمو العقلي:

تعتبر عملية النمو عملية معقدة للغاية، فهي تلك التغيرات الوظيفية والجسمية والنفسية التي تحدث للكائن الحي، وهي عملية نضج للقدرات العقلية.<sup>2</sup>

### 10-4- اكتساب الصفات الخلقية:

يرى " عدلان جلون" أن الأغراض الاجتماعية تتمثل في تهيئة الجو الملائم للتكيف بنجاح في المجتمع الصالح وإتاحة الفرصة للتعبير عن النفس والابتكار وإشباع الرغبة في المخاطرة حتى ينمو الطالب نفسياً واجتماعياً.<sup>3</sup>

### 11- طرق إخراج درس التربية البدنية والرياضية:

يقصد بإخراج درس التربية البدنية والرياضية " استخدام جميع الوسائل والإمكانيات التي تساعد على تنظيم التلاميذ بشكل ديناميكي والتي يمكن من خلال ذلك الوصول إلى الهدف المرجو بطريقة سريعة وبسيطة.

أما الطرق الشائعة في إخراج درس التربية البدنية والرياضية فهي كما يلي:

### 11-1- الطريقة الجماعية:

<sup>1</sup>عباس أحمد السامرائي، بسطيوسي أحمد بسطيوسي، مرجع سابق، صفحة 27.

<sup>2</sup> عدلان درويش، جلون وآخرون، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، بدون طبعة، القاهرة، 1994، صفحة 30.

محمد حسن علاوي، مرجع سابق، صفحة 151.

حيث يؤدي التلاميذ جميع الحركات والتمارين الرياضية بشكل جماعي وبمحمل موحد، باستخدام الوسائل المتوفرة، وهذه النوع من الإخراج للدرس يخدم المهارات الفردية كالوثب وأنواعه مثل: الجري، السباحة، وكذا يستخدم أحيانا في الألعاب الجماعية ككرة القدم وكرة السلة والكرة الطائرة... الخ.

ومن مميزات هذه الطريقة أنها مريحة بالنسبة للأستاذ حيث يستطيع هذا الأخير تعليم مجموعة من التلاميذ في وقت واحد، إلا أن الصعوبة تكمن في تصحيح الأخطاء، ويلعب موضع أو مكان الأستاذ دورا كبيرا في ملاحظة الأخطاء.<sup>1</sup>

### **11-2- طريقة الأداء التتابعي:**

في هذه الطريقة يقوم التلميذ بأداء المهارات والحركات بالترتيب واحدة وراء واحدة وبدون توقف، وهذه الطريقة تعتمد على الوسائل والإمكانات المتوفرة، ومن مميزاتا أنها تتيح لنا الفرصة في معرفة الفروق الفردية عند التلاميذ، إلى جانب تماسك وحدة الدرس مع التنظيم.

### **11-3- طريقة المناوبة:**

يؤدي التلاميذ التمرينات بشكل متناوب، حيث ينقسمون إلى مجموعتين تقوم المجموعة الأولى بأداء التمارين ثم ترجع إلى الخلق، لتقوم المجموعة الثانية بنفس الشيء، ويركز استعمال هذه الطريقة في الوثب العالي والوثب الطويل... الخ.

### **11-4- الطريقة الفردية:**

<sup>1</sup> عبد اللطيف نصيف، الخطة الحديثة في التربية البدنية والرياضية، مطبعة الميناء، بدون طبعة، بغداد، 1981، صفحة 102، 104

تستعمل هذه الطريقة عند تقويم ومعرفة المستوى الذي وصل إليه التلاميذ، حيث يقوم كل تلميذ بأداء المهارات بشكل فردي، ومن خلال هذه الطريقة يستطيع الفرد اكتشاف الأخطاء إلى جانب القدرات المتوفرة لديه.<sup>1</sup>

## 12- تقويم درس التربية البدنية والرياضية:

يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يعمل على تقويم الدرس بصفة مستمرة من خلال

مايلي:

- التقويم البدني والمهاري والمعرفي للدرس " التقويم الشامل".
- قياس النتائج لكل وحدة من وحدات الدرس.
- استخدام وسيلة التقويم كأها جزء من الدرس.
- استخدام أساليب مختلفة للقياس تتناسب مع هدف الحصة.
- تشجيع المتعلمين على التقويم الذاتي والمشارك.<sup>2</sup>

من خلال ما سبق ذكره تتضح جليا الأهمية الكبيرة التي تلقىها المنظومة التربوية لدرس التربية البدنية والرياضية، وذلك من خلال توفير كل الوسائل والمتطلبات البيداغوجية من أجل تسهيل عملية تقديم الدرس بهدف الوصول إلى تحقيق الأهداف التربوية وذلك لا يتسنى إلا إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية على معرفة وافية باستعدادات وكفاءات واتجاهات وميول تلاميذه.

<sup>1</sup> عبد اللطيف نصيف، الخطة الحديثة في التربية البدنية والرياضية، مرجع سابق، صفحة 105.

مكارم حلمي أبو هوجة، محمد سعد زغلول، منهاج التربية الرياضية، مركز الكتاب والنشر، 1999، صفحة 96، 97.

خلاصة:

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الجزء الأهم من مجموعة أجزاء البرنامج ومن خلاله تقدم كافة الخبرات والأنشطة الحركية التي تحقق أهداف البرنامج المدرسي، ويفترض أن يستفيد منه كل تلاميذ المدرسة مرتين أسبوعيا على الأقل، ونظرا للطبيعة التعليمية و التربوية للدرس، يجب أن يراعي فيه الأستاذ كافة الاختبارات المتعلقة لطرق التدريس، الوسائل التعليمية والتدرج التعليمي لتتابع خبرات متعلقة بطرق القياس والتقويم.

تمهيد:

إن نمو الفرد يمر بمراحل متسلسلة تمتد من الفترة الجينية إلى مرحلة الكهولة، ومن بين هذه المراحل مرحلة المراهقة التي يقترب فيها الفرد أو الطفل غير الناضج إلى مرحلة البلوغ أو الرشد و يختلف الأطفال فيه فيما بينهم في السن التي يبدأون فيها الدخول في مرحلة المراهقة كما يختلف البنون عن البنات إذ تسبق البنات البنون بسنة أو سنتين. إن المراهقة فترة أو مرحلة جد حساسة من حياة البشر، وهذا مرحلة عبور من الطفولة إلى الرشد تسمح للفرد ببلوغ عالم الكبار ولو تمكن الفرد من اجتياز هذه المرحلة بنجاح لسهل عليه مواصلة المشوار بسهولة، و بدون آثار جانبية قد تؤثر عليه و تحدث لديه عقدة نفسية يصعب التخلص منها مستقبلا. فمن خلال هذه الفترة \_المراهقة\_ تحدث عدة تغيرات نفسية و عقلية واجتماعية و جسمية للفرد تؤثر عليه بصورة مباشرة و غير مباشرة. و تعتبر هذه المرحلة من أهم مراحل النمو التي تظهر فيها السمات الأولية لشخصية الفرد، و يكتمل فيها النضج البدني، و الجنسي، و العقلي، و النفسي، و هذا ما تكتسبه من أهمية بالغة في حياة الطفل خاصة في مجال الرياضة نظرا للتفاعل المتبادل بين هذه الأخيرة و مرحلة المراهقة و إيماننا منا بهذا. قمنا في بداية الفصل بشرح الأهمية البالغة لدراسة مختلف مراحل النمو و تطرقنا إلى ما يهمنا في بحثنا هذا من دراسة لمرحلة المراهقة. و توضيح أبعادها الجسمية ، و الفيزيولوجية و النفسية، و كذا الحركية.

1-تعريف المراهقة:

1-1- لغة:

هي من الفعل "راهق" و راهق الغلام أي قارب الحلم أي بلغ حد الرجال فهو مراهق.<sup>1</sup>

تعني الاقتراب و الدنو من الحلم، و المراهقة بهذا المعنى: الفتى الذي يدنو من الحلم و معنى المراهقة بالإنجليزية (adolescence) و المشتقة من الفعل اللاتيني (adolesceh) و معناها الاقتراب من النضج البدني و الجسمي و العقلي و الانفعالي و الاجتماعي، و المراهقة تقع بين نهاية الطفولة و بداية الرشد بذلك فالمرهق لم يعد طفلا و ليس راشدا.<sup>2</sup>

1-2- اصطلاحا:

تعرف المراهقة على أنها المرحلة ما بين 12 إلى 20 سنة، وهذه التحديدات غير دقيقة لأن ظهور المراهقة ومدتها يختلفان حسب الجنس والظروف البيئية والعوامل الاجتماعية والاقتصادية.

إن المراهقة قد تسبق سن 13 سنة بعامين وقد تتأخر إلى سن 21 سنة أي ما بين 11 إلى 21 سنة.<sup>3</sup>

تعرف المراهقة على أنها فترة الحياة الواقعية بين البلوغ والنضج، وتتميز بتغيرات جسمية ونفسية ملحوظة كالحساسية الزائدة والوقوف على القيم المجردة بحيث يصبح هناك اهتمام بالمظهر والدين.<sup>4</sup>

المراهقة هي مرحلة يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسية وتنتهي بسن الرشد وإشراف القوى العقلية المختلفة على تمام النضج.<sup>5</sup>

2- المراهقة حسب بعض العلماء:

المراهقة حسب كل من "دوبيس"، "كستيمبورغ"، "لوهال".

<sup>1</sup> فؤاد افرام البستاني، منجد الطالب، دار المشرق، الطبعة الثالث والأربعون، بيروت، 1995، صفحة 256.

<sup>2</sup> علي فالح الهنداوي، علو النفس الطفولة والمراهقة، العين، دار الكتاب الجامعي، بدون طبعة، 2002، صفحة 288، 289.

<sup>3</sup> نادية شرادي، التكيف المدرسي للطفل والمراهق، دار الراتب الجامعي، الطبعة الأولى، بيروت، 2000، صفحة 235، 236.

<sup>4</sup> عبد الرحمن العيسوي، سيكولوجيا النمو، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بدون طبعة، بيروت، 2002، صفحة 36.

<sup>5</sup> خليل ميخائيل معوض، قدرات وسمات الموهوبين، جامعة الاسكندرية، بدون طبعة، مصر، 2000، صفحة 15.



**1-2- المراهقة حسب دوبيس "debesse":**

يرى "دوبيس" إن المراهقة تعتبر عادة مجموعة من التحولات الجسمية و النفسية التي تحدث بين الطفولة و سن الرشد.

كذلك المراهقة مرحلة انتقالية تحدث فيها تغيرات من جانبين أساسيين هما:

**1-1-2- تغيرات جسمية:**

تتمثل في النضج الفسيولوجي الذي يبلغ ذروته في هذه المرحلة إذ يكتمل نمو الأعضاء الداخلية و الخارجية، بحكم هذه التغيرات المورفولوجية التي تطرأ على المراهق، يميل هذا الأخير إلى العزلة و الانطواء.

**1-1-2- تغيرات نفسية:**

تتميز بتحديد النشاط الجنسي و نضجه إلى جانب نمو القدرات العقلية كالقدرة على التفكير المنطقي و التجريد و التخيل، كما تتخيل المراهقة الأزمات و القلق و التوتر، باعتبارها مرحلة الانبثاق الوجداني و فترة التحولات النفسية العميقة، التي تؤدي بالمراهق لسعي في هذه المرحلة، إلى التخلص من رباط التعلق الطفولي بوالديه راغبا في التحرر و تأكيد الذات.

**2-2- المراهقة حسب كستيمبورغ "kestemberg":**

بالنسبة لـ "كستيمبورغ" المراهقة مرحلة إعادة التنظيم النفسي مهدتها الجنسية الطفيلية، على المدى الطويل و مختلف الاستمارات المعقدة التي حدثت في الطفولة و كذلك في مرحلة الكمون. و يرى كستيمبورغ أن مرحلة المراهقة ليس عقوبة، و لا منفصلة عن باقي مراحل النمو السابقة بحيث أن هذه الأخيرة تتفاعل خبراتها و على أساسها تبني مرحلة المراهقة، فما تختلف الطفولة من آثار تعود بوضوح على المراهقة، إذ يعتبر كستيمبورغ المراهقة فترة تعديل لبنة سابقة للانا و ذلك بسبب التغير الجنسي الذي يتمثل في اكتساب النضج الجنسي مما يرفض على المراهق ضرورة إدماج هذا النضج التطوري في نظام العلائقي اللبدي.<sup>1</sup>

**3-2- المراهقة حسب لوهاال "lehalle":**

<sup>1</sup> نادية شرادي، نفس المرجع السابق، ص235، 236، 237.

أما " لوهال " فيرى المراهقة هي البحث عن الاستقلالية والاندماج في المجتمع الذي تنوسطها العائلة، وبهذا تظهر المراهقة كمرحلة انتقالية حاسمة، تسعى إلى تحقيق الاستقلالية النفسية والتحرر من التبعية الطفولية، الأمر الذي يؤدي إلى تغيرات على المستوى الشخصي لا سيما في علاقته الجدلية بين الأنا والآخرين.

وكذلك يرى " لوهال " أن المراهقة هي مرحلة جديدة لعملية التحرر الذاتي من مختلف أشكال التبعية، إذ تتضمن البحث عن الاستقلال الوجداني والاجتماعي والاقتصادي.<sup>1</sup>

نستخلص من التعاريف السابقة أن المراهقة مرحلة من مراحل النمو تتميز بعدة خصائص أبرزها التغيرات الجسمية والنفسية.

### 3\_ نظرة علم النفس قديما وحديثا للمراهق:

علم النفس القديم ينظر إلى المراهقة نظرة استسلام وتشاؤم، وأنها فترة ثروة وتمرد تتميز بالعواصف الهوجاء التي لا يمكن تجنبها إلا بإقامة الحواجز المضادة، وكان يعتبر أيضا هذه المرحلة مستقلة و منفصلة تماما عن المراحل التي قبلها والتي بعدها.

أما علم النفس الحديث فيتجه أيضا إلى إعتبار مرحلة المراهقة غير مستقلة عن المراحل الأخرى بل متصلة و أنها تدرج في النمو البدني و الجنسي و العقلي و هي امتداد للمرحلة التي تسبقها.<sup>2</sup>

### 4\_ مراحل المراهقة:

تعتبر المراهقة مرحلة من مراحل النمو وتقع بين الطفولة و الرشد و يمكن تقسيم مراحلها إلى ثلاث مراحل:

### 1-4- المراهقة المبكرة (11\_14 سنة):

<sup>1</sup> نادية شرادي، التكيف المدرسي للطفل والمراهق، دار الراتب الجامعي، الطبعة الأولى، بيروت، 2000، صفحة 239، 240 .

<sup>2</sup> خليل ميخائيل معوض، نفس المرجع السابق، صفحة 329.

تعتبر فترة تقلبات عنيفة و حادة و مصحوبة بتغيرات في مظاهر الجسم و وظائفه مما يؤدي إلى الشعور بالتوازن كما تظهر اضطرابات انفعالية مصاحبة بتغيرات فيزيولوجية و ضغوط الدوافع الجنسية التي لا يعرف المراهق كيفية كبحها و السيطرة عليها و ترتبط هذه المرحلة بثلاثة مظاهر:

❖ الاهتمام بتفحص الذات و تحليلها و وصف المشاعر الذاتية مثل مذكرات المراهقين.

❖ الميل إلى قضاء أكثر الوقت خارج البيت بعيدا عن أفراد الأسرة و مراقبتهم.

❖ التمرد على التقاليد القائمة و المعايير السائدة.<sup>1</sup>

وتتميز هذه المرحلة بالانفعالات العنيفة و التناقض الانفعالي من حب و كره و شجاعة و خوف.

كما تنعكس حاجة المراهق من المزيد من الحرية في العديد من الأمور فيبدأ برفض جميع أفكار و معتقدات الأهل و يشعر بالإحراج إن تواجد في مكان واحد مع أهله، و تبدو هذه المرحلة في غاية العشوائية بالنسبة للأهل و لكن عليهم التحلي بالصبر و الإصغاء إلى احتياجات أبنائهم و دعمهم لتطوير شخصياتهم المستقلة و الخاصة.<sup>2</sup>

#### 4-2-مرحلة المراهقة المتوسطة {15-17 سنة}:

يملك المراهق في هذه المرحلة طاقة هائلة والقدرة على العمل وإقامة علاقات متبادلة بين الآخرين إيجاد نوع من التوازن مع العالم الخارجي دون الاعتماد كثيرا على الغير حيث يزداد الشعور بالاستقلالية.<sup>3</sup>

تقابل هذه المرحلة الثانية و هنا تتباطأ سرعة النمو الجسمي نسبيا، و تزداد

الحواس دقة و يقرب الذكاء إلى الاكتمال و تظل الانفعالات قوية و تتسم بالحماسة.<sup>4</sup>

يصبح المراهق أكثر تصادما مع العائلة و يصبر على ما يحلو له و يجرب الكثير من المراهقين الأمور الممنوعة كمصادقة رفقاء السوء، مخدرات، كحول، كنوع من التحدي للأهل و لفرض رأيهم الخاص.

#### 4-3- المراهقة المتأخرة {18-21 سنة}:

<sup>1</sup> رمضان محمد القذافي، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية الإسكندرية، بدون طبعة، مصر، 1997، صفحة 353، 354.

<sup>2</sup> عبد الحميد الشاذلي، علم النفس، المطبعة الجامعية الأزراطية، الطبعة الثانية، الإسكندرية، 2001، صفحة 245، 246.

<sup>3</sup> رمضان محمد القذافي، نفس المرجع السابق، صفحة 353، 354.

<sup>4</sup> عبد الحميد الشاذلي، نفس المرجع السابق، صفحة 245، 246.

يسعى المراهق في هذه المرحلة إلى توحيد جهوده من أجل إقامة وحدة متآلفة من مجموعة أجزائه و مكوناته، كما يتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالاستقلال.

حيث يشير العلماء إلى أن هذه المرحلة تعتبر مرحلة تفاعل وتوحيد أجزاء الشخصية والتنسيق فيما بينها، بعد أن أصبحت الأهداف واضحة والقرارات مستقلة.<sup>1</sup>

في نهاية هذه المرحلة يتم النضج الجسمي ويصل الذكاء إلى قممه ويبدأ الاستعداد للحصول على عمل دائم وتكوين أسرة.

في نهاية المرحلة يعود الكثير من المراهقين لطلب النصيحة والإرشاد من الأهل، وهذا التصرف يكون مفاجئاً للأهل، إذ يعتقد الكثير منهم أن النزاع والصراع أمر محتم قد لا ينتهي أبداً، وتبقى قيم وتربية الأهل واضحة وظاهرة في هذه الشخصيات الجديدة إذا أحسن الأهل التصرف في هذه المرحلة.<sup>2</sup>

### 5- مظاهر النمو في المراهقة:

#### 1-5- النمو الجسمي:

تتماز المراهقة بتغيرات جسمية سريعة وخاصة في السنوات الأولى بسبب زيادة إفراز هرمونات النمو، تميزها الحساسية النفسية وظهور حب الشباب عند البعض، فهذا بسبب الإحراج للمراهق لأنه يشوه مظهر وجهه كما أن التفكير أو التأخير في النمو الجسمي والجنسي له مشكلات نفسية اجتماعية، فالنضج المبكر لدى الإناث يسبب لهن الضيق والحرج، أما عند الذكور فينتج عنه الثقة بالنفس وتقدير مرتفع للذات وإن تأخير النضج عند الذكور يجعلهم أكثر نشاطاً.

يتفوق البنون على البنات في القوة الجسمية حيث تنمو عضلاتهم بشكل أسرع في حين أن البنات يتراكم الدهن حول الحوض وفي العضدين والفخذين والبطن.<sup>3</sup>

يؤثر في عملية النمو عاملان: أحدهما داخلي وهو الوراثة، والثاني خارجي وهو البيئة ولا يمكن فصلهما عن بعضهما، والواقع أن أي عيب أو شذوذ في النمو الجسماني للمراهق يعتبر بحق تجربة قاسية له فبعض العيوب

<sup>1</sup> رمضان محمد القذافي، نفس المرجع السابق، صفحة 356، 357.

<sup>2</sup> عبد الحميد الشاذلي، نفس المرجع السابق، صفحة 245-246.

<sup>3</sup> علي فاتح الهنداوي، نفس المرجع السابق، صفحة 239، 295، 296.

الجسمية كحب الشباب أو الاعوجاج في الجسم أو عدم نماء العضلات يقلق المراهق يشعره بنقص كبير عندما يقارن مع زملائه.<sup>1</sup>

### 5-2- النمو العقلي والمعرفي:

ينمو الذكاء العام للمراهق وتزداد قدرته على القيام بالكثير من العمليات العقلية العليا كالتفكير والتذكر القائم على الفهم والاستنتاج والتعلم والتخيل.

تنمو بعض المفاهيم المجردة كالحق والعدالة والفضيلة حيث يتجه التخيل من المحسوس إلى المجرد، كما تنمو لديه الميولات والاهتمامات والاتجاهات القائمة على الاستدلال العقلي، ويظهر اهتمام المراهق لمستقبله المهني والدراسي وتزداد قدرة الانتباه والتركيز، ويميل المراهق إلى التفكير النقدي حيث لا يسلم الأمور دون دلائل أو حقائق، كما تكثر أحلام اليقظة حول المشكلات أو الحاجات حيث يلجأ لها المراهق لا شعوريا لإشباع حاجياته.

تتميز هذه المرحلة بمرونة التفكير والقدرة على فحص الحلول البديلة بشكل منظم والجمع بين الحلول الممكنة للتوصل إلى إيجاد قانون عام.<sup>2</sup>

فترة النمو العقلي السريع، حيث يصبح فيها الفرد قادرا على التفسير والتوافق مع ذاته ومع بيئته، وتزداد قدرة المراهق على الانتباه لما حوله لمدة أطول مما كان عليه سابقا، ويصبح بإمكانه استيعاب مشكلات معقدة بيسر، وتصبح لديه قدرة كبيرة على الحفاظ والتذكر وتظهر الفروق الفردية في النمو العقلي واضحة.<sup>3</sup>

الميل العقلي للمراهق يبدو في اهتماماته بأوجه النشاطات المختلفة كالميل للقراءة واستطلاع الرحلات، فهو يحاول التعبير عن ذاته و يحللها و ينفذها فيصف مشاعره الذاتية و خبراته الوجدانية، حيث يهتم المراهق بما يدور حوله و ما يؤثر فيه من أحداث يومية.<sup>4</sup>

### 5-3- النمو الانفعالي:

<sup>1</sup> خليل ميخائيل معوض، نفس المرجع السابق، صفحة 332، 333.

<sup>2</sup> رمضان محمد القذافي، نفس المرجع السابق، صفحة 56، 57.

<sup>3</sup> علي فاتح الهنداوي، نفس المرجع السابق، صفحة 297، 303، 300.

<sup>4</sup> خليل ميخائيل معوض، نفس المرجع السابق، 341، 342، 345.

المراهقة فترة نمو متزايدة لجميع الطاقات، التي يملكها الفرد بما فيها النفسية و الانفعالية و تمتاز انفعالاته في هذه المرحلة بالعنف و التهور، و الإرهاق و لا يستطيع التحكم فيها و يسعى المراهق للاستقلال الانفعالي أو النظام النفسي و الاعتماد، تتميز هذه المرحلة بالحياة و الجلب بسبب التغيرات الجسمية.

إن الأنماط الانفعالية في مرحلة المراهق هي نفس الأنماط الانفعالية في مرحلة الطفولة و لكنها تختلف من حيث الدرجة و النوع.<sup>1</sup>

ترتبط الانفعالات بتغيرات عضوية دالية يصاحبها مشاعر وجدانية و تغيرات فيزيولوجية و كيميائية داخل الجسم و يؤثر العالم الخارجي في هذه الانفعالات فبهمل الكثير منها.

### 5-3-1-مظاهر النمو الانفعالي:

- ❖ التذبذب في المشاعر و السلوكيات و التوجيهات.
- ❖ الاندفاعية و ركوب الخطر.
- ❖ سرعة الغضب و الانفعال و عدم ضبط العواطف و بذاءة اللسان.
- ❖ تعجل المراهقة و ذلك بفعل الأمور مثل:
  - \_ تضخم الصوت.
  - \_ الشارب و اللحية.
  - \_ لبس الأحذية ذات الكعب العالي.
  - \_ المبالغة في الزينة.
- ❖ الرغبة في تأكيد الذات و ذلك بعدة أمور منها:
  - \_ لبس ملابس متميزة.
  - \_ التصنع في الكلام و المشي.
  - \_ إقحام النفس في مناقشات فوق مستوى المراهق.
  - \_ التدخين لإثبات الرجولة و الإستقلالية.
- ❖ مقاومة السلطة:

<sup>1</sup> علي فاتح الهنداوي، نفس المرجع السابق، 297، 303، 300.

\_ التمرد على الأسرة.

\_ التمرد على المدرسة.

\_ الميل للنقد.

### 5-3-2- العوامل التي تؤثر في الانفعالات:

- ❖ التغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق.
- ❖ نمو القدرات العقلية و تأثيرها على تغير انفعالات المراهق و استجاباته.
- ❖ التوتر و الحرج الذي يصيب المراهق عند اختلاطه و تعامله مع الجنس الآخر.
- ❖ نوع العلاقات الأسرية القائمة بين الأبوين و الإخوة و الأقارب و الإخوة فيما بينهما.
- ❖ المظهر الانفعالي الديني في هذه المرحلة يبدو واضحاً إذ تنتاب المراهق الشك و الصراع الديني فهو يميل لمناقشة و تحليل و فهم الأمور و القيم الدينية فهم منطقياً و ما يزيد من انفعالات المراهق شعوره بالإثم و الخطيئة نتيجة ما يرتكبه من أخطاء تتعارض مع القيم الدينية.<sup>1</sup>

### 5-4- النمو الاجتماعي:

- حياة المراهق الاجتماعية مليئة بالصراعات والغموض والتناقضات فيعيش صراعاً بين آراء أصدقائه وآراء أسرته، وبين الرغبة في الاستقلال عن الوالدين وبين حاجته إلى مساعدتهم، وبين رغبته في إشباع الدافع الجنسي وبين القيم الدينية والاجتماعية، وكل هذا يؤدي إلى عيشه متناقضاً تظهر في سلوكه وتفكيره بحيث يقول ولا يفعل ويجب وينفر في نفس الوقت، يمثل للجماعة ويرغب في السيطرة وتأكيد الذات.
- ❖ يتجه المراهق إلى الاهتمام بمظهره الشخصي وتوسيع دائرة علاقاته أمام البنات فعادة البنات يتجهن إلى الاهتمام بمظهرهن أكثر من الذكور.<sup>2</sup>
  - ❖ يسود المراهق في هذه المرحلة مشاعر الحب والود ويهتم بردود أفعال الآخرين اتجاه سلوكه ومشاعره، ويفكر في كيفية تحقيق استقلاله الاقتصادي.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> علي فاتح الهنداوي، علم النفس الطفولة و المراهقة، العين دار الكتاب الجامعي، بدون طبعة، 2002، 303 .

<sup>2</sup> رمضان محمد القناني، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية، الاسكندرية، بدون طبعة، مصر، 1997، صفحة 355.

<sup>3</sup> فوزي محمد جيل، علم النفس العام، المكتب الجامعي الحديث، الأزراطية، الاسكندرية، بدون طبعة، مصر، 2001، صفحة 427.

❖ يتميز المراهق بركة المشاعر وسرعة الانفعال والتمركز حول الذات والقابلية للإيحاء والنقد وحب الاطلاع والمعرفة والميل إلى التضحية والبحث عن المثل العليا.<sup>1</sup>

❖ النمو الاجتماعي محصلة عاملين هما الفرد الإنساني ذاته وبيئته المحيطة به وما فيها من مؤثرات ثقافية واجتماعية، فالمراهق ينفع سلبا وإيجابا مع المجتمع، ومن أهم أنماط السلوك الاجتماعي في فترة المراهقة التقليد والمحاكاة إذ أنها تنشأ من الشعور بعدم الأمن في المواقف الاجتماعية الجديدة.

### 5-5- النمو الفسيولوجي:

تحدث مع بداية المراهقة تغيرات كثيرة لوظائف الأعضاء، ومن العوامل التي تؤثر في النمو الفسيولوجي نضج الغدد الصماء وزيادة إفرازاتها، وأهم حدث فسيولوجي يحدث في هذه المرحلة هو البلوغ الجنسي.

❖ تقوم الغدد الصماء بدور كبير إذ تساعد على نمو الأعضاء التناسلية والأعضاء الأخرى التي تكون الصفات الجنسية الثانوية، كما تؤثر عوامل التغذية والوراثة والبيئة في النمو الفسيولوجي للمراهق.

❖ يتم الوصول إلى التوازن الغددي ويكتمل نضج الخصائص الجنسية عند جميع المراهقين، ويحدث التكامل بين الوظائف الفسيولوجية والنفسية شخصية المراهق.<sup>2</sup>

### 5-6- النمو الحركي:

❖ تصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما ويزداد نشاطه قوة ويزداد إتقان الذكور الألعاب الرياضية والإناث للمهارات الحركية، ويتفوق البنون على الإناث في نمو القوة والمهارات الحركية.<sup>3</sup>

❖ زيادة القوة ونموها يؤدي إلى ارتفاع مستوى القدرة على الحركة وممارسة العديد من النشاطات البدنية والرياضية.<sup>4</sup>

❖ يميل النشاط الحركي إلى الاستقرار و الرزانة والتأزر التام و تزداد المهارات الحسية بصفة عامة، يشير مصطلح اللياقة الحركية للدلالة على الكفاءة في أداء المهارات الحركية الأساسية و المرتبطة بالنشاط الرياضي.

<sup>1</sup> عبد المنعم عبد القادر الميلادي، سيكولوجية المراهقة، مؤسسة الشباب الجامعية، بدون طبعة، 2004، صفحة 56.

<sup>2</sup> علي فاتح الهنداوي، نفس المرجع السابق، صفحة 307،310،313،305.

<sup>3</sup> علي فاتح الهنداوي، نفس المرجع السابق، صفحة 354.

<sup>4</sup> رمضان محمد القذافي، نفس المرجع السابق، صفحة 354.



**5-7- النمو الحسي:**

لا يحدث إلا تغير طفيف في درجة الإحساس لجميع الحواس و تزداد الحساسية الانفعالية لدى المراهقين نتيجة زيادة الإحساس، فيظهر الخجل واحمرار الوجه، وتغيرات داخلية و خارجية عنده لكنها تبقى ضمن مجموعة الانفعالات العادية.

في هذه المرحلة تكتمل جميع الحواس بالتالي يصل الإحساس إلى ذروته لأنه مرتبط بالإدراك الذي يصل إلى مستوى عالي في هذه المرحلة.

**5-8- النمو الديني:**

مما يعمل على جلب اليقظة الدينية عند المراهق نمو الثقة بالذات والنضج الجنسي وتنمو لديه جميع القوى النفسية، ويزداد لديه حب الاستطلاع خاصة فيما يخص الجانب الديني.

تحتفظ الأغلبية الساحقة من المراهقين باتجاهات الوالدين الدينية وتدل مناقشات المراهقين وجدلهم الحاد على وجود اليقظة الدينية، ولا شك أن الأخلاق الدينية تنظم سلوك الفرد والجماعة و تنمي الضمير الفردي و الضمير الاجتماعي.<sup>1</sup>

**6- بعض مشكلات المراهقة:**

تعتبر فترة المراهقة حرجة و صعبة لما فيها من تغيرات و أثرها على شخصية المراهق و المجتمع، و ما ينتج عنها من تصرفات غير واضحة مما يؤدي إلى حدوث مشاكل متعددة نذكر منها:

**6-1- المشاكل النفسية:****6-1-1- الصراع الداخلي:**

كالاتقلال عن الأسرة و بين الاعتماد عليها و بين مخلفات الطفولة و متطلبات الشباب و بين طموحاته الزائدة و التقصير الواضح في التزاماته.

**6-1-2- الاغتراب والتمرد:**

<sup>1</sup> علي فاتح الهنداوي، علم النفس الطفولة و المراهقة، دار الكتاب الجامعي، بدون طبعة، 2002، صفحة 315، 317، 366، 369.

يتجه المراهق في البداية إلى والديه ليتخذ منهما نموذجاً يمكن الاستفادة منه في تكوين هويته، غير أنه يبدأ في رفض الصورة التي رسمها لوالديه مما يجعله يتجه نحو الجماعات الخارجية مما يؤدي للتمرد الحاد.

### 6-1-3- السلوك المزعج:

يتصف المراهق في هذه المرحلة بالأنانية وحب الذات في تحقيق مصالحه الخاصة، ولا يبالي بمشاعر الآخرين و بالتالي قد تصدر منه بعض التصرفات مثل السب، الشتم، عدم الاستئذان... الخ.

### 6-2- المشاكل الاجتماعية:

#### 6-2-1- تغيير تركيب الأسرة و أدوارها:

حيث يحرم المراهق من ملاحظة الأدوار التي كان يقوم بها أفراد الأسرة و ذلك بخروج الوالدين ووقوع فراغ أسري لم يكن من قبل، و كذلك حرمان المراهق من مساعدة الأسرة، و تغيير الأدوار الاجتماعية و المهنية و في مقدمتها اقتحام المرأة لعالم الشغل و قضاء أوقات كبيرة خارج المنزل.<sup>1</sup>

كثيراً ما يستاء المراهقين من تدخل الكبار فيما يعتبرونه شؤون خاصة بهم وينظرون إلى هذا التدخل و كأنه سلطة عليهم و سلبا لحريتهم، بل و كأن سيف مسلط على رؤوسهم يتهددهم كل حين.<sup>2</sup>

### 6-2-2- الانحراف:

نتيجة للحالة النفسية التي يعيشها المراهق في هذه الفترة والذي يعتبر فيها نفسه أنه ناضج وعاقل ونتيجة للعوامل المؤثرة عليه يلجأ إلى الانحراف والضرر بالنفس والمجتمع.

يقدم بعض المراهقين على المخدرات من أجل تحاشي الصراعات الداخلية ومصادر الشعور بالقلق والاضطراب والألم على أمل أن يعمل المخدر على حمايتهم من مشاكل النمو والتخفيف من حدة الشعور بالخوف واليأس والوحدة.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> رمضان محمد القذافي، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة، المكتبة الجامعية الإسكندرية، بدون طبعة، مصر، 2000، صفحة 377، 373.

<sup>2</sup> محمد عبد الرحيم عدس، تربية المراهقين، دار الفكر، الطبعة الأولى، الأردن، 2000، صفحة 236.

أي عيب أو شذوذ في النمو الجسماني للمراهق يعتبر بحق تجربة قاسية له، فبعض العيوب الجسمية كحب الشباب أو الاعوجاج في الجسم أو عدم نماء العضلات يقلق المراهق ويشعره بالنقص عندما يقارن مع زملائه مما يؤدي إلى السخرية والاستهزاء الذي يزيد مشكلته تعقيدا أو حالته النفسية قلقا.<sup>2</sup>

### 6-3- المشاكل الدراسية:

إن إطالة فترة الدراسة تؤدي إلى إطالة فترة اعتماد المراهق على والديه بشكل كامل.

إن إطالة الفترة يؤدي إلى خلق بعض المشاكل الاجتماعية وفي مقدمتها الفاصل الكبير بين فترتي البلوغ الجسمي المبكر والبلوغ الاقتصادي المتأخر مما يؤدي إلى تأخر الفرد في الالتحاق بعالم الشغل.

شعور المراهق بالسخط وعدم الرضا على والديه وعادة ما يتم توجيه تلك

المشاعر العدوانية نحو الأساتذة، المدير، الزملاء والزميلات بسبب اضطرابه فيتصرف بأساليب مرفوضة.<sup>3</sup>

### 7- المراهقة في الطور الثانوي:

في هذه المرحلة من مراحل الدراسة يبدأ المراهق يتنقل الحياة واللجوء إلى الاستقرار والتوافق مع الآخرين، ولكن اهتمامه بجماعة الرفاق يكون أقل مما كان عليه في الطفولة وتتسم علاقاته بالسطحية.

### 8- مميزات المراهق في الطور الثانوي:

- ❖ الاهتمام بالذات وتفحصها وتحليلها.
- ❖ الاضطرابات الانفعالية الحادة والتناقص الانفعالي.
- ❖ البعد عن الأسرة وقضاء أوقات الفراغ خارج المنزل.
- ❖ العصيان والتمرد على الأعراف والتقاليد والمعتقدات الخاصة بالمجتمع.
- ❖ ضغوط الدوافع الجنسية.

<sup>1</sup> رمضان محمد القذافي، نفس المرجع السابق، صفحة 380، 383.

<sup>2</sup> خليل ميخائيل معوض، قدرات وسمات الموهوبين، جامعة الاسكندرية، بدون طبعة، مصر، 2000، صفحة 333.

<sup>3</sup> رمضان محمد القذافي، نفس المرجع السابق، صفحة 380، 383.

- ❖ عدم إتباع نصيح الكبار ومحاولة الابتعاد عنهم.
- ❖ البحث عن الجنس الآخر.
- ❖ النضج الجنسي.<sup>1</sup>

## 9- مشاكل المراهق في الطور الثانوي:

### 9-1- المشاكل الأسرية:

- ❖ نقد الوالدين للمراهق.
- ❖ معاملة المراهق كطفل.
- ❖ استعمال القسوة ضد المراهق.
- ❖ تدخل الوالدين في الأمور الشخصية للمراهق.

### 9-2- المشاكل المدرسية:

- ❖ عدم احترام الأساتذة والعناد معه.
- ❖ السلوك العدواني في التهريج داخل القسم.
- ❖ عدم الانتظام في الدراسة.
- ❖ مقاطعة الأستاذ أثناء الشرح.
- ❖ الخوف من الامتحان.

### 9-3- المشاكل النفسية:

- ❖ الشعور بالقلق والحجل والحساسية تجاه الآخرين.
- ❖ البحث عن الذات والهوية.
- ❖ المعاناة من الإحباط والصراعات المتكررة.

### 9-4- المشاكل الاجتماعية:

<sup>1</sup>فوزي محمد حبل، نفس المرجع السابق، صفحة 426، 424.

- ❖ قلة عدد الأصدقاء.
- ❖ التمرد على معايير المجتمع.
- ❖ اختلاف حاجات المراهق المنافية لقيم المجتمع.

### 9-5- المشاكل الصحية:

- ❖ الإصابة بالأمراض المزمنة.
- ❖ الإصابة بالصداع.
- ❖ الإصابة بآلام المعدة.
- ❖ قلة النوم.<sup>1</sup>

### 10- متطلبات المراهقة في الطور الثانوي:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة حرجة وقصيرة لدى المراهقين بما فيها من تغيرات تطراً على المراهق خاصة في الطور الثانوي، لذا يجب على كل أسرة أن تعتني به وترعاه وتتعامل مع هذه المرحلة بحذر، ولعل من متطلبات هذه المرحلة:

- ❖ الحاجة إلى الاحترام.
- ❖ الحاجة إلى إثبات الذات.
- ❖ الحاجة إلى الحب والحنان.
- ❖ الحاجة للمكانة الاجتماعية.
- ❖ الحاجة للتوجيه الإيجابي.

### 11- متطلبات المراهقة من الناحية البدنية:

تختلف أهداف النشاط البدني الرياضي حسب إستراتيجية كل الدول في مجال التعليم لكن هناك عناصر مشتركة سنتطرق إليها ونحصرها في مجموعة من النقاط:

بلهادي شامة، قروي وفاء، همامي فدوى، الحاجة للإنجاز وعلاقتها بالضغط النفسي عند المراهق المتمدرس، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية<sup>1</sup> والاجتماعية، رسالة ليسانس، جامعة محمد خيضر بسكرة، 2006، صفحة 13

حيث يعطي الدكتور " محسن محمد" الأهداف في النقاط التالية:

- ❖ العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ وتنمية القوام السليم.
- ❖ تنمية الصفات البدنية وفق خصائص التلاميذ ومستوياتهم وأولوياتهم.
- ❖ تعليم وتنمية المهارات الحركية للأنشطة الرياضية الممارسة.
- ❖ التدريب على تطبيق المهارات الفنية والخططية في الدرس وخارجه.
- ❖ رعاية النمو النفسي لتلاميذ المرحلة في ضوء السمات النفسية لهم.
- ❖ تنمية الجوانب الاجتماعية والخلقية (الروح الرياضية، القيادة، التبعية الواعية، التعاون، الاحترام).
- ❖ العمل على نشر الثقافة الرياضية المرتبطة بها (صحية تنظيمية تشريحية).
- ❖ الاهتمام بالجانب الترويحي من خلال الأنشطة الممارسة.<sup>1</sup>

خلاصة:

<sup>1</sup> بلهادي شامة، قروي وفاء، همامي فدوى، نفس المرجع السابق، صفحة 14.

يلاحظ أن المراهقين في سن {15-18 سنة} لهم قابليات هائلة لاكتساب خصائص بدنية وحركية، وذلك من خلال التحولات المورفولوجية والوظيفية التي تطرأ على المراهق، وتعتبر هذه المرحلة أساسية في تنمية الصفات النفسية الحركية.

في سن {15-18 سنة} المراهقون يكتسبون 90 % من حجم المهارات الحركية خلال كل حياتهم، وبالتالي إذا لم يتم المراقبون باستغلال الطاقات المخزنة في المراهق فإن ذلك يصبح صعب المنال في المستقبل.

التنشيط البدني والرياضي له مكانة هامة في حياة المراهق ونموه لدوره الهام في تنمية مختلف الأنظمة من أجل نمو متناسق، مما يدعي إلى الأخذ بعين الاعتبار معرفة مختلف التحولات أثناء الممارسة للنشاط الرياضي، ما يتطلبه من جهد بدني ونفسي باستعمال الطريقة التي تلي مختلف الرغبات عن طريق اللعب.

تمهيد:

نركز في هذا الفصل على بعض الاضطرابات النفسية، و التي هي شائعة ومنتشرة، و لها أهمية بالغة في حياة الفرد العامة، و عند المراهق خاصة، إذ أنها تعيق النمو النفسي عند هذا الأخير.

و ركزنا أيضا على التفاعل الاجتماعي الذي يؤدي إلى تعديل أو تغييرا و تكون إلغاء الاتجاهات و الميول و الاهتمام و القيم و الآراء و العقائد والمعتقدات و سمات الشخصية ووجهات النظر و الفلسفات و المرثيات و نظرتنا للحياة، مجرد الاستعداد لمقابلة شخص ما يثير الانتباه.



**1\_ مفهوم الانفعالات:**

يكتسب الفرد في غضون تفاعله المستمر مع بيئته الخارجية علاقات معينة بالنسبة للأشياء و المظهر و الأحداث، وكذلك بالنسبة للأشخاص الآخرين و سلوكهم، و من ناحية أخرى تثير فينا الحزن و بعض المظاهر أو الأحداث تستدعي لدينا الحماس و الفتور و كل هذه الانفعالات تعيش في الفرد.

ويرى بعض العلماء أن الانفعال حالة من التوتر في الكائن الحي، تصاحبها تغيرات فسيولوجية داخلية و مظاهر جسمانية خارجية غالباً ما تعبر عن نوع الانفعال،<sup>1</sup> و تلعب الانفعالات دوراً هاماً في حياة الفرد، إذا ارتبطت بواقعة و حاجاته، وبأنواع الأنشطة المتعددة التي يمارسها، فلا يوجد على الإطلاق نوع من التعلم أو اللعب أو النشاط المبدع الخلاق أو العلاقات الاجتماعية المختلفة دون أن تصبغ اللون الانفعالي المميز لها.

و تعتبر الخبرات الانفعالية في بعض الأحيان دوافع في حد ذاتها و حالات الخوف و القلق، الانفعال هو توتر يتميز بالشعور بعدم الراحة، و قد تكون الانفعالات مصاحبة لدواعي كما يحدث حين إعاقه دافع من الدوافع أو حين نفرح عند إشباع دافع معين.<sup>2</sup>

**2\_ أقسام الانفعالات:**

من خلال ما سبق ذكره نلاحظ أن الانفعالات تنقسم إلى قسمين:

**2-1- القسم الإيجابي:**

الذي يتمثل في الفرح مثل رؤية صديق، أو فوز في منافسة رياضية أو نجاحه في امتحان، و كذلك تتمثل في الأمن و الحب.

**2-2- القسم السلبي:**

و الذي يتمثل في الحزن و الخوف و القلق و الغضب و الكراهية، ونشير إلى أن الانفعالات السلبية تتدرج ضمن الاضطرابات النفسية.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> د. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعرفة، بدون طبعة، القاهرة، 1985، صفحة 95.

<sup>2</sup> جابر، كراس التعليمات مقياس التفصيل، مكتبة النهضة، بدون طبعة، 1973، صفحة 112.

ملاحظة:

أحيانا يمكن لبعض الانفعالات السلبية أن تكون إيجابية فالحوف مثلا: يمكن أن يكون سببا في الحفاظ على الذات بالنسبة للإنسان.

3- الاضطرابات النفسية لدى المراهق:

تركز درابتنا على بعض الاضطرابات النفسية، والتي هي شائعة ومنتشرة، ولها أهمية بالغة في حياة الفرد العامة، وعند المراهق خاصة، إذ تعيق في النمو النفسي عند هذا الأخير.

4- تعريف القلق:4-1- لغة:

القلق هو الإزعاج، قلق الشيء و مقلق و كذلك الأنتى بغير هاء.

- أن لا يستقر في مكان واحد، و قد أقلقه فقلق، و في حديث على:

- "اقلق السيوف في الغمد" أي حركوها في أغمادها قبل أن تحتاجوا إلى سلهها عند الحاجة إليها.

- هو الاضطراب كأنه يضطرب في سلوكه و لا يثبت فهو ذو قلق.<sup>2</sup>

- القلق هو الحصر أيضا المقصود به الحالة الوجدانية التي يشعر بها الأنا إزاء الأخطار و لها مظاهرها الفسيولوجية

مثل ضيق التنفس و زيادة ضربات القلب و صفرة الوجه و الصداع و الدوار... الخ.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> د. محمد الحسن علاوي، نفس المرجع، صفحة 97.

<sup>2</sup> ابن منصور، لسان العرب، المجلد العاشر، دار صادر بيروت، الطبعة السادسة، لبنان، 1997، صفحة 223، 224.

<sup>3</sup> عبد المنعم الحنفي، عالم علم النفس المعجم للتحليل النفسي، "عمر، إن، فر، ألم" المجلد الثاني، دار نوبليس، الطبعة الأولى، بيروت، 2005، صفحة 217.

#### 4-2- اصطلاحا:

يمكن القول أن القلق حالة من الاضطرابات و التوتر الشامل يصيب الفرد نتيجة شعوره بالتهديد أو الخوف من الأشياء غير محدثة أو واضحة المعالم، فهو كعمليات انفعالية تظهر في شكل خوف أو اضطراب أو فزع أو شعور بالتهديد، يصاب الفرد بالقلق و يعاني من بعض الاضطرابات النفسية و الخوف الشديد دون أن يعرف الأسباب التي تدفع إلى فعل هذا السلوك أو دخوله في هذه الحالة.<sup>1</sup>

#### 5- تعريف العلماء للقلق:

#### 5-1- تعريف سيجموند فرويد " s.freud ":

يرى أن القلق هو الظاهرة الأساسية والمشكلة المركزية في الأعصاب، وعرفه بأنه شيء ما يشعر به الإنسان أو حالة انفعالية نوعية غير سارة لدى الكائن العضوي، ويتضمن مكونات ذاتية فيزيولوجية وسلوكية.<sup>2</sup>

#### 5-2- تعريف ماي "may" :

هو هوس يصاحبه تمديد لبعض القيم التي يتمسك بها الإنسان ويعتقد أنها أساسية في حياته.

#### 5-3- تعريف كارل يونغ " k young ":

هو عبارة عن ردة فعل يقوم بها الفرد حينما تغزو عقله قوى و خيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي.<sup>3</sup>

#### 5-4- تعريف شيلر " shiler ":

هو ذلك الكف العميق للشعور بالحياة.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> فوضيل بن سالم، محمد حوحو، دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيض حدة القلق لدى تلاميذ الطور الثانوي 16-17 سنة، قسم التربية البدنية و الرياضية كلية الآداب و العلوم الإنسانية و الاجتماعية، 2008، 2007، جامعة محمد خيضر، بسكرة، صفحة 37.

<sup>2</sup> بن عوالي فاطمة، مذكرة ليسانس، تقدير حدة القلق لدى الطبيب الجراح، علم النفس العيادي، قسم علم النفس، كلية الآداب و العلوم الإنسانية و الاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة، بدون سنة، صفحة 23.

<sup>3</sup> فاروق السيد عثمان، القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، 2001، صفحة 22.

<sup>4</sup> سامر جميل رضوان، الصحة العقلية، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، 2002، صفحة 227.

**5-5- تعريف هورني "horny":**

القلق استجابة انفعالية لخطر يكون موجها إلى المكونات الأساسية لشخصية الفرد عموما.

**5-6- تعريف حامد عبد السلام زهران:**

القلق حالة توتر شاملة و مستمرة نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث، يصاحبها خوف غامض و أعراض نفسية و عضوية.<sup>1</sup>

**6- القلق كحالة أو كسمة:****1-6- حالة القلق "state anxiety":**

هو القلق بوصفه حالة انفعالية غير سارة تتميز بمشاعر ذاتية من التوتر و الخشية و الكدر وإثارة الجهاز العصبي المستقبل و تحدث حالة القلق عندما يدرك الشخص منبها معيناً أو موقفاً يمكن أن يحدث الأذى أو الخطر و التهديد له، و تختلف حالة القلق في الشدة و تتغير عبر الزمن بوصفها دالة لكمية المشقة أو الضغط و الشدة النفسية "stress" التي تقع على الفرد و تضغط عليه و على الرغم من أن حالات القلق مؤقتة و سريعة الزوال غالباً فإنها يمكن أن تتكرر بحيث تعاود الفرد عندما تثيرها منبهات ملائمة و قد تبقى كذلك زمناً إضافياً إذا ما استمرت الظروف المثيرة لها و تكون هذه الحالة مدركة شعورياً.<sup>2</sup>

**2-6- سمة القلق "TRAIT-ANXIETY":**

فهي تبدو على أنها تحوي دافعا أو استعدادا سلوكي مكتسب يجعل الفرد يمتلك استعدادا لأنه يعيش عدد كبير من الظروف الغير خطيرة موضوعيا على أنها مهددة و أن يستجيب لهذه الظروف بحالات من القلق تكون شدته غير متناسبة حجم الخطر الموضوعي، بتعبير آخر توجد سمة القلق عند كل الأفراد و تختلف شدتها بين الأفراد الذين يمتلكون درجة مرتفعة من سمة القلق يميلون لإدراك مواضيع أو أشخاص أو مواقف على أنها مهددة و الاستجابة تبقى

<sup>1</sup> قاسم عبد الله، مدخل إلى الصحة النفسية، دار الفكر للنشر و التوزيع، الطبعة الأولى، 2001، صفحة 169.

<sup>2</sup> قاسم عبد الله، مرجع سابق، صفحة 172.

لهذا التهديد بحالة من القلق و يمكن لحالات القلق أن تثار بطرق متنوعة يمكن أن تثار من المواضيع أو من خلال الأشخاص أو من خلال تركيبات بيئية ، بالإضافة إلى أن الإحساسات الجسدية السلبية و التصورات المهتدة تشير تلك مشاعر القلق ، غير أن احتمال إدراك الشخص أن الشيء المهتد قادم من المحيط أو من الجسد أو يبدو في التحديد من خلال الاستعداد للقلق للشخص المعني بغض النظر عن المعطيات الراهنة.<sup>1</sup>

### 7- أعراض القلق:

#### 7-1- الأعراض الجسمية:

وتشمل الضغط العام و نقص الطاقة الحيوية و النشاط و المثابرة و توتر العضلات و النشاط الحركي الزائد و الأزمت العصبية الحركية و الصداع المستمر و تصبب العرق و عرق الكفين و شحوب الوجه و سرعة النبض و ألام الصدر و ارتفاع ضغط الدم و اضطرابات التنفس و الدوار و الغثيان و القي و الإسهال و عسر الهضم و فقد الشهية و اضطراب النوم و الأرق و الأحلام المزعجة و اضطراب الوظيفة الجنسية.<sup>2</sup>

#### 7-2- الأعراض النفسية:

\_\_ نوبة من الملح التلقائي. \_\_ عدم القدرة على الإدراك والتمييز.

\_\_ الاكتئاب وضعف الأعصاب. \_\_ الانفعال الزائد.

\_\_ اختلاط التفكير. \_\_ زيادة الميل إلى العدوان.

#### 7-3- الأعراض السلوكية:

<sup>1</sup> سامر جميل رضوان، مرجع سابق، صفحة 235.

<sup>2</sup> عبد الحميد محمد الشاذلي، الصحة النفسية سيكولوجية الشخصية، الطبعة الثانية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2001، صفحة 117، 116.

وتتجلى في مواقف الخوف كالهرب بسبب الخوف أو تجنب موقف محرج، وكذلك الخوف من فقدان السيطرة عن النفس أو الخوف من الموت والفرع والتوتر والهلع الذاتي والانزعاج.<sup>1</sup>

### 8- مستويات القلق:

هناك على الأقل ثلاث مستويات للقلق:

#### 8-1- المستوى المنخفض للقلق:

يحدث التنبيه العام مع ارتفاع درجة الحساسية نحو الأحداث الخارجية كما تزداد درجة استعداده و تأهبه لمواجهة مصادر الخطر في البيئة التي يعيش فيها و يشار إلى هذا المستوى من القلق بأنه علامة إنذار لخطر وشيك الوقوع.

#### 8-2- المستوى المتوسط للقلق:

يصبح الفرد أقل قدرة على السيطرة حيث يفقد السلوك مرونته و يستولي الجمود بوجه عام على استجابات الفرد في المواقف المختلفة و يحتاج إلى المزيد من بذل الجهد للمحافظة على السلوك المناسب من مواقف الحياة المتعددة.

#### 8-3- المستوى العالي للقلق:

يتأثر التنظيم السلوكي للفرد بصورة سلبية أو يقوم بأساليب سلوكية غير ملائمة للمواقف المختلفة و لا يستطيع الفرد التمييز بين المثيرات الضارة و غير الضارة و يرتبط ذلك بعدم القدرة على التركيز و الانتباه و سرعة التهيج و السلوك العشوائي.<sup>2</sup>

### 9- أسباب القلق:

قد حدد كل من جيروم و ارنست "jerome et ernest" خمسة مصادر أساسية للقلق سنذكر أهمها :

#### 9-1- الرفض أو النبذ "rejection":

<sup>1</sup>فاروق السيد عثمان، القلق وإدارة الضغوط النفسية، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، 2001، صفحة 117، 116.

<sup>2</sup>عبد الحميد محمد الشاذلي، مرجع سابق، صفحة 115.

فالخوف من رفض الآخرين لنا، ومن انه لن يبادلوننا مشاعر المودة يجعلنا قلقين من المواقف الاجتماعية.

### 9-2- عدم الثقة "unceraingy":

يعد نقص الثقة أو فقدانها من أنفسنا أو من غيرنا مصدرا للقلق في التجارب و المواقف و الخبرات الجديدة لا سيما إذا كان الطرف الآخر في هذه المواقف غير واضح فيها يتوقع أن يفعله.

### 9-3- الإحباط و الصراع:

أن عدم إشباع أو إرضاء رغباتنا و دوافعنا و طموحاتنا أو وقوعنا في مواقف صراعية يؤدي إلى التوتر و القلق.<sup>1</sup>  
أما حامد زهران فيرجع القلق إلى بعض الأسباب الأخرى من بينها:

### 9-4- الاستعداد الوراثي:

تلعب الوراثة دورا هاما في ظهور القلق إذ أن 25% أقارب الدرجة للمرضى يصابون بالقلق مما يشير إلى دور الجينات الوراثية إلى أن دراسات التوائم لم تؤكد ذلك بل إثارة نتائجها الجدل حول الجينات الوراثية.

### 9-5- مواقف الحياة الضاغطة:

بما في ذلك الضغوط الحضارية و الثقافية الناجمة عن التغيرات الحديثة عوامل الخوف و الحرمان و عدم الأمنو عوامل البيئة الأسرية كالتفكيك و الاضطرابات الأسرية.<sup>2</sup>

### 10- مصادر القلق في الرياضة:

### 10-1- الخوف من الفشل:

<sup>1</sup> صبر محمد علي، اشرف عبد الغني شريت، صفحة98،96.

<sup>2</sup> حسن فايد، الاضطرابات السلوكية، للنشر و التوزيع، الطبعة الأولى،2001صفحة 55.

يؤدي إلى التوتر على الأداء اللاعب فيتميز الأداء في هذه الحالة بالافتقار إلى الحركة السهلة الصحيحة و قد يرجع اللاعب ذلك إلى إدراكه لمستوى المنافس أو لقدرة التفكير الموضوعي للموقف.

### 10-2- الخوف من عدم القدرة:

يؤدي بشعور اللاعب بأنه ليس لديه استعداد لمواجهة الموقف و يتبع هذا الشعور داخليا و يتمثل في القدرة لمهارة الجهد كسمة التدريب المستمر للحالة المزاجية، الجهد كحالة مؤقتة، التدريب الغير كافي أو قد يكون خارجيا و يتمثل في صعوبة المهمة ، قوة الخصم، الظروف المواتية، الحظ و الصدفة، تحيز الحكام... .

### 10-3- فقد السيطرة على الموقف:

حينما يتمكن القلق من الرياضي يفقده الإحساس بالسيطرة على سلوكه الحركي و خاصة أثناء المنافسة ، لذا يمكن أن تتحول نتيجة المباراة الغير صالحة و خاصة في الأنشطة الفردية التي تؤثر نتيجتها بالحالة النفسية و ذلك بعكس الأنشطة الجماعية، كما أنه يمكن أن تكون لديه فرصة التحكم في سلوكه و انفعالاته التي تمكنه من الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية.<sup>1</sup>

### 11- مفهوم الجماعة:

هناك اختلاف كبير بين العلماء على تحديد معنى الجماعة، وهناك من يطبق لفظ الجماعة على شخصين أو أكثر على أساس القرب المكاني بين الأفراد، بينما يرى البعض أن تعريف الجماعة نقيض الانتماء إلى هيئة أو منظمة رسمية كالموظف في هيئة أو مصلحة أو أفراد الديانة الواحدة.

### 12- التفاعل الاجتماعي:

يقصد بالتفاعل عامة على حد قول أنجلش أنه التأثير المتبادل أو المتساوي بين نظامين أو أكثر من نظامين وخاصة التفاعل لاجتماعي ويبدو التفاعل في سلوك الإنسان أو الحيوان.

<sup>1</sup> مصطفى حسين باهي و آخرون ، علم نفس الرياضة نظريات تحليلات و تطبيقات، الدار العالمية للنشر و التوزيع، الطبعة، 2005، صفحة 136، 137.



معنى أنه الأخذ والعطاء والتأثير والتأثر، فالظاهرة الأولى مثلاً تؤثر وتتأثر بالظاهرة الثانية ومن ذلك الفقر يؤثر ويتأثر بالجريمة، أو أن الوضع الاقتصادي يتأثر ويؤثر في السلوك الانحرافي، وبمعنى أكثر اتساعاً يمكن النظر لعمليات التفاعل على أنها نوع من الاتصال والتواصل، ولكن الوجود الفيزيقي لفردين معاً لا يعني قيام علاقة التفاعل بينهما

بالضرورة، ومن أمثلة التفاعل الاجتماعي أن الآباء والأمهات يؤثرون في الطفل ولكن الطفل أيضاً عن طريق استجابته لهم يؤثر فيهم، كذلك فإن علاقة التفاعل أخذ وعطاء وتأثير وتأثر أو تأثير متبادل يقوم بين الأستاذ والطلاب، بين القائد وأتباعه، بين مدير المؤسسة والعاملين، بين الزوج والزوجة.<sup>1</sup>

وهناك أيضاً عدة تعاريف للتفاعل الاجتماعي منها:

1- هو مجموع العمليات المتبادلة بين طرفين اجتماعيين في موقف أو وسط اجتماعي معين، بحيث يكون سلوك أي منهم منبهاً أو مثير سلوك الطرف الآخر، و يجري هذا التفاعل عادة عبر وسيط معين، و يتم خلال ذلك تبادل رسائل معينة، ترتبط بغاية أو هدف محدد، و تتخذ عمليات التفاعل أشكالاً و مظاهر مختلفة تؤدي إلى علاقات اجتماعية معينة.

2- هو العملية التي يرتبط بها أعضاء الجماعة بعضهم مع بعض عقلياً و دفاعياً، و في الحاجة و الرغبة و الوسائل و الغايات و المعارف و ما شابه ذلك.

3- هو علاقة متبادلة بين فردين أو أكثر يتوقف أحدهما على سلوك الآخر، أو يتوقف كل منهما على سلوك الآخرين.<sup>2</sup>

و يعتبر مفهوم التفاعل من المواضيع الأساسية عند رواد علم النفس الاجتماعي، لقد عرف (أ، أوينك) بأنه (قوة العمل الجماعي الداخلية، كما يراها الذين يساهمون فيها، لقد ميز تبيك بين نوعين من التفاعل، التفاعل بالمعارضة (اختلاف و منافسة) "امتزاج و انصهار" فحلل النتائج على درجة الحوار، و المساواة، و المشابهة.<sup>3</sup>

### 13- أنواع التفاعل الاجتماعي:

<sup>1</sup> عبد الرحمن محمد العيسوي، تفاعل الجماعات البشرية، الدار الجامعية، بدون طبعة، الإسكندرية، بدون سنة، صفحة 39.

<sup>2</sup> عبد الحافظ سلامة، علم النفس الاجتماعي، دار البازوري العلمية للنشر و التوزيع، عمان، الأردن شارع الملك حسين، الطبعة العربية، 2007، صفحة، 101.

<sup>3</sup> فؤاد حيدر، علم النفس الاجتماعي، دراسات نظرية و تطبيقية، دار الفكر العربي، بيروت، للطباعة و النشر، الطبعة الأولى، 1994، صفحة 64.

التفاعل الاجتماعي لا يحدث في مستوى واحد أو على وتيرة واحدة ، أو بعمق واحد إنما هناك أنواع مختلفة أو صور مختلفة من هذا التفاعل.

فقد يختلف هذا التفاعل إذا حدث بين الأصدقاء عنه بين الفيزياء، و ما **variation interaction** الذي يجذب الأشخاص الذين لم يسبق لهم معرفة بعضهم بعضاً نحو التفاعل، و كيف تعادل وجهات نظرهم وسلوكياتهم جراء هذا الاختلاط و ذلك التفاعل يتوقف الأمر على مبلغ الحبة أو الإعجاز أو الرغبة في الاعتماد على الغير، وما يلقاه الفرد من التبادل، و الحقيقة أن موضوع التفاعل الاجتماعي قد يمتد ليشمل كل موضوعات علم النفس الاجتماعي، حيث في إطار القيادة و الروح المعنوية، و الاتجاهات و الرأي العام و الاتصال و الشخصية، و العلاقات الإنسانية و الإدارة و العلاقات السوسيكوماترية و ما على ذلك، التفاعل ينطبع على جميع مظاهر حياة الإنسان، و يختلف هذا التفاعل من البسيط إلى العميق، فمجرد الاتصال بشخص ما نوع من التفاعل، و لكنه تفاعل في شكله البسيط كذلك فإن اللقاءات التي تتم بمحض الصدقة، و كذلك الاجتماعية القصيرة لا تترك أثراً كبيراً في شخصياتنا إنما التفاعلات طويلة الأمد هي التي تترك آثارها فينا و هي التي تفرض ضرباً من التبادل أو السلوك المتبادل.

العلاقات الدائمة هي التي تعتمد فيها الأفراد على بعضهم البعض، فأعضاء **reciprocal action** الأسرة حتى وان باعدت المسافات يظلون يتلقون التأثير بعضهم فوق بعض، من خلال الأمور المشتركة، الفتاة المتزوجة بعيدة عن مكان أمها بالأميال و مع ذلك تظل متأثرة في تعاملها مع زوجها، يوصى بأمها "و تعاليمها".

و لكن المهم في دراستنا هو التفاعل الذي يمتد لفترة طويلة من الزمن، الناس تشعر بهذا التفاعل في الحفلات و الأفراح وليالي السهر، و يشعرون بالمتعة من جراء التفاعل الاجتماعي و من هنا كانت أهمية إقامة الحفلات عند الأزواج و عند الإحالة إلى المعاش و عند النقل أو الترفيه ، و في عيد الميلاد.

ومن خلال هذه الحفلات يشعر الإنسان بقيمة، و بأنه يكرم من قبل الآخرين، و في ذلك نوع الموافاة ورد الجميل.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> عبد الرحمان العيسوي، علم النفس الاجتماعي، دار النهضة العربية ، بدون طبعة، بيروت، بدون سنة، صفحة، 58، 59.

**14-1- مراحل التفاعل الاجتماعي:**

لقد قدم بيلز التفاعل الاجتماعي إلى 12 نمط وزعها على 6 مراحل تسير فيها عملية التفاعل الاجتماعي كما يلي:

**14-1-1- المرحلة الأولى:**

مرحلة الاهتمام النسبي بمشكلات التعرف أي الوصول إلى تعريف مشترك بالموقف و تحديد المشكلة أو الموضوع قيد البحث.

**14-2- المرحلة الثانية:**

مرحلة الاهتمام بمشكلات الأسس التي تقوم في ضوئها الإبدال أو الحصول المختلفة المطروحة و التعبير عنها.

**14-3- المرحلة الثالثة:**

مرحلة الانتقال إلى مشكلات الضبط، أي محاولات الأعضاء التأثير في بعضهم البعض.

**14-4- المرحلة الرابعة:**

مرحلة اتخاذ القرارات أي التوصل إلى قرار نهائي أو نتائج محددة.

**14-5- المرحلة الخامسة:**

مرحلة مواجهة المشكلات الناشئة عن التفاعل و التحكم بما حرصا على نجاح الجماعة في تحقيق أهدافها.

**14-6- المرحلة السادسة:**

مرحلة صيانة تكامل الجماعة و المحافظة على تماسكها مما يكون قد أصابها خلال التفاعل الاجتماعي، و مرافقه من مواقف سلبية و أنانية و عدوانية.

**15- الأنماط:****15-1- النمطان 6-7:**

أي طلب و إعطاء المعلومات و توضيحها و استيضاحها.

**15-2- النمطان 5-7:**

أي طلب إبداء الرأي و تحليل المشاعر.

**15-3- النمطان 9-4:**

أي طلب الاقتراحات و تقديمها و التوجه إلى مختلف أنواع السلوك الممكنة للعمل.

**15-4- النمطان 10-3:**

أي المرافقة و القبول و الفهم و الطاعة و التغلب على الرفض و على التمسك بالشكليات و حجب المساعدة.<sup>1</sup>

**15-5- النمطان 5-11:**

أي معالجة التوترات بإظهار الارتياح الفكاهة و إظهار الرضا.

**15-6- النمطان 1-15:**

أي رفع من شأن الآخرين بإظهار الود، و تقديم التعزيز و المكافئة لإظهار التماسك و إزالة كل الآثار السلبية.

<sup>1</sup> عبد الحافظ سلامة، علم النفس الاجتماعي، دار البازوري العلمية للنشر و التوزيع، الطبعة العربية، عمان، الأردن شارع الملك حسين، 2007، صفحة 106، 107، 108.

و تعتبر كل مرحلة من مراحل التفاعل الاجتماعي شرطا للمرحلة التي تليها، فتحديد أسس تقديم حلول المشكلة المعروضة يتضمن و يتطلب معرفة سابقة للمشكلة.

### 16- مبادئ التفاعل الاجتماعي:

#### 16-1- الأدوار الاجتماعية:

أي إنسان يستطيع النظر لنفسه من خلال نظرة الآخرين له.

#### 16-2- الاتصال:

أي الاحتكاك بالآخرين مما يؤثر تأثيرا كبيرا في حل المشكلات و اتخاذ القرارات و من خلاله يتم نشوء النظم الاجتماعية و انتشار الثقافة.

#### 16-3- التوقع:

له تأثير كبير في عملية التفاعل بالفرد عندما يقوم بأداء معين يضع في اعتباره توقعات عدة لاستجابات الآخرين.

#### 16-4- الإدراك الاجتماعي:

يمكن وراء كل تفاعل اجتماعي ناجح أو فاشل، ووراء كل مهارة اجتماعية يستخدمها الناس في علاقاتهم.<sup>1</sup>

### 17- أهمية التفاعل الاجتماعي:

<sup>1</sup> خليل عبد الرحمان المعاينة عبد اللطيف، علم النفس الاجتماعي، دار الفكر للطباعة و التوزيع، بدون طبعة، عمان الأردن، 2000، صفحة 130، 131.

إن التفاعل يؤدي إلى تعديل أو تغيير وتكون إلغاء الاتجاهات و الميول و الاهتمام و القيم و الآراء و العقائد و المعتقدات و سمات الشخصية ووجهات النظر و الفلسفات و المراتب و نظرتنا للحياة، مجرد الاستعداد لمقابلة شخص ما يثير الانتباه.<sup>1</sup>

إذا كنت تقف وحدك في الطريق و فجأة وجدت شخصا آخر يقترب منك فهنا الشخص يغير من محتوى المجال الذي توجد فيه و يغير الموقف، و على الفور نأخذ في التفكير عما إذا كان هذا القادم شخصا آخر تعرفه أو لا تعرفه، و إذا كان شخصا تعرفه كيف تشعر نحوه ، و إذا كان هذا الشخص غريبا عنك، و إذا كان هناك

اتصال بصري بينك و بينه فإنك تأخذ في التفكير في إمكانية فتح محادثة أو حوار معه من عدمه

.conntsatation

ومن ثم إلى مزيد من التداخل حتى الكائنات الأخرى تشعر بوجود بعضها البعض، وخاصة في حالات السيطرة على الموقف وفي مجال طلب الحماية أو البحث عن الجنس وعن الطعام بالنسبة للإنسان هناك وعي بالذات وإدراك الذات، وفي سبيل السعي لإقامة اتصال مع شخص آخر، وعلى ذلك تبدو عملية التفاعل بأنها في جوهرها عملية اتصال.

### 18- شروط التفاعل الاجتماعي:

- ❖ أن يتصف أفراد الجماعة بالسوية والرشد.
- ❖ أن يتصف أفراد الجماعة بالقدرة على التواصل بواسطة اللغة أو غيرها من وسائل الاتصال.
- ❖ توفر الحد الأدنى من التماسك بين أفراد الجماعة.
- ❖ تقارب أفراد المجموعة في المراكز والأدوار والأعمار.
- ❖ وجود مشكلة مهمة واضحة تهم جميع أفراد المجموعة.
- ❖ أن تكون هذه المشكلة المطروحة قابلة للحل.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> عبد الرحمان العيسوي، علم النفس الاجتماعي، دار النهضة العربية، بدون طبعة، بيروت، صفحة 42، 43.

<sup>2</sup>-عبد الحافظ سلامة، نفس المرجع السابق، صفحة 110.

خلاصة:

ومنه نقول أن الانفعالات النفسية حالة انفعالية ثابتة نسبيا، تتشكل لدى الفرد نتيجة قدرته على عدم التلاؤم والتكيف مع الظروف الخارجية، ويتميز بالتوتر يحدثه توقع خطر ما.

ومن هذا فإن للخدمة الاجتماعية برامج رياضية تهدف أساسا إلى مساعدة الفرد على النمو الاجتماعي مع القدرة على مدى ما تحقق للفرد من صفات التعاون وإنكار الذات للقيادة والتبعية وحرية الرأي، تتفق وصالح الجماعة والمجتمع.





تمهيد:

سنتطرق في هذا الفصل إلى توضيح منهجية البحث وإجراءاته الميدانية المتبعة بغية الوصول إلى تحقيق الأهداف المنشودة، وهذا من خلال تحديد المنهج العلمي المتبع، عينة البحث، مجالات البحث.

كما سيتم التطرق إلى عرض مفصل لأدوات البحث والقواعد التي ينبغي مراعاتها مع اختتام هذا الفصل بعرض للوسائل الإحصائية التي سوف تستند عليها في معالجة النتائج المتحصل عليها من درجات خام في شكلها الأولي إلى درجات معيارية يمكن من خلالها إصدار أحكام موضوعية حول موضوع البحث.

**1- منهج البحث:**

إن التعامل بالمنهج العلمي في مجال التربية البدنية و الرياضية قد حقق قفزة هائلة في دول العالم التي وصلت إلى مستويات رفيعة، حيث يقصد بالبحث العلمي " مجموعة القواعد و المعطيات الخاصة التي تسمح بالحصول على المعرفة السليمة في طريق البحث عن الحقيقة لعلم من العلوم".<sup>1</sup>

و المشكلة التي نحن بصدد دراستها و التي تعتبر دراسة استطلاعية في المجال الرياضي تحتم علينا استعمال المنهج الوصفي المسحي و هذا بغية تحليل و دراسة المشاكل التي طرحت.

**1\_1\_ المنهج الوصفي:**

هو عبارة عن استقصاء يصب في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بصدد تشخيصها و كشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها.<sup>2</sup>

و استنادا لما سبق، كان اعتمادنا للمنهج الوصفي المسحي للقيام بدراسة " تأثير العلاقة التربوية بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و التلاميذ، و التلاميذ فيما بينهم على الجانب النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية ."

**2- عينة البحث:**

يتم اختيار العينة عشوائيا لأنها تعطي فرص متكافئة لجميع أفراد المجتمع الإحصائي.

إن مجتمع البحث يتكون من أساتذة و تلاميذ السلك الثانوي المتواجدون على مستوى بعض ثانويات ولاية تيسمسيلت، لذا أخذنا 10% من المجتمع الأصلي.

بلغ عدد التلاميذ المستجوبين 159 تلميذ، و عدد الأساتذة المستجوبين 10 أساتذة.

<sup>1</sup> محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1992، صفحة 28.

<sup>2</sup> د. رابح تركي، مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، بدون طبعة، 1984، صفحة 23.

**3- مجالات البحث:**

**3-1- المجال الزمني:**

شرعنا في هذا البحث في شهر مارس، أما الاستبيان تم تحضيره في شهر أبريل، و تم توزيع الاستبيان في الفترة الممتدة ما بين 2015/04/18 إلى غاية 2015/04/22. وقد تم تحليل و فرز النتائج من 2015/04/23 إلى 2015/05/08 و أنهينا البحث في 2015/05/20.

**3-2- المجال المكاني:**

قمنا بالبحث الميداني في بعض ثانويات ولاية تيسمسيلت و هذه الثانويات هي:

❖ ثانوية 11 ديسمبر.

❖ ثانوية الونشريسي.

❖ ثانوية عبد الحميد مهري.

❖ ثانوية أحمد بن بله.

حيث استعملنا 169 استمارة مقسمة على الشكل التالي:

❖ 159 استمارة مخصصة للتلاميذ.

❖ 10 استمارة مخصصة للأساتذة.

**3-3- متغيرات البحث:**

**❖ المتغير المستقل:**

هو الذي يؤدي التغير في القيمة إلى التأثير في قيم المتغيرات الأخرى التي لها علاقة ، و في البحث الذي نحن بصدد القيام به يكون فيه المتغير المستقل هو: "العلاقة التربوية بين الأستاذ و التلميذ".

❖ المتغير التابع:

هو الذي تتوقف قيمته على قيم متغيرات أخرى، معنى ذلك أن الباحث حينما يحدث تعديلات على قيم المتغير المستقل تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع، و في هذا البحث المتغير التابع هو " السلوكيات التي يبديها التلاميذ في هذه المرحلة".

4- الدراسة الاستطلاعية:

4-1- الغرض من الدراسة:

بحكم أننا مقبلين على العمل في ميدان التربية و التعليم لاحظنا وجود بعض التجاوزات في تصرفات و سلوكات بعض التلاميذ من خلال العلاقة التربوية بين الأستاذ و التلميذ في مختلف الحصص التعليمية، لذا ارتأينا البحث عن وسيلة علاج تكون كفيلة لمعالجة هذه الظاهرة.

قمنا بزيارة بعض الثانويات بغرض البحث عن العينة المناسبة من التلاميذ الذين يمارسون التربية البدنية و الرياضية و كذا أساتذة هذه المادة خلال الموسم الدراسي الحالي و هذا من أجل الوصول لأفضل طريق لإجراء الاستبيان الذي يؤدي بدوره إلى الوصول على نتائج صحيحة و مضبوطة، كذلك تطبيقا للطرق العلمية المتبعة كان لابد من تنفيذ الاستبيان و هذا للوقوف على مايلي:

- ❖ التوصل إلى أفضل طريق لإجراء البحث.
- ❖ معرفة مدى وضوح الأسئلة و فهمها من طرف العينة.
- ❖ معرفة مدى التفهم اللغوي لبنود الاستبيان من طرف العينة.
- ❖ معرفة الوقت الكافي لإجراء الدراسة.

4-2- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم تطبيق الاستبيان على 20 تلميذ و 03 أساتذة التربية البدنية و الرياضية، تم اختيارهم بطريقة عشوائية و هذا من أجل حساب المعاملات العلمية للاستبيان، حيث أخذت هذه العينة من ثانوية المصالح الوطنية بولاية تسمسيلت، و هذه العينة استبعدت من العينة الأساسية للدراسة.

5-1- الصدق:

يعتبر الصدق أهم شروط الاستبيان الجيد، فالاستبيان الصادق هو الذي ينجح في قياس ما وضع لقياسه فعلا وليس شيء آخر.

ويقول " تايلر" أن الصدق أهم اعتبار يجب توافره في الاختبار. ويرى " باروا" و " ماك جي" أن الصدق يعني المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي وضع من أجله.<sup>1</sup>

5-2- الصدق الظاهري والمحتوى:

يبدو المقياس أو الاختبار صادقا ظاهريا إذا كان يقيس الظاهرة الموضوع لقياسها، ويقصد بصدق المحتوى مدى توفر الجوانب في أسئلة الاختبار، وهذا النوع من الصدق يتطلب تحليلا منطقيًا لفقرات ومواد الاختبار لتحديد نسبة كل منها للاختبار ككل.<sup>2</sup>

ولهذا قمنا بعرض محاور الاستبيان وعبارات كل محور على لجنة تحكيم مكونة من أساتذة جامعيين عددهم 03 ثلاثة مشهود لهم بالمستوى العلمي وتجربتهم الميدانية في المجالات الدراسية ومناهج البحث العلمي بهدف التعرف على مدى مناسبة المحاور المقترحة للاستبيان، إضافة أو حذف أو تعديل المحاور التي من شأنها إثراء المقياس، وقد تم وضع أربعة محاور في الاستبيان وهي:

المحور الأول: محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي.

المحور الثاني: كفاءة ودور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الأهداف المسطرة لحصته.

المحور الثالث: تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي من خلال: المؤسسة، الشارع، النادي.

<sup>1</sup> محمد صبحي حسنين، القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية، الجزء الأول، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995، صفحة 583.

<sup>2</sup> عباس محمود عوض، القياس النفسي بين النظرية والتطبيق، دار المعرفة الجامعية، 1998، صفحة 60.

المحور الرابع: الأسس النفسية التي تقوم عليها التربية البدنية والرياضية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات.

وتوصلنا من خلال رأي الأساتذة إلى حذف بعض العبارات وإعادة صياغة البعض الآخر.

كما تم حساب الصدق الذاتي من خلال حساب معامل ثبات الاستبيان.

تم توزيع الاستبيان على الأساتذة الآتية أسماؤهم:

1\_ بوسيف اسماعيل ماجستير.

2\_ بن عربية رشيد أستاذ مساعد.أ.

3\_ بن رابع خير الدين أستاذ مساعد.أ.

إلى جانب ذلك تم الاعتماد على المراجع والمصادر وبعض البحوث المشاهدة بغرض التفكير والتحليل المنطقي من أجل استخدام العبارات اللازمة والمناسبة. وهذا كله من أجل إعداد الاستبيان في صورته النهائية والواضحة لتقديمها لعينة البحث.

ومن خلال هذا الاستطلاع حول الاستبيان وبناء على الملاحظات العلمية تم تعديل بعض العبارات إلى أن أصبحت في صورتها النهائية، حيث وضعت عبارات مناسبة لكل محور يتصف بالوضوح ولا يحتاج إلى تفسير أو شرح.

5-3- ثبات الاستبيان:

يعرف ثبات الاختبار على أنه مدى الدقة والاتساق أو استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين.<sup>1</sup>

كما أن الاختبار يكون ثابتاً إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين تحت نفس الشروط.<sup>2</sup>

كما يعني ثبات الاختبار أنه إذا ما أعيد الاختبار على نفس العينة، تحت نفس الظروف يعطي نتائج معنوية أي وجود معامل ارتباط كبير بين نتائج الاختبار.<sup>3</sup>

وإستخدام الباحث لحساب ثبات الاختبار طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه للتأكد من مدى ثقة واستقرار نتائج الاختبار، لهذا قام الباحث بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره خمسة أيام مع الحفاظ على المتغيرات (نفس العينة، نفس الوقت، نفس المكان)، حيث يدل الارتباط بين درجات الاختبار الأول والاختبار الثاني على معامل استقرار الاختبار، حيث كلما اقترب هذا المعامل من الواحد زاد هذا الاختبار استقراراً وثباتاً. واستعملنا لحساب معامل الثبات الطريقة العامة لحساب الارتباط " بيرسون " كما هو موضح في الجدول الآتي:

الاستبيان	حجم العينة	درجة حرية	مستوى الدلالة	معامل ثبات الاستبيان	القيمة الجدولية
الأستاذة	03	21	0,05	0,65	0.36
التلاميذ	20		0,05	0,95	

<sup>1</sup>مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، 1997، صفحة 56.

<sup>2</sup>محمد صبحي حسين، مرجع سابق، صفحة 139.

مروان عبد المجيد إبراهيم، الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية، الطبعة الأولى، دار الفكر عمان، 1999، صفحة 70.

<sup>3</sup>



بعد حساب معامل الارتباط " بيرسون " وجدنا 0,95 بالنسبة لاستبيان الأساتذة و 0,65 بالنسبة لاستبيان التلاميذ، وبعدها قمنا بالكشف في جدول دلالات الارتباط لمعرفة ثبات الاختبار عند درجة حرية (ن-2) ومستوى دلالة 0,05 تبين لنا أن الاستبيانين يمتازان بدرجة ثبات عالية لأن الدرجة المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية والتي تساوي 0.36.

#### 5-4- الموضوعية:

يقصد بالموضوعية التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر عن الباحث من أحكام.<sup>1</sup>

كما يقصد وضوح التعليمات الخاصة بالاستبيان وحساب الدرجات أو النتائج الخاصة به، حيث ركز الباحث على سهولة العبارات ووضوحها بعيدا عن الصعوبة أو الغموض، وقد تم تعزيز المفحوصين بكل التفاصيل ومتطلبات الإجابة على الاستبيان من خلال توضيح طريقة الإجابة مع إدخال بعض التعديلات اللازمة حسب توجيهات الأساتذة المحكمين.

في ضوء نتائج الدراسة الاستطلاعية حتى يتحقق الاستبيان شرط الموضوعية واستنادا على كل الإجراءات الميدانية والاعتبارات السالفة الذكر استخلصنا أن الاستبيان في صورته المقترحة يتمتع بموضوعية عالية بالإضافة إلى صدق وثبات الاستبيان.

<sup>1</sup> عبد الرحمن محمد العيسوي الاختبارات النفسية، منشأة المعارض، الإسكندرية، 2003، صفحة 332.

6\_ أداة البحث:

استعملنا في هذه الدراسة الميدانية طريقة "الاستبيان"، ويعرف الاستبيان " بأنه مجموعة من الأسئلة المرتبة حول موضوع معين، يتم وضعها في استمارة يمكن بواسطتها التعرف على حقائق جديدة عن الموضوع، والتأكد من المعلومات المتعارف عليها لكنها غير مدعمة بحقائق.<sup>1</sup>

إن الاستبيان كثيرا ما يستعمل في بحوث العلوم الاجتماعية لجمع المعلومات من المصدر الأصلي، ويضم جملة من الأسئلة المغلقة والأسئلة المفتوحة للحصول على أجوبة للأسئلة الواردة، وطرحنا الأسئلة بالشكل التالي:

❖ 20 سؤال موجه للتلاميذ منها المغلق ومنها المفتوح.

❖ 19 سؤال موجه للأساتذة منها المغلق ومنها المفتوح.

الأسئلة المغلقة:

وهي التي يحدد فيها الباحث إجابته، ولتحديد هذه الإجابات يعتمد الباحث على أفكاره وأغراضه في البحث، وتكون الإجابة في معظم الأحيان محدودة بنعم أو لا، وقد تتضمن في بعض الأحيان اختيار المستجوبين للإجابة الصحيحة.

الأسئلة المفتوحة:

وفيها تعطي الحرية للمبحوث للإجابة عليها كما يشاء بالتفصيل أو باختصار، ومن فوائد الأسئلة المفتوحة أنها لا تقيد المستجوب بحصر إجابته.

7- الوسائل الإحصائية:

<sup>1</sup>عمار بجوش، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحث، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1985، صفحة 58.

بهدف إصدار أحكام موضوعية حول موضوع البحث، عمل الباحث على معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام الوسائل الإحصائية التالية:

❖ النسبة المئوية =  $\frac{\text{ع الإجا}^*}{100\text{ن}}$

ع الإجا = عدد الإجابات.

ن = عدد أفراد العينة.

❖ اختبار كا مربع:

كا مربع =  $\frac{(\text{التكرار المشاهد} - \text{التكرار المتوقع})^2}{2}$

التكرار المتوقع

8-الهدف من الدراسة الميدانية:

كل دراسة تطبيقية لابد من أن تنطلق من أهداف محددة، وهذه الدراسة تجعلنا نتأكد من صحة الفرضية أو نفيها، ويمكن تلخيص أهداف دراستنا فيما يلي:

- ❖ تدعيم الجانب النظري للدراسة.
- ❖ التأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل و مناقشة النتائج.
- ❖ تهدف إلى إبراز الدور الكبير الذي تلعبه العلاقة بين الأستاذ و التلميذ في هذه المرحلة الحساسة.
- ❖ تدعيم الدراسات السابقة و فتح المجال أمام دراسات مستقبلية في نفس الموضوع.
- ❖ الخروج بنتائج عامة حول الموضوع.
- ❖ تهدف إلى تحديد الدور الذي يلعبه الأستاذ من خلال تعامله مع تلاميذ هذه المرحلة.

خلاصة:

إن نجاح أي بحث مهما بلغت درجته العلمية مرتبط بشكل أساسي بإجراءات البحث العلمية، لأن جوهر الدراسة مرتبط بكيفية ضبط حدود البحث الرئيسي و عليه فقد حاول الباحث وضع خطة جديدة محددة الأهداف بتحديد المنهج الملائم لطبيعة البحث، كما تم تحديد عينة البحث و التي تمثل المجتمع الاصلي للبحث تمثيلا صادقاً كلياً.

### 1\_ الاستبيان الموجه للتلاميذ:

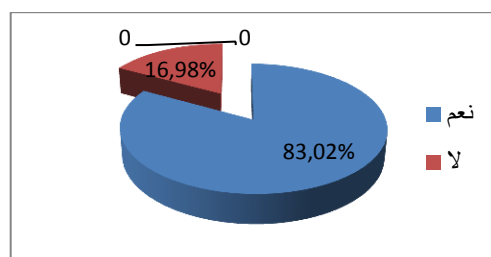
المحور الأول: محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي.

السؤال الأول: هل محتوى حصّة التربية البدنية والرياضية ملائم لقدراتك؟

الغرض من السؤال الأول: مدى ملائمة محتوى حصّة التربية البدنية لقدرات التلاميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	132	83.02%					
لا	27	16.98%	69.32	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (1) يمثل إجابات التلاميذ عن مدى ملائمة محتوى حصّة التربية البدنية لقدراتهم.



دائرة نسبية رقم 1 تمثل مدى ملائمة محتوى حصّة التربية البدنية لقدرات التلاميذ.

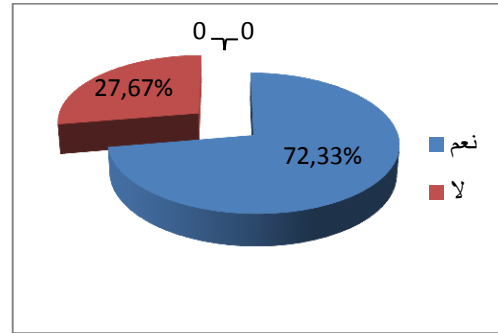
- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 132 تلميذ من أصل 159 تلميذ يرون أن محتوى حصّة التربية البدنية والرياضية يتلاءم مع قدراتهم البدنية أي بنسبة 83.02% بينما 27 تلميذ يرون أن محتوى حصّة التربية البدنية والرياضية لا يتناسب مع قدراتهم أي بنسبة 16.98%.
- ◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدر بـ 69.32 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر بـ 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ حول مدى ملائمة محتوى حصّة التربية البدنية لقدرات التلاميذ لصالح القيمة 83.02 .
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن هناك توافق كبير بين محتوى حصّة التربية البدنية وقدرات التلاميذ وهذا راجع إلى كفاءة الأستاذ وكيفية تعامله مع التلاميذ من خلال برمجة الحصص حسب قدرات التلاميذ .

السؤال الثاني: هل يطلعكم أستاذ التربية البدنية والرياضية على محتوى الحصة قبل بدايتها؟

الغرض من السؤال الثاني: معرفة إذا كان الأستاذ يطلع التلاميذ على هدف الحصة.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	115	72.33%					
لا	44	27.67%	50.51	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (2) يمثل إجابات التلاميذ عما إذا كان الأستاذ يطلعهم على هدف الحصة.



دائرة نسبية رقم 2 تمثل مدى اطلاع التلاميذ على هدف الحصة من قبل الأستاذ.

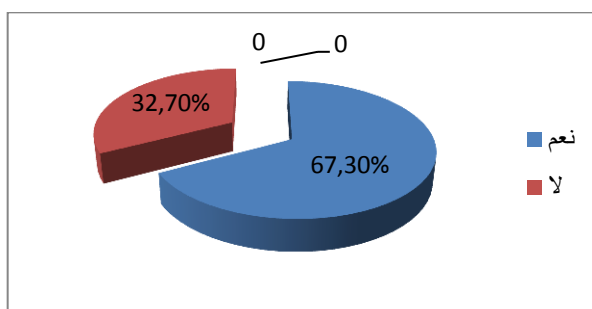
- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 115 تلميذ من أصل 159 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يطلعهم على محتوى الحصة في بدايتها أي بنسبة 83.02% بينما 44 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية لا يطلعهم على هدف الحصة أي بنسبة 16.98%
- ◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدرة بـ 50.51 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر بـ 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عن مدى اطلاعهم على محتوى الحصة من قبل الأستاذ لصالح القيمة 83.02.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلبية التلاميذ يطلعهم الأستاذ على محتوى الحصة في بدايتها من أجل سهولة تطبيق التمارين المبرمجة أثناء الحصة.

السؤال الثالث: هل توفر مؤسستكم على الوسائل اللازمة لأداء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من السؤال الثالث: معرفة مدى توفر الوسائل اللازمة لأداء حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	107	67.30%					
لا	52	32.70%	19.02	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (3) يمثل إجابات التلاميذ عن مدى توفر مؤسستهم على الوسائل اللازمة لأداء حصة التربية البدنية والرياضية.



دائرة نسبية رقم 3 تمثل مدى توفر المؤسسة على الوسائل اللازمة لحصة التربية البدنية والرياضية.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 107 تلميذ من أصل 159 تلميذ يرون أن مؤسستهم تتوفر على الوسائل اللازمة لأداء حصة التربية البدنية والرياضية أي بنسبة 67.30% بينما 52 تلميذ يرون أن مؤسستهم لا تتوفر على الوسائل اللازمة لأداء حصة التربية البدنية والرياضية أي بنسبة 32.70%.
- ◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدر بـ 19.02 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر بـ 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عن مدى توفر مؤسستهم على الوسائل اللازمة لأداء حصة التربية البدنية والرياضية لصالح القيمة 67.30.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلبية التلاميذ يقرون بتوفر الوسائل اللازمة لأداء حصة التربية البدنية والرياضية في مؤسستهم وهذا يعود إلى توفر العتاد الرياضي الخاص بكل رياضة.

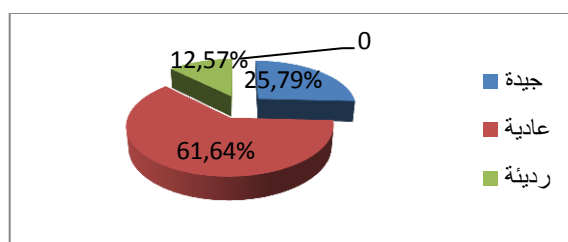


السؤال الرابع: كيف هي نوعية الإمكانيات والوسائل المتاحة في مؤسستكم؟

الغرض من السؤال: معرفة إمكانية المؤسسة الهيكلية والمادية في المجال الرياضي.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
جيدة	41	25.79%					
عادية	98	61.64%	61.45	5.99	2	0.05	دال إحصائيا
رديئة	20	12.57%					
المجموع	159	100%					

جدول رقم (4) يمثل إجابات التلاميذ عن إمكانية المؤسسة الهيكلية والمادية في المجال الرياضي.



دائرة نسبية رقم 4 تمثل إمكانية المؤسسة الهيكلية والمادية في المجال الرياضي.

من خلال الجدول نلاحظ أن 98 تلميذ من أصل 159 تلميذ يرون أن نوعية الإمكانيات والوسائل المتاحة في مؤسستهم عادية أي بنسبة 61.64% بينما 41 تلميذ يرون أن نوعية الإمكانيات والوسائل المتاحة في مؤسستهم جيدة أي بنسبة 25.79% في حين 20 تلميذ يرون أن نوعية الإمكانيات والوسائل المتاحة في مؤسستهم رديئة أي بنسبة 12.57%.

بما أن ك2 المحسوبة المقدرة ب61.45 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 5.99 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عن مدى نوعية الإمكانيات والوسائل المتاحة في مؤسستهم لصالح القيمة 61.64.

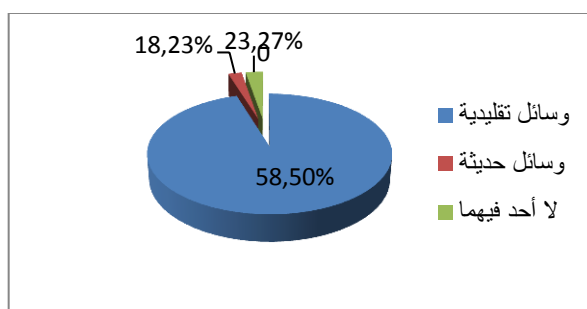
نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلبية التلاميذ تتوفر مؤسستهم على إمكانيات ووسائل عادية وهذا يعود لملائمة الوسائل لقدرات التلاميذ من أجل مراعاة الفروق الفردية بينهم " الجنس، الطول، الوزن »

السؤال الخامس: ماهي الوسائل التي يستعملها الأستاذ أثناء تقديم الحصة؟

الغرض من السؤال الخامس: معرفة الوسائل التي يستعملها أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء تقديم الحصة.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
وسائل تقليدية	93	58.50%					
وسائل حديثة	29	18.23%	45.87	5.99	2	0.05	دال إحصائيا
لا أحد فيهما	37	23.27%					
المجموع	159	100%					

جدول رقم (5) يمثل إجابات التلاميذ عن الوسائل التي يستعملها أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء تقديم الحصة.



دائرة نسبية رقم 5 تمثل الوسائل المستعملة أثناء تقديم حصة التربية البدنية والرياضية.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 93 تلميذ من أصل 159 تلميذ يرون أن الوسائل المستعملة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية وسائل تقليدية أي بنسبة 58.50% بينما 29 تلميذ يرون أن الوسائل المستعملة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية وسائل حديثة أي بنسبة 18.24%. في حين 37 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية لا يستعمل ولا واحدة فيهما أي بنسبة 23.27%.
- ◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدرة ب 45.87 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 5.99 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عن الوسائل التي يستعملها أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء تقديم الحصة لصالح القيمة 58.50.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلبية التلاميذ يدرسون الدروس النظرية المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية بالوسائل التقليدية "سبورة، صور" وهذا يعود لعدم توفر المؤسسة على وسائل حديثة كالكاشف الضوئي.

## استنتاج متعلق بال محور الأول:

تبين لنا من خلال نتائج الأسئلة المحور الأول من الاستبيان الموجه للتلاميذ والمتعلق بالفرضية الأولى "محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي" أن كل الأسئلة ظهرت فيها كإحصائية أكبر من 2الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي حيث أنه عندما لا تتوفر الإمكانيات الخاصة بالنشاط البدني الرياضي تعرقل سير برنامج التربية البدنية والرياضية ومنه تبقى قدرات التلميذ مخبأة، وعليه الفرضية الأولى قد تحققت.

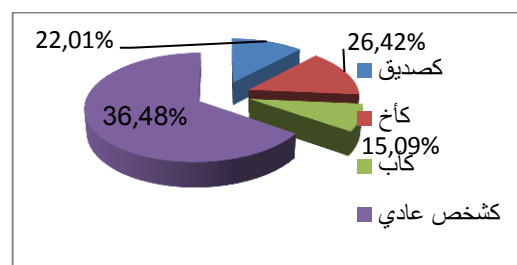
المحور الثاني: كفاءة ودور وكفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الأهداف المسطرة لحصته.

السؤال الأول: كيف ترى أستاذ التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من السؤال الأول: معرفة نظرة التلميذ تجاه أستاذ التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
كصديق	35	22.01%					
كأخ	42	26.42%					دال إحصائيا
كأب	24	15.09%	61.45	7.81	3	0.05	
كشخص عادي	58	36.48%					
المجموع	159	100%					

جدول رقم (6) يمثل إجابات التلاميذ حول نظرهم تجاه أستاذ التربية البدنية والرياضية.



دائرة نسبية رقم 6 تمثل إجابات التلاميذ حول نظرهم تجاه أستاذ التربية البدنية والرياضية.

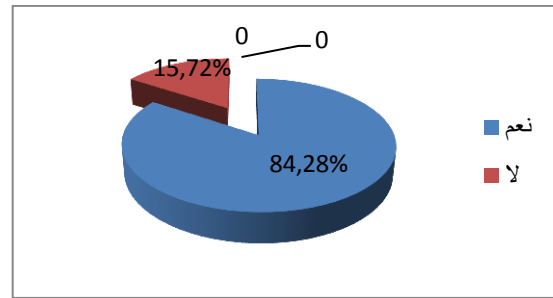
- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 58 تلميذ من أصل 159 تلميذ يرون أستاذ التربية البدنية والرياضية كشخص عادي أي بنسبة 36.48% بينما 42 تلميذ يرون أستاذ التربية البدنية والرياضية كأخ أي بنسبة 26.42%. في حين 35 تلميذ يرون أستاذ التربية البدنية والرياضية كصديق أي بنسبة 23.27%. أما 24 تلميذ يرون أستاذ التربية البدنية والرياضية كأب أي بنسبة 15.09%.
- ◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدر ب 61.45 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 7.81 عند درجة حرية 3 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عن شخصية الأستاذ لصالح القيمة 36.48.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلبية التلاميذ يرون أستاذ التربية البدنية والرياضية كشخص عادي وهذا يعود لطبيعة الأستاذ وطريقة تعامله معه التلاميذ.

السؤال الثاني: هل تشعر بالراحة النفسية بوجود الأستاذ؟

الغرض من السؤال الثاني: معرفة الحالة النفسية للتلميذ بوجود الأستاذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	134	84.28%					
لا	25	15.72%	74.72	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (7) يمثل إجابات التلاميذ عن الحالة النفسية لهم بوجود الأستاذ.



دائرة نسبية رقم 7 تمثل إجابات التلاميذ عن الحالة النفسية لهم بوجود الأستاذ.

من خلال الجدول نلاحظ أن 134 تلميذ من أصل 159 تلميذ يشعرون بالراحة النفسية بوجود الأستاذ أي بنسبة 84.28% بينما 25 تلميذ لا يشعرون بالراحة النفسية بوجود الأستاذ أي بنسبة 15.72%.

بما أن ك2 المحسوبة المقدر ب 74.72 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ حول الحالة النفسية لهم بوجود الأستاذ لصالح القيمة 84.28.

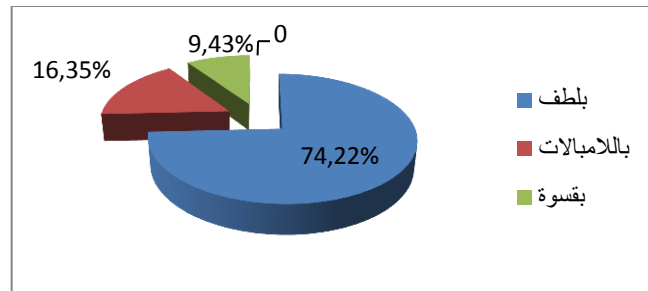
نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ يشعرون بالراحة النفسية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وهذا يعود إلى الدور الكبير الذي يبذله الأستاذ في تحسين العلاقة الموجودة بينه وبين التلاميذ ما يؤثر على الحالة النفسية لهم.

السؤال الثالث: كيف يعاملك الأستاذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من السؤال الثالث: معرفة طريقة معاملة الأستاذ للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
بلطف	118	74.22%					
باللامبالاة	26	16.35%	101	5.99	2	0.05	دال إحصائيا
بقسوة	15	9.43%					
المجموع	159	100%					

جدول رقم (8) يمثل إجابات التلاميذ عن طريقة معاملة الأستاذ للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.



دائرة نسبية رقم 8 تمثل إجابات التلاميذ عن طريقة معاملة الأستاذ للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية.

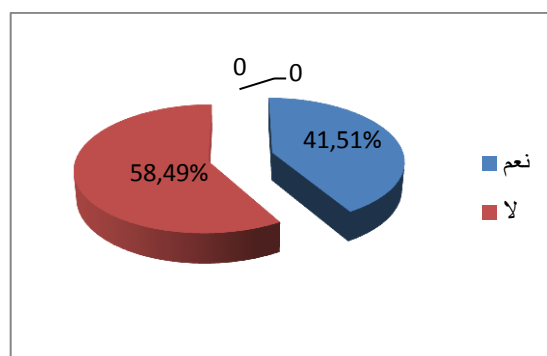
- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 118 تلميذ من أصل 159 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعاملهم بلطف أي بنسبة 74.22% بينما 26 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعاملهم باللامبالاة أي بنسبة 16.35%. في حين 15 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعاملهم بقسوة أي بنسبة 9.43%.
- ◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدرة ب101 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 5.99 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عن الوسائل التي يستعملها أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء تقديم الحصة لصالح القيمة 74.22 .
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلبية التلاميذ يعاملهم أستاذ التربية البدنية والرياضية بلطف وهذا راجع إلى الاحتكاك الكبير بين الأستاذ والتلاميذ والعلاقة الوطيدة بينهم.

السؤال الرابع: هل يحاول أستاذ التربية البدنية والرياضية التقرب منك لمعرفة مشاكلك؟

الغرض من السؤال الرابع: معرفة مدى اهتمام الأستاذ بمشاكل التلاميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كاحسوبة	كاحدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	66	41.51%					
لا	93	58.49%	4.58	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (9) يمثل إجابات التلاميذ عن مدى اهتمام الأستاذ بمشاكلهم.



دائرة نسبية رقم 9 تمثل إجابات التلاميذ عن مدى اهتمام الأستاذ بمشاكلهم.

◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 93 تلميذ من أصل 159 تلميذ لا يحاول الأستاذ التقرب منهم لمعرفة مشاكلهم أي بنسبة 58.49% بينما 66 تلميذ يرون أن الأستاذ يتقرب منهم لمعرفة مشاكلهم أي بنسبة 41.51%.

◀ بما أن كاحسوبة المقدرة ب 4.58 أكبر من كاحدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ حول مدى محاولة أستاذ التربية البدنية والرياضية التقرب من تلاميذه للتعرف على مشاكلهم لصالح القيمة 58.49.

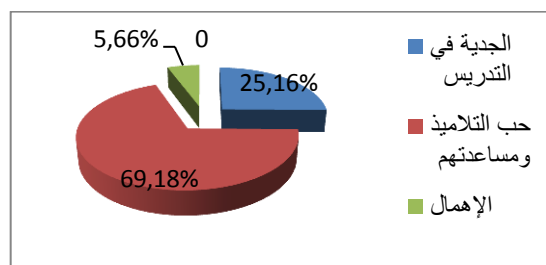
◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يحاول التقرب منهم من أجل التخفيف عنهم وتحسيسهم بوجود الأستاذ معهم في كل الأوقات.

السؤال الخامس: ماهي الصفات التي يتصف بها أستاذك؟

الغرض من السؤال الخامس: معرفة الصفات التي يجذبها التلاميذ في أستاذهم.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الج دولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
الجدية في التدريس	40	25.16 %					
حب التلاميذ ومساعدتهم	110	69.18 %	101	5.99	2	0.05	دال إحصائيا
الإهمال	09	5.66 %					
المجموع	159	100 %					

جدول رقم (10) يمثل إجابات التلاميذ عن الصفات التي يجذبونها في أستاذهم.



دائرة نسبية رقم 10 تمثل إجابات التلاميذ عن الصفات التي يجذبونها في أستاذهم.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 110 تلميذ من أصل 159 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يتصف بحب التلاميذ ومساعدتهم أي بنسبة 69.18% بينما 40 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يتصف بالجدية في التدريس أي بنسبة 25.16% في حين 09 تلاميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يتصف بالإهمال أي بنسبة 5.66%.
- ◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدرة ب101 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 5.99 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عن الصفات التي يتصف بها أستاذ التربية البدنية والرياضية لصالح القيمة 69.18.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلبية التلاميذ يتصف أستاذهم بحب التلاميذ ومساعدتهم وهذا راجع إلى الطريقة التي يتبعها الأستاذ في تعامله مع التلاميذ لكسب محبتهم وودهم.



استنتاج متعلق بالمحور الثاني:

تبين لنا من خلال نتائج أسئلة المحور الثاني من الاستبيان الموجه للتلاميذ والمتعلق بالفرضية الثانية "كفاءة ودور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الأهداف المسطرة لحصته " أن كل الأسئلة ظهرت فيها كإجابة المحسوبة أكبر من كإجابة الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أنه لكفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الأهداف المسطرة لحصته لأن الكفاءة هي مركز النجاح والتقدم من خلال معرفة الأستاذ لكيفية صياغة الأهداف وتحقيقها في الحصة ومنه الفرضية الثانية قد تحققت.

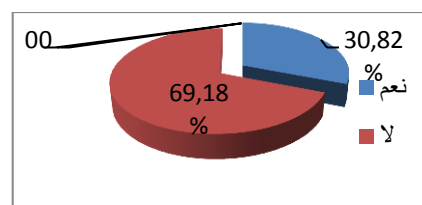
المحور الثالث: تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي من خلال: المؤسسة، الشارع، النادي.

السؤال الأول: هل يسعى أستاذ التربية البدنية والرياضية إلى التعرف على حالتك الاجتماعية؟

الغرض من السؤال الأول: معرفة مدى سعي أستاذ التربية البدنية والرياضية للتعرف على الحالة الاجتماعية للتلاميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	49	30.82%					
لا	110	69.18%	23.4	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (11) يمثل إجابات التلاميذ عن مدى سعي أستاذ التربية البدنية والرياضية للتعرف على حالتهم الاجتماعية .



دائرة نسبية رقم 11 تمثل إجابات التلاميذ عن مدى سعي أستاذ التربية البدنية والرياضية للتعرف على حالتهم الاجتماعية .

◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 110 تلميذ من أصل 159 تلميذ لا يسعى أستاذ التربية البدنية والرياضية للتعرف على حالتهم الاجتماعية أي بنسبة 69.18% بينما 49 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يسعى للتعرف على حالتهم الاجتماعية أي بنسبة 30.82%.

◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدرة ب 23.4 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ حول مدى سعي أستاذ التربية البدنية والرياضية للتعرف على حالتهم الاجتماعية لصالح القيمة 69.18.

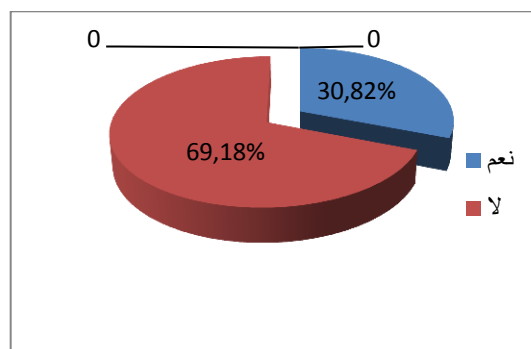
◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ ليس لديهم احتكاك مع أستاذ التربية البدنية والرياضية وهذا راجع إلى طريقة تعامل الأستاذ مع التلاميذ أي أنه يتعامل معهم في إطار حدود الدراسة فقط.

السؤال الثاني: هل يساعدك الأستاذ في حل مشاكلك الاجتماعية؟

الغرض من السؤال الثاني: معرفة مدى مساعدة الأستاذ لتلاميذه في حل مشاكلهم الاجتماعية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	49	30.82%					
لا	110	69.18%	23.4	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (12) يمثل إجابات التلاميذ عن مدى مساعدة الأستاذ لهم في حل مشاكلهم الاجتماعية.



دائرة نسبية رقم 12 تمثل إجابات التلاميذ عن مدى مساعدة الأستاذ لهم في حل مشاكلهم الاجتماعية.

◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 110 تلميذ من أصل 159 تلميذ لا يساعدهم أستاذ التربية البدنية والرياضية في حل مشاكلهم الاجتماعية أي بنسبة 69.18% بينما 49 تلميذ يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يساعدهم في حل مشاكلهم الاجتماعية أي بنسبة 30.82%.

◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدرة ب 23.4 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ حول مدى مساعدة أستاذ التربية البدنية والرياضية في حل مشاكلهم الاجتماعية لصالح القيمة 69.18.

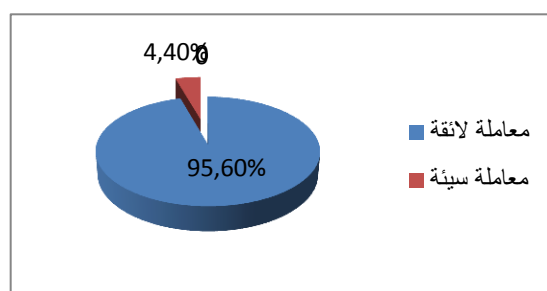
نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ لا يساعدتهم أستاذ التربية البدنية والرياضية في حل مشاكلهم الاجتماعية نظرا لضغط العمل وعدم التدخل في خصوصيات التلاميذ ومن جهة أخرى هناك بعض التلاميذ لا ييؤحون بمشاكلهم الاجتماعية.

**السؤال الثالث:** كيف هي معاملتك لزملاتك أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

**الغرض من السؤال الثالث:** معرفة طريقة التعامل التي يتعامل بها التلاميذ مع زملائهم.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
معاملة لائقة	152	95.60%					
معاملة سيئة	07	4.40%	132.22	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (13) يمثل إجابات التلاميذ عن طريقة التعامل التي يتعاملون بها مع زملائهم.



دائرة نسبية رقم 13 تمثل إجابات التلاميذ عن طريقة التعامل التي

يتعاملون بها مع زملائهم.

من خلال الجدول نلاحظ أن 152 تلميذ من أصل 159 تلميذ يتعاملون مع زملائهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية معاملة لائقة أي بنسبة 95.60% بينما 07 تلاميذ يعاملون زملائهم معاملة سيئة أي بنسبة 4.40%.

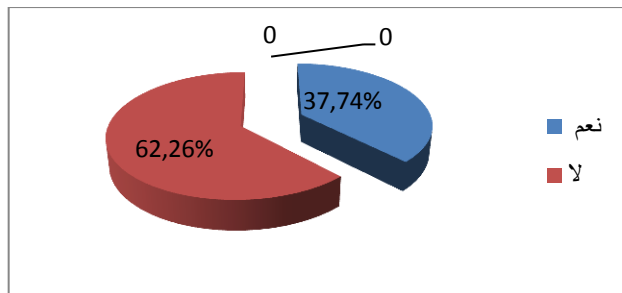
- ◀ بما أن كات المحسوبة المقدرة ب 132.22 أكبر من كات الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عن طريقة التعامل التي يتعامل بها التلاميذ مع زملائهم لصالح القيمة 95.60.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ يتعاملون مع زملائهم معاملة لائقة وهذا راجع لعامل الاندماج الاجتماعي وروح الجماعة بينهم.

السؤال الرابع: هل مشاكلك الخاصة (في البيت أو خارجه) تؤثر على نشاطك و سلوكك أثناء الحصة؟

الغرض من السؤال الرابع: معرفة إذا كانت المشاكل الخاصة بالتلميذ تؤثر على نشاطه و سلوكه أثناء الحصة.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كات المحسوبة	كات الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	60	37.74%					
لا	99	62.26%	9.56	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (14) يمثل إجابات التلاميذ إذا كانت المشاكل الخاصة بهم تؤثر على نشاطهم و سلوكهم أثناء الحصة.



دائرة نسبية رقم 14 تمثل إجابات التلاميذ إذا كانت المشاكل الخاصة بهم تؤثر على نشاطهم و سلوكهم أثناء الحصة.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 99 تلميذ من أصل 159 تلميذ لا تؤثر مشاكلهم الخاصة عليهم أثناء الحصة أي بنسبة 62.26% بينما 60 تلميذ تؤثر عليهم مشاكلهم الخاصة أي بنسبة 34.74%.

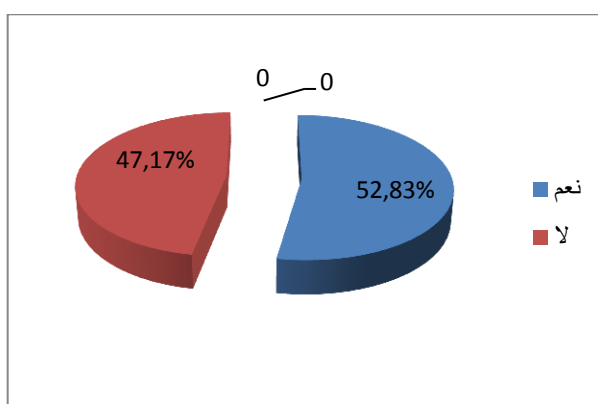
بما أن كاح المحسوبة المقدرة ب 9.56 أكبر من كاح الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ إذا كانت المشاكل الخاصة بالتلميذ تؤثر على نشاطه و سلوكه أثناء الحصة لصالح القيمة 62.26. نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ لا تؤثر مشاكلهم الخاصة (في البيت أو خارجه) على نشاطهم و سلوكهم أثناء الحصة و هذا بمشاركة لأستاذ و محاولة التقليل من تأثير هذه المشاكل التي تعتبر عائق أمام التلميذ.

السؤال الخامس: هل أنت متعاون مع زملائك أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من السؤال الخامس: معرفة طبيعة العلاقة القائمة بين التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كاح المحسوبة	كاح الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	84	52.83%					
لا	75	47.17%	0.5	3.84	1	0.05	غير دل إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (15) يمثل إجابات التلاميذ حول العلاقة القائمة بينهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.



دائرة نسبية رقم 15 تمثل إجابات التلاميذ حول العلاقة القائمة بينهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 84 تلميذ من أصل 159 تلميذ متعاونين مع زملائهم أثناء حصّة التربية البدنية والرياضية أي بنسبة 52.83% بينما 75 تلميذ غير متعاونين مع زملائهم أثناء حصّة التربية البدنية والرياضية أي بنسبة 47.17%.
- ◀ بما أن كاحسوبة المقدرة ب 0.5 أكبر من كاحسوبة الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ إذا كانوا متعاونين مع زملائهم أثناء حصّة التربية البدنية والرياضية لصالح القيمة 52.83.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ متعاونين مع زملائهم أثناء حصّة التربية البدنية والرياضية وهذا راجع لروح الجماعة والعلاقة الطيبة بين التلاميذ.

#### استنتاج متعلق بالفرضية الثالثة:

تبين لنا من خلال نتائج أسئلة المحور الثالث من الاستبيان الموجه للتلاميذ والمتعلق بالفرضية الثالثة "تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي من خلال: المؤسسة، الشارع، النادي" أن كل الأسئلة ظهرت فيها كاحسوبة أكبر من كاحسوبة الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أنالوسط الاجتماعي له تأثير كبير على ممارسة المراهق للتربية البدنية والرياضية من خلال المشاكل الخاصة في البيت، الشارع ومنه الفرضية الثالثة قد تحققت..

المحور الرابع: الأسس النفسية التي تقوم عليها التربية البدنية والرياضية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات.

السؤال الأول: كيف تجد نفسك بعد حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من السؤال الأول: معرفة الحالة التي يكون عليها التلميذ بعد حصة التربية البدنية والرياضية.

تحليل ومناقشة:

بعد فرز إجابات التلاميذ حصلنا على عدة تعابير هي كالآتي:

- ❖ الشعور بالصحة الجيدة والارتياح العقلي والنفسي.
- ❖ الشعور بالنشاط والحيوية والثقة بالنفس.
- ❖ تناسي القلق والمشاكل.
- ❖ الإحساس بالسعادة والترويح والترفيه.
- ❖ الإحساس بالمحبة تجاه زملاء وزيادة العلاقات بينهم.

كل هذه الحالات النفسية تدل على الأهداف السامية التي تحققها التربية البدنية والرياضية على المستوى النفسي والصحي والعقلي والاجتماعي.

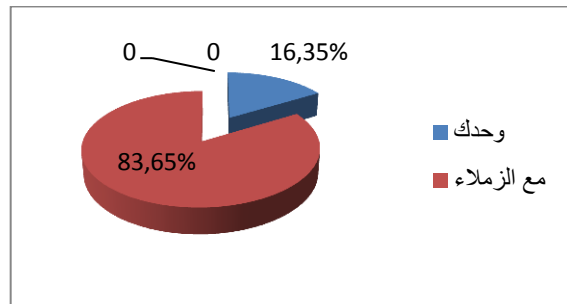


السؤال الثاني: كيف تفضل ممارسة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من السؤال الثاني: معرفة كيف يفضل التلاميذ ممارسة النشاط البدني الرياضي.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
وحدك	26	16.35%					
مع الزملاء	133	83.65%	72	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (16) يمثل إجابات التلاميذ عن كيفية ممارسة النشاط البدني والرياضي.



دائرة نسبية رقم 16 تمثل إجابات التلاميذ عن كيفية ممارسة النشاط البدني والرياضي.

من خلال الجدول نلاحظ أن 133 تلميذ من أصل 159 تلميذ يفضلون ممارسة النشاط البدني مع زملاء أي بنسبة 83.65% بينما 26 تلميذ يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي لوحدهم أي بنسبة 16.35%.

بما أن كات المحسوبة المقدر ب 72 أكبر من كات الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ حول كيفية ممارسة النشاط البدني والرياضي لصالح القيمة 83.65.

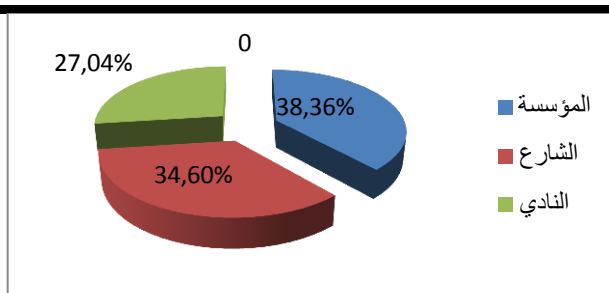
نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ يفضلون ممارسة النشاط البدني الرياضي مع زملاء وذلك من أجل روح التنافس وروح الجماعة والمتعة والترفيه.

السؤال الثالث: ماهو المكان الذي تفضل أن تمارس فيه النشاط البدني الرياضي؟

الغرض من السؤال الثالث: معرفة المكان المفضل للتلميذ لممارسة النشاط البدني الرياضي.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كات المحسوبة	كات الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
المؤسسة	61	38.36%					
الشارع	55	34.60%	3.15	5.99	2	0.05	غير دلالة إحصائية
النادي	43	27.04%					
المجموع	159	100%					

جدول رقم (17) يمثل إجابات التلاميذ عن المكان المفضل لديهم لممارسة النشاط البدني الرياضي.



دائرة نسبة رقم 17 تمثل إجابات التلاميذ عن المكان المفضل لديهم لممارسة النشاط البدني الرياضي.

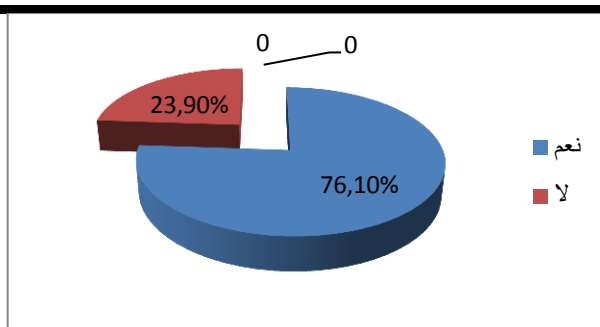
- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 61 تلميذ من أصل 159 يفضلون ممارسة النشاط البدني في المؤسسة أي بنسبة 38.36% بينما 55 تلميذ يفضلون ممارسة النشاط البدني في الشارع أي بنسبة 34.60% في حين 43 تلميذ يفضلون ممارسة النشاط البدني في النادي أي بنسبة 27.04%.
- ◀ بما أن كات المحسوبة المقدر ب 3.15 أصغر من كات الجدولية والتي تقدر ب 5.99 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ حول المكان المفضل لممارسة النشاط البدني لصالح القيمة 38.36.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلبية التلاميذ يفضلون المؤسسة لممارسة النشاط البدني لأن المؤسسة يفجر فيها التلميذ كافة طاقته وقدراته البدنية.

السؤال الرابع: هل تعرفت على أصدقاء عن طريق ممارستك للنشاط البدني الرياضي؟

الغرض من السؤال الرابع: معرفة طبيعة العلاقات التي تنشأ من خلال ممارسة النشاط البدني.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كات المحسوبة	كات الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	121	76.10%					
لا	38	23.90%	43.32	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (18) يمثل إجابات التلاميذ عن طبيعة العلاقات التي تنشأ من خلال ممارسة النشاط البدني.



دائرة نسبية رقم 18 تمثل إجابات التلاميذ عن طبيعة العلاقات التي تنشأ من خلال ممارسة النشاط البدني.

من خلال الجدول نلاحظ أن 121 تلميذ من أصل 159 تلميذ يكتسبون أصدقاء أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي أي بنسبة 76.10% بينما 38 تلميذ لا يكتسبون أصدقاء أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي أي بنسبة 23.90%.

بما أن كاحسوبة المقدر ب 43.32 أكبر من كاحدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ حول مدى اكتسابهم الأصدقاء أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي لصالح القيمة 76.10.

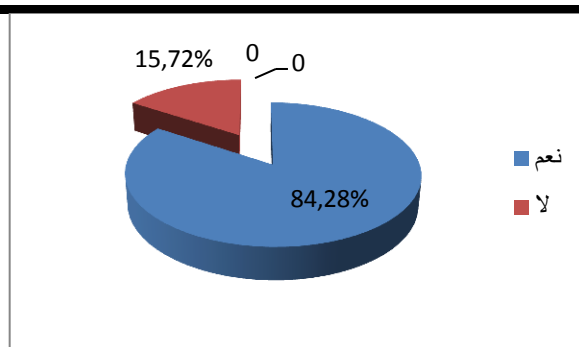
نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ يكتسبون أصدقاء أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي وهذا يعني أن النشاط البدني الرياضي هو أيضا وسيلة تعارف واكتساب أصدقاء وهو يساعد على خلق جو من الحب والصدقة بين ممارسيها.

السؤال الخامس: هل تعتقد أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تزيد من تعاملك مع زملاء والاحتكاك بهم؟

الغرض من السؤال الخامس: معرفة دور التربية البدنية والرياضية في خلق الاحتكاك بين التلاميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كاحسوبة	كاحدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	134	84.28%					
لا	25	15.72%	74.72	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	159	100%					

جدول رقم (19) يمثل إجابات التلاميذ عن دور التربية البدنية والرياضية في خلق الاحتكاك بينهم.



دائرة نسبية رقم 19 تمثل إجابات التلاميذ عن دور التربية البدنية والرياضية في خلق الاحتكاك بينهم.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 134 تلميذ من أصل 159 تلميذ يعتقدون أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تزيد من تعاملهم واحتكاكهم بالزملاء أي بنسبة 84.28% بينما 25 تلميذ لا يرون أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تزيد من تعاملهم واحتكاكهم بالزملاء أي بنسبة 15.72%.
- ◀ بما أن كاحسوبة المقدر ب 74.72 أكبر من كاحسوبة الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عن إذا كان النشاط البدني الرياضي يزيد من تعاملهم مع زملائهم والاحتكاك بهم لصالح القيمة 84.28.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم التلاميذ يعتقدون أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تزيد من تعاملهم واحتكاكهم بالزملاء وهذا يعود إلى روح التنافس بينهم.

#### استنتاج متعلق بال محور الرابع:

تبين لنا من خلال نتائج أسئلة المحور الرابع من الاستبيان الموجه للتلاميذ والمتعلق بالفرضية الرابعة "الأسس النفسية التي تقوم عليها التربية البدنية والرياضية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات" أن تقريبا كل الأسئلة ظهرت فيها كاحسوبة أكبر من كاحسوبة الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن الأسس النفسية التي تقوم عليها التربية البدنية والرياضية لها دخل في تكوين الاتجاهات وهذا من خلال تعامل التلاميذ مع بعضهم البعض ومنه الفرضية الرابعة قد تحققت.

### استنتاج عام حول الاستبيان الموجه للتلاميذ:

بعد عرض و تحليل النتائج المتعلقة باستبيان التلاميذ ثم التوصل إلى بعض الحقائق التي كنا قد سطرناها مسبقا في الفرضيات و المتمثلة في الدور الايجابي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في توفير الراحة النفسية و اكتسابه للأخلاق السامية لتلميذ مرحلة المراهقة.

لاحظنا الميل الكبير إلى ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية باعتبارها جزءا مكملا لحياتهم المترنة أسلوبا تربويا يساعدهم على تخطي العقبات و المشاكل التي تصادفهم، فهذا النشاط يعتبر من أهم الأنشطة التي تمارس في المؤسسات التربوية فهو يساعد على نمو المراهقين نموا نفسيا و اجتماعيا و عقليا، كما يساعدهم على رفع مستوياتهم الصحي و الدراسي و يسمع لهم باكتساب عدة خصال حميدة كالتعاون و الاحترام و حسن الخلق و الاندماج في المجتمع حيث تزداد روابط الأخوة و الصداقة بينهم، كما يتيح للمراهق فهم دوره في المجتمع و إدراك حقوقه و واجباته.

كما بينت لنا النتائج الدور الفعال الذي تلعبه كفاءة الأستاذ في جلب التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وتأثيرهم على رفع الحالة النفسية لهم، وكطلك الوسط الاجتماعي هو بدوره له تأثير كبير على ممارسة المراهق للنشاط الرياضي، فممارسة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسة التربوية تعمل على تربية المراهق و تنشئته تنشئة اجتماعية صالحة تعود بالفائدة لنفسه و مجتمعه.

و كطلك النادي الذي يتوفر على الوسائل اللازمة و الجو المناسب للممارسة مما يؤهله إلى أن يحظى باهتمام المراهق و أن يلجأ إليه هروبا من المشاكل و انحرافات الشارع.

## 2\_ الاستبيان الموجه للأساتذة:

المحور الأول: محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي.

السؤال الأول: ماهي في رأيك أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي؟

الغرض من السؤال الأول: معرفة أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي من وجهة نظر الأساتذة.

### تحليل ومناقشة:

بعد اطلاعنا على مختلف الإجابات لاحظنا أن معظم الأساتذة قد اتفقوا على أنه هناك أهداف تربوية، اجتماعية، حركية، نفسية، بدنية، عقلية، ترويجية، وهذا ما يدل على الوعي الكبير لأهمية هذه المادة في المرحلة الثانوية، ويرونها مجالا واسعا لتربية التلميذ وتحسين أخلاقه، ومعاملته مع زملائه، واكتساب الصفات الحميدة كالتعاون

والتآزر والصبر وقوة التحمل، كما يرون أنها مجالاً لتدريب التلاميذ على مختلف المهارات الحركية، اكتساب اللياقة البدنية الجيدة ورفع كفاءة أجهزة الجسم كالجهاز التنفسي والدوري والعضلي.

تعتبر مجال ترفيهي وترويحي يلجأ إليها لتفريغ ميولها ته ويروح عن نفسه ويستريح من عناء الحصص الأخرى.

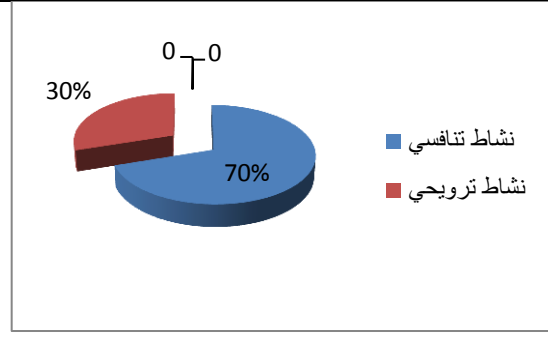
السؤال الثاني: أي نوع من النشاط الرياضي تفضل أن يمارسه التلاميذ؟

الغرض من السؤال الثاني: معرفة النشاط الأكثر فعالية للتلاميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 كالمحسوبة	ك2الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نشاط تنافسي	07	%70					
نشاط ترويحي	03	%30	1.6	3.84	1	0.05	غير دال إحصائياً
المجموع	10	%100					

جدول رقم (1) يمثل إجابات الأساتذة عن النشاط الأكثر فعالية للتلاميذ.





دائرة نسبية رقم 1 تمثل إجابات الأساتذة عن النشاط الأكثر فعالية للتلاميذ.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 7 أساتذة من أصل 10 أساتذة يفضلون أن يمارس التلاميذ النشاط التنافسي أي بنسبة 70% بينما 3 أساتذة يفضلون أن يمارس التلاميذ النشاط الترويحي أي بنسبة 30%.
- ◀ بما أن كات المحسوبة المقدر ب 1.6 أصغر من كات الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة حول النشاط البدني الذي يفضلون أن يمارسه التلاميذ لصالح القيمة 0.70.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم الأساتذة يفضلون النشاط التنافسي من أجل خلق روح التنافس بين التلاميذ والتحلي بالروح الرياضية وتنمية قوة التحفيز للتغلب على الخصم.

السؤال الثالث: ماهي المشاكل التي تواجهكم أثناء تأديتكم لحصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من السؤال الثالث: معرفة المشاكل التي تواجه الأستاذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

تحليل ومناقشة:

من خلال إجابات الاستبيان تبين لنا واقعية المشاكل و الصعوبات التي تواجه الأساتذة لما لها من تأثيرات سلبية على السير الحسن لحصة التربية البدنية والرياضية و فيما يلي عرض لأهم الصعوبات:

- ❖ نقص الوسائل و عدم ملائمة الهياكل لهذه الحصة.
- ❖ اكتظاظ الأقسام .
- ❖ تفاوت المستويات بين التلاميذ.
- ❖ ضعف معامل المادة يحد من اهتمام التلاميذ بها.

❖ التصرفات الطائشة من قبل بعض التلاميذ.

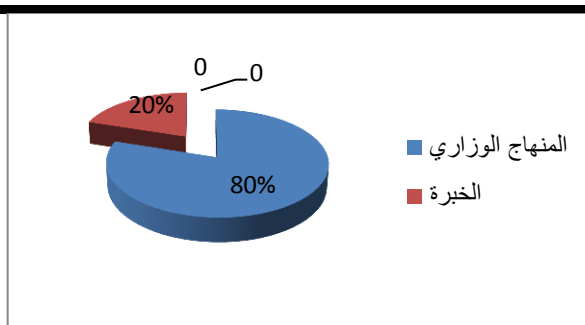
هذه الصعوبات ناتجة عن عدم اهتمام المسؤولين بهذه الحصة أو لعدم محاولة الأساتذة إيجاد حلول و طرحها على الإدارة و متابعة نتائجها.

السؤال الرابع: على ماذا تعتمدون عند تخطيطكم لحصة التربية البدنية و الرياضية.

الغرض من السؤال: معرفة المخطط الذي يعتمد عليه أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
المنهاج الوزاري	08	80%					
الخبرة	02	20%	3.6	3.84	1	0.05	غير دال إحصائيا
المجموع	10	100%					

جدول رقم (2) يمثل إجابات الأساتذة حول المخطط الذي يعتمدونه أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.



دائرة نسبية رقم 2 تمثل إجابات الأساتذة حول المخطط الذي يعتمدونه أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.

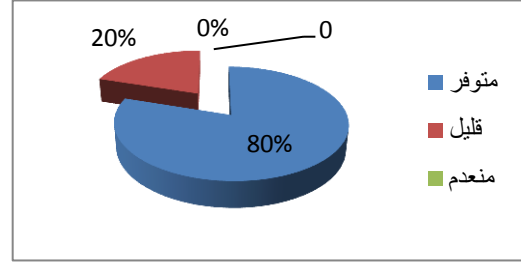
- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 08 أساتذة من أصل 10 أساتذة بنسبة 80% يجدون أن المخطط المناسب والمعتمد عليه هو المنهاج الوزاري بينما 2 أساتذة من أصل 10 يعتمدون على الخبرة أي بنسبة 20%.
- ◀ بما أن كاحسوبة المقدر ب 3.6 أصغر من كاح الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة حول المخطط الذي يعتمدونه أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية لصالح القيمة 80.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم الأساتذة يعتمدون على المنهاج الوزاري و هذا راجع إلى أن المنهاج الوزاري مقنن و مرسل من طرف وزارة التربية الوطنية و يجب التقيد بما جاء فيه.

السؤال الخامس: هل العتاد الرياضي أو الإمكانيات في مؤسستكم ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى توفر العتاد الرياضي و الإمكانيات في المؤسسة.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كاح المحسوبة	كاح الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
متوفر	08	80%					
قليل	02	20%	10.38	5.99	2	0.05	دال إحصائيا
منعدم	0	00%					
المجموع	10	100%					

جدول رقم (3) يمثل إجابات الأساتذة حول مدى توفر العتاد الرياضي و الإمكانيات في مؤسستهم.



دائرة نسبية رقم 3 تمثل إجابات الأساتذة حول مدى توفر العتاد الرياضي و الإمكانيات في مؤسستهم.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 8 أساتذة من أصل 10 أساتذة بالنسبة 80% يتوفر لديهم العتاد و الإمكانيات اللازمة في المؤسسة بينما يوجد 2 أساتذة من أصل 10 بنسبة 20% العتاد قليل في المؤسسة.
- ◀ بما أن كاحسوبة المقدر ب 10.38 أكبر من كاحسوبة الجدولية والتي تقدر ب 5.99 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عن مدى توفر العتاد الرياضي و الإمكانيات في مؤسستهم لصالح القيمة 80.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم الأساتذة يجدون أن العتاد الرياضي في مؤسستهم متوفر وهذا راجع إلى متطلبات التدريس لأنه لا يمكن تقديم حصة التربية البدنية والرياضية بدون عتاد رياضي.

### استنتاج متعلق بالمحور الأول:

تبين لنا من خلال نتائج أسئلة المحور الأول من الاستبيان الموجه للأساتذة والمتعلق بالفرضية الأولى "محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي" أن تقريبا كل الأسئلة ظهرت فيها كاحسوبة أصغر من كاحسوبة الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي ومنه الفرضية الأولى تتحقق.

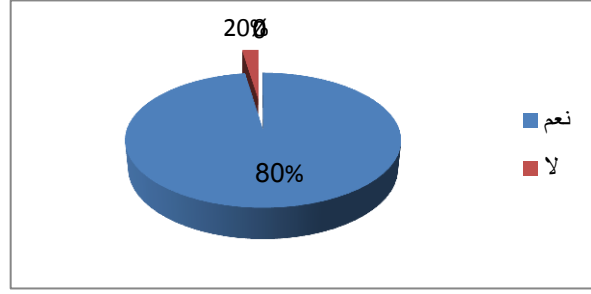
المحور الثاني: كفاءة ودور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الأهداف المسطرة لخصته.

السؤال الأول: هل تلقيتم أثناء مدة تكوينكم دروس خاصة ببيكولوجية المراهق؟

الغرض من السؤال الأول: معرفة إذا تلقى أساتذة التربية البدنية والرياضية دروس خاصة ببيكولوجية المراهق.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	08	80%					
لا	02	20%	3.6	3.84	1	0.05	غير دل إحصائيا
المجموع	10	100%					

جدول رقم(4) يمثل إجابات الأساتذة حول تلقيهم دروس خاصة ببيكولوجية المراهق.



دائرة نسبية رقم 4 تمثل إجابات الأساتذة حول تلقيهم دروس خاصة ببيكولوجية المراهق.

من خلال الجدول نلاحظ أن 08 أساتذة من أصل 10 أساتذة تلقوا دروس خاصة ببيكولوجية المراهق أي بنسبة 80% بينما 2 أساتذة من أصل 10 لم يتلقوا دروس خاصة ببيكولوجية المراهق أي بنسبة 20%.

بما أن كالتحسوبة المقدر ب 3.6 أصغر من كالتجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة حول تلقيهم دروس خاصة ببيكولوجية المراهق لصالح القيمة 80.

نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم الأساتذة تلقوا تكويننا خاصا ببيكولوجية المراهق وهذا راجع إلى معرفة خصائص النمو في هذه المرحلة وتأثير الحالة النفسية والاجتماعية والمعرفية والوجدانية.

السؤال الثاني: ماهي في رأيك الطريقة المثلى للتعامل مع التلاميذ؟

الغرض من السؤال الثاني: معرفة الطريقة المثلى للتعامل مع التلاميذ.

تحليل ومناقشة:

بعد تفحص النتائج تبين لنا أن الطريقة المثلى للتعامل مع المراهق تكمن في جانبين أساسيين هما:

◀ الجانب النفسي:

وهذا باحترام مشاعر التلاميذ وتلبية رغباتهم واحترام آرائهم دون التمييز بينهم.

◀ الجانب الاجتماعي:

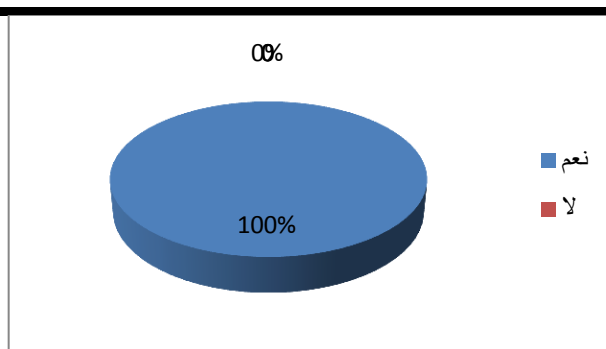
حيث يقوم الأستاذ بمتابعة تلاميذه داخل القسم والاطلاع على مشاكلهم الاجتماعية وهذا لإيجاد الطريقة المثلى للتعامل مع كل تلميذ وفقا للعامل النفسي والاجتماعي.

السؤال الثالث: هل تعتقد أن لكفاءة الأستاذ دور في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من السؤال الثالث: معرفة مدى تأثير كفاءة الأستاذ على تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	10	%100					
لا	00	%00	10	3.84	1	0.05	دال إحصائيا
المجموع	10	%100					

جدول رقم (5) يمثل إجابات الأساتذة حول تأثير الكفاءة على تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.



دائرة نسبية رقم 5 تمثل إجابات الأساتذة حول تأثير الكفاءة على تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.

◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 10 أساتذة من أصل 10 أساتذة يرون أن للكفاءة دور رئيسي في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية أي بنسبة 100%.

◀ بما أن كات المحسوبة المقدر ب 10 أكبر من كات الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة حول مدى تأثير الكفاءة في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية لصالح القيمة 100.

◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن كل الأساتذة يعتقدون أن الكفاءة لها دور كبير في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية وهذا راجع للطريقة المناسبة لبرمجة حصة التربية البدنية والرياضية وكيفية تسطير الأهداف وتطبيقها.

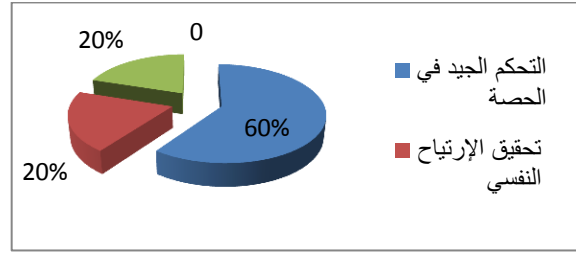
#### السؤال الرابع: فيما تتمثل كفاءة الأستاذ؟

الغرض من السؤال الرابع: مدى تأثير كفاءة الأستاذ في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كات المحسوبة	كات الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
التحكم الجيد في الحصة	06	60%					
تحقيق الارتياح النفسي	02	20%	3.17	5.99	2	0.05	غير دال إحصائياً
اختيار التمرينات المناسبة	02	20%					
المجموع	10	100%					



جدول رقم(6) يمثل إجابات الأساتذة عن تأثير الكفاءة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية.



دائرة نسبية رقم 6 تمثل إجابات الأساتذة عن تأثير كفاءتهم في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 06 أساتذة من أصل 10 أساتذة يرون أن الكفاءة تظهر في التحكم الجيد في الحصة أي بنسبة 60% بينما 02 أستاذ يرون أن الكفاءة تتمثل في تحقيق الارتياح النفسي أي بنسبة 20% أما 02 أستاذ يرون أن الكفاءة تتمثل في اختيار التمرينات المناسبة أي بنسبة 20%.
- ◀ بما أن كات المحسوبة المقدر ب 3.17 أصغر من كات الجدولية والتي تقدر ب 5.99 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة حول خصائص الكفاءة لصالح القيمة 60.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه نجد أن أغلبية الأساتذة الكفاءة لديهم تتمثل في التحكم الجيد في الحصة وهذا راجع إلى كيفية تعامل الأستاذ مع الأهداف المسطرة لحصته وكيفية السيطرة على التلميذ وحسن سير الحصة.

#### استنتاج متعلق بال محور الثاني:

تبين لنا من خلال نتائج أسئلة المحور الثاني من الاستبيان الموجه للأساتذة والمتعلق بالفرضية الثانية "كفاءة ودور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الأهداف المسطرة لحصته" أن تقريبا كل الأسئلة ظهرت فيها كات المحسوبة أكبر من كات الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن الكفاءة لها دور كبير في تحقيق الأهداف المسطرة ومنه الفرضية الثانية قد تحققت.

المحور الثالث: تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للتربية البدنية و الرياضية من خلال المؤسسة، الشارع، النادي.

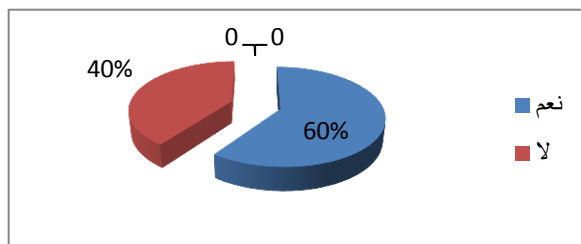
السؤال الأول: خلال المدة التي قضيتها في التدريس هل واجهت مشاكل مع تلاميذك؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا واجه الأستاذ مشكلات مع تلاميذه خلال سنوات عمله.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	06	60%					
لا	04	40%	0.4	3.84	1	0.05	غير

المجموع	10	%100					
دال إحصائيا							

جدول رقم (7) يمثل إجابات الأساتذة عن مدى مواجهتهم لمشاكل مع التلاميذ خلال فترة التدريس.



دائرة نسبية رقم 7 تمثل إجابات الأساتذة عن مدى

مواجهتهم لمشاكل مع التلاميذ خلال فترة التدريس.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 06 أساتذة من أصل أي بنسبة 60% واجهوا مشاكل مع التلاميذ خلال فترة تدريسهم أما 04 أساتذة من أصل 10 أي بنسبة 40% لم يواجهوا مشاكل مع تلاميذهم.
- ◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدرة ب 0.4 أصغر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا ما يعني لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عن مدى مواجهتهم لمشاكل مع التلاميذ خلال فترة التدريس لصالح القيمة 60% .
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم الأساتذة التربية البدنية و الرياضية يواجهون مشكلات مع تلاميذهم سواء تنظيمية أو أخلاقية و من هنا يكون دور الأستاذ سلمي على سلوك التلاميذ.

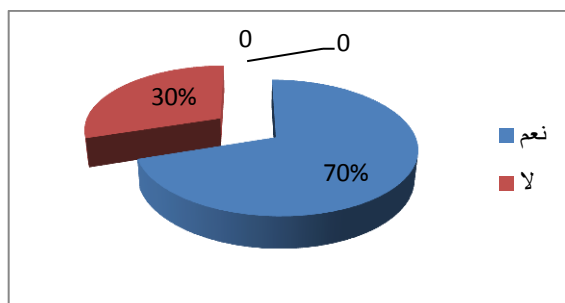
السؤال الثاني: هل يتعدى عملك في التدريس إلى التعرف على الحالات الاجتماعية للتلاميذ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى دراية الأستاذ بالحالات الاجتماعية للتلاميذ بعد عملية التدريس.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	07	%70					
لا	03	%30	1.6	3.84	1	0.05	غير دال إحصائيا

المجموع	10	%100				
---------	----	------	--	--	--	--

جدول رقم (8) يمثل إجابات الأساتذة عن إذا كان عملهم يتعدى التعرف على الحالة الاجتماعية للتلاميذ.



دائرة نسبية رقم 8 تمثل إجابات الأساتذة عن إذا كان عملهم يتعدى التعرف على الحالة الاجتماعية للتلاميذ.

من خلال الجدول نلاحظ أن 07 أساتذة من أصل 10 أساتذة يرون أن عملهم يتعدى التعرف على الحالة الاجتماعية للتلاميذ بنسبة 70% أما 03 أساتذة من أصل 10 يعتقدون أن عملهم لا يتعدى التعرف على الحالات الاجتماعية للتلاميذ.

بما أن ك2 المحسوبة المقدرة ب 1.6 أصغر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عن تعدي عملهم في التدريس للتعرف على الحالات الاجتماعية للتلاميذ لصالح القيمة 70% .

نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم الأساتذة يحاولون جمع معلومات عن الحالات الاجتماعية لتلاميذهم لاستعمالها و توظيفها في التعامل معهم لتفادي التصادم و يكون الاتصال جيد بين الطرفين.

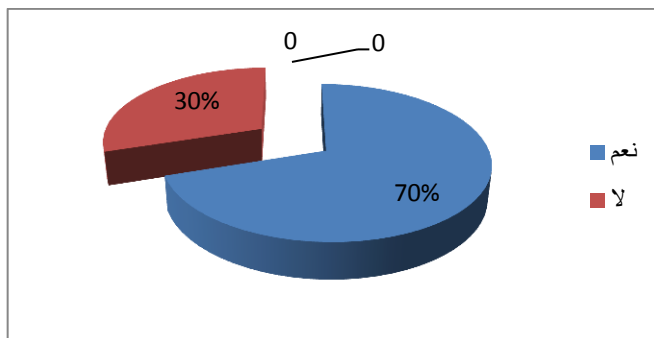
السؤال الثالث: هل تساعد التلاميذ في حل مشاكلهم الاجتماعية و لك إسهامات في ذلك؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى مساعدة الأستاذ لتلاميذه في حل مشاكلهم الاجتماعية و إسهاماته في ذلك.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	07	70%					

لا	03	30%	1.6	3.84	1	0.05	غير دال إحصائيا
المجموع	10	100%					

جدول رقم (9) يمثل إجابات الأساتذة عن مدى مساعدتهم لتلاميذه في حل مشاكلهم الاجتماعية.



دائرة نسبية رقم 9 تمثل إجابات الأساتذة عن مدى مساعدتهم لتلاميذه في حل مشاكلهم الاجتماعية.

من خلال الجدول نلاحظ أن 07 أساتذة من أصل 10 أساتذة يساعدون تلاميذهم في حل مشاكلهم الاجتماعية أي بنسبة 70% أما 03 أساتذة من أصل 10 لا يساعدون تلاميذهم في حل مشاكلهم الاجتماعية أي بنسبة 30%.

بما أن كاح المحسوبة المقدر ب 1.6 أصغر من كاح الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عن مدى مساعدته لتلاميذه في حل مشاكلهم الاجتماعية لصالح القيمة 70.

نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم الأساتذة لهم إسهامات في مساعدة تلاميذهم والتدخل لإيجاد حل لمشاكلهم الاجتماعية كونهم أقرب وأدرى الأساتذة بهم.

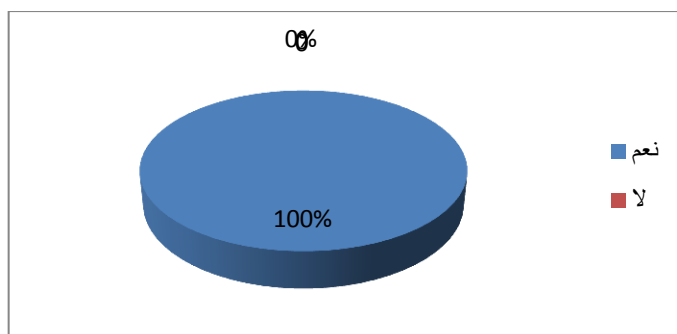
السؤال الرابع: هل تراعي الفروق الفردية بين التلاميذ؟

الغرض من السؤال الرابع: معرفة مدى مراعاة الأستاذ للفروق الفردية بين التلاميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كاح المحسوبة	كاح الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
---------	---------	-------------------	-----------------	--------------	--------------	------------------	---------

					100%	10	نعم
دال إحصائيا	0.05	1	3.84	5	00%	00	لا
					100%	10	المجموع

جدول رقم (10) يمثل إجابات الأساتذة عن مدى مراعاتهم للفروق الفردية بين التلاميذ.



دائرة نسبية رقم 10 تمثل إجابات الأساتذة عن مدى مراعاتهم للفروق الفردية بين التلاميذ.

من خلال الجدول نلاحظ أن 10 أساتذة من أصل 10 أساتذة يراعون الفروق الفردية بين التلاميذ أي بنسبة 100%.

بما أن ك2 المحسوبة المقدرة ب 5 أكبر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عن مدى مراعاتهم للفروق الفردية بين التلاميذ لصالح القيمة 100.

نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن كل الأساتذة لهم حرص كبير على مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ داخل القسم والإشراف عليها.

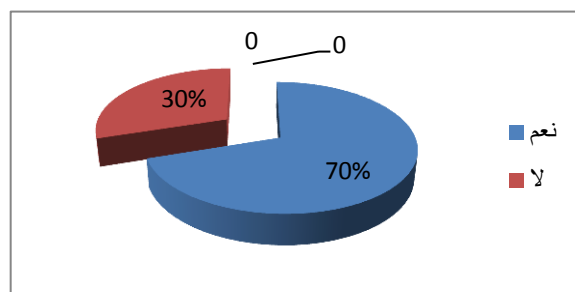
السؤال الخامس: هل خبرة أستاذ التربية البدنية والرياضية دور هام في معالجة المشاكل الاجتماعية؟

الغرض من السؤال الخامس: معرفة الدور الذي تلعبه خبرة الأستاذ في معالجة المشاكل الاجتماعية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
---------	---------	----------------	-------------	-------------	-----------	---------------	---------

					70%	07	نعم
غير دال إحصائياً	0.05	1	3.84	1.6	30%	03	لا
					100%	10	المجموع

جدول رقم (11) يمثل إجابات الأساتذة عن الدور الذي تلعبه الخبرة في معالجة المشاكل الاجتماعية.



دائرة نسبية رقم 11 تمثل إجابات الأساتذة عن الدور الذي تلعبه الخبرة في معالجة المشاكل الاجتماعية.

◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 07 أساتذة من أصل 10 أساتذة يرون أن الخبرة لها دور كبير في معالجة المشاكل الاجتماعية أي بنسبة 70% بينما 03 أساتذة يعتبرون أن الخبرة لا دخل لها في معالجة المشاكل الاجتماعية أي بنسبة 30%.

◀ بما أن ك2 المحسوبة المقدر ب 1.6 أصغر من ك2 الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عن الدور الذي تلعبه الخبرة في معالجة المشاكل الاجتماعية لصالح القيمة 70.

◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم الأساتذة يعتقدون أن الخبرة لها دور هام في معالجة المشاكل الاجتماعية وهذا يعود إلى تجربتهم في الحياة ومعرفتهم للمجتمع وكيف يتعاملون مع المشاكل التي توجد فيه.

### استنتاج متعلق بالمحور الثالث:

تبين لنا من خلال نتائج أسئلة المحور الثالث من الاستبيان الموجه للأساتذة والمتعلق بالفرضية الثالثة "تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للتربية البدنية و الرياضية من خلال المؤسسة، الشارع، النادي" أن تقريبا كل الأسئلة ظهرت فيها ك2 المحسوبة أصغر من ك2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن الوسط الاجتماعي لا يؤثر على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي ومنه نقول أن الفرضية الثالثة لم تتحقق.

المحور الرابع: الأسس النفسية التي تقوم عليها التربية البدنية والرياضية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات.

السؤال الأول: هل تهتم بالحالة الاجتماعية للتلاميذ؟

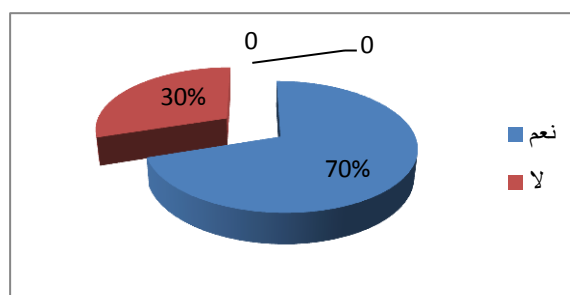
الغرض من السؤال الأول: مدى اهتمام الأستاذ بالحالة الاجتماعية للتلاميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
---------	---------	----------------	----------------	----------------	-----------	---------------	---------



					70%	07	نعم
غير دال إحصائياً	0.05	1	3.84	1.6	30%	03	لا
					100%	10	المجموع

جدول رقم (12) يمثل إجابات الأساتذة عن مدى اهتمامهم بالحالة الاجتماعية للتلاميذ.



دائرة نسبية رقم 12 تمثل إجابات الأساتذة عن مدى اهتمامهم بالحالة الاجتماعية للتلاميذ.

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 07 أساتذة من أصل 10 أساتذة يهتمون بالحالة الاجتماعية للتلاميذ أي بنسبة 70% بينما 03 أساتذة لا يهتمون بالحالة الاجتماعية للتلاميذ أي بنسبة 30%.
- ◀ بما أن كلاً المحسوبة المقدرة ب 1.6 أصغر من كلاً الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عن مدى اهتمامهم بالحالة الاجتماعية للتلاميذ لصالح القيمة 70.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن معظم الأساتذة يهتمون بالحالة الاجتماعية للتلاميذ لكونهم مربون قبل أن يكونوا أساتذة.

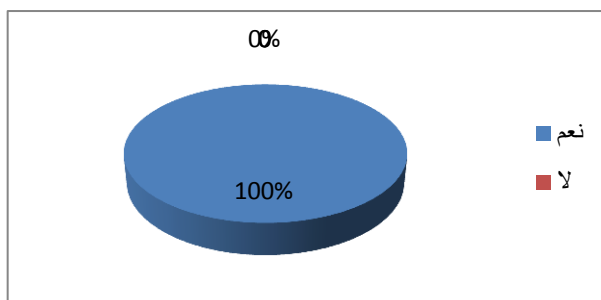
السؤال الثاني: هل لحصة التربية البدنية والرياضية أهمية نفسية اجتماعية للتلاميذ؟

الغرض من السؤال الثاني: معرفة آراء الأساتذة حول أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في المجال النفسي الاجتماعي للتلميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	10	100%					
لا	00	00%	5	3.84	1	0.05	دال إحصائياً

					100%	10	المجموع
--	--	--	--	--	------	----	---------

جدول رقم (13) يمثل إجابات الأساتذة حول أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في المجال النفسي الاجتماعي للتلميذ.



دائرة نسبية رقم 13 تمثل إجابات الأساتذة حول أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في المجال النفسي الاجتماعي للتلميذ.

من خلال الجدول نلاحظ أن 10 أساتذة من أصل 10 أساتذة يعتقدون أن لحصة التربية البدنية والرياضية أهمية نفسية اجتماعية للتلاميذ أي بنسبة 100.

بما أن كلاً المحسوبة المقدرة ب 5 أكبر من كلاً الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة حول أهمية حصة التربية البدنية والرياضية لصالح القيمة 100.

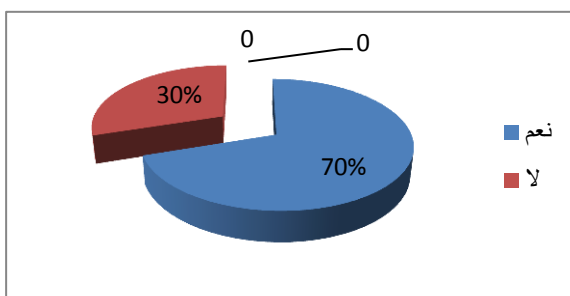
نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن لحصة التربية البدنية والرياضية أهمية نفسية اجتماعية للتلاميذ من خلال التحكم في الانفعالات النفسية مثل: الغضب، النرفزة، الانطواء.

### السؤال الثالث: ما هي الرياضة الأكثر فائدة للتلاميذ؟

الغرض من السؤال الثالث: معرفة الرياضة الأكثر فائدة وفعالية للتلميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كلاً المحسوبة	كلاً الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
رياضة جماعية	07	70%					
رياضة فردية	03	30%	1.6	3.84	1	0.05	غير دل إحصائياً
المجموع	10	100%					

جدول رقم (14) يمثل إجابات الأساتذة حول الرياضة الأكثر فائدة للتلاميذ.



دائرة نسبية رقم 14 تمثل إجابات الأساتذة حول الرياضة الأكثر فائدة للتلاميذ.

من خلال الجدول نلاحظ أن 07 أساتذة من أصل 10 أساتذة يعتقدون أن النشاط الجماعي هو الأكثر فائدة للتلاميذ أي بنسبة 70% بينما 03 أساتذة يعتقدون أن النشاط الفردي هو النشاط الأكثر فعالية أي بنسبة 30%.

بما أن كات المحسوبة المقدر ب 5 أكبر من كات الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة حول النشاط الأكثر فائدة للتلاميذ لصالح القيمة 70.

نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلب الأساتذة يفضلون النشاط الجماعي كنشاط أكثر فائدة للتلاميذ وهذا من أجل روح الجماعة والاندماج الاجتماعي والشعور بالمسؤولية تجاه الجماعة.

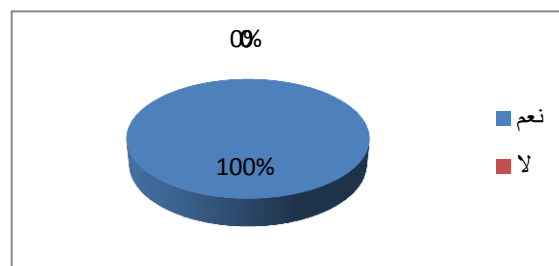
السؤال الرابع: هل تعتقد أن لحصة التربية البدنية والرياضية أهمية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ؟

الغرض من السؤال الرابع: معرفة الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كات المحسوبة	كات الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	10	100%					
لا	00	00%	5	3.84	1	0.05	دال إحصائيا

					100%	10	المجموع
--	--	--	--	--	------	----	---------

جدول رقم (15) يمثل إجابات الأساتذة حول الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ.



دائرة نسبية رقم 15 تمثل إجابات الأساتذة حول الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ

- ◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 10 أساتذة من أصل 10 أساتذة يعتقدون أن لحصة التربية البدنية والرياضية أهمية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ أي بنسبة 100%.
- ◀ بما أن كاحسوبة المقدر ب 5 أكبر من كاحسوبة الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة حول الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ لصالح القيمة 100.
- ◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن كل الأساتذة يعتقدون أن لحصة التربية البدنية والرياضية أهمية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ وهذا يظهر من خلال سلوكات التلميذ أثناء ممارسته للنشاط البدني بفعالية مما يساعد الأستاذ في تحقيق هدف الحصة.

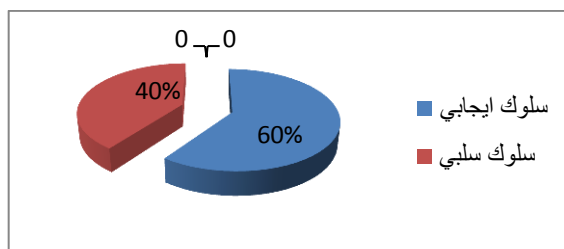
السؤال الخامس: ماهو السلوك الذي تلاحظه على تلاميذ هذا الطور؟

الغرض من السؤال الخامس: معرفة السلوك الغالب على تلاميذ الطور الثانوي.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	كاحسوبة المقدر ب	كاحسوبة الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة
سلوك ايجابي	06	60%					
سلوك سلبي	04	40%	0.4	3.84	1	0.05	غير دال إحصائيا

					100%	10	المجموع
--	--	--	--	--	------	----	---------

جدول رقم (16) يمثل إجابات الأساتذة حول السلوك الغالب على تلاميذ الطور الثانوي.



دائرة نسبية رقم 16 تمثل إجابات الأساتذة حول السلوك الغالب على تلاميذ الطور الثانوي.

◀ من خلال الجدول نلاحظ أن 06 أساتذة من أصل 10 أساتذة يعتقدون أن السلوك الإيجابي هو السلوك الغالب على تلاميذ هذا الطور أي بنسبة 60% بينما 04 أساتذة يعتقدون أن السلوك السلبي هو السلوك الغالب على تلاميذ هذا الطور أي بنسبة 40%.

◀ بما أن كاح المحسوبة المقدرة ب 0.4 أصغر من كاح الجدولية والتي تقدر ب 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة حول السلوك الغالب على تلاميذ الطور الثانوي لصالح القيمة 60.

◀ نستنتج من خلال تحليلنا للجدول أعلاه أن أغلب الأساتذة يرون أن تلاميذ هذا الطور يتميزون بسلوك ايجابي وذلك من خلال الإحساس بالرجولة وحب الذات والسلطة، القيادة لييدي أنه الأقوى، كما أنه يهتم بمظهره الخارجي كاللباس للتمييز عن الآخرين.

#### استنتاج متعلق بالمحور الرابع:

تبين لنا من خلال نتائج أسئلة المحور الرابع من الاستبيان الموجه للأساتذة والمتعلق بالفرضية الثالثة "الأسس النفسية التي تقوم عليها التربية البدنية والرياضية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات" أن تقريبا أغلب الأسئلة ظهرت فيها كاح المحسوبة أصغر من كاح الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن الأسس النفسية لا دخل لها في تكوين واختلاف الاتجاهات ومنه نقول أن الفرضية الرابعة لم تتحقق.

### استنتاج عام حول الاستبيان الموجه للأساتذة:

بعد جمع المعطيات و تحليلها استنتجنا أن لتربية البدنية و الرياضية عدة أهداف تربوية، تعليمية، ترفيهية، و نفسية اجتماعية يسعى الأستاذ لتحقيقها عن طريق استعمال الأنشطة التنافسية لكي تزيد من حدة النشاط و الحيوية و أخرى ترويجية تساعد المراهق على الترويج و إزالة التوتر و الاضطراب.

و بغض النظر عن كل المشاكل التي تواجهها الأستاذ من ضعف الهياكل و نقص الوسائل و اكتظاظ الأقسام و قلة الوقت المخصص للحصة و عدم إعطائها الأهمية اللازمة في البرنامج التربوي العام، فهو يسعى جاهدا للوصول إلى الأهداف المرجوة و المسطرة، و تحقق هذه الأهداف بالاهتمام بالنقائص المذكورة سالفاً و بالتكوين الجيد

للأساتذة، فالوسائل و الكفاءة عنصران أساسيان لجني ثمار التربية البدنية و الرياضية و انعكاسه يكون إيجابيا على المراهق.

إن الكفاءة لدى الأستاذ و تكوينه الجيد عاملان ضروريان لبلوغ الأهداف النبيلة حيث يجعله يهتم بالجانب الاجتماعي للتلاميذ و مشاركتهم في حلها و كذا مراعاة للحالة النفسية لهم بالتقليل من الاضطرابات و الانفعالات.

و لهذا يمكن الوصول إلى إدماج المراهق إدماجا صحيحا نفسيا اجتماعيا و الذي يكسب من خلالها الخصال الحميدة و التخلص من الصفات السيئة.

### 3\_ مناقشة النتائج بالفرضيات، الاستنتاجات والتوصيات:

#### الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال نتائج الجداول رقم (1)،(2)،(3)،(4)،(5)، تبين لنا أن التلاميذ يرون أن محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي من خلال قلة الوسائل وأرضية

الميدان غير مهينة وقلة الملاعب الرياضية ومنه ثبتت صحة الفرضية الأولى بالنسبة للتلاميذ، أما بالنسبة للأساتذة فمن خلال نتائج الجداول (1)، (2)، (3)، تحققت الفرضية الأولى التي تقول أن محتوى وبرنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات يؤثر سلبي على ممارسة النشاط البدني الرياضي لأن قلة العتاد تؤثر على تطبيق الهدف الإجرائي وعدم قدرة الأستاذ على إرضاء جميع التلاميذ.

### 2\_ الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال نتائج الجداول رقم (1)، (2)، (3)، (4)، (5)، تبين لنا مايلي أن كفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية لها دور في تحقيق الأهداف المسطرة لحصته وذلك من خلال قدرة الأستاذ على إيجاد الحلول في المواقف الصعبة التي يواجهها مع التلاميذ ومنه تحققت الفرضية الثانية بالنسبة للتلاميذ، أما بالنسبة للأساتذة فمن خلال نتائج الجداول (1)، (2)، (3)، تحققت الفرضية الثانية حيث أن الكفاءة لها دور في تحقيق الأهداف المسطرة من خلال المكتسبات التي يمتلكها والخبرة المهنية في مجال التربية البدنية والرياضية.

### 3\_ الفرضية الجزئية الثالثة:

من خلال نتائج الجدول رقم (1)، (2)، (3)، (4)، (5)، يبين لنا أن الوسط الاجتماعي يؤثر على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي من خلال الحالة الاجتماعية التي يعيشها المراهق مثل إذا كان التلميذ يعاني من المشاكل الاجتماعية في الأسرة أو المحيط تؤثر على النشاط الذي يمارسه ومنه تثبت صحة الفرضية الجزئية الثالثة، أما بالنسبة للأساتذة من خلال نتائج الجداول رقم (1)، (2)، (3)، (4)، (5)، لم تتحقق الفرضية الثالثة حيث أن الوسط الاجتماعي لا يؤثر على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي وذلك لقدرة الأستاذ على التغلب على الحالة الاجتماعية للتلميذ وذلك بمشاركته في حل المشاكل الاجتماعية للتلاميذ وكيفية التعامل معها.

### 4\_ الفرضية الجزئية الرابعة:

من خلال نتائج الجداول رقم (1)، (2)، (3)، (4)، يبين لنا أن التلاميذ يجدون أن الأسس النفسية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات النفسية للتلاميذ حيث أن الميل والتوافق النفسي يبين شخصية التلميذ والحالة النفسية



(الراحة، التعب) لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات النفسية للتلاميذ ومنه تثبت صحة الفرضية الرابعة، أما بالنسبة للأساتذة من خلال نتائج الجدول رقم (1)،(2)،(3)،(4)،(5) لم تتحقق الفرضية الجزئية الرابعة حيث أن الأسس النفسية ليس لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات النفسية وذلك لتمكن الأستاذ التعامل مع التلاميذ من مختلف المراحل العمرية ومعرفته لخصائص مرحلة المراهقة.

5\_ الاستنتاجات:

بعد عرضنا وتحليلنا للنتائج المتعلقة بالاستبيانيين الموجهين للتلاميذ والأساتذة على التوالي تبين لنا أن الفرضيات التي تم تسطيرها مسبقا والمتمثلة في أن نقص فعالية تدريس التربية البدنية والرياضية تؤثر على العلاقة الموجودة بين وأستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم من الناحية النفسية الاجتماعية.

كل هذه الفرضيات التي تم إثباتها من خلال أجوبة التلاميذ والأساتذة تميزت على العموم بالصدق والحرية وذلك بإفساحنا لهم مجال الحرية والتعبير عن آرائهم.

بالرغم من أن نتائج البحث تعتبر مبدأ الاستنتاجات إلا أنها لا يمكن أن تحدد بصورة نهائية أن فاعلية نقص تدريس التربية البدنية والرياضية تؤثر على العلاقة الموجودة بين وأستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم من الناحية النفسية الاجتماعية، إلى أن هذه الأمور تبقى نسبية تختلف باختلاف الوسائل والإمكانات، وبالتالي نجد أن عملية التدريس لا تؤثر لوحدها على العلاقة الموجودة بين وأستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، بل هناك عوامل أخرى، فالعلاقة بين التلميذ والأستاذ تبنى على الاحترام المتبادل والتفاهم والتواصل الجيد.

كما أن نقص الإمكانيات والوسائل يؤثر على العلاقة بين وأستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ، فقلة الوسائل تنعكس سلبا على أداء المراهق، حيث أن كفاءة الأستاذ لها دور هام في فهم التلاميذ وفهم حالاتهم النفسية والاجتماعية ومساعدتهم في حل المشاكل التي تواجههم.

وتبقى مشكلة نقص فعالية التدريس وتأثيرها على العلاقة الموجودة بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم مطروحة إلا غاية وجود حلول ناجعة لها.

يعتبر النشاط البدني الرياضي وسيلة مهمة من وسائل التربية التي تكوين المراهق تكويننا شاملا ومتكاملا من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية، وبعد تناولنا لدراسة الموضوع: " تأثير العلاقة التربوية بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم على الجانب النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية ". واستخلصنا ما يمكن استخلاصه من هذا الموضوع، لذا وجب علينا اثناء موضوع بحثنا بمجموعة من الاقتراحات والتي إن أخذت بعين الاعتبار فإنها تعطي للتربية البدنية الرياضية دفعة قوية للأمام، ويمكن تلخيص هذه الاقتراحات فيما يلي:

- ❖ اعتبار التربية البدنية الرياضية مادة أساسية في المنظومة التربوية.
- ❖ إعادة النظر في عدد الحصص الأسبوعية لمادة التربية البدنية والرياضية.
- ❖ تحفيز التلاميذ على الممارسة برفع معامل المادة.
- ❖ توفير الهياكل والوسائل المادية للممارسة الجيدة للتربية البدنية الرياضية.
- ❖ التركيز على الجوانب البسيكولوجيا والبيداغوجية الخاصة بمراحل المراهقة.
- ❖ التكوين والتأطير الجيد لأساتذة هذه المادة.
- ❖ الاهتمام بجانب التوعية لأهمية المادة في خلق الارتياح النفسي والاندماج الاجتماعي للمراهق.
- ❖ تحسيس الأساتذة للاهتمام بالمشاكل النفسية الاجتماعية للمراهق ومساعدته في حلها.
- ❖ على الأستاذ التحلي بالعدل بين التلاميذ وتحسين معاملتهم.
- ❖ التنسيق بين الممارسة في المؤسسة وفي النوادي لخلق التكامل بينهما للوصول إلى المبتغى.
- ❖ الاهتمام بالرياضة المدرسية بتكثيف المنافسات الرياضية الولائية، الجهوية، وحتى الوطنية، بين الثانويات وتسليط عليها الضوء الإعلامي المكتوب والمرئي لتشجيعها.

# الجانب النظري

# الفصل الأول

التربية البدنية والنشاط البدني الرياضي

## الفصل الثاني

أستاذ و درس التربية البدنية والرياضية

# الفصل الثالث

التلميذ المراهق في المرحلة الثانوية

(15 – 18 سنة)

## الفصل الرابع

الانفعالات النفسية والاندماج

الاجتماعي



# التعريف بالبحث

# الجانب التطبيقي

# الفصل الخامس

## منهجية الجانب التطبيقي

## الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

## الفصل الثالث

مقارنة النتائج بالفرضيات

الاستنتاجات والاقتراحات

# المراجع

الملاحق

# الفهرس



## خاتمة:

إن النشاط البدني الرياضي بتعدد ألوانه يعد أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان، وأكثر فعالية وتنظيماً لما يعنيه من أدوار هامة ومميزة في حياة الفرد عبر حضاراته المتعاقبة.

فهو الوسيلة المثلى لخلق علاقة إيجابية بين الأطراف المشاركة فيه الأستاذ والتلاميذ.

فقد تطرقنا في دراستنا المتواضعة هذه إلى العلاقة الموجودة بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم.

من الناحية النفسية الاجتماعية، باعتبار الأستاذ أحد أهم ركائز العملية التربوية والذي ينفرد عن غيره، حيث أنه لا يهدف فقط إلى تلقين المعارف فحسب، بل يتعدى ذلك لتطور المهارات الحركية وكيفية الحفاظ على الصحة وتوجيه التلاميذ نفسياً اجتماعياً وذلك بمراعاة مراحل نمو التلاميذ وتطورهم لكون أن أول أداة أو جهاز يوظفه الأستاذ من الدرس هو التلميذ إن صح التعبير، ومن ثم وجب على الأستاذ معرفة الخصائص النفسية الاجتماعية لهذا الجهاز الحساس وإمكانية تحقيق الاندماج الاجتماعي والتوافق النفسي له.

فبينت لنا النتائج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية بالغة في حياة المراهق، لأنه يكسبه الجسم السليم والمزاج المتميز والشخصية السوية والخصال الحميدة والأخلاق السامية كالصبر، الشجاعة، التعاون، الاعتماد على النفس، التنافس النبيل، استغلال أوقات الفراغ، التنظيم..... الخ . والتخلص من العقد النفسية والعادات السيئة كالأنانية، الانطواء، الخجل، القلق، وتبعده عن المشاكل الاجتماعية كالانحراف والعزلة.

ويبقى الوصول إلى هذه الغايات النبيلة مرهون بعدة عوامل: المؤسسة، الأسرة، الامكانيات اللازمة، المربي

الكفاء.

## الاقتراحات والتوصيات:

يعتبر النشاط البدني الرياضي وسيلة مهمة من وسائل التربية التي تكوين المراهق تكويننا شاملا ومتكاملا من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية، وبعد تناولنا لدراسة الموضوع: " تأثير العلاقة التربوية بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم على الجانب النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية ". واستخلصنا ما يمكن استخلاصه من هذا الموضوع، لذا وجب علينا اثناء موضوع بحثنا بمجموعة من الاقتراحات والتي إن أخذت بعين الاعتبار فإنها تعطي للتربية البدنية الرياضية دفعة قوية للأمام، ويمكن تلخيص هذه الاقتراحات فيمايلي:

- ❖ اعتبار التربية البدنية الرياضية مادة أساسية في المنظومة التربوية.
- ❖ إعادة النظر في عدد الحصص الأسبوعية لمادة التربية البدنية والرياضية.
- ❖ تحفيز التلاميذ على الممارسة برفع معامل المادة.
- ❖ توفير الهياكل والوسائل المادية للممارسة الجيدة للتربية البدنية الرياضية.
- ❖ التركيز على الجوانب البسيكولوجيا والبيداغوجية الخاصة بمراحل المراهقة.
- ❖ التكوين والتأطير الجيد لأساتذة هذه المادة.
- ❖ الاهتمام بجانب التوعية لأهمية المادة في خلق الارتياح النفسي والاندماج الاجتماعي للمراهق.
- ❖ تحسيس الأساتذة للاعتماد بالمشاكل النفسية الاجتماعية للمراهق ومساعدته في حلها.
- ❖ على الأستاذ التحلي بالعدل بين التلاميذ وتحسين معاملتهم.
- ❖ التنسيق بين الممارسة في المؤسسة وفي النوادي لخلق التكامل بينهما للوصول إلى المبتغى.
- ❖ الاهتمام بالرياضة المدرسية بتكثيف المنافسات الرياضية الولائية، الجهوية، وحتى الوطنية، بين الثانويات وتسليط عليها الضوء الإعلامي المكتوب والمرئي لتشجيعها.

خاص بالأساتذة:

قائمة الجداول:

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
124	يمثل إجابات الأساتذة حول النشاط الأكثر فعالية للتلاميذ.	01
126	يمثل إجابات الأساتذة حول المخطط الذي يعتمدونه أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	02
127	يمثل إجابات الأساتذة عن مدى توفر العتاد الرياضي والإمكانيات في مؤسستهم.	03
129	يمثل إجابات الأساتذة حول تلقيهم دروس خاصة ببيكولوجية المراهق.	04
131	يمثل إجابات الأساتذة حول تأثير الكفاءة في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.	05
132	يمثل إجابات الأساتذة عن مدى كفاءتهم في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.	06
134	يمثل إجابات الأساتذة عن مدى مواجهتهم لمشاكل مع تلاميذهم خلال فترة التدريس.	07
135	يمثل إجابات الأساتذة عن إذا كان عملهم يتعدى التعرف على الحالة الاجتماعية للتلاميذ.	08
136	يمثل إجابات الأساتذة عن مدى مساعدتهم لتلاميذهم في حل مشاكلهم الاجتماعية.	09
137	يمثل إجابات الأساتذة عن مدى مراعاتهم للفروق الفردية بين التلاميذ.	10
138	يمثل إجابات الأساتذة عن الدور الذي تلعبه الخبرة في معالجة المشاكل الاجتماعية.	11
140	يمثل إجابات الأساتذة عن مدى اهتمامهم بالحالة الاجتماعية للتلاميذ.	12
141	يمثل إجابات الأساتذة حول أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في المجال النفسي الاجتماعي.	13
142	يمثل إجابات الأساتذة عن الرياضة الأكثر فائدة وفعالية للتلاميذ.	14
143	يمثل إجابات الأساتذة حول الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ.	15

144	يمثل إجابات الأساتذة حول السلوك الغالب على تلاميذ الطور الثانوي.	16
-----	--	----

قائمة الأشكال البيانية:

الصفحة	عنوان المنحنى	رقم المنحنى
124	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة حول النشاط الأكثر فعالية للتلاميذ.	01
126	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة حول المخطط الذي يعتمدونه أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	02
127	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة عن مدى توفر العتاد الرياضي والإمكانات في مؤسستهم.	03
129	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة حول تلقيهم دروس خاصة بسيكولوجية المراهق.	04
131	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة حول تأثير الكفاءة في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.	05
132	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة عن مدى كفاءتهم في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.	06
134	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة عن مدى مواجهتهم لمشاكل مع تلاميذهم خلال فترة التدريس.	07
135	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة عن إذا كان عملهم يتعدى التعرف على الحالة الاجتماعية للتلاميذ.	08
136	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة عن مدى مساعدتهم لتلاميذهم في حل مشاكلهم الاجتماعية.	09
137	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة عن مدى مراعاتهم للفروق الفردية بين التلاميذ.	10
138	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة عن الدور الذي تلعبه الخبرة في معالجة المشاكل الاجتماعية.	11
140	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة عن مدى اهتمامهم بالحالة الاجتماعية للتلاميذ.	12
141	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة حول أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في المجال النفسي الاجتماعي.	13

142	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة حول الرياضة الأكثر فائدة وفعالية للتلاميذ.	14
143	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة حول الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ.	15
<u>144</u>	دائرة نسبية تمثل إجابات الأساتذة حول السلوك الغالب على تلاميذ الطور الثانوي.	16

## خاص بالتلاميذ:

### قائمة الجداول:

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	يمثل إجابات التلاميذ عن مدى ملائمة حصة التربية البدنية والرياضية لقدراتهم.	98
02	يمثل إجابات التلاميذ عما إذا كان الأستاذ يطلعهم على هدف الحصة.	99
03	يمثل إجابات التلاميذ عن مدى توفر مؤسستهم على الوسائل اللازمة لحصة التربية البدنية والرياضية.	100
04	يمثل إجابات التلاميذ عن إمكانية المؤسسة الهيكلية والمادية في المجال الرياضي.	101
05	يمثل إجابات التلاميذ عن الوسائل التي يستعملها أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء تقديم الحصة.	102
06	يمثل إجابات التلاميذ حول نظرهم تجاه أستاذ التربية البدنية والرياضية.	104
07	يمثل إجابات التلاميذ عن الحالة النفسية لهم بوجود الأستاذ.	105
08	يمثل إجابات التلاميذ عن طريقة معاملة الأستاذ لهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	106
09	يمثل إجابات التلاميذ عن مدى اهتمام الأستاذ بمشاكلهم.	107
10	يمثل إجابات التلاميذ عن الصفات التي يجذبونها في أستاذهم.	108
11	يمثل إجابات التلاميذ عن مدى سعي أستاذ التربية البدنية والرياضية للتعرف على حالتهم الاجتماعية.	110
12	يمثل إجابات التلاميذ عن مدى مساعدة الأستاذ لهم في حل مشاكلهم الاجتماعية.	111
13	يمثل إجابات التلاميذ عن الطريقة التي يتعاملون بها مع زملائهم.	112
14	يمثل إجابات التلاميذ إذا كانت المشاكل الخاصة بهم تؤثر على نشاطهم وسلوكهم أثناء الحصة.	113
15	يمثل إجابات التلاميذ عن العلاقة بينهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	114
16	يمثل إجابات التلاميذ عن كيفية ممارسة النشاط البدني الرياضي.	117

118	يمثل إجابات التلاميذ حول المكان المفضل لديهم لممارسة النشاط البدني الرياضي.	17
119	يمثل إجابات التلاميذ عن طبيعة العلاقة التي تنشأ من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي.	18
120	يمثل إجابات التلاميذ عن دور النشاط البدني الرياضي في خلق الاحتكاك بينهم.	19



قائمة الأشكال البيانية.

الصفحة	عنوان المنحنى	رقم المنحنى
98	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن مدى ملائمة حصة التربية البدنية والرياضية لقدراتهم.	01
99	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عما إذا كان الأستاذ يطلعهم على هدف الحصة.	02
100	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن مدى توفر مؤسستهم على الوسائل اللازمة لحصة التربية البدنية والرياضية.	03
101	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن إمكانية المؤسسة الهيكلية والمادية في المجال الرياضي.	04
102	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن الوسائل التي يستعملها أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء تقديم الحصة.	05
104	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ حول نظرهم تجاه أستاذ التربية البدنية والرياضية.	06
105	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن الحالة النفسية لهم بوجود الأستاذ.	07
106	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن طريقة معاملة الأستاذ لهم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	08
107	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن مدى اهتمام الأستاذ بمشاكلهم.	09
108	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن الصفات التي يجذبونها في أستاذهم.	10
110	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن مدى سعي أستاذ التربية البدنية والرياضية للتعرف على حالتهم الاجتماعية.	11
111	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن مدى مساعدة الأستاذ لهم في حل مشاكلهم الاجتماعية.	12
112	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن الطريقة التي يتعاملون بها مع زملائهم.	13
113	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ إذا كانت المشاكل الخاصة بهم تؤثر على نشاطهم وسلوكهم أثناء الحصة.	14
114	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن العلاقة بينهم أثناء حصة التربية البدنية	15

	والرياضية.	
--	------------	--

117	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ حول المكان المفضل لديهم لممارسة النشاط البدني الرياضي.	16
118	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ حول المكان المفضل لديهم لممارسة النشاط البدني الرياضي.	17
119	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن طبيعة العلاقة التي تنشأ من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي.	18
<u>120</u>	دائرة نسبية تمثل إجابات التلاميذ عن دور النشاط البدني الرياضي في خلق الاحتكاك بينهم.	19

1. ابراهيم حامد قنديل: "برنامج ودرس التربية البدنية والرياضية"، مطبعة مخيم، الطبعة الثانية، الأردن، 1990 .
2. أحمد مختار عضاضة: "التربية العلمية في المدارس الابتدائية"، بدون طبعة، 1968.
3. أمين أنور الخولي: "أصول التربية البدنية والرياضية"، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، بدون تاريخ.
4. أمين أنور الخولي: "أصول التربية والتعليم"، دار الفكر العربي، الطبعة الثانية، القاهرة، 2002.
5. أمين أنور الخولي، د. جمال الدين الشافعي: "مناهج التربية البدنية المعاصرة"، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى بدون تاريخ.
6. أمين أنور الخولي: "دروس في التربية وعلم النفس"، 1973\_1974 .
7. أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون: "التربية الرياضية المدرسية"، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة، القاهرة.
8. أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح: "التربية الرياضية المدرسية"، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة، بدون تاريخ.
9. بلهادي شامة، قروي وفاء، همامي فدوى: "الحاجة للإنجاز وعلاقتها بالضغط النفسي عند المراهق المتمدرس"، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، رسالة ليسانس، جامعة محمد خيضر بسكرة، 2006.
10. بن عوالي فاطمة، مذكرة ليسانس: "تقدير حدة القلق لدى الطبيب الجراح"، علم النفس العيادي، قسم علم النفس، كلية الآداب والعلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة، بدون سنة .
11. تأليف لوينا لوبير، ترجمة د. عبد الله عبد الداعي: "التربية العامة"، دار العلم للملايين، بيروت، الطبعة الخامسة.

12. جابر، كراس التعليمات مقياس التفصيل، مكتبة النهضة، بدون طبعة، 1973 .
13. حسن معوض، حسن شلتوت: "التنظيم والإدارة في التربية البدنية والرياضية"، دار المعارف، بدون طبعة، القاهرة، 1696.
14. خليل عبد الرحمان المعايطه عبد اللطيف: "علم النفس الاجتماعي"، دار الفكر للطباعة و التوزيع، بدون طبعة، عمان الأردن، 2000.
15. خليل ميخائيل معوض: "قدرات وسمات الموهوبين"، جامعة الاسكندرية، بدون طبعة، مصر، 2000.
16. د. أمين أنور الخولي: "أصول التربية البدنية"، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، مصر، 1996.
17. د. تركي رابح: "أصول التربية والتعليم"، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1970.
18. د. رابح تركي: "مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس"، المؤسسة الوطنية للكتاب، بدون طبعة، 1984.
19. د. محمد حسن علاوي: "علم النفس الرياضي"، دار المعرفة ، بدون طبعة، القاهرة، 1985.
20. د. محمود عوض بسيوني، د. فيصل ياسين الشاطي: "نظريات وطرق التربية البدنية"، بدون طبعة ، 1992.
21. دمدوم حمو، حمادي محمد، مهريه محمد، مذكرة شهادة الليسانس: "الأسباب النفسية والاجتماعية لميول الفتيات لممارسة الكرة الطائرة"، جامعة محمد خيضر بسكرة، 2008، 2009.
22. رابح تركي: "أصول التربية والتعليم"، المؤسسة الوطنية للكتاب، ديوان المطبوعات الجامعية، 1990.
23. رمضان محمد القذافي: "علم النفس النمو الطفولة و المراهقة"، المكتبة الجامعية الإسكندرية، بدون طبعة، مصر، 2000 .
24. رمضان محمد القذافي: "علم النفس النمو الطفولة و المراهقة"، المكتبة الجامعية، الاسكندرية، بدون طبعة، مصر، 1997.

25. زهير الشورينجي: "الأمل في التربية الرياضية"، المطبعة التعاونية، بدون طبعة، دمشق، 1964\_1965.
26. زينب علي عمر، جلال عبد الحكيم: "طرق تدريس التربية الرياضية"، دار الفكر العربي، طبعة الأولى، القاهرة، 2008.
27. سامر جميل رضوان: "الصحة العقلية"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، 2002.
28. صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد: "التربية وطرق التدريس"، دار المعارف، الطبعة الأولى، مصر، 1984.
29. عباس محمود عوض: "القياس النفسي بين النظرية والتطبيق"، دار المعرفة الجامعية، 1998.
30. عبد الحافظ سلامة: "علم النفس الاجتماعي"، دار البازوري العلمية للنشر و التوزيع، عمان، الأردن شارع الملك حسين، الطبعة العربية، 2007 .
31. عبد الحافظ سلامة: "علم النفس الاجتماعي"، دار البازوري العلمية للنشر و التوزيع، الطبعة العربية، عمان، الأردن شارع الملك حسين، 2007.
32. عبد الحميد محمد الشاذلي: "الصحة النفسية سيكولوجية الشخصية"، الطبعة الثانية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2001.
33. عبد الرحمان العيسوي: "علم النفس الاجتماعي"، دار النهضة العربية، بدون طبعة، بيروت، بدون سنة.
34. عبد الرحمان محمد العيسوي: "الاختبارات النفسية"، منشأة المعارض، الإسكندرية، 2003.
35. عبد الرحمن محمد العيسوي: "تفاعل الجماعات البشرية"، الدار الجامعية، بدون طبعة، الإسكندرية، بدون سنة.
36. عبد القادر بن عبد الله: "الرياضة والأمراض العصبية"، مذكرة نهاية الليسانس، معهد دالي ابراهيم.
37. عبد اللطيف نصيف: "الخطة الحديثة في التربية البدنية والرياضية"، مطبعة الميناء، بدون طبعة، بغداد، 1981.
38. عبد المنعم عبد القادر الميلادي: "سيكولوجية المراهقة"، مؤسسة الشباب الجامعية، بدون طبعة، 2004.
39. عباس أحمد السامرائي، بسطيوسي أحمد بسطيوسي: "طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية"، جامعة بغداد، بدون طبعة، 1994.

40. عدلان درويش، جلون وآخرون: "التربية الرياضية المدرسية"، دار الفكر العربي، بدون طبعة، القاهرة، 1994.
41. عصام عبدالحال: "التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات"، دار الكتب الجامعية، الطبعة الثانية، مصر 1972.
42. علي فاتح الهنداوي: "علم النفس الطفولة و المراهقة"، العين دار الكتاب الجامعي، بدون طبعة، 2002.
43. علي فاتح الهنداوي: "علم النفس الطفولة و المراهقة"، دار الكتاب الجامعي، بدون طبعة، 2002.
44. علي يحي المنصوري: "الثقافة والرياضة"، الجزء الأول، بدون طبعة، 1971،
45. عمار بحوش: "مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحث"، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1985.
46. فاروق السيد عثمان: "القلق وإدارة الضغوط النفسية"، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، 2001.
47. فاروق السيد عثمان: "القلق وإدارة الضغوط النفسية"، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، 2001.
48. فؤاد حيدر: "علم النفس الاجتماعي"، دراسات نظرية و تطبيقية، دار الفكر العربي، بيروت، للطباعة و النشر، الطبعة الأولى، 1994.
49. فوزي محمد جبل: "علم النفس العام"، المكتب الجامعي الحديث، الأزراطية، الاسكندرية، بدون طبعة، مصر، 2001.
50. فوضيل بن سالم، محمد حوحو: "دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيض حدة القلق لدى تلاميذ الطور الثانوي 16-17 سنة"، قسم التربية البدنية و الرياضية كلية الآداب و العلوم الإنسانية و الاجتماعية، 2007، 2008، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
51. قاسم المندلوي وآخرون: " دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية البدنية و الرياضية"، جامعة الموصل، بدون طبعة، العراق، 1990.
52. قاسم عبد الله: "مدخل إلى الصحة النفسية"، دار الفكر للنشر و التوزيع، الطبعة الأولى، 2001.
53. محمد حسن علاوي: "علم النفس الرياضي" دار المعارف، الطبعة الثامنة، القاهرة، 1992.

54. محمد سعد زغلول، مصطفى سايح محمد: "تكنولوجيا اعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية"، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، الطبعة الثانية، الاسكندرية، مصر 2004.
55. محمد صبحي حسنين: "القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية"، الجزء الأول، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995.
56. محمد عبد الرحيم عدس: "تربية المراهقين"، دار الفكر، الطبعة الأولى، الأردن، 2000.
57. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي: "نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية"، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1992.
58. محمد مصطفى زيدان: "الكفاية الإنتاجية للأستاذ"، دار النشر، الطبعة الأولى، بيروت، لبنان.
59. مديرية التربية والتعليم: "مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي"، طبعة جوان 1997.
60. مروان عبد المجيد إبراهيم: "الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية"، طبعة الأولى، دار الفكر عمان، 1999.
61. مصطفى حسين باهي و آخرون: "علم نفس الرياضة نظريات تحليلات و تطبيقات"، الدار العالمية للنشر و التوزيع، الطبعة، 2005 .
62. مقدم عبد الحفيظ: "الإحصاء والقياس النفسي والتربوي"، ديوان المطبوعات الجامعية، 1997.
63. مكارم حلمي أبو هوجة، محمد سعد زغلول: "منهاج التربية الرياضية"، مركز الكتاب والنشر، 1999.
64. ميخائيل ابراهيم سعد: "مشكلات الطفولة والمراهقة"، دار الأفاق الجديدة، الطبعة الثانية، بيروت، 1977.
65. نثييال كانتور: "المعلم ومشكلات التعليم والتعلم"، ترجمة حسن الفهدي، الطبعة الأولى، دار المعارف، مصر، 1972.

66. وليام ماسترز، رالفبيتز، تعريب خليل رزوق: "المراهق والبلوغ"، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع،

بدون طبعة، بدون تاريخ.



## الفهرس:

أ.....	الآية.....
ب.....	شكر وعرفان.....
ج.....	إهداء.....
د.....	قائمة الجداول.....
ه.....	قائمة الأشكال.....
01.....	مقدمة.....

## التعريف بالبحث:

04.....	1_ الإشكالية.....
06.....	2_ الفرضيات.....
06.....	3_ أهداف البحث.....
07.....	4_ أسباب اختيار البحث.....
08.....	5_ مصطلحات البحث.....
10.....	6_ الدراسات المشاهدة.....

## الجانب النظري

### الفصل الأول: التربية البدنية والنشاط البدني الرياضي.

14.....	تمهيد.....
15.....	1_ التربية البدنية.....
15.....	1_1_ معنى التربية.....

- 2\_ مجالات التربية.....15.....
- 2\_1\_ الأسرة.....16.....
- 2-2- المدرسة.....16.....
- 2-3- المجتمع.....16.....
- 3\_ أهداف التربية.....16.....
- 3-1- التربية الجسمية.....16.....
- 3-2- التربية العقلية.....17.....
- 3-3- التربية الاجتماعية.....17.....
- 4\_ أهمية التربية بالنسبة للفرد والمجتمع.....18.....
- 4-1- بالنسبة للفرد.....18.....
- 4-2- بالنسبة للمجتمع.....18.....
- 5\_ النشاط البدني الرياضي.....18.....
- 5-1- مفهوم النشاط البدني الرياضي.....18.....
- 6\_ أثر النشاط البدني الرياضي على حياة المراهق.....19.....
- 7\_ خصائص النشاط البدني الرياضي.....20.....
- 8\_ مفهوم التربية.....20.....
- 9\_ مفهوم التربية البدنية والرياضية.....20.....
- 10\_ أهداف التربية البدنية الرياضية في المرحلة الثانوية.....21.....
- 10-1- أهداف المجال الحسي الحركي.....21.....

10-2- أهداف المجال الاجتماعي العاطفي.....22

10-3- أهداف المجال المعرفي.....22

11\_ أهمية التربية البدنية للمراهق.....23

12\_ علاقة التربية البدنية الرياضية بالتربية العامة.....23

خلاصة.....25

### الفصل الثاني: أستاذ ودرس التربية البدنية والرياضية.

تمهيد.....27

1\_ أستاذ التربية البدنية والرياضية.....28

2\_ شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية.....29

2-1- الشخصية التربوية للأستاذ.....29

2-2- الشخصية القيادية للأستاذ.....29

3\_ السمات الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية.....30

3-1- السمات الأساسية للأستاذ المعاصر.....30

4- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية.....31

4-1- فهم أهداف التربية البدنية والرياضية.....31

4-2- تخطيط برنامج التربية البدنية والرياضية.....31

4-3- توفير القيادة.....31

5- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية.....32

5-1- تجاه المادة التعليمية.....32

- 32.....2-5-تجاه التقويم.....
- 33.....3-5- تجاه البحث العلمي.....
- 33.....6- الخصائص والصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية.....
- 33.....1-6- الخصائص الشخصية.....
- 34.....6-1-1- الصبر والتحمل.....
- 34.....6-1-2- العطف واللين مع التلاميذ.....
- 34.....6-1-3- الحزم والمرونة.....
- 34.....6-2- الخصائص الجسمية.....
- 35.....6-3- الخصائص العلمية.....
- 36.....6-1-3- الإلمام بالمادة.....
- 36.....6-2-3- الدكاء.....
- 36.....6-4- الخصائص الخلقية والسلوكية.....
- 37.....6-5- الخصائص الاجتماعية.....
- 37.....7- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية.....
- 37.....7-1- الواجبات العامة.....
- 38.....7-2- الواجبات الخاصة.....
- 38.....7-3- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضوا في المجتمع.....
- 39.....7-4- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضوا في مهنته.....
- 39.....8- درس التربية البدنية والرياضية.....

39.....	8-1- تعريف درس التربية البدنية والرياضية.
40.....	9- أهمية درس التربية البدنية والرياضية.
41.....	10- أغراض درس التربية البدنية والرياضية.
42.....	10-1- تنمية الصفات البدنية.
42.....	10-2- تنمية المهارات الحركية.
42.....	10-3- النمو العقلي.
43.....	10-4- اكتساب الصفات الخلقية.
43.....	11- طرق إخراج درس التربية البدنية والرياضية.
43.....	11-1- الطريقة الجماعية.
44.....	11-2- طريقة الأداء التتابعي.
44.....	11-3- طريقة المناوبة.
44.....	11-4- الطريقة الفردية.
44.....	12- تقويم درس التربية البدنية والرياضية.
46.....	خلاصة.

### الفصل الثالث: التلميذ المراهق في المرحلة الثانوية (15-18 سنة).

48.....	تمهيد.
49.....	1_ تعريف المراهقة.
49.....	1_1_ لغة.
49.....	1-2- اصطلاحا.

- 50.....2- المراهقة حسب بعض العلماء.....
- 50.....2-1- المراهقة حسب دوبيس.....
- 50.....2-1-1- تغيرات جسمية.....
- 50.....2-1-2- تغيرات نفسية.....
- 50.....2-2- المراهقة حسب كستمبرغ.....
- 51.....2-3- المراهقة حسب لوهاال.....
- 51.....3- نظرة علم النفس قديما وحديثا للمراق.....
- 52.....4- مراحل المراهقة.....
- 52.....4-1- المراهقة المبكرة(11-14 سنة).....
- 52.....4-2- المراهقة المتوسطة(15-17).....
- 53.....4-3- المراهقة المتأخرة(18-21 سنة).....
- 53.....5- مظاهر النمو في المراهقة.....
- 53.....5-1- النمو الجسمي.....
- 54.....5-2- النمو العقلي والمعرفي.....
- 55.....5-3- النمو الانفعالي.....
- 55.....5-3-1- مظاهر النمو الانفعالي.....
- 56.....5-3-2- العوامل التي تؤثر في الانفعالات.....
- 56.....5-4- النمو الاجتماعي.....
- 57.....5-5- النمو الفيزيولوجي.....

- 57.....5-6- النمو الحركي.....
- 58.....5-7- النمو الحسي.....
- 58.....5-8- النمو الديني.....
- 58.....6- بعض مشكلات المراهقة.....
- 59.....6-1- المشاكل النفسية.....
- 59.....6-1-1- الصراع الداخلي.....
- 59.....6-1-2- الاغتراب والتمرد.....
- 59.....6-1-3- السلوك المزعج.....
- 59.....6-2- المشاكل الاجتماعية.....
- 59.....6-2-1- تغير تركيب الأسرة وأدوارها.....
- 60.....6-2-2- الانحراف.....
- 60.....6-3- المشاكل الدراسية.....
- 60.....7- المراهقة في الطور الثانوي.....
- 61.....8- مميزات المراهق في الطور الثانوي.....
- 61.....9- مشاكل المراهق في الطور الثانوي.....
- 61.....9-1- المشاكل الأسرية.....
- 61.....9-2- المشاكل المدرسية.....
- 62.....9-3- المشاكل النفسية.....
- 62.....9-4- المشاكل الاجتماعية.....

- 62.....9-5- المشاكل الصحية.....
- 62.....10- متطلبات المراهقة في الطور الثانوي.....
- 63.....11- متطلبات المراهقة من الناحية البدنية.....
- 64.....خلاصة.....

الفصل الرابع: الانفعالات النفسية والاندماج الاجتماعي.

- 66.....تمهيد.....
- 67.....1\_ مفهوم الانفعالات.....
- 67.....2\_ أقسام الانفعالات.....
- 67.....1-2- القسم الايجابي.....
- 67.....2-2- القسم السلبي.....
- 68.....3- الاضطرابات النفسية عند المراهق.....
- 68.....4- تعريف القلق.....
- 68.....1-4- لغة.....
- 69.....2-4- اصطلاحا.....
- 69.....5- تعريف العلماء للقلق.....
- 69.....1-5- تعريف سيغموند فرويد.....
- 69.....2-5- تعريف ماي.....
- 69.....3-5- تعريف كارل يونغ.....
- 69.....4-5- تعريف شيلر.....



- 70.....5-5- تعريف هورني
- 70.....5-6- تعريف حامد عبد السلام زهران
- 70.....6- القلق كحالة أو سمة
- 70.....1-6- حالة القلق
- 70.....2-6- سمة القلق
- 71.....7- أغراض القلق
- 71.....1-7- الأغراض الجسمية
- 71.....2-7- الأغراض النفسية
- 71.....3-7- الأغراض الة
- 72.....8- مستويات
- 72.....1-8- الم المنخفض للقلق
- 72.....8- المستوى المتوسط للقلق
- 72.....2-3- المستوى العالي للقلق
- 72.....9- أسباب القلق
- 72.....1-9- الرفض أو النبذ
- 73.....2-9- عدم الثقة
- 73.....3-9- الاحباط والصراع
- 73.....4-9- الاستعداد الوراثي
- 73.....5-9- مواقف الحياة

- 10- مصادر القلق في الرياضة.....73
- 10-1- الخوف من الفشل.....73
- 10-2- الخوف من عدم الق.....74
- 10-3- فقد السيطرة عل.وقف.....74
- 11- مفهوم الجماعة.....74
- 12- التفاعل الاجتماعي.....74
- 13- أنواع التفاعل الاجتماعي.....75
- 14- مراحل التفاعل الاجتماعي.....77
- 14-1- المرحلة الأولى.....77
- 14-2- المرحلة الثانية.....77
- 14-3- المرحلة الثالثة.....77
- 14-4- المرحلة الرابعة.....77
- 5- المرحلة الخامسة.....77
- 14-6- المرحلة السادسة.....77
- 15- الأنماط.....78
- 15-1- النمطان 6-7.....78
- 15-2- النمطان 5-7.....78
- 15-3- النمطان 9-4.....78
- 15-4- النمطان 10-3.....78

78.....	5-15- النمطان 5-11.....
78.....	6-15- النمطان 1-15.....
79.....	16- مبادئ التفاعل الاجتماعي.....
79.....	1-16- الأدوار الاجتماعية.....
79.....	2-16-الاتصال.....
79.....	3-16- التوقع.....
79.....	4-16- الإدراك الاجتماعي.....
79.....	17- أهمية التفاعل الاجتماعي.....
80.....	18- شروط التفاعل الاجتماعي.....
81.....	خلاصة.....

### الجانب التطبيقي

#### الفصل الخامس: منهجية الجانب التطبيقي

84.....	تمهيد.....
85.....	1_ منهج البحث.....
85.....	1_1_ المنهج الوصفي.....
85.....	2_ عينة البحث.....
86.....	3- مجالات البحث.....
86.....	3-1- المجال الزماني.....
86.....	3-2- المجال المكاني.....

86.....	3-3- متغيرات البحث
86.....	3-3-1- المتغير المستقل
87.....	3-3-2- المتغير التابع
88.....	4- الدراسة الاستطلاعية
88.....	4-1- الغرض من الدراسة
88.....	4-2- عينة الدراسة الاستطلاعية
89.....	5- حساب المعاملات العلمية للاستبيان
89.....	5-1- الصدق
89.....	5-2- صدق المحتوى والظاهري
91.....	5-3- ثبات الاستبيان
92.....	5-4- الموضوعية
93.....	6- أداة البحث
94.....	7- الوسيلة الإحصائية
95.....	8- الهدف من الدراسة الميدانية
96.....	خلاصة

#### الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

98.....	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الموجه للتلاميذ
123.....	عرض وتحليل ومناقشة الاستبيان الموجه للأساتذة

147.....	مناقشة النتائج بالفرضيات، الاستنتاجات والتوصيات.
147.....	1_ الفرضية الجزئية الأولى.
147.....	2- الفرضية الجزئية الثانية.
147 .....	3- الفرضية الجزئية الثالثة.
148.....	4- الفرضية الجزئية الرابعة.
149.....	5- الاستنتاجات
150.....	6- الاقتراحات والتوصيات.

خاتمة.

المصادر والمراجع.

الملاحق.

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي.

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت.

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي.

### استبيان خاص بالتلاميذ

أعزائنا التلاميذ، عزيزاتنا التلميذات ، في إطار البحث الميداني الذي نقوم به لإنجاز مذكرة ماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية تحت عنوان: "تأثير العلاقة التربوية بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و التلاميذ، و التلاميذ فيما بينهم على الجانب النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية".  
نرجو منكم مساعدتنا، وذلك بمأ هذه الاستمارة بكل حرية و موضوعية و صدق و لكم منا جزيل الشكر و التقدير.

الدكتور المشرف:

— لخضاري عبد القادر.

إعداد الطالبتين:

— غاميد سميرة.

— سايس فاطيمة الزهرة.

السنة الجامعية:

2015 — 2014

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي.

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت.

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي.

استبيان خاص بالتلاميذ.

ملاحظة: للإجابة ضع علامة (X) واحدة فقط في الخانات المقترحة لكل سؤال.

معلومات عامة عن التلاميذ:

أنثى

الجنس: ذكر

المستوى الدراسي:

الثالثة ثانوي

الثانية ثانوي

الأولى ثانوي

## الأسئلة:

المحور الأول: محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي.

س1: هل محتوى حصة التربية البدنية والرياضية ملائم لقدراتك؟

نعم  لا

س2: هل يطلعكم أستاذ التربية البدنية والرياضية على محتوى الحصة في بدايتها؟

نعم  لا

س3: هل تتوفر مؤسساتكم الوسائل اللازمة لأداء حصة التربية البدنية والرياضية

نعم  لا

س4: كيف هي نوعية الإمكانيات والوسائل المتاحة في مؤسساتكم؟

جيدة  عادية  رديئة

س5: ماهي الوسائل التي يستعملها أستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء تقديم الحصة؟

وسائل تقليدية (سبورة، صور)  ووسائل حديثة (جهاز الفيديو، الحاسوب)

المحور الثاني: كفاءة ودور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الأهداف المسطرة لحصته.

س6: كيف ترى أستاذ التربية البدنية والرياضية؟

كصديق  كأخ   
كأب  كشخص عادي

س7: هل تشعر بالراحة النفسية بوجود الأستاذ؟



نعم  لا

س8: كيف يعاملك الأستاذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

بلطف  باللامبالاة  بقسوة

س9: هل يحاول أستاذ التربية البدنية والرياضية التقرب منك لمعرفة مشاكلك؟

نعم  لا

س10: ماهي الصفات التي يجب أن يتصف بها أستاذك؟

الجدية في التدريس  حب التلاميذ ومساعدتهم  الإهمال

المحور الثالث: تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي من خلال: المؤسسة، الشارع، النادي.

س11: هل يسعى أستاذ التربية البدنية والرياضية إلى التعرف على حالتك الاجتماعية؟

نعم  لا

س12: هل يساعدك الأستاذ في حل مشاكلك الاجتماعية؟

نعم  لا

س13: كيف هي معاملتك لزملائك أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

معاملة لائقة  معاملة سيئة

س14: هل مشاكلك الخاصة (في البيت أو خارجه) تؤثر على نشاطك وسلوكك أثناء الحصة؟

نعم  لا

س15: هل أنت متعاون مع زملائك أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم  لا

المحور الرابع : الأسس النفسية التي تقوم عليها التربية البدنية والرياضية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات.

س16: كيف تجد نفسك بعد حصة التربية البدنية والرياضية ؟

.....

س17: كيف تفضل ممارسة النشاط البدني الرياضي؟

وحدك  مع الزملاء

س18: ما هو المكان الذي تفضل أن تمارس فيه النشاط البدني الرياضي؟

المؤسسة  الشارع  النادي

س19: هل تعرفت على أصدقاء عن طريق ممارستك للنشاط البدني الرياضي؟

نعم  لا

س20: هل تعتقد أن ممارسة " النشاط البدني الرياضي " تزيد من تعاملك مع الزملاء والاحتكاك بهم ؟

نعم  لا

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: نشاط بدني رياضي مدرسي

## استبيان خاص بالأساتذة.

أساتذتنا الكرام ، أساتذتنا الكريمة في إطار البحث الميداني الذي نقوم به لإنجاز مذكرة ماستر في علوم وتقنيات  
النشاطات البدنية والرياضية تحت عنوان :

"تأثير العلاقة التربوية بين أستاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ، والتلاميذ فيما بينهم على الجانب النفسي  
الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية".

نرجو منكم مساعدتنا، وذلك بمأ هذه الاستمارة بكل حرية و موضوعية و صدق و لكم منا جزيل الشكر و  
التقدير.

الدكتور المشرف

— لخضاري عبد القادر.

إعداد الطالبتين

— غاميد سميرة.

— سايس فاطيمة الزهرة.

السنة الجامعية

2015 — 2014

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: نشاط بدني رياضي مدرسي

## استبيان خاص بالأساتذة :

ملاحظة: للإجابة ضع علامة × واحدة فقط في الخانة المقترحة لكل سؤال .

معلومات عن الأساتذة :

الجنس : ذكر  أنثى

الخبرة أو الأقدمية في الثانوية بالسنوات:

.....

الوضعية الاجتماعية :

متزوج  أعزب

## الأسئلة:

المحور الأول: محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية ونقص الإمكانيات له تأثير على ممارسة النشاط البدني الرياضي.

س1: ماهي في رأيك أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي؟

.....  
.....  
س2: أي نوع من النشاط البدني الرياضي تفضل أن يمارسها التلاميذ؟

نشاط تنافسي  نشاط ترويحي

س3: ماهي المشاكل التي تواجهكم أثناء تأديتكم حصة التربية البدنية الرياضية؟

.....  
.....

س4: على ماذا تعتمدون عند تخطيطكم لحصة التربية البدنية والرياضية؟

المنهاج الوزاري  الخبرة

س5: هل العتاد الرياضي أو الإمكانيات في مؤسستكم:

متوفر  قليل  منعدم

المحور الثاني: كفاءة ودور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الأهداف المسطرة لخصته.

س6: هل تلقيتم أثناء مدة تكوينكم دروس خاصة بسلوكولوجية المراهق؟

نعم  لا

س7: ماهي في رأيك الطريقة المثلى للتعامل مع التلاميذ؟

.....

س8: هل تعتقد أن لكفاءة الأستاذ دور في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية ؟

نعم  لا

س9: فيما تتمثل كفاءة الأستاذ؟

التحكم الجيد في الحصة  تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ

اختيار التمرينات المناسبة

المحور الثالث: : تأثير الوسط الاجتماعي على ممارسة المراهق للنشاط البدني الرياضي من خلال: المؤسسة، الشارع، النادي.

س10: خلال المدة التي قضيتها في التدريس هل واجهت مشاكل مع تلاميذك؟

نعم  لا

س11: هل يتعدى عملك في التدريس إلى التعرف على الحالات الاجتماعية للتلاميذ؟

نعم  لا

س12: هل تساعد التلاميذ في حل مشاكلهم الاجتماعية ولك إسهامات في ذلك؟

نعم  لا

س13: هل تراعي الفروق الفردية بين التلاميذ أثناء الحصة ؟

نعم  لا

س14: هل لخبرة أستاذ التربية البدنية والرياضية دور هام في معالجة المشاكل الاجتماعية

نعم  لا

المحور الرابع: : الأسس النفسية التي تقوم عليها التربية البدنية والرياضية لها دخل في تكوين واختلاف الاتجاهات.

س15: هل تهتم بالحالة الاجتماعية للتلاميذ؟

لا

نعم

س16: هل لحنة التربية البدنية والرياضية أهمية نفسية اجتماعية للتلاميذ؟

لا

نعم

س17: ما هي الرياضة الأكثر فائدة للتلاميذ؟

رياضة فردية

رياضة جماعية

س18: هل تعتقد أن لحنة التربية البدنية والرياضية أهمية في تحقيق الارتياح النفسي للتلاميذ؟

لا

نعم

س19: ما هو السلوك الذي تلاحظه على تلاميذ هذا الطور؟

سلوك سلبى

سلوك اىجابى