

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية

تخصص تربية وحركة

تحت عنوان

تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي اللاصفي
على دافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة
الثانوية (ذكور)

دراسة مسحية أجريت على تلاميذ ثانويات ثنية الحد - تيسمسيلت -

إشراف الأستاذ:

* خضاري عبد القادر

إعداد الطلبة:

● عبو خضر

● عناق عبد الله.

السنة الجامعية:

1436هـ - 1437هـ / 2015-2016

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله على توفيقه وجميل إحسانه وله الحمد على مننه وجزيل عطائه

الحمد لله وكفى وصلى الله وسلم على نبيه المصطفى نبينا محمد عليه أفضل

الصلوات وأزكى التسليم

فالشكر لله أولاً ثم جزيل الشكر والعرفان لأستاذي الفاضل خضاري عبد القادر

على تفضله بالإشراف على هذا البحث وعلى نصائحه و توجيهاته القيمة

وملاحظته السديدة التي كان لها الأثر الكبير في إتمام هذا البحث و وصوله إلى هذه

الصورة فله عظيم الشكر والتقدير

كما أتقدم بالشكر الجزيل والعرفان لكافة أساتذة قسم العلوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية وعلى رأسهم الاستاذ بن نعجة وبومعزة.

كما لا ننسى من دعمني من قريب أو من بعيد.

وفي الأخير أسأل الله العلي القدير إن يجعل هذا العمل المتواضع خالصاً لوجهه

الكريم وآخر دعوانا الحمد لله رب العالمين.

الحمد لله مهما حمدناه فلن نستوفي حمده والصلاة والسلام على خير المرسلين أهدي
ثمرة عملي إلى :

إلى من القلب يهواها... والعمر فداها... والعين ترتاح لرؤياها... إلى التي أحببني
بوجدانها... ونورتني بضياء حلمها... إلى التي حملتني تسعا وسقتني رضيعا وحفتني
برعايتها... إلى هبة الله المحمود... إلى سره في الوجود... إلى التي دعيتني إلى
السجود... إلى من تحت قديمها جنات الخلود... إلى حبيبتي الغالية نور حياتي... أمي
ثم أمي ثم أمي "خديجة".

إلى الغالي الذي مهما تماطلت كلمات ليس كالكلمات عنه... وكثرت عبارات الود
ولم أستطع أن أحصرها له... إلى الذي ارتويت من نقيع حنانه وتشبعت من كنف
رعايته وطيبته... إلى ولي أمري وأبي الغالي "الحاج"
إلى كل أصدقائي أحمد - أحمد صدوق - جمال عيساوي وكل الأصدقاء الذي
صادفتهم في حياتي.

إلى كل من ذكرهم قلبي وسقطوا سهوا من قلبي لكم أسمى عبارات الشكر
والتقدير.

إلى التي أعطتني حياتها وغمرتني بحبها وحنانها إلى التي سهرت الليالي وغمرتني

بدفء نفسها وطيبة قلبها أمي الغالية.

إلى الذي وهبني حياته وأعطاني الأمل في النجاح إلى الذي وقف بجانبني في كل

صغيرة وكبيرة وعلمني معنى الرجولة أبي الغالي فليحفظهما الله.

إلى كل إخوتي وأخواتي

إلى الذين عرفتهم أصدقاء عاشرتم إخوة أصحابي.

إلى الذين شاركوا في عملي هذا

إلى كل من عرفني من قريب أو بعيد

شكر و عرفان

إهداء

قائمة المحتويات

قائمة الجداول

مقدمة.....أ.

الإطار العام للدراسة

الفصل التمهيدي

- 1- الإشكالية 3
- 2- الفرضيات 4
- 3- أهداف البحث 4
- 4- أهمية البحث 4
- 5- أسباب اختيار البحث 4
- 6- تحديد المفاهيم والمصطلحات 5
- 7- الدراسات السابقة والمثابهة 6
- 8- التعقيب على الدراسات السابقة 9

الجانب النظري

الفصل الأول: النشاط اللاصفي

- 1- تمهيد 13
- 2- أنواع الأنشطة الرياضية 14
- 1-2- نشاط اللاصفي الداخلي 14
- 2-2- نشاط اللاصفي الخارجي 17
- 3- واجب المدارس اتجاه النشاط الرياضي اللاصفي 22
- 4- مميزات النشاط الرياضي اللاصفي 22
- 5- القيم الخلقية والاجتماعية التي يمكن اكتسابها عن طرق ممارسة الأنشطة الرياضية 23
- 6- الفرق الرياضية المدرسية 24

- 26.....1-6- طرائق اختيار الفرق الرياضية المدرسية
- 26.....2-6- العملية التدريبية للفرق الرياضية المدرسية
- 27.....3-6- اشتراك الفرق المدرسية في المنافسات الرياضية
- 28.....7- معوقات النشاط الرياضي اللاصفي

الفصل الثاني: دافعية الإنجاز

- 32.....تمهيد
- 33.....1- مفهوم الدافعية
- 33.....2- وظائف الدوافع
- 33.....1-2- مد السلوك بالطاقة
- 34.....2-2- أداء وظيفة الاختيار
- 35.....3-2- توجيه السلوك نحو الهدف
- 35.....3- تصنيف وتقسيم الدوافع
- 35.....1-3- تصنيف الدوافع
- 37.....2-3- تقسيم الدوافع
- 38.....4- الدوافع والحاجات النفسية
- 38.....1-4- الدوافع النفسية
- 39.....2-4- خصائص الدوافع النفسية
- 39.....5- مصدر الدافعية في الميدان الرياضي
- 39.....6- الدافعية والأداء أو النتيجة الرياضية
- 40.....7- ما ذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي
- 40.....1-7- شدة الجهد
- 40.....2-7- اتجاه الجهد
- 40.....3-7- العلاقة بين الاتجاه وشدة الجهد
- 41.....8- دافع الإنجاز (التفوق) في المنافسة الرياضية

- 41-8- أهمية دافع الإنجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق).....41
- 41-8-2- مكونات دافع الإنجاز نحو النشاط الرياضي41
- 42-8-3- وظيفة الدافعية في المجال الرياضي.....42
- 43-9- أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي.....43
- 43-9-1- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي.....43
- 43-9-2- الدوافع غير مباشرة للنشاط الرياضي43
- 45-10- تطور دوافع النشاط الرياضي45
- 46-11- نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي46
- 46-11-1- نموذج دافعية للتفسير انسحاب الناشء من الرياضة46
- 47-11-2- نموذج الدافعية لتفسير ممارسة (الرغبة أو التميل) الناشء للرياضة47
- 47-12- أهمية الدافعية في المجال الرياضي47

الفصل الثالث المرحلة العمرية (15-18)

- 50.....تمهيد
- 51-1- مفهوم المراهقة.....51
- 51-2- تعريف المراهقة.....51
- 51-2-1- لغة.....51
- 51-2-2- اصطلاحا.....51
- 52-3- مراحل المراهقة.....52
- 52-3-1- المراهقة المبكرة.....52
- 52-3-2- المراهقة الوسطى (15-18 سنة).....52
- 53-3-3- المراهقة المتأخرة (18-21 سنة).....53
- 53-4- خصائص المراحل العمرية (16-17-18 سنة) المراهقة المتوسطة.....53
- 53-4-1- خصائص القدرات الحركية.....53
- 54-4-2- خصائص الفيزيولوجية.....54
- 55-4-3- خصائص المورفولوجية.....55

- 56.....4-4 الخصائص الفيزيولوجية
- 57.....4-5 خصائص الاجتماعية
- 58.....4-6 الخصائص الفكرية
- 58.....4-7 خصائص الانفعالية
- 59.....5- حاجات المراهق
- 60.....5-1 الحاجة إلى الغذاء والصحة:
- 60.....5-2 الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية:
- 60.....5-3 الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:
- 61.....5-4 الحاجة إلى تحقيق الذات وتأكيداتها:
- 61.....5-5 الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق
- 62.....6 - أشكال المراهقة:توجد 4 أنواع من المراهقة.
- 62.....6-1 المراهقة المتوافقة
- 62.....6-2 المراهقة المنطوية
- 63.....6-3 المراهقة العدوانية
- 64.....6-4 المراهقة المنحرفة
- 64.....7- أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين
- 65.....8-أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين
- 66.....9-تطور الصفات البدنية و القدرات الحركية أثناء فترة المراهقة
- 66.....9-1•القدرات الحركية
- 67.....9-2•تطور الصفات البدنية
- 68.....10 - مشكلات المراهقة
- 69.....11- نصائح عامة لكل مربى لكيفية التعامل مع المراهقين
- 70.....خلاصة

الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهج البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد	73
1- منهج الدراسة	73
2- مجالات الدراسة	73
1-2- المجال البشري	73
2-2- المجال المكاني	74
2-3- المجال الزمني	74
3- عينة الدراسة	74
4- أدوات الدراسة	74
5- تصحيح المقياس	75
6- الدراسة الاستطلاعية	76
1-6- اختبار الصدق	76
2-6- الثبات	77
7- الأدوات الإحصائية	77

الفصل الثاني: عرض تحليل ومناقشة النتائج

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة الميدانية الخاصة بالفرضيات	82
2- عرض وتحليل نتائج الدراسة الميدانية الخاصة بالفرضية العامة	90
3- الاستنتاج العام	95
4- خاتمة	97
الاقتراحات	98

المصادر والمراجع

الملاحق

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
56	يمثل الطول والوزن عند المراهقين (ذكور 15 - 19 سنة)	الجدول رقم 01
76	يوضح أرقام العبارات الموجبة و السالبة لبعدي مقياس دافعية الإنجاز في الرياضة .	الجدول رقم 02
78	يمثل المتوسط الحسابي التباين وقيمة معامل ارتباط محسوبة و الجدولية و درجة الحرية ومستوى الدلالة والدلالة الإحصائية بين الاختبار الأول والثاني لبعدي دافع الإنجاز النجاح	الجدول رقم 03
82	يمثل التكرار و الانحراف المعياري والتباين لبعدي دافع إنجاز النجاح للممارسين النشاط اللاصفي	جدول رقم 04
83	يمثل التكرار و الانحراف المعياري والتباين لبعدي دافع إنجاز النجاح لغير الممارسين للنشاط اللاصفي	جدول رقم 05
84	يمثل نتائج اختبار بعد دافع إنجاز النجاح بالنسبة للممارسين و غير الممارسين للنشاط اللاصفي تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور)	الجدول رقم 06
86	يمثل التكرارات و الانحراف المعياري والتباين لبعدي تجنب الفشل بالنسبة للممارسين النشاط اللاصفي	الجدول رقم 07
87	يمثل التكرارات و الانحراف المعياري والتباين لبعدي تجنب الفشل بالنسبة لغير الممارسين النشاط اللاصفي.	الجدول رقم 08
88	يمثل نتائج اختبار بعد تجنب الفشل بالنسبة للممارسين و غير الممارسين للنشاط اللاصفي تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور)	الجدول رقم 09
90	يمثل التكرارات و الانحراف المعياري و التباين للدرجة الكلية بالنسبة لبعدي دافع إنجاز النجاح و دافع تجنب الفشل بالنسبة للممارسين للنشاط اللاصفي	الجدول رقم 10
91	يمثل التكرارات و الانحراف المعياري و التباين للدرجة الكلية بالنسبة لبعدي دافع إنجاز النجاح و دافع تجنب الفشل بالنسبة لغير الممارسين للنشاط اللاصفي	الجدول رقم 11
92	يمثل نتائج الدرجة الكلية لإختبار دافعية الإنجاز بين الممارسين و الغير ممارسين للنشاط اللاصفي.	الجدول رقم 12

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
85	يمثل أعمدة بيانية لمتوسطي الحسابي لبعء دافع إنجاز النجاح لممارسين و غير الممارسين النشاط اللا صفي	الشكل رقم 01
88	يمثل أعمدة بيانية لمتوسطي الحسابي لبعء دافع تجنب الفشل للتلاميذ الممارسين و غير الممارسين النشاط اللا صفي	الشكل رقم 02
93	يمثل أعمدة بيانية لمتوسطي الحسابي للدرجة الكلية لدافعية الإنجاز لممارسين و غير الممارسين النشاط اللا صفي	الشكل رقم 03

اهتمت العلوم الحديثة بالأنشطة البدنية بطابعها التربوي اهتماما كبيرا لما لها من أهداف بناءة تساعد على الإعداد السليم لجميع جوانب الشخصية سواء كانت عقلية، نفسية أو اجتماعية خلقية في سلسلة من العوامل المؤثرة التي تساعد على تحقيق المثل العليا، وتساهم في تطوير المجتمعات.

إن المدرسة تعليمية ذات وظيفة تربوية اجتماعية ذلك أن دورها التعليمي، لأبناء المجتمع الذي يساير التطورات الاقتصادية والاجتماعية والتكنولوجية للحياة بالإضافة إلى دورها في تكوين شخصية الفرد، فالأنشطة المدرسية تمكين التلاميذ من مزاولة الأنشطة التي يرغبون فيها إنما الغرض منها باعتبارها إحدى الوسائل الفعالة التي تتبعها المدرسة لتحقيق وظيفتها الاجتماعية التربوية وهو تنمية وصقل الخبرات التلاميذ وتدريبهم أثناء ممارستهم الأنشطة المتنوعة على العادات والقيم الاجتماعية التي يطبقها المجتمع الذي يعيش فيه والذي يجمعهم قمة في العطاء والتتويج والنشاط الرياضي اللاصفي عملية تربوية تسعى من خلالها المنظومة التربوية إلى تكميل ما عجزت عنه حصة التربية البدنية والرياضية من خلال بناء وتنمية أفرادها واكتسابهم القيم والمهارات والقدرات التي تمكنهم من صنع التميز والانتصار.

تعد الأنشطة اللاصافية أثر كبير في دافعية الإنجاز في المجال الرياضي على مستوى الأداء فحسب بل وعلى أسباب هذه الممارسة.

يكمن دور الأنشطة اللاصافية في الأسباب والمسببات التي تحرك الفرد وتوجهه ليسلك بشكل معين وفي الاتجاه معين ولفترة معينة فهي القوى الدافعة التي تؤثر على الفرد، ويكون هذا التأثير بدرجات متفاوتة وتبقى آثارها لفتترات متفاوتة، ولهذا أصبح موضوع الدافعية في المجال الرياضي واسع ومتشعب له كتب مستقلة تبحث في كيفية الاستفادة منه وتوظيف الخدمة الرياضية ورفع شأنها وتطويرها.

الفصل التمهيدي

1- الإشكالية:

تعتبر المدرسة مؤسسة اجتماعية تربوية، التي تقوم بعملية التربية والتعليم فهي توفر أفضل الظروف لنمو الطفل بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا بالإضافة إلى أنها تقوم بنقل المعلومات إليه¹ ونظرا لما تكتسبه التربية البدنية والرياضية وأنشطتها في تنمية قدرات الطفل، فلم تتوالى كل النظم في إدراجها ضمن مقرراتها الدراسية، وذلك من أجل تنشئة السوية وإدماجه في وسطه الاجتماعي بصورة طبيعية².

حيث يكتسي النشاط الرياضي اللاصفي أهمية كبيرة فهو عبارة عن مخطط دقيق وكامل أهم الركائز التي يعتمد عليها مدرس التربية البدنية في تكوين المتعلم إذ يعتبر احد سبل التي أوجدها المربون في تكوين التلاميذ تكوينيا متكاملًا ويعتبر النشاط البدني والرياضي اللاصفي خاصية أساسية ومهمة في برنامج التربية البدنية بصفة خاصة لأنه يلعب دور هام في تكوين التلاميذ تكونا اجتماعيا ورياضيا ونفسيا، ولمعرفة مدى بلوغ النشاط الرياضي اللاصفي الغاية التي وجد من أجلها ودوره في التأثير على دافعية انجاز الرياضي ويجب توفر الأدلة والبراهين لنستطيع من خلالها الحكم على دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في تأثير على دافعية الانجاز عند تلاميذ الطور الثانوي وانطلاقا من هذا تمحورت إشكاليا على النحو التالي:

التساؤل العام:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية انجاز بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط اللاصفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور)؟

ومنه طرح التساؤلات الفرعية التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد دافع النجاح بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط اللاصفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور)؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد دافع تجنب الفشل بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط اللاصفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور)؟

¹ خلاص محمد الحفيظ ومصطفى حسين باهي، الاجتماع الرياضي، ط، مصر: دار النشر، ص 32 .

² أمين أخور خولي، الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني للثقافة والآداب والعنوان، الكويت: 1996، ص 211 .

2- فرضيات البحث:

1-2- الفرضية العامة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية انجاز بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط اللاصفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور).

2-2- الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد دافع النجاح بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط اللاصفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور).

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد دافع تجنب الفشل بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط اللاصفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور).

3- أهداف البحث:

1- معرفة مدى تأثير ممارسة النشاط اللاصفي على دافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

2- معرفة مدى تجاوب التلاميذ مع الأنشطة الرياضية اللاصفية.

3- معرفة مدى انعكاس النشاط الرياضي اللاصفي على درجة الاستيعاب الميول وإنها ليست مضیعة للوقت.

4- محاولة تصحيح الرؤية حول أهمية النشاط اللاصفي في المرحلة الثانوية.

4- أهمية البحث:

تتبلور أهمية هذه الدراسة حول معرفة تأثير ممارسة النشاط اللاصفي على دافعية الانجاز عند تلاميذ الطور الثانوي، وتكمن أهمية البحث في الدور الفعال الذي يقوم به النشاط اللاصفي في زيادة دافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بحيث يعتبر هذا الموضوع من المواضيع العامة في مجال الرياضة المدرسية بشكل خاص من اجل الرقي بها من جميع جوانبها النفسية، وقصد نجاح العملية التعليمية بصفة عامة والتربية البدنية بصفة خاصة.

5- أسباب اختيار البحث:

- 1- نقص إنجاز مثل هذه البحوث.
 - 2- نقص الاهتمام بنشاطات اللاصفية في المرحلة الثانوية.
 - 3- رغبتنا الشخصية في معالجة هذا الموضوع.
 - 4- إقبال وميل التلاميذ لممارسة النشاطات اللاصفية.
 - 5- معرفة العلاقة الموجودة بين ممارسة النشاطات اللاصفية وتحصيل الدراسي.
 - 6- محاولة إعطاء بعض الحلول والاقتراحات في هذا الموضوع.
- 6- تحديد لمفاهيم والمصطلحات:

6-1- تعريف دافعية لغة: تعني الدافعية حسب ما جاء من معجم الوسيط من معاني دفع ما يلي: دفع على فلان دافعا أنته إليه ويقال طريق يدفعه إلى مكان كذا أي ينته إليه، ودفع الشيء أي أزاله بقوة يقال دفع الأداء والشر ودفع إليه الشيء رده بالحجة، دفع من مدافعه دافعا حامي عنه وانتصر له بالحجة ومنه الدفاع بالقضاء.

6-2- تعريف دافعية الانجاز: هي أداء بعض الأمور الصعبة بأكبر سرعة ممكنة ودون مساعدة الآخرين وتجاوز العقبات والوصول إلى أعلى مستوى عن التفوق وأيضا المناقشة من الآخرين¹.

6-3- اصطلاحا: وهي الاتفاقات التي ترسم الكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق التوازن الداخلي وتهيأ له أفضل قدر ممكن مع البيئة الخارجية².

6-4- تعريف المراهقة لغة: كلمة المراهقة تفيد مع الإضراب والدنو من الحلم فالمراهقة في المعنى هذا الفرد الذي يدنو من حلم الكمال والنضج³.

6-5- اصطلاحا: فهي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي تقترب فيها الفعل والفرد غير الناضج انفعاليا وجسميا وعقليا ومرحلة البلوغ الرشد فالرجولة⁴.

¹ أمين أنور الخوالي، الرياضة والمجتمع، الطبعة 216، عالم المعرفة، الكويت سنة 1996.

² أكرم زكي حطايبي، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، الطبعة الأولى، دار الفكر، مصر 1996.

³ فؤاد الباهي، الأسس النفسية للفرد، دار الفكر العربي، بدون طبعة، ص 272

⁴ تركي رابع، أصول التربية والتعليم، الفلسفة الثانية، ص 242.

6-6- تعريف النشاط اللاصفي: هو كل ما يقوم به الطلبة من جهد بدني هادف وفق خطة موضوعة مسبقاً من قبل المدرسة لتحقيق أهداف تربوية معينة ، وينفذ خارج الفرق سواء داخل المدرسة وخارجها وعلى أن تتم تحت إشراف إدارة المدرسة.

6-7- النشاط الرياضي اللاصفي اصطلاحاً: هو عبارة عن أنشطة رياضية خارج ساعات الدوام للبرنامج المدرس ومن أهدافه وإعطاء الفرصة للتلاميذ لتحسين مستواهم وكذلك دوي الميول والرغبات إلى المزيد من المزاولة إضافة إلى إعطاء الفرص للتلاميذ دوي القرارات البسيطة للرفع من مستوياتهم¹.

7- الدراسات السابقة والمثابفة:

الدراسة الأولى: دراسة عبد العزيز بن علي احمد السليمانى عام (2000م)

تحت عنوان: "السلوك القيادي للمدرب الرياضي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ بعض الألعاب الجماعية بالمملكة العربية السعودية"، وهدفت الدراسة إلى التعرف على السلوك القيادي للمدربين السعوديين والعرب وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ بعض الألعاب الجماعية لفئة الدرجة الأولى بأندية المنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية، وكذلك التعرف على مدى تأثير المتغيرات التالية (الجنسية، السن، سنوات الخبرة في الممارسة الرياضية) على دافعية الانجاز لدى التلاميذ.

أداة الدراسة: وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي معتمداً على الأسلوب المسحي، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها استخدم الباحث مقياس السلوك القيادي لمدربي الألعاب الجماعية من إعداد "أبو زيد" 1990م ومقياس أنماط دافعية الانجاز للتلميذ الرياضي من إعداد "علاوي" 1998م إضافة مقياس "وليس" (Willis) من اقتباس "علاوي" 1998م لقياس دافعية الانجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية.

عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة تتكون من (76) مدرباً و(622) لاعباً من بعض الألعاب الجماعية لفئة الدرجة الأولى بأندية المنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية.

¹ - محمود عوض وفصل ياسين، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، 1997، ص 123.

أهم النتائج: وقد أسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة بين السلوك القيادي الذي يمارسه مدربو بعض الألعاب الجماعية بالمملكة العربية السعودية والعرب لفئة الدرجة الأولى بأندية المنطقة الشرقية وبين دافعية الانجاز للاميد، أن السلوك القيادي بأبعاده المختلفة مع تركيزهم على بعض الأبعاد التي يرون إنها مهمة للعملية للتدريبية أكثر من الأبعاد الأخرى مثل بعد الاهتمام بالجوانب الصحية، وبعد التدريب والإرشاد.

إن مستوى دافعية الانجاز لدى تلاميذ بعض الألعاب الجماعية لفئة الدرجة الأولى بأندية المنطقة الشرقية يعتبر مرتفعاً، وكذلك وجود علاقات ذات إحصائيات بين الجنسية والسلوك القيادي للمدربين في بعد التدريب والإرشاد وذلك لصالح المدربين العرب، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين طبيعة المهنة والسلوك القيادي للمدربين في بعد المشاركة والسلوك الديمقراطي وذلك لصالح المدربين المتفرغين، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين سنوات الخبرة في المجال الرياضي وبين دافعية الانجاز للتلاميذ في بعد دافع انجاز النجاح، وذلك لصالح التلاميذ ذوي الخبرة العالمية من (16 سنة فما فوق) مقارنة بالتلاميذ ذوي الخبرة المنخفضة من (1-5 سنوات)، لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين السن وسنوات الخبرة في مجال التدريب الرياضي وبين السلوك القيادي للمدربين، وأكدت الدراسة أيضاً على عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين السن ودافعية الانجاز لدى التلاميذ¹.

الدراسة الثانية: قام "موسي فريد" (2004م).

تحت عنوان: "تقدير الذات وعلاقتها بدافعية الانجاز عند لاعبي كرة القدم في الجزائر".
أهداف الدراسة: وهدفت هذه الدراسة إلى إبراز العلاقة الموجودة بين تقدير الذات ودافعية الانجاز عند تلاميذ المرحلة الثانوية.

- التعرف على تقدير الذات عند التلاميذ.
- إعطاء صورة للمدربين من أجل معرفة مستوى ودافعية الانجاز عند التلاميذ.
- الوصول بلاعب كما يراها هوة.

¹ عبد العزيز بن علي: السلوك القيادي للمدرب وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية، رسالة دكتوراه، المملكة العربية السعودية، 2000م.

وقد استخدم المنهج الوصفي، واستخدم الباحث مقياس تقدير الذات والذي أعد صورته النهائية.

الدراسة: "عبد الرحمن صالح". تحت عنوان: "ومقياس دافعية الانجاز والذي أعد صورته النهائية"

عين الدراسة: شملت عينة البحث من (55) لاعبا وتم اختيارها بطريقة عشوائية، وقد أكدت نتائج الدراسة: نتائج هذه الدراسة على أن درجة التعديل الرياضي للسلوك العدواني ترتبط بدرجة الانجاز الرياضي، أي كلما كان مستوى الانجاز عال زادت معه درجة التعديل وان درجة التعديل الرياضي للسلوك العدواني لها علاقة طردية مع درجة الاحتكاك التدني للنشاط الرياضي الممارس.¹

الدراسة الثالثة: دراسة "بن سعيد رشيدة وبوزيد عرابي نوال".

تحت عنوان: "الدافع الى الانجاز وعلاقته بالقلق (حالة سمة) لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي"².

حيث كان التساؤل العام على النحو التالي:

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ فيما يخص الدافع إلى الانجاز وعلاقته بالقلق (حالة سمة)؟

وللإجابة عن هذا التساؤل قام فريق البحث بطرح الفرضية العامة التالية:

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ فيما يخص الدافع للانجاز وعلاقته بالقلق (حالة سمة).

وكانت الفرضيات الجزئية كالتالي:

-هناك فروق معنوية بين التلاميذ فيما يخص الدافع للانجاز ولقلق الحالة.

-توجد فروق معنوية بين الجنسين فيما يخص الدافع للانجاز ولقلق الحالة.

- لا توجد فروق معنوية بين الجنسين في قلق السمة.

- لا توجد فروق معنوية بين الجنسين في قلق الحالة.

¹-مويسي فريد: تقدير الذات وعلاقته بدافعية الانجاز عند لاعبي كرة القدم، رسالة ماجستير، الجزائر، 2004م.

²- بن سعيد رشيدة وبوزيد عرابي نوال" تحت عنوان "الدافع الى الانجاز وعلاقته بالقلق (حالة سمة) لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مذكرة لسانس، معهد التربية البدنية والرياضية بالشلف، 2010/2009.

- توجد فروق معنوية بين الجنسين في دافع الانجاز.
- ولاختبار صحة هذه الفرضيات قام فريق البحث بانتهاج المنهج الوصفي وقصد جمع المعلومات حول هذا الموضوع استخدمت الباحثتان مقياسي القلق (حالة سمة) والدافع للانجاز. وبعد تحليل نتائج الدراسة: ومناقشة النتائج إحصائياً توصل الفريق إلى النتائج التالية:
- هناك فروق معنوية بين التلاميذ فيما يخص الدافع للانجاز ولقلق الحالة.
- توجد فروق معنوية بين الجنسين فيما يخص الدافع للانجاز ولقلق الحالة.
- لا توجد فروق معنوية بين الجنسين في قلق السمة.
- لا توجد فروق معنوية بين الجنسين في قلق الحالة.
- توجد فروق معنوية بين الجنسين في دافع الانجاز.
- الدراسة الرابعة: دراسة بروج "كمال وببيشة بن علي": تحت عنوان "الدافع إلى الانجاز وعلاقته بالأداء الحركي لدى تلاميذ مرحلة الثالثة ثانوي"¹.
- عينة الدراسة: كان عينة الدراسة تحتوي على 63 تلميذ.
- حيث كان التساؤل العام على النحو التالي:
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ فيما يخص الأداء الحركي والدافع للانجاز؟
- وللإجابة عن هذا التساؤل قام فريق البحث بطرح الفرضية العامة التالية:
- هناك علاقة بين الدافع إلى الانجاز وعلاقته بالأداء الحركي لدى تلاميذ مرحلة الثالثة ثانوي.
- وكانت الفرضيات الجزئية كالتالي:
- ليس هناك فروق معنوية بين الجنسين فيما يخص الدافع للانجاز والأداء الحركي.
- توجد فروق معنوية بين الجنسين في أدائهم الحركي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين جنس الذكور في أدائهم الحركي.

¹ - دراسة بروج كمال وببيشة بن علي: تحت عنوان "الدافع إلى الانجاز وعلاقته بالأداء الحركي لدى تلاميذ مرحلة الثالثة ثانوي، منكرة لسانس، معهد التربية البدنية والرياضية بالشلف، 2010/2009.

- لا توجد فروق معنوية بين الإناث في أدائهم الحركي.
 - لا توجد فروق معنوية بين الجنسين في درجة الدافع للانجاز.
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور في الدافع للانجاز.
 - توجد فروق معنوية بين جنس الإناث في درجة الدافع للانجاز.
- ولاختبار صحة هذه الفرضيات قام فريق البحث بانتهاج المنهج الوصفي وقصد جمع المعلومات حول هذا الموضوع استخدمت الباحثتان مقياسي القلق (حالة سمة) والدافع للانجاز. وبعد تحليل ومناقشة النتائج إحصائياً توصل الفريق إلى النتائج التالية:
- ليس هناك فروق معنوية بين الجنسين فيما يخص الدافع للانجاز والأداء الحركي.
 - توجد فروق معنوية بين الجنسين في أدائهم الحركي.
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين جنس الذكور في أدائهم الحركي.
 - لا توجد فروق معنوية بين الإناث في أدائهم الحركي.
 - لا توجد فروق معنوية بين الجنسين في درجة الدافع للانجاز.
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور في الدافع للانجاز.
 - توجد فروق معنوية بين جنس الإناث في درجة الدافع للانجاز.
- 8- التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة نجد الدراسة الأولى والثانية تناولت دافعية الانجاز الرياضي على أساس أنها متغير تابع لكل من السلوك القيادي للمدربين وتقدير الذات أما الدراسة الثالثة والرابعة فتناولت دافعية الانجاز الرياضي على أساس أنها متغير تابع لكل القلق والاداء الحركي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

إذن كل الدراسات اهتمت بجانب دافعية الانجاز الرياضي وهذا ما كان مبني على أساسه بحثنا التي تعني مفهوم اللاعب لذاتهم من الناحية النفسية ،وهو ما يعني أن دراستنا تناولت الجوانب النفسية للاعبين .

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول

النشاط البدني الرياضي اللاصفي

1-النشاط اللاصفي:

تمهيد:

تعتبر الأنشطة اللاصفية نشاطا تربويا خارج الساعات الدوام و الهدف الأساسي منها إتاحة الفرصة للتلاميذ المتفوقين للرفع من مستوى أدائهم كما يمنح لذوي الهواية و الرغبة المزيد من الساعات المزاوله الرياضة و يمكن للتلاميذ ذوي المستوى الضعيف من التدارك ضعفهم و تحسين مستواهم.

لما كانت ساعات التربية و الرياضة غير كافية (2 سا أسبوعيا)، لتحقيق أهداف هذا الدرس اكتساب مهارات أولية و أساسية و ممارستها فعالة كان للنشاطات اللاصفية دورها البارز في تغطية هذا النقص باعتبارها "من أفضل الميادين التي يمكن ان يطبق فيها التعليم عن طريق الممارسة"¹.

وعلى ذلك فان مجالات النشاطات اللاصفية يمكن ان تشمل التدريب على المهارات و تنظيم الدورات ما بين الفصول او ما بين السنوات كما تحول المشاركة في دورات في اطار الرياضة المدرسية او تنظيم الرحلات و المعسكرات.

وتوقيت النشاط اللاصفي لا ينبغي أن يتعارض و توقيت برامج الدراسية حيث يمكن مزاوله النشاط اللاصفي صباحا قبل الدرس في أوقات الراحة و يعيد نهاية دوام المدرسة.

¹-السيد حسن شلوت- التنظيم والإدارة في التربية البدنية الرياضية- دار الفكر العربي -1981- العراق- ص 126.

2-أنواع الأنشطة الرياضية:

2-1-النشاط اللاصفي الداخلي:

مفهومه: النشاط الداخلي بالمدرسة هو البرنامج الذي تديره خارج المدرسي لكل من تنظيمهم هذه المدرسة¹.

❖ يعتبر هذا النشاط امتداد لدرس التربية البدنية و الرياضية، ويتميز بالمزيد من حرية الاختيار للتلميذ لما يمارسه من أوجه النشاط المدرسة كل حسب ميوله وقدراته واحتياجاته كما يساعد على التدريب التلاميذ على التحمل المسؤولية شراكمهم في الإعداد و التنظيم و التحكم و التسجيل و الإعلام².

❖ هو النشاط الذي يقدم خارج الأوقات الدرس داخل المؤسسة التربوية و الغرض منه إتاحة الفرصة لكل التلاميذ المحبوب لهم ويتم عادة لأوقات الراحة القصيرة أو الطويلة في اليوم المدرسي، وينظم بقا لحظة التي يصنعها المدرس، سواء كانت مباريات بين الأقسام أو عروض فردية أنشطة تنظيمية³.

ويعرف النشاط الرياضي كذلك بأنه:

❖ البرنامج الذي تديره المؤسسة خارج أوقات الجدول المدرسي أي النشاط اللاصفي، و هو في الغالب نشاط اختياري و ليس اجباري كدرس التربية البدني و الرياضية ولكنه يتيح الفرصة لكل تلميذ أن النشاط يشترك في نوع أو أكثر من النشاط الرياضي و اقبال التلاميذ على هذا يعتبر مكملا للبرنامج المدرسي، ويعتبر حقه لممارسة النشاط الحركي خصوصا تلك الحركات التي يعلمها التلميذ في الدرس التربية الرياضية⁴.

وعلى ضوء تقدم النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي هو تلك المسابقات الداخلية في المؤسسات التربوية و التي تجري بين الاقسام ويشمل الرياضات الجماعية و الرياضات الفردية.

¹-السيد شلتوت - نفس المرجع - ص 126.

²-محمد سعيد عزمي -أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي -1996 ص 12.

³-محمد عوض بسيوني - نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية-المطبوعات الجامعية -1992 -الجزائر ص 132.

⁴-عقيل عبد الله وآخرون - الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية -بغداد ص 65.

انطلاقاً مما تقدم فإن النشاط اللاصفي الداخلي هو الوقت الإضافي خارج دوام الدراسة (حصّة التربية البدنية و الرياضية) الذي يمكن التلاميذ من القيام بالمسابقات و الألعاب أو العروض الفردية و إشراكهم في الأعداد و التنظيم.

كما يقصد اللاصفي الداخلي أوجه النشاطات التي يمارسها التلاميذ ينظمها ويشرف على تنفيذها درسوا التربية البدنية و الرياضية خارج أوقات الدراسية و داخل المؤسسة التربوية ويهدف النشاط الداخلي إلى الفرصة المناسبة لكل تلميذ أن يشترك في لون من ألوان النشاط البدني الرياضي، وهذا النشاط يتيح الفرصة لكل التلاميذ أن يختار النشاط البدني الرياضي المناسب له من حيث ميوله وقدراته وحاجاته.

و النشاط الداخلي هو امتداد الدرس التربية البدنية والرياضية فهو يتيح للتلاميذ فرصة ممارسة و تطبيق ما تعلموه من مهارات أساسية في درس التربية البدنية والرياضية، وتطبيقه على مستوى المنافسات.

بالإضافة إلى ذلك فإن النشاط الداخلي يعمل على اكتساب التلاميذ اللياقة البدنية و المهارات الحركية، ويوفر للتلاميذ جوا اجتماعيا من خلاله يلقي عدد كبير من التلاميذ في المؤسسة التربوية ويكسب التلميذ عنصر القيادة وتحمل المسؤولية من خلال المهام التي توكل اليهم عن طريق الأنشطة البدنية و الرياضية المختلفة المتنوعة¹.

أن النشاط البدني الرياضي التربوية أهمية قصوى في إثراء شخصية التلميذ من الجانب التربوي إضافة إلى الجانب التعليمي وهذا باكتساب مهارات واتجاهات تساعد نمط حياته الاجتماعية، لهذا وجب تحديد وقت التربية البدنية والرياضية في المدرسة حيث يحدث تكامل بين الجانب البدني والفكري فساعتين في الأسبوع تعد ظلما في حق التلميذ وفي حق التعليم ذاته وهذا حتى يتسنى للتلميذ إتقان المهارات الحركية وتطبيقها بشكل صحيح سواء في المنافسات بين الأقسام أو داخل القسم نفسه وفي المقابل وجب احترام البرنامج الدراسي بالإضافة إلى الاهتمام بصحة وراحة التلميذ، يكون من خلال البرمجة الجيدة والرياضية الجيدة لدرس التربية الرياضية حتى يصل إلى الأهداف المرجوة.

¹ - حسن شلتوت، التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، مطبعة دار الفكر العربي، العراق، 1981، ص 65.

2-1-1-أنواع النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

❖ منافسات الألعاب الجماعية المختلفة (كرة القدم، كرة السلة، كرة السلة، كرة اليد) بين الأقسام والسنوات المختلفة.

❖ منافسات في الأنشطة الجماعية المختلفة (ألعاب صغرى) بين هيئة التدريس والتلاميذ.

❖ منافسات في الأنشطة الفردية (تنس الطاولة، الجباز، ألعاب القوى، ... الخ)، منزلات فردية (جيوود، مصارعة، ملاكمة، ... الخ)

❖ منافسات في اللياقة البدنية بين الأقسام.

❖ عروض للتمرينات بين الأقسام المختلفة.

❖ مهرجانات وحفلات مدرسية بمناسبة الأعياد الوطنية والاجتماعية¹.

2-1-2-أهمية النشاط اللاصفي:

إضافة إلى النشاط الداخلي يعتبر تكملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، فأهميته تكمن في أنه افضل الميادين التي يمكن أن يطبق فيها مبدأ التعلم عن طريق الممارسة، فالتلميذ يتعلم بضعة مهارات أولية أساسية في درس التربية البدنية ولا يجد الفرصة الكافية للممارسة فعالة في الدرس نفسه، ولكنه يستطيع أن يفعل ذلك في منهاج النشاط الداخلي.

2-1-3- أغراض النشاط اللاصفي الداخلي:

❖ يعتبر النشاط الداخلي حقلًا لتنمية المهارات التي يتعلمها التلميذ في المدرسة.

❖ إتاحة الفرصة للنشاط للجميع.

❖ التعليم عن طريق الممارسة.

❖ التربية للوقت الحر.

❖ تنمية الصفات الاجتماعية (ضبط النفس، التعاون، احترام الغير وحسن المعاملة... الخ)

❖ تنمية روح الجماعة.

❖ العناية بالصحة الشخصية.

❖ يعتبر معمل لتفريغ اللاعبين.

¹-ناهد محمود سعد - طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية - مركز الكتاب للنشر - القاهرة - ص 240.

❖ التدريب على القيادة والتعبئة.

❖ اكتشاف ميادين جديدة لم يسبق للتلاميذ أن تطرقوا لها.

2-1-4-: واجبات المدرس نحو المدرس نحو النشاط اللاصفي:

❖ وضع الجدول الزمني للمنافسات والمباريات في مكان واضح بالمدرسة.

❖ اختيار الأنشطة وفق الرغبات وميول وخصائص التلاميذ.

❖ اشتراك تلاميذ المدرسة أو هيئة التدريس في تخطيط وتنظيم وتنفيذ برامج النشاط اللاصفي

الداخلي.

❖ تناسب الأنشطة والإمكانات المادية بالمدرسة.

❖ مراعاة إن تكون برامج النشاط اللاصفي الداخلي مكملة لمنهاج الدروس التربوية.

2-2- النشاط اللاصفي الخارجي:

مفهومه: النشاط اللاصفي الخارجي لأي هيئة هو النشاط الذي تتبارى فيه وحدات تمثل هذه الهيئة مع وحدات تمثل هيئات أخرى غالباً ما تكون هذه المباريات بين الأفراد ينتمون إلى نفس الجنس ويعتبر هذا البرنامج جزء متميز من البرنامج الشامل للتربية الرياضية ألا أنه يخص الممتازين في الأداء الرياضي وتجري مباريات هذا النشاط وفقاً لشروط و قواعد متفق عليها بغرض معرفة الفائز أو الفائزين من بين المشاركين¹.

1/ الجزء الثالث لتحقيق أهداف التربية الرياضية المدرسية و العمل على الخروج من نطاق المدرسة إلى التعامل مع البيئة المحيطة وذلك عن طريق الاشتراك في المسابقات التي تنظمها ادارة التعليم بين مدارس المنظمة أو إقامة أيام رياضية مع المدارس والهيئات المجاورة بهدف اكتشاف المواهب الرياضية وصقلها وتوجيهها لتكون ذخيرة فعالة يستخدمها المجال الرياضي في القطاع الأهلي كخدمات صالحة لتمثيل البلاد في المباراة المحلية والدولية أو اشراكهم في النوادي التي تعمل على رعايتهم وتنمية مهاراتهم وتقوم مديرية التعليم بوضع برامج هذا النشاط لكل مرحلة على حدا في الألعاب المختلفة للمنافسة مع باقي المناطق التعليمية أو الهيئات

¹ - ناهد محمود، المرجع السابق، ص: 240.

الأخرى يعمل على اكتشاف المواهب الرياضية والدفع بها إلى المستويات العليا لتعدها بديا و مهاريا و اجتماعيا.

2/ هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات بين المدرسة والمدارس الأخرى والنشاط الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قمة البرنامج الرياضي المدرسي من الدرس اليومي النشاط الداخلي لينتهي بالنشاط الخارجي.

حيث يصب في خلاصة الجد والمواهب الرياضية في مختلف الألعاب لتمثيل المدرسة في المباريات الرسمية كما يسهل من خلاله اختيار منتخب المدارس بمختلف المنافسات الإقليمية والدولية¹.

ما يمكن اعطاء مفهوم للنشاط الخارجي بأنه:

❖ يتمثل في النشاطات الفرق المدرسية الرسمية كما هو معروف لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الالعاب الجماعية ، وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة و عنوان تقدمها في مجال التربية البدنية و الرياضية و في هذه الفرق يوجد احسن العناصر التي درس التربية البدنية و النشاط الداخلي².

2-2-1- أهمية النشاط اللاصفي الخارجي:

وعن أهمية النشاط الخارجي، يرى الدكتور هاشم الخطيب إن للنشاط الخارجي ناحية أساسية مهمة في منهاج التربية البدنية ودعامة قوية وترتكز عليها الحركة الرياضية في المدرسة بالإضافة إلى ذلك فإنه يكمل النشاط الذي يزاول الدروس المنهجية³.

إن النشاط الخارجي هو تلك الممارسة التنافسية في المدرسة أو هو الفرق المدرسية، هذه الفرق الرياضية تحتاج إلى إعداد خاص قبل الاشتراك في المنافسة وهذا من حيث الاختبار وانتقاء الطلاب الرياضيين وتشكيل الفرق الرياضية المدرسية في بداية الموسم الدراسي وكذلك فيما يخص تدريب وإعداد هذه الفرق حيث نصت (المادة 07) من التعلية الوزارية المشتركة رقم 15 أنه تتكون الممارسة التربوية التنافسية من تدريبات رياضية متخصصة و تحضيرية

¹-قاسم المنديلاوي - دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية -ج2-1990 -الموصل -ص 55.

²-محمد عوض - مرجع سابق - ص 133.

³-منذر هاشم الخطيب - تاريخ التربية الرياضية-ج2-1988 - بغداد - ص 689.

للمنافسة هي تستهدف المشاركة في التعبئة والإدماج الاجتماعي للشباب في منافسة في أوساط التربية والتكوين¹.

2-2-2-أغراض النشاط اللاصفي الخارجي:

إن الهدف العام الأصلي للنشاط الخارجي هو نفسه الهدف العام لكل عملية تربوية، وهو تنمية الفرد تنمية سليمة متكاملة، أما الأغراض القريبة فيمكن إيجادها فيما يلي:

❖ الارتفاع بمستوى الاداء الرياضي:

إن المباريات الرياضية، ما هي إلا منافسات بين أفراد فرق تحاول كل منها التفوق على الآخرين في ميدان مقوماته الأداء الرياضي الفردي والجماعي، وبذلك يتم الاستعداد لمقاومة المتنافسين بالإعداد والتدريب المنظم والصحيح، ووضع عال للمستويات المهارية، وبذلك يرفع مستوى الأداء يمكن قياسه كما في القفز الطويل والعالي، ويكون اعتباريا نسبيا في الألعاب الجماعية².

❖ تنمية التطبع الانفعالي:

إن معرفة الفرد أو الفرق لنواحي قوته ونواحي ضعفه هي أول خطوة في سبيل النقد الذاتي وعلامة من علامات النضج الانفعالي كما يعتبر التحكم في النفس أثناء اللعب وتقبل النتائج، مهما كانت بهدوء وعدم انفعال وخاصة عندما يرتكب أحد اللاعبين خطأ ضد آخر أو يحاسب اللاعب على خطأ يعتقد أنه لم يرتكبه ويعتبر هذا علامة من علامات النضج الانفعالي.

❖ الاعتماد على النفس:

إن ممارسة الاعتماد على النفس وذلك الصفات الخلقية الأخرى كتحمل المسؤولية وقوة الإرادة وعدم اليأس والإحراز على النصر وإنكار الذات كل هذه ميزات واجب حضورها وتوفرها أثناء الاندماج في المقابلات الرياضية المدرسية³.

¹ -الجزائر - تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 مؤرخة في 03 ففري 1993 - متعلقة بتنظيم الممارسة في الوسط المدرسي لمؤسسات التربية.

² -حسن سلوت - التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، مطبعة دار الفكر العربي -1981-العراق-ص65.

³ -حسن سلوت، نفس المرجع، ص65.

❖ حسن قضاء وقت الفراغ:

إن من أكبر مشاكل العصر الحديث كثرة وازدياد وقت الفراغ، وأن قياس مدى تقدم الدول مرهون بمدى معرفة أبنائهم لكيفية قضاء أوقات فراغهم، والتنافس الرياضي يعتبر من أنجح الوسائل لقضاء وقت الفراغ.

❖ تعلم قوانين الألعاب و تكتيك اللعب:

هذا غرض عقلي اجتماعي فنفهم القوانين نسا وروحا ثم دراسة التكتيك سواء كان فرديا أو جماعيا ويتطلب مقدرة عقلية وفكرية معينة أما التطبيق العلمي لهذا التكتيك مع الالتزام بما تفرضه القوانين والقواعد يعتبر ممارسة اجتماعية على احترام القوانين واللوائح والقواعد والعمل في حدود إطارها العام.

❖ اكتساب الصحة البدنية و العقلية و المحافظة عليها و تنميتها:

لقد أمست الصحة وفقا على خلو الجسم من الأمراض، بل هذه قاعدة أساسية للصحة أما التعريف العام فيشمل صحة الجسم والعقل مع النضج الانفعالي والمقدر على التكيف الاجتماعي وتتطلب المباريات الرياضية أن يعمل الفرد بكل قواه الجسمية والعقلية والوجدانية في تكامل وتنافس يؤدي إلى توازن الشخصي.

والمباريات الرياضية بما فيها من انطلاق وتعبير عن النفس مجال الفصح عن المشاعر والعواطف، كما انها في كثير من الأحيان تكون صمام الأمان لشخصية الفرد من الانهيار، فاشترك الفرد مع فريق مدرسته يمثل في حد ذاته الاعتراف بذاتيته و امتيازه.

❖ التدريب على القيادة:

من المعلوم أن لكل مجموعة قائد ولكل فريق رئيس، وتتص القوانين أغلب الرياضات أن الرئيس الفريق هو الممثل الرسمي للفريق وهذه مسؤولية قيادية وتوفر مباريات النشاط الرياضي الخارجي مواقف عديدة لممارسة اختصاصات هذا المركز القيادي بما فيه من مسؤوليات وفي هذا تدريب على القيادة¹.

¹-حسن شلتوت- نفس المرجع- ص66.

2-2-3- أسس إعداد و تنظيم النشاط اللاصفي الخارجي:

يكمل مفهوم النشاط الرياضي الخارجي بسائر أجزاء البرنامج، من حيث الواجبات التربوية وفي بعض دول العالم يوجد تنظيم متقدم للغاية لإدارة هذا اللون من النشاط بين المدارس وفي أغلب هذه الدول توجد له تحديات رياضية متخصصة في إدارة هذا النشاط الرياضي المدرسي، ولكي نتيح فرص النجاح للنشاط الرياضي الخارجي يرى الدكتور محمد الحماحمي، إن من أهم الأسس التي يجب مراعاتها ما يلي¹:

❖ مراعاة المرحلة السنوية للتلميذ عند اختيار الفرق الرياضية، حيث أن كل نشاط يتطلب خصائص و قدرات خاصة.

❖ مراعاة اختيار أعضاء الفرق الرياضية من ذوي الأخلاق الحميدة والمستوى المناسب في الأداء الاهتمام بتحديد فترات لتدريب أعضاء الفرق الرياضية بحيث لا يعوقهم التدريب عن التحصيل الدراسي.

❖ الاهتمام بتوفير الامكانيات اللازمة لنجاح النشاط، العمل على تكوين فرق رياضية في عدة نشاطات متنوعة وعدم الإقتصار على نوع أو نوعين من النشاط.

❖ الاهتمام بضرورة احترام الفرق الرياضية للقوانين وللروح الرياضية وللقيم التربوية، تخصيص جوائز للفائزين ولأحسن فريق مهزوم ولأحسن لاعب في الإخلاف.

وفي هذا السياق، يرى الدكتور عباس أحمد صالح أنه يجب أن يكون تنافس بين البرامج الصفية والبرامج اللاصفية، أي يجب أن يتدرب الطلاب على ما تعلموه من الدرس، حيث أن النشاط اللاصفي يهدف إلى أساسين:

❖ تنمية الصفات الأساسية عند الطلاب مثل القوة العضلية، السرعة، المطاولة، الرشاقة والمرنة، وهي صفات يمكن تمييزها والتقدم بها في النشاطات اللاصفية لا يسعنا الدرس في المدرسة الى تمييزها.

¹ محمد الحماحمي - أسس بناء التربية الرياضية، دار النهضة العربية، بيروت، 2007، ص180.

❖ ترقية المهارات الرياضية و النشاطات اللاصفية، مجال كبير لترقية المهارات الرياضية والسيطرة عليها حيث يوجد متسع من الوقت لذلك، وعلى ذلك يمكن تحديد الأسس الرئيسية للأنشطة اللاصفية فيما يلي:

❖ إن تكون مرتبطة بنشاطات درس التربية البدنية والرياضية وتتبع خطة على مدار السنة أن تهدف الصفات البدنية الاساسية.

❖ إن تهدف إلى ترقية المهارات والألعاب الرياضية الموجودة في الخطة.

❖ إن تحظى بإمكانات تتلائم مع حجم النشاط من ملاعب ومدربين مؤهلين.

❖ إن تحقق أدنى طموحات الطلاب وأن تحقق أهداف الرياضية المدرسية¹.

2-2-4- أهداف النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

❖ إفساح المجال للفرق المدرسية للتنمية الاجتماعية والنفسية وذلك بالاحتكاك مع غيرهم من تلاميذ المؤسسات والمدارس الأخرى.

❖ الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي بين التلاميذ.

❖ إتاحة فرصة لتعلم قواعد وقوانين الألعاب وكيفية تطبيقها.

❖ اعطاء فرصة لتعلم القيادة والتعبئة وكذا الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية².

3- واجب المدرس اتجاه النشاط الرياضي اللاصفي:

❖ الإشراف على الفرق المدرسية الرياضية في الأنشطة المختلفة وتدريبها.

❖ تبادل الزيارات مع المدارس المجاورة وبرمجة لقاءات رياضية ودورية معها.

❖ الاهتمام بالنشاط الكشفي وخدمة البيئة المحلية³.

4- مميزات النشاط الرياضي اللاصفي:

❖ رعاية المواهب الرياضية بالمدرسة من حيث صقلها وتميئتها.

❖ الكشف عن الافراد الممتازين حتى يكونوا ذخيرة فعالة يستخدمها المجال الرياضي في

القطاع الأصلي.

¹ عيسى احمد السمران وبسطوسي احمد- طرق التدريس في التربية والرياضية- جامعة بغداد- 1984- بغداد- ص209.

² عيسى احمد، نفس المرجع- ص210.

³ محمد عوض بسويون- نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية- ديوان المطبوعات الجامعية- 1992- الجزائر- ص37.

- ❖ كفاءات صالحة لتمثيل الدولة في المباريات المحلية والإقليمية والدولية.
 - ❖ إتاحة فرصة لتدريب على القيادة أثناء المباريات.
 - ❖ تنمية السلوك الاجتماعي لأفراد الفرق وتدعم العلاقات بينهم وبين لاعبي الفرق الأخرى¹.
 - ❖ تحقيق الشخصية الرياضية من الناحية البدنية و الخلقية الاجتماعية و الصحية.
 - ❖ الارتفاع مستوى الأداء الرياضي للأفراد الممتازين.
 - ❖ تعلم النواحي الخطئية والمهارية وقوانين الألعاب المختلفة.
 - ❖ خلق نوع من التضامن الشريف بين المتعلمين بالمدرسة للاشتراك الخارجي.
- 5- قيم الخلقية والاجتماعية التي يمكن اكتسابها عن طرق ممارسة الأنشطة الرياضية:
- الشجاعة: هي مواجهة المواقف الخطرة، والتي تتطلب التغلب على الخوف.
- النظام: هو الالتزام بالقواعد والضوابط وعدم الخروج منها.
- الاعتماد على النفس: هو القيام بكل الأعمال دون الرجوع إلى الآخرين.
- التسامح: هو العفو عن أخطاء، وتقبل الأعذار، وتحمل الاختلاف في الرأي من دون استخدام العنف، وتقبل الآخر على ما هو عليه.
- القيادة: هي حث ونصح الآخرين والعمل بحزم، وإظهار القدرة على حسن التنظيم والتنفيذ.
- الإخاء: هو سيادة أواصر المحبة و المودة بين الأفراد و الجماعات.
- التعاون: هو مشاركة الآخرين في مختلف الأعمال بإخلاص و مساعدة على تحقيق مصالحهم.
- الاتحاد: هو تجميع القوى الصغيرة لتصبح قوى كبيرة في العمل الجماعي.
- مساعدة الغير: هي مساعدة الفرد للأفراد الآخرين أثناء العمل بإخلاص.
- روح الجماعة: هي العمل بأسلوب جماعي من اجل ان تم المنجزات، وتل المشكلات مع تحمل مسؤولية الجماعة مسؤولة كاملة².
- العدل: هو الإيمان بحق كل فرد في أن تكون له نفس حقوق الآخرين مع إعطاء كل ذي حق حقه بموجب الشرع والقانون.
- المساواة: هي تساوي جميع الأفراد في الحقوق والواجبات.

¹ -سكارم حلمي وآخرون- مناهج التربية البدنية والرياضية- مركز الكتب للنشر- 1999- القاهرة- ص127.

² -أمين أنور الحولي- الرياضة والجمتمع- عالم المعرفة- المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب- الكويت- 1996- ص278.

احترام النظم والقوانين: تقبل جميع الافراد والجماعات لقواعد انظم والقوانين.

الأمانة: احترام حقوق وممتلكات الآخرين، وعدم الغش واخذاع أثناء العمل وحفظ الأسرار.

الصدق: هو عدم إخفاء الحقيقة وتطابق العمل مع القول.

حب الوطن: هو الاهتمام بمصلحة الوطن ومنحه الحب عن طريق العمل و التضحية في سبيله.

الطاعة: هي الانصياع إلى من هم في موضع التوجيه والارشاد والاستجابة للمطلب التي تطلب

منه.

الحرية: هي الاختيار غير المجرى من جانب الفرد في اتباع فكر أو أسلوب معين أو في

ممارسة أنشطة بشكل طبيعي في إطار الالتزام بقيم الجماعة و المجتمع.

حب العمل: هو تقبل وتحمل مسؤوليات العمل بإخلاص وبذل الجهد فيما يقوم به الفرد إن يكلف

به بقصد تحصيل اعلم وتحقيق الفائدة المرجوة لصالح الفرد والمجتمع.

السلام: هو حل لمشكلات بالطرق السلمية ومن دون نزاع.

النظافة: هي الطهارة الشخصية في الجسد والملبس.

روح المنافسة: هي الرغبة في الفوز في مجال تسابق ودي.

التقدير: هو مكافأة الفرد على ما فعله من أعمال تستحق المدح الثناء.

هذه مجمل القيم الانسانية التي يكتسبها الفرد أثناء أدائه النشاط الرياضي¹.

6- الفرق الرياضية المدرسية:

لغرض إنشاء وإعداد الفرق الرياضية المدرسية انه كل مؤسسة تربوية يجب إن تنشئ

جمعية رياضية ويرى المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية إن الجمعية

الرياضية تتكفل بإعداد الطلاب الرياضيين وكذلك الفرق للمنافسات مع المؤسسات التربوية

الأخرى، ويضيف قوله بأنه لا يوجد أي خطة رسمية أو مناشير عن كيفية الانتقاء والتدريبات،

والاتحادية بالتنسيق مع الوزارة المعنية تعسى جاهدة لإنشاء هذه الخطة، وان مهمة انتقاء

وتشكيل واعداد الفرق الرياضية المدرسية في الوقت توكل إلى لجمعية الرياضية وهذا حسب

¹-أمين أنور الحولي- نفس المرجع السابق- ص279.

ظروفها الخاصة حيث تضع البرنامج التدريبي الخاص بها وفقا للملاعب والقاعات والأجهزة والعتاد المتوفر لديها.

نصت المادة 05 انه يتم إنشاء الجمعية الثقافية المدرسية بالضرورة على مستوى كل مؤسسة تعليمية في قطاع التربية الوطنية¹.

إن الانضمام إلى الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية هو العملية التي تسمح للجمعيات الرياضية بالتسجيل في الهيئات الرياضية المدرسية للنشاط في الرياضات المبرمجة لدى الاتحادية، وعلى ضوء القانون العام للاتحادية نتعرف على كفية الانضمام إلى الاتحادية، فالجمعية التي تنشأ على مستوى المتوسطة تكون ملف اعتماد وتضعه لدى الرابطة الولائية للرياضة المدرسية الموجودة على مستوى كل ولاية، ويكون الملف الاعتماد من طلب الانضمام، قائمة اللجنة المديرية بأسماء وعناوين ومناصب الأعضاء، ثلاث نسخ من الاعتماد الجمعية ومحضر الجمعية العامة، الاشتراكات الدورية، واللجنة المديرية هي المسؤولة أمام الرابطة و الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، و الرابطة الولاية للرياضة المدرسية ترد على طلب انضمام أي جمعية في 15 يوما التي تلي.

و الاتحادية تحدد كل موسم مصاريف الانضمام-البطاقات- التأمينات، تصب النفقات إلى الرابطة كما يؤكد رئيس الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية إن السبيل الوحيد لنشاط الجمعية الثقافية الرياضية هو الانضمام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية حتى تتمكن من الاشتراك في منافسات الرياضية المبرمجة من طرف الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية.

ونظرا لشساعة القطر وللتخفيف على الاتحادية من جهة وعلى الجمعيات الرياضية من جهة ثانية تتم إنشاء رابطة للرياضة المدرسية على كل ولاية من ولايات الوطن، وتعتبر الرابطة الولائية للرياضة المدرسية بمثابة حلقة وصل بين الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية والاتحادية الجزائرية بالجزائر العاصمة.

¹ -الجزائر - تعليمية وزارية مشتركة رقم 15- مورخة في 03 فيفري 1993- متعلقة بتنظيم الرياضية في الوسط المدرسي بمؤسسات التربية.

6-1- طرائق اختيار الفرق الرياضية المدرسية:

في القطر الجزائري وحسب المسؤول الأول والمباشر السيد رشيد ديبشي، المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، إن مهمة اختيار الفرق الرياضية توكل إلى أساتذة التربية الدنية و للرياضية على مستوى كل مؤسسة تربوية، ومن أعضاء الجمعية أساتذة لتربية البدنية والرياضية في المتوسطة الذين تسند إليهم مهمة اختيار الفرق الرياضية و تشكيلها، وفي الغالب يقع الاختيار على الطلاب الرياضيين المتفوقين في دروس التربية البدنية المنهجية المقررة والاجبارية.

ويرى الدكتور قاسم المندلاوي وآخرون إن طريقة انتقاء واختيار الفرق الرياضية المدرسية تكون كما يلي: يقوم مدرس التربية البدنية و الرياضية باختيار أعضاء الفرق من طلاب ذوي الاستعدادات الخاصة، وكذلك الممتازين منهم من قدامى اللاعبين و المسجلين بالمدرسة وذلك من واقع الأنشطة الرياضية المختلفة، دروس التربية البدنية و الرياضية والنشاط الداخلي، تم تنفيذ ما سبق بإعلان عن موعد تصفية الراغبين لانضمام لكل فريق ثم يقوم إجراء بعض الاختبارات لقياس مستوى اللاعبين وقدراتهم، تسجيل أسماء اللاعبين المختارين في سجل خاص بكل فريق، وينجز لكل تلميذ استمارة أحوال شخصية ومستواه ومدى استعداده ومواظبته، وبعد الانتهاء من اختبار الفرق الرياضية المدرسية وقبل الشروع في العملية التدريبية يجب على كل تلميذ إحضار رسالة من ولي أمره بالموافقة على الاشتراك في الفرق الرياضي للمدرسة، وبعد هذه الخطوة يتقدم التلميذ للكشف الطبي لإثبات لياقته الطبية حيث وقع ويختم الطبيب على ظهر الرخصة الشخصية لمشاركة التلميذ في الفريق المدرسي¹.

6-2- العملية التدريبية للفرق الرياضية المدرسية:

في الجزائر وكما سبق وذكرنا أن حصة إعداد وتدريب الفرق توكل إلى أستاذ التربية البدنية والرياضية، الذي يكو عضو في الجمعية الرياضية على مستوى المتوسطة التي يشتغل بيها.

¹ -قاسم المندلاوي- مرجع سابق- ص56.

ويراعي أن يكون التدريب في حدود القواعد الصحية والتربوية بحيث يضمن عدم إرهاق التلميذ بدنيا وانفعاليا، أو حرمانه من ممارسة أوجه النشاط التأثير التحصيل الدراسي. ويرى الدكتور قاسم المندلاوي وآخرين انه على المدرس التربية البدنية والرياضية أن يقوم بوضع خطة وبرنامج زمني لتدريب الفريق قبل بدا المباريات بأشهر مع إقامة بعض المباريات لقياس مستوى التلاميذ، والتكيف على روح المنافسة¹.

ويرى الدكتور منذر هاشم الخطيب انه يجب أن يعني بجماعة دون أخرى أو بفريق آخر، والعمل على رفع المستوى الرياضي الاجتماعي للتلاميذ على حد سواء، وعلى المدرس أن يعتني بكل الفرق الرياضية على السواء وان لا ينسى من يبذل الجهد من التلاميذ فيشجعه ولا يهمل الإرشاد والتوجيه.

وعلى ضوء ما تقدم يمكننا أن نستنتج أن وضع خطة للعملية التدريبية للفرق المدرسية من طرف المدرس التربية البدنية والرياضية في المتوسطة أمر في غاية الأهمية، وبدونها يفشل المدرسي في إعداد فرقة ولا يستطيع الذهاب بهم بعيدا، وعند تنفيذ الخطة التدريبية يعمل على تأكيد الروح الرياضية ونشر كل مبادئها ليتحلىها التلاميذ في لقاء تدريبي فيما بينهم، كما يجب على المدرس توفير الأمن والسلامة للاعبين أثناء التدريبات².

6-3- اشتراك الفرق المدرسية في المنافسات الرياضية:

يجب الاهتمام بالمنافسات الرياضية على أساس فلسفة تربوية تهدف الى إفساح المجال أمام التلاميذ الموهوبين للمشاركة الفعالة في المسابقات والمباريات المختلفة، تهدف المسابقات الرياضية المدرسية إلى جملة م الفوائد للتلاميذ منها: تطوير العلاقات الاجتماعية والانسانية بين التلاميذ عن طرق المنافسة الحرة الشرفية، والاحتكاك المباشر بين التلاميذ من مختلف المدارس والمناطق، إظهار مواهب وقدرات التلاميذ من خلال المشاركة الفعلية في المسابقات، تنمية الروح الرياضية والمعنوية العالية والميل إلى التعاون والتماسك بن اعضاء الفريق، تعليم نظام الطاعة، تنفيذ الخطط والتصميم، تفهيم القوانين والتعليمات الخاصة بالمسابقات، اكتساب المهارة الفنية في الألعاب المختلفة، رفع اللياقة الصحية البدنية والنفسية للتلاميذ من خلال المشاركة

¹-قاسم المندلاوي، نفس المرجع- ص56.

²-منذر هاشم الخطيب- مرجع سابق- ص685.

المنتظمة في التدريبات و المسابقات وحب المدرسة وحب الوطن من خلال التمثيل الصادق في المباريات و المسابقات المدرسية¹.

من واجب أستاذ التربية البدنية والرياضية المتشرف على إعداد فريق رياضي أو أكثر يولى اهتماما خاصا للمنافسة وان يعد المدرس المباراة عنصرا تربويا هاما، فيعمل على رفع مستوى اللاعبين فنيا وخلقيا وان يجعل روح المباراة وسيرها شانا كبيرا، وعلى المدرس، أن يجعل التعاون بين التلاميذ من أهم العناصر الأساسية ليس بين أفراد الفريق بل بين الفرق الأخرى لغرض رفع الروح وجعل المباراة سليمة ونظيفة ومنظمة².

وليس الاهتمام الكبير هذا بالمنافسة الرياضية المدرسية هو من أجل المنافسة فقط بل يتعدى ذلك بكثير، فالمنافسة المدرسية هي المنبع المغذي للنخبة الرياضية لذا أولت الدولة جانبا كبيرا من الأهمية لهذه العملية حيث نصت المادة العاشرة (10) من قانون تنظيم المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية إن وضع منظومة وطنية لكشف المواهب الشابة الرياضية وانتقائها خاصة في الوسط التربوي والتكوين تحدد كيفية إنشائها وتنظيمها وتسييرها عن طريق التنظيم، تشكل النخبة الوطنية الرياضية من حاصل هذا المسار³.

7- معوقات النشاط الرياضي اللاصفي:

- ❖ التكليف المستمر من قبل مديرية النشاط لمدرسي التربية الرياضية في أمور التحكيم والتدريب والموافقة مما تجعله يترك مدته وفرقه بدون رعاية.
- ❖ كثرة الشواغر في المدرسة تحول دون أداء المدرس لواجبه بصورة منظمة.
- ❖ عدم صلاحية الكثير من المداس وعدم وجود ساحات رياضية في المدرسة تحد من نشاط مدرس، وتجعل العملية الإشرافية صعبة التحقيق.
- ❖ قلة عدد دروس التربية الرياضية وعدم تخصيصها للمدار يعيق أعمال المدرس.
- ❖ عدم وجود محفزات لمدرسي التربية البدنية وتكليفات عديدة من بعض الجهات تعطل الجزء الأكبر من عمل التربية البدنية والرياضية⁴.

¹ -تاسم المدلاوي- مرجع سابق- ص57.

² -سنتر هاشم الخطيب- مرجع سابق- ص689.

³ -الجزائر- قانون 03/89- المورج في 14 فبراير 1989- يتعلق بتنظيم المنظومة التربوية وتطويرها.

⁴ -عقيل عبد الله الكاتب وآخرون- مرجع سابق- ص89.

خلاصة:

إن مهمات وأهداف النشاط الرياضي اللاصفي بشقيه الداخلي و الخارجي قد تعددت وشملت الكثير من النواحي التي رعيت فيها تنمية المواهب، القدرات البدنية، العقلية، والذهنية والاعتماد على النفس واكتساب الخبرات والتجربة وتعلم فنون الألعاب والمباريات وقوانينها وبذلك اكتساب الطالب القدرة في الحفاظ على صحته والمشاركة في المناقشات وكيفية إدارتها وتوجيهها مما يتناسب مع قابلية الذهنية والبدنية ويكون بذلك قد اكتسب هذه الصفات إضافة إلى العامل الحسي المتعلق بشهرته كلاعب على مستوى المدرسة وتطور مستقبله اللاحق في المنتخبات الوطنية.

إلا إن الملاحظ، إن مثل هذا النشاط يتسم بالنقص في مؤسساتنا التربوية لم له من فوائد كبيرة تعود على الممارسين في تنمية التلميذ بدنيا وذهنيا وحركيا ومعرفيا إلى مستوى الطموحات.

إن افتقار المنهج إلى هذا النشاط إضافة إلى عدم وجود الحوافز المادية من ترقية للمدرسين من جهة، وعدم تنظيم الدورات المدرسية و المشاركة الفعالة لجميع المؤسسات التربوية في كافة الولايات سواء كانت داخلية أو خارجية حرمت التلميذ من الاستفادة من فوائد هذا الأخير.

الفصل الثاني

كافة الإنجاز

يعتبر الإنسان الوحيد من الكائنات الحية الذي بقدرته معرفة ما يدفعه إلى القيام بتصرف ما.

كما يعتبر أيضا موضوع الدافع من أكثر موضوعات علم النفس أهمية و إثارة لاهتمام الناس جميعا، فهو يهم الأب و يهم المربي في معرفة دوافع ممارسة الأفراد للنشاط الرياضي حتى يتسنى له أن يستغلها في تطوير أدائهم نحو الأفضل، فالأداء لا يكون مثمراً إلا إذا كان يرضي دوافع لدى الفرد.

تلعب الدافعية دورا هاما في ميدان التعلم والنشاط الرياضي، فعلى سبيل المثال يمكن أن يحضر الفرد طفلا أو شابا ذكر أو أنثى، إلى المكان المخصص للتعلم أو التدريب ولكن إذا لم يكن له الدافع للتعلم و التدريب، فلا شك أن الفائدة من التعلم و التدريب ستكون محدودة، بمعنى آخر فإنه يمكن للآباء أن يجبروا أولادهم على ممارسة نشاط رياضي معين، بل يحضرون فعلا إلى الملعب المخصص للممارسة الرياضية، ولكن في نفس الوقت لا يستطيع أي من الآباء أن يضمن أن هذا الناشئ سوف يبذل الجهد و العطاء المطلوبين للإستفادة من عملية التعلم و الممارسة الرياضية لأنه يفتقد إلى الدافع و الرغبة في التعلم و الممارسة الرياضية و لذلك سنحاول أن نعطي شرحا كافيا لهذا الموضوع (موضوع الدوافع)¹.

¹ - أسلمة كامل راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص 38.

1- مفهوم الدافعية:

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد كبير من علماء النفس، وبالتالي تعددت محاولات تعريفها ومن هذه التعاريف نذكر:

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي "المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد و الحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة، وبمثيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى"¹.

ونجد الدافع عند مصطفى عشوي أنه "حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال و نشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك و النفس عامة"².

ويرى THOMAS.R " أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف"³.

أما عند أليكسون الدافعية " مجرد الرغبة في النجاح أو أنه النشاط الذي يقوم به الفرد ويتوقع أن يتم بصورة ممتازة"⁴.

ونستخلص أن تعريف الدافع قد تعدد وتتنوع واختلف في مفاهيمه ومهما كان هذا الخلاف إلا أنها تبقى المحرك لسلوك الإنسان و التي تجعل الجسم في حالة نشاط .

2-وظائف الدوافع:

إن أي رد فعل عن أي سلوك لا يمكن أن يحدث تلقائيا وإنما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد ومنه فالسلوك له أغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة بها هذا الفرد حاجياته وغرائزه ومنه نستخلص أن للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط السلوك وهي ثلاثة :

¹ - صالح محمد علي أبو جادو، علم النفس التربوي، دار المسيرة، ط 1، الأردن، بدون سنة ، ص 22

² - مصطفى عشوي، مدخل إلى علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990 ، ص 83

³ - Thomas.R , Preparation Psychologique du Sportif ,ed ,Vigot ,1991 ,p32

⁴ - مصطفى أحمد زكي، تقدم عثمان نجاني، الرعاية الوالدية، دار النهضة العربية للنشر، القاهرة ، 1974 ، ص 144

2-1 - مد السلوك بالطاقة :

ومعنى ذلك أن الدوافع تستشير النشاط الذي يقوم به الفرد ويؤدي التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي إلى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادة توازنه وتدل الملاحظة على أن الإنسان والحيوان من خلال التجارب في الحياة اليومية كلاهما خاملا طالما حاجاته مشبعة أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل إشباع هذه الحاجات والرغبات فالدافع تمد السلوك بالطاقة فمثلا يمنح للاعب جائزة مكافأة له على تحسن قدراته وتكليفها بالنجاح، لكن سرعان ما تفتقد هاته المكافأة جاذبيتها إذا أدرك المراهق أن الرياضة أخلاق قبل أن تكون من أجل المكافأة ففي هذه النقطة تصبح المكافأة غير ضرورية.

2-2- أداء وظيفة الاختيار:

ويتجلى ذلك في أن الدوافع تختار نوع النشاط أو الرياضة التي يستجيب و يتفاعل معها المراهق ويهمل الأنشطة الأخرى، فالذي يهوى كرة القدم نجده يكره كرة السلة مثلا، كما أنها تحدد لحد كبير الطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى، فقد أقر " جوردن ألبرت " أنه عندما يكون اتجاه عام للمواقف و الميول فإنه لا يخلق فقط حالة التوتر يسهل استشارتها فتؤدي إلى نشاط ظاهر يشبع الموقف أو الميل بل يعمل كوسيلة خفية لانتشار واختيار كل سلوك متصل به وتوجيهه.¹

¹ - حلمي المليحي ، علم النفس المعاصر ، دار المعرفة العربية ، ط6 ، بيروت ، 1984 ، ص 94-95

2-3- توجيه السلوك نحو الهدف:

- إن مجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسن والنمو عنده بل يجب توجيه طاقاته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها وتحقيقها.
- فالدكتور حلمي المليجي يلخص وظائف الدوافع فيما يلي¹:
- أ - إثارة الآليات و الأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل.
- ب- مد السلوك بالطاقة اللازمة وبمساعدة المثيرات الخارجية التي تستثير السلوك.
- ج- اختيار نوع النشاط وتحديده.
- د- تأخير ظهور التعب تحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته على الإنتباه ومقاومة التشتت.

3- تصنيف و تقسيم الدوافع:

3-1- تصنيف الدوافع:

يوضح " ساج " <SAGE> عام 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى فئتين عرضيتين هما : الدافع الداخلي والدافع الخارجي، ويتفق العديد من المهتمين بالكتابة في مجال علم النفس الرياضي مع التصنيف السابق في تناولهم لموضوع الدافعية وعلاقتها بالأداء الرياضي ومنهم على سبيل المثال لا الحصر : " فوس " و " تروبمان " " FOUSSE " et " TROPPEMAN " عام 1981 " ليولن " و " بلوكز " " BLUCKER " et " LIEWELIN " عام 1982 " محمد علاوي " عام 1983 . " سنجر " " SINGER " عام 1984 . " دروش هارس " " DROTHY HARRIS " عام 1984.

¹ - حلمي المليجي ، علم النفس المعاصر ، مرجع سابق ، ص 95

3-1-1- الدافع الداخلي:

يعني الدافع الداخلي أنه مكافأة داخلية أثناء الأداء، ويعبر عن هذا المعنى "مارتنز" عام 1980 عندما يقر أن الدافع الداخلي يعتبر جزءا مكملا لموقف التعلم وخاصة إذا كان الفرد يسعى للتعلم مستمتعا بالحصول على المعرفة وليس هدفة من التعلم الحصول على المكافأة الخارجية، ويتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي عندما نلاحظ إقبال بعض النشء على ممارسة نشاط رياضي معين أو الإنضمام لفريق رياضي بدافع الرغبة والحب في الممارسة، وقد تستمر هذه الرغبة ما دام النشاط أو الأداء الرياضي يمثل له خبرة جيدة وليس هناك ما يهدده أو يعاقبه ويمنع إستمراره فدافع الإستمرار في الممارسة يكون نابعا من طبيعة النشاط الرياضي الذي أحبه والأداء الذي يستمتع به، والواقع أن الناشئ عندما يقبل على ممارسة النشاط الرياضي يشعر بالسعادة لأنه يمارس النشاط الذي يريده ويرغب فيه، وهذه السعادة تفوق الحصول على مكسب مادي أو مكافأة خارجية .

إن الدافع الداخلي ينبع من داخل الفرد، ويحدث أثناء الأداء.¹

3-1-2- الدافع الخارجي:

يقصد بالدافع الخارجي حصول اللاعب على مكافأة خارجية جراء الأداء والممارسة، وإن السبب الرئيسي للإستمرار في الممارسة والإقبال على الأداء الرياضي هو المكافأة الخارجية المنتظر أن يحصل عليها.

فالدافع الخارجي على النحو السابق ينشأ من خارج اللاعب وتحركه قيمة المكافأة

الخارجية التي ينتظرها.²

إن نعني بالدوافع الداخلية أسباب ودوافع الخوض في نشاط رياضي، وعادة تقابل الدافعية الداخلية دافعية خارجية ، فالشخص المحفوز داخليا يتصرف حتى يتحصل على مكافآت مرتبطة بالفعل ذاته، فاهتمامه إذن مركز على تأدية الدور، بمعنى البحث عن اللذة التي قد يشعر بها أثناء القيام بالفعل الرياضي.

¹ - أسامة كامل راتب ، دوافع الفوق في النشاط الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990 ، ص 38

² - أسامة كامل راتب ، دوافع الفوق في النشاط الرياضي ، مرجع سابق ، ص 38

أما الشخص المحفوز خارجيا فهو يتصرف حتى يتحصل على مكافآت خارجية عن فعله، فاهتمامه إذن يتركز في هذه الحالة على الحصول على مكافآت مرتبطة بالفعل لا على الدور في حد ذاته .

3-2- تقسيم الدوافع:

ونقسمها إلى قسمين هما: الدوافع الأولية، الدوافع الثانوية.

3-2-1- الدوافع الأولية :

وتسمى أيضا بالدوافع الفيسيولوجية أو الجسمانية وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها: الحاجة إلى الطعام، الحاجة إلى الشراب، الحاجة إلى الراحة، الحاجة الجنسية، الحاجة إلى اللعب (عند الأطفال) والحاجة إلى الحركة والنشاط....إلخ.

وقديما كانت تسمى هذه الدوافع بـ" الغرائز " إلا أن الكثير من علماء النفس في الوقت الحالي لا يستخدمون مصطلح الغرائز لتفسير سلوك الإنسان إذ غالبا ما يستخدمون لفظ الغرائز لتفسير سلوك الحيوان.

3-2-2- الدوافع الثانوية:

وتسمى أيضا الدوافع أو الحاجات المكتسبة أو الإجتماعية إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعله مع البيئة، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية، غير أنها تستقل عنها و تصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة لتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة، ومن أمثلة الدوافع الثانوية : الحاجة إلى التفوق و المركز أو المكانة، السيطرة والقوة والأمن والتقدير والانتماء والحاجة إلى إثبات الذات.....إلخ.¹

¹ - محمد حسن علوي ، سيكولوجية التدريب و المنافسة ، دار المعارف ، ط6 ، القاهرة ، 1987 ، ص 205

4-الدوافع والحاجات النفسية :

يرى " مصطفى عشوي " أنه "ينبغي أن نعرف الآن أن وراء كل سلوك دافع، فإذا رأينا شخصا منطويا على نفسه ينبغي أن لا نصدر الأحكام ضده، بل يجب أن نسأل عن الدافع وراء ذلك إن كان متكبيرا أو يثير مشاكل في العمل أو في الممارسة ، نفس الشيء ينبغي أن نسأل عن الدافع وراء كل سلوك يمكننا ملاحظته ونريد دراسته، فالدافع حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي الذي قد يكون شعوريا أو لا شعوريا، تدفع الفرد للقيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر ولإعادة التوازن للسلوك أو للنفس بصفة عامة."

ومن هنا نذكر بعض الحاجات النفسية وهي كالآتي¹ :

❖ الحاجة إلى الإطمئنان.

❖ حاجة التفوق.

❖ حاجة التبعية.

❖ حاجة التعلم والمعرفة.

4-1-الدوافع النفسية:

هناك ارتباط كبير بين الدوافع سواء كانت فيسيولوجية على شكل حاجات أساسية فطرية أو حاجات مكتسبة متعلمة، أو دوافع نفسية اجتماعية. نعني بالدوافع النفسية مثلا الحاجة إلى الأمن، الحاجة إلى الحب الحاجة إلى احترام وتقدير الذات والحاجة إلى تأكيد الذات.²

¹ - مصطفى عشوي ، مدخل إلى علم النفس ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1990 ، ص 34

² -مصطفى عشوي ، نفس المرجع ، ص 87

4-2- خصائص الدوافع النفسية :

يشير مصطفى عشوي أنه " لا يبدو أن لهذه الدوافع أسسا فطرية واضحة ولا عوامل بيولوجية ظاهرة.

للثقافة والتربية دور هام في أنماط ونماذج ظهور هذه الدوافع حسب ترتيب معين وفي أنماط إشباع هذه الدوافع¹.

لا يمكن فصل هذه الدوافع الفيزيولوجية عن الدوافع الاجتماعية كالتملك والسيطرة وغير ذلك إلا من الناحية الفطرية إذ ينبغي النظر إلى الذات الإنسانية نظرة تكملية تراعي الأبعاد العضوية والنفسية والاجتماعية ومما ينبغي التأكيد عليه هو ضرورة مراعاة دوافع الناس وحاجاتهم أثناء الإتصال بهم والتعامل معهم، وكل ذلك انطلاقا من إدراكه قاعدة هامة تسيير وتقيد سلوك الأشخاص، وهي أن وراء كل سلوك دافع ، إلا أن نوع الدافع الذي يحدد سلوكه هو الذي يختلف من شخص إلى آخر، كما أنه يختلف من موقف إلى آخر، وعليه فإن إدراك الموقف بأبعاده الزمانية والمكانية والإنفعالية هو العامل الأساسي للمساعدة على معرفة الدافع أو الدوافع المحركة لسلوك شخص أو أشخاص ما.

5- مصدر الدافعية في الميدان الرياضي :

يعتبر GROS. G أن " الحاجة تولد الدافعية وتعطي لطاقتها سلوك عقلي، وهي موجهة نحو هدف معين يحقق الإشباع " يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا، هي من أصل فيزيولوجي (لذة الحركة) واجتماعي (الحاجة للفوز) والبحث عن العيش في جماعة².

6- الدافعية والأداء أو النتيجة الرياضية:

يشير " MACOLIN " إلى أنه " من العوامل الأساسية التي تساهم وتلعب دورا مهما في الأداء الفردي، أو أداء الفريق، نذكر القامة الفيزيائية، مستوى القدرة، درجة من

¹ - مصطفى عشوي ، مدخل إلى علم النفس ، مرجع سابق ، ص 90

² - Gerard , Bet Gros.G , in " l'entrainement de Basket-ball " ed ,vigot ,Paris ,1985 ,p223

الشروط الفيزيائية، الشخصية وأخيرا الدافعية التي تعتبر من أهمها في التأثير على أداء اللاعب" ويبرز المختصون في علم النفس الرياضي هذه الأهمية في العلاقة التالية:
الدافعية + التعلم = النتيجة (الأداء) الرياضية .

تبين هذه المعادلة المختصرة، شرطا ضروريا ولكن غير كافي، فالدافعية بدون تجارب ماضية تؤدي إلى نقص النشاط الرياضي واللاعب بدون دافعية فهو دون النتيجة أو المستوى الرياضي.¹

7- ماذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي :

تعني الدافعية في النشاط الرياضي ببساطة إتجاه وشدة الجهد الذي يبذله الناشئ في التدريب والمنافسة.

7-1- شدة الجهد :

يعني مقدار الجهد الذي يبذله الناشئ أثناء التدريب أو المنافسة، فعلى سبيل المثال: فعن اللاعبين أحمد محمد يحضران جميع جرعات التدريب في الأسبوع، لكن من حيث شدة الجهد نلاحظ أن أحمد يبذل جهدا أكبر من محمد.

7-2- اتجاه الجهد:

يعني اختيار الناشئ لنوع معين من النشاط يمارسه، أو اختياره مدرب معين يفضل أن يتدرب معه أو نادي معين يمارس فيه رياضته المحببة.....إلخ.

7-3- العلاقة بين الإتجاه وشدة الجهد:

يلاحظ وجود علاقة وثيقة بين إتجاه وشدة الجهد على المثال الناشئ الذي يواضب على حضور جميع جرعات التدريب (اتجاه الجهد) يبذل جهدا كبيرا في جرعات التدريب المختلفة الذي يحضرها (شدة الجهد) وفي المقابل فإن الناشئ الذي كثيرا ما يتأخر أو يغيب عن جرعات التدريب يظهر جهدا قليلا عندما يشارك في التدريب² .

¹ - Macolin (revie). Les Facteurs qui contribuent a la performance individuelle ou d une equipe .N 02,Spécial Sport ,Février 1998.p12

² - أسامة كامل راتب ، الإعداد النفسي لتدريب الناشئين و أولياء الأمور ، دار الفكر العربي ،ط1 ، القاهرة ، 1997 ، ص 42

8- دافع الإنجاز (التفوق) في المنافسة الرياضية :

يعني دافع الإنجاز في المنافسة الرياضية الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز الواجبات التي يكلف بها في التدريب أو المنافسة كذلك المثابرة عند مواجهة الفشل والشعور بالفخر عند إنجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها .

8-1- أهمية دافع الإنجاز والمنافسة الرياضية للنشء(المراهق):

8-1-1- اختيار النشاط:

يتضح في اختيار النشاط لمنافس متقارب في قدراته أو اختيار منافس أقل أو أكثر من قدراته يلعب معه.

8-1-2- الجهد من أجل تحقيق الأهداف:

ويعني مقدار أو كم الممارسة مثل: حضور 90% من جرعات التدريب في الأسبوع.

8-1-3- المثابرة :

ويعني مقدرة الرياضي على مواجهة خبرات الفشل وبذل المزيد من الجهد من أجل النجاح وبلوغ الهدف ومثال عن ذلك عندما يشترك الناشئ في بعض المسابقات ولا يحقق مراكز متقدمة وبالرغم من ذلك يستمر في التدريب من أجل تحسين مستواه في المسابقات الموالية.¹

8-2- مكونات دافع الإنجاز نحو النشاط الرياضي:

❖ تعبر عن العلاقة بين: - مفهوم القدرة

- صعوبة الواجب

- الجهد المبذول

❖ وعلى نحو خاص أوضح "تيكولز" أنه يوجد هدفان أساسيان للإنجاز يشملان المفاهيم

المختلفة هما :

- هدف الاتجاه نحو الأداء

¹ - أسامة كامل راتب ، الإعداد النفسي لتدريب الناشئين و أولياء الأمور ، مرجع سابق ، ص 47

- هدف الاتجاه نحو الذات.¹

من خلال ما تم التكلم عنه عن دافعية الإنجاز أو التفوق نحو النشاط الرياضي نستنتج أنها عبارة عن إرادة ومثابرة الفرد من أجل تجاوز العقبات (تمرين صعب - واجب معقد) بقدر كبير من الفعالية والسرعة، أي ببساطة الرغبة في النجاح والفوز.

8-3-وظيفة الدافعية في المجال الرياضي:

وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي:

❖ ماذا تقرر أن تفعل ؟ اختيار نوع الرياضة.

❖ ما مقدار تكرار العمل ؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب.

❖ كيفية إجادة العمل ؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة.

فيما يتعلق بالإجابة عن السؤالين الأول والثاني ، فإنهما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي وفترة ومقدار الممارسة، وليس ثمة شك، فإن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة، فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام بهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة، أي تؤدي إلى المثابرة في التدريب بالإضافة إلى العمل الجاد بما يضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة.

أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى ملائم في الحالة التنشيطية (الإستثارة) حيث أن لكل لاعب المستوى الملائم من الإستثارة حتى يحقق أفضل أداء في وقت المنافسة.²

¹ - صدقي نور الدين محمد ، المشاركة الرياضية و النمو النفسي للأطفال ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 1998 ، ص 11

² - أسامة كامل راتب، علم النفس الرياضة، المفاهيم، التطبيقات ، دار الفكر العربي ، ط2، القاهرة ،1997، ص 25

9- أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

يقسم "روديك" الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى:

9-1- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي: ومن أهمها:

- الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد، ونذكر على سبيل المثال الجمباز، التزلج على الثلج، وغيرها من الرياضات التي تتميز برشاقة الأداء والحركات.

▪ الشعور بالإرتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة.

▪ الإشتراك في المنافسات (المباريات) الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط بها من خبرات انفعالية متعددة.

▪ تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز.

9-2- الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي: ومن أهمها:

▪ محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي، فإذا سألت الفرد عن أسباب ممارسة النشاط الرياضي فإنه قد يجيب أمارس الرياضة لأنها تكسبني الصحة وتجعلني قوي.

▪ ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى الفرد من قدرات على العمل والإنتاج فقد يمارس الفرد النشاط الرياضي لأنه يساهم في زيادة قدرته على أداء عمله ورفع مستوى إنتاجه في العمل.

▪ الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي في حالة السمنة حتى يخفف من وزنه.

■ الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم عليه الرياضة إذ يرى الفرد أنه عليه أن يكون رياضياً مشتركاً في الأندية والفرق الرياضية ويسعى للانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها رياضياً.¹

كما قامت وداد الحامي بإجراء بحث للتعرف على دوافع ممارسة النشاط الرياضي عند فتيات الثانوية في وقت الفراغ، واختارت عينة عشوائية من الأعضاء المشتركة في الأندية بالقاهرة والجيزة، وشبهت هذه الدوافع مع التي ذكرها روديك مع بعض الدوافع الإضافية وهي:

- ◆ الميل الرياضي ، أي أن الفرد له ميل نحو ممارسة النشاط الرياضي.
- ◆ الترويح ، فبممارسة النشاط الرياضي يكون لتحقيق المتعة والراحة.
- ◆ اكتساب نواحي عقلية ونفسية بما أن سلامة العقل مرتبطة بسلامة الجسد فالفرد يمارس النشاط الرياضي لتحقيق نمو عقلي ونفسي سليمين.

حيث قام محمد صالح علوي في سنة 1970، بإجراء بحث ليتعرف على دوافع النشاط الرياضي للمستويات الرياضية العالية للبنين والبنات ، واختيرت عينة عشوائية من لاعبي ولاعبات المستويات الرياضية العليا في مصر وتم تصنيف إجابات أفراد العينة إلى:

- ◆ المكاسب الشخصية.
- ◆ التمثيل الدولي.
- ◆ تحسين المستوى.
- ◆ التشجيع الخارجي.
- ◆ اكتساب نواحي اجتماعية.
- ◆ اكتساب نواحي عقلية ونفسية وبدنية.
- ◆ اكتساب سمات خلقية.
- ◆ الميل الرياضية.

¹ - محمد حسن علوي ، سيكولوجية التدريب والمنافسة ، مرجع سابق ، ص 208

بهذا فإن دوافع اكتساب النشاط الرياضي تتشابه على حد كبير عند جميع الأفراد باختلاف أعمارهم.¹

10- تطور دوافع النشاط الرياضي:

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي لا تستمر ثابتة أبد الدهر، بل تتناولها بالتبديل في غضون الفترة الطويلة التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي.

إذ تتغير دوافع النشاط الرياضي في كل مرحلة سنوية حتى تحقق مطالب واختيار المرحلة السنوية التي يمر بها الفرد كما تختلف دوافع الفرد طبقاً لمستواه الرياضي، إذ تختلف دوافع التلميذ في المرحلة الأساسية عن دوافع تلميذ المرحلة الثانوية والتي تختلف بدورها عن دوافع اللاعب ذو المستوى العالي نظراً لأن كل مستوى دوافعه التي يتميز بها.

يقسم - بوي - الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي طبقاً للمراحل الرياضية الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى الفرد أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة بها وهذه المراحل هي:

❖ مرحلة الممارسة الأولية للنشاط الرياضي، وتكون في مدة 6 سنوات إلى 14 سنة.

❖ مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي، وتكون من 15 سنة إلى 18 سنة.

❖ مرحلة المستويات الرياضية العالية، وتكون من 18 سنة فما فوق.

وبما أن المرحلة الثانية هي التي تهتمنا، اقتصرنا على توضيح دوافعها دون التطرق إلى المرحلتين الأولى والثالثة.

وهذه المرحلة ترتبط دوافع المراهق بالتخصص في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية، إذ يرغب المراهق في أن يكون لاعباً في كرة السلة أو في كرة القدم أو جمبازياً مثلاً. ومن أهم الدوافع في هذه المرحلة²:

➤ ميل خاص نحو نشاط معين .

➤ اكتساب قدرات خاصة .

¹¹ - محمد صالح علوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، مصر، 1987، ص 162

² - محمد صالح علوي، علم النفس الرياضي، مرجع سابق، ص 165

- اكتساب معارف خاصة .
- الاشتراك في المناقشات .
- اكتساب سمات خلقية وإرادية .
- اكتساب نواحي عقلية ونفسية .

11- نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

11-1- نموذج الدافعية لتفسير انسحاب الناشئ من الرياضة:

(الإنسحاب أو عدم الميل والرغبة في المشاركة)، ويحتوي على ثلاثة بناءات نظرية تفسر أسباب انسحاب الناشئ من الرياضة.

11-1-1- التفسير المعرفي للأهداف المنجزة:

ويذهب هذا البناء النظري إلى أن قرار الإنسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء درجة إنجاز الأهداف و مدى إدراكه لنجاح تحقيقها.

11-1-2- نظرية دافعية الكفاية:

و يشير إلى أن قرار الإنسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء مدى إدراك الناشئ لكفايته و قدراته، حيث أنه المفترض أن الناشئ الذي يدرك نفسه على نحو أقل كفاية ومقدرة من أقرانه يميل إلى الإنسحاب من هذا النشاط بحثا عن نشاط آخر تظهر فيه كفاءته ومقدرته، هذا ويتسع مفهوم دافعية الكفاية ويشمل مدى إدراك الناشئ للنواحي البدنية والاجتماعية والمعرفية.

11-1-3- النموذج المعرفي الانفعالي للتوتر:

ويعني أن قرار الانسحاب يمكن أن يكون بسبب التوتر الناتج عن عدم التوازن بين متطلبات الأداء مقدرة الناشئ على مواجهة هذه المتطلبات أو كنتيجة لافتقاده القدرة على التوتر المزمّن الناتج عن المنافسة.

11-2- نموذج الدافعية لتفسير ممارسة (الرغبة أو الميل) الناشئ للرياضة:

ويوضح أن هناك أسباب شخصية وأخرى موقفية، وتصنف الأسباب الشخصية إلى نفسية و بدنية، ويأتي في مقدمة الأسباب النفسية دوافع اشتراك الناشئ في الرياضة: الشعور بالمتعة، تكوين الأصدقاء، خبرة التحدي والإثارة لتحقيق النجاح والفوز. أما الأسباب البدنية، فيأتي في مقدمتها: تعلم مهارات وقوانين اللعب، أما الأسباب الموقفية التي تمثل اشتراك الناشئ في الرياضة: مقدار المشاركة في اللعب روح الفريق، الإستمتاع باستخدام الإمكانيات والأدوات والأجهزة المختلفة، بالإضافة إلى هذا النموذج يحتوي على نفس البناءات النظرية الثلاثة التي أشرنا إليها مسبقاً.¹

12- أهمية الدافعية في المجال الرياضي :

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية و إثارة لاهتمام الناس جميعاً. في سنة 1908م، اقترح " وود ورث "woodworth" في كتابه: علم النفس الديناميكي ميدانا حيويًا للدراسة أطلق عليه علم النفس الدافعي "motivational psychology" أو علم الدافعية "motivology".

و في سنة 1960م، تتبأ "فاينكي" fayniki" بأن الحقبة التالية من تطور علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية.

وفي سنة 1982م، أشار كل من ليولن وبلوكر "Liewelln and Blucker" في كتابهما: سيكولوجية التدريب بين النظرية و التطبيق، إلى أن البحوث الخاصة بموضوع

¹ - أسامة كامل راتب، علم نفس الرياضة ، مفاهيم وتطبيقات ، مرجع سابق ، ص 27

الدافعية تمثل حوالي 30% من إجمالي البحوث التي أجريت في مجال علم النفس الرياضية خلال العقدين الآخرين.

وفي سنة 1983م أشار وليام وارن "William Warren" في كتابه: التدريب والدافعية، أن استثارة الدافع للرياضي يمثل من 70% إلى 90% من العملية التدريبية ذلك لأن التفوق في رياضة معينة يتطلب اكتساب اللاعب للجوانب المهارية و الخطئية، ثم يأتي دور الدافعية ليحث الرياضي على بذل الجهد و الطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات، و للتدريب عليها بغرض صقلها و إتقانها.

وللدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم تطبيقات سيكولوجية، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية: إن كل سلوك وراءه دافع، أي وراءه قوى دافعية معينة¹.

خلاصة:

من خلال كل ما قدمناه نستطيع القول أن الدوافع موضوع عميق وواسع المعالم وأتينا من خلال هذا العرض البسيط و العام حاولنا أن نقرب أو نعطي ولو فكرة بسيطة عن الدوافع و الدافعية حتى تساهم هذه الفكرة البسيطة و الموجزة في فهم أعمق و أدق لموضوع دراستنا وبحثنا هذا.

¹ - WWW.ELAZAYEM.COM. / a (40) . htm- 15/03/2007

الفصل الثالث

المرحلة العمريّة (15 - 18)

يعتبر موضوع المراهقة من أكثر المواضيع التي شغلت بال الفلاسفة وعلماء علم النفس الحديث والقديم.

فقد اعتبر الكثير من العلماء أن فترة المراهقة مرحلة مستقلة بذاتها تمتاز بالتمرد والثورة والتشرد.

وهناك آخرون يعتبرونها مرحلة مكملة من مراحل النمو الأخرى ومرحلة انتقالية من الطفولة إلى النضج والتي تتضمن تدرجا في نمو النضج البدني والعقلي والجسمي والانفعالي،ولو تمكن الفرد من اجتياز هذه المرحلة بنجاح سهل عليه مشوار حياته. و تعتبر من أهم مراحل النمو التي تظهر فيها السمات الأولية لشخصية الفرد،ويكتمل فيها النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي.

1- مفهوم المراهقة:

إن المراهقة مصطلح ، وصفي لفترة أو مرحلة من العمر ، والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ، ويكون قد اقترب من النضج العقلي، والجسدي، والبدني وهي الفترة التي تقع بين مرحلة الطفولة، وبداية الرشد. وبذلك المراهق لا طفلا، ولا راشدا إنما يقع في تداخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها (عبد الله الجسماني) "بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشؤوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات"¹

2- تعريف المراهقة:

2-1- لغة:

جاء على لسان العرب لابن منظور، راهق الغلام أي بلغ الرجال فهو مراهق ، وراهق الغلام إذ قارب الاحتلام، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم ، ويقال جارية راهقت وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر².

إن المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء الفقه هذا المعنى في قولهم رهب بمعنى عشي أو لحق أو دنى من الحلم، فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم، واكتمال النضج³.

2-2- اصطلاحا:

هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا ل وجسمانيا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة⁴.

إن كلمة المراهقة ADOLESCENCE مشتقة من فعل لاتيني ADOLESERE معناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي ، والانفعالي، والعقلي ، وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة ، وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية

¹ - عبد العلي الجسماني: سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، دار البيضاء، لبنان، 1994، ص 195.

² - أبو الفصّل جمال الدين ابن منظور: لسان العرب، دار الطباعة والنشر، ط، ج 3، 1997، لبنان، ص 430.

³ - فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، مصر، 1956، ص 254.

⁴ - محمد الحمحامي و أمين الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1998.

الجنسية فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية، واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج¹.

3- مراحل المراهقة:

هناك العديد من تقسيمات المراهقة ، وبذلك فإن كثير من الدراسات التي أجريت مع المراهقين تدل على أن تقسيم المراهقة يكون إلى مراحل هذا لا يعني الفصل التام بين هذه المراحل وإنما يبقى الأمر على المستوى النظري فقط، ومن خلال التقسيمات والتي حدد فيها العمر الزمني للمراهق ، والذي كان الاختلاف فيه متفاوتا بين العلماء إلا أننا نعتبر هذا التقسيم الذي وضعه أكرم رضا

والذي قسم فيه المراهقة إلى ثلاث مراحل:

3-1- المراهقة المبكرة:

يعيش الطفل الذي يتراوح عمره ما بين (12-15 سنة) تغيرات واضحة على المستوى الجسمي، والفيزيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي².

فجد من يتقبلها بالحيرة والقلق وآخرون يلقمونها، وهناك من يتقبلها بفخر واعتزاز وإعجاب فجد المراهق في هذه المرحلة يسعى إلى التحرر من سلطة أبويه عليه بتحكم في أموره ووضع القرارات بنفسه والتحرر أيضا من السلطة المدرسية (المعلمين والمدرسين والأعضاء الإداريين)، فهو يرغب دائما من التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساسه بذاته وكيانه.

3-2- المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة):

تعتبر المرحلة الوسطى من أهم مراحل المراهقة، حيث ينتقل فيها المراهق من المرحلة الأساسية إلى المرحلة الثانوية، بحيث يكتسب فيها الشعور بالنضج والاستقلال والميل إلى تكوين عاطفة مع حنين آخر وفي هذه المرحلة يتم النضج المتمثل في النمو

¹ مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار المعارف الجديدة، 1986، ص 189.

² مكي فياض: " الطفل والتربية المدرسية في الفضاء الأسري والتفاني "، المركز الثقافي العربي، ط1، لبنان، 2004، ص 216.

الجنسي،العقلي، الاجتماعي، الانفعالي والفيزيولوجي والنفسي، لهذا فهي تسمى قلب المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة.

فالمراهقون والمراهقات في هذه المرحلة يعلقون أهمية كبيرة على النمو الجنسي والاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي وكذا الصحة الجسمية وهذا ما نجده واضحا عند تلاميذ الثانوية باختلاف سنهم، كما تتميز بسرعة نمو الذكاء، لتصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما وملائمة¹.

3-3- المراهقة المتأخرة (18 إلى 21 سنة):

هذه المرحلة هي مرحلة التعليم العالي، حيث يصل المراهق في هذه المرحلة إلى النضج الجنسي في نهايته ويزداد الطول زيادة طفيفة عند كل من الجنسين فسيحاول المراهق أن يكيف نفسه مع المجتمع وقيمه التي يعيش في كنفها لكي يوفق بين المشاعر الجديدة التي اكتسبها، وظروف البيئة الاجتماعية والعمل الذي يسعى إليه.

كما يكتسب المراهق المهارات العقلية والمفاهيم الخاصة بالمواظبة ويزداد إدراكه، للمفاهيم والقيم الأخلاقية

والمثل العليا فتزداد القدرة على التحصيل والسرعة في القراءة على جميع المعلومات والاتجاه نحو الاستقرار في المهنة المناسبة له².

4- خصائص المراحل العمرية (16-17-18 سنة) المراهقة المتوسطة:

4-1- خصائص القدرات الحركية:

في هذه المرحلة نجد تطورا في كل من القوة العظمى والقوة المميزة بالسرعة حيث يظهر ذلك بوضوح في كثير من المهارات الأساسية كالعدو والوثب، بينما يلزم ذلك تباطؤ نسبي في حمل تحمل القوة بالنسبة للمراهقين.

¹ حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو-الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، ط، بدون بلد، 1982، ص252-253-262-289-263.

² حامد عبد السلام زهران: ص: 264..

إن تطور عنصر القوة بالنسبة للذراعين في هذه المرحلة لا يحظى بتقدم يذكر وبالرغم من ذلك كله تعتبر تلك المرحلة وخصوصا نهايتها أحسن مرحلة تشهد تطورا في مجال القوة العضلية، وهذا ما نلاحظه على مستويات لاعبين فئة الأواسط (المراهقين)¹. أما بالنسبة لعنصر السرعة فسيتم تطوره والذي يبلغ أوجه في المرحلة السابقة (مرحلة المراهقة المبكرة)، حيث يرى "فنتر 1979" أن الفروق ليست جوهرية بين الأولاد والبنات بالنسبة لهذا العنصر في هذه المرحلة، وإن كان لصالح الأولاد قليل حيث يرجع السبب في ذلك على تساوي طول الخطوة للجنسين وليس في زيادة ترددها. بالنسبة للتحمل فيرى "إيفانوف 1965" أن تطورا كبيرا يحدث لهذا العنصر ويعود ذلك إلى تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي.

أما بالنسبة لعنصر الرشاقة، فنتميز هذه المرحلة بتحسن نسبي في المستوى، حيث يظهر ذلك من خلال أداء اللاعبين في هذه المرحلة لحركات دقيقة ومتقنة والتي تتطلب قدرا كبيرا من الرشاقة، وبالنسبة للقدرات التوافقية الخاصة بلاعبين هذه المرحلة نرى تحسنا ملحوظا في كل من ديناميكية وثبات ومرونة وتوقع الحركة².

4-2- الخصائص الفيزيولوجية:

تتأثر الأجهزة الدموية والعصبية والهضمية بالمظاهر الأساسية للنمو في هذه المرحلة وتفسر بمعالم الظاهرة لنمو هذه الأجهزة عن التباين الشديد الذي يؤدي إلى اختلاف حياة الفرد في بعض نواحيها.

وتتمو كذلك المعدة وتزداد سعتها خلال هذه المرحلة زيادة كبيرة، وتتعكس آثار هذه الزيادة على رغبة الفرد الملحة في الطعام لحاجته إلى كمية كبيرة من الغذاء، وهذا يختلف نمو الجهاز العصبي عن نمو الأجهزة الأخرى في بعض النواحي وذلك لأن الخلايا العصبية التي تكون هذا الجهاز تولد مع الطفل مكتملة في عددها، ولا تؤثر في النمو بمراحله المختلفة، هذا بالإضافة إلى توازن غدي مميز الذي يلعب دورا كبيرا في التكامل بين الوظائف الفيزيولوجية الحركية الحسية والانفعالية للفرد .

¹ - بسطوي أحمد: أسس ونظريات الحركة، ط1، دار الفكر العربي، 1996، ص182-183

² - حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو- الطفولة والمراهقة، ط5، عالم الكتب، 1999، ص370-371.

أما بالنسبة لكل من النبض وضغط الدم فنلاحظ هبوط نسبيا ملحوظا في النبض الطبيعي مع زيادته بعد مجهودات قصوى، دليل على تحسن ملحوظ في التحمل الدوري التنفسي، مع ارتفاع قليل جدا في ضغط الدم، مما يؤكد تحسن التحمل في هذه المرحلة وهو انخفاض نسبة استهلاك الأكسجين عند الجنسين مع وجود فارق كبير لصالح الأولاد¹.

4-3- الخصائص المورفولوجية:

من الخصائص المورفولوجية للمراهقين ازدياد الطول والوزن، وكذلك ازدياد الحواس دقة وإرهافا كاللمس والذوق، والسمع، كما تتميز هذه المرحلة بتحسن الحالة الصحية للفرد .

إن الطول يزداد بدرجة واضحة جدا عند الذكر وحتى سن 19 سنة تقريبا، كما يزداد الوزن بدرجة أوضح كذلك، كما تتحدد الملامح النهائية والأنماط الجسمية المميزة للفرد في هذه المرحلة التي تتعدد حيث يأخذ الجسم بصفة عامة والوجه بصفة خاصة تشكيلها المميز².

¹ بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 182.

² بسطويسي أحمد، المرجع نفسه، ص 183 .

الجدول رقم (01) يمثل الطول والوزن عند المراهقين (ذكور 15 - 19 سنة)¹:

العمر: 15-19 سنة	
الوزن(كلغ)	الطول (م)
51.300	1.525
52.200	1.55
53.300	1.575
54.900	1.60
56.200	1.625
58.100	1.65
61.700	1.70
65.000	1.75
67.100	1.775
69.400	1.80
71.700	1.825
73.900	1.85
78.500	1.90

الأشخاص العاديين -

4-4- الخصائص الفيزيولوجية:

تتأثر الأجهزة الدموية والعصبية والهضمية بالمظاهر الأساسية للنمو في هذه المرحلة وتفسر بمعالم الظاهرة لنمو هذه الأجهزة عن التباين الشديد الذي يؤدي إلى اختلاف حياة الفرد في بعض نواحيها.

وتتمو كذلك المعدة وتزداد سعتها خلال هذه المرحلة زيادة كبيرة ، وتنعكس آثار هذه الزيادة على رغبة الفرد الملحة في الطعام لحاجته إلى كمية كبيرة من الغذاء، هذا ويختلف نمو الجهاز العصبي عن نمو الأجهزة الأخرى في بعض النواحي وذلك لأن الخلايا العصبية التي تكون هذا الجهاز تولد مع الطفل مكتملة في عددها، ولا تؤثر في النمو بمراحله

¹ AMBRE DEMONT,jaques bousnenf,petit larousse de medecine,edition impimerie new intllithe,1989,P614.

المختلفة، هذا بالإضافة إلى توازن غددي مميز الذي يلعب دورا كبيرا في التكامل بين الوظائف الفيزيولوجية الحركية الحسية والانفعالية للفرد.

أما بالنسبة لكل من النبض وضغط الدم فنلاحظ هبوط نسبيا ملحوظا في النبض الطبيعي مع زيادته بعد مجهودات قصوى، دليل على تحسن ملحوظ في التحمل الدوري التنفسي، مع ارتفاع قليل جدا في ضغط الدم، مما يؤكد تحسن التحمل في هذه المرحلة وهو انخفاض نسبة استهلاك الأكسجين عند الجنسين مع وجود فارق كبير لصالح الأولاد¹.

4-5- الخصائص الاجتماعية:

بالنسبة للجو السائد في الأسرة فالفرد يتأثر نموها الاجتماعي بالجو النفسي المهيمن على أسرته، والعلاقات القائمة بين أهله، ويكتسب اتجاهاته النفسية بتقليده لأبيه وأهله وذويه، بتكرار خبراته العائلية الأولى وتعميمها، وبانفعالاته الحادة التي تسيطر على الجو الذي يحيى في إطاره، أما بالنسبة للبيئة الاجتماعية والمدرسية فهي أكثر تباينا وأتساعا من البيئة المنزلية، وأشد خضوعا لتطورات المجتمع الخارجي من البيت وأسرع تأثيرا واستجابة لهذه التطورات، فهي لا تترك أثارها القوية على اتجاهات الأجيال المقبلة وعاداتهم وأرائهم، ذلك لأنها الجسر الذي يعبر الأجيال من المنزل إلى المجتمع الواسع، وتكفل المدرسة للمراهق ألوان مختلفة من النشاط الاجتماعي الذي يساعد على سرعة النمو واكتمال النضج، فهي تجمع بينه وبين أقرانه وأترابه.

كما يتأثر المراهق في نموه الاجتماعي بعلاقته بمدرسته، وبمدى نفوره منهم أو حبه لهم، وتصطبب هذه العلاقات بألوان مختلفة وترجع في جوهرها إلى شخصية المدرس ونلاحظ على المراهق اهتمامه باختيار الأصدقاء والميل إلى الانضمام على جماعات مختلطة من الجنسين، ويحدث تغيير كبير للأصدقاء بقصد الوصول إلى أفضل وسط اجتماعي، ويميل الفرد إلى اختيار أصدقائه من بين هؤلاء الذين يشبعون حاجاتهم الشخصية والاجتماعية ويشبهونه في السمات والميول، ويكملون نواحي القوة والضعف لديه، ويزداد

¹ بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 182.

ولاء الفرد لجماعة الأصدقاء ويتمسك بالصحة بدرجة ملحوظة، ولا يرضى المراهق أن توجه إليه الأوامر والنواهي والنصائح أمام رفاقه.

4-6- الخصائص الفكرية:

تهبط سرعة الذكاء في المراهقة حتى تقف نهايتها، ويزداد التباين والتمايز القائم بين القدرات العقلية المختلفة، ويسرع النمو ببعض العمليات العقلية في نواحيها وآفاقها المعنوية ويتغير بذلك إدراك الفرد للعالم المحيط به نتيجة لها النمو العقلي في أبعاده المتباينة، وتتأثر استجاباته فهو قادر في مراهقته على أن يفهم استجابات الأفراد الآخرين فهو مختلف في مستواه ومداريه عن فهم طفولته، وهو قادر على أن يخفي بعض استجاباته لأمر في نفسه يسعى لتحقيقه، وهكذا ينعطف في مسالك ودروب تحول بينه وبين إعلان خيبة نفس¹.

كما إن الفرد يميل إلى الجدل ومحاولة الفهم والإقناع كذلك ينظر إلى نفسه على أنه دخل عالم الكبار، كما يمكنه التخطيط فيما يرتبط بتنفيذ الأهداف الطويلة المدى والتواريخ والوقت يصبح عموماً لديه، كما يكتسب الفكر الاستقلالي والإبتكاري.

يرى "جيفورد 1959م" أن الابتكار يتضمن الوصول إلى النتائج عن طريق مختلف الطرق المطروحة ويتضمن الابتكار الإبداع، والتنوع، والغنى في الأفكار والنظرة الجديدة للأشياء والاستجابات الجديدة.⁽¹⁾

4-7- الخصائص الانفعالية:

الخصائص الانفعالية التي تؤثر في سائر مظاهر النمو في كل جانب من الجوانب التي تتعلق بالشخصية، مشاعر الحب تتطور ويظهر الميل نحو الجنس الآخر، ويفهم المراهق الفرح والسعادة عندما يكون مقبولاً، والتوافق الاجتماعي يهمله كثيراً، ويسعده أيضاً إشباع حاجاته إلى الحب، وكذلك النجاح الدراسي والتوافق الانفعالي، ويصب تركيزه الابتعاد عن الملل والروتين، وغالباً ما يستطيع المراهق التحكم في مظاهره الخارجية الانفعالية، وهذا راجع لعدم التوافق مع البيئة الحيطية (الأسرة، المدرسة، المجتمع) وهذا ناتج عن إدراكه أن معاملة الآخرين لا تتناسب التغيرات والنضج الذي طرأ عليه فيفسر مساعدة الآخرين على

¹ بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 182.

(1) - أمين فواز الخولي وجمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط1، دار الفكر العربي، 2000، ص 220.

أنها تدخل في شؤونه وتقلل من شأنه وهذا ما يعرف بالحساسية الانفعالية، وهذه الأخيرة ترجع أيضا إلى العجز المالي للمراهق الذي يحول دون تحقيق رغباته.

ثنائية المشاعر أو التناقض الوجداني قد يصل بالمراهق أن يشعر بالتمزق بين الكراهية وبين الانجذاب والنفور لنفس الأشياء والمواقف.

كما تظهر حالات الاكتئاب، اليأس، القنوط، الانطواء، الحزن، الآلام النفسية نتيجة الإحباط والصراع بين تقاليد المجتمع والدوافع، وكذلك خضوعه للمجتمع الخارجي واستقلاله بنفسه.

أيضا نلاحظ على المراهق القلق والسلوك العصبي بصفة عامة وتفكك الشخصية واضطراب عقلي .

ونلاحظ على المراهق مشاعر الغضب والثورة والتمرد وكذلك الخوف، وهذا تبعا لعدة عوامل تحدد درجة هذه الانفعالية كمصادر السلطة في الأسرة والمجتمع والشعور بالظلم، قوة تضغط عليه أو مراقبة سلوكه وعدم قدرته على الاستقلال بنفسه¹.

5- حاجات المراهق:

الحاجة أمر فطري في الفرد أودعها الله عز وجل فيه ليحقق مطالبه ورغباته، ومن أجل أن يحقق توازنه النفسي والاجتماعي، ويحقق لنفسه مكانة وسط جماعته، وفي الوقت نفسه تعتبر الحاجة قوة دافعة تدفع الفرد للعمل والجد والنشاط وبذل الجهد وعدم إشباعها يوقع الفرد في عديد من المشاكل. وعليه فالحاجة تولد مع الفرد وتستمر معه إلى وفاته، وتتنوع وتختلف من فرد لآخر ومن مرحلة زمنية لأخرى، وعلى الرغم من تنوع الحاجات إلا أنها تتداخل فيما بينها فلا يمكن الفصل بين الحسية، النفسية، الاجتماعية والعقلية، ولما كانت الحاجة تختلف باختلاف المراحل العمرية فإن لمرحلة المراهقة حاجات يمكن أن نوضح بعضها فيما يلي:

¹ - حامد عبد السلام الزهران: علم نفس النمو-الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص383-384.

5-1- الحاجة إلى الغذاء والصحة:

الحاجة إلى الغذاء ذات تأثير مباشر على جميع الحاجات النفسية والاجتماعية والعقلية، ولا سيما في فترة المراهقة، حيث ترتبط حياة المراهق وصحته بالغذاء الذي يتناوله، ولذا يجب على الأسرة أن تحاول إشباع حاجته إلى الطعام والشراب وإتباع القواعد الصحية السليمة لأنها السبيل الوحيد لضمان الصحة الجيدة، وعلم الصحة يحدد كميات المواد الغذائية التي يحتاج إليها الإنسان من ذلك، مثلا أن الغذاء الكامل للشخص البالغ يجب أن يشمل على (450غ) مواد كربوهيدراتية، (70غ) مواد دهنية حيوانية ونباتية، و(100غ) مواد بروتينية.

ولما كانت مرحلة المراهقة مرحلة النمائية السريعة، فإن هذا النمو يحتاج إلى كميات كبيرة ومتنوعة من الطعام لضمان الصحة الجيدة¹.

5-2- الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية:

إن شعور المراهق وإحساسه وبالتقدير من طرف جماعته، وأسرته، ومجتمعه يبوئه مكانة اجتماعية مناسبة للنمو ذات تأثير كبير على شخصيته وعلى سلوكه . فالمرهق يرد أن يكون شخصا هاما في جماعته، وأن يعترف به كشخص ذا قيمة، إنه يتوق إلى أن تكون له مكانة بين الراشدين، وأن يتخلى على موضوعه كطفل، فليس غريبا أن نرى أن المراهق يقوم بها الراشدين متبعا طرائقهم وأساليبهم².

إن مرحلة المراهقة مرحلة زاخرة بالطاقات التي تحتاج إلى توجيه جيد، لذا فالأسرة الحكيمة والمجتمع السليم هو الذي يعرف كيف يوجه هذه الطاقات لصالحه ويستثمرها أحسن استثمار.

5-3- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:

وتتضمن الحاجة إلى الابتكار وتوسيع القاعدة الفكر السلوك، وكذا تحصيل الحقائق وتحليلها وتفسيرها.

¹ موسوعة: "التغذية وعناصرها" الشركة الشرقية للطبوعات، ب ط، لبنان، 1982، ص38

² فاخر عقلة: علم النفس التربوي، دار الملايين للطباعة والنشر والتوزيع، ط3، لبنان، ب س، ص38.

وبهذا يصبح المراهق بحاجة كبيرة إلى الخبرات الجديدة والمتنوعة، فيصبح بحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل والنجاح والتقدم الدراسي، ويتم هذا عن طريق إشباع حاجاته إلى التعبير عن النفس والحاجة إلى المعلومات والتركيز ونمو القدرات.

5-4- الحاجة إلى تحقيق الذات وتأكيدها:

إن المراهق كائن حي اجتماعي وثقافي، وهو بذلك ذات تفرض وجودها في الحياة حيثما وجدت خاصة في حياة الراشدين، فلكي يحقق المراهق ذاته فهو بحاجة إلى النمو السليم، يساعد في تحقيق ذاته وتوجيهها توجيهها صحيحا، ومن أجل بناء شخصية متكاملة وسليمة للمراهقين يجب علينا إشباع حاجياتهم المختلفة، والمتنوعة فقدان هذا الإشباع معناه اكتساب المراهقين لشخصية ضعيفة عاجزة عن تحقيق التوافق مع المحيط الذي يعيش فيه.

5-5- الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق:

من مميزات مرحلة المراهقة النمو العقلي كما ذكرنا، حيث تفتح القدرات العقلية من نكاه والانتباه والتخيل وتفكير وغيرها، وبهذا تزداد حاجة المراهق إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق.

فيميل المراهق إلى التأمل والنظر في الكائنات من حوله وجميع الظواهر الاجتماعية المحيطة به، التي تستدعي اهتمامه فتكثر تساؤلاته واستفساراته عن بعض القضايا التي يستعصى عليه فهمها، حينما يطيل التفكير فيها، وفي نفس الوقت يريد إجابات عن أسئلته، لذا من واجب الأسرة أن تلبي هذه الحاجة، وذلك من أجل أن تنمي تفكيره بطريقة سليمة، وتجيب عن أسئلته دونما تردد¹.

¹ حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو-الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص435-436.

6 - أشكال المراهقة: توجد 4 أنواع من المراهقة:

6-1- المراهقة المتوافقة:

ومن سماتها:

- الاعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار.
- الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات والالتزان العاطفي
- الخلو من العنف والتوترات الانفعالية الحادة.
- لتوافق مع الوالدين والأسرة، فالعلاقات الأسرية القائمة على أساس التفاهم والوحدة لها أهمية كبيرة في حياة الأطفال، فالأسرة تلمي الذات وتحافظ على توازنها في المواقف المتنوعة في الحياة¹.

6-1-1- العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة :

- معاملة الأسرة السمة التي تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق وعدم تدخل الأسرة في شؤونه الخاصة، وعدم تقييده بالقيود التي تحد من حريته، فهي تساعد في تعلم السلوك الصحيح والاجتماعي السليم ولغة مجتمعه وثقافته وتشبع حاجاته الأساسية.⁽¹⁾
- توفير جو من الصراحة بين الوالدين والمراهق.
- شعور المراهق بتقدير الوالدين واعتزازهم به والشعور بالتقدير أقرانه وأصدقائه ومدرسيه وأهله، وسير حال الأسرة وارتفاع مستوى الثقافي والاقتصادي والاجتماعي للأسرة.
- الشغل وقت الفراغ من النشاط الاجتماعي والرياضي وسلامة الصحة العامة، زد على ذلك الراحة النفسية والرضا عن النفس.

6-2- المراهقة المنطوية:

ومن سماتها ما يلي:

- الانطواء وهو تعبير عن النقص في التكيف للموقف أو إحساس من جانب الشخص أنه غير جدير لمواجهة الواقع، لكن الخجل والانطواء يحدثان بسبب عدم الألفة بموقف جديد أو

¹ محمود حسن: الأسرة ومشكلاتها، دار النهضة العربية، ب ط، لبنان، 1981، ص24.

⁽²⁾ - رابح ترمكي: أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1990، ص137.

بسبب مجابهة أشخاص غرباء، أو بسبب خبرات سابقة مؤلمة مشابهة للموقف الحالي الذي يحدث للشخص خجلا وانطواء.

- التفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظام الاجتماعي.
- الاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة والاعتراف بالجنسية الذاتية.
- محاولة النجاح المدرسي على شرعية الوالدين .

6-2-1- العوامل المؤثرة فيها:

- اضطراب الجو الأسري: الأخطاء الأسرية التي فيها، تسلط وسيطرة الوالدين، الحماية الزائدة، التدليل، العقاب القاسي. الخ.
 - تركيز الأسرة حول النجاح مما يثير قلق الأسرة والمراهق .
 - عدم الإشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسؤولية والجنس العاطفي¹
- ### 6-3- المراهقة العدوانية:

(المتردة) من سماتها:

- التمرد و الثورة ضد المدرسة، الأسرة والمجتمع.
- العداوة المتواصلة والانحرافات الجنسية: ممارستها باعتبارها تحقق له الراحة واللذة الذاتية مثل: اللواط، العادة السرية الشذوذ، المتعة الجنسية الخ.²
- العناد: هو الإصرار على مواقف والتمسك بفكرة أو اتجاه غير مصوغ والعناد حالة مصحوبة بشحنة انفعالية مضادة للآخرين الذين يرغبون في شيء، والمراهق يقوم بالعناد بغية الانتقام من الوالدين وغيرها من الأفراد، ويظهر ذلك في شكل إصرار على تكرار تصرف بالذات.

¹ - يوسف ميخائيل أسعد: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة والنشر، ط، ب، بلد، س، ص، 160.

² - عبد الغني الإيدي: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة والنشر، ط، ب، بلد، س، ص، 160.

6-4- المراهقة المنحرفة:

من سماتها ما يلي:

- الانحلال الخلقي التام والجنوح والسلوك المضاد للمجتمع.
- الاعتماد على النفس الشامل والانحرافات الجنسية والإدمان على المخدرات .
- بلوغ الذروة في سوء التوافق .
- البعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك .

6-4-1- العوامل المؤثرة فيها :

- المرور بخبرات حادة ومريرة وصددمات عاطفية عنيفة وقصور في الرقابة الأسرية .
- القسوة الشديدة في المعاملة وتجاهل الأسرة لحاجات هذا المراهق الجسمية والنفسية والاجتماعية الخ.
- الصحبة المنحرفة أو رفاق السوء وهذا من أهم العوامل المؤثرة.
- الفشل الدراسي الدائم والمتراكم وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة .

هذا أن أشكال المراهقة تتغير بتغير ظروفها والعوامل المؤثرة فيها، وإن هذه تكاد تكون هي القاعدة، وكذلك تأكد هذه الدراسة أن السلوك الإنساني من مرونة تسمح بتعديله. وأخيرا فإنها تؤكد قيمة التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي في تعديل شكل المراهقة المنحرف نحو التوافق و السواء¹

7- أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين:

- تتضح أهمية المراهقة كمرحلة كمال النضج والنمو الحركي حيث يبدأ مجالها بالدراسة في الجامعة، الندي الرياض، فالمنتخبات القومية وتكتسي المراهقة أهمية كونها:
- أعلى مرحلة تتضح فيها الفروق الفردية في المستويات، ليس فقط بين الجنسين بل بين الجنس الواحد أيضا وبدرجة كبيرة.
- مرحلة انفراج سريعة للوصول بالمستوى إلى البطولة "رياضة المستويات العالية".
- مرحلة أداء متميز خالي من الحركات الشاذة والتي تتميز بالدقة والإيقاع الجيد.

¹ - حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو-الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص440.

- لا تعتبر مرحلة تعلم بقدر اعتبارها مرحلة تطور وتثبيت في المستوى للقدرات والمهارات الحركية.
- مرحلة لإثبات الذات عن طريق إظهار ما لدى المراهق من قدرات فنية ومهارات حركية.
- مرحلة تعتمد تمرينات المنافسة كصفة مميزة لها، والتي تساعد على إظهار مواهب وقدرات المراهقين بالإضافة إلى انتقاء الموهوبين¹.

8- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين:

إن الرياضة عملية تسلية، وترويح لكلا الجنسين: هذا حيث أنها تحضر المراهق فكريا، و بدنيا كما تزوده من المهارات، والخبرات الحركية من أجل التعبير عن الأحاسيس، والمشاعر النفسية المكتظة التي تؤدي إلى اضطرابات نفسية، وعصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المقيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل مواهب الرياضي، وقدراته من أجل شغل وقت الفراغ الذي تحس فيه الرياضي بالقلق، و الملل، وبعد الرياضة يتعب المراهق عضليا، وفكريا فيستسلم حتما للراحة، والنمو بدلا من أن يستسلم للكسل، و الخمول.

و يضيع وقته فيما لا يرضي الله، ولا النفس، ولا المجتمع، وعند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية، والنوادي الثقافية من أجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية، فإن هذا يتوقف على ما يحس به عن طريق التغيرات الجسمية، والنفسية، والعقلية التي يمر بها .

*إعطاء المراهق نوعا من الحرية، وتحميله بعض المسؤولية التي تتناسب مع قدراته، واستعداداته كحرية اختيار أماكن اللعب مثلا.

*التقليل من الأوامر والنواهي.

*مساعدة المراهق على اكتساب المهارات، والخبرات المختلفة في الميادين الثقافية، والرياضية لتوفير الوسائل، والإمكانيات، والجو الذي يلائم ميول المراهق فهو دائما في

¹ بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 187-188.

حاجة ماسة إلى النصح، والإرشاد والثقة، والتشجيع، فعلى المدرب أداء دوره في إرشاد، وتوجيه، وبث الثقة في حياة المراهقين طوال مشوارهم الرياضي¹.

9- تطور الصفات البدنية و القدرات الحركية أثناء فترة المراهقة:

9-1• القدرات الحركية:

بالنسبة للنمو الحركي يظهر لاتزان التدريجي في مجال الأداء الحركي، ويستطيع الفرد أن يصل في مرحلة أداء العديد من المهارات الحركية الرياضية إلى الإتقان، كما يلاحظ ارتفاع مستوى التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة ويشير العديد من الباحثين إلى أن هذه المرحلة يمكن اعتبارها دورة جديدة للنمو الحركي، ومنها يستطيع الفتى، والفتاة اكتساب، و تعلم مختلف المهارات الحركية بسرعة، هذا بالإضافة إلى زيادة عامل مرونة العضلات للفتيات يعد من النواحي الهامة التي تساعد على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية المعينة التي تحتاج لهاته الصفة أما بالنسبة للفتيان فإن عامل زيادة القوة العضلية في هذه المرحلة يعد من النواحي الهامة التي تساعد على إمكانية ممارسة أنواع متعدد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية وفي هذه المرحلة يستطيع الفرد أن يصل إلى أعلى المستويات الرياضية العالية في بعض الأنشطة الرياضية مثل السباحة، الجمباز التمرينات الفنية².

و بذلك نرى تحسن في المستوي في بداية مرحلة المراهقة، وثباتا، واستقرارا تأزرا حركيا في نهايتها بين الخصائص التقويمية المختلفة للحركة، وعلية فالحركات بشكل عام تتميز بالإنسانية، والدقة، والإيقاع الجميل المتقن، والموزون، حيث تخلو المهارات من الحركات الزائدة، والزوايا الحادة.

ويعزي "شانيل 1978، و فنتر 1979" تقدم هذا المستوى إلى القدرة الفائقة في التحصيل، والاكساب المميز للمهارات العقلية، والتي تميز هذه المرحلة، ويضيف "حامد زهران 1982 " أن قدرة المراهق في تلك المرحلة تزداد في أخذ القرار، والتفكير السليم، والاختياري، و

¹ - معروف رزق:خطايا المراهقة، دار الفكر، دمشق، ط2، 1986، ص15.

² عنيات محمد أحمد فرج:مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، 1998، ص74.

الثقة بالنفس، والاستقلالية في التفكير، والحرية في الاكتشاف، حيث يؤثر ذلك كله ليس فقط على شخصية اللاعب الحركية فحسب بل على شخصيته المتكاملة¹.

بالإضافة إلى هذا فإن قدرات التنسيق العضلي يزيد بصورة ملحوظة في هذه المرحلة، كما أن تطوير في القيادة الحركة يكون في حالة ثبات بشكل عام، ونلاحظ كذلك تحسن في قدرات المراقبة الحركية وقدرات لتأقلم وإعادة التأقلم، و الجمع بينهما، وبشكل عام فإن هذه المرحلة يكون فيها المعلم الحركي جيد، ويكون بشكل أكثر فعالية لدى الذكور منه لدى الإناث².

9-2 تطور الصفات البدنية:

9-2-1- القوة:

خلال مرحلة المراهقة توجد أحسن الفرص، وانسب الأوقات للتدريب على القوة لأنه، وبشكل عام فإن النمو يكون موجه في هذه المرحلة أساساً من الناحية العرضية، وعلية نلاحظ زيادة في حجم العضلات مع العلم بوجود اختلافات بين مختلف المجموعات العضلية، و في الحين بين مستوي التطور، فالبنات يصلون إلى القوة العضلية القصوى، و عموماً في سن 15 إلى 17 سنة بينما الذكور ففي سن 18 إلى 22 سنة خلال هذه المرحلة الحملات، و طرق التدريب المستعملة يمكن أن تكون على قاعدة الكبار مع الأخذ بعين الاعتبار الرفع التدريجي للحمولة، و هو مبدأ هام لتدريب القوة، وخاصة هذه المرحلة الحساسة³.

9-2-2- السرعة:

بالنسبة لهاته الصفة فيستمر تطورها، و يبلغ أوجها في مرحلة المراهقة، حيث يستمر هذا التطور بنفس النسبة حتى سن 14 إلى 15 سنة حيث يرى " فنتر 1979 " أن الفروق ليست جوهرية بين الأولاد و البنات لهذا العنصر، وأن كان لصالح الأولاد قليلاً حيث يرجع السبب في ذلك ليس في زيادة الخطوة بل تساوي طولها للجنسين⁴.

¹ - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 184.

² GUNJEN WEINC BIOLOGIE DU SPORT, EDITION VIGOT, PARIS, 1992, P341-353.

³ بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 184-185.

⁴ GUNJEN WEINC BIOLOGIE DU SPORT, EDITION VIGOT, PARIS, 1992, P341-353.

يذكر "إيفانوف 1965" أن تطور كبير لهذه الصفة البدنية، ويعزو ذلك إلى تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي، و تطوراً واضحاً بهذا الأخير حيث نرى فروقاً جوهرية بين مستوى التحمل بين الجنسين ابتداءً من سن 12 إلى 14 سنة، ويزداد بشكل واضح حتى نهاية المرحلة.

9-2-3- المرونة:

تتميز هذه المرحلة بتحسن نسبي في المستوى حيث يظهر ذلك واضحاً من خلال أداء تلاميذ تلك المرحلة لحركات الجمباز، والحركات الدقيقة الأخرى، والتي تتطلب قدراً كبيراً من الرشاقة حيث نرى تحسناً ملحوظاً في كل من ديناميكية، وثبات، ومرونة الحركات مع مستوى متميز من التكيف، ويلاحظ كذلك العمود الفقري يكون تقريباً قد اكتمل، والنمو، والزيادة في الطول هي الأخرى قد اكتملت في حوالي 18 إلى 22 سنة.

10 - مشكلات المراهقة:

لاشك أن مشكلة المراهقة ظاهرة طبيعية، وأساسية في حياة الفرد، والشباب هي فترة المشكلات والهموم، والمراهق يحتاج إلى كثير من المساعدات حتى يصبح راشداً متوافقاً في حياته، لأن المراهقة حالة نفسية، وجسدية كامنة في كل منا تدفع الإنسان إلى التصرف الخاطئ، و يحتاج إلى رقابة مستمرة من الأهل تدعوا إلى إتباع الأوامر الإلهية التي تنص على عدم الاختلاط، والمراهقة أيضاً تحتاج إلى قيم دينية يفترض تزويد الإنسان بها لتحصن من الوقوع في الرذيلة.

و من أهم المشكلات التي يتعرض لها المراهق:

* النضج المبكر أو المتأخر (البلوغ).

* الكافية الاجتماعية.

* مشكلة الفراغ.

* القلق، و الحيرة الخ¹.

¹ - عصام نور: سيكولوجية المراهقة، الإسكندرية، 2004، ص 26-29.

11-نصائح عامة لكل مربى لكيفية التعامل مع المراهقين:

لكى يكون هناك توافق بين هذه المرحلة الحساسة، ومراحل النمو فيها، والوحدات التعليمية يجب أن يراعى ما يلي:

* يجب دراسة ميول، ورغبات المراهقين قبل وضع أي برنامج.

* الإكثار من الأنشطة التي تنمي شخصية المراهق، وتربي استقلاله، وتكسبه ذاته.

* يجب تنمية وعي الأفراد لخلق قاعدة عريضة متعددة الجوانب للانطلاق نحو رياضة المستوى العالي.

* يجب إعطاء المراهق جانب من الحرية، تحميله بعض المسؤوليات مع إشعاره بأنه موضع ثقة.

* يجب منح المراهق فرصة الإفصاح عن آرائه، وعدم فرض النصائح عليه .

* إعطاء الحرية تصحيح أخطائه بنفسه بقدر الإمكان لأن لجوء المربي إلي استعمال أساليب مناسبة خلال الممارسة الرياضة يساهم بشكل كبير في قدرة السيطرة على المراهق، و جعله يتبع المسار الصحيح للنمو المتكامل، وتجنبه الأزمات النفسية، والاجتماعية، والتي قد تعرقل هذا النمو¹.

¹ - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص184

خلاصة:

من خلال ما سبق نستنتج أن فترة المراهقة أزمة نفسية ومرحلة انفرادية حرة ولا يمكن حصرها في طبقة اجتماعية معينة أو مجتمع خاص فهي مرحلة تنشط من مرحلة البلوغ إلى مرحلة الرشد.

ولهذا من الضروري متابعة ومراقبة المراهق حتى يتم نموه ويكتمل نضجه اكتمالا سليما وصحيا ومن هنا يجب على الأسرة تفهم حالته ومحاولة الأخذ بيده ليتجاوز هذه المرحلة، كما يأتي دور المدرسة باعتبارها الأسرة الثانية لتبرز أهمية الأنشطة الرياضية وما يحتويه من أهداف اجتماعية ونفسية وصحية، كمتنفس للمراهقين .

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

منهج البحث وإجراءاته الميدانية

لكي يتسنى لأي باحث بلوغ أهداف الدراسة لابد أن يتم ذلك وفق منهج سليم وبناء قوي وفي هذه الدراسة اعتمد الباحث منهجية تسهل عليه ترتيب وتنظيم وإبراز أهمية كل جانب من جوانب الدراسة معتمداً في ذلك على طرق اتبعها العديد من الباحثين في ميدان علم النفس، علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي.

1- منهج الدراسة :

يعتبر المنهج من العناصر الأساسية والوسائل الهامة التي ينبغي أن تتوفر في أية دراسة وانطلاقاً من طبيعة الموضوع و فرضياته وأهدافه فقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الذي يصنف ضمن مناهج البحث المتبعة.

ويعتمد على التحديد الكمي وهو يهدف إلى اكتشاف الوقائع ووصف الظواهر وصفاً دقيقاً وتحديد خصائصها تحديداً كميًا وكيفياً، وهي بذلك تقوم بكشف الحالة السابقة للظواهر وكيف وصلت إلى صورتها الحالية وتحاول التنبؤ بما سيكون في المستقبل، فهي تهتم بماضي الظاهرة وحاضرها ومستقبلها¹.

وقد اعتمد كمنهج أساسي في هذا البحث وذلك لطبيعة الموضوع الذي يستلزم الوصف التحليل والتشخيص لدافعية الإنجاز الرياضي لدى تلاميذ ثانويات بلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت

2- مجالات الدراسة :

1-2- المجال البشري:

اعتمدت هذه الدراسة على بعض تلاميذ ثانويات ثنية الحد ولاية تيسمسيلت (ذكور) والبالغ عددهم 60 تلميذ موزعين بمعدل 20 تلميذ لكل ثانوية من الثانويات الثلاثة للاختيار وبما فيهم ثانوية (بودرنان الجليلي) الذي أجريت عليها الدراسة الاستطلاعية .

1- حلمي محمد فؤاد، عبد الرحمن صالح، المرشد في كتابه الابحاث الاجتماعية، دار الشروق، دار الشروق والتوزيع للطباعة، ط 4 سنة 1983 م ، ص 19

2-2- المجال المكاني:

تم إجراء الدراسة على مستوى ثانويان بلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت :

- ثانوية بودرنان الجليلي.

- ثانوية بربارة محمد بن احمد.

- ثانوية هواري بومدين.

2-3- المجال الزماني :

تمت دراستنا هذه خلال الفترة الزمنية الممتدة من الشروع في جمع المادة العملية وضبط أدوات البحث وتحديد الإطار المنهجي للبحث، أما الجانب التطبيقي الذي انطلقنا به من خلال الدراسة الاستطلاعية التي أجريت من تاريخ 05 مارس إلى غاية 12 مارس 2013 ، فيما أجريت الدراسة الأساسية من تاريخ 2016/03/01 إلى غاية 2016/04/20

3- عينة الدراسة:

تم اختيار العينة بطريقة عشوائية، و لا تعتبر العينة جيدة إلا إذا كانت ممثلة لجميع المجتمع الذي انبثقت منه حتى يصبح استنتاجنا صحيحا، وإلا أخطأنا في حكمنا على صفات الأصل، وهذه الدراسة تضم عينة تمثل بعض من تلاميذ ثانويان بلدية ثنية الحد في ولاية تيسمسيلت البالغ عددهم 60 من مجموع 604 تلميذ وهم بذلك يمثلون المجتمع الأصلي للبحث.

4- أدوات الدراسة:

- مقياس دافعية الانجاز:

اعتمد الباحث على مقياس من تصميم جو وليس، لدافعية الانجاز الرياضي، الذي قام محمد حسان علاوي بإعداد صورته العربية .

قام بتصميم جو وليس، مقياس دافعية الانجاز الرياضي، لمحاولة قياس دافعية الانجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية، وذلك في ضوء نموذج "ملكلياند أتكسون" في الحاجة للانجاز، و قام بإعداد صورته العربية محمد حسن علاوي، حيث يتضمن المقياس : بعدين هما : بعد دافع انجاز النجاح - بعد دافع تجنب الفشل -

5- تصحيح المقياس:

عند تصحيح القياس يتم تصحيح عبارات كل بعد على حدة كالتالي:

العبارات التي صيغت في اتجاه البعد الصحيح كما يلي :

بدرجة كبيرة جدا = (05) درجات، بدرجة كبيرة = (04) درجات، بدرجة متوسطة = (03) ،

درجات، بدرجة قليلة = (02) درجتان، بدرجة قليلة جدا = (01) درجة واحدة .

أما العبارات التي صيغت عكس اتجاه البعد فبتم تصحيحها كما يلي :

بدرجة كبيرة جدا = (01) درجة، بدرجة كبيرة = (02) درجتان، بدرجة متوسطة = (03) ،

درجات، بدرجة قليلة = (04) درجات، بدرجة قليلة جدا = (05) درجات.

و الجدول التالي يوضح رقم العبارات التي صيغت في اتجاه البعد و عكس اتجاه البعد في المقياس .

الجدول رقم 02 يوضح أرقام العبارات الموجبة و السالبة لبعدي مقياس دافعية الإنجاز في الرياضة .

بعد دافع تجنب الفشل		بعد دافع إنجاز النجاح	
رقم العبارة عكس اتجاه البعد (سالب)	رقم العبارة في اتجاه البعد (الموجب)	رقم العبارة عكس اتجاه البعد (سالب)	رقم العبارة في اتجاه البعد (الموجب)
11	01	04	02
17	03	08	06
19	05	14	10
/	07	/	12
/	09	/	16
/	13	/	18
/	15	/	20

- الخصائص السيكومترية للمقياس :

اعتمدنا في حساب المعاملات العلمية للمقياس على الإشارة إلى إثباتها في دراسات سابقة ، و

حسابها في دراسة حالية .

- ثبات المقياس :

لقد تم حساب معامل ثبات المقياس في البيئة الأجنبية عن طريق التجزئة النصفية بحيث بلغ معامل

الارتباط (0.81) بالنسبة لبعدي دافع إنجاز التفوق ، (0.62) بالنسبة لبعدي دافع تجنب الفشل¹ .

¹ عبد الحليم ، الاتجاهات البحثية المعاصرة في علم النفس الرياضي ، دار الوفاء لدنيا للطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، 2009 ، ص 241 .

6- الدراسة الاستطلاعية:

قبل الشروع في تطبيق الاستبيان كان لابد منا القيام بزيارات أولية بغرض التعرف على ميدان البحث، حيث عرضنا على بعض لتلاميذ أسئلة لمعرفة ما إن كانت محاوره تمس الجانب الذي نحن بصدد دراسته وهو دافعية الإنجاز الرياضي لدى تلاميذ الطور الثانوي لبلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت، بالإضافة إلى محاولة معرفتنا ما إذا كانت الأسئلة واضحة ومفهومة. ومر تقنين استبيان الدراسة بما يلي:

6-1- إختبار الصدق:

يقصد بالصدق صحة الاختبار لقياس ما وضع لقياسه أو صلاحية الأسلوب أو الأداة لقياس ما هو قياسه. فالاختبار عبارة عن (استمارة استبيان) موجهة ومقننة من قبل علماء ومختصين مشهود لهم في هذا المجال وقد تم اعتمادها، حيث يمثل هذا الاختبار مقياس لدافعية الإنجاز الرياضي وتم ضبطها وتعديلها بما يناسب المجتمع العربي من قبل "محمد حسن علاوي" وهو أستاذ علم النفس ونائب مجلس إدارة الجمعية الدولية لعلم النفس الرياضي (ISSP).

وبعد اتفاقنا مع المشرف على موضوع البحث والتقينا معه لتحديد المشكلة ثم الأهداف والفرضيات ثم عرض الاستبيان على أساتذة المعهد ليأخذ صدقه الظاهري وهم : غانس محمد، خروبي فيصل، الأستاذ بومعزة محمد، ولهم جزيل الشكر لمساعدتنا في هذه الدراسة.

كما يمكن حساب معامل الصدق عن طريق معادلة الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

6-2- الثبات:

للتأكد من ثبات الاختبار الخاص باستمارة الاستبيان لدافعية الإنجاز الرياضي. قمنا بتوزيع الاستمارات الخاصة بهذا الاختبار على مجموعة من تلاميذ ثانوية بوردنان الجليلي بلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت وهم

يمثلون جزء من أفراد عينة المجتمع الحقيقي (10 تلاميذ). ثم قمنا بجمع الاستمارات بعد إجابتهم كلها وأعدنا

توزيع الاستمارات في نهاية الأسبوع الثاني على نفس العينة.

ثم جمعت هذه الاستمارات حيث قمنا بعدها بحساب معامل الارتباط وقيمة ثبات الاختبار، وكانت

النتائج المحصل عليها كما هي مبينة في الجدول التالي:

-الجدول 03: يمثل المتوسط الحسابي التباين وقيمة معامل ارتباط محسوبة والجدولية ودرجة الحرية ومستوى

الدلالة والدلالة الإحصائية بين الاختبار الأول والثاني لبعد دافع الانجاز النجاح

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	معامل الارتباط الجدولية	معامل الارتباط الخسوبة	العينة	الاختبار الثاني		الاختبار الأول		المحاور
						متوسط التباين	متوسط	متوسط التباين	متوسط	
دال	0.05	18	0.60	0.87	10	6.6	42	9.6	41	المحور الأول
				0.84	10	7.5	43	7.2	42	المحور الثاني الغير ممارسين
دال	0.05	18	0.60	0.85	10	9.1	21	5.7	20	المحور الأول الممارسين
				0.82	10	5.8	22	5.8	22	المحور الثاني الغير ممارسين

7- الأدوات الإحصائية

من أجل تحليل النتائج المحصل عليها، كان لابد على الباحث من استخدام العمليات الإحصائية التالية:

$$1- \text{المتوسط الحسابي} = \frac{\text{مجموع}}{\text{عدد العينة}} \text{ س}$$

3- معامل الارتباط "بيرسون" :

$$r = \frac{\sum (س - \bar{س})(ص - \bar{ص})}{\sqrt{\sum (س - \bar{س})^2 \sum (ص - \bar{ص})^2}}$$

1. معامل الارتباط

2. التباين

3. الانحراف المعياري

4. درجة الحرية

خلاصة:

يمكن اعتبار هذا الفصل الذي تناولنا فيه منهجية البحث من بين أهم الفصول التي ضمنتها دراستنا هذه لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات والعوامل التي كان بالإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة.

أن هذه الفصل يعبر بمثابة الدليل أو المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة حيث تناولت فيه أهم العناصر التي تم دراستنا بشكل كبير منها متغيرات البحث-الدراسة الاستطلاعية- المنهج المتبع وأدوات جمع البيانات من العناصر التي يعتمد عليها أي باحث في الجانب التطبيقي من دراسته.

الفصل الثاني

عرض تحليل ومناقشة الدراسة

عرض و تحليل نتائج الدراسة الميدانية الخاصة بالفرضيات :

عرض و تحليل نتائج الدراسة الميدانية الخاصة بالفرضية الأولى:

المحور الأول : بعد دافع إنجاز النجاح بالنسبة للممارسين و غير الممارسين

الفرضية 01: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد دافع إنجاز النجاح بين الممارسين و

الغير ممارسين للنشاط اللاصفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور) .

جدول رقم 04 : يمثل التكرار و الانحراف المعياري والتباين لبعد دافع إنجاز النجاح للممارسين

النشاط اللاصفي

س	ك	س x ك	(س-س)	(س-س) ²	كx(س-س) ²
46	08	368	04	128	128
44	03	132	02	12	12
49	01	49	07	49	49
36	03	108	6 -	36	108
43	01	43	01	01	01
33	01	33	9 -	81	81
48	02	96	06	72	72
47	01	47	25	25	25
42	04	168	00	00	00
37	02	74	25	50	50
40	01	40	04	04	04
35	01	45	49	49	49
41	01	41	01	01	01
34	01	34	64	64	64
س = 42	مج ك = 30	مج س x ك = 1267		مج ك(س - س) ² = 644	
الانحراف المعياري	4.63				
التباين	21.46				

التعليق على الجدول :

يبين الجدول رقم 03 تفرغ نتائج المقياس و التكرارات و الإنحراف المعياري و التباين

لبعد دافع إنجاز النجاح بالنسبة للمارسين للنشاط اللاصفي حيث نرى أن المتوسط الحسابي

يساوي 42 و الإنحراف المعياري يساوي 4.63 و التباين يساوي 21.46 .

جدول رقم 05 :يمثل التكرار و الإنحراف المعياري والتباين لبعد دافع إنجاز النجاح لغير

المارسين للنشاط اللاصفي

ص	ك	ص x ك	(ص-) 2	(ص-) 2	ك(ص-ص) ²
17	04	68	4 -	16	64
18	02	36	3 -	09	18
19	07	133	2 -	04	28
20	03	60	1 -	01	03
21	02	42	00	00	00
22	04	88	01	01	04
24	01	24	03	09	09
25	01	25	04	16	16
26	02	52	05	25	50
27	02	54	06	36	72
28	02	56	07	49	98
ص = 21	مج ك = 30	مج ص x ك = 638			مج ك(ص-ص) ² = 362
الإنحراف المعياري	3.46				
التباين	12.06				

التعليق على الجدول :

يبين الجدول رقم 04 تفرغ نتائج المقياس و التكرارات و الانحراف المعياري و التباين لبعد دافع إنجاز النجاح بالنسبة لغير الممارسين النشاط اللاصفي حيث نرى أن المتوسط الحسابي يساوي 21 و الانحراف المعياري يساوي 3.46 و التباين يساوي 12.06 .

مناقشة وتحليل نتائج الجداول رقم 03 و 04 :

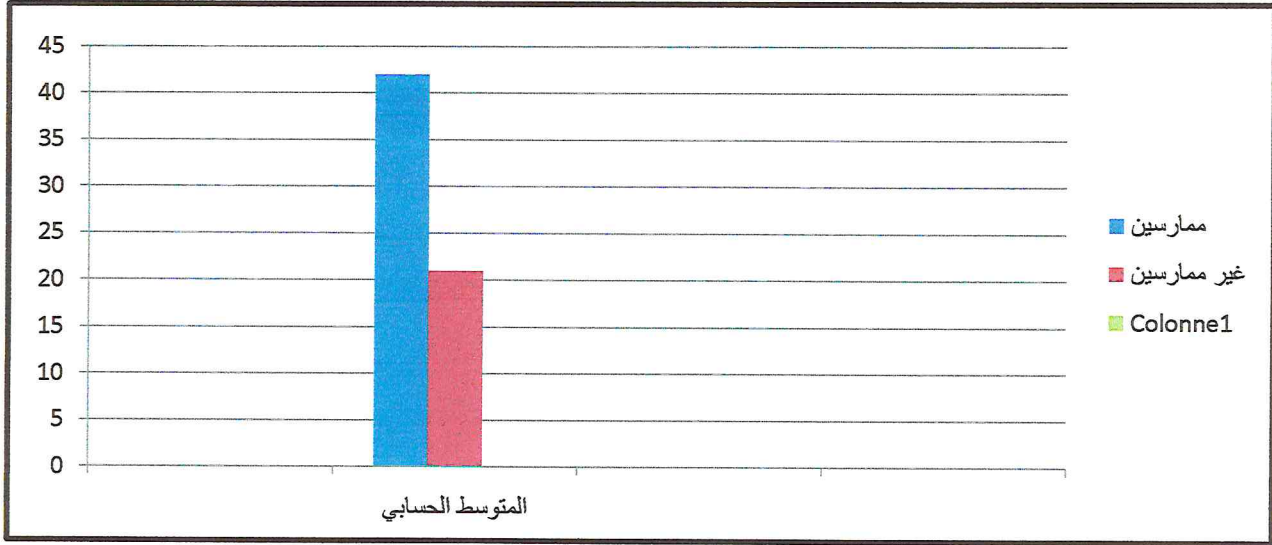
نرى من خلال الجداول 03 و 04 إختلاف في نتائج الإختبار للممارسين و غير الممارسين للنشاط اللاصفي في بعد دافع إنجاز النجاح حيث نرى نتائج التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي كانت مرتفعة مقارنة بالنسبة للتلاميذ الغير ممارسين للنشاط اللاصفي.

الجدول رقم 06 : يمثل نتائج اختبار بعد دافع إنجاز النجاح بالنسبة للممارسين و غير

الممارسين للنشاط اللاصفي تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور)

المحور 2	التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي		التلاميذ الغير الممارسين للنشاط اللاصفي		العينة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
	المتوسط الحسابي	التباين	المتوسط الحسابي	التباين						
بعد دافع تجنب الفشل	42	21.46	21	12.06	30	4.66	1.96	58	0.05	دال احصائي

الشكل رقم (01) يمثل أعمدة بيانية لمتوسطي الحسابي لبعد دافع إنجاز النجاح لممارسين و غير الممارسين النشاط اللاصفي



التعليق على الجدول: من خلال نتائج الجدول رقم 05 نجد أن قيمة المتوسط الحسابي تساوي (42) بالنسبة للممارسين النشاط اللاصفي و (21) بالنسبة للغير الممارسين للنشاط اللاصفي. قيمة التباين تساوي (21.46) بالنسبة للممارسين النشاط اللاصفي و (12.06) بالنسبة للغير الممارسين للنشاط اللاصفي .

أما قيمة ت ستودنت تساوي (4.66) أما قيمة ت ستودنت الجدولية تساوي (1.96) .

التحليل : نرى من خلال التعليق على الجدول رقم 05 أن التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي لهم دافع إنجاز للنجاح أكبر من التلاميذ للغير الممارسين للنشاط اللاصفي و هذا راجع لإملاكهم للقوة و المهارة المكتسبة من خلال ممارستهم للنشاط اللاصفي.

المناقشة : تبين النتائج المدونة في الجدول رقم 05 أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة (0.05) حيث بلغت ت ستودنت المحسوبة قيمة (4.66) و هي أكبر من قيمة ستودنت الجدولية التي تبلغ (1.96) و معنى ذلك أن التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي لديهم دافع لإنجاز نجاح أكبر من التلاميذ للغير ممارسين للنشاط اللاصفي .

الاستنتاج رقم 01 :

نستنتج أن ممارسة النشاط اللاصفي له تأثير على دافع إنجاز النجاح للتلاميذ، أي يصبح التلميذ الممارس للنشاط اللاصفي أكثر دافعية لتحقيق النجاح.

عرض و تحليل نتائج الدراسة الميدانية الخاصة بالفرضية الثانية :

المحور الثاني : بعد دافع تجنب الفشل بالنسبة للممارسين و غير الممارسين للنشاط اللاصفي :

الفرضية 02 :

توجد فروض ذات دلالة احصائية في بعد دافع تجنب الفشل بين الممارسين و غير الممارسين للنشاط اللاصفي لتلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور).

الجدول رقم 07 : يمثل التكرارات والانحراف المعياري والتباين لبعد تجنب الفشل بالنسبة

للممارسين النشاط اللاصفي

س	ك	س x ك	(س-س)	² (س-س)	كx(س-س) ²
32	01	32	8 -	64	64
34	01	34	6 -	36	36
35	01	35	05	25	25
37	01	37	03	09	37
40	05	200	00	00	00
41	02	82	01	01	02
42	07	294	02	04	28
43	03	129	03	09	27
44	04	176	04	16	64
45	01	45	05	25	25
46	02	92	06	36	72
47	01	47	07	49	49
50	01	50	10	100	49
س = 40	مج ك = 30	مج س x ك = 1253			مج ك(س-س) ² = 478
			3.99		
				15.93	
					الانحراف المعياري
					التباين

التعليق على الجدول

يبين الجدول رقم 06 تفرغ نتائج المقياس و التكرارات و الانحراف المعياري و التباين

لبعد دافع تجنب الفشل بالنسبة للمارسين للنشاط اللاصفي حيث نرى أن المتوسط الحسابي

يساوي 40 و الانحراف المعياري يساوي 3.99 و التباين يساوي 15.93 .

الجدول رقم 08 : يمثل التكرارات والانحراف المعياري والتباين لبعد تجنب الفشل بالنسبة

لغير الممارسين النشاط اللاصفي.

ص	ك	ص x ك	(ص - ص̄)	(ص - ص̄) ²	كx(ص - ص̄) ²
14	1	14	6 -	36	36
16	2	32	4 -	16	32
17	1	17	3 -	09	09
18	2	36	2 -	04	08
19	4	76	1 -	01	04
20	4	80	00	00	00
21	4	84	01	01	04
22	2	44	02	04	08
23	3	69	03	09	27
24	3	72	04	16	48
25	2	50	05	25	50
26	1	26	06	36	36
28	1	28	08	64	64
ص̄ = 20	مج ك = 30	مج ص x ك = 628			مج ك(ص - ص̄) ² 326 = 2 ²
3.29					الانحراف المعياري
10.86					التباين

التعليق على الجدول:

يبين الجدول رقم 07 تفرغ نتائج المقياس و التكرارات و الإنحراف المعياري و التباين لبعد دافع تجنب الفشل بالنسبة لغير الممارسين للنشاط اللاصفي حيث نرى أن المتوسط الحسابي يساوي 20 و الإنحراف المعياري يساوي 3.29 و التباين يساوي 10.86 .

تحليل ومناقشة نتائج الجداول رقم 06 و 07 :

نرى من خلال الجدول 06 و 07 لاختلاف في نتائج الاختبار بين الممارسين و غير الممارسين لنشاط اللاصفي في بعد تجنب الفشل حيث نرى أن نتائج التلاميذ الممارسين لنشاط اللاصفي كانت مرتفعة مقارنة بالنسبة لغير الممارسين.

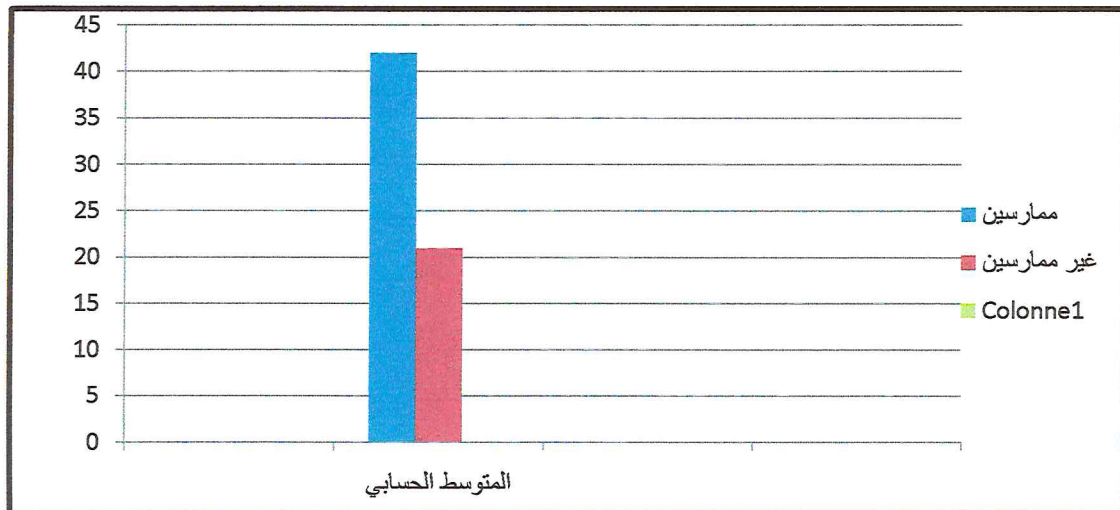
الجدول رقم 09 : يمثل نتائج اختبار بعد تجنب الفشل بالنسبة للممارسين و غير الممارسين

للنشاط اللاصفي تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور)

المحور 2	التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي		التلاميذ الغير الممارسين للنشاط اللاصفي		العينة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
	المتوسط الحسابي	التباين	المتوسط الحسابي	التباين						
بعد دافع تجنب الفشل	40	15.93	20	10.86	30	5.60	1.96	58	0.05	دال احصائي

الشكل رقم (02) يمثل أعمدة بيانية لمتوسطي الحسابي لبعد دافع تجنب الفشل للتلاميذ

الممارسين و غير الممارسين النشاط اللاصفي



التعليق على الجدول : من خلال نتائج المبينة في الجدول رقم 08 نجد ان قيمة المتوسط الحسابي تساوي 40 بالنسبة للممارسين للنشاط اللاصفي و 20 بالنسبة لغير الممارسين للنشاط اللاصفي .

قيمة التباين 15.93 بالنسبة للممارسين للنشاط اللاصفي و 10.86 بالنسبة لغير الممارسين للنشاط اللاصفي

قيمة ت ستودنت المحسوبة 5.60 و قيمة ت ستودنت الجدولية 1.96 عند مستوى الدلالة 0.05

التحليل :

إن تلاميذ الممارسين لنشاط اللاصفي لهم دافع تجنب الفشل اكبر من التلاميذ الغير ممارسين لنشاط الالاصفي و هذا راجع لامتلاكهم القوة و العزيمة و المثابرة التي اكتسبوها من خلال ممارستهم للنشاط اللاصفي

المناقشة:

يتبين من النتائج المدونة في الجدول رقم 08 ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدلالة 0.05 إذ بلغت ت ستودنت المحسوبة 5.60 وهي أكبر من قيمة ت ستودنت الجدولية التي تبلغ قيمتها 1.96 و من ذلك نرى أن التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي لديهم دافع تجنب فشل أكبر من تلاميذ الغير الممارسين للنشاط اللاصفي .

الاستنتاج رقم 02 :

نستنتج أن ممارسة النشاط اللاصفي لها تأثير على دافع تجنب الفشل، أي يصبح التلميذ الممارس لنشاط اللاصفي أكثر دافعية لتجنب الفشل .

عرض و تحليل نتائج الدراسة الميدانية الخاصة بالفرضية العامة :

الفرضية العامة :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية الانجاز للممارسين و الغير ممارسين النشاط اللاصفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور) لبلدية ثنية الحد ولاية تيمسليت.

الجدول رقم 10 : يمثل التكرارات و الإنحراف المعياري و التباين للدرجة الكلية بالنسبة لبعده

دافع إنجاز النجاح و دافع تجنب الفشل بالنسبة للممارسين للنشاط اللاصفي

س	ك	س x ك	(س-س)	² (س-س)	كx(س-س) ²
88	5	440	04	16	80
85	3	255	01	01	03
92	1	92	08	64	64
80	2	160	4 -	16	32
94	1	94	10	100	100
84	1	84	00	00	00
70	1	70	14 -	196	196
75	2	150	9 -	81	162
90	2	180	06	36	72
93	2	186	09	81	162
82	2	164	2 -	04	8
69	1	69	15 -	225	225
72	1	72	12 -	144	144
86	2	172	02	04	08
83	1	83	1 -	01	01
81	1	81	3 -	09	09
86	1	86	02	04	04
77	1	77	7 -	49	49
س = 84	مج ك = 30	مج س x ك = 2521			مج ك(س-س) ² = 1319
6.63					الإنحراف المعياري
43.96					التباين

التعليق على الجدول 10 :

يبين الجدول رقم 10 تفرغ نتائج المقياس و التكرارات و الإنحراف المعياري و التباين لدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز بالنسبة للممارسين للنشاط اللاصفي حيث نرى أن المتوسط الحسابي يساوي 84 و الإنحراف المعياري يساوي 6.63 و التباين يساوي 43.96 .

الجدول رقم 11 : يمثل التكرارات و الإنحراف المعياري و التباين للدرجة الكلية بالنسبة لبعد دافع إنجاز النجاح و دافع تجنب الفشل بالنسبة لغير الممارسين للنشاط اللاصفي

ص	ك	ص x ك	(ص-ص)	² (ص-ص)	كx(ص-ص) ²
51	01	51	09	81	81
40	05	200	2 -	04	20
35	02	70	7 -	49	98
34	01	34	8 -	64	64
47	01	47	05	25	25
36	03	108	6 -	36	108
52	01	52	10	100	100
33	01	33	9 -	81	81
39	01	39	3 -	09	09
41	02	82	1 -	01	02
50	03	150	08	64	192
42	03	126	00	00	00
54	01	54	12	144	144
46	01	46	04	16	16
45	01	45	03	09	09
48	01	48	06	36	36
49	01	49	07	49	49
43	01	43	01	01	01
ص = 42	مج ك = 30	مج ص x ك = 1277			مج ك(ص-ص) ² = 1035
5.87					الإنحراف المعياري
34.5					التباين

التعليق على الجدول :

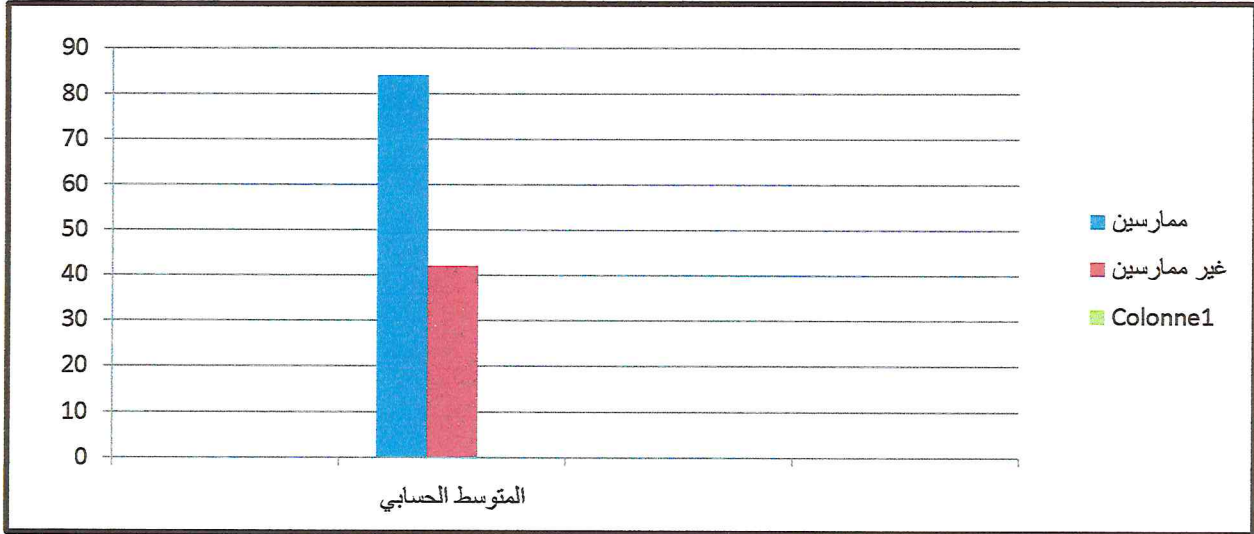
يبين الجدول رقم 10 تفرغ نتائج المقياس و التكرارات و الإنحراف المعياري و التباين لدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز بالنسبة لغير الممارسين للنشاط اللاصفي حيث نرى أن المتوسط الحسابي يساوي 42 و الإنحراف المعياري يساوي 5.87 و التباين يساوي 34.5 المناقشة و تحليل الجداول رقم 09 و 10 :

نرى من خلال الجداول 09 و 10 الإختلاف في نتائج الإختبار بين الممارسين و غير الممارسين للنشاط اللاصفي للمقياس دافعية إنجاز حيث نرى أن نتائج التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي كانت مرتفعة مقارنة بالتلاميذ الغير ممارسين.

الجدول رقم 12 : يمثل نتائج الدرجة الكلية لإختبار دافعية الإنجاز بين الممارسين و الغير ممارسن للنشاط اللاصفي.

المحور 2	التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي	التلاميذ الغير الممارسين للنشاط اللاصفي	العينة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
بعد دافع تجنب الفشل	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	30	4.05	1.96	58	0.05	دال احصائي
	التباين	التباين						

الشكل رقم (03) يمثل أعمدة بيانية لمتوسطي الحسابي للدرجة الكلية لدافعية الإنجاز لممارسين و غير الممارسين النشاط اللاصفي



التعليق على الجدول : من خلال نتائج الجدول رقم 11 نجد أن :

قيمة المتوسط الحسابي للدرجة الكلية تساوي (84) بالنسبة للممارسين للنشاط اللاصفي و (42) بالنسبة للغير الممارسين للنشاط اللاصفي .

قيمة التباين تساوي (43.96) بالنسبة للممارسين للنشاط اللاصفي و (34.05) بالنسبة للغير ممارسن للنشاط اللاصفي.

قيم ت ستودنت المحسوبة (4.05) و قيمة ت الجدولية (1.96) عند مستوى الدلالة (0.05) .

التحليل :

إن التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي لهم دافعية إنجاز أكبر من للتلاميذ الغير الممارسين للنشاط اللاصفي و ذلك من خلال امتلاكهم القوة، العزيمة و المثابرة التي اكتسبوها من خلال ممارستهم للنشاط اللاصفي.

المناقشة :

تبين النتائج المدونة في الجدول رقم 08 أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى غير مستوى الدلالة (0.05) إذ بلغت ت ستودنت المحسوبة (4.05) و هي أكبر من قيمة

ت ستودنت الجدولية التي تبلغ قيمتها (1.96) و معنى ذلك أن التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي لديهم دافعية إنجاز أكبر من تلاميذ الغير ممارسين للنشاط اللاصفي.

الإستنتاج رقم 03:

نستنتج أن ممارسة النشاط اللاصفي له تأثير على دافعية إنجاز لدى التلاميذ أي يصبح التلميذ الممارس للنشاط اللاصفي أكثر دافعية إنجاز.

• تفسير و مناقشة نتائج المحور الأول مع الفرضية الجزئية الأولى :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم 05 تظهر لنا القيمة الكبرى للممارسة النشاط اللاصفي و مدى تأثيره على دافعية إنجاز النجاح للتلاميذ و ذلك يظهر في النتائج المبينة في الجدول حيث بلغت قيمة ت ستودنت المحسوبة (4.66) و قيمة ت ستودنت الجدولية (1.96) ومنه نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي .
- و هنا يمكن القول بأن الفرضية الأولى قد تحققت .

• تفسير و مناقشة نتائج المحور الثاني مع الفرضية الجزئية الثانية :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم 08 تظهر لنا القيمة الكبرى للممارسة النشاط اللاصفي و مدى تأثيره على دافع تجنب الفشل و ذلك يظهر في النتائج المبينة في الجدول حيث بلغت قيمة ت ستودنت المحسوبة (5.60) و قيمة ت ستودنت الجدولية (1.96) ومنه نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي .
- و هنا يمكن القول أن الفرضية الثانية قد تحققت.

• تفسير و مناقشة نتائج الفرضية العامة :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم 11 تظهر لنا القيمة الكبرى للممارسة النشاط اللاصفي و مدى تأثيره على دافعية إنجاز تلاميذ المرحلة الثانوية و ذلك يظهر في النتائج المبينة في الجدول حيث بلغت ت ستودنت المحسوبة (4.05) و قيمة ت ستودنت الجدولة (1.96) .
- و هنا يمكن أن الفرضية العامة قد تحققت.

• الاستنتاج العام :

بعد عرض وتحليل بيانات الدراسة تم الوصول إلى مجموع الحقائق المتعلقة بممارسة النشاط اللاصفي ومدى تأثيره على دافعية إنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ببلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت والمتمثلة فيما يلي :

1- تؤثر ممارسه النشاط اللاصفي على دافعية إنجاز النجاح لدى التلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور) لبلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت ويظهر ذلك من خلال النتائج العالية المتحصل عليها بالنسبة للممارسين.

2- وجود دافعية لتجنب الفشل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور) لبلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت ويظهر ذلك في تخطيطهم للمعوقات ومثابرتهم وعدم انشغالهم بالأمر التي تؤثر على مستواهم وتنقص من عزيمتهم .

3- تأثر ممارسة النشاط اللاصفي على دافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور) لبلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت.

- وهي جمع بين دافعية إنجاز النجاح و دافعية تجنب الفشل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور) لبلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت.

- ومن خلال مقارنة نتائج بحثنا مع دراسات السابقة التي أجريت في هذا المجال وجدنا بان دافعية الانجاز تتأثر وتؤثر ويظهر ذلك من خلال دراسة :

1- بروج كمال وبويشة بن علي:

تحت عنوان : الدافع للانجاز وعلاقته بالأداء الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثالثة ثانوي

حيث كان التساؤل العام على النحو التالي:

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ فيما يخص الأداء الحركي و الدافع للانجاز؟

- وللإجابة عن هذا التساؤل قام فريق البحث بطرح الفرضية العامة التالية:

- هناك علاقة بين الدافع إلى الانجاز وعلاقته بالأداء الحركي لدى تلاميذ مرحلة الثالثة ثانوي.

-ولاختبار صحة هذه الفرضية قام فريق البحث بانتهاج المنهج الوصفي وقصد جمع المعلومات حول هذا الموضوع استخدمت الباحثتان مقياسي القلق (حالة سمة) والدافع للانجاز. وبعد تحليل ومناقشة النتائج إحصائيا توصل الفريق إلى النتيجة التالية:
-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور في الدافع للانجاز.

2- بن سعيد رشيدة وبوزيد عرابي نوال:

تحت عنوان "الدافع الى الانجاز وعلاقته بالقلق (حالة سمة) لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حيث كان التساؤل العام على النحو التالي:

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ فيما يخص الدافع إلى الانجاز وعلاقته بالقلق (حالة سمة)

وللإجابة عن هذا التساؤل قام فريق البحث بطرح الفرضية العامة التالية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ فيما يخص الدافع للانجاز وعلاقته بالقلق (حالة سمة).

- وبعد تحليل ومناقشة النتائج إحصائيا توصل الفريق إلى نتيجة التالية:

- هناك فروق معنوية بين التلاميذ فيما يخص الدافع للانجاز ولقلق الحالة.

الخاتمة :

من خلال الدراسة التي قمنا بها حول الموضوع :

تأثير ممارسة النشاط اللاصفي على دافعية إنجاز التلاميذ لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور)، وجدنا أن النشاط البدني له علاقة وثيقة بالإتجاهات النفسية و ميول التلاميذ حيث يكون بمثابة المفرغة للمكبوتات الضغوطات النفسية التي يتعرض لها التلاميذ داخل الأسرة و المدرسة التي سببها رغبة الأولياء و المعلمين في النجاح و تجنب الفشل و الوصول إلى أعلى المستويات و هذا يعني أنه لايمكن التغاضي عن الدور الهام التي تقوم به ممارسة النشاط اللاصفي في دفع التلاميذ نحو النجاح و تجنبهم للفشل .

و من أجل إبراز هذا الدور الهام الذي يلعبه النشاط اللاصفي و تأثيره على دافعية الإنجاز قمنا بتوزيع مقياس دافعية إنجاز على عينة البحث و كان هذا المقياس على شكل أسئلة مقسمة على محورين. محور 01 بعد دافع إنجاز النجاح ،المحور الثاني :بعد دافع تجنب الفشل، وعند حصولنا على النتائج استعملنا معادلة (T) ت ستودنت للكشف على دلالة الأيجابية المحصل عليها و التأكد من إثبات الفرضيات الجزئية المقترحة و نفيها و ما يمكن الإشارة إليه في الخير أن الأنشطة اللاصفية هي أحسن ميدان للتعلم عن طريق الممارسة بالنسبة للتلميذ و هي المسافة الواسعة التي تتيح له الفرص لإظهار مواهبه و قدراته التي تجعله يرتقي بمستواه كما أن الدراسات أخرى أثبتت الدور الايجابي و الفعال للأنشطة اللاصفية.

• الاقتراحات:

- بعد الانتهاء من هاته الدراسة و جمع البيانات و تحليلها و الخروج بنتائج واستنتاجات تخص ممارسة النشاط اللاصفي على دافعية إنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية(ذكور) لبلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت.
- يمكننا أن نخرج بمجموعة من الاقتراحات المستقبلية التي نقدمها إلى الباحثين والأساتذة العاملين في المؤسسات التربوية لبلدية ثنية الحد ولاية تيسمسيلت.
- ضرورة الاهتمام بالنشاط اللاصفي و ذلك بسبب تأثيره الكبير على دافعتيهم .
- تحفيز الأساتذة من أجل التزامهم على النشاط اللاصفي سواء الداخلي أو الخارجي .
- تحفيز التلاميذ من أجل دفعهم للإنخراط في النشاطات اللاصفية .
- وضع مخطط للنشاط اللاصفي من طرف الأساتذة بحيث لا يتعارض مع أوقات العمل

قائمة المصادر

والمراجع

1. أمين أخور خولي ، الرياضة والمجتمع ، المجلس الوطني للثقافة والآداب والعنوان ، الكويت : 1996.
2. أسامة كامل راتب ، الإعداد النفسي لتدريب الناشئين و أولياء الأمور ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 1997 .
3. أسامة كامل راتب ، دوافع التفوق في النشاط الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990.
4. أسامة كامل راتب، علم النفس الرياضية، المفاهيم، التطبيقات ، دار الفكر العربي ، ط2، القاهرة، 1997.
5. أكرم زكي حطايبي، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة ، الطبعة الأولى، دار الفكر، مصر 1996.
6. أمين أنور الخولي- الرياضة والمجتمع- عالم المعرفة- المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب- الكويت- 1996.
7. بن سعيد رشيدة وبوزيد عراي نوال " تحت عنوان "الدافع الى الانجاز وعلاقته بالقلق (حالة سمة) لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مذكرة لسانس، معهد التربية البدنية والرياضية بالشلف، 2010/2009.
8. تركي رابح، أصول التربية والتعليم، الفلسفة الثانية.
9. تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 مؤرخة في 03 فيفري 1993- متعلقة بتنظيم الممارسة في الوسط المدرسي لمؤسسات التربوية. الجزائر-
10. الجزائر- تعليمية وزارية مشتركة رقم 15- مؤرخة في 03 فيفري 1993- متعلقة بتنظيم الرياضية في الوسط المدرسي بمؤسسات التربية.
11. حسن شلتوت- التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، مطبعة دار الفكر العربي-1981-العراق.
12. حلمي المليجي ، علم النفس المعاصر ، دار المعرفة العربية ، ط6 ، بيروت ، 1984 .
- حلمي محمد فؤاد ، عبد الرحمن صالح ، المرشد في كتابه الابحاث الاجتماعية، دار الشروق ، دار الشروق والتوزيع للطباعة، ط 4 سنة 1983 م.
13. خلاص محمد الحفيظ ومصطفى حسين باهي، الاجتماع الرياض، ط، مصر: دار النشر .
14. دراسة بروج كمال وبيشة بن علي :تحت عنوان "الدافع الى الانجاز وعلاقته بالأداء الحركي لدى تلاميذ مرحلة الثالثة ثانوي، مذكرة لسانس، معهد التربية البدنية والرياضية بالشلف، 2010/2009.
15. السيد حسن شلتوت- التنظيم والإدارة في التربية البدنية الرياضية- دار الفكر العربي -1981- العراق.
16. صالح محمد علي أبو جادو، علم النفس التربوي، دار الميسرة، ط 1، الأردن، بدون سنة .
17. صدقي نور الدين محمد ، المشاركة الرياضية و النمو النفسي للأطفال ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 1998 .
18. عباس احمد السمرانيوبسطيوسي احمد- طرق التدريس في التربية والرياضية- جامعة بغداد- 1984- بغداد.

مراجع باللغة الفرنسية

1. Gerard , Bet Gros.G ,in " l'entrainement de Basket-ball " ed ,vigot ,Paris ,1985 .
2. Macolin (revie). Les Facteurs qui contribuent a la performance individuelle ou d une equipe .N 02.Spécial Sport .Février 1998 .
3. Thomas.R , Preparation Psychologique du Sportif ,ed ,Vigot ,1991 .
4. WWW.ELAZAYEM.COM. / a (40) . htm- 15/03/2007.

- عبد الحليم ، الاتجاهات البحثية المعاصرة في علم النفس الرياضي ، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر ، الإسكندرية ، مصر ، 2009 .
19. عبد العزيز بن علي: السلوك القيادي للمدرب وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية، رسالة دكتوراة، المملكة العربية السعودية، 2000م.
20. فؤاد الباهي، الأسس النفسية للفرد، دار الفكر العربي، بدون طبعة.
21. قاسم المندلاوي - دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية - ج2-1990 - الموصل .
22. قانون 03/89- المؤرخ في 14 فبراير 1989- يتعلق بتنظيم المنظومة التربوية وتطويرها. الجزائر-
23. محمد الحمامي- أسس بناء التربية الرياضية- دت.
24. محمد حسن علوي ، سيكولوجية التدريب و المنافسة ، دار المعارف ، ط6 ، القاهرة ، 1987 .
25. محمد سعيد عزمي -أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي -1996 .
26. محمد صالح علوي ، علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، مصر ، 1987.
27. محمد عوض بسيوني - نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية-المطبوعات الجامعية -1992 -الجزائر عقيل عبد الله وآخرون - الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية -بغداد -.
28. محمد عوض بسيوني- نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية- ديوان المطبوعات الجامعية- 1992- الجزائر-.
29. محمود عوض وفيصل ياسين، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، 1997.
30. مصطفى أحمد زكي، تقدم عثمان نجاتي، الرعاية الوالدية، دار النهضة العربية للنشر، القاهرة ، 1974 .
31. مصطفى عشوي ، مدخل إلى علم النفس ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1990 .
32. مصطفى عشوي، مدخل إلى علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990 .
33. مكارم حلمي وآخرون- مناهج التربية البدنية والرياضية- مركز الكتب للنشر- 1999- القاهرة.
34. منذر هاشم الخطيب- تاريخ التربية الرياضية-ج2-1988- بغداد.
35. موسى فريد: تقدير الذات وعلاقته بدافعية الانجاز عند لاعبي كرة القدم، رسالة ماجستير، الجزائر، 2004م.
36. ناهد محمود سعد - طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية -مركز الكتاب للنشر -القاهرة .

الملاحق

مقياس دافعية الإنجاز في الرياضة :

هذا المقياس وضع لغرض علمي ، وهو الوقوف على بعض المواقف التي ترتبط بسلوكك و اتجاهاتك نحو بغض مواقف المنافسة الرياضية و الرياضية بصفة عامة ، موجه لتلاميذ الممارسين لنشاط اللاصفي، و المطلوب منك هو :

- اقرأ كل عبارة بعناية تامة وحاول أن تحدد عما إذا كانت العبارة تنطبق عليك :
- بدرجة كبيرة جدا أو بدرجة كبيرة أو بدرجة متوسطة أو بدرجة قليلة أو بدرجة قليلة جدا
- وضع علامة (x) أمام الخانة التي تنطبق على حالتك أي بما تتناسب مع حالتك أو اتجاهك الحقيقي .
- نعلمك أن هذه المعلومات التي سوف تدلون بها هدفها علمي بحت ، و ليست هناك إجابة صحيحة .
- وشكرا مسبقا .

تيممبولت: .../.../...

رخصة إجراء البحث

إلى السيد:
في إطار إجراء بحوث ميدانية لطبة قسمنا يرجى من حضرتكم السماح لهم بمباشرة الأعمال في مؤسساتكم.

الاسم:

اللقب:

الأستاذ المشرف:

عنوان البحث:

... ..

مدة البحث من إلى

نتمنى منكم المساهمة في تكوين طلبتنا وإمدادهم بالمساعدات اللازمة كما نؤكد لكم أن نشاط طلبتنا لن يعرقل السير الحسن لنشاطاتكم الداخلية.

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير.

مدير الدراسات:

بن زابح خيسر النيسون
مدير الدراسات
المركز الجامعي تيممبولت

مقياس دافعية الإنجاز في الرياضة :

هذا المقياس وضع لغرض علمي ، وهو الوقوف على بعض المواقف التي ترتبط بسلوكك و اتجاهاتك نحو بغض مواقف المنافسة الرياضية و الرياضية بصفة عامة ، موجه للتلاميذ الغير الممارسين لنشاط اللاصفي ، و المطلوب منك هو :

- اقرأ كل عبارة بعناية تامة وحاول أن تحدد عما إذا كانت العبارة تنطبق عليك :

بدرجة كبيرة جدا أو بدرجة كبيرة أو بدرجة متوسطة أو بدرجة قليلة أو بدرجة قليلة جدا

- وضع علامة (x) أمام الخانة التي تنطبق على حالتك أي بما تناسب مع حالتك أو اتجاهك الحقيقي .

تعلمك أن هذه المعلومات التي سوف تدلون بها هدفها علمي بحت ، و ليست هناك إجابة صحيحة .

وشكرا مسبقا .

مقياس دافعية الإنجاز الرياضي

تصميم : جو ولس

تعريب : محمد حسن علاوي

العبارة	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جدا
1- اجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في منافسة					
2- يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات اضافية لتحسين مستواه					
3- عندما ارتكب خطأ في الاداء اثناء المنافسة فاني احتاج لبعض الوقت لكي انسي هذا الخطأ					
4- الامتياز في الرياضة لا يعتبر من اهدافي الاساسية					
5- احس غالبا بالخوف قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة					
6- استمتع بتحمل أي مهمة و التي يرى بعض اللاعبين الاخرين انها مهمة صعبة					
7- اخشى الهزيمة في المنافسة					
8- الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد					
9- في بعض الاحيان عندما انهزم في منافسة فان ذلك يضايقني لعدة ايام					
10- لدي استعداد للتدريب طوال العام دون انقطاع لكي انجح في رياضي					
11- لا اجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في المنافسة					
12- الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا					
13- اشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية					
14- افضل ان استريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة					
15- عندما ارتكب خطأ في الاداء فان ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة					
16- لدي رغبة عالية جدا لكي اكون ناجحا في رياضي					
17- قبل اشتراكي في المنافسة لا انشغل في التفكير عما يمكن ان يحدث في المنافسة او نتائجها .					
18- احاول بكل جهدي ان اكون افضل لأعب					
19- استطع ان اكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة					
20- هدفي هو ان اكون مميزا في رياضي .					

استمارة تكيف المقياس

الملاحظة	الدرجة العلمية	الإسم و اللقب	
مقبول	أستاذ محاضر	فوزة محمد طيبي	01
مقبول	أ. م. ب. م.	فالس أحمد	02
مقبول	أستاذة محاضرة	شروبي محمد عنهيل	03
			04
			05