

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة حسينة بن بوعلوي " الشلفه"
معهد التربية البدنية و الرياضية

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماجستير
في نظرية و منهجية النشاط البدني الرياضي
تخصص "النشاط البدني الرياضي التربوي"

تمت عنوان

دور النشاط البدني الرياضي التربوي
في تطوير النمو النفسي الاجتماعي ، لدى
تلاميذ المرحلة الثانوية
* دراسة متمحورة حول البعد النفسي الاجتماعي

إشرافه الدكتور:

*يحيى اوي محمد

إعداد الطالب الباحثة:

*نمال حميد

تشكر

أتقدم بشكري الخالص إلى المولى عز وجل الذي وفقني لأداء هذا البحث

كما أتقدم بجزيل الشكر و التقدير و الاحترام إلى:

➤ الدكتور يحياوي محمد الذي لم يبخل علينا بنصائحه و إرشاداته منذ أن عرفناه و نعزز بمعرفته.

➤ الأستاذ الدكتور بن عكي محند آكلي.

➤ أساتذة و دكاترة معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة الشلف نخص بالذكر الدكتور عكوش كمال.

➤ أساتذة و دكاترة معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم .

➤ جميع اصدقائي في العمل.

نشكر السيد مدير الخدمات الجامعية بالشلف دون ان انسى صديقي ومديري في العمل السيد مداني محمد.

-الطالب الباحث-

نحال حميد

أهلى

أهلى هلى العمل الملى مع إلى واللى العزىة اللى حمللى وهلى على وهى

إلى واللى العزىة.

إلى الكلكوللى الصغىرىن : آىة وىاسر

إلى جمىع أفراد العائللة.

إلى كل إلولى الذىن لم لدهم أمى ملىنى محمد، العنلرى محمد، قهور جىلالى، شاهل

شرفى، كىلالى لهنن، للى، ملىلرى عبلى القالر، العربى شهىة، إلى جمىع الاصلقاء

إلى زملاء المهنة الذىن قلموا لى ىل المساعدة ألى بالذكر عمل الإقاملة

الجامعىة أولال فارس -03- الشلف ، إلى الذىن فى قلوبهم رغبة فى العلم

و المعرفة .

- نلال حمىل -

فهرس المحتويات

01	- مقدمة
05	1- الإشكالية
07	2- فرضيات البحث
07	3- أهمية البحث
08	4- أهداف الدراسة
09	5- التحديد الإجرائي لمصطلحات البحث
10	6- الدراسات السابقة

الباب الأول: الجانب النظري

الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي

15	تمهيد
16	1- النشاط البدني الرياضي
17	2- تصنيف الأنشطة البدنية و الرياضية
18	3- عوامل اختيار الأنشطة البدنية و الرياضية
19	4- التربية البدنية و الرياضية
20	5- التربية البدنية و الرياضية كمفهوم
21	6- التربية البدنية و الرياضية كمفهوم تربوي
22	7- التربية البدنية و الرياضية كمفهوم إجرائي

- 23 -8- التربية البدنية و الرياضية كمصطلح
- 24 -9-الأهداف العامة للتربية البدنية و الرياضية
- 25 -10- أغراض التربية البدنية و الرياضية
- 27 -11-الأسس العلمية للتربية البدنية و الرياضية
- 29 -12- النشاط البدني التربوي التعليمي
- 30 -13- التربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية
- 31 -14- الأهداف الخاصة التربية البدنية و الرياضية
- 31 -15- التربية البدنية و الرياضية في النظام التربوي الجزائري
- 32 -16- أهداف التربية البدنية و الرياضية في التعليم الثانوي الجزائري
- 32 -16-1- الأهداف العامة
- 35 -16-2- الأهداف الخاصة .
- 35 -17- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالمواد الدراسية الأخرى
- 36 -18- التربية البدنية و الرياضية المدرسية
- 36 -19- مشاكل التربية البدنية و الرياضية
- 37 -20- درس التربية البدنية و الرياضية
- 39 -21- الطبيعة التربوية لدرس التربية البدنية و الرياضية
- 40 -22- أهمية درس التربية البدنية و الرياضية
- 40 -23- الأهداف الرئيسية لدرس التربية البدنية و الرياضية
- 41 -24-أغراض درس التربية البدنية و الرياضية
- 43 -25- واجبات درس التربية البدنية و الرياضية
- 44 -26- بناء درس التربية البدنية و الرياضية
- 46 -27- طرق إخراج الدرس في التربية البدنية و الرياضية
- 48 -28- طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية(حسب المنهاج)
- 49
- 51 -30- أنواع الدروس في التربية البدنية
- 52 -31- مدرس التربية البدنية و الرياضية

- 52 -32- مميزات مدرس التربية البدنية و الرياضية
- 53 -33- شخصية مدرس التربية البدنية و الرياضية
- 54 -34- صفات مدرس التربية البدنية و الرياضية
- 55 -35- صفات مدرس الناجح
- 56 -36- مسؤوليات مدرس التربية البدنية و الرياضية
- 57 -37- واجبات مدرس التربية البدنية و الرياضية
- 58 -38- الأساليب التدريسية
- 58 -38-1- الأسلوب اليمقراطي
- 60 -38-2- الأسلوب الديكتاتوري (التسلطي)
- 62 -38-3- أسلوب الحرية المطلقة (الفوضوي)
- 63 خلاصة

الفصل الثاني: النمو النفسي الإجتماعي

- 66 تمهيد
- 67 1- تعريف النمو
- 67 1-1- النمو التكويني
- 67 1-2- النمو الوظيفي
- 67 2- مراحل النمو
- 70 3- العوامل التي تؤثر في النمو
- 70 3-1- العوامل الوراثية
- 70 3-2- العوامل العضوية
- 70 3-3- العوامل البيئية
- 71 4- النمو النفسي و الإجتماعي
- 73 5- النمو الإجتماعي و تعريفه
- 73 6- النمو النفسي و تعريفه
- 74 7-العوامل المؤثرة في النمو الإجتماعي .

75	8 - النمو الإجتماعي للفرد في مراحل نموه المختلفة
77	9- المظاهر الأساسية للنمو النفسي الإجتماعي
82	10- علاقة التربية البدنية و الرياضية بجانب النمو النفسي و الإجتماعي للمراهقة
82	10-1- من الجانب النفسي
82	10-2- من الجانب الإجتماعي
83	11 - الناحية النفسية البيداغوجية للرياضة في سن المراهقة
84	12- الناحية الإجتماعية البيداغوجية للرياضة في سن المراهقة
85	13 - الدور الإجتماعي و النفسي للرياضة
86	14- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو النفسي الإجتماعي
86	14-1- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو النفسي
87	14-2- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو الإجتماعي
89	15- النمو النفسي الإجتماعي في مرحلة المراهقة وفق نظرية إريكسون
89	15-1- معنى المراهقة
91	15-2- تشكل الهوية Identity Formation
93	15-3- أزمة الهوية في المراهقة
94	15-4- تشكل الهوية في مرحلة المراهقة
97	15-5- جوانب الهوية
98	15-6- رتبة الهوية
100	خلاصة

الفصل الثالث : المراهقة

تمهيد

103	1- المراهقة لفظا و معنى
103	2- بعض تعاريف المراهقة
105	3- مظاهر النمو في مرحلة المراهقة

105	3-1-النمو الجسمي
106	3-2- النمو الفيزيولوجي أو التشريحي الداخلي
109	4- النمو الإجتماعي في مرحلة المراهقة
111	5- النمو الإنفعالي و السيكولوجي في مرحلة المراهقة
112	6- الإتجاهات المختلفة لدراسة المراهقة
16	7- نماذج المراهقة
116	7-1- النموذج الفيزيولوجي للمراهق
117	7-2- النموذج الإجتماعي للمراهق
118	7-3- النموذج التحليلي للمراهق
119	7-4- النموذج التربوي العقلي للمراهق
121	8- مشاكل المراهقة و بعض العناصر المثيرة في حياتها
124	9- التناولات المختلفة للصورة الجسدية
124	9-1- التيار الظاهري الفينومولوجي "phénoménologie"
125	9-2- التناول الفيزيولوجي
126	9-3- التناول التحليلي
127	9-4- التناول الإجتماعي
128	10- حاجات المراهقة
128	11- الدوافع
129	11-1- ماهية الدوافع
130	11-2- أهمية دراسة الدوافع
131	11-3- نظريات الدوافع
139	11-4- تقييم الدوافع
148	خلاصة

الباب الثاني : الجانب التطبيقي

الفصل الرابع : منهجية البحث

151	تمهيد
152	1- منهج البحث المتبع في الدراسة
153	2- متغيرات الدراسة.
153	2-1- المتغير المستقل
153	2-2- المتغير التابع
154	3- مجتمع الدراسة (البحث)
154	3-1- مفهومه
154	3-2- عينة الدراسة
155	4- إختيار عينة البحث
156	5- الدراسة الميدانية أو الإستطلاعية
156	6- مجالات البحث
156	6-1- المجال الزمني للبحث
156	6-2- المجال المكاني
157	6-3- المجال البشري
158	7- أدوات البحث
159	8- صدق الإستبيان
159	9- إجراءات الدراسة
160	10- أساليب المعالجة الإحصائية
160	10-1- الأساليب الإحصائية
161	الخلاصة

الفصل الخامس : عرض ومناقشة النتائج

163	تمهيد
164	1- عرض ومناقشة نتائج الإستبيان الخاص بالتلاميذ
209	2- عرض ومناقشة نتائج الإستبيان الخاص بالأساتذة
240	3- مقارنة النتائج بالفرضيات

242

4- الإستنتاج العام

244

5- التوصيات و الإقتراحات

245

الخاتمة

قائمة المراجع

قائمة الملاحق

قائمة الجداول و الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
120	خاص بأنماط المراهقة في المجتمعات المختلفة حسب عيسوي".	الشكل رقم (01)
137	مدرج لـ ماسلو "Maslow" عند لوهر "Loehr" 1993 .	الشكل رقم (02)
147	ملخص نتائج دراسة "Puni 1980" في مجال دوافع المراحل الأساسية للممارسة الرياضية.	الشكل رقم (03)
165	الخاصة برأي التلاميذ تجاه التربية البدنية و الرياضية.	الشكل رقم (04)
167	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة مدى أهمية مادة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للتلميذ.	الشكل رقم (05)
169	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة الحالة النفسية للتلميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	الشكل رقم (06)
171	الخاص برأي التلاميذ حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية	الشكل رقم (07)
173	الخاص برأي التلاميذ حول نوع الرياضة التي يمارسونها.	الشكل رقم (08)
175	الخاص برأي التلاميذ حول الفائدة من ممارسة التربية البدنية والرياضية.	الشكل رقم (09)
177	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت مادة التربية البدنية والرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى	الشكل رقم (10)
179	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة المشاكل التي تسببها مادة التربية البدنية والرياضية لهم.	الشكل رقم (11)
181	الخاص برأي التلاميذ حول إهتمام الأسرة بأخبار الرياضة.	الشكل رقم (12)
183	الخاص برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان ضمن أسرة التلميذ من يمارس الرياضة.	الشكل رقم (13)
185	الخاص برأي التلاميذ حول دور الأسرة في تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة.	الشكل رقم (14)

- 185 الشكل رقم (15) الخاصة برأي التلاميذ حول ما إذا كان التلاميذ يمارسون النشاط الرياضي خارج المدرسة في أوقات فراغهم
- 189 الشكل رقم (16) الخاصة برأي التلاميذ حول معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلميذ.
- 191 الشكل رقم (17) الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة العراقيين و العواقب التي تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي.
- 193 الشكل رقم (18) الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية للتلميذ.
- 195 الشكل رقم (19) الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة فيما إذا كان التلاميذ يهتمون بالمظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية.
- 197 الشكل رقم (20) الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان الأستاذ يساعد التلاميذ في حل المشاكل النفسية أم لا.

- 199 الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يفتح المجال للتلاميذ للتعبير عن آرائهم. الشكل رقم (21)
- 201 الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت الأنشطة التي يبرمجها الأستاذ أثناء الحصة تدعو إلى الراحة النفسية للتلاميذ. الشكل رقم (22)
- 203 الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان التلاميذ يعلمون بوجود الأخصائي النفسي بمؤسستهم أم لا. الشكل رقم (23)
- 205 الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يوجه التلاميذ إلى الأخصائي النفسي عندما يعلم بأنهم يعانون من مشاكل نفسية. الشكل رقم (24)
- 207 الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة موقف زملاء من أصدقاهم عندما يمارسون النشاط الرياضي. الشكل رقم (25)
- 210 الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة رأي الأساتذة حول تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ. الشكل رقم (26)
- 212 الخاصة برأي الأستاذ فيما إن كانت الزيادة في عدد حصص التربية البدنية والرياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي. الشكل رقم (27)
- 214 الخاصة برأي الأساتذة حول الغرض من تحديد الخلل في عدم بروز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي. الشكل رقم (28)
- 216 الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة ما إذا كان التكوين النظري في ميدان علم النفس الذي تلقاه الأستاذ كاف لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق. الشكل رقم (29)
- 218 برأي الأساتذة حول معرفة ما إن كان الأساتذة يركزون على الجانب النفسي للتلاميذ أثناء تحضيرهم لحصة التربية البدنية والرياضية. الشكل رقم (30)
- 220 الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة صفة العلاقة القائمة بين الأستاذ والتلميذ. الشكل رقم (31)
- 222 الخاصة برأي الأساتذة حول معرفتهم فيما إن كانت الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلاميذ أم لا. الشكل رقم (32)
- 224 الخاصة برأي الأساتذة حول نوع الألعاب الشبه الرياضية التي لها أثر إيجابي على نفسية التلاميذ. الشكل رقم (33)

- 226 الشكل رقم (34) الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالات النفسية للتلاميذ
- 228 الشكل رقم (35) الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة مجال الإرشاد النفسي للمراهق.
- 230 الشكل رقم (36) الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- 232 الشكل رقم (37) الخاصة برأي الأساتذة في كيفية حل المشاكل النفسية للتلاميذ.
- 234 الشكل رقم (38) الخاصة برأي الأساتذة حول ملاحظاتهم في مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية.
- 136 الشكل رقم (39) الخاصة برأي الأساتذة حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.
- 238 الشكل رقم (40) الخاصة برأي الأساتذة حول تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة.
- 155 الجدول رقم (01) يمثل توزيع العينة بين أفراد المؤسسات التربوية.
- 164 الجدول رقم (02) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ تجاه التربية البدنية و الرياضية.
- 166 الجدول رقم (03) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة مدى أهمية مادة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للتلميذ
- 168 الجدول رقم (04) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة الحالة النفسية للتلميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية
- 170 الجدول رقم (05) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.
- 172 الجدول رقم (06) التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول نوع الرياضة التي يمارسونها.
- 174 الجدول رقم (07) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول الفائدة من ممارسة التربية البدنية والرياضية.
- 176 الجدول رقم (08) معرفة ما إذا كانت مادة التربية البدنية والرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى.
- 178 الجدول رقم (09) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة المشاكل التي تسببها مادة التربية البدنية والرياضية لهم.
- 180 الجدول رقم (10) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول

إهتمام الأسرة بأخبار الرياضة.

- 182 **الجدول رقم (11)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان ضمن أسرة التلميذ من يمارس الرياضة
- 184 **الجدول رقم (12)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول دور الأسرة في تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة.
- 186 **الجدول رقم (13)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول ما إذا كان التلاميذ يمارسون النشاط الرياضي خارج المدرسة في أوقات فراغهم
- 188 **الجدول رقم (14)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلميذ.
- 190 **الجدول رقم (15)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة العراقيين و العواقب التي تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي.
- 192 **الجدول رقم (16)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية للتلميذ.
- 194 **الجدول رقم (17)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة فيما إذا كان التلاميذ يهتمون بالمظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية.
- 196 **الجدول رقم (18)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان الأستاذ يساعد التلاميذ في حل المشاكل النفسية أم لا .

- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول
الجدول رقم (19) معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يفتح المجال
198 للتلاميذ للتعبير عن آرائهم
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول
الجدول رقم (20) معرفة ما إذا كانت الأنشطة التي يبرمجها الأستاذ أثناء الحصة
200 تدعو إلى الراحة النفسية للتلاميذ.
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ معرفة ما
الجدول رقم (21) إذا كان التلاميذ يعلمون بوجود الأخصائي النفسي بمؤسستهم أم
202 لا.
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ معرفة ما
الجدول رقم (22) إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يوجه التلاميذ إلى
204 الأخصائي النفسي عندما يعلم بأنهم يعانون من مشاكل نفسية.
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول
الجدول رقم (23) معرفة موقف زملاء من أصدقاهم عندما يمارسون النشاط
206 الرياضي.
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول
الجدول رقم (24) معرفة رأي الأساتذة حول تأثير حصة التربية البدنية والرياضية
209 على النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ.
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأستاذ فيما إن
الجدول رقم (25) كانت الزيادة في عدد حصص التربية البدنية والرياضية له علاقة
211 بالنمو النفسي والاجتماعي.
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول
الجدول رقم (26) الغرض من تحديد الخلل في عدم بروز الأهداف المنتظرة لحصة
213 التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي.
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول
الجدول رقم (27) معرفة ما إذا كان التكوين النظري في ميدان علم النفس الذي
215 تلقاه الأستاذ كاف لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق.
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول
الجدول رقم (28) معرفة ما إن كان الأساتذة يركزون على الجانب النفسي للتلاميذ
217 أثناء تحضيرهم لحصة التربية البدنية والرياضية

- 219 **الجدول رقم (29)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة صفة العلاقة القائمة بين الأستاذ والتلميذ.
- 221 **الجدول رقم (30)** معرفتهم فيما إن كانت الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلاميذ أم لا.
- 223 **الجدول رقم (31)** نوع الألعاب الشبه الرياضية التي لها أثر إيجابي على نفسية التلاميذ.
- 225 **الجدول رقم (32)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالات النفسية للتلاميذ.
- 227 **الجدول رقم (33)** يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة مجال الإرشاد النفسي للمراهق.

- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول
229 معرفة الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية
والرياضية (الجدول رقم 34)
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة في كيفية
231 حل المشاكل النفسية للتلاميذ. (الجدول رقم 35)
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول
233 ملاحظاتهم في مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد نهاية حصة التربية
البدنية والرياضية (الجدول رقم 36)
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول
235 الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية. (الجدول رقم 37)
- يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول
237 تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة. (الجدول رقم 38)

مقدمة:

لا شك أن جوانب الشخصية الإنسانية متكاملة ويؤثر بعضها في البعض الآخر، ويتأثر به، وهي وحدة مترابطة ولا يمكن الفصل بينهم إلا في مجال الدراسة النظرية، فمنذ مهد الإنسان إلى الوقت الذي يتم فيه نضجه ويكتمل نموه تتفاعل عناصر تكوينه المختلفة ويحدث التأثير المتبادل بينهما على نحو قد يكون ظاهراً حيناً وقد يكون مستتراً حيناً آخر.

إذ هناك اتصال وثيق بين النفس والجسم، فالنفس تؤثر في الجسم ويؤثر في النفس، ولا انفصال بين هذا وذاك، ولذلك نجد أن النمو الجسمي يؤثر في جوانب النمو الأخرى العقلي والنفسي والاجتماعي ويتأثر بها.

إن النمو الجسمي يتأثر بالجوانب النفسية والاجتماعية الذي يعيش فيه النشأ داخل أسرته، ونتيجة للتوترات العصبية والانفعالات والقلق النفسي الذي يلحق به، قد يتأثر نموه الجسمي وتصيبه بعض الأمراض والعلل التي يكون منشؤها عصبي نفسي ولكن تؤثر في وظائف الجسم البيولوجية والفسولوجية وتؤدي إلى عرقلة النمو الجسمي، وقد أثبتت الأبحاث التربوية أن القلق النفسي يحدث اختلالاً في صحة الفرد العامة ويتسبب في اختلال نظامه الهضمي ودورته الدموية ونومه. وإذا ما طال القلق والخوف وأدى إلى اختلال نظامه لمدة طويلة من الزمن، فإن من شأنهما أن يتسببا في بطء عملية النمو الجسمي.

فلا شك أن الصحة والقوة وحسن النمو واللياقة البدنية تسهم بصورة مباشرة أو غير مباشرة في النمو العقلي للفرد، وفي تكامل شخصيته وفي نجاحه في الحياة وتقرر الحكمة اليونانية الشهيرة "العقل السليم في الجسم السليم" قاعدة صحية عامة نلمسها في حياتنا، إذ أن مصدر سعادة الإنسان تكمن في سلامة العقل والجسم معاً وليس في مقدور الرجل الذي يعاني من الأمراض، أن ينتفع بذكائه وقدراته العقلية فهو حبيس جسده العليل، وأسير أمراضه وعلله.

فالنشاط البدني الرياضي يلعب دوراً هاماً ومحورياً في بناء شخصية الفرد من جميع النواحي البدنية، والخلقية، والنفسية، والاجتماعية.

فالنشاط البدني الرياضي يعد واحد من أوجه الممارسات التي تؤدي إلى توجيه النمو البدني للفرد باستخدام التمرينات الحركية والتدابير الصحية وبعض الأساليب النفسية والخلقية وبالتالي النمو النفسي الاجتماعي.

فأصبح من الصعب تجاهل المغزى الاجتماعي لهذا النشاط الإنساني البارز و لعل أحسن صورة تبرز هذه المكانة هو اهتمام المفكرون بهذا الجانب و ظهور ما يسمى بعلم الاجتماع الرياضي أو علم النفس الرياضي.

و لقد بينت الدراسات السيكولوجية الحديثة أن النشاط البدني يلعب دورا بارزا في الصحة النفسية و عنصرا هاما في تكوين الشخصية الناضجة ، السوية ، كما أنه يعالج الكثير من الانحرافات النفسية و السلوكية ، بغرض تحقيق التوافق النفسي كما أن الرياضة تربي الطفل على الجرأة و الثقة في النفس ، والتحمل ، و عند انخراطه في فريق رياضي تنمو لديه روح الطاعة و الإخلاص ، و ينعدم لديه الشعور بالذات و بذلك تكون التمرينات البدنية عاملا فعالا في تنمية الشعور الانفعالي.

كما يعتبر النشاط البدني الرياضي مجال لتأكيد المراهق لذاته التي تعتبر من الأزمات النفسية المؤدية إلى المشاكل و الانحراف ، كما يمكن للمراهق إدراك المكانة الاجتماعية لنفسه ، و لغيره من خلال اللعب و دور زملائه نحوه بالإضافة إلى التأثير بشخصيات رياضية كبيرة و تقليدها. وانطلاقا مما سبق جاء بحثنا هذا ليسلط الضوء علي جانب مهم من الجوانب التي يسعي النشاط البدني الرياضي لتنميتها ،ومن اجل ذلك قسم الباحث هذه الدراسة إلى بابين بالإضافة إلى الجزء التمهيدي و الذي تناول فيه:

التعريف بالبحث، مقدمة البحث، مشكلة البحث، فرضيات و أهداف البحث ،ثم مصطلحات و الدراسات المشابهة.

أما الباب الأول فقد تناول فيه الباحث أربعة فصول، حيث تطرق في الفصل الأول إلى النشاط البدني الرياضي التربوي اما الفصل الثاني النمو النفسي الإجتماعي و الفصل الثالث جاء تحت عنوان المراهقة.

أما الباب الثاني فقد تناول فيه الباحث ثلاثة فصول تطرق فيها في الفصل الأول إلي منهج البحث و الإجراءات الميدانية ،أما الفصل الثاني فقد تطرق فيه إلي عرض ومناقشة نتائج البحث أما الفصل الثالث فقد تناول مقابلة النتائج بالفرضيات الإستنتاج العام ،الإقتراح

مدخل عالم

- الإشكالية :

إن مرحلة المراهقة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد خلال حياته يتعرض فيها إلى مشاكل نفسية و إجتماعية نتيجة لعدة تغيرات ، تطراً عليه في هذه المرحلة فتختلف هذه الأزمة العابرة في درجتها باختلاف ظروف الفرد و مدى عدته لإستقبالها فيصبح المراهق يثور لأنفه الأسباب و نجده يبحث عن الإستقلالية أمام ضغوطات الأسرة و المحيط و من جهة أخرى يبحث عن الحنان .

يتعرض المراهق للتغيرات المختلفة التي تجعله يقع في صراع مع نفسه و مع من يحيطون به ، حيث يصبح عنيفاً و قلقاً و غير مستقر و هذا ما يدفع به إلى إتخاذ أسلوب قد يلحق الضرر بنفسه ، و يحاول التأكيد على حاجاته بالإنتهاء إلى جماعة الرفقاء التي يستطع أن يجد نفسه فيها .

و يمارس المراهق في الثانوية النشاط البدني الرياضي الذي يسعى إلى تحقيق الصحة بمفهومها الشامل الذي يتضمن الصحة البدنية و العقلية النفسية الإجتماعية ، إلا أننا نجد هذه المادة في برامج التمدريس في مختلف الأطوار مهمشة و ذلك راجع لكونها مادة غير أساسية كما أن حجمها الساعي لا يفوق ساعتين في الأسبوع كما نلاحظ أن الإهتمام بالمواد الأخرى على حساب النشاط البدني الرياضي من طرف أغلب شرائح المجتمع بما فيه الطبقة المتعلمة و لقد إرتأينا أن نحاول إلقاء الضوء على أهمية ممارسة الرياضة في إنماء الجوانب المختلفة للفرد منها الجسمية ، الحركية ، النفسية، الإجتماعية... الخ للمراهق الذي يمر بمرحلة تنشأ فيها بعض الصعوبات التي ينتج عنها الإرتباك و العزلة عن المجتمع و كره الذات و كثرة الإرتباكات السلوكية فهناك دراسة قام بها "أمارداكا " حيث يقول " أن اللعب يعطي و يعكس الحياة النفسية للطفل بحيث يعتبر هو المسلك الوحيد الذي يتخذه الطفل من أجل تفريغ لكل الضغوط و الشحون و الغرائز المكبوتة" (1)

و إهتم كل من "طاش" و "يورديو" بخصائص السلوك و الدور الإجتماعي و بينوا أهمية الممارسة الرياضية عند الطفل المراهق إذ يلجأ المراهق إلى ممارسة النشاطات البدنية والرياضية قصد التخفيف من الأضطرابات النفسية و المشاكل الإجتماعية .

يعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي أسلوباً لتنمية الذات و اتزانها، ووسيلة لتدعيم الصحة النفسية للممارس، كما أنها تتيح له حياة إجتماعية تخضع للتنظيم و التوجيه، مميزة بمواقف و تفاعلات إجتماعية بناءة، مما يشكل تدريباً على الحياة الإجتماعية الناجحة و تدعيماً لها، كما تساعد على التفتح و النمو الإجتماعي السليم لشخصية الممارس، كما تعتبر التربية البدنية و الرياضية مصدراً لمجابهة الأزمت النفسية التي تطراً على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة، و النشاط و الحركية، فأصبحت المدرسة في هذا

العصر مؤسسة اجتماعية تهيئ الفرص لتحقيق النمو المتكامل للنشأ والبيئة المحيطة بهم، وذلك بإعداد الطفل حتى يكون مواطناً صالحاً منتجاً يستطيع النهوض بالبيئة في جميع مفاهيم حياتها. و بناءاً على هذه التقديرات النظرية لموضوعنا نجد أنفسنا أمام الإشكال الآتي:

- ما هو دور الأنشطة البدنية الرياضية بأبعادها التربوية على النمو النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

2- الفرضيات:

1-2 الفرضيات العامة:

للأنشطة البدنية الرياضية دور في تطوير النمو النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي .

2-2 الفرضيات الجزئية:

- هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو الإجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

3- أهمية البحث:

وتكمن أهمية بحثنا هذا الذي يعتبر من نوع البحوث التي تتناول مواضيع نفسية واجتماعية كونها تكشف لنا عن طبيعة النمو النفسي والاجتماعي وعلاقته بالنشاط البدني والرياضي في الطور الثانوي ومعرفة الخصائص النفسية والاجتماعية للتلاميذ في هذه المرحلة العمرية وبالتالي التحكم في العملية البيداغوجية حيث اختبار محتوى النشاطات المقدمة وكذا التعامل السليم والعقلاني مع التلاميذ الممارسين. وإلى غاية الوصول إلى هدفنا المسطر وضعنا هذه النقاط حتى تكون عوامل مساعدة لتوضيح مبحثنا:

- إنجاز دراسة بيداغوجية يتم من خلالها الإحاطة بموضوع البحث والتطرق إلى مختلف الجوانب التي تمس النمو النفسي والاجتماعي من ناحية خصائص التلاميذ في هذه المرحلة والتفاعلات التي يعيشونها.

- استخراج إخبار يهدف إلى تحديد طبيعة اتجاه التلاميذ من خلال حصة التربية البدنية والرياضية عن طريق تحديد طبيعة النمو النفسي والاجتماعي لديهم وإبراز العلاقة التي تربط الممارسة الرياضية بالنمو النفسي والاجتماعي.

- الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية في النمو المنظم للمراهقين وذلك في جميع الميادين.

4- أهداف البحث:

إن بحثنا هذا يتمحور بشكل عام إلى التعرف على التربية البدنية و الرياضية المدرسية (الثانوية) و بالأحرى على دورها في تطوير النمو النفسي الإجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية بالإضافة إلى الدور الفعال الذي يسلكه الأستاذ في ذلك فدراستنا تستهدف نقاط أساسية هي:

- الكشف عن الخصائص النفسية والاجتماعية لتلميذ الطور الثانوي.

- معرفة طبيعة النمو النفسي والاجتماعي أثناء المرحلة الثانوية.
- إيجاد نوعية التأثير التي تحدث عند التلاميذ من خلال ممارسة النشاط الرياضي.
- تسليط الضوء على بعض أساليب النمو النفسي والاجتماعي.
- معرفة إلى أي مدى يمكن لنشاط البدني الرياضي التربوي أن يؤثر على الحالة النفسية الاجتماعية لدى تلاميذ هذه المرحلة .

- لفت إنتباه الكثير من الفئات إلى مكانة التربية البدنية و الرياضية بالمدارس.
- إبراز مهام و أهداف التربية البدنية و الرياضية داخل المنظومة التربوية في مرحلة التعليم الثانوي.
- تقديم إطار عام يفسر كيف أن التأثيرات الاجتماعية المختلفة بإعتبارها جوانب من عملية التنشئة الاجتماعية يمكن أن تؤدي إلى قدر أكبر من المشاركة و الأداء في النشاط البدني من خلال المؤسسة التربوية.
- معرفة العلاقة بين النشاط البدني الرياضي التربوي و النمو النفسي الاجتماعي لمراهقي المرحلة الثانوية.

5- تحديد مصطلحات البحث:

أ- التربية البدنية والرياضية:

يعرفها بوتشر بأنها جزء متكامل من التربية العامة، وهي ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني اختبرت بغرض تطبيق المهام.

ب- النشاط البدني الرياضي التربوي:

و هو عبارة عن نشاط تعليمي تربوي أو ما يسمى بدرس التربية البدنية و الرياضية بالإضافة للنشاط البدني الرياضي التربوي التدريبي التنافسي و هو مجموع الأنشطة الرياضية الداخلية و الخارجية المكتملة لبعضها البعض في بحثنا هذا نقصد به كل الأنشطة البدنية الرياضية الممارسة داخل المؤسسة التعليمية في مرحلة التعليم الثانوي وهي عبارة عن التربية البدنية و لرياضية دورات رياضية تنافسية و غير تنافسية ممارسة داخل و خارج المؤسسة و المنظمة من طرف أساتذة المؤسسة نفسها و المنظمة الداخلية الخاصة " أو من طرف الرابطة الولائية للرياضة المدرسية الخارجية الخاصة " .

ج- النمو النفسي:

يعرفه القوسي بأنه التوافق التام أو المتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مجابهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية.(2)

د- النمو الإجتماعي:

يعني قدرة الفرد على معايشة غيره من الأفراد وتعامله معهم وتفهمه لتصرفاتهم وأنماط سلوكهم واكتساب حبهم واحترامهم وتعاونهم معهم في تكوين بيئة اجتماعية صحيحة، يمارسون من خلالها حياتهم السعيدة لصالحهم وصالح المجتمع الذي يعيشون فيه.(3)

6- الدراسات السابقة: بعدما اخترنا موضوع بحثنا هذا وإيماناً بان الدراسات السابقة والمثابرة، تعطي صبغة علمية لكل بحث، تفحصنا بحثاً لعلنا نجد فيها ما يسهل مهمتنا في اثناء بحثنا فوجدنا بعض الدراسات المثابرة:

6-1- دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد (1996): والتي هدفت إلى معرفة أثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية على التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من 30 مفحوصاً وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين 15 طفلاً وطفلة مجموعة ضابطة

و 15 طفلاً وطفلة مجموعة تجريبية، وكانت أعمارهم من 8-10 سنوات ونسبة ذكائهم 50-70%، وتمثلت أدوات جمع البيانات في: مقياس السلوك التكيفي - مقياس جودانف هارس للذكاء - برنامج لبعض الأنشطة الحركية.

وكانت أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائياً بين درجتى عينة الدراسة على النشاط مقياس السلوك التكيفي لصالح العينة التجريبية قبل وبعد ممارسة النشاط الحركي وتوصى النتائج بالاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقلياً(4).

6-2- دراسة حسين محمد الأطرش (2005):

والتي هدفت إلى التعرف على التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى عينة من طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته بلبياء، وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص، ومحاولة تفسير هذه العلاقة، واستخدم

- عواطف أبو العلا: "التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية"، دار النهضة للطبع والنشر، القاهرة بدون، تاريخ، ص 165.

- على محمد زكي: "التربية الصحية بين النظرية والتطبيق"، ط1، منشورات ذات سلاسل الكويت، 1983، ص 25.

4- العليا محمد إبراهيم عبد الحميد: العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة عين شمس، معهد الدراسات للطفولة، 1996م،

2- حسين محمد الأطرش: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة 7 أكتوبر، كلية الآداب، 2005م.

وكانت أهم النتائج: عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين التوافق النفسي الاجتماعي، والذكاء لدى

العينة الكلية عند مستوى دلالة 0.05. (2)

6-3- دراسة نصيرة عقاب (1995) تحت عنوان:

-التنشئة الاجتماعية و أثرها في السلوك و الممارسات الاجتماعية .

توصلت نتائج بحثها إلى:

- تأكدت نظرياً أن التنشئة الاجتماعية ما زالت تقوم بدورها في تحديد سلوك الفتيات رغم التغيير الذي طرأ على وضع الإناث (انتشار التعليم و ارتفاع نسبة الإناث في العمل) حيث اتضح أن الفتيات يحاولن التأقلم مع الأوضاع الجديدة بدون التخلي عن جوهر التنشئة الاجتماعية و هن بذلك يحافظن على قاعدة التقسيم للجنس للمجال و الأدوار الاجتماعية.

- استنتجت أن هناك محافظة على مضمون التنشئة الاجتماعية للفتيات الجزائريات، أما التغيرات التي عرفها المجتمع الجزائري فكان تأثيرها شكلياً(5)

6-4- دراسة مديحة حسن فريد(1993): والتي هدفت إلى التعرف على أثر برنامج مقترح لبعض

الأنشطة الرياضية والترويحية على التكيف النفسي والاجتماعي وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمرضى النفسيين، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وتكونت العينة من 11 مريضاً ومريضةً من نزلاء مستشفى دار المقطم بالقاهرة، واستخدمت الباحثة اختبار الشخصية الإسقاطي من إعداد لويس كامل مليكة.

ومن أهم النتائج: أن البرنامج الرياضي قد أثر إيجابياً على بعض المتغيرات الفسيولوجية على المرضى النفسيين - أن البرنامج ذو تأثير إيجابي على بعض عناصر اللياقة البدنية المختارة قيد البحث. (2)

5 - نصيرة عقاب: رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم الاجتماع، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، بوزريعة، سنة 1995 ص206.

2- مديحة حسن فريد: تأثير برنامج مقترح لبعض الأنشطة الرياضية والترويحية على التكيف النفسي والاجتماعي وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمرضى النفسيين، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، 1993م.

6-5- دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد (1996) تحت عنوان:

- العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة الرياضية و تنمية التوافق النفسى والاجتماعى.
توصلت نتائج بحثها إلى:

- إلى معرفة أثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية على التوافق النفسى والاجتماعى لدى الأطفال المتخلفين عقلياً واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من 30 مفحوصاً وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين 15 طفلاً وطفلة مجموعة ضابطة، و 15 طفلاً وطفلة مجموعة تجريبية، وكانت أعمارهم من 8-10 سنوات ونسبة ذكائهم 50-70%، وتمثلت أدوات جمع البيانات فى: مقياس السلوك التكيفى - مقياس جودانف - هارس للذكاء - برنامج لبعض الأنشطة الحركية.
- وكانت أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائياً بين درجتى عينة الدراسة على النشاط مقياس السلوك التكيفى لصالح العينة التجريبية قبل وبعد ممارسة النشاط الحركى وتوصى النتائج بالاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقلياً⁽⁶⁾

⁶ محمد إبراهيم عبد الحميد: العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسى والاجتماعى، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة، 1996م.

الجانيت النظري

الباب الأول

الجانبة النظرية

الفصل الأول

المقدمة الدينية الرياضية التمهيدية

تمهيد:

أصبحت التربية البدنية والرياضية من الأنشطة الإنسانية في وجدان الناس على مختلف أعمارهم و ثقافتهم و طبقاتهم ، وتحل التربية و الرياضية مكانا بارزا في البرامج المدرسية، فهي حركية في مظهرها، ووجدانية اجتماعية و نفسية، و خلقية في أهدافها وعلاقاتها.

فهي بتعاملها مع شرائح بشرية غير متجانسة، وذات فروق فردية، واتجاهات و ميول و نفسيات متباينة، يجعلها تحتوي على كم هائل من التعقيدات رغم سهولتها الظاهرية و عليه فقد أصبح علينا نحن جميعا كعاملين في مجال التربية البدنية و الرياضية و التطوير و الابتكار للوصول إلى انجازات نواجه بها سرعة حركة الآلة في المجتمع و ما واكبها من خمول في حركة التلاميذ التلاميذ.

بل و كذلك أصبح من الواجب علينا الابتكار و التجديد لترغيب التلاميذ في ممارسة النشاط البدني الرياضي ، و الاستفادة منه بناء على أسس علمية تضمن للتلميذ الفائدة و المنفعة المنشودة من خلال أهدافه.

في هذا الفصل سنحاول التطرق لهاته الأنشطة الرياضية في إطارها التربوي، موضحا في ذلك طبيعتها و تصنيفها و عوامل اختيارها، كما سيحاول الباحث من خلال هذا الفصل إظهار أهمية هذه الممارسة بالنسبة للمراهقين من جهة، و كذلك مكانة هذه الممارسة بالنسبة لتعاليم الدين الإسلامي، و لما كانت هذه الأنشطة الرياضية تتضمن كلا من دروس و حصص التربية البدنية و الرياضية ، إضافة للنشاط الداخلي و النشاط الخارجي، و مسابقات ما بين المؤسسات، كما علينا إذن التطرق بنوع من التفصيل لمختلف هذه العناصر، دون أن نغفل مدرسة التربية البدنية و الرياضية من خلال شخصيته و صفاته، و بعض الأساليب التدريسية المستعملة في هذا الشأن.

1- النشاط البدني الرياضي :

الأنشطة البدنية و الرياضية هي إحدى الأنشطة الهامة ضمن النشاط المدرسي و من وجهة نظر المنهج المدرسي تتضمن أنشطة البرنامج الأساسي (الدروس و حصص التربية البدنية و الرياضية المقررة في البرنامج المدرسي)، إضافة للنشاط الداخلي و النشاط الخارجي و البرامج المعدلة ، فضلا عن المسابقات بين المؤسسات التعليمية.

و لهذه الأنشطة البدنية وظائف متعددة، فمن حيث الوظيفة النفسية فهي تحقق النمو النفسي المتوازن في سبيل تكامل الشخصية ، كما أنها وسيلة للتنفيس عن الانفعالات الحبيسة

و استفاد للطاقة الزائدة بطريقة نافعة، أما من حيث الوظيفة الفسيولوجية فالنشاط البدني و الرياضي يساعد على تقوية أجهزة الجسم المختلفة للقيام بوظائفها. كما تظهر الوظيفة الاجتماعية لهذه الأنشطة في تنمية العلاقات الإنسانية بين الأفراد بالرغم من اختلاف الميول و العادات بما يضمن روح الود و الإيحاء ، كما تنمي القيم الديمقراطية و تحمل المسؤولية، و الثقة بالنفس، و إثارة الذات ، و مصلحة الجماعة و احترام الأنظمة

و القوانين ، و الوعي بالثقافة الرياضية و الصحية و الترويجية ، خلال مرحلة التعليم و حتى بعده . و بالإضافة لهذه الوظائف فهي المجال الأساسي التي تشتق منه الخبرات التعليمية المنتقاة لتحقيق السلوك المرغوب فيه في الشخص المقصود بهذه التربية من مجالات السلوك الرئيسية الثلاثة (المعرفية، الحركية، الانفعالية). و من هذا تظهر الحاجة إلى تصنيف الأنشطة البدنية و الرياضية كخطوة إجرائية لتسهيل عملية اختيارها

و انتقائها في ضوء الميول و الرغبات ، الجنس، الإمكانيات، الوقت ، البيئة... إلخ لكل مرحلة تعليمية معينة.

2- تصنيف الأنشطة البدنية و الرياضية:

بعد الرجوع لدراسات و آراء عديدة في تقسيم و تصنيف هذه الأنشطة ، ودراسة مناهج التربية البدنية لكثير من الدول، صنفها " الخولي و الشافعي " (7)

2-1- التمرينات :

ونذكر من بينها تمرينات بأدوات،تمرينات على أدوات، التمرينات الحرة الحديثة،تمرينات العروض الرياضية والتشكيلات ، تمرينات بنائية، كرات، أثقال، حبال معلقة، كرات طبية مقاعد سويدية...

2-2- الجمباز:

وفيها الحركات الأرضية ، الترانبولين، حصان الحلق، المتوازي، عارضة التوازن...

2-3- ألعاب القوى:

المشي، العدو، الجري، التتابع، الحواجز، الموانع، الخماسي، العشاري، الوثب بأنواعه القفز بالزانة، دفع الجلة، رمي الرمح، قذف القرص و المطرقة...

2-4- التعبير الحركي (الرقص) :

الفلكلور و الرقص الشعبي و الحركات الفرعونية، الرقص التعبيري الحديث و البالي والرقص الكلاسيكي...

2-5- الألعاب:

كرة اليد، كرة القدم، كرة السلة،كرة الطائرة، الهوكي...

2-6- الرياضات المائية:

السباحة بأنواعها، الغطس، السباحة التوقيعية و البالي المائي، كرة الماء التجديف...

2-7- ألعاب المضرب:

لتنس، تنس الطاولة، الإسكواش...

2-8- المنازلات:

المصارعة (الرومانية و الحرة)، الملاكمة، الجيدو، التايكواندو، الكاراتيه، الكونغفو السلاح (السيف، سيف المبارزة)...(8)

2-9- الألعاب الصغيرة و التمهيدية:

ألعاب اللمس و المطاردة، التتابعات، ألعاب الكرة، الألعاب الشعبية، الألعاب التمهيدية للألعاب الجماعية.

⁷ أمين أنور الخولي، جمال الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي ، القاهرة 2005 ، ص 241.
⁸ أمين أنور الخولي، جمال الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة ،مرجع سابق ، ص 241.

2-10- الرحلات والتجوال والمعسكرات:

الرحلات (العلاجية، و العلمية، و الترويحية)،التجوال على الأقدام و المعسكرات (التدريبية ، الشاطئية).

2-11- العاب و أنشطة أخرى:

كريكت،بلياردو،كروكيه،الدراجات،الجولف،الرجبي،تسلقالجبال والمرتفعات رماية السهام،
الرماية بالمسدس، المظلات و البولينج.

2-12- أنشطة القدرات الشخصية:

كمال الأجسام، ، رفع النقال...⁽⁹⁾

3- عوامل اختيار الأنشطة البدنية و الرياضية :

تختلف الأنشطة المختارة كمحتوى لمنهج التربية البدنية المدرسية، و من مرحلة لأخرى وفق

مجموعة من العناصر ، كنضج التلاميذ و حاجاتهم، الوقت الممنوح لهم لذلك مدى توفر الإمكانيات و
البيئات المختلفة... و في ضوء كل ذلك فان العلاقة التي تحكم اختيار الأنشطة البدنية و الرياضية في
ضوء مراحل التعليم المختلفة تتمثل في العوامل التالية:

- خصائص النمو في كل مرحلة تعليمية و مطالب و احتياجات التلاميذ في ضوء هذه الخصائص.

- ملائمة النشاط البدني الرياضي المختار تبعا لطبيعة الاختلافات بين الذكور
و الإناث.

- مناسبة هذه الأنشطة المختارة لقدرات التلاميذ و الاختلافات الفردية.

- مدى توفر الإمكانيات المادية منها و البشرية.

- فلسفة المجتمع و احتياجاته و ظروفه.

طبيعة النشاط الرياضي و وظيفته و ارتباطه بالمرحلة التعليمية. و اختيار هذه الأنشطة الرياضية

المناسبة لكل مرحلة من خلال العوامل السابقة الذكر، يحقق مجموعة من النتائج كأن تتيح فرص التعليم
لجميع التلاميذ في حدود القدرات، مع توفير فرص مساعدة لتحسين مستوى التلاميذ الغير قادرين، و تقديم

الأنشطة الملائمة للموهوبين. بالإضافة لرفع معدل الأمان و السلامة المصاحبة لإشتراك التلاميذ لهذه
الأنشطة الرياضية ، كما أن هذا الاختيار يقدم تسهيلات للمدرس لاختبار و تنفيذ استراتيجيات التدريس
المناسبة و هي :

إضفاء التشويق على المواقف التعليمية المختلفة، سهولة و فعالية التعليم، تقديم فرصا أكثر لتوجيه التلاميذ،
بالإضافة لتوفير أساس التكافؤ بين المجموعات للإشتراك في المنافسات

و تقديم فرصا موضوعية لتقييم آراء التلاميذ. هذا و لنزرع الغموض بين النشاط البدني الرياضي و بين التربية البدنية و الرياضية، لنا أن نعود لموضوع التربية البدنية فيما يلي:

4- التربية البدنية الرياضية :

يمكن وصف التربية البدنية و الرياضية بطرق مختلفة ، فالبعض يراها مرادفا لمفاهيم مثل التمرينات، اللعب، الألعاب، وقت الفراغ، الترويج، الرياضة... لكن صبح هذه المفاهيم في الواقع، تعبر عن اطر أو أشكال الحركة المتضمنة في المجال الأكاديمي و يطلق عليه إسم التربية البدنية و الرياضية.(10)

و يثير "شيرمان" Shirman⁽¹¹⁾ في هذا الصدد إلى : أن التربية البدنية و الرياضية، هي ذلك الجزء من التربية يتم عن طريق النشاط الذي يستخدم الجهاز الحركي لجسم الإنسان، و الذي ينتج عنه أن يكسب الفرد بعض الاتجاهات السلوكية". فهي إذن تربية عن طريق الممارسة ، أي ممارسة النشاط الرياضي و تعتبر من أحدث أساليب التربية الحديثة، كما أصبحت تعرف على أساس أنها نظام تربوي أكاديمي، و التي تتميز بتركيزها الواضح على دراسة نشاط أو ظاهرة ما. لذلك يقول الخولي " في هذا الشأن: " التربية البدنية و الرياضية نظاما تربويا، باعتبار أن تركيزها الأساسي ينصب على دراسة ظاهرة حركة الإنسان، و نشاطه البدني، هذا النظام له أهدافها التي تسعى لتحسين الأداء الإنساني. و هي يضيف دائما نظام تربوي تحاول إكساب المهارات الحركية و إتقانها و العناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل ، و حياة أكثر نشاطا، بالإضافة إلى تحصيل المعارف، و تنمية اتجاهات ايجابية نحو النشاط.(12)

فالنشاط البدني بهذا يعد ميدانا هاما من ميادين التربية، و يلعب دورا هاما في إعداد الفرد الصالح، حيث يزوده بالمهارات الواسعة، و الخبرات الكثيرة، التي تسمح له بالتكيف مع مجتمعه، و تمكنه من مسايرة الركب الحضاري. و قد زاد من هاته الأهمية صورته البدنية الجديدة ، و نظامه و قواعده السليمة ، التي تهتم بتكوين الفرد تكوينا شاملا و متكاملا من جميع النواحي الفكرية ، الاجتماعية، و النفسية، و الفيزيولوجية. و بذلك تصدق مقولة "العقل السليم في الجسم السليم" ، الا انه بالرغم من معرفة أهمية التربية البدنية و الرياضية فإعطاء مفهوم دقيق لها صعب للغاية. و هو ما يتضح من خلال التعاريف الكثيرة لعلماء التربية، و بالرغم من ذلك سنحاول فيما يلي تحديد مفهومه :

¹⁰ أمين أنور الخولي واخرون، التربية الرياضية المدرسية، ط4، دار الفكر العربي، مدينة نصر، القاهرة 1996، ص80.

¹¹ تشالز ايبوكر : أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده، دار الفكر العربي، القاهرة، ص 29.

¹² أمين أنور الخولي، محمد عنان عبد الفتاح: درويش حلوة، التربية الرياضية المدرسية، نفس المرجع السابق، ص81.

5- التربية البدنية والرياضية كمفهوم :

حين ظهرت التربية البدنية في العصر الحديث عرفت " بالتدريب البدني " لأن هدفها كان يقتصر على اكتساب التلميذ الصحة و القوة البدنية فقط، بل أن هذا المفهوم بدأ يتغير شيئاً فشيئاً. بعدها ارتكاز التدريب البدني على أسس و نظريات علمية و بيولوجية و هو ما يجعل العلاقة تزداد اتصالاً بين التدريب و التربية، و نتج عن هذا الترابط و الاتصال، استبدال مصطلح : التدريب البدني" بمصطلح "التربية البدنية"، و هذا المصطلح الجديد يشير، أننا نتلقى التربية و نحن نتدرب، و هو ما يجعل التربية البدنية تتجاوز حدود الجسم لتشمل آفاق الفكر، و الإدراك، المشاعر، الإحساسات، الانفعالات الدوافع، الميول، الحاجات، و الرغبات. فهي بذلك شملت جميع جوانب الشخصية. و عليه أصبحت التربية البدنية تربية شاملة عن طريق النشاط الحركي، بل اعتبرها علماء التربية فن من فنونها، و من احدث أساليبها و وسيلتها الممارسة العملية و العقلية، فالعقل و الجسم يمثلان وحدة واحدة تكمل كل منها الأخرى. و هذا قد خص " روسو " " J.J.R " (13) مكانة جد هامة للتربية البدنية و الرياضية ، كونها تعني بتحسين القدرات البدنية.

و يرى " الخولي" في هذا الإطار " إن التربية البدنية و الرياضية، هي نظام تربوي أكاديمي. و هو بيئة المعرف المنظمة الرسمية ، التي تتميز بتركيزها الواضح على دراسة النشاط أو ظاهرة ما" (14). و تعرف التربية البدنية و الرياضية في الاتحاد السوفياتي بأنها: " عملية توجيه للنمو البدني ، و القوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية، و التدابير الصحية، و بعض الأساليب الأخرى بغرض إكساب الصفات البدنية و المعرفية

و المهارات و الخبرات التي تحقق متطلبات المجتمع أو حاجات الإنسان التربوية". (15) بينما تعرف في الولايات المتحدة باختيار تعريف " تشارلز إيوكر " أي باعتبارها جزءاً متكامل مع التربية العامة، و ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية، العقلية، الانفعالية، و الاجتماعية، و ذلك عن طريق ألوان مختلفة من النشاط البدني الرياضي". (16) بينما تعرف التربية البدنية بالجمهورية الجزائرية من خلال قانون التربية البدنية. باعتبارها " نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل، و تخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية إلى بلوغها ، و الرامية إلى الرفع من شأن تكوين الإنسان و المواطن لما لديها من مزايا". (17)

¹³ شعلال عبد المجيد: واقع النشاط البدني الرياضي التربوي و دوره في دعم الحركة الرياضية الوطنية، رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر، 2004، ص 18

¹⁴ قاسم حسن، و آخرون: نظريات التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1979، ص 12.

¹⁵ محمد عوض بسبوني، و فيصل ياسين الشاطي : نظريات و طرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992، ص 17.

¹⁶ عباس احمد صالح السمراني و بسطوييس احمد بسطوييس : طرق التدريس في التربية البدنية.

¹⁷ وزارة الشباب و الرياضة : قانون التربية البدنية ، مطبعة الشعب، الجزائر، 1972، ص 6.

6- التربية البدنية و الرياضية كمفهوم تربوي :

هذا يعتبر المدرس و المدرب و أخصائي التربية البدنية و الرياضية ناقلا للتراث الثقافي و الذي يتحدد بالنشاطات البدنية و الحركية. و أشكالها الثقافية و الاجتماعية و المسابقات الرياضية و الرقص. إلا أن هناك مفاهيم و مدركات أخرى للتربية. فالاجتماعيون ينظرون للتربية كعمليات تطبيع و تنشئة اجتماعية للأطفال و الشباب باستخدامها للعب و الألعاب الرياضية التي تحكمها معايير و نظم، و قواعد أشبه بتلك التي توجد في المجتمعات المعيارية الإنسانية، كما أن هناك مفهوم آخر للتربية باعتبارها مجموعة العمليات التي توجه بشكل خاص نحو إكساب التعلم بهدف الإعداد للحياة. و يرى " فندر زواج" : إن مفهوم التربية البدنية هو المدارس.⁽¹⁸⁾

و يرى "مورقان" Morgan⁽¹⁹⁾ أن تعبير التربية البدنية يتضمن في حد ذاته الوسط الذي يمكن للتربية أن تتأثر به، و الذي يتمثل في اطر منظمة من النشاط البدني، و على الرغم من أن الأنشطة البدنية متباينة و مختلفة، إلا انه هناك خصائص مشتركة فيما بينها، أهمها توظيف الحرية الحيوية، الحركات المهارية، فضلا عن القيم و نواحي الإشباع و الرضا التي تتيحها ممارسة هذه الأنشطة، هذا و يصعب إكساب القيم التي تكتسبها الأنشطة البدنية من خلال أنشطة و مواد أخرى، و هو ما يميز التربية البدنية و يضفي عنها المعنى و يبرز المفهوم و يوضحه.

7- التربية البدنية و الرياضية كمفهوم إجرائي:

يمكن تناول التربية البدنية و الرياضية من منظور إجرائي حسب "الخولي"⁽²⁰⁾ على أساس أنها:

- مجموعة أساليب و طرق فنية تهدف إلى إكساب القدرات البدنية و المهارات الحركية و المعرفية و الاتجاهات.
- مجموعة قيم و مثل تشكل الأهداف و الأغراض، و تكون بمثابة محكات و موجّهات البرامج و الأنشطة.
- هذه الأهداف مترابطة و متكاملة ما أن تقضي إلى بعضها البعض، فهي ذات طبيعة هرمية متدرجة . فذكر الأساليب و الطرق الفنية في الأول، يمكن اعتبارها الخطوة الأخيرة بعد تشكيل الأهداف و الأغراض و بعد الاعتماد على النظريات و المبادئ.

في هذا البحث استعمل الباحث مصطلح التربية البدنية، كتعبير عن حركة الإنسان المنظمة من الناحية التربوية في مؤسسات التربية و التكوين فهي جزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني و مستغلة في ذلك دوافع النشاط الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنمية جوانب شخصية متكاملة، و هي إذن حسب

¹⁸ أمين أنور الخولي: اصول التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي ، مدينة نصر، ط1، 1996، ص 29.

¹⁹ أمين أنور الخولي: اصول التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق ، ص 29.

²⁰ أمين أنور الخولي: اصول التربية البدنية و الرياضية، مرجع نفسه ، ص 30 و 333.

"ديميني Demeney": "جزء من التربية العامة هدفها تحقيق الإنسان الكامل بدنيا، نفسيا، و عقليا، عن طريق النشاطات البدنية" (21) أما عن النشاط البدني و الرياضي، فهو وسيلة لبلوغ أهداف عديدة بتكيفة مع مختلف الميادين للثقافة البدنية، و تخدم المستوى الرياضي العالي في إطاره التربوي المدرسي. (22)

هذا فيما يخص مفهوم التربية البدنية و بينما عن المصطلح و أسس التربية البدنية فسنتناولها في الفقرة الموالية.

8- التربية البدنية و الرياضية كمصطلح: (23)

بالرغم من كون مصطلح التربية البدنية قد ظهر تاريخيا مع عصر النهضة فاستعماله بقي حتى حوالي النصف الثاني من القرن الثامن عشر، و تتصل جذوره بشكل عام مع بداية القرن العشرين، إذ وجد هذا التعبير طريقه للمؤلفات في حدود سنة 1900. و كان المصطلح آنذاك يخص مجموع الاهتمامات العائلية و المدرسية، التي تهتم برعاية إذ يغلب عليه الجانب الطبي الوقائي (Hygiénique). و استبدل المصطلح تدريجيا بمصطلح "جمباز" على يد العسكري "أمورس Amoros" و الذي انتشر فيما بعد و إلى يومنا هذا من خلال مدرسة "جوان فيل" و مؤسسات الجمباز. هذا المصطلح يعني أيضا رياضة الجمباز على البساط و الأجهزة، و الجمباز النسوي الحديث (الإيقاعي) و الجمباز التكويني، و العلاجي و النرويحي، و لحفظ الصحة، فتعبير تربية بدنية إذ قد عرفت مرحلة عسكرية، ثم مرحلة طبية، ثم مرحلة طبية، ثم مرحلة بيداغوجية تربوية، و التي عرفت فيما بعد عدة صراعات.

لقد كان لظهور تعبير "تربية بدنية" في النصوص الرسمية لغاية بداية القرن العشرين غاية في تمييزها عن مصطلح "جمباز"، و هي رغبة في وضع طريقة ذات المنهج و الخاصة الفرنسية، بعيدة عن الجمباز الألماني على الأجهزة، و السويدي العلاجي، و الألعاب الرياضية و الانجليزية. و قد استخدم مصطلح "تربية بدنية و رياضية تعبيراً عن حركة الإنسان المنظمة، سواء أكان ذلك في مؤسسات التكوين و التعليم و هو ما يعبر عنه بالتربية البدنية و الرياضية، أوفي نطاق التنافس بين الأفراد و الجماعات و هو ما يعبر عنه "بالرياضية".

وفي هذا الإطار يشير مفكر التربية الاسباني "ماريا كاجيكال خوري" (M.Kagical.kh): " أن الرياضة و التربية البدنية كلمتان متكاملتان لكنهما غير مترادفتان، و هذا يعني ان مفهومهما مختلف لكنهما يشتركان في سلوك واحد يجمعهما ألا و هو الحركة عند الإنسان لذلك و حسب تعبيره دائما فان إشكالية التربية

²¹ Demeny (G), les bases scientifiques de l'éducation physique, Ed librairie felix Alcan Paris, 1924, 24

²² ابو العلاء احمد عبد الفتاح، نصر الدين السيف : فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1993، ص 25 .

²³ أمين أنور الخولي: اصول التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص 30 و 333.

البدنية سرعان ما تتعكس على الرياضة" (24) و الفرق بين الرياضة و التربية البدنية ، حسب " جيليه Gillet" (25) يتمثل في كون " التربية البدنية و تتحرر من المنافسة و تعد لتقليلها لأدنى جزء، بينما تعد الرياضة في ألوان النشاط الرياضي التنافسي". و مهما يكن فالتربية البدنية و الرياضية أسس علمية تعتمد عليها ، و التي سنوجزها فيما يلي.

9- الأهداف العامة للتربية البدنية و الرياضية:

تتمثل هذه الأهداف في التنمية العضوية، و تنمية المهارات الحركية، و التنمية العقلية و التنمية النفسية و الاجتماعية، و التنمية الجمالية و الترويحية ، و أنشطة الفراغ.

9-1- التنمية العضوية :

تهتم في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان، من خلال اكتساب اللياقة البدنية التي تعمل على تكييف أجهزته البيولوجية و رفع مستوى كفايتهما الوظيفية مما تساعد على القيام بواجباته دون سرعة الشعور بالتعب و الإرهاق، فمن خلالها يكتب التلميذ التحمل الدوري و النفسي و القدرة العضلية، و على الرشاقة

والمرونة و التوافق بالإضافة على تحسين عمل الجهاز القلبي والأوعية و بقية أجزاء الجسم (26).

9-2- تنمية المهارات الحركية:

تعتبر من أهم الأهداف العامة للتربية البدنية و الرياضية، تبدأ برامجها من فترة الطفولة لتنشيط الحركة الأساسية و تتميتها و التي تقسم إلى: حركة انتقالية كالمشي و الجري و الوثب، و حركات غير انتقالية كالثني و اللف و الميل و حركات معالجة كالرمي و الدفع و الركل (27).

9-3- التنمية العقلية:

إن تنمية و تطوير القوى المختلفة للعقل عن طريق تعويدها بانتظام على صيغة التفكير، ليتسنى للإنسان من أن يدرك و يحلل الظواهر العديدة المنتشرة حوله و يتمتع بالخيال الخصب و الذاكرة القوية و سداد الحكم. ففي المراحل الأولى يعمل العقل على تطوير المقدرة و القدرات الحركية و الخلقية، و النشاط الفكري، و سرعة بديهية في التركيز و الانتباه. (28)

9-4- التنمية النفسية و الاجتماعية:

تستفيد التربية البدنية و الرياضية من المعطيات الانفعالية و الوجدانية المصاحبة لممارسة النشاط البدني الرياضي، لأجل تنمية شخصية الفرد التي تتسم بالاتزان و الشمول و النضج، بهدف التكيف النفسي و الاجتماعي للفرد مع مجتمعه.

24 أمين أنور الخولي: اصول التربية البدنية و الرياضية، المرجع نفسه ، ص 333-339.

25 Armand (P), les savoirs du corps, Education physique et éducation intellectuelle dans le système scolaire français , Ed P.U.F, Lyon, 1983, P 14.

26 أمين أنور الخولي: دليل معلم الفصل و طالب التربية العلمية، دار الفكر العربي، 1994 ، ص 25 - 26.

27 أمين أنور الخولي: دليل معلم الفصل و طالب التربية العلمية، مرجع سابق ص 25.

28 قاسم المندلاوي و آخرون: اصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة، جامعة بغداد ، 1989 ، ص 11.

و على اعتبار أن القيم النفسية المكتسبة من المشاركة في برامج التربية البدنية و الرياضية، تنعكس أثارها من داخل الملعب و خارجه، أي إلى المجتمع في شكل سلوكي مقبول. و من هذه القيم النفسية السلوكية، تحسين مفهوم الذات النفسية الاجتماعية، التطبيع الاجتماعي على التنافس، و التعاون تنمية مستويات الطموح، و التطلع للتفوق و الامتياز. (29)

9-5- التنمية الجمالية:

تعد التربية البدنية و الرياضية من العوامل الأساسية لتنمية الجمال الجسدي والتوازن الحركي في النشاط البدني الرياضي، حيث تغرس الصفات الفنية في التلميذ، و تطوير المراكز الحسية و الشعورية في الجهاز العصبي، لإدراك الحقائق و القيم الجمالية و الفنية. و هذا يولد في القطب النفسي حب و تطوير حاسة الجمال.

9-6- الترويح و أنشطة الفراغ:

يعد الترويح احد الأهداف القديمة للتربية البدنية الرياضية، و بمرور الزمن مارس اغلب الشعوب ألوانا من النشاط البدني الرياضي من اجل المتعة، و أوقات الفراغ تتبع فرص اكتساب مهارات الاسترخاء، و الراحة و الانسجام. (30)

10- أغراض التربية البدنية و الرياضية :

من الواجب أن تكون هناك أغراض محددة لأي مهنة، إن أرادت هذه المهنة أن تبرر وجودها، فإذا أرادت المهنة أن تتعرف إلى أين تشير؟ و ما الذي تسعة في سبيله؟ و ما الذي تأمل في تحقيقه؟ و يجب أن تكون لها أغراض محددة بوضوح و جلاء. و ميدان التربية البدنية و الرياضية لا يشد عن هذه القاعدة، حيث يؤكد كل من " براؤول، و فريدريك" بأن " دروس التربية البدنية و الرياضية تعد وسيلة فعالة للاستلham في النمو المتعدد الجوانب، و أهم هذه الأغراض هي: " (31)

10-1- غرض تنمية الصفات البدنية الأساسية:

عن حاجة الجسم الأساسية لتطوير و تنمية الصفات البدنية، لا يقتصر على التعليم في درس التربية البدنية و الرياضية، و إنما يتعداها إلى حاجاتها في الحياة العامة. فالصفات البدنية ضرورية لأي نشاط كان سواء كان بدنيا، أو فكري، فعن طريقها يأخذ الجسم اتزان، و تنمو شخصيته، و تبعث في النفس الأمل و الحياة، و بهجته و سعادته و مصدرها الراحة و اطمئنان الفرد و قناعته بما وصل إليه من مستوى لهذه الصفات.

²⁹ امين انور الخولي: اصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة، مرجع سابق، ص 26.

³⁰ امين انور الخولي: اصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة، مرجع نفسه، ص 27.

³¹ بسطو يس احمد بسويسي: اسس و نظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996، ص 87.

10-2- غرض النمو الحركي :

و يقصد بها تنمية المهارات الحركية عند المتعلم، و تنقسم إلى عنصرين، أولهما مهارات حركية أساسية هي الحركات الطبيعية و الفطرية، و التي يزاولها الفرد تحت العادة كالعدو، و المشي، و المهارات الرياضية هي الألعاب و الفعاليات المختلفة، التي تؤدي تحت إشراف المعلم، و لها تقنياتها الخاصة بها. و يمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي على مهارات رياضية عندما يكتسب التلميذ مستوى بدني جيد، و أن يصل إلى مستوى توافقي عالي للتكتيك، و أن يتعلم قانون اللعبة أو الفاعلية. فالسمات الأساسية حسب قانون التربية البدنية و الرياضية هي: اللعب، الممارسة، التربية، إذ تدعم التربية الأفكار، و الأخلاق الرياضية. بينما تعمل الممارسة على البقاء و المتابعة في المجال الرياضي. و ذلك من خلال نشاط مستقل، و حرفي تأديته و تطوره ألا و هو اللعب.⁽³²⁾

11- الأسس العلمية للتربية البدنية و الرياضية:

لقد ظهرت العديد من المؤلفات التي تحاول عرض الأسس العلمية للتربية البدنية و الرياضية، " فالعلوم المختلفة تكون تقنيات بيداغوجية تعمل المستحيل لجعل التربية البدنية مادة علمية (Arnaud)⁽³³⁾ و كون هذه الخيرة تستقي معلوماتها من نتائج العلوم الأخرى، فهي تحتوي على كما هائلا من المعلومات في التربية البدنية، و بالتالي ينبغي على العاملين في مجالها أن يكونوا على دراية بها و على استخدامها على أرض الميدان فالرياضي أو التلميذ خلال ممارسته الرياضية، أو عندما يقوم بحركة رياضية معينة، فان عضلاته، و أعصابه، و دورته الدموية، و جهازه التنفسي و خلاياه تشترك جميعا في هذه الحركة. كما يحتاج لقوة إرادة بذل جهد و قدر كبير من الطاقة عندما يتنافس مع الخصم. و عليه فكل مهارة أو حركة وصراع، فالتربية البدنية و الرياضية تستند في وضع برامجها قاعدة علمية ثابتة، من بيولوجية، و نفسية، و حركية وحتى إجتماعية، و قد وضع تشارلز إيبوكر " في كتابه "التربية البدنية و الرياضية" الخطوط العريضة لأسسها العلمية و التي نتناولها فيما يلي⁽³⁴⁾

11-1- الأسس البيولوجية:

إن منهج التربية البدنية و الرياضية باحتوائه على المواد البيولوجية (علم التشريح، علم الصحة، التديك، البيوميكانيكا، البيولوجية، علم وظائف الأعضاء..) فهي تحتوي على طائفة هائلة من العلوم و المعارف البيولوجية، و بها تعطي خلفية قوية للتعامل مع الرياضي بصفة عامة. و منه فدراسة عمل العضلات أثناء التمرين الرياضي و كل ما يتصل بها من أجهزة كالتنفس، و الدورة الدموية، و الهيكل العظمي،

³² بسطو يس احمد بسويسي: اسس و نظريات الحركة، مرجع سابق، ص 87.

³³ عوض بسويوني محمود: نظريات و طرق التربية البدنية، مرجع سابق، ص 27.

³⁴ عوض بسويوني محمود: نظريات و طرق التربية البدنية، مرجع سابق، ص 27.

يمكن الإلمام بها و شرحها ، ثم فهم هدف و تركيب التمرين، بل حتى وإعطاء تفسيراً له من حيث الأدباء ، وعدد التكرارات لهذا الأداء .

11-2- الأسس السيكولوجية:

لا يختص تأثير التربية البدنية و الرياضية على النمو البدني فقط، بل يشمل كذلك الصفات الخلقية و الإرادية. فمعرفة الأسس النفسية يمكنها أن تقدم لنا تحليلاً لأهم نواحي النشاط البدني و من ثم إعداد طرق التعليم و الممارسة الرياضية. كما يمكنها المساهمة في التحليل الدقيق للعمليات النفسية المرتبطة بذلك النشاط الحركي. و لعل مساهمات (J.) Piaget / (H.) Wallon في علم الطفل النمائي، و ما يرتبط بنموه يساهم في تحديد كفايات المهارات و المعلومات، و آلياتها و ما ترتبط به من إدراكات، و أحاسيس حركية، في الأعمار السنية المختلفة.

و الإلمام بهذه الأسس تسمح لنا بأحسن الطرق التعليمية للمهارات في مجال التربية البدنية و الرياضية مع اقتصاد في الجهد و الوقت في تحقيق أفضل النتائج.

11-3- الأسس الاجتماعية :

يهتم علم الاجتماع بدراسة الناس و نشاطاتهم، هويتهم بصفة خاصة كما يهتم بتنمية حياة اجتماعية أفضل، تتميز بالتسامح، و السعادة، و المساواة، و هذا لا يتأتى الا عن طريق عملية التنشئة الاجتماعية. و علاقة هذه الأخيرة بالتربية البدنية و الرياضية، يمكن حصرها في اتجاهين اثنين. الاتجاه الأول و يتمحور في تحليل تأثير التربية البدنية على عملية التنشئة الاجتماعية للطفل و المراهق، كنتيجة مباشرة و هذا ما توضحه دراسات " Château, Helanko, Piaget " (35)، بينما يعتبر الاتجاه الثاني كمتغير مستقل.

و كون التربية البدنية و الرياضية تتخلل حياتنا اليومية، فهي تلعب دوراً هاماً في هذا الإطار، و كونها أيضاً مادة علمية فوظيفتها مساعدة الفرد في إعداد الحياة من خلال مساعدته على التكيف مع الجماعة، بفضل التآلف الاجتماعي الذي يجده الطفل في اللعب كما أنها تشمل من خلال اللعب و التعاون و اقتسام الفرحة المحبة و الألفة، كما تهتم بتوجيه رغبات الأطفال، و اتجاهاتهم، عن طريق اللعب، و الترويح... فهي تؤدي وظيفتها اعتماداً على أسس علمية لعلم الاجتماع الرياضي، و علم النفس الرياضي، و من أجل توفير الطمأنينة داخل إطار المجتمع الذي يعيش فيه. لقد تغيرت أهداف التربية البدنية منذ العصور القديمة إلى يومنا هذا وفقاً للتغيرات التي حدثت للعوامل الثقافية و الاقتصادية، لذلك فالدول لها أهداف متباينة، و الاختلاف ليس في القيم بقدر ما هو في أولوية هذه القيم ، يقول "المندلوي" (36)

³⁵ Revue scientifique de l'éducation physique et sportive, vol 2,n°3, Alger,1994, P 85.

³⁶ قاسم المندلوي و آخرون: دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية البدنية و الرياضية، جامعة الموصل، العراق، ص 10.

11-4- الأسس التربوية للتربية البدنية و الرياضية:

أهمها ما جاء ما ذكره "غسان"⁽³⁷⁾ فيما يلي:

-أسس الإدراك و الفعالية: كان الفضل ل " ليسكا فت" في ترتيب هذا الأساس ليكون مناسباً للتربية البدنية. و رأى أن جوهر هذا الأخير، ليس فقط في تطوير القوى الجسمية عند الشخص و إنما كذلك كيف تستمر هذه القوى بشكل عقلائي. و قد جزء أسس الإدراك إلى:

- تكوين علاقة عند الممارسين تدفعهم للتفكير فيها، نحو الأهداف العامة، و الواجبات الأساسية لتمارين.

- الدافعية للتحليل الواعي و التحكم الذاتي.

- تربية المبادرة و الاستقلالية و الإبداع.

11-5- أسس المشاهدة:

إن أساس المشاهدة عند المتعلم، في التربية البدنية يعد موضوعاً واسعاً يعالج تنشيط جميع الأجهزة الحسية التي بواسطتها يتم الاتصال المباشر مع الواقع.

11-6- أسس إمكانية الفرد:

و تعني مراعاة إمكانية المتدرسين بصورة دقيقة لأعمارهم، و أجسامهم، إضافة للفروقات في القابلية النفسية.

11-7- أسس الانتظام:

يتمحور جوهر هذا الأساس في جلب انتباه التلاميذ، قصد تحسيسه و تعلم المهارات، بالإضافة لمدى تحقيق الدوافع المحفزة لتركيز الانتباه أكثر، و بحث أحسن الأداء.

12- النشاط البدني الرياضي التربوي التعليمي:

الدرس هو الشكل الأساسي للعملية التربوية بالمدرسة، و لكل درس وظيفة محددة بداخل وحدة دراسية. و درس التربية البدنية و الرياضية، هو اللبنة أو الوحدة المصغرة التي تبنى و تحقق بتتابع و اتساق محتوى المنهج الدراسي. و يمثل درس التربية البدنية و الرياضية، الإطار الأمثل الذي تتجمع فيه كل الخبرات التربوية. و ينظر إليه على أساس أنه القاعدة الأساسية للرياضة المدرسية.

لكل درس أغراضه التعليمية من المنظور السلوكي (حركي، معرفي، وجداني) و تتكون الوحدة التعليمية من مجموعة من الدروس التربوية البدنية، كما يشمل الدرس التقليدي في التربية البدنية و الرياضية على الجوانب الثلاثة المعمول به عامة و هي: المقدمة (تشمل إجراءات تنظيمية و

(الإحماء)- الجزء الرئيسي للدرس (يشمل النشاط التعليمي و النشاط التطبيقي)- و الخاتمة (ويشمل على التهدئة و العودة إلى الحالة الطبيعية)

13- التربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية:

إن برنامج التربية البدنية و الرياضية يهتم بتنظيم المهارات، و ما يصاحبها من سلوكيات مثله في ذلك مثل اهتمام التربية الموسيقية بالأداء على الآلات، أو اهتمام التربية المسرحية بأداء الفرد لأدوار المسرحية.

فالتربية البدنية في هذا السياق يمكن اعتبارها احد فنون الرياضة التنافسية و الرقص، و الألعاب، و حركات أساسية، بغض النظر على كل منه بالنسبة للمرحلة العمرية أو الدراسة ذاتها. و في هذا السياق يذكر "الحمامي و الخولي" (38): "أنه و لإعطاء فهم أكثر للتربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية، يجب الاعتماد على الخبرة و الواقعية المشاهدة في الميدان، و التي يمكن أن تتمثل في المهارات الأدائية و المعرفة المطلوبة و الأساسية لممارسة الرياضة. و أيضا الاتجاهات و الميول التي يحملها الفرد تجاه الأنشطة البدنية بشكل عام، و اتجاه ألوان و أنواع الرياضات بشكل خاص". و عليه فقد كان علينا إذن التطرق في هذا المقام، لأهداف "عامة و خاصة"، و أغراض التربية البدنية و الرياضية، دون إغفال علاقتها بالمواد الدراسية الأخرى، و بعض مشاكلها.

14- الأهداف الخاصة بالتربية البدنية و الرياضية :

تكتسب التربية البدنية و الرياضية قيما بدنية، و عقلية، و اجتماعية لا تتحقق بمجرد اشتراك التلاميذ في اللعب. بل تتطلب توجيهات خاصة مثل الانتباه للحصة و التنظيم، العمل الجماعي، و هذا لتسهيل عملية اكتساب التلاميذ القدرات البدنية و المهارات الحركية في إزالة الحركات الزائدة غير المتغيرة، و اكتساب الدقة بتركيز الانتباه و السرعة و الدقة في الأداء. (39)

14-1-الأهداف الصحية :

تركز الأطباء على الأهمية الصحية للتربية البدنية، فالمقدرة الحركية التي يتحصل عليها التلميذ في صغره تعد من الضروريات الصحية الأساسية، لتطوير نموه و كذلك لتطوير القدرة العملية و الرياضية. (40)

³⁸ محمد الحمامي، و أمين الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص 21.

³⁹ يوسف مراد : مبادئ علم النفس العام، دار المعارف، مصر، 1969، ص 215.

⁴⁰ قاسم المندلوي : اصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة، مرجع سابق ص 21.

14-2-الأهداف التربوية و الاجتماعية:

تكون النوعية عن طريق الشعور و الإحساس القوي تجنباً لأية اضطرابات. لذلك يلتزم وضع برامج في التربية البدنية تخدم قابليات التلميذ و تعمل على تطويرها، من الناحية البدنية و النفسية و تنمية المهارات الحركية. و الأهم من ذلك هو تطوير الجهاز العصبي المركزي الذي ينمي عدة قدرات و وظائف منها الإدراك ، التصور، التخيل و الانتباه.(41)

15- التربية البدنية و الرياضية في النظام التربوي الجزائري:(42)

تساهم التربية البدنية و الرياضية كمادة تعليمية و بطريقتها الخاصة بالتكامل مع المواد الأخرى في تحسين قدرات التلميذ في مجالات متعددة.

15-1- في المجال الحسي الحركي و اللياقة البدنية:

عن طريق تنوع واسع من الأنشطة التطبيقية.

15-2- في المجال العاطفي الاجتماعي:

بفضل العلاقات الديناميكية، الناتجة عن التنظيم، و المواجهة ما بين الفرق.

15-3- في مجال القدرات المعرفية:

بفضل حالات لعب ملموسة، و التي غالباً ما تتطلب حلولاً لمسائل معقدة

كما تشكل الأنشطة البدنية و الرياضية مظهراً ثقافياً هاماً في المجتمع العصري، و محل اهتمام البحوث العلمية و تخصصات مهنية متعددة، و هذا ما يساعد التلميذ على إثراء معارفه، و توسيع إمكاناته ممن اختيار مهني، و التوجه نحو أنشطة ترفيهية نظيفة في حياته المستقبلية، و بهذا تساهم التربية البدنية و الرياضية في تكوين شخصية التلميذ و إدماجه الفعلي ضمن المجتمع.

و الأمرية رقم 95-09 المؤرخة في 25-02-1995 و المتعلقة بتنظيم و تطوير الثقافة البدنية و الرياضية توضح ما يلي: " يعد تعليم التربية البدنية و الرياضية مادة مدرجة في برامج و امتحانات التربية و التكوين. " فهي إذن مادة مدمجة تماماً في المنظومة التربوية و في جميع مستوياتها. و مع ذلك فنحن بعيدون عن استغلال كل الثروات التربوية المنبثقة عن هذه المادة، و يستلزم منا جهوداً كبيرة لتغطية هذا التفاوت الموجود ما بين النوايا

و الحقيقة الميدانية، كتوفير الوسائل الناقصة داخل المؤسسات، و تحسين التكوين و التأطير التربوي و إعلام و حسيس المجتمع بصفة عامة، و الوسط التربوي بصفة خاصة.

⁴¹ امين انور الخولي: اصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة ، المرجع نفسه، ص 27.

⁴² منهاج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي: مديري التعليم الثانوي، جوان 1996، ص 6-8.

16- أهداف التربية البدنية و الرياضية في التعليم الثانوي الجزائري⁽⁴³⁾

تتجه أهداف التربية البدنية و الرياضية نحو خدمة قدرات التلميذ و تكيفه داخل المجتمع تكاملا مع بقية المواد الأخرى.

16-1-الأهداف العامة:

نقصد بالأهداف العامة تلك التي يمكن تحقيقها خلال أو بعد ثلاثة سنوات من التعليم الثانوي. و قد نمت صياغة هذه الأهداف مع مراعاة خصائص النمو البيولوجي و النفسي للتلميذ، و ضرورة تعلمه كيفية التعايش و العمل مع الآخرين، و معرفة القيم و القواعد الاجتماعية، و احترامها. إن صياغة هذه الأهداف وزعت على ثلاث مجالات أساسية: المجال الحسي الحركي، و المجال الاجتماعي العاطفي، و المجال المعرفي، يبرز هذا التقسيم أهمية كل هذه الجوانب و القيمة التربوية لمادة التربية لبدنية و الرياضية. إن قائمة الأهداف ليست محددة و يمكن لكل أستاذ إثرائها، باحترامه التوجيهات العامة.

16-1-1- أهداف المجال الحسي الحركي:

- تهدف التربية البدنية و الرياضية خاصة إلى تطوير المهارة الحركية، و القدرات البدنية في التعليم الثانوي، و اعتبارا للمستوى المحصل عليه، و تجربة التلميذ الحركية المكتسبة من المدرسة الأساسية، يجب مساعدة التلميذ على اكتساب و تحسين القدرات العامة التالية:
- يدرك جسمه جيدا، و يتحكم فيه، و يتعلم تدريجيا حركات متزايدة الصعوبة (حركات جمبازية، فنيات الوثب العالي، و الطويل...)
 - يكتسب سلوكيات حركية منسقة، و ملائمة مع المحيط، في كل من الوضعيات الأكثر تعقيدا، ذات صبغة مفيدة أو مسلية (اجتياز حواجز مختلفة، و ملامسة الأجهزة التربوية و التحكم في استعمالها في الأنشطة الممنوعة..)
 - يتحكم في الفنيات الحركية القاعدية، و الوضعيات التكتيكية البسيطة للأنشطة و الألعاب الرياضية المبرمجة في المؤسسة.
 - يكتسب القدرات البدنية المتمثلة في السرعة، و المرونة، و المداومة، و المقاومة و القوة العضلية... الخ، للمحافظة على لياقته البدنية و صحته، و يحسن مردوديته في العمل الذهني و اليدوي.
 - يتحكم في توزيع جهده، و تناوب فترات العمل و الراحة (يتعلم كيف يراقب نبضاته القلبية، و فترات الاسترجاع...)

⁴³ منهاج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي: مديرية التعليم الثانوي، ص 6-8.

- يعرف كيفية الاستراحة، و الاسترخاء، باستعماله طرقا مختلفة (الاسترخاء العضلي، و الإحساس التقبلي للذات، و الإحساس بمختلف أطراف الجسم...)⁽⁴⁴⁾

16-1-2- أهداف المجال الاجتماعي العاطفي:

تتميز مادة التربية البدنية و الرياضية عن باقي المواد بالعلاقات الديناميكية المبنية على المساعدة، التعاون و المنافسة، و تحقيق أهداف المجال العاطفي يحاط بنفس الأهمية التي تعطي للأهداف الحسية الحركية، و على هذا يجب إعطاء الفرصة للتلميذ لاتخاذ المواقف و التحكم في القدرات التالية:

- يحب النشاط البدني الرياضي، و يمتلك الرغبة في بذل الجهد قصد تعويده على التدريب بصفة مستمرة.

- تنظيم طريقة عيشه (نظافة جسمه، و آداب الأكل، و احترام أوقات العمل و الراحة...).

- يندمج في الفوج عن طريق مشاركته في النشاط البدني الرياضي ، و التقمص التدريجي لمختلف الأدوار (في الملاحظة، و التنظيم و تسيير الأفواج...)

- يتهذب خلقيا، يتقبل القوانين و احترامها، و بتطبيقه لقواعد الحياة الجماعية داخل الفوج و اتجاه المنافس (التحلي بالروح الرياضية).

- يعبر عن انفعالاته بطريقة إيجابية، بالفرح و بالارتياح أثناء ممارسته الأنشطة البدنية و الرياضية، و بتقبله الهزيمة، و بتحكمه في الانفعالات السلبية (العدوانية اتجاه الآخرين...).

- يحب و يمجّد العمل الجماعي، و القيم الاجتماعية التي تؤدي به إلى الوفاق و التلاحم و التضامن (من خلال التحية الرياضية، و قوانين اللعب، و تقمص الأدوار...)

- يتضامن فعليا مع زملائه بالتعاون داخل و خارج الفوج.

- يتعلم المسؤولية في مختلف المهام المنوطة به، و في علاقاته مع الآخرين.

- يكون متطوعا و شجاعا و يبذل مجهودات متزايدة الشدة، قصد الحصول على نتائج جيدة.⁽⁴⁵⁾

16-01-3- أهداف المجال المعرفي:

تساعد الأنشطة البدنية و الرياضية التلميذ على تحسين قدراته الإدراكية و التفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية، و المسائل التي تطرحها: التركيز و اليقظة وسرعة الاستجابة لمختلف لمنبهات و الرؤية المركزية و المحيطية، و التصور الذهني لمواقف اللعب، و التحليل و التنبؤ للحلول بهدف السرعة في اتخاذ القرار.

كما يمكن للمراهق أن يكتسب في حصة التربية البدنية القدرات الفكرية و المعارف التالية :

⁴⁴ منهاج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي: مديرية التعليم الثانوي، ص 6-8.

⁴⁵ منهاج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي: مديرية التعليم الثانوي، ص 6-8.

- يعرف قوانين الألعاب التي يمارسها، و يطبقها.

- يتعرف على تاريخ الأنشطة البدنية و الرياضية بصفة عامة.- يفهم أهداف التربية البدنية الرياضية، و يتأثر التدريب على الجسم من الناحية التشريحية الفسيولوجية... الخ
تحقق أغلبية هذه الأهداف المعرفية أثناء النشاط البدني، أو كتكملة للدروس لدفع التلميذ إلى الاهتمام بتكوينه الشخصي، و بانجاز بحوث خاصة بالتدريب، خارج أوقات الدراسة .

16-2- الأهداف الخاصة:

يستحيل في الوقت الحاضر، تحديد أهداف التربية البدنية و الرياضية بدقة داخل البرنامج مستوى دراسي أو إعطاء محتوى الدروس، و السبب الرئيسي هو نقص الأدوات و اختلاف شروط المرافق الرياضية من مؤسسة لأخرى، سواء كان هذا في المدرسة الأساسية أو في التعليم الثانوي. فالمنهاج المقترح يعطي توجيهات حول كيفية اختيار الأهداف الرئيسية التي تراعي متطلبات النمو العامة للتلاميذ، و تدرجهم في التعلم من السنة الأولى إلى السنة الثالثة ثانوي. تساهم مادة التربية البدنية مع بقية المواد الأكاديمية الأخرى في تحقيق الغايات التربوية للمنظومة التربوية، بالإضافة لربط المدرسة بالمجتمع، و يقول في هذا الصدد (46)

17- علاقة التربية البدنية و الرياضة بالمواد الدراسية الأخرى:

ألان هربراد Alan Harbrad : " إن التربية البدنية و الرياضية تشارك مع المواد الأكاديمية الأخرى في عمليات التعبير و التطبيق، و أن هذه التطبيقات المفتوحة على الحياة تكون مناسبة لتحقيق بطريقة ملموسة على الشيء الذي تعلمه للتلاميذ خلال الأطوار التعليمية" (47). كما ترى " محمد عنايات احمد فرح" : " أن درس التربية البدنية و الرياضية، يدخل ضمن المواد الدراسية الأخرى في المدارس، و يكمل العملية التعليمية و التربوية." (48)

18- التربية البدنية و الرياضية المدرسية:

التربية البدنية الرياضية هي جزء متكامل من البرنامج التربوي الكلي، و هي نظام تربوي يساهم أساسا في نمو و نضج الأفراد من خلال الخبرات الحركية و البدنية، وهي حسب " أمين الخولي و آخرون" العملية التي يكتسب من خلالها أفضل المهارات الحركية و العقلية و الاجتماعية و اللياقة من خلال النشاط البدني، و هي كذلك تلك المادة الدراسية التربوية و الأساسية التي تعمل على تحقيق التكامل التربوي للمتعلم، بحيث تنفذ من خلال دروس داخل الجدول الدراسي، و كأنشطة خارج الجدول (داخلية

⁴⁶ أمين نور الخولي، جمال الشافعي: اصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة، مرجع سابق، ص 29

⁴⁷ Alan (H), L'Eps réflexion et perspectives, Ed Steps Eps, Paris, P 47.

⁴⁸ عنايات محمد احمد فرح: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988، ص 29-30

وخارجية)، يمكن تقويم نتائجها على المستوى السلوكي (النفسي الحركي، المعرفي الوجداني العاطفي).⁽⁴⁹⁾

19- مشاكل التربية البدنية و الرياضية :

و إن كانت التربية البدنية و الرياضية جزء من تراث الإنسان الكبير أثرى حياتها بالعديد من القيم الرفيعة كالصحة، و اللياقة، و الترويح...الخ. فهو نظام تربوي قديم عرفته أغلب الحضارات الإنسانية القديمة. و في ضوء متغيرات عديدة و مختلفة و تفاوت أوضاعه و إمكاناته، و مفاهيمه من حضارة لأخرى، كل ذلك أثرت فيه وما زالت مستمرة بكم من التشويش و الفوضى الكثيرة التي تواجهها التربية البدنية و الرياضية على المستوى الفردي أو الجماعي.

و يشير " بوشر Bucher " على " أن للتربية البدنية و الرياضية مستقبلا عظيما إذا ما استطاعت التصدي للمشكلات و العقبات التي تواجهها. و يعتقد أن ذلك مرهون بوعي شباب المهنة بهذه القضايا مع العمل على تزويدهم سبيل التحدي لهذه العقبات."⁽⁵⁰⁾

و في العالم العربي فنظرة الاتجاهات التربوية السائدة في غالبيتها يحدها الشك في قدرة التربية البدنية الرياضية على تحقيق الأهداف الأكاديمية، الأمر الذي انعكس في شكل سلبيات معروفة نذكر منها، نقص الميزانية المخصصة للنشاط البدني الرياضي

و استحواد المساحات المخصصة للملاعب في بناء الأقسام، و توزيع حصص التربية البدنية الرياضية على المواد التي يعتبرونها (أساسية)، فمازالت التربية البدنية الرياضية في أذهان الكثير مادة غير أساسية في المنهاج، أو عبارة عن حصة واحدة في الأسبوع في غالب المراحل الثانوية و المتوسطة، و هو ما أدى لانتشار المفاهيم و المدركات الخاطئة و إحساس العاملين فيها بنوع من التذني. هذا و يرى الباحث مقابل هذه المشاكل ما يراه الباحث " شعلان عبد المجيد" عندما يقول: " من اختار التربية البدنية الرياضية كمهنة له عليه قبول هذه التحديات و مواجهتها أو الانزواء."⁽⁵¹⁾

بل و يرى الباحث أيضا أن أقوى سلاح للتصدي لهذه المشاكل هو، أولا حب المهنة و احترامها و من ثم الإلمام بكل خباياها العلمية و التربوية و النفسية و التحلي بروح المسؤولية، و معرفة التعامل بجدية و حذر شديدين مع هذه المشاكل، لأن أقوى سلاح في ذلك حسب الباحث هو العمل النزيه من جهة، و مواجهة العقلانية المتزنة من جهة أخرى. و في هذا الإطار يوحى " سكوت و سنايدر Snyder, Scot" بإتباع الطرق المنطقية لمواجهة مشكلات التربية البدنية الرياضية و ذلك بادراك هذه المشكلات، ثم تحديد الكفاءات المهنية التي تحتاج إليها في سبيل الحل. و في رأي " زيجلر" فالسبيل العلمي لحل قضايا و

⁴⁹ أمين انور الخولي، جمال الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، مرجع سابق، ص 29 .

⁵⁰ شعلان عبد المجيد: واقع النشاط البدني الرياضي التربوي و دوره في دعم الحركة الرياضية الوطنية، مرجع سابق، ص 32

⁵¹ شعلان عبد المجيد: واقع النشاط البدني الرياضي التربوي و دوره في دعم الحركة الرياضية الوطنية، نفس المرجع السابق، ص 33.

مشكلات المهنة، يعتمد على توجيه جهود الروابط المهنية و تعاونها في تحديد هذه القضايا، ثم وضعها في ترتيب حسب أهمية كل منها ثم اتخاذ خطوات مهنية في سبيل تمكين المهنة لاتخاذ وضع يتيح لها أفضل انطلاقه محكمة في ضوء الخطوات السابقة. و من خلال كل ما سبق ذكره يمكننا الآن التوغل بأكثر تفصيل في الممارسة الرياضية داخل الإطار المدرسي، و التي يطلق عليها " اسم النشاط البدني الرياضي التربوي". من خلال مكوناته الأساسية و هي: النشاط البدني الرياضي التربوي التعليمي. و هو عبارة عن " درس التربية البدنية و الرياضية"، و النشاط التربوي الرياضي التدريبي التنافسي و هو عبارة عن " الأنشطة الداخلية، و الخارجية"، و هي جميعها مكملة بعضها البعض و التي نتطرق إليها بنوع من التفاصيل فيما يلي :

20- درس التربية البدنية و الرياضية :

يعتبر درس التربية البدنية و الرياضية حسب " حسن شلتوت و معوض" (52) أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة، الكيمياء، الفيزياء. لكنه يختلف عن هذه المواد بأنه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات و خبرات حركية، و لكنه يمهده أيضا بالكثير من المعارف و المعلومات التي تعطي الجوانب الصحية، النفسية، الاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تعطي العملية بتكوين جسم الإنسان، و ذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات و الألعاب المختلفة الجماعية، و الفردية، و تتم تحت الإشراف التربوي عن طريق مربيين أعدوا لهذا الغرض. إذا كانت التربية البدنية و الرياضية قد عرفت بأنها عملية توجيه للنمو البدني و قوام الإنسان، باستخدام التمارين البدنية و التدابير الصحية، و بعض الأساليب الأخرى التي تشترك مع الوسائط التربوية، و في تنمية النواحي النفسية و الاجتماعية، و الخلقية، فان ذلك يعني ان درس التربية البدنية كأحد أوجه الممارسات لها يحقق أيضا هذه الأهداف، لكن على مستوى المدارس. فهو يضمن النمو الشامل و المتزن للتلاميذ، و يحقق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم السنوية و تدرج قدراتهم الحركية. و يعطي الفرصة للناخبين منهم للاشتراك في أوجه النشاط التنافسي داخل و خارج المدرسة. و بهذا الشكل إذن فدرس التربية البدنية و الرياضية لا يغطي مساحة زمنية فقط، و إنما يحقق الأغراض التربوية التي رسمتها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني و الصحي للتلاميذ. (53) إن درس التربية البدنية و الرياضية كغيره من الدروس المنهجية، له دور فعال و مميز في تحقيق الأهداف التربوية. كما يعتبر الوحدة الرئيسية في الرياضة المدرسية، كونه يكتسب الطابع الخاص الذي يميزه عن باقي الدروس.

⁵² حسن معوض: و حسن شلتوت: التنظيم و الإدارة في التربية الرياضية، دار المعارف، القاهرة، 1996، ص 102
⁵³ محمد عوض بسيوني: و فيصل ياسين الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية، مرجع سابق، ص 94-95.

و عليه فأضحى من الأمور الهامة العناية بمكوناتها، أي بالمادة التي يحويها، و طريقة توصيل هذه المادة إلى التلاميذ. فدرس التربية الرياضية يمثل القلب و الإطار الذي تتجمع فيه كل الخبرات التربوية و الرياضية في المدرسة، فينشأ التلاميذ في المدرسة على حب الدرس، مما يقدم لهم من مهارات جديدة تعمل على تنمية قدراتهم. و اتجاهاتهم نحوهم، و يزيد من ميولهم نحو فعاليات خاصة، و التي تعمل على ترسيخ قاعدة الرياضة المدرسية. و عليه، يتوقف نجاح درس التربية البدنية و الرياضية، على حسن إعداد و تحضير و إخراج الدرس السائر حسب خطة شاملة، و يكتسب العمل صفة الاستمرارية، حتى يتدرج التلميذ في تعلمه، من البسيط إلى المركب، و من السهل إلى الصعب، تدرجا طبيعيا يتمشى مع نموه، و مدى نضجه الجسماني و العقلي، و الوجداني يقول " قنديل". (54)

21- الطبيعة التربوية لدرس التربية البدنية و الرياضية:

إن التربية في أبسط معنى لها، هي عملية التوافق و التكيف، و هي حسب هذا المفهوم عبارة عن عملية تفاعل بين الفرد و بيئته الاجتماعية، للوصول للأهداف المرجوة، باكتساب الفرد للقيم و الاتجاهات التي تفرضها البيئة. و التربية بهذا المعنى هي ظاهرة ممارسة حيث يتعلم الإنسان عن طريقها سواء في الفصل، أو في المكتبة أو في الملعب. و درس التربية البدنية و الرياضية من حيث الواجب التربوي يؤدي أيضا هذه المهمة.

فوجود التلاميذ ضمن جماعة، فالتفاعل يتم بينهم في إطار القيم و الروح الرياضية و التي يكسبهم الكثير من الصفات التربوية. فهي تعمل على تنمية السمات كالشعور بالصدق و المثابرة، و الرياضية و اقتحام الصعوبات مع الزملاء، و تدخل صفة الشجاعة و القدرة على اتخاذ القرار في عملية تأدية الواجبات، كالقفز في الماء، و مصارعة الزميل و التنافس ضد الثقل و الزمن، وغيرها من الأنشطة لتحقيق الكثير من هذه الصفات.

هذه الصفات حسب " بيسيوني و الشاطي" تلعب دورا كبيرا في بناء الشخصية الإنسانية و تكسبها طابعها المميز، و على هذه المرتكزات تبنى أهداف درس التربية البدنية و الرياضية، مما يعطيه الطابع التربوي. (55)

و يعتبر درس التربية البدنية الوحدة المصغرة في البرنامج الدراسي، فالخطة الشاملة في منهاج التربية البدنية بالمدرسة، تشمل كل أوجه النشاط الذي يريد المدرس ممارسته مع تلامذته في المدرسة، قصد اكتساب مهاراتها.

لكن كون المنهاج العام متعدد المهارات و المناشط، فلا يمكن إذن تدريسيه دفعة واحدة. لذلك فقد قسم لمنهاج تحليلية بقدر يكفي لتدريسها. و عليه فقد جزأت لأقسام صغيرة، أو مراحل تنفذ كل واحدة منها

⁵⁴ ابراهيم حامد قنديل: برنامج و دروس التربية البدنية و الرياضية، مطبعة مخيم، القاهرة، 1980، ص 9.

⁵⁵ محمد عوض بيسيوني و الشاطي: نظريات و طرق التربية البدنية، نفس المرجع السابق، ص 94.

خلال شهر، و بدورها قسمت هذه المرحلة لشهرية إلى أجزاء اصغر، لغاية الوصول إلى وحدة التدريس، أو وحدة إكساب المهارات الحركية و ما يصاحبها من تعليم مباشر و غير مباشر، و هي اصغر وحدة تدريسية كما سبق و أن ذكرناه، أي الدرس اليومي للتربية البدنية و الرياضية. و عليه فالدرس اليومي بهذا المفهوم، هو حجر الزاوية لكل منهاج التربية البدنية. و يتوقف نجاح الخطة، و تحقيق الغرض من البرنامج العام للتربية المدرسية، على حسن التحضير و الإعداد، و الإخراج، و تنفيذ الدرس.

فعلى المدرس إذن أن يتولى العناية اللازمة بالدرس، حتى يتمكن التلاميذ من استيعاب هذه المهارات، و من ثم الوصول لتحقيق القاعدة، مراعية حاجات التلاميذ، و ميولهم و رغباتهم، و عليه و جب على كل مدرس أن يلم بكل الجوانب المعرفية، لبناء درس التربية البدنية اليومي، و هو ما سنتناوله فيما يلي بنوع من التفصيل.

22- أهمية درس التربية البدنية و الرياضية :

لما كانت التربية البدنية تعد الركن الأساسي لتطوير كافة قدرات التلميذ، فقد و جب إذن الاهتمام بمادتها و ما تحتاج إليه من إمكانيات و متطلبات بشرية و مالية، من مساحات للعب، و أجهزة و أدوات، و برامج و مناهج حديثة. فمن خلال الوحدات التدريسية بالمدرسة، يتعلم التلميذ الكثير من الصفات النفسية، التربوية ، و الاجتماعية كالشجاعة، و الصدق، و التضحية، و الدقة، و التعامل، و احترام الغير، و الالتزام بتطبيق التعليمات و القوانين ، و تنفيذ الأوامر و الإرشادات و غيرها..

و يرى " المندلاوي"⁽⁵⁶⁾ إن للتربية البدنية مكانة كبيرة في عملية بناء التلميذ و تطوره بدنيا، و عقليا، و نفسيا، و اجتماعيا.

و يحتاج التلاميذ للحركة و اللعب، لكي تنمو و تتكامل أجهزتهم الداخلية ، و تتكيف لكافة الاحتمالات و الظروف الحياتية، و العملية، لاكتساب المناعة و المعارضه ضد الأوبئة و الأمراض. تعد التربية البدنية الوسيلة الأساسية لبناء، و تكوين شخصية التلميذ النفسية، و الاجتماعية، خلال درس التربية البدنية.

23- الأهداف الرئيسية لدرس التربية البدنية :

إن تفهم الأهداف الرئيسية لدرس التربية البدنية، يوصلنا لإخراج درس يفي بالغرض المسطر بالمنهاج، و من أهم هذه الأهداف، هي محاولة بناء و تطوير و تصعيد الصفات الحركية بشكل شامل، كالقوة المطولة، السرعة و الدقة في الأداء و القابلية الجيدة على الحركة، و محاولة تطوير المهارات الحركية الأساسية، كالركض و القفز، و الرمي، و التسلق، و الزحف، و التوازن.. و الارتقاء، بها لبناء المهارات الحركية الرياضية الأساسية، كالألعاب المنظمة، و الجمباز و السباحة، إيصال المعلومات الأساسية

⁵⁶ قاسم المندلاوي و آخرون: دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية البدنية، جامعة الموصل، العراق، 1990، ص 98.

حول الصحة و النظريات الرياضية، و المعلومات الهادفة، في إطار سياسة الدولة مع تطوير قابلية التفكير عن طريق التصرفات الرياضية، السليمة، و تربية بعض العادات الجيدة كالإدارة، و الصفات الخفية، و التصرفات الجيدة، و محاولة الوصول للأداء المتكامل الحركي الرياضي، و التقرب إلى المستوى العالي.⁽⁵⁷⁾

- و حسب " عنايات محمد فرح"⁽⁵⁸⁾ ، فالأهداف الرياضية لدرس التربية الرياضية هي:
- التعود على العادات الصحية السليمة، بالاهتمام بالنواحي الصحية.
 - إشباع ميل التلميذ للحركة.
 - تحسين عمل الأجهزة الداخلية للجسم، عن طريق تمارين بدنية مركزة ومشوقة.
 - حفظ الجسم من تشوهات القوام.
 - تنمية عناصر اللياقة البدنية.
 - تنمية عنصر السرعة و القوة العضلية.
 - إعطاء بعض المهارات البسيطة التي تخدم المهارات الأساسية للألعاب الكبيرة.
 - تشكيل الخصائص النفسية و تحسين قوة الإرادة .
 - الاهتمام الكبير بالتربية الجمالية و ذلك عن طريق التمرينات الإيقاعية.

24- أغراض درس التربية البدنية و الرياضية :

لدرس التربية البدنية أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولاً، ثم على المجتمع كله ثانياً، و قد حدد كل من " عباس احمد السمراي و آخرون" أهم هذه الأغراض فيما يلي : " الصفات البدنية، النمو الحركي، الصفات الخفية الحميدة، الإعداد و الدفاع عن الوطن، الصحة و التعود على العادات الصحية السليمة، النمو العقلي، و التكيف الاجتماعي"⁽⁵⁹⁾. و من جهة ثانية حددت " عنايات" أن العديد من الأغراض حددتها "عنايات" أن العديد من الأغراض التي تسعى درس التربية البدنية إلى تحقيقها، و تنبثق من أغراض التربية و الرياضية، و هذه الأغراض حددتها " عنايات" في الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم، و الصفات البدنية، و اكتساب المهارات الحركية، و القدرات الرياضية، و اكتساب المعارف الرياضية و الصحية، و تكوين اتجاهات القومية الوطنية، و أساليب السلوك السوية⁽⁶⁰⁾ .

و يمكن تلخيص أهم أغراض درس التربية البدنية فيما يلي:

⁵⁷ غسان صادق، سامي الصفار: التربية البدنية الرياضية، كتاب منهجي، جامعة بغداد، ص 160.
⁵⁸ عنايات محمد فرح: دليل مدرس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988، ص 12.
⁵⁹ عباس احمد السمراي: بسطو يس احمد بسطو يس، طرق التدريس في التربية البدنية، جامعة بغداد، 1984، ص 73.
⁶⁰ عنايات احمد فرح: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988، ص 11.

24-1- تنمية الصفات البدنية:

كالقوة العضلية، السرعة، المطاولة، الرشاقة، المرونة، و تقع أهمية هذه الصفات و تتميتها في المجال الرياضي ليس فقط من واقع علاقتها بتعلم المهارات و الفعاليات الرياضية المختلفة، و الموجودة في المنهاج المدرسي، بل تتعدى هذه الأهمية لحاجة التلميذ إليها في المجتمع." (61)

إن الغرض الأول الذي يسعى درس التربية البدنية إلى تحقيقه و هو تنمية الصفات البدنية، و يقصد بالصفات البدنية ، و الوظيفية ، لأجهزة الجسم، و ترتبط ارتباطا وثيقا بالسمات نفسية و الإرادية للفرد. و عن مميزات النمو العقلي للفئة العمرية (15-18 سنة)، يقول " علاوي" تتضح القدرات المختلفة، و تظهر الفروق الفردية في القدرات، و تنكشف استعداداتهم الفنية الثقافية، و الرياضية و الاهتمام بالتفوق الرياضي، و اتضح المهارات البدنية. (62)

24-2- تنمية المهارات الحركية:

يعتبر النمو الحركي من الأغراض الرئيسية لدرس التربية البدنية و الرياضية، و يقصد به تنمية المهارات الحركية عند المتعلم، و تنقسم إلى مهارات حركية أساسية و مهارات حركية رياضية، فالمهارات الحركية الأساسية هي تلك الحركات الطبيعية الفطرية ، و التي يزاولها الفرد تحت الظروف العادية كالعدو، المشي و القفز...، أما المهارات الرياضية فهي الألعاب و الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ و لها تقنيات خاصة بها. و يمكن للحركات الرياضية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات رياضية. (63) و ترى " عنايات" تأسيس تعليم المهارات الحركية على التنمية الشاملة للصفات البدنية. (64)

24-3- اكتساب الصفات الخلقية :

إن الغرض التي تكتسبه التربية البدنية في حقل الصفات الخلقية و التكيف الاجتماعي، و يقترن مباشرة بما سبقه من أغراض فغي العملية التربوية. بما أن درس التربية البدنية و الرياضية، حافل بالمواقف التي تتجسد فيها الصفتين، فمان من اللازم أن تعطي كلاهما صيغة أكثر دلالة. ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون و التضحية، و إنكار الذات حيث يسعى كل عنصر من الفريق ان يكمل عمل صديقه، و هذا قصد تحقيق الفوز. و يرى " عدنان جلول" أن الأغراض الاجتماعية تتمثل في تهيئة الجو الملائم للتكيف بنجاح في المجتمع الصالح، و إتاحة الفرصة للتعبير عن النفس، و الابتكار، و إشباع الرغبة في المخاطرة حتى ينمو التلميذ نفسيا، و اجتماعيا. (65)

61 عباس احمد السمراي و آخرون: طرق التدريس في التربية البدنية، المرجع نفسه، ص 73.

62 محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1992، ص148.

63 عباس احمد السمراي: طرق التدريس في التربية البدنية، نفس المرجع ، ص 27.

64 عنايات احمد فرح: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية، المرجع نفسه ، ص 13 ، 14.

65 عدنان جلول درويش و آخرون: التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 30.

و هي عملية نضج القدرات العقلية. و يلعب مدرس التربية البدنية دورا ايجابيا و فعالا في النمو بصورة عامة، و النمو العقلي بصورة خاصة.

25- واجبات درس التربية البدنية و الرياضية :

خلال درس التربية الرياضية، و من خلال وجود التلاميذ في الجمعة، فان عملية التفاعل تتم فيما بينهم في إطار القيم، و المبادئ للروح الرياضية، التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية، فتعمل على تنمية السمات الأخلاقية، كالطاعة، و صيانة الملكية العامة و الشعور بالصدقة، و الزمالة، تدخل صفة الشجاعة، و القدرة، على اتخاذ القرار ضمن عملية تأدية الحركات و الواجبات، مثل القفز في الماء، و مصارعة الزميل و غيرها من الأنشطة لتحقيق الكثير من هذه الصفات، و التي نلعب دورا كبيرا في بناء الشخصية الإنسانية و تكسبها طابعها المميز. و على هذه المرتكزات تبنى أهداف درس التربية البدنية. و قد حددت واجبات درس التربية البدنية حسب " بسيوني و الشاطي" (66) فيما يلي:

- المساعدة على تكامل المهارات و الخبرات الحركية، و وضع القواعد الصحيحة لكيفية ممارستها، داخل و خارج المدرسة، مثل القفز، و الرمي، و التعلق و المشي. - المساعدة على تطوير الصفات البدنية، مثل القدرة، التحمل، المرونة، والرشاقة والتحكم في القوام في حالتها السكون و الحركة.

- اكتساب المعارف و الحقائق و المعلومات، على أسس الحركة البدنية و أصولها البيولوجية و الفسيولوجية، و البيوميكانيكية.

- تدعيم الصفات المعنوية، و السمات الإرادية، و السلوك اللائق.

- التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية، و تنمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي من خلال الأنشطة اللاصفية (67). و لهذه الواجبات يضيف "بسطويس" تطوير و تربية الروح الجماعية، و العمل على التكيف الاجتماعي و تطوير و تحسين القدرات العقلية، عن طريق الألعاب و التمرينات الرياضية(68).

26- بناء درس التربية البدنية و الرياضية :

في النصف الأخير للقرن الثامن عشر و حتى القرن التاسع عشر، كانت هناك محاولات لتحديد شكل الدرس. و تذكر في هذا الصدد " عفاف عبد الكريم" (69). أن "جونس موتس Guts Muths" قد نصح ببدء الدرس، و الانتهاء منه بالتمرينات.

66 محمد عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطي: نظريات و طرق التربية الرياضية، نفس المرجع السابق ، ص 87.

67 محمد عوض بسيوني، و آخرون: نظريات و طرق التربية الرياضية، نفس المرجع السابق، ص 95،96.

68 بسطويس احمد بسطويس : طرق التدريس في التربية البدنية، نفس المرجع السابق ، ص 87.

69 عفاف عبد الكريم: طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية، منشأة المعارف بالاسكندرية، 1994، ص 320، 322.

أما "سبيس Speiss" في كتابه "الجمباز/Turnen" قد نوه عن بدء الدرس، بتمرينات لنظام و تمرينات حرة. كما ذكر انه لا يجب الالتزام بتمرينات معينة، أو ترتيبها ترتيب معين. فهو يعطي الاختيار، في اختيار التمرينات و الأنشطة البدنية، الحرة في ترتيبها أثناء مسار الدرس. و قد فضل أن ينهي الدرس بعد التمرين الشديد بالألعاب.

و قد حاول "ماول /Maul Alfred" ، شكلا معيناً للدرس في المدارس دام لوقت طويل. و أهم ما يتميز به هذا الشكل، و هو التمرينات السويدية، و جمباز المدرسة النمساوية. و حالياً أي في الوقت الحاضر، فهناك عدة اقتراحات و اختلافات حول بناء الدرس. لكن رغم هذا الاختلاف، فأغلبيتهم يقسمونه إلى ثلاثة أقسام حسب دائماً "عفاف عبد الكريم" (70)، هي : القسم التحضيري- القسم الرئيسي- و القسم الختامي. و فيما يلي نوجز كل قسم كما يلي :

26-1- القسم التحضيري :

هي مقدمة الدرس، و تحقق ثلاثة أهداف هي : تهيئة المواقف التربوية، إعداد الأجهزة العضوية، إثارة الدافعية، فعند تهيئة المواقف التربوية، ينبغي مراعاة الالتزام بالنظام عند الانتقال من مكان لآخر، و البداية في الموعد، مراعاة الانتظام في حجرة الملابس، دخول الملعب و أخذ الغيابات، التحية الرياضية، الالتزام بالأشكال النظامية ترتيب الأدوات و الأجهزة، الرياضية و أماكن التمرين ثم البدء في الإحماء. و عن إعداد الأجهزة العضوية، أو الإحماء و التي تؤثر على الدورة الدموية، العضلات الجهاز العصبي، و العمليات البيوكيميائية، فيجب أن يعمل الإحماء على منع الإصابات و على إعداد التلاميذ ثم يأتي بعد ذلك من أنشطة صعبة، و يجب أن يزداد الحمل تدريجياً مع إعطاء بعض الإرشادات القصيرة، و أنسب التمرينات في هذا الجزء هو الجري الوثب الحجل و تمرينات المرونة و الرشاقة، و يجب أن تكون هذه التمرينات سهلة غير معقدة.

أما عن إثارة الدافعية للتعلم، و الأداء، يمكن أن يقوم به المدرس في المواقف التربوية مع بداية الدرس. فتوعية التلاميذ بهدف الدرس، و بالأهداف القريبة، و يؤدي إلى إثارة الاهتمامات للأداء، كما أن اختيار المادة و الأنشطة المثيرة للبهجة في نفوس التلاميذ تجنب التلاميذ المشاركة الجادة في الدرس.

26-2- القسم الرئيسي:

في هذا الجزء من الدرس تحقق جميع الأهداف التي تم تحديدها لتدريس التربية البدنية، و لا يوجد قاعدة عامة لبناء هذا الجزء من الدرس. و لا يوجد ترتيب معين للأغراض و الأهداف، فهذا الجزء إذن ينفذ بطرق متعددة، و يترك لمقدرة المدرس على الابتكار، و لتخطيطه الواعي، و يقدم هذا الجزء المهارات و الخبرات الواجب تعلمها. سواء كانت اللعبة فردية، أو جماعية. و طريقة التعلم تلعب دوراً

كبيراً في استيعاب التلاميذ للمادة المعلمة، و هي تعبر عن أسلوب الإيضاح، أو استخدام التعليم بالطريقة الكلية، أو الجزئية. و يجب على المدرس مراعاة ما يلي:

- متابعة حركة التلاميذ أثناء الأداء.

- تنظيم حركة التلاميذ أثناء الأداء ، من حيث البدء و النهاية.

- تصحيح الأخطاء التي يقع فيها التلاميذ.

- الاستعانة بأحسن التلاميذ كطريقة للمساعدة الصحيحة.(71)

26-3- القسم الختامي :

في نهاية الدرس ينبغي علينا أن نستوفي مجموعة من الأهداف و هي : تهدئة أجهزة الجسم، و إعادتها بقدر الإمكان إلى ما كانت عليه سابقاً، و يتضمن هذا الجزء تمارين التهيئة بأنواعها المختلفة، كتمرينات الاسترخاء، و التنفس، و بعض الألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ.

في نهاية الدرس يجب أن تتم البهجة بين التلاميذ، سواء كان الحمل بسيطاً أو عالياً كما يجب أن يقوم المدرس بالتشجيع، و تقوم النتائج التربوية، مشيراً للجوانب الإيجابية و السلبية، و الأخطاء التي حدثت أثناء الدرس، لتجنبها و تحسين الأداء في الحصص المقبلة. ألا ننسى إخلاء الملعب من الأدوات، و ترتيبها في مكانها، و إنهاء الحصة في المكان المطلوب، و بشعار القسم، أو بنصيحة ختامية يقول " بسيوني".(72)

27- طرق إخراج الدرس في التربية البدنية و الرياضية:

يقصد بإخراج الدرس في التربية البدنية، استخدام كل الوسائل و الإمكانيات المساعدة على تنظيم التلاميذ بشكل ديناميكي، قصد الوصول إلى الهدف المنشود، بأبسط و أسرع طريقة، و فيما يلي بعض الطرق الشائعة لإخراج درس التربية البدنية و الرياضية.

27-1- الطريقة الجماعية:

من مميزات هذه الطريقة أنها مريحة بالنسبة للأستاذ، حيث يستطيع هذا الأخير تعليم مجموعة من التلاميذ في وقت واحد. إلا أن الصعوبة تكمن في تصحيح الخطأ، حيث يؤدي التلاميذ جميع التمارين و الحركات بشكل جماعي، و بحمل موحد من استخدام الوسائل الموجودة، و هذا النوع من إخراج الدرس، يخدم المهارات الفردية كالوثب بأنواع الجري و السباحة، كما يمكن استخدامه أحياناً في الألعاب الاجتماعية ، كرة القدم، السلة ، و كرة الطائرة.

71 عفاف عبد الكريم: طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية، مرجع سابق، ص 49
72 بسيوني و الشاطي: نظريات و طرق التربية البدنية ، مرجع سابق، ص 110

27-2- طريقة الأداء التتابعي:

من مميزات هذه الطريقة، إنها تتيح الفرصة لمعرفة الفروقات الفردية، عند التلاميذ. إلى جانب تماسك وحدة الدرس مع تنظيم الحمل بشكل أفضل. في هذه الطريقة، يقوم التلميذ بأداء المهارات و الحركات بترتيب الواحدة تلو الأخرى دون توقف. و تعتمد على الوسائل و الإمكانيات المتوفرة خاصة في الجمباز. إلا أن عيب هذه الطريقة هو وقوف التلميذ في انتظار دوره.

27-3- طريقة المناوبة :

و فيها يؤدي التلاميذ التمرينات بشكل متناوب. ينقسمون إلى مجموعتين تقوم الأولى بأداء التمارين، ثم ترجع للخلف لتقوم الثانية بنفس الشيء. و تستعمل هذه الطريقة خاصة في الوثب العالي، الوثب الطويل ... إلخ.⁽⁷³⁾

27-4- طريقة المجاميع:

يقسم المدرس التلاميذ إلى مجموعات ، للقيام بأداء أنواع المهارات بشكل مفصل يتم في هذه الطريقة نشاط تطبيقي عند توسيع المكان، و توفر الأجهزة، حيث تقوم كل مجموعة بأداء التلاميذ ثم تتناوب .

يقوم المدرس بالمرور على المجموعات الواحدة تلو الأخرى، و لاستعانة بالتلاميذ الممتازين.

27-5- الطريقة الفردية:

تستعمل هذه الطريقة عند تقويم ، أو معرفة المستوى الذي وصل إليه التلاميذ، بحيث يقوم كل تلميذ بأداء المهارات بشكل فردي، و من خلال هذه الطريقة يستطيع المدرس اكتشاف الأخطاء، إلى جانب القدرات المتوفرة عندهم.

28- طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية (حسب المنهاج):

28-1- الطريقة التنشيطية :

مميزاتها أنها تساعد على مشاركة كل التلاميذ، هذه الطريقة تشمل مع طبيعة التربية البدنية و الرياضية، و مواقفها النشيطة فرصا للتعبير التام، و مشاركتهم الجماعية في الحركة، و هي بذلك تقدم الامتيازات و الخصائص التالية:

وضع التلاميذ في مواقف البحث عن الحلول لمسائل حقيقية ضمن النشاط، وتستعمل هذه الطريقة في الألعاب الجماعية، و يمكن تقسيمها على كل الأنشطة لان نظام الأفواج يسمح بذلك سواء كان يتعلق بالألعاب فردية أو جماعية.

تنظيم العمل على شكل ورشات للعمل حسب الفرق المصغرة، تقدم مزايا كثيرة منها:

- مشاركة كل التلاميذ في آن واحد، و فرض التعاون و اقتراح تمرين واحد في كل فوج و تمارين مختلفة من فوج لآخر يسهل تدخلات الأستاذ الدقيقة على مستوى كل ورشة.
- استعمال أشكال اللعب و المنافسة قصد استغلال دوافع التلاميذ و تجنب الحالات الثابتة و العمل بالتعاون.

28-2- الطريقة الكلية و المجزأة:

تعلم حركة أو موقف لعب معين، يمكن التطرق إليه بالتجزئة ، أو بصفة كلية، ككون المحاولات المباشرة حول مجموع النشاط أو الحركة. أما الطريقة المجزأة فتعمل على تقسيم الحركة بهدف التعمق في التعليم بمختلف مكوناتها. و أحسن النتائج تسجل عند ربط هاتين الطريقتين.

29- المبادئ العامة لطرق تدريس التربية البدنية و الرياضية:

- التدرج من السهل إلى الصعب (من البسيط إلى المركب)، و من الجزء إلى الكل.
- التدرج من المعلوم إلى المجهول (من المحسوس إلى غير المحسوس)
- احترام شخصية المتعلم.
- قيام نجاح طريقة التدريس بمدى سلوك المتعلم في المادة دليل علمي على نجاح الطريقة .
- استخدام التفكير العلمي لتطوير العلوم و المعارف.

29-1- إدارة درس التربية البدنية و الرياضية:

يكون ذلك من خلال عوامل رئيسية هي: مكان إجراء الدرس، موضع الدرس في اليوم الدراسي. (74)

أ- مكان إجراء الدرس:

تميز درس التربية البدنية الرياضية بإمكانية تنفيذه في أي زمان و مكان و ذلك وفقا للإمكانات المتاحة، يعطي الدرس أكبر مردودا له إذا اجري في الهواء الطلق و الجو مشمس و في الأماكن المفتوحة. و من حيث المبدأ يجب أن تكون مساحة اللعب لائقة و واسعة حتى يستطيع التلاميذ أداء أنواع التمرينات المتعددة و الألعاب، و في هذا النوع من المساحات المفتوحة يمكن تجهيزها ببعض الأجهزة المثبتة، و دوائر الرمي، و حفر الوثب، فيما يتعلق بقاعات الرياضة فلا بد من اتساعها لتكفي "30" تلميذا على الأقل و مزودة بنوافذ للتهوية، أرضيتها لا تشكل خطورة للتلاميذ، و يمكن تزويدها

بأجهزة كالمقاعد السويدية بالإضافة إلى تهيئة الأرض لجعلها متنوعة الأنشطة (كرة اليد الطائرة السلة...) و مضاعة بشكل جيد، و ارتفاعها مقبول و أرضيتها خالية من البروزات و العوائق و يستحسن أن تكون مزودة بدورة مياه و أماكن تبديل الملابس. (75)

ب- موضع الدرس في اليوم الدراسي:

يعتبر جدول التربية البدنية الرياضية و الذي يشكل الجزء الرئيسي في الدرس موقع دراسة و تحليل في المجال التربية البدنية الرياضية. (76) و تختلف الآراء حول توقيت الحصة في بداية اليوم الدراسي حتى يتسنى للتلميذ القيام بأنشطة التربية البدنية

و الرياضية في وسط اليوم الدراسي، و ذلك لإعطاء الفرصة للتلميذ لسير و تيرة اليوم الدراسي بصورة أكثر فعالية ، و يتفوقون على أن الدرس لا يجب أن يكون في نهاية اليوم الدراسي. (77) و ما زال توقيت الحصة يمثل احد المشاكل الرئيسية للقائمين على تنظيم البرنامج المدرسي، فأحيانا تكون الحصة في أول النهار و أحيانا تكون في آخره.

29-2- التحكم في درس التربية البدنية و الرياضية :

بين الفلسفة القديمة المنادية بالطاقة المطلقة من جانب التلاميذ، و شعارهم (التلميذ يرى و لكنه لا يسمع). و بين المدرسة الحديثة المنادية بالحرية و التعبير عن النفس، فما هي إذن بعض الخطوات المساعدة على ضبط الدرس و النظام فيه، و هي تتعلق بالمدرس من جهة، و بالمادة التعليمية من جهة ثانية، و أخيرا بالدرس في حد ذاته.

أ - بالنسبة للمدرس:

- تقسيم التلاميذ لمجموعات متساوية في القوة، و كل تلميذ يعرف مكانه في المجموعة.
- طرق اخذ الغيابات و الحضور.
- تعويد التلاميذ على الاستجابة السريعة، باستخدام مختلف الإشارات المعروفة.
- تعويد التلاميذ على النظام و التدريب، حتى يتمكن القيام بها آليا.
- أن يدبر المدرس درسه، و يكرر تعليماته بأسلوب بسيط خالي من الأوامر.
- أن يكون المدرس قدوة في الدروس من حيث الجدية، و التزام المواعيد.

ب- بالنسبة لإعداد المادة :

لا بد من المدرس أن يكون متمكنا من مادته ، راغبا فيها ، و يبذل جهدا مرضيا من اجل أن يكون الإعداد جيدا و منسجما لحفظ النظام. و عليه مراعاة ما يلي:

- أن تكون الأنشطة متدرجة من حيث الصعوبة، و ملائمة لمراحل النمو المختلفة.

75 عبدو علي : الخطة الحديثة في اخراج درس التربية البدنية و الرياضية، بغداد، 1971، ص 33 - 35.

76 فايز مهني: التربية الرياضية الحديثة، دار طلاس للنشر، دمشق، 1987، ص 159

77 عبدو علي: الخطة الحديثة في اخراج درس التربية البدنية و الرياضية، المرجع السابق نفسه، ص 35.

- استخدام الدوافع الفردية و الجماعية في إبراز حيوية النشاط، و ذلك بإدخال عنصر المناقشة. (78)
ج - بالنسبة للدرس:

- على المدرس أن يكون ودودا مع تلاميذه، و يهتم بكل واحد منهم.
- محاولة استغلال كل فترات الدرس.
- عدم تردد المدرس في الحصة و إظهار الثقة بالنفس فيما يعمل.
- تنظيم مكان الدرس و إعداده إمداده بكل التسهيلات الممكنة.
- أن يكون المدرس حاضرا و مستعدا لإجراء الفعاليات المفاجئة كلما وجد حاجة إلى ذلك.

30- أنواع الدروس في التربية البدنية و الرياضية :

يجيزها " بسيوني" (79) فيما يلي :

- درس الإعداد البدني العام:

يقدم هذا الدرس لجميع الفئات، و في مختلف الأعمار، و في شتى الأماكن كالمدارس، و الروضات، و المعاهد، و يتميز هذا الدرس بأنه يحتوي على مختلف الأنشطة التعليمية ذات الحمل النسبي و التي تتفق مع الإمكانيات البدنية للممارسين.

30-1- درس التدريب الرياضي:

يخصص هذا الدرس لكل من يزاول أنواع الرياضة المختلفة و المختارة ، مثل ألعاب القوى، الجمباز، السباحة و غيرها. و في جميع الأحوال يحتاج هذا الدرس إلى تحضير و طرق خاصة، تشمل على قواعد التدريب الرياضي، و نظريات التدريس، لكل من هذه الأنواع، و في هذا النوع من الدروس، يعطي الاهتمام الأكبر لجرعة الحمل، و عامل الأمن و السلامة.

30-2- درس التمرينات التعويضية:

يقوم هذا النوع من الدروس بتنمية بعض النواحي البدنية الخاصة، بمهنة مفيدة سواء في المصانع و المعامل، و المزارع، حيث تقدم التمرينات تعويضية، للأجزاء التي تعمل في الجسم خلال عملية الإنتاج.

30-3- درس المهن التطبيقية:

يقوم هذا النوع من الدروس بإعداد الشباب الذين يلتحقون بعمل معين، و يحتاجون إعدادا بدنيا خاصا يتناسب مع هذا العمل.

⁷⁸ عبدو علي: الخطة الحديثة في اخراج درس التربية البدنية و الرياضية، المرجع السابق نفسه، ص 35.
⁷⁹ عوض بسيوني، و الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية، مرجع سابق، ص 118.

30-4- درس التعارف:

يتميز هذا النوع من الدروس بالخصوصية، ليس له نشاط معين، لكنه يهدف إلى اكتشاف قدرات الممارسين الجدد، وكذلك التعرف على المادة الجديدة المقدمة كما يهدف للتعرف على استنتاجات التلاميذ في بيئة معينة، واتجاهاتهم نحو التربية البدنية والرياضية.

30-5- درس التدعيم و التثبيت:

يقدم هذا النوع من الدرس للتلاميذ الذين سبق و أن تعلموا مهارات معينة، و لم يتم تثبيتها. و يهدف هذا الدرس لتثبيت المهارات المتعلمة من ناحية، و تثبيتها من ناحية أخرى، بحيث تصل إلى مستوى الخبرة.⁽⁸⁰⁾

30-6- الدرس المختلط:

و فيه تقدم المادة الجديدة مع المادة القديمة، حيث تعطى المادة الجديدة و التي تأخذ وقتا إضافيا، ثم التقسيم لمجموعات تزاوّل إحداها المادة الجديدة، و من ثم تجري عملية تبديل الأماكن حسب الوقت المحدد.

30-7- درس التقويم (الاختبار):

في هذا الدرس تجري الاختبارات بمعرفة تقويم المستوى و الذي وصل إليه التلميذ. حيث يعلم مسبقا عن الموضوع الذي سيختبر فيه. و من الممكن قياس الصفات الحركية، أو اللياقة البدنية أو المهارية، أن تقوم ببعض الألعاب الترويحية بعد إجراء هذا النوع من الدروس.

31- مدرس التربية البدنية و الرياضية :

يعتبر مدرس التربية البدنية، من ابرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثيرا في تشكيل الأخلاق و القيم الرفيعة لدى التلاميذ. و لا يتوقف دور المعلم أو المدرس على تقديم ألوان النشاط البدني و الرياضي، بل يتعدى ذلك إلى ادوار توجيهية من جميع الجوانب النفسية، الجسمية، الخلقية و خاصة الاجتماعية.

و عليه فسنحاول فيما يلي التطرق إلى أهم مميزات و صفات هذا المدرس من خلال ما يلي:

32- مميزات مدرس التربية البدنية الرياضية :

يعد مدرس التربية البدنية و الرياضية أولا و قبل كل شيء ذلك الإنسان المعزول في مهنته و الأقرب من تلاميذه، فهو يعتمد على مداومة بين ميول تلاميذه و إمكانيته و قدراته الشخصية، في تقديم واجبات تربوية و في إطار بدني رياضي يستهدف النمو و التكيف . إذ تتصف هذه الواجبات على تنشيط النمو و تعجيل مراحلها، كما يتصف باكتساب التلاميذ الحاصلات القادرة على جعله متكيفا من خلال القدرات

⁸⁰عوض بسيوني، و الشاطي: نظريات و طرق التربية البدنية، مرجع سابق، ص 118.

و المهارات الحركية، العلاقات الاجتماعية، أنشطة القوام المعتدل، الصحة النفسية و العضوية، و المعارف الصحيحة، و الاتجاهات الايجابية. (81)

و قبل التطرق لمختلف الأدوار و الصفات التي تقوم بها و يتحلى بها المدرس في التربية البدنية الرياضية علينا أولاً و قبل كل شيء بمعرفة شخصية ذل المدرس الملقب بأستاذ التربية البدنية الرياضية.

33- شخصية مدرس التربية البدنية الرياضية:

إن شخصية الأستاذ يمكن أن تكون أكثر أهمية من ثقافته العامة فيما يخص النجاح في عمله، أن أغلبية التلاميذ لهم ميل و بدون شعور إلى تقليد مربيهم سواء أكان الوالدين أو أساتذتهم، فهذا يبرز و يبرر العناية الخاصة التي يجب أن تكون لاختيار و تكوين الأستاذ. (82) ففي هذا الشأن يقول " علي بشير" (83) أن المدرس عبارة عن دائرة معارف للسائلين و ثقافة من المرشدين و المتعلمين، و رسالة لا تقتصر على تلقين العلم فقط، بل هي رسالة شاملة للمجتمع من المعارف و التجارب أمام تلاميذه. حيث يعمل بالمثاليات ليكون النموذج الذي يقتدي به، و المرآة الصادقة يجلب تلاميذه له.

و يرى الكثير من الباحثين أن التدريس مجال متنوع لكل شخصية، بل يرون أن من التعسف تحديد قدرات و كفاءات مفصلة تقيس عليها شخصيات المدرسين.

فكل أستاذ طريقته، إذ يختلف كل منهم تبعاً لشخصيتهم أو المنهج المتبع في تدريسه ، و تختلف من شخص لآخر حسب طاقته العلمية و إمكانيته العقلية و قدراته الحركية و يشتمل أسلوبه على الناحية التربوية و الترويجية و النفسية التي تدفع التلاميذ إلى إشباع رغباتهم و ميولهم، و هذا عن طريق توجيهاته التي تبعث فيهم عامل الحيوية. كما على الأستاذ أن يؤهل تربويًا و نفسيًا حتى يسير على منوال المنهج العلمي الرياضي و يصل بعد ذلك إلى العطاء المتزايد الذي يفرض لمهنته احترامها و تقديرها (84).

و قد أبرزت إحدى الدراسات الأمريكية حسب ما يذكره "الخولي" (85) أن مديري المدارس من مدرس التربية البدنية الجديد ما يلي :

- الشخصية القوية التي تتسم بالحسم، الأخلاق، الاتزان، الانفعالي.
- معداً إعداداً جيداً لتدريس التربية البدنية، بما في ذلك إستوعابه للمعلومات المتصلة بنمو الأطفال ، و تطوره كأساس لخبرات التعليم.
- لديه الرغبة للعمل مع جميع التلاميذ و ليس مع الموهوبين الرياضيين فقط.

81 عدنان درويش و آخرون: التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 33.

82 شعلا عبد المجيد، مرجع سابق ص 102 .

83 علي البشير القاندي ابراهيم دحومة زايد فؤد عبد الوهاب: المرشد الرياضي التربوي، طبع المنشأة العامة للنشر و التوزيع و الاعلان، طرابلس، ليبيا، 1983، ص 165.

84 سعيد اسماعيل علي: مدخل للعلوم التربوية، عالم الكتب، القاهرة، 1982، ص 165.

85 أنور الخولي: اصول التربية البدنية الرياضية، المهنة الاعداد المهني للنظام الاكاديمي، ط1، دار الفكر العربي، 1996، ص 154.

- لديه القدرة لإظهار المهارات الأساسية و تنوع واسع لمختلف الأنشطة.

- لديه خلقية عريضة من الثقافة العامة.

و في هذا الشأن يقول " إسماعيل علي " (86)، لو جئنا لتحليل الأبحاث و الدراسات التي تناولت موضوع شخصية الأستاذ، لخرجنا بقائمة من الصفات يعز و جودها في البشر. فالأستاذ علميا ينبغي أن يكون ذكيا و سريع الفهم، فطنا و واسع الأفق ، غزير المعارف فصيح اللسان.

34- صفات مدرس التربية البدنية و الرياضية :

34-1- من الناحية النفسية :

ينبغي أن يمتاز بالهدوء و الاتزان ، و التحمل و الصبر ، و الطموح، و أن يكون جادا متفائلا مرنا متعاطفا ، و أن يتصف بدنيا بالصحة الجيدة و الأعصاب المتينة ، ذو الحواس القوية، و الصوت الجذاب و الخفة في الأداء.

34-2- من الناحية الاجتماعية:

ينبغي أن يكون متعاوناً، محبا لغيره ديمقراطي النزعة، مهذب الخلق، طيب المعاشرة، حسن التكيف.

34-3- من الناحية المهنية:

ينبغي أن يكون متحمسا لمهنته، ملتزما بأدائها ، متمكنا من مادته ، جيد الإعداد و الشرح في دروسه، متفهما لتلاميذه ، يشترك في حل مشكلاتهم، و يعمل لحسن توجيههم.

35- صفات المدرس الناجح:

إن عمل مدرس التربية البدنية ، و إن اختلف من حالة لأخرى فإن النجاح في التدريس يقاس بالنسبة للتأثير الكلي على الأفراد المراد تعليمهم. فقد توصل "سيمونديز" إلى أن الأستاذ الحق هو من يستطيع حب الأطفال" و أثبتت معظم الدراسات الملاحظة المذكورة كما وجدت ترابطا بين حب الأستاذ لتلاميذه و بين حبه لنفسه و تقيمه لها" (87) فالأستاذ الناجح في الوقت لحاضر لا يعمل على تزويد التلاميذ بالمعارف، بل مسؤول على أن يحقق تلاميذه القدرة على التوافق الاجتماعي و الإنفعالي، حيث يقوم الأستاذ بتنفيذ البرامج الخاصة بمرحلة بناء على الخطة العامة الموضوعية، ثم تجزئته إلى أجزاء و وحدات أصغر فأصغر حتى يصل الدرس يوميا، و يعمل جاهدا على إبراز أحسن ما في التلاميذ من قدرات و إمكانيات، لأداء المهارات الحركية، و يبين ملاحظاته على طريقة أدائهم و يشجع الإنجاز الصحيح.

⁸⁶ سعيد اسماعيل علي : مدخل للعلوم التربوية ، نفس المرجع السابق، ص 165.

⁸⁷ ميخائيل ابراهيم أسعد: مشكلات الطفولة و المراهقة، منشورات دار الافاق الجديدة ،بيروت، 1981 ، ص 397.

كما أن على أستاذ التربية البدنية، أن يسلك الطريقة المثلى لنقل المعلومات إلى التلاميذ التي تناسبهم، و تسير مدى نضجهم و وعيهم. و عليه أن يلاحظ سلوكه وتصرفاته، أثناء الدرس أو خارجها لأنه القدوة التي يتخذونها للتلاميذ و يقلدونها.

فمن واجب الأستاذ إذن أن يأخذ خطوات إيجابية في تربية تلاميذه، و ذلك عن طريق إرشادهم و أن تكون توجيهاته موجهة توجيها صحيحا، و درس التربية البدنية و الرياضية هي الفرصة السانحة للأستاذ لبحث المفاهيم الاجتماعية ، و تهذيب النفس بصورة مستمرة و تشجيع السلوكات الحميدة.

فالمراهق له اتجاه لاشعوري في تقليد الراشدين المعجب بقواهم وذكائهم و نوعية شخصيتهم، فالكثير من الأساتذة يتحولون إلى أبطال تلاميذهم بحيث يقلدونه. من أجل ذلك يجب على المربي أن تكون لديه شخصية متزنة، و يعرف كيف يتحكم في تصرفاته

و في الأخير يذكر " المندلاوي" ⁽⁸⁸⁾ عن مواصفات المدرس الكفاء " أن يكون ذكيا، قادرا من الناحية العقلية، على استكمال الشروط الخاصة للالتحاق بمهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية، و أن يكون متكاملا اجتماعيا و قادرا على فهم القوى الاجتماعية التي تسيّر العالم اليوم، و يفهم البناء الاجتماعي للمجتمع الذي يعيش فيه، و أن يكون محبوبا

و مرغوبا، و يجب أن يعمل مع جميع شرائح المجتمع أطفالا و كبارا. و أن يكون قديرا من الناحية المهنية، و يحدد أهداف و يرسم الخطط، و يدير و ينظم التعليم و التدريب لتحقيق لأهداف". و بناءا على كل هذا تقع على مدرس التربية الرياضية مسؤوليات و واجبات.

36- مسؤوليات مدرس التربية البدنية :

36-1- فهم أهداف التربية البدنية و الرياضية:

عن معرفة المدرس للأهداف التي يسعى إلى تحقيقها تجعله قادرا على النجاح في عمله اليومي. و إذا ما عرفت أهداف التربية البدنية بصورة جيدة أمكن عمل تخطيط سليم. و عليه فيتحتم على مدرس التربية البدنية و الرياضية، فهم أهداف مهنته سواء كانت طويلة المدى و أولها أغراض و أهداف مباشرة.

36-2- تخطيط البرنامج:

المسؤولية الثانية لمدرس التربية البدنية و الرياضية ، و إدارته في ضوء الأغراض. و هذا يعني الاهتمام باعتبارات معينة أهمها، احتياجات و رغبة الأفراد الذين يوضع البرنامج من أجلهم، و يراعى عند وضع هذا البرنامج ضرورة تعدد أوجه النشاط.

و هناك عدة عوامل تدخل في تحديد الوقت الذي يخصص من هذه الأنشطة كالسن، و الأدوات اللازمة المتوفرة، و حجم الفصل، و عدد التلاميذ، و الأحوال المناخية و عدد المدرسين، و كذلك مراعاة

القدرات العقلية و الجسمية للتلاميذ، و توفير عامل الأمان و السلامة، و ان يتناسب هذا البرنامج مع المراحل التعليمية المختلفة. (89)

36-3- توفير القيادة:

القيادة خاصة تتوفر في المدرس الكفاء، و هذه الخاصية لها أثرها على استجابة التلاميذ لشخصية المدرس و توجيهاته. و من بين الوظائف الأساسية للقيادة، الوصول بقدرات الفرد لأقصى طاقة، من النواحي الجسمية، العقلية، و الاجتماعية. يجب أن يدرك مدرس التربية البدنية و الرياضية أن مسؤوليته تمتد خارج نطاق الجماعة إلى المدرسة التي يعمل بها، لتصل للمجتمع المحيط به، فهو موجود في وسط يجب أن يؤثر فيه و يتأثر به.

36-4- استخدام القياس و التقويم:

وسائل القياس و التقويم تساعد على تحديد الحالة الجسمية للفرد، سماته، خصائصه من الناحية الجسمية، الحركية، العقلية، الاجتماعية، و قد تستخدم هذه الوسائل لأغراض التوجيه، و الدفع، و التشخيص، و تصنيف الطلاب في مجموعات متجانسة، و ترتيبهم في مستويات، و تحديد مقدار التحصيل و نوعه لكل مستوى.

36-5- إعادة تقويم البرنامج بصفة دورية:

في هذا الإطار يقول " عدنان درويش " (90) إن عملية تقويم البرنامج بصفة دورية و في ضوء نتائج القياس و التقويم و تحليل النتائج، يمكن تقدير ما إذا البرنامج و طرق التدريس مرضيين. و عما إذا كانت أغراض التربية البدنية سبيلها للتحقيق و إلى أي حد. فإذا بين التحليل عدم وجود تقدم، فينبغي إعادة النظر في البرنامج و طرق التدريس و إجراء ما يلزم من تعديلات ، مثل هذا الإجراء يجعل التربية البدنية و الرياضية تسير على أساس علمي سليم. و يجعلها قادرة على تدعيم خدمات أكثر و أشمل للمتصلين بميدانها.

37- واجبات مدرس التربية البدنية و الرياضية:

و إن كان واجبه الأول هو تلقين أوجه النشاط البدني الرياضي داخل و خارج المدرسة (درس، نشاط داخلي، نشاط خارجي)، فهناك واجبات أخرى ينبغي ألا ينساها في ظل ما سبق ذكره، من تحميل للمسؤولية على ذلك الجندي الخفي، في ملاعب و ساحات المدارس و أحيانا خارج المدارس (ملاعب، قاعات رياضية تابعة للبلدية).

فعلية إذن الإشراف على تسيير العمل، و تنفيذ الميزانية فيما يصلح و يخدم عمله عمليات الجرد، ملء الدفاتر و السجلات، تحضير و تنظيم الدورات الرياضية و إدارتها داخل و خارج المدرسة، من

89 عدنان درويش جلول و آخرون: التربية الرياضية المدرسية، مرجع سابق ، ص38
90 عدنان درويش جلول و آخرون: التربية الرياضية المدرسية، مرجع سابق ، ص40.

خلال الأنشطة الرياضية الداخلية و الخارجية، حضور مجالس الأقسام، و الاجتماعات الخاصة بالرياضة و بالمدرسة.

و في ظل كل ما تطرقنا إليه عن مدرس التربية البدنية و الرياضية، واجباته ومسؤولياته، وكذا الصفات و السلوكات التي ينبغي التحلي بها و من كفايات مهنية و شخصية.

38- الأساليب التدريسية :

تعتبر الأساليب التدريسية الوسيلة المستعملة لملء الفراغ الموجود بين الأستاذ و متطلبات التعليم. كما يستوجب المعرفة الجيدة للأساليب التدريسية و كيفية تطبيقها. و عموما في حصة التربية البدنية الرياضية هناك أساليب شائعة الاستعمال و لكل أسلوب خصائصه و مميزاته، سندرجها فيما يلي بإيجاز:

38-1-1- الأسلوب الديمقراطي⁽⁹¹⁾ :

تقوم القيادة الديمقراطية على أساس احترام شخصية الفرد كما تقوم أيضا على حرية الاختيار و الإقناع، و يرجع القرار في هذا النوع من القيادة للأغلبية دائما دون التسلط. و المدرس الديمقراطي و هو الذي يشجع الآخرين و يقترح و لا يفرض رأيه و يترك حرية اتخاذ القرار، و اقتراح البدائل و الحلول. و هو الذي يراعي رغبات الآخرين و مطالبهم . و في هذا النظام، يكون التلميذ قيمة بحد ذاته ، فهو محور العملية التربوية فتسود حصة التربية البدنية الرياضية من خلال هذا الأسلوب التدريسي، النشاط و الحركة، و الحيوية الايجابية، إضافة للتعليم الوفير، و الاعتراف بقدرة كل تلميذ و تصبح العلاقة بين المدرس و التلاميذ، قائمة على التعاون ، و تبادل وجهات النظر و الاشتراك في تحمل المسؤولية.

38-1-1- مظاهر الأسلوب الديمقراطي : أهمها:

- منح الحرية في التعبير و الاعتراف في حق التلميذ بأن تكون له آراء مختلفة.
- إحترام شخصية الفرد و الإيمان بإمكانية قيام كل فرد بعمل نافع مهما كانت قدرته.
- العدالة في توزيع العمل و التقييم و تجنب التحيز.
- تحفيز التلاميذ و تشويقهم للتعليم باستجابة المجرس لأمالهم و دوافعهم النفسية و المادية، بالتشجيع اللفظي و المادي و تحريرهم من الشعور بالخوف و الضغوط النفسية و المادية من زملائهم و بيئتهم المدرسية الاجتماعية.
- تعامل المدرس مع تلاميذه و التعامل معهم كل بما يناسبه حسب سنه و مرحلة النضج.

⁹¹ محمد زياد حمدان: قياس كفاية التدريس ، مذكرة ماجستير ، معهد علم النفس ، جامعة الجزائر ، 1984، ص 64.

38-1-2- أثر الأسلوب الديمقراطي :

هذا الأسلوب له آثاره الايجابية خاصة منها الناحية النفسية و التي نذكر منها :

أ- الشعور بالأمن و الحرية :

يعتبر من أهم الحاجيات الأساسية للمراهق، فالمدرس في هذه الحالة يعطي قسطا وفيرا من الحرية للتلميذ قصد الإسهام و التلقائية و المبادرة كل ما لديه من قدرات و ميول، فيبادر بأرائه و أفكاره، و نشاطه دون خوف أو خجل. و هو ما يؤكد " أندرسن" في دراسته: " إن سلوك التلاميذ تتصف بالمبادرة و التلقائية إذا كان أسلوب المدرس غير متسلط" (92) . الحرية هنا لا تعني إلغاء النظام و القواعد التي تبنى عليها العملية التعليمية.

ب- الثقة بالنفس :

إن استخدام الأسلوب الايجابي مع التلاميذ، يزيد من ثقتهم بأنفسهم و أهميتهم و تقديرهم لذواتهم و زيادة الإحساس بالرضا و القناعة الذاتية. في هذا الشأن يقول " عدس" : " حين يشارك التلميذ بالأسلوب الايجابي ... فسرعان ما يكتشفون ان لديهم القدرة على التصرف، و عندهم الإرادة، وذلك من خلا انغماسهم في العمل و انهماكهم فيه" (93) . فالتلميذ تزداد ثقته بنفسه أن تلقى من مدرسته التقدير و التشجيع لعمله، و هو ما يساعده على إبراز مهاراته ، و ذاته، و الرفع من معنوياته ليضمن السير الحسن لعملية تكيفه.

ج- الاهتمام و الميل للدراسة:

إذا تحقق الاهتمام بمادة دراسية ما عند التلميذ، فانه يوفر لديه الميل إلى دراستها و على العكس من ذلك كان ينفر من الدرس فالاهتمام يولد الميل و هذا يجعل التلميذ يقبل على التعليم بكل ذاتيته ، مما يزيد في تقديره لذاته، و شعوره بفاعليته، بين زملائه في الدراسة .

38-2- الأسلوب الديكتاتوري (التسلطي) :

يسمى أيضا بالأسلوب الفردي ، بحكم أن المدرس هو المسيطر فيه و يتسم بالفردية و يعتمد كثيرا على الطريقة التلقينية القائمة على أساس إلقاء بما فيه من كلام أمري، و من محاكاة برهانية، فهو يفرض أن يكون التلميذ منفعا قابلا لا فاعلا.

38-2-1- مظاهر الأسلوب الديكتاتوري:

- تحميل المراهق المسؤولية، و الواجبات التي تفوق مستواه، و قدراته. ما على المراهق الا الطاعة و الا حصل له مكروه، و هو ما قد ينشب عن ما لا يحمد عقباه.

⁹² أريب يوسف: التربية و سيكولوجية الطفل، المكتبة الأموية ، ط3 ، ص 121.
⁹³ رمزي الغريب: الحياة النفسية في الحياة الصغيرة و مشكلاته اليومية، مكتبة الانجلو مصرية، ، 1977، ص 39.

بالإضافة لذلك تستعمل هذه الطريقة للعقاب الجسدي و الوجداني متجاهلا ما قد ينجم عنه مخاطر نفسية و جسدية، كما يتخذ من النكته و المرح أساسا للسخرية و الاستهزاء بالتلميذ.

- تركيز السلطة في يد أستاذ التربية البدنية و الرياضية، و يعتبر فيها صاحب السيادة و الحاكم بأمره ، و انه فوق المحكومين بين (التلاميذ).

- عدم الثقة بالتلاميذ من حيث ذكائهم، و استعدادهم، و قدراتهم.

- يعمل الأستاذ ما يريد دون مراعاة حاجات التلاميذ.

- بفرض نظاما صارما يخنق الحريات.

- الإكثار في العقاب و تقليل من الثواب، و في الأخير نقول أن الأسلوب أن ساد في حصة التربية البدنية و الرياضية.

ينعكس سلبا على التلاميذ كما سنراه فيما يلي :

38-2-2- أثر الأسلوب الديكتاتوري:

من أهم سلبيات هذه الطريقة كما سبق لنا ذكره ما يلي :

أ- الشعور بالخوف :

فأساليب العقاب الوجدانية و الجسمية تجعل الخوف يسيطر على نفوس التلاميذ خشية عمل ما يقابل بعدم رضا المدرس. و قد يقودهم ذلك لاستعمال حيل دفاعية كالغش و الكذب، لمواجهة مطالب مدرسهم. (94)

ب- الشعور بالقلق :

المدرس المستبد كثيرا ما يحدث مواقف تجعل التلميذ يعيش حالة من القلق، طيلة وجوده في المدرسة، فأغلبية التلاميذ يتضايقون من الدراسة مع مثل هذا المدرس المتسلط، و ينتظرون نهاية الحصة بفارغ الصبر، و كم يفرحون في حالة غيابه.

ج- العدوانية:

عندما تكون العلاقة بين التلميذ و المدرس فاترة، فهي تتصف بعدم المبالاة و العداء و النبذ، و في مثل هذا الجو يشعر التلميذ بالتهديد ، و القلق و بأنه في صراع مستمر مع نفسه، و هذا يؤدي به القيام بسلوكات عدوانية، قد يعتمد إيذاء نفسه أو إيذاء الآخرين. و في هذا المعنى يذكر " محمد ع الرزاق " : إن النبذ و التوبيخ و السخرية قد تولد عند الفرد شعورا عدوانيا ضد الناس و ضد المجتمع بوجه عام. (95)

⁹⁴ عبد الرحمن عدس: مع المعلم في صفة، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، الاردن، ط1، 1999، ص 72.

⁹⁵ محمد عبد الرزاق شفيق، هدى محمود ناصف : إدارة الصف المدرسي ، دار الفكر العربي ، القاهرة، بدون السنة ص 55.

د- التوتر النفسي :

كل هذه الآثار النفسية تجعل التلميذ يعيش حالة من عدم الاتزان النفسي ، فبدل الأمن نجد الخوف ، و يدل التحرر نجد الكبت بالإضافة للإحباط و الخجل و غيرهما من الآثار المتسببة في توتر الحالة النفسية للتلميذ.

38-3- أسلوب الحرية المطلقة (الفوضوي) :

إن هذه الطريقة تختلف عن الطريقة الديكتاتورية تماما، و يتجلى ذلك في ترك الأستاذ الحرية المطلقة للتلاميذ يفعلون ما يشاءون، و يتركهم لميولهم و أهوائهم لتحقيق رغباتهم دون التدخل في تسييرهم و تنظيمهم.

38-3-1- أثر الأسلوب الفوضوي :

لهذا الأسلوب هو الآخر عدة سلبيات، نوجزها فيما يلي :

- إحلال الفوضى بدل النظام .

- اللهو و العبث محل الصرامة

- يقوم التلميذ بما يشاء دون اعتباره لمصلحة الجماعة، لقد حل محل الخضوع التبعية وفق هدف الغير

خضوع إلى هوى النفس و نزواتها الطارئة دون هدف و خطة .

و في الأخير يمكن اعتبار الأسلوب الديمقراطي هو الأكثر انتهاجا و استعمالا من طرف الأساتذة نظرا لما

له من مميزات خاصة تساعد على إضفاء الحدية و النشاط في حصتهم ، كما يوفر الراحة و الحيوية

التلاميذ مراعي رغباتهم و مطالبهم .

خلاصة :

رأينا كيف أن الأنشطة البدنية و الرياضية التربوية هي إحدى الأنشطة الهامة ضمن النشاط المدرسي ، و خلال كل ما سبق ذكره في هذا الفصل حاول الباحث التطرق و بأكثر تفصيل عن ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية في إطارها المدرسي، و التي يطلق عليها " اسم النشاط البدني الرياضي التربوي "من خلال مكوناته الأساسية و هي: النشاط البدني الرياضي التربوي التعليمي و هو عبارة عن " درس التربية البدنية و الرياضية" ، و النشاط التربوي الرياضي التدريبي التنافسي و هو عبارة عن "الأنشطة الداخلية و الخارجية" و في جميعها مكملة بعضها البعض. فدرس التربية البدنية و الرياضية هو اللبنة أو الوحدة المصغرة التي تبنى و تحقق بتتابع و اتساق محتوى المنهج الدراسي، و يمثل درس التربية البدنية و الرياضية، الإطار الأمثل الذي تتجمع فيه كل الخبرات التربوية. و ينظر إليه على أساس انه القاعدة الأساسية للرياضة المدرسية.

لكل درس أغراضه التعليمية من المنظور السلوكي (حركي، معرفي، وجداني)

و تتكون الوحدة التعليمية من مجموعة من الدروس التربوية البدنية. بينما النشاط الداخلي بالمؤسسة التربوية نشاطا تربويا خارج أوقات الدراسة، و الغاية منه هو إتاحة الفرص الجيدة لكل تلميذ في المدرسة للاشتراك فيها. فهو حقل خصب لتنمية المهارات التي تعلمها التلاميذ من خلال دروس التربية البدنية و الرياضية. إضافة للنشاط الخارجي و باعتباره الجزء المكمل لدروس التربية البدنية و الرياضية و برنامج النشاط الداخلي ، لتدعيم مسيرة منهاج التربية البدنية بالمدرسة. و عليه فكل من الدروس، و الأنشطة الداخلية

و الخارجية ، تعد وحدة متصلة و مترابطة تعمل معا لإكساب و تنمية النواحي المتعددة للتلاميذ، كالناحية الصحية و اللياقة البدنية، و المهارية و الخططية لأوجه النشاط المختلفة. بانتهاج و استعمال الأسلوب الديمقراطي من طرف الأساتذة نظرا لما له من مميزات خاصة تساعد على إضفاء الحدية و النشاط في حصتهم ، كما يوفر الراحة و الحيوية للتلاميذ عامة و المراهقين خاصة مراعيًا في ذلك رغباتهم و مطالبهم، و حاجاتهم الأساسية إلا وهي تحقق ذواتهم.

فالنشاط البدني بهذا يعد ميدانا هاما من ميادين التربية، و يلعب دورا هاما في إعداد الفرد الصالح، حيث يزوده بالمهارات الواسعة، و الخبرات الكثيرة، التي تسمح له بالتكيف مع مجتمعه ، و تمكنه من مسابرة الركب الحضاري، و تكوين الفرد تكوينا شاملا و متكاملا من جميع النواحي الفكرية، و الاجتماعية، و النفسية ، و الفسيولوجية ، و بذلك تصدق مقولة " للعقل السليم في الجسم السليم " و ذلك ما سيتطرق له الباحث في الفصل الموالي .

الفصل الثاني

النمو النفسي والاجتماعي

تمهيد :

تعتبر دراسة النمو النفسي عند الأطفال والمراهقين أمرا في غاية الأهمية لعدد كبير من دارسي وباحثي علم النفس، وبما أن للأطفال عالمهم الخاص كان لا بد من دراسة النمو النفسي عندهم، لأنها ضرورية لفهم الطفل الذي نتعامل معه ولما كان الآباء مربين وجب عليهم فهم أطفالهم حتى يتكيفوا معهم، ويساعدوهم في حل مشكلاتهم بأن يهيئوا المجال الكافي كي ينمو نموا نفسيا صحيحا، فيمكن الآباء في حال اطلاعهم على عملية النمو النفسي والاجتماعي للطفل أن يفرقوا بين ما هو عادي وما هو شاذ في سن معينة من مراحل نموه وهذا ما يؤكد عدد كبير من علماء النفس وهو أن لدراسة الطفولة أهمية كبيرة في حياة الفرد الراشد فكم من حالة شذوذ أو إجرام أو أمراض نفسية عند الكبار لم يتم التعرف عليها والوقوف على أسبابها ومسبباتها إلا بعد العودة إلى الوراء ودراسة أحداث طفولتهم، وهكذا لا بد لنا من دراسة الطفل عبر مراحل نموه في المجال النفسي لنتمكن من معرفته، وهذا لا يتم إلا عبر قنوات ثلاثة: الأولى عبر دراسة الطفل من الناحية التطبيقية المسندة إلى بحث بمعنى دراسة كيفية عمله ونموه وتتم هذه الأبحاث في عيادات نفسية أو توجيه مدرس أو في برامج توجيه الآباء والأبناء. والثانية عبر دراسة الطفل العادي والطفل الشاذ. والثالثة عبر دراسة الطفل نفسه وما يعتريه من انفعالات وعمليات نفسية والبيئة المحيطة به وكيف تؤثر في سلوكه ونموه عبر مراحل نموه المختلفة.

1- تعريف النمو:

النمو سلسلة متتابعة متماسكة من تغيرات تهدف إلى غاية واحدة، و هي اكتمال النضج و مدى استمراره و بدئ انحداره، فالنمو بهذا المعنى لا يحدث فجأة و لا يحدث خبط عشواء، بل يتطور بانتظام خطوة اثر خطوة و يسفر في تطوره هذا عن صفات عامة تحدد ميدان أبحاثه.

و للنمو مظهران رئيسيان و نلخصهما في :

1-1- النمو التكويني:

نعني به نمو الفرد في الشكل و الوزن و التكوين نتيجة لنمو طوله و عرضه و ارتفاعه، فالفرد ينمو ككل في مظهره الخارجي العام، و ينمو داخليا تبعا لنمو أعضائه المختلفة.

1-2- النمو الوظيفي:

نعني به نمو الوظائف الجسمية و العقلية و النفسية والاجتماعية لتساير تطور حياة الفرد و اتساع نطاق بيئته،النمو عبارة عن تغيرات تقدمية متجهة نحو تحقيق غرض ضمني هو النضج، معنى ذلك أن التغيرات تسير إلى الأمام لا إلى الوراء، و أنها لا تتابع بمحض الصدفة و الاتفاق بل تتبع نسقا معينا، و نخضع لنظام و خطة واضحة و لا تنفصل في سياقها أية مرحلة عما يسبقها أو يليها، فجميع المراحل تنتظم كلا واحد

و تهدف إلى عرض نهائي هو النضج، و النمو بهذا المعنى ضرب من التغير يطرأ على نشاط أو وظيفة أو قدرة فينتقل من مرحلة إلى مرحلة أرقى. (96)

2- مراحل النمو :

إن مراحل النمو لا يمكن النظر عليها على أنها مراحل منفصلة، بل هي مراحل و حلقات متسلسلة تقود في النهاية إلى الهدف الذي وجدت من اجله، و لذلك فانه من الصعب تمييز نهاية مرحلة عن بداية المرحلة القادمة، و أن الفروق بين المراحل المتتالية تجمع بين منتصف كل مرحلة و المرحلتين الأخيرين السابقة

و اللاحقة لها و لقد اختلف العلماء على أسس تقسيم النمو و هي تقسيمات ذات طابع اعتباري، أي يهدف تسهيل الهدف العلمي، و بشكل عام قسم علماء الحياة دورة حياة الفرد إلى مراحل و هي كما يلي: (97)

⁹⁶ فؤاد الباهي السيد: الأسس النفسية للنمو، دار الفكر العربي، القاهرة، بدون طبعة و سنة، ص 24.
⁹⁷ سعيد حسني العزة: سيكولوجية النمو في الطفولة، الدار العلمية للنشر دار الثقافة للنشر و التوزيع، بدون سنة، ط1، ص 30

2-1- المرحلة الأولى:

تبدأ من اللحظة التي يلتقي الحيوان المنوي مع البويضة في الرحم و حدوث الإخصاب حتى مرحلة النضج و اكتمال الرشد إلى مراحل تمتاز كل مرحلة بخصائصها الفريدة. (98)

2-2 - المرحلة الثانية:

و تسمى بمرحلة المهد و تمتد من الميلاد حتى يصل عمر الطفل سنتين، و هي فترة ما يسمى بالوليد، و يرى آخرون بأنها قد تصل إلى سن الخامسة، حيث يكون اهتمام الطفل على إشباع حاجات جسمية كالطعام و الشراب و الإخراج و اللباس، أي محاولته البقاء و المحافظة على حياته ضد الأخطار لاستمرار حياته.

2-3 - المرحلة الثالثة:

وتشمل مرحلة الطفولة المبكرة التي تمر عبر السنة الثالثة و الرابعة و الخامسة و الطفولة الوسيطة التي تمر في السنوات السابعة و الثامنة و الطفولة المتأخرة التي تمر خلال السنوات التاسعة و العاشرة و الحادية عشر، و الطفولة في هذه المرحلة يمر في فترة الحضانة و المرحلة الابتدائية و الإعدادية، و تتصف هذه المرحلة بازدياد النشاط الحركي لدى الطفل، و لذلك فهو يميل إلى اللعب و الصيد و الركض و غيرها من دروب النشاطات الحركية.

2-4 - المرحلة الرابعة :

و تشمل المراهقة المبكرة التي تمر عبر السنوات الثانية و الثالثة و الرابعة عشر، و المراهقة المتوسطة التي تمر خلال السنوات الخامسة و السادسة و السابعة عشر، و المراهقة المتأخرة التي تمر خلال السنوات الثامنة و التاسعة عشر و العشرين، و الحادية و العشرين، و يمر الشباب في هذه المرحلة بالمرحلة

الإعدادية و الثانوية و التعليم الجامعي، و تتصف المرحلة بالعناد و الخمول الفكري، و بالميل إلى التقليد و التملك، و جمع النقود و غيرها، و في أواخر هذه المرحلة ينتقل حب المراهقة إلى الجنس الآخر و يزداد ميله إلى خلق صداقات و يصبح ميله الاجتماعي واضحاً، و يسعى إلى الزواج و تكوين الأسرة.

2-5 - المرحلة الخامسة:

هي سن الرشد و تمتد من السنة الثانية و العشرين و تسمى بهضبة العمر و هي سن الدراسة الجامعية و العمل، و تكوين أسرة و تربية الأبناء و تعليمهم، و هي سن تكوين الصداقات الحقيقية، و تكوين المؤسسات الاجتماعية و الحركات الاجتماعية و التحررية، و في سن الستين تمر النساء بسن اليأس حين انقطاع الطمث، ما يسمى MENAPOUSE و في هذا السن يكون الأولاد قد غادروا الأسرة و هي مرحلة العش الفارغ.

2-6 - المرحلة السادسة:

الشيخوخة و تمتد من سن الستين حتى الوفاة، و في هذه المرحلة تتراجع قوى الفرد فيضعف بصره و سمعه و قدراته الحركية و العقلية، و تتراجع معنوياته عند البعض في حين يبقى البعض متوقد الذكاء و الذاكرة، و تسمى هذه المرحلة بالطفولة الثانية، حيث يعود الفرد إلى مرحلة الطفولة، بمعنى انه يعود بحاجة إلى أن يقدم له الآخرين الخدمة بعدما كان قويا منتجا. و قد يعود ذلك إلى الضعف العام الذي ينتاب جسمه أو بسبب الأمراض، كأمراض القلب أو الشريان و الروماتيزم، لأن جهازه المناعي نقل قوته على المقاومة فتهاجمه الأمراض، فيصبح بحاجة إلى من يعتني به.

3- العوامل المؤثرة في النمو:

هناك عوامل عديدة تؤثر في نمو الإنسان، و بالتالي في سلوكه و من هذه العوامل نشير إلى عوامل ثلاث لها دور هام في عملية النمو:

3-1 - العوامل الوراثية:

أشارت بعض الأبحاث أن الوراثة تلعب دور هام في النمو حيث ساعدت هذه الأبحاث لثبات أن وراثة السمات و الخصائص العقلية لأجيال متتالية لعائلات عرف عنها تفوقها العقلي في كثير من المجالات ، من إبداع علمي و إبداع فني. إلا أن هناك دراسات أخرى قللت من شأن الوراثة المزاجية و الطبيعية و أغلت من شأن البيئة

و التعليم في اكتساب القدرات المختلفة، على أن اغلب الدراسات الحديثة بين عوامل البيئة معا في تفسير سلوك الإنسان بصفة عامة سواء في الجانب النفسي أو الاجتماعي.

3-2 - العوامل العضوية:

إذا كانت العوامل الوراثية لها دور في تشكيك النمو و تحديد مساره فان بنية الكائن البشري نفسها و ما تحتويه من أجهزة عضوية، و ما تقوم به هذه الأجهزة من وظائف حيوية، لها أيضا اثر هام على شكل النمو و مدى فعاليته و من أهم الأجهزة العضوية التي تؤثر بفعالية على النمو نذكر الجهاز العصبي و الجهاز الغددي.

3-3 -العوامل البيئية:

المقصود بالبيئة مجموع العوامل الخارجية التي تحيط بالفرد و يتأثر معها و يؤثر فيها، و لا يمكن للكائن الحي أن يعيش في وسط أو بيئة خاصة به، ينطبق ذلك أيضا على الإنسان الذي يخضع لهذه العوامل من أول تشكيلاته. و إذا نظرنا في بيئة الإنسان وجدناها كثيرة العوامل سواء كانت مادية، اجتماعية أو معنوية، و من أمثلة العوامل البيئة المادية: المسكن، الملابس و الحرارة و البرودة و من العوامل البيئة الاجتماعية نجد الأسرة، المدرسة القرية، الدولة الأمة... الخ و من أمثلة العوامل البيئية المعنوية نجد: وسائل الاتصال المختلفة و المؤثرات الثقافية الأخرى من صحف و مجلات و ملتقيات.(99)

و لكنه لا يقرر سياسة الأوامر و النواهي، لذلك ينبغي أن يشجع على الاستقلال التدريجي و الاعتماد على نفسه مع ضرورة الاستفادة من خبرات الأسرة الطويلة، فهو في هذه المرحلة يريد أن يعتنق القيم و المبادئ التي يقتنع بها هو لا تلك التي لفتتها له الأسرة تلقينا، بل انه يتناول ما سبق أن قبله عن طيب خاطر ما مبادئ و قيم بالنقد

و الفحص، فيعيد النظر في المبادئ الدينية و الاجتماعية التي سبق أن تلقاها من الوالدين على وجه الخصوص و من الكبار على وجه العموم، و يبدأ يسأل نفسه في مدى صحتها و فوائدها، و الأسرة المستنيرة هي التي تأخذ بيد المراهق و تساعد على حل مشاكله و تقدر موقفه و ظروفه الجديدة، و لكن لا بد من اقتناعه إنما نستهدف مصلحته أو خبرته مهما تصورها فهي لا زالت محدودة و لذلك فلا بد أن يتقبل نصح الآباء و الأمهات و المدرسين و غيرهم من الكبار.

و على كل حال يجب أن يتعلم المراهق تحمل المسؤولية في هذه المرحلة كما يجب العمل على أن يستفيد المجتمع من الطاقات الكامنة في شبابه، كما يجب العمل على تنمية قدراته و ذكاء مواهبهم و توفير الفرص من شأنها أن تؤدي إلى نمو شخصياتهم نموا سليما من النواحي الجسمية و العقلية و النفسية و الاجتماعية بحيث يصبح الشاب متكيفا مع نفسه و مع المجتمع الذي يحيط به.

لكن ينبغي الإشارة إلى انه ليس هناك نوع واحد من المراهقة إذ تختلف المراهقة باختلاف البيئة التي يعيش فيها المراهق. (100)

4-النمو النفسي و الاجتماعي:

يتأثر النمو النفسي (الانفعالي) و النمو الاجتماعي للمراهق بالبيئة الاجتماعية و الأسرية التي يعيش فيها، فما يوجد في البيئة الاجتماعية و ثقافة و تقاليد و عادات و عرف و اتجاهات و ميول يؤثر في المراهق، و يوجه سلوكه و يجعل عملية تكيفه مع نفسه و مع المحيطين به عملية سهلة أو صعبة.

و من العادات السائدة بين الغالبية الساحقة من الأسرة، الاهتمام الزائد بتعليم أبنائهم و ذلك لتحقيق نوع من الاستقرار الاقتصادي و الاجتماعي لبنائهم و لتأمين مستقبلهم و لكن يبالغ الآباء في كثير من الحالات في ممارسة الضغط على المراهق و يطالبونه الوصول إلى مستوى عال من التحصيل، و من ثمة يشعر بالفشل و الإحباط فضلا عما في ذلك من ضياع الكثير من الجهد و المال على مستوى الأسرة و محيطه، و لذلك ينبغي أن تكون نظرة الأسرة للمراهق و نظرة الآباء نظرة واقعية لا تحمل المراهق فوق طاقاته الطبيعية، كذلك يجب أن تكون نظرة الأسرة للمراهق نظرة شاملة تتناول أوجه النشاطات الأخرى التي يستطيع المراهق أن يبرز فيها، فليس التحصيل الدراسي إلا وجها واحدا من وجوه النشاطات المختلفة، و العجز لا يعني فشلا مطلقا، فقد يحقق المراهق نجاحا كبيرا في الميادين العلمية أو التجارية و كذلك فان الاهتمام يجب أن يوجه إلى شخصية المراهق ككل متكامل و ليس للجانب التحصيلي فقط، و لذلك ينبغي أن نتيح له فرصة النمو العقلي ، الجسمي، و النفسي، الاجتماعي، و أن نقدر نجاح المراهق مهما كان الميدان الذي ينجح فيه إذ العبرة بتكامل الشخصية. (101)

و ابرز مظاهر الحياة النفسية في فترة المراهقة رغبة المراهق في الاستقلال عن الأسرة و ميله نحو الاعتماد على نفسه، فنتيجة للتغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق يشعر أنه لم يعد طفلا قاصرا، كما أنه لا يجب أن يحاسب على كل صغيرة و كبيرة أو أن يخضع سلوكه لرقابة الأسرة و وصايتها، فهو لا يحب أن يعامل كطفل و لكنه من الناحية الأخرى مازال يعتمد على الأسرة في قضاء حاجاته الاقتصادية و في توفير الأمن و الطمأنينة له، فالأسرة تود أن تمارس رقابتها و إشرافها عليه بهدف توفير الحماية له.

¹⁰⁰ عبد الرحمن العيسوي، سيكولوجية النمو، بدون طبعة و سنة، ص 41.

¹⁰¹ عبد الرحمن العيسوي، سيكولوجية النمو، مرجع سبق ذكره، ص 41.

5- النمو الاجتماعي و تعريفه:

أ- اصطلاحاً:

هو التغيير الذي يطرأ على عادات الفرد و قيمه و اتجاهاته الاجتماعية و على علاقاته و تصرفاته مع الآخرين، يعتبر الوسيط الاجتماعي بمختلف مكوناته من أهم الركائز الأساسية في بناء شخصية الفرد، هذه المرحلة، لان العلاقات الاجتماعية تمثل همزة وصل في ارتقاء المراهق من عالم الطفولة إلى سن الرشد، كما يعد الجو النفسي السائد في الأسرة عاملاً هاماً ووجه حساس بحيث المراهق يتأثر بالجزء الأسري و العلاقات القائمة مع أهله. (102)

ب- إجرائياً:

هو الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص من خلال مقياس اختبار لشخصيته الرياضيين QPS

6- النمو النفسي و تعريفه:

أ- اصطلاحاً:

تصحب مرحلة المراهقة تغيرات داخلية تشكل صعوبة في فهم المراهق فيقلب رأساً على عقب، بعدما كان هادئاً، هذه التغيرات النفسية الداخلية تحمل في طياتها تغيرات انفعالية و أخرى على المستوى العاطفي الوجداني، إذ يشعر المراهق بالقلق بالنسبة لكثير من الأمور منها مظهره الخارجي و مركزه بين أقربائه لا سيما الجنس الآخر، و لهذا يعتقد لفين " LEWINE " بأنه واقع في صراع كما يؤدي به إلى التذبذبات و الحساسية الزائدة و يمر عندئذ بفترة من عدم الاتزان و الاستقرار فيعذر معها إمكانية التنبؤ بسلوكه" (103)

ب- إجرائياً:

هو الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص من خلال مقياس اختبار شخصية الرياضيين Q.P.S .

7-العوامل المؤثرة في النمو الاجتماعي:

يتأثر النمو الاجتماعي في المراهقة بالسرة و بجماعة النظائر، و قد تتناظر هذه الجماعات التي ينتمي عليها الفرد في إحدى مراحل نموه و يدين إليها بالولاء في بعض أطوار حياته على السير به قدماً نحو النضج الذي يهدف إلى تكوينه، أو تحيد به عن مسالك الرشد، و تنأى به بعيداً عن مستويات النمو السوية.

¹⁰² محمد الشياتي: الأسس النفسية و التربوية لرعاية الشباب، دار الثقافة، بيروت، بدون طبعة، بدون تاريخ، ص 104.
¹⁰³ ابراهيم نشقوش: سيكولوجية المراهق، مكتبة الانجلو مصرية، ط3، سنة 1989، ص 06.

7-1 - اثر الأسرة في النمو الاجتماعي:

لا يستوي من عاش سعيدا في طفولته و من عاش بائسا، فالطفولة التي ترعرع بين أحضان الأسرة تخضع في جوهرها للعلاقات القائمة بين الطفل و إخوته و والديه و أهله و أقاربه تدحض عن مرأهقة سوية أو شاذة ، تبعا لنوع هذه العلاقات التي تربط الفرد بأهله و عشيرته و الأقربين، و هكذا يتأثر المراهق في سلوكه الاجتماعي لخبرات طفولته الماضية، و بالجو المحيط به في مرأهقته و بمدى خضوعه و تحرره للجماعة التي نشأ فيها.

7-2 - علاقة الطفل بوالديه و أثرها على المرأهقة:

إن الفرد المدلل أو المنبوذ في طفولته لا يفوق في حياته و يكون تكيفه الاجتماعي خطأ و هذا راجع إلى أن المدلل لم يتوعد الاعتماد على نفسه فينهيار و يشعر بالنقص أمام كل أزمة تواجهه، و المنبوذ يثور في مرأهقته محاولا جذب انتباه الآخرين لنشاطه و حركاته و يرجع كل هذا إلى مغالاة الوالدين أما في العناية بحاجة الفرد أو عكس ذلك أي نقذه و تخويفه و إهماله. و هكذا تحتاج النشأة الصحيحة للمراهق إلى طفولة سوية ليحي في جو لا يدللها و لا ينبذها و إنما يستقيم بها بين الطرفين دون تقريط أو إفراط.

7-3 - نزوة الخلافات بين الآباء و الأبناء :

يصل الخلاف بين الوالدين و أبنائهم المراهقين إلى أشده في المرأهقة المبكرة و هذا راجع إلى تناقض مواقف و رغبات الوالدين حيث يطالبان أبنائهم أن يسلكوا في حياتهم مسلك الكبار في وقت يصرون فيه على معاملتهم كأطفال، و ترجع أسباب الخلاف بين المراهقين و آباءهم إلى ثلاث عوامل رئيسية:

- فرض الآباء على أبنائهم المراهقين قيود و نظم تثير المراهقين و يرفضونها و يرون بأنها صبيانية لا يجب أن تفرض عليهم.
- مبالغة المراهق في نقد والديه و حياته العائلية و هذا ما يراه الآباء نكران للجميل و عقوق بعدما ضحوا به من اجل أبنائهم.
- يتبع من نوع الحياة الاجتماعية حيث اختلاطه بالجنس الآخر و الأماكن و الملابس التي يرتديها تجعله دائما بحاجة إلى المال ليتابع هوايته و يساير بذلك نزوات رفاقه. (104)

8- النمو الاجتماعي للفرد في مراحل نموه المختلفة:

يقصد بالنمو الاجتماعي للطفل اكتسابه للسلوك الاجتماعي الذي يساعده على التفاعل مع أفراد بيئته، و يعتبر هذا السلوك حصيلة لعملية التنشئة الاجتماعية كما يتوقف أيضا على النضج.

أول ما يتعلمه الطفل وسائل الاستجابة لغيره من الأفراد خلال إشباعه لحاجاته الحيوية و بذلك تتكون لديه فكرة ما ينبغي أن يكون قادرا على الكلام و بصدد إكمال الطفل الست أشهر يبدي ميلا اجتماعيا نحو البالغين و نحو الأطفال على السواء، و عندما يشرف على العام تكون دائرة اتصاله بغيره قد اتسعت إلا انه لا يكون بعد قد اكتسب صفاته الاجتماعية.

و خلال العام الثاني من العمر يؤلف الطفل علاقات تقوم على التعاون مع غيره من البالغين و الأطفال على أن لعب الطفل مع غيره من الأطفال يمكنه ممارسة التعامل مع غيره و إقامة العلاقات على أسس التعاون و الأخذ و العطاء و الشعور بالفردية المتميزة في نطاق اجتماعي مما يعتبر غرسا لبذور النمو الاجتماعي لديه. (105)

و يتأثر السلوك الاجتماعي للطفل في سن مهدد بعمره و بمزاجه الخاص، مما يتأثر بالجو الاجتماعي الذي يعيش فيه بأوجه النشاطات التي يمارسها و بعلاقته بوالديه و بتربيته بين أخوته و بمدى الرعاية و التوجيه الذين يحضى بهما من والديه.

ينمو السلوك الاجتماعي للطفل في مرحلة الطفولة المبكرة خلال تعامله مع مواقف تعترضه في حياته خلال نشاطه الحركي بصحبته للآخرين، و خلاف رغبته في أن ينال رضى الغير و تقديرهم له يميل الطفل إلى صحبة غيره من الأطفال في السن الثانية و لكنه لا يميل إلى تدخل سواه في ما يقوم به و يزداد ميل الأطفال في سن الخامسة إلى اللعب المشترك. (106)

و يلاحظ أن أطفال البيئة الواحدة يسود السلوك العدواني و البعض منهم في حين تسود المشاركة الوجدانية سلوك البعض الآخر، و يتراوح السلوك العدواني للأطفال في هذه المرحلة من حيث الشدة بين مجرد التعبير الكلامي الهادئ و بين التشاجر العنيف.

و بانتهاء العام الخامس يستطيع الطفل القيام ببعض مظاهر السلوك الاجتماعي مثل إبداء الشكر إذا ما عاونه احد على ما يريد انجازه و ما إلى ذلك مما يسود البيئة من تقاليد و آداب مرعية.

و الطفل في هذه المرحلة غير قادر على التمييز بين ما يخصه و بين ما يخص غيره من أشياء فذاته و رغباته و لا زالت هي أساس نظرتة إلى محيطه، و لوحظ أن الأطفال الذين أتاحت لهم فرصة الالتحاق بدور الحضانة اقدر من غيرهم على إقامة العلاقات الاجتماعية حيث أن تلك الدور لما تشمل عليه من مواقف اجتماعية عديدة إنما تثير الأطفال و تدفعهم نحو إقامة هذه العلاقات و خبراتها على نحو لا يتحقق للطفل الذي انعزل في بيئة المنزل المحدودة.

و تعتبر مرحلة الطفولة الوسطى مرحلة إعادة تصحيح النمو و تعتبر مهمة بالنسبة لمستقبل الطفل الاجتماعي.

¹⁰⁵ مصطفى يوسف الفاضلي-محمد مصطفى زيدان: السلوك الاجتماعي للفرد، مكتبات عكاظ للنشر و التوزيع ، ط 1، 1981، ص 16.
¹⁰⁶ مصطفى يوسف القاضي ، محمد مصطفى زيدان: السلوك الاجتماعي للفرد، شركة مكتبات عكاظ للنشر و التوزيع، ط 1، سنة 1998، ص 16-18.

يميل الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة إلى الاندماج في مجموعة من أقرانه كما يميل للولاء للمجموعة و التعاون معها، و تنمو في الأطفال روح المنافسة المنظمة بين الجماعات، كما يميل الأطفال في هذه المرحلة لمقاومة تدخل الكبار في شؤونهم الخاصة أو في انتقائهم لقرانهم كما يميل الأطفال في هذه المرحلة لوضع تنظيمات و قواعد خاصة بهم.

و الأطفال في هذه السن لا يميلون للاختلاط مع أطفال من الجنس الآخر فالأولاد يجتمعون مع و الفتيات يجتمعن معاً، و كل مجموعة تأتي من الألعاب ما ينفعها في تطورها و إعدادها للمرحلة القادمة، ألا و هي مرحلة المراهقة. (107)

يتأثر المراهق في سلوكه الاجتماعي بخبرات طفولته و الجو المحيط في مراهقته و بمدى خضوعه للجماعة التي نشأ فيها، و نلاحظ أن الفرد المدلل في طفولته يضل طفلاً في مراهقته و يعجز عن الاعتماد على نفسه و يتقهقر أمام كل أزمة تواجهه و يسفر بذلك كله عن تكيف اجتماعي خاطئ مريض، و الطفل المنبوذ في طفولته يثور في مراهقته و يميل إلى المشاجرة و الخصومة و هو يسفر بذلك عن تكيف اجتماعي خاطئ مريض شأنه شأن الطفل المدلل سواء بسواء، يميل المراهقون للتحرر من المنزل و من سلطة الأبوين حيث يتماشى هذا الميل مع رغبة المراهق الاستقلال و الإحساس بذاته و يظهر هذا الميل بوضوح من خلال رغبته في التصرف كما يريد.

يميل المراهق إلى التجميع في جماعات لها أهداف مشتركة و يحاول أن يرضي الجماعة و أن يخضع لنظمها، بل قد يشارك معها في جميع مجالات نشاطه ، حتى و لو كان هذا النشاط لا يقهر الكبار (الآباء و المعلمين) فالمراهق يتقيد بجماعته و يحترمها و يقدرها أكثر من احترامه و تقديره للكبار من حوله. (108)

9-المظاهر الأساسية للنمو النفسي الاجتماعي:

يتصف النمو الاجتماعي في المراهقة بمظاهر رئيسية أساسية تميزه إلى حد ما عن مرحلتها الطفولة و الرشد و تبدو هذه المظاهر في تآلف الفرد مع الآخرين أو نفوره منهم أو عزوفه عنهم.

9-1 - التآلف :

يسفر الطور الاجتماعي للمراهق عن مظاهر مختلفة و التآلف تبدوا في ميله للجنس الآخر و ثقته في نفسه و تأكيد لذاته و في خضوعه لجماعة النظائر و في عمق بصرياته الاجتماعية و اتساع ميدان تفاعله الاجتماعي.

¹⁰⁷ مصطفى يوسف القاضي، محمد مصطفى زيدان : السلوك الاجتماعي للفرد، مرجع سابق، ص 19.

¹⁰⁸ مصطفى يوسف القاضي، محمد مصطفى زيدان : السلوك الاجتماعي للفرد، مرجع سابق، ص 19.

9-2 - الميل إلى الجنس الآخر:

يميل الفرد في أوائل مراهقته إلى الجنس الآخر و يؤثر هذا الميل على نمط سلوكه و نشاطه يبدأ هذا الميل خفيفا مستتيرا ثم يسفر عن نفسه من المسالك العذرية ثم يتطور بعد ذلك تطورا يقترب به من الحياة اليومية الواقعية و يحاول المراهق خلال تطوره جذب انتباه الجنس الآخر بطرق متباينة و متماشية مع أطوار نموه.

9-3 - الثقة و تأكيد الذات:

تتحقق سيطرة الأسرة على المراهق و يؤكد شخصيته و مكانته حيث يحاول إرغام المحيطين به بالاعتراف به فيصبح بذلك فخور بنفسه و يبالغ في ذكر تحصيله و العناية الفائقة ليجلب انتباه الناس عليه.

9-4 - الخضوع لجماعة النظائر:

يخضع المراهق لمسالك و نظم أصدقائه و يصبح عند جماعة النظائر التي ينتمي عليها حيث يتحول و لائه الجماعي من الأسرة إلى النظائر.

9-5 - البصرة الاجتماعية:

قد يستطيع الفرد في مراهقته إدراك العلاقات القائمة بينه و بين الأفراد الآخرين حيث يلمس ببصيرته آثار تفاعله مع الناس.

9-6 - اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي:

تزداد آفاق الحياة الاجتماعية للفرد لتتابع مراحل نمو حيث يتصل بترتيب و يعيد عن الأفراد الآخرين، فتتسع بذلك دائرة نشاطه الاجتماعي فيدرك حقوقه و واجباته و تحففه من أنانيته و يتعاون مع الناس في مظاهر حياته الاجتماعية. (109)

9-7 - النفور:

تهدف مظاهر النفور بجورها إلى إقامة الحدود بين شخصية المراهق و بين بعض الأفراد و الجماعات التي ينتمي إليها و تتلخص أهم هذه المظاهر في تمرد المراهق على الراشدين، و سخريته من بعض النظم القائمة، و تعصبه لأرائه و آراء أقرانه و منافسه و أنداده.

9-8- التمرد:

يتحرر المراهق من سيطرة الأسس ليشعرها بفرديته و استقلاله، فقد يغالي بهذا التحرر و يعصي و يتمرد و يتحدى السلطة القائمة في أسرته أو في مدرسته و كأنه بذلك يثور على طفولته التي كانت خاضعة لأوامر أهله.

9-9- السخرية:

يتطور إيمان المراهق بالمثل العليا البعيدة تطورا ينجو إلى السخرية من الحياة الواقعية المحيطة به لبعدها عن هذه المثل التي يؤمن بها أو يدعوا عليها و لكنه يقترب شيئا فشيئا من الواقع كلما اقترب من الرشد و النضج.

9-10- التعصب:

يزداد المراهق تعصبا لأرائه و لمعايير جماعة النظائر و أفكاره خاصة بين 12-17 سنة ثم تقل هذه الحدة كلما اقترب من الرشد و هذا التعصب يتأثر بعوامل تنشأ في جوهرها من علاقته بوالديه بأنماط الثقافة التي يهيمن على بيئته و بالشعائر الدينية و قد يأخذ التعصب سلوكا عدوانيا بدو في الألفاظ النقد اللاذع و النشاط الجامح.

9-11- المنافسة:

يؤكد المراهق مكانته أحيانا بمنافسة زملائه في ألعابهم و خير للمراهق أن يرتفع بأنماط المنافسة حتى تستقيم أموره مع الأوضاع الاجتماعية السوية فيتحول من المنافسة الفردية إلى المنافسة الجماعية التي تهيم عليها روح الفريق ما تتطوي عليه بهذه الروح من التعاون بين الأفراد. (110)

9-12- نهاية الخلاف و تحول النزاع إلى وفاق:

تتحول علاقة الأبناء بأبائهم من نزاع إلى وفاق، فالمرحلة المتأخرة و ذلك عندما يدرك الآباء اقتراب أبنائهم المراهقين من الرشد، و لهم حقوق و يتغير موقف الآباء يسود الوفاق بعد نزاع و خلاف و كلما زاد الوفاق بين المراهق و أبيه تبعا بذلك تقمص المراهق لدور الأب مع علاقته بإخوته الصغار.

9-13- الجو النفسي السائد في الأسرة:

يتأثر الفرد في نموه الاجتماعي بالجو النفسي المهيمن على أسرته و العلاقات القائمة بين أهله و يكتسب اتجاهاته النفسية بتقليده لبيه و أهله و ذويه و بتكرار خبراته العائلية الأولى و تعليمه و بانفعالاته الحادة التي تسيطر على الجو الذي يحي في إطاره.

والشخصية السوية تنشأ في جو الثقة الوفاء و الحب حيث يتدرب الفرد على احترام نفسه و مساعدته أن يكون محترما بين الناس و إعطائه الثقة اللازمة للنمو و بهذا الجو يتطور تطور صحيحا و يكون سويا مع مجتمعه العام.

الأسرة المثالية هي الأسرة المستقرة الثابتة التي تعامل الفرد كما هو و تسايره، فتعامل الطفل على أنه طفل و ذلك بمنحه فرصة الاستمتاع بكل مراحل حياته، و تحاول إشباع حاجات المراهق و لهذا كان لوالدين أثرهما الفعال على سلوك أولادهم و كان لسعادتهم في حياتهم الزوجية اتصال قريب مباشر لسعادة أولادهما.

الجو المضطرب يسيء إلى نمو المراهق و يسير به نحو الشذوذ و الدورة عندما يكون الأب متعصبا متشددا في آرائه يصبح بعيدا عن صداقة أبنائه حيث تقيم بينه و بينهم حدود و حواجز التي تحول دون فهم المظاهر نموه الأساسية، ففي مثل هذه الأسر التي تكون دائما ثائرة و تميل إلى الغيرة يكون أفرادها في صراع دائم و اضطراب شديد و هذا يدفع بالأولاد إلى الجنوح.

و هكذا تترك الأسرة آثارها العميقة على حياة المراهق و تصرها بصيغتها الهادئة السوية أو المضطربة الشاذة، تلزمها سنن طريق و قصدها فتجنب بذلك شروط الحياة أو تميل بها إلى المعصية و الإثم.

9-14- الفطام النفسي:

بتخفيف الفرد في مرافقته من علاقاته بالأسرة و اتصاله المباشر بها و يفضل اتصال قوي بأقرانه و زملائه ثم بتخفيف علاقاته بهم ليتصل من قريب بالمجتمع القائم و لهذا كان لزمنا على أهله و نويه أن يساعده على هذا التحرر، و يخفف من سيطرتهم عليه شيئا فشيئا. (111) حتى يمضي قدما في طريق نموه و للمغالات في رعاية المراهق و حمايته من كل أذى و كل خبرة شاقة أثر ضار على اعاقه فطامه النفسي و خير للمراهق أن يعتمد على نفسه في شراء لوازمه و حاجياته و ملابسه و في اختيار أصدقائه و في قضاء أوقات فراغه و الاستمتاع بهوايته و تأكيد مكانته بين إخوته لما يتناسب و مستواه و نشاطه و خير للأسرة أن تمهد للمراهق الوسيلة الفعالة للاشتراك الايجابي في مناقشة بعد المشاكل العائلية المباشرة و أن تحترم آرائه و أن تدربه على التعاون مع والديه في بعض أمرها و على تكوين صداقة قوية بينه و بينهما و هكذا يتحرر المراهق من خضوع طفولته و خنوعها و يسعر بأهميته و يتدرب على حياته المقبلة في المجتمع الكبير.

9-15- المستوى الاجتماعي و الاقتصادي للأسرة:

تدل دراسات DD.BLOCKSMA على أن للمستوى الاجتماعي الثقافي و الاقتصادي للأسرة أثر عميق على سلوك المراهقين و على نموهم الاجتماعي و بهذا يختلف سلوك الفرد تبعا لاختلاف المدارج المختلفة لسرته. و ذلك لكل طائفة من الطوائف الاجتماعية أسلوب معين من الحياة و نمط خاص

¹¹¹ فؤاد البهي السيد: : الأسس النفسية للنمو، مرجع سابق، ص 335..

بالسلوك، و للبيئة المباشرة المحيطة بالأسرة اثر قوي على مستوياتها المختلفة و على تحديد بعض نشاطات أفرادها و بهذا كان لسلوك أفراد الأسر الغنية نمط يختلف عن سلوك أفراد الأسرة الفقيرة و كان لسلوك أفراد الأسر المتعلمة نمط يختلف عن سلوك أفراد الأسر الجاهلة هذا و ترتبط هذه المستويات من قريب بالمعايير الاجتماعية و القيم المرعية و بمدى تفاعل الفرد معها، و إيمانه بها و خضوعه لها أو عزوفه عنها و من الناس فريق يستقيم سلوكه في مستوى معين و لا يستقيم في المستويات الأخرى، و منهم من يستطيع أن يتكيف مع عدد كبير من المستويات المختلفة.

10- علاقة التربية البدنية والرياضية بجانب النمو النفسي الإجتماعي للمراهقة:

إن للتربية البدنية و الرياضية دور هام في نمو المراهق و المراحل العمرية التي يمر بها، كما لها تأثيرها على جوانب كثيرة في حياته.

10-1- من الجانب النفسي:

في الجانب النفسي، التربية البدنية تؤدي دورا هاما أثبتت الدراسات النفسية الحديثة أن الصحة النفسية من أهم عوامل بناء الشخصية الناضجة السوية، كما أن التربية البدنية تعالج الكثير من الانحرافات النفسية للمراهقين و توجههم إلى الطريق القويم لتحقيق الاتزان و التوافق النفسي، كما أن للتربية البدنية دور في توجيه الرغبات التي تتمثل في الطاقة الزائدة ، هذا التوجيه يعطي للمراهق فرصة التحرر من الكبت و تجنبه الانعزال الذي يتحول إلى مرض نفسي عن طريق النشاطات الحركية المتنوعة التي يمارسه ضمن الجماعات، يتحرر من كثير من العقد كالأنايية و حب الذات، و التربية البدنية و الرياضية تأخذ الفرد ككل فتتمى العضلات، و تنمي الذكاء و تساعد على التحكم في الذات و تربي العواطف، كما أن لتتويج المواقف الحركية في حصص التربية البدنية و الرياضية فائدة، حيث تعطي الفرد إمكانيات التمثيل العقلي، و تساعد أيضا على التكيف و تقبل المواقف الجديدة و هذا ما يسمى بالسلوك السليم.

10-2- من الجانب الاجتماعي:

اندماج الطفل في جماعة حرة مرتبطة برباط نشاط تربوي حركي يتمتع كل فرد حيث يؤدي بحقوقه و واجباته، فيعرف فيها معنى التعاون و الثقة في النفس و الآخرين و يدرك فيها أهمية احترام الأنظمة و القوانين و التوفيق بين ما هو صالح له و ما هو صالح للجميع ، وهذه العلاقة الموجودة بين التربية البدنية و النمو الاجتماعي علاقة وثيقة حيث لا يستطيع الفرد أن ينمو كاملا دون حياة داخل الجماعة (112)

فالتربية البدنية تعمل على تهيئة الفرص المناسبة للنمو السليم و التمكن من التفاعل السليم الذي يساعد على فهم العلاقات الاجتماعية و التكيف معها، كما تتيح للمراهق أن يعيش بعض المواقف الاجتماعية العملية التي تساعده في المستقبل فهو يتدرب على الحياة المشتركة المتعاونة.

كما تعتبر التربية البدنية و الرياضية أسهل وسيط لتقوية الإخوة و أجدد وسيلة للتعارف بين الناس معرفة صادقة أساسها حسن المعاملة و التعاون عن طريق لعبهم معا، كما لها علاقة ينمو المراهق من جوانب أخرى كالجانب البيولوجي حيث يكون النمو منتظم و متطور تدريجيا دون تغيرات فجائية.

11- الناحية النفسية البيداغوجية للرياضة في سن المراهقة:

إن الفرد في هذه السن يسعى وراء الكشف عن نفسه بنفسه كما قال علماء النفس "فيزل" المراهق إنسان في متطور مستمر، والحالات النفسية والجسمية و الفيزيولوجية و الحركية في تحسن دائم و أثناء هذه التغيرات فإنه يحتاج أن يعرف نفسه ويلم بها و يرجع إلى ذاته كما انه بحاجة إلى التعبير عن قدراته و إظهارها إلى الخارج حتى يبين للآخرين بأنه خرج من مرحلة الطفولة و من هنا يبدأ في فرض شخصيته و وجوده على الأسرة و المحيط.

إن المراهق لا يهتم بأجوبة الآخرين و مواقفهم المختلفة، لكن انطلاقا من تساؤلاته يحاول أن يجد جواب بنفسه لكل موقف أو حالة أو تجارب الآخرين ينفر منها و يرضيها ، فهو يدرك العالم الخارجي من خلال تطور ذاته، لكن هذا التطور معاق بالنمو الفيزيولوجي و النفسي، و هو يبحث من جهة عن التعبير عن قوة يحس أنها منحلة فيه، هذه القوة التي هي بحاجة إلى الظهور و الانفجار، و قد قال "فالون" بان المراهق في حاجة إلى التفتح و التجديد و المغامرة، و التخلي عن ذاته و التحرر بواسطة الحركة ليوقف دون كل العوائق".

سعيًا و بحثًا عن أناه فان المراهق يتابع علاقاته مع الآخرين و هو مرغم على الاندماج معهم، كما أن النادي و الفريق يسهمان في هذا الاندماج، هذا الالتحام الحقيقي هو مرحلة مهمة في النمو و الاندماج الاجتماعي.(113)

12- الناحية الاجتماعية البيداغوجية للرياضة في سن المراهقة:

تعتبر الناحية الاجتماعية عاملا من عوامل تطور المراهق و نموه دون أن ننسى كل من ظهور التضيق و التمدد و الهجرة التي تؤثر على حياة المراهق و نموه.

12-1- الأسرة و المراهق:

يتأثر الفرد في نموه الاجتماعي بالجو النفسي السائد في أسرته و بالعلاقات القائمة بين أهله فيكسب اتجاهاته النفسية بتقليده لذويه.

و يتأثر الفرد في مراهقته بالجو الديمقراطي السائد في أسرته فيتطور و ينمو في إطار مجتمع يعده إعدادا صالحا للمجتمع الخارجي العام، الذي سوف يتفاعل معه في رشده و شيخوخته. يميل المراهقون إلى التحرر من المنزل و الاستقلال و الإحساس بالذات و يظهر هذا الميل بوضوح من خلال رغباته بالتصرف فيما يريد، و لقد توصلت الأبحاث إلى أن سلوك المراهقين على صلة وطيدة بالحياة الاجتماعية و المكانة التي تحتلها عائلته في محيطه ، و أن العائلة تؤثر في العلاقة الاجتماعية للفرد و ذلك ما يؤدي به نفسيا إلى التعبير عن نفسه.

12-2- المراهق و الجماعة:

يقول إيدير IDIR "إن تكوين الشخصية يكون نسبة للعلاقات بين الفرد و المحيط الإنساني" ، يميل المراهقون للتجمع في جماعات لها أهداف و آمال مشتركة. و يحاول المراهق أن يرى الجماعة و أن يخضع لنظامها في مجالات نشاطها فالمرهق يثق بجماعته و يحترمها أكثر من احترامه للكبار من حوله، و من تقسيم مراحل النمو الاجتماعي نلاحظ ثلاثة: أ- التصرف الذاتي: و هو أن يعمل الفرد وفق رغبته الخاصة دون الأخذ بآراء الآخرين و هي مرحلة الطفولة المنزلية.

ب- التصرف عن طريق الاتصالات مع المجموعة: حيث يعمل الطفل لهم و معهم، و يشاركهم في النشاطات و المشروعات و هي مرحلته المدرسية الابتدائية. ت- احترام متبادل و تقدير للعمل الجماعي اكتساب القيم الجماعية و هي مرحلة الإعدادية الثانوية. (114)

13- الدور الاجتماعي و النفسي للرياضة:

لعبت الرياضة أدوارا هامة في مواجهة السلوكات النفسية و الاجتماعية السلبية بتقديم آليات و نشاطات و برامج تعمل على دمج الفرد بمجتمعه و توحد فيه و تمحو آثار الاغتراب و فقدان الهوية، كما قدمت وسطا خصبا لتنمية الانتماء و إدراك الفرد لذاته النفسية و الاجتماعية و يستطيع منهج التربية البدنية المدرسي أن يساهم في ذلك بتقديم خبرات و نشاطات تركز على المفاهيم الانفعالية كتقدير الذات SELFESTEEM تحقيق و فهم الذات و أيضا تركز و تؤكد المفاهيم الاجتماعية مثل العلاقات الاجتماعية المتبادلة.

- يمكن للرياضة أن تثري التعليم و النمو الاجتماعي و تكسب السمات الشخصية المقبولة و لكن تحت شروط تربوية.

- تفيد رياضة النخب الصحة العقلية بقدر محدود.

- البرامج المتقنة لأنشطة التربية البدنية و الرياضية قادرة على أن تخلق مناخا أفضل لتنمية القيم الاجتماعية المقبولة.

كما تساهم الأنشطة الرياضية المدرسية في تدريب الممارسين على تقبل البيئة الاجتماعية السائدة، كما تساعدهم على تقبل أوضاعهم كأفراد عاملين في تنظيمات اجتماعية، و دعى الدرمان ALDERMAN إلى تشبيه الملعب بمجتمع مصغر يتلقى الفرد فيه التربية و الخبرات التي تسهل له الالتحاق بالمجتمع الكبير و هو ما سمي بالتكيف الأولي، و هنا يبرز مفهوم التنشئة الاجتماعية عبر الرياضة و الذي يعبر عن مختلف عمليات التفاعل الاجتماعي التي يتعود الطفل عليها من خلال الرياضة و التربية البدنية حيث تكثر فرض التفاعل الاجتماعي و العلاقات المتبادلة.(115)

عن الرياضة هي إحدى النشاطات التي يعبر فيها المراهق عن النواحي الاجتماعية و النفسية و البيولوجية، فتأكيده لشخصيته و أخذه للمسؤوليات و بحثه المستمر عن الحركة يجعلون من الرياضة إلا تكون وسيلة لهو و تسلية و لكن كشغل يمس جميع النواحي اللاتئة بالفرد، و الرياضة نادرا ما تعتبر كترقية فقط لكونها تساعد في تربية الكثير من التوترات التي تخلقها الحياة.

14- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو النفسي و الاجتماعي:

لقد أدت الأطر النظرية التي ظهرت في علم النفس إلى تغيير جوهرى في مفهوم التربية البدنية و الرياضية فلم تصبح تربية البدن و إنما صارت تربية البدن ككل و بذلك ازداد المفهوم و جاوزت التربية البدنية و الرياضية حدود الجسد لتشمل آفاق الفكر و الإدراك و المشاعر و الأحاسيس و الانفعالات و الدوافع و الميول و الحاجات و الرغبات و غمرت كل الطفل بفيضها جميع جوانب الشخصية و خرجت على نطاق عظام عضلات الطفل آليا.

وعلى هذا الأساس سنتناول العلاقة التي تربط بين التربية البدنية و الرياضية و النمو النفسي و الاجتماعي و غيرها على النحو التالي:

14-1- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو النفسي:

لقد عرفت التربية البدنية و الرياضية حين ظهورها بالمدرسة في العصر الحديث بالتدريب البدني و أسندت هذه الدروس إلى مدرستي المواد العلمية معتمدين فقط في ذلك على مهاراتهم و خبراتهم كمارسين سابقين لهذه الأنشطة أو كمولعين بنوع معين من الأنشطة الرياضية غير أن الحال لم يستمر طويلا فقد أحصى قائمون على شؤون التربية و التعليم في الدول المتقدمة على ضرورة إعداد معلم للتدريب البدني و كان إعداد المدرس في ذلك الوقت أي في أواخر القرن الماضي يدور حول المادة الدراسية التي سيقوم بتدريسها.

اتفق المربون أن إعداد المدرس لا ينبغي أن يقتصر على مدى فهمه لمادته و إنما لا بد له من معرفة عميقة للطفل الذي يعلمه تلك المادة و كيف يتعلم و لاختيار طرق تدريس منهجية اتجه المربون إلى نظريات النفس.

غيرت مفاهيم اللعب في التربية البدنية و اتجه الاهتمام إلى قيمة اللعب في التنفيس عن الغرائز، و تحويل طاقتها إلى تنمية ذاتية للفرد و جلب السرور إلى نفسه و من ثمة أصبح الاهتمام بالصحة النفسية يسير جنب إلى جنب و الاهتمام بالصحة البدنية.(116)

إن دور النمو النفسي في صناعة الموهبة الرياضية مثل دور علم منافع الأعضاء في صناعة الطب فمعلم التربية البدنية لا يوفق في صناعة المواهب الرياضية إلا إذا كان له علم تام بالنفس الإنسانية و ما يصدر عنه من أفعال و آثار و بذلك يرمي معلم التربية البدنية إلى تموين القوى النفسية و إقدامه على الإحساس و التفكير الصحيح الإدارة الصارمة، هنا يظهر أهمية معرفة نفسية الفرد.

في إطار علاقة النمو النفسي بالتربية البدنية و الرياضية اخذ مدرسو التربية يغالون في فائدته و منفعته حيث ينتظرون من ورائه الشيء الكبير، كما هو معروف أن بين الجسم و النفس روابط و صلات ، فما من احد يعرف أن ضعف الجسم بمرض أو تعب يؤدي إلى ضعف عام في النفس لا تقدر معه على القيام بأعمالها.

14-2- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو الاجتماعي:

تلعب التربية البدنية و الرياضية دور هام في بناء المجتمع حيث تعني الفرد وكيانه و تكسبه مهارة حركية و لياقة بدنية و تعوده على شتى الطرق الجذابة و الشيقة و الأساليب الصحيحة في التعامل و تهذب سلوكه و تسمو برغباته. و الرياضة برغم أنها ميل غريزي و طبيعي في الإنسان إلا أنها في كل الظروف و الأحوال تؤدي وظيفة اجتماعية ترتبط أكثر بظروف و قيم ممارستها سواء كانوا أفراد أو جماعات لهذا أصبحت التربية الرياضية في هذا العصر أساس من أسس إعداد الفرد و تهيئته للحياة المستقبلية تهيئة عملية يكون الدافع فيها ميل الفرد للتقائي للعب مع أفراد مجتمعه و رعيته في القضاء على ما يشعر به من فراغ و ملل، و تتفق أغراض النمو الاجتماعي مع الرتبة الرياضية في تحقيق هدفين أساسيين هما:

- التنشئة الصالحة للمواطنين.

- تمكين المواطنين أفراد و جماعات من الانتفاع من إمكانياتهم و إمكانيات مجتمعهم لتحقيق أعلى مستوى إنتاجي ممكن. (117)

إذا بحثنا في فكر إعداد المواطن الصالح وجدنا أن التربية الرياضية تساهم بقدر كبير في تحقيقها إذ أن المواطن لا بد أن تتاح له الفرص لإثبات شخصيته و أن ينال تربية و رعاية صحية اجتماعية و ثقافية قصد دعم إيمانه بنفسه و بفضل المجتمع عليه و التربية عملية مستمرة ينبغي أن يتناول الفرد فيها من كافة نواحي حياته سواء بمفرده أو متصلا مع الجماعات هناك حلول لأجل تدعيم الناحية الاجتماعية

¹¹⁶ محمد فندي: علم النفس الرياضي و الأسس النفسية للتربية الرياضية، دار الثقافة بيروت، بدون طبعة، سنة 1947، ص 14.
¹¹⁷ محمد فندي: علم النفس الرياضي و الأسس النفسية للتربية الرياضية، مرجع سابق، ص 15.

للفرد و سد نقص اندماجه في الجماعة و من أمثلة ذلك النشاطات الرياضية و الترويحية التي يتمتع فيها الفرد بحقوقه و يؤدي واجباته.

و منه نجد أن الصلة بين التربية الرياضية و النمو الاجتماعي وثيقة و خاصة تلك المتصلة بالخدمة الاجتماعية أو العمل مع الجماعات، النشاط الرياضي الموجه يستخدم في خدمة الجماعة كأسلوب و طريقة عمل بمعنى أن هناك رائد موجه و جماعة تسلك سلوك يساعد على إطلاق قدرات أفرادها و تنمية شخصيته لتكون هناك برامج تفيق منع حاجياته و قدرات الفرد فالغرض الذي يهدف إلى تحقيق نمو سليم للأفراد الذين ينتمون إلى جماعات منظمة و تمكينهم من التفاعل السليم أي أن يكون سليم الجسم قادرا على توجيه إمكانياته البدنية ففي نواحي النشاط التي تتطلبها حياته و لا يقتصر الأمر على مجرد الرعاية للبدن بل يجب أن يتعدى ذلك إلى ممارسة أنواع من النشاط الرياضي تكسبه القدرة على القيام بمسؤولياته و لهذا فان الجماعات المنظمة لا بد أن تهتك لتوفير أنواع النشاط التي تكسب الجسم الصحة و اللياقة و القدرة على التحمل و تعتبر البرامج الرياضية من الوسائل الهامة في التربية و التنشئة و تدريب حواس الطفل و تنمية استعداداته من أجل الانتقال إلى مرحلة أخرى. (118)

و من أهدافه إيجاد الفرص المناسبة لإشباع ميل الفرد الطبيعي للنشاط البدني و تنمية جسمه و إكسابه التناسق في حركاته لجانب إكسابه صفات اجتماعية و خلقية متعددة كالتعاون و النظام و التغلب على الصعاب و العمل من أجل الجماعة.

15- النمو النفسي و الاجتماعي في مرحلة المراهقة وفق نظرية اريكسون:

1- معنى المراهقة: 5-1

تعرف المراهقة كما يشير صالح بأنها "مرحلة نمو معينة تبدأ بنهاية الطفولة و تنتهي بإبتداء النضج أو الرشد أي أنها هي المرحلة النهائية أو الطور الذي يمر فيه الناشئ نحو بدء النضج الجسمي و العقلي و الاجتماعي " (119). يشير الراضي في تعريفه للمراهقة إلى عدة جوانب تشمل الجانب المرحلي و يقصد به الفترة ما بين البلوغ و الشباب و الجانب الزمني و يتمثل في السن 13-25 سنة ، و الجانب النفسي و يمثل الفترة التي تشتهر بعدم الإستقرار و الثبات كما تمتاز بالقلق (الحصر النفسي) رغم شعور المراهق بالإستقلالية (120).

و هذه المرحلة تحدث فيها تغيرات سريعة تشمل جميع جوانب حياة الفرد النفسية و الجسمية و الاجتماعية كما يعرفها " بأنها الوجود الحقيقي و هي مزاج من شئ و نقيضه ، و مزاج من شئ في سبيله إلى الخلع و الفناء و هي الطفولة و نقيضه في سبيله للارتداء و النمو و هو الرشد ، فهي الميلاد الوجودي للكائن البشري من حيث أنه يعي لأول مرة ذات تريد أن

118 محمد قندي، علم النفس الرياضي و الأسس النفسية للتربية الرياضية، مرجع سابق، ص 15.

119- صالح ، أحمد زكي :علم النفس التربوي ، ط13، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، مصر، 1972.

120- لراضي سمير جميل أحمد :المراهقون ، دراسة تربوية نفسية من وجهة النظر الإسلامية 1983 .

تحدد في مواجهة الذوات الأخرى و وجود يلتبس ماهي الخاصة و يتأهب للمسيرة في مرحلة تحديد المصير التي تمتد إمتداء الحياة⁽¹²¹⁾.

و كنتيجة لتلك التغيرات التي تطرأ على المراهق فإننا نجد يتردد على المرأة لمرات عديدة و يتساءل عما إذا كانت هذه التغيرا إيجابية أم سلبية بمعنى أن يكون مقبولا للآخرين . أم لا و هل صورته هذه مستديمة أم أنها ستتغير و كيف سيكون شكله بعد ذلك؟ كل ذلك يشغل حيزا كبيرا من تفكير المراهق⁽¹²²⁾. إن التغيرات الجسمية ليست بمفردها تحوز على فكر المراهق فقد نجد أن هناك ثورة نفسية داخلية تسيطر على فكره أيضا على سبيل المثال إمتلاك الطفل لذاته و شعوره الكبير بإستقلالية عن والديه أي أنه وصل لمرحلة الفطام النفسي مما يجعل الكبار في ضيق منه خصوصا عندما يتعلق الأمر بإتخاذ القرارات في الصحبة و اللبس و الإستخدام لأجهزة الإتصال و قيادة السيارة و فيما يتعلق بالمدرسة من واجبات و إختبارات و غير ذلك مما له علاقة بالعمل المدرسي⁽¹²³⁾.

وهذا ما يقلقه و يشعره بالمسؤولية و ألغنفصال و ما يصاحب ذلك من الخوف و الذي ق يتطور إلى مضاعفات سيئة من العنف و العدوان و العناد و الترك المتكرر للمنزل و كثرة المشاجرات العائلية ، مما يحتم علينا فهم هذه المرحلة و إعطاء المراهق قدرا كبيرا من الطمأنينة و الاستقلالية و الثقة ليعبر هذه المرحلة بسلام فالأسلوب الحسن و المعاملة الطيبة توضح للمراهق فهم الآخرين لهم و لما يمر به مما سيدفعه لإكتساب الثقة في نفسه⁽¹²⁴⁾ مما سيمنحه التوافق النفسي الإجتماعي لتكوينه صورة مثالية واقعية محبوبة و مقبولة من الآخرين و التي بدورها تجعله محبا لنفسه كنتيجة حتمية لتقبل الآخرين له و الحوز على رضاهم أما إذا رسم لنفسه صورة مثالية غير واقعية فإنه لن يتقبلاته لإحساسه بالتفاوت الكبير بين صورته المثالية و الواقع الذي يعيشه مما سيضطره إلى نهج طرق ملتوية و غير مقبولة إجتماعيا فنموه الذاتي مشوها مما سيتضاعف شعوره حدة و سيمارس تقمص أدوار أخرى خارجية عنه ليعوض بها نقصة أو كنوع من الأقنعة ليخفي بها عدم إستطاعته الوصول إلى مستوى توقعات الآخرين و من ذلك حيازة أشياء ثمينة أو إتباع سلوكيات خاطئة كالتدخين و العنف⁽¹²⁵⁾ .

¹²¹ - عوض ريفة رجب :ضغوط المراهقين و مهارات المواجهة (التشخيص و العلاج)، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، مصر 2001.

¹²² - موسى ، عبد الله عبد الحي :دراسات في علم النفس ، دار الثقافة للنشر و التوزيع، القاهرة ، مصر 1983.

¹²³ - موسى ، عبد الله عبد الحي : دراسات في علم النفس ، دار الثقافة للنشر و التوزيع، القاهرة ، مصر 1983.

¹²⁴ - الفرائضي ، عبد اللطيف عبد الله : مراحل النمو النفسي عند الطفل و أهميتها ، مجلة الفيصل الطبية .

¹²⁵ - أبو حطب، فؤاد ،صادق ، أمال : نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين ، ط4، مكتبة الإنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر 1999.

ويمثل تشكل الهوية قلب التغيير في مرحلة المراهقة كما يشير اريكسون Erikson⁽¹²⁶⁾ حيث يبدأ الفرد فيها تحديد أهدافه الأيديولوجية و الإجتماعية في الحياة حيث يفضى الحل الإيجابي إلى وصوله إلى تحديد هذه الأهداف و تبني الأدوار المناسبة في حين يؤدي الحل السلبي إلى اضطراب الدور و تشتت الهوية .

15-2-2- تشكل الهوية Identity Formation:

يشير اريكسون Erikson⁽¹²⁷⁾ و هذا ما أشار إليه الغامدي "إلى أن تشكل الهوية هو محور تغيير في مرحلة المراهقة قلب التغيير في مرحلة المراهقة ، حيث يشير على وجه العموم إلى حالة داخلية تتضمن الإحساس بالنفرد ، و الوحدة و التآلف الداخلي و التماثل و الإستمرارية المتمثل في إحساس الفرد بإرتباط ماضيه وحاضره

و مستقبله و الإحساس بالتماسك الداخلي و الإجتماعي ممثلاً في إحساس الفرد بذاته كوحدة واحدة و أيضاً بإرتباطه بمجتمعه و الدعم الإجتماعي الناتج عن هذا الإرتباط . إنها بإختصار الإجابة على تساؤلات مثل (من أنا؟ وما دوري في هذه الحياة؟ و إلى أين أتجه في هذه الحياة؟) . و إنطلاقاً مما سبق فإن الهوية تتضمن مايلي " (128).

15-2-1- الفردية Individuation:

وتعني إدراك الفرد لإستقلالته و تحقيق هويته و كينونيته و شعوره بأن كيانه خاص به لا يشاركه فيه أحد.

15-2-2- تكامل الشخصية و التآلف الداخلي Inner Whileness and Synthesis:

فالأنا السوية هي ذلك الإحساس بالوحدة و الإنسجام و التكامل الداخلي و غياب الإنقسامية و التي تحدث نتيجة تكوين مفهوم سالب لهويته.

15-2-3- التماثل و الإستمرارية Sameness and Continuity:

و هو الزيادة في الشعور في تماثل البيئة الداخلية للفرد و الإستمرار في ترابط ذلك الشعور بين الماضي و توقعات المستقبل بما في ذلك حاضره ، فيشعر الفرد بقيمة حياته بل إنها يسر بما يلائم شخصيته أي أنه يشعر لك التناغم بمحتواه الاخلي.

15-2-4- التماسك الإجتماعي Inner and Social Solidarity:

و يقص به إحساس الفرد بتلك القيم و المثاليات التي يؤمن بها المجتمع و تمسكه بها على نحو يرضي به نفسه و الآخرين ، فهي تعني عملية مستقرة تتميز بها ذاته في إرتباطها بالآخرين و قبولها لقيم و مثاليات البيئة الإجتماعية التي يعيش فيها و مدى تقبل الآخرين في ضوء تلك المعايير و القيم أي أن الهوية لا تختص فقط بذات الفرد بعيداً عن ثقافته الإجتماعية بل تشمل ذلك جميعاً ، و بذلك فإن الفرد يحى

¹²⁶ - Erikson E.H (1968) Identity : Youth and crisis New York :Norton

¹²⁷ - Erikson E.H (1968) Childhood and societiy. New York :Norton

¹²⁸-الغامدي ،حسين عبد الفتاح: المقياس الموضوعي لتشكيل هوية الأنا ، نسخة مقننة على الذكور في سن المراهقة و الشباب بالمنطقة الغربية من المملكة العربية السعودية، جامعة أم القرى .

حياة إجتماعية مستقرة تتوازن فيها ذاته الداخلية مع ذاته الخارجية في منحى يسير به على نحو السواء النفسي للفرد.

كما يشير محمد إلى الهوية "تنظيم يناميكي داخلي معين للحاجات و الدوافع و القدرات و المعتقدات و المدركات الذاتية، بالإضافة إلى الوضع الإجتماعي السياسي للفرد ،و كما كان هذا التنظيم على درجة جيدة ، كلما كان الفرد أكثر إدراكا أو وعيا بتفرده و تشابهه مع الآخرين وأكثر إدراكا لنقاط قوته و ضعفه ، اما إذا لم يكن هذا التنظيم على درجة جيدة ، فإن الفرد يصبح أكثر التباسا فيما يتعلق بتفرده عن الآخرين ويعتمد بدرجة كبيرة على الآخرين في تقديره لذاته ، كما ينعدم الإتصال بين الماضي و المستقبل بالنسبة له فيفقد في نفسه و في قدرته في السيطرة على مجريات الأمور و بالتالي ينعزل على حياة غالبية المجتمع الذي يحيا فيه و هو ما يعرف بأزمه الهوية Identity "Cisis"⁽¹²⁹⁾.

كما يشير عدس "إلى أن الهوية تتضمن أبعاد داخلية و أخرى خارجية ، فهي تشمل ما عنده من مشاعر و أحاسيس ، كما تشمل ما عنده من قيم و أفكار شخصية وروحانية كما تشمل مظهره الخارجي و أسلوبه في الحياة"⁽¹³⁰⁾ ، "كما يشير محمد إلى أن مصطلح الأزمة Cisis في نظرية اريكسون "يعني تلك الفترة اتخاذ القرار الخاص بالإختيار بين البدائل و المتغيرات التي تتعلق بالإختيار المهني و المفاهيم و المعتقدات الدينية

و السياسشية و القيم الجنسية"⁽¹³¹⁾.

15-3- أزمة الهوية في المراهقة:

تمثل هوية الأنا : "كيانا تتكامل فيه بصورة تدريجية المعطيات التكوينية و الحاجات الليبيدية و القدرات المميزة و التواجيدات ذات الأهمية و الدفاعات الفعالة و الإعلاء الناجح ، و الأدوار و المتسقة ،كلما تظهر نتيجة التفاعل المتبادل بين الإمكانيات الفردية و النواحي التكنولوجية و الأيديولوجيات السياسية و الدينية في المجتمع و على ذلك فهوية الأنا تتكون في ضوء الحركة القائمة بين سيكولوجية الشاب و سيكولوجية المجتمع"⁽¹³²⁾ .

و على هذا الأساس فإنها تشير إلى تحديد الفرد لمن هو؟ و من سيكون؟ و كيف سيكون عليه في المستقبل؟ بحيث يتصل مستقبله بحاضره الذي هو جزء من ماضيه فأحساس الفرد بقدرته على العمل كفرد له تميزه عن الآخر في وجود الآخر كما أن علاقته الإجتماعية تتميز بالتوجه نحو تحقيق هدف

1- محمد عادل عبد الله : دراسات في الصحة النفسية (الهوية ، الإعتراب ، الإضطرابات النفسية) ، ط1 دار الرشاد ، القاهرة، مصر العربية.

¹³⁰ - عدس ، محمود عبد الرحيم : تربية المراهقين، ط1، دار الفكر ، عمان ، الأردن. القاهرة، 2000.

¹³¹ - محمد عادل عبد الله : دراسات في الصحة النفسية ،مرجع سابق.

¹³² - مرسي أبو بكر مرسي محمد: إستبيان هوية الأنا للشباب، ط2، مكتبة النهضة المصرية بالقاهرة ، مصر العربية، سنة 2001.

معين في حدود زمنية معلومة ،مع الأخذ بالإعتبار أن يكون في حياته نمط و أسلوب معين يعيش عليه في ظل علاقة تتسم بالإعتراف بوجود الآخر دون الذوبان فيه مع الرعاية و الإهتمام به⁽¹³³⁾. كما يشير ماير إلى " أن أزمة الهوية تمثل النتيجة المتوقعة للإخفاق في عملية تحديد الهوية ، بمعنى عدم وضوح الرؤية للفرد لإختيار مستقبله المهني والتعليمي كما يتضمن ذلك الشعور بالإغتراب و عدم الفائدة من الحياة مع عدم وجود الأهداف التي من أجلها تكون حياته ذات معنى بالإضافة إلى إضطراب الذات و بالتالي الوصول إلى هوية سلبية تفتقر إلى حميمية العلاقات البين شخصية و الحب الناضج ، و بمعنى آخر هي الإحساس بالضياع في مجتمع لايساعد المراهق في فهم ذاته و لا في تحديد دوره في الحياة ، و لا يوفر له فرص يمكن أن تعينه في الإحساس بقيمته الإجتماعية حيث لا يحرم المجتمع الحديث الشاب من القدوة و المثل فحسب ، بل يعطله أيضا عن القيام بدور ذي معنى في الحياة"⁽¹³⁴⁾. و بعد أن تعرضنا لمعنى الهوية و الأزمة و ماذا تعنيه أزمة الهوية فإننا نحاول التعريف بماهية هوية الأنا .

15-4- تشكل الهوية في مرحلة المراهقة :

يشير اريكسون إلى "أن تشكل الهوية يبدأ مع بدايات نمو الأنا حيث تساهم كل مرحلة في تشكيله إلى أن يصبح محور التغير و الأزمة الأساسية للنمو خلال مرحلة المراهقة وذلك مع ظهور أزمة الهوية المتمثلة في درجة من القلق و الإضطراب المختلط ، و التي ترتبط بكفاح المراهق من أجل تحديد معنى لوجوده من خلال إكتشاف ما يناسبه من مبادئ و معتقدات و أهداف و أدوار وعلاقات إجتماعية ذات معنى أو قيمة على المستوى الشخصي و الإجتماعي"⁽¹³⁵⁾. و يشير الغامدي أيضا في سياق حديثه إلى "أن الأزمة تنتهي من وجهة نظر أريكسون بتحقيق الهوية في الظروف الجيدة حيث ينتهي الإضطراب و يتحقق الإحساس بالذات ممثلا في إحساس الفرد بتفرده و وحدته الكلية وتمائل وإستمرارية ماضية وحاضره و مستقبله ، و قدرته على حل الصراع والتوفيق بين الحاجات الشخصية الملحة و المتطلبات الإجتماعية بدرجة مؤكدة بواجبه نحو ذاته ومجتمعه ، و ينعكس ذلك سلوكيا في قدرته على إختيار قيمه و مبادئه وأدواره الإجتماعية و التزامه بها، و إلتزامه بالمثل الإجتماعية بدلا من مواجهتها .عند هذه المرحلة يكون الأنا قد إكتسب فعاليته الجديدة المتمثلة في الإحساس بالثبات"⁽¹³⁶⁾.

¹³³ - مرسي أبو بكر مرسي محمد: أزمة الهوية في المراهقة و الحاجة للإرشاد النفسي، ط، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، مصر سنة 2002.

¹³⁴ - محمد عادل عبد الله :دراسات في الصحة النفسية (الهوية ، الإغتراب ، الإضطرابات النفسية)، ط، دار الرشاد ،القاهرة،مصر العربية سنة2000 .

و يشير عدس إلى " أنه و بالرغم من أن الهوية تبدء تتشكل منذ بداية ميلاده حيث تتأثر بكل من التفاعل بين سلة كييات الفرد و التركيب البيولوجي و بما يساعد على نموه الجسمي و السيكلوجي من الغذاء و المعاملة و الجو الذي يعيش فيه إلا أن نمو الهوية لا يكتمل إلا في مرحلة المراهقة حيث تتأجج فيها الصراعات و تبلغ ذروتها ، فيؤدي ذلك إما إلى تشكل الهوية حيث الثقة بالنفس و الآخرين و الشعور بالإستقلال و المبادرة ، و بذلك يكون المراهق قد قطع شوط كبيراً في رحلة الشعور بالذات و تشكيل الهوية بما يميزها عن غيرها و إما إلى عدم تشكيلها حيث فقدان الثقة بالنفس و الشعور بالخجل و الشك و معاشية الواقع بكل إنهمازية و دونية بحيث تكتف النفس مشاعر العجز و الذنب ، و يصبح مضطرب الهوية لا يدري من هو و كيف يكون ؟" (137)

و مع بدأ تشكل الهوية في المراهقة تسيطر بعض التساؤلات على المراهق كما يقول إريكسون "من أنا ؟ و من أكون؟ و الغرض من هذا التساؤل البحث عن الهوية و عن معنى أكثر إختلافاً و تمايزاً عن الآخرين ، بل إنه يبحث عن كينونة الفرد منفصلاً عن العالم الخارجي ، فهو و إن كان يشعر بأن وجوده جزء منالعالم الخارجي إلا أنه بحاجة لأن يعي من هو و كيف يكون ككيان له إستقلاليتة و تفردة عن ذلك المحيط الذي يحيا فيه" (138).

و لاشك في أن تشكل الهوية في المراهقة لا يأتي من فراغ ، ولا يحدث عشوائياً فوفقاً لنظرية إيركسون التطورية ، و كما هو الحال في المراحل السابقة فإن نمو الأنا في المراهقة هو نتاج تراكمات المتتالية من التوحدات ، و التي تتفاعل لتشكل كل أو وحدة كلية معتمدة على التوحدات السابقة و لكنها ليست آياً منها . و هذا يحدث كنتيجة لتأثير العوامل المرتبطة بالنضج و المتمثلة في البلوغ وما يتبعه من تطور في قدرات الفرد المعرفية و الإجتماعية و التي تدفع به نحو الإستقلالية و أيضاً إلى طبيعة التوحدات السابقة و المرتبطة بطبيعة حل أزمت النمو السابقة .

و أخيراً طبيعة الظروف الإجتماعية المحيطة سواء ارتبطت بالظروف الإقتصادية أو المعيشة أو أساليب التربية و التنشئة الإجتماعية أو حتى العلاقة الإجتماعية بالآخرين خارج دائرة الأسرة و في هذا السياق يشير أبو حطب و الصادق إلى "أهمية المحيط الذي يعيش فيه في تشكيل هويته إيجاباً أو سلباً فأساليب التربية و المتبعة بدءاً بالأسرة في المجتمع هي التي تعطي للفرد حقه في تشكيل الهوية و التي يشعر الفرد من خلالها برغبته في الحياة من عدمها ، أما الحرمان من الشعور بالهوية فقد يقود الفرد إلى عدم الرغبة في الحياة و من ثم الإنتحار" (139) كما يشير عدس "إلى إرتباط تشكل الهوية بالتفرد حيث يسعى المراهق إلى تكوين شخصيته المنفردة و المختلفة عن شخصيات و سمات من حوله كالوالدين مثلاً" (140).

137- عدس ، محمود عبد الرحيم : تربية المراهقين، ط1، دار الفكر ، عمان ، الأردن، سنة 2000.

138- Erikson E.H (1968) Childhood and society. New York :Norton

139- أبو حطب، وآخرون : نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين، ط4، مكتبة الإنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر، سنة 1999.

140- عدس ، محمود عبد الرحيم : تربية المراهقين ط1 . دار الفكر ، عمان ، الأردن، سنة 2000.

و يشير عدس "إلى أن تشكيل هوية سوية لدى المراهق يكون صعبا إن لم يكن مستحيلا في ظل الوالدية المتسلطة التي غالبا ما تسعى إلى مصادرة حريات و شخصيات الأبناء، و أن ذلك لا يتم إلا في ظل رعاية أبوية يسودها جو من الود و المحبة و تقدير المسؤولية . و تحليل لتبعاتها" (141).

ويشير موسن و زملائه. Mussen et al. "إلى أن إكتساب الهوية يتأثر بعد من العوامل" (142) منها :

أ- الإختلاف في الثقافات:

يختلف المراهقون في سرعة و سهولة إكتسابهم للهوية من ثقافة إلى أخرى لسعة و تعدد المجالات لإثبات الذات و عدم محدودية الأدوار التي يلعبها المراهق فنجد المجتمع الغربي الصناعي مليئاً بالتناقضات و المستجدات التكنولوجية مما يحتم على الفرد الخوض في المجالات الجديدة لإثبات الوجود ، مما يؤدي إلى مواجهة تحديات . كبيرة لتحقيق الذات و اكتساب الهوية لتزايد الابتكارات و الاختراعات التي تجعل الفرد في

طور تسارعي للتغلب على تلك الإشكالية.

ب- العلاقات الوالدية:

تتسم العلاقات الوالدية الحميمة مع الأبناء بالتأثير على اكتساب الهوية بشكل ايجابي، و في المقابل فإن الأساليب السيئة القائمة على القسوة و الإهمال و النبذ تسبب في الحيلولة دون اكتساب الأبناء هوياتهم. و بالتالي يعيشون في وضع تنعدم فيه الرؤية لهوياتهم و هذا ما يظهر في الذين يعيشون بلا أسر كما بينت ذلك بعض الدراسات .

ج- الصداقات:

إن حميمة العلاقة بين الأصدقاء من الأمور المهمة في الشعور بالهوية، فجماعة الأقران و رفاق العمر يمثلون مستمرا يناقش من خلاله الفرد أفكاره و يبرز نواحي قوته و تفوقه في مجال العمل أو السلم التعليمي.

د- القدرات العقلية:

تمثل البيئة الداخلية للفرد و خصوصا القدرات العقلية منعطفا ليس باليسير في اكتساب الفرد لهويته، فقدرة الشخص على الإبداع و لعب الأدوار و المساهمة في بناء المجتمع من خلال المجالات المتعددة، تلعب دورا بارزا في الاكتساب الجيد للهوية.

¹⁴¹ - عدس ، محمود عبد الرحيم: تربية المراهقين، ط1، دار الفكر ، عمان ، الأردن.

¹⁴² - عقل محمود عطا حسين: النمو الإنساني (الطفولة و المراهقة)، ط5 دار الخريجي للنشر و التوزيع ، الرياض المملكة العربية السعودية، سنة 2000.

15-5-5- جوانب الهوية:

اعتمادا على فكر اريسون في تشكل الهوية، قام مارشا Marcia⁽¹⁴³⁾ بالعديد من الدراسات لتحديد مفهوم للهوية، كما قام ببناء مقياس لقياسها، و قد تبعه في ذلك العديد من الباحثين ممن طوروا فهما أفضلًا لجوانبها من أمثال ادمز Adams⁽¹⁴⁴⁾، و هذا ما سار عليه غالبية الباحثين العرب .

15-5-1- الهوية الأيديولوجية:

- الهوية المعنية، و تشير إلى معتقدات و خيارات الفرد في المجالات الدراسية و المهنية.
- الهوية الدينية: تشير إلى معتقدات الفرد الدينية و ما يترتب عليها من خيارات و ممارسات دينية.
- الهوية السياسية: و تشير إلى معتقدات و خيارات الفرد السياسية.
- هوية فلسفة الحياة: و تشير إلى المعتقدات و الأفكار و الفلسفات التي يؤمن بها في الحياة و التي تحدد ممارساته تجاه أسلوب معيشته.

15-5-2- هوية العلاقات الاجتماعية بين شخصية:

- هوية الصداقة
- هوية الدور الجنسي
- هوية العلاقة بالجنس الآخر
- هوية أسلوب الاستمتاع بالحياة و أساليب الترويح

15-6- رتبة الهوية:

يشير مارشيا Marcia(1966،1988)⁽¹⁴⁵⁾ في دراساته عن هوية الأنا Ego identity "كمحاولة لاختبار صدق افتراضات أريكسون عن النمو النفسي الاجتماعي في المراهقة المتأخرة"⁽¹⁾، والتي اعتمدها الكثير من الباحثين العرب أمثال عبد المعطي عبد الرحمن الغامدي ، أبو حطب و صادق أن هناك أربعة وجود أربع رتب أساسية للهوية ذات طبيعة ديناميكية متغيرة، و تتحدد وفقا لظهور أو غياب متغيرين أساسيين هما خبرة أو عدم خبرة الفرد لازمة الهوية من جانب، و التزام الفرد أو عدم التزامه بما يصل إليه من قرارات سواء كان ذلك من خلال قراراته أو كانت نتائج للصدفة. و على هذا الأساس فإن الفرد يمكن أن يقع في إحدى الرتب التالية:

¹⁴³ - Marcia j.e. (1988) common processes underlying Ego-Identity . cognitive/ moral development and individuation .In D.K. lapsley and F.C power (EDS)Self.Ego.and Identity.New york: Springer –Verlag.

¹⁴⁴ - adamsG.R.Objective measure of Ego-dentity status lkj: a reference manual.(Avaible from Adam).

¹⁴⁵ - Marcia j.e. (1988) common processes underlying Ego-Identity . cognitive/ moral development and individuation .In D.K. lapsley and F.C power (EDS)Self.Ego.and Identity.New york: Springer –Verlag.

15-6-1-تحقيق الهوية (Identity achievement):

هم الذين يخبرون أزمة الهوية في مجال أو أكثر من مجالات حياتهم، و توصلوا إلى اختيار قرار معين و التزموا بذلك القرار. و هذا مؤشر لنمو الأنا بطريقة سوية و كنتيجة لذلك فان محققى الهوية يتمتعون بدرجات أعلى من التوافق، و تقدير الذات و الإنتاجية، و يعانون من درجات أقل من القلق و الاضطرابات النفسية و السلوكية.

15-6-2- تعليق الهوية (Identity Moratorium):

يشير تعليق الهوية إلى خبرة الفرد الآنية لازمة الهوية دون وصول لقرارات، و عادة فان الأفراد الذين يحققون هوياتهم يمرون بهذه الفترة من التعليق المؤقت. إلا أن الوقوع في هذه الرتبة تعني ديمومة مرور الفرد في أزمة الهوية، فهو في مرحلة مستمرة للبحث عن هويته و أهدافه، إلا انه لا يظهر التزاما بها. عادة ما يستمر في تغيير هذه الأهداف. و مثال على ذلك استمرارية الفرد في تغيير تخصصه الدراسي و بشكل مستمر، و بالرغم من تدني هذه الرتبة كمؤشر للنضج النفس اجتماعي، لأنها تمثل رتبة متقدمة مقارنة بالرتبتين التاليتين ذلك أن الأفراد يظهرون اهتماما بالوصول إلى أهداف ثابتة . و كنتيجة لديناميكية الرتب، فان احتمالات تحولهم إلى رتبة التحقيق تبقى قائمة مع التوجيه السليم.

15-6-3-انغلاق الهوية (Identity Foreclosure):

يقع الأفراد في رتبة الانغلاق كنتيجة لعدم خبرتهم لازمة الهوية، حيث يوجهون بقوى خارجية تختار لهم أهدافهم، و من ذلك اختيار الأباء لنوع الدراسة أو العمل أو غير ذلك لأبنائهم. إلا أنهم مع ذلك لا يظهرون رفضا بل و على العكس فإنهم يظهرون تقبلا و رضا بما يحققون و لسوء الحظ فإن هذه الرتبة هادة ما تنال الرضا و الدعم الاجتماعي من قبل الأباء، إلا أن لحقيقة هي أن الأفراد فيها يعانون من ضعف في نمو الأنا و درجة عالية من الإعتمادية و القلق .و قد يظهر ذلك جليا في حالة فقدان مصدر الدعم .

15-6-4-تفكك الهوية (Identity diffusion):

أسوء رتب الهوية حيث يعاني فيها الأفراد من درجة كبيرة من ضعف نمو الأنا و أيضا من المشكيات السلوكية و النفسية التابعة لذلك ،و كنتيجة لهذا الضعف فإن الأفراد يضمنون في هذه الرتبة نتيجة لغياب أزمة الهوية التي لا يخبرونها أصلا و لا يظهرون إهتماما بذلك إلا أنهم يختلفون أيضا من المنغلقين في أنهم لا يظهرون أي إلتزام بما تشاء الصدفة أن يقومو به من أدوار. و لذا فقد يتركون هذه الأهداف لأسباب مختلفة ،و حتى لم يتركوها فإنها لا تمثل لهم أكثر من أدوار فرضت عليهم .. و في الغالب فإنهم يظهرون إضطرابات تختلف في حدتها و قد تصل ببعضهم إلى العدوان و الإنحراف و الجريمة.

خلاصة :

البيئة النفسية الاجتماعية تلازم الإنسان حيث كان لا تتفصل عنه و لا يفصل عنها و لا يستطيع إنسان أن يقوم بسلوكه دون الاهتمام بأعمال الآخرين سلبا أو إيجابا على إن كل إحساس و إدراك و انفعال لدى الإنسان إنما هو نتيجة تفاعله مع محيطه النفسي الاجتماعي و عليه تظهر أهمية النمو النفسي الاجتماعي حيث انه إذا كان هذا النمو جيدا أصبح الفرد يحس بغيره، أي يراعيهم كما تراعى أحاسيسهم و ظروفهم هو أيضا.

فكذلك النمو النفسي الاجتماعي يجب أن توفر له كل العوامل من محيط أخرى و كذا تجنبه للصراعات التي تدفع به إلى التمرد و كذا تشجيعه للتوجه في النشاطات التي تقوم و توجه نموه بشكل سليم مثل النشاطات الرياضية و بالنسبة للمراهق المتمدرس حصة التربية البدنية و الرياضية.

الفصل الثالث

المرأة الحقيقية

المراهقة جديرة بالعناية إذ هي اكتشاف الذات و هي من أهم خصائص هذه المرحلة من الجهة النفسية. فهي مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الكائن الإنساني فالأول مرة يصبح المراهق شديد الاهتمام بنفسه و من حواليه و بأرائهم نحوه، و باعتبار المراهقة عملية بيولوجية و وجدانية، اجتماعية تربوية و ديناميكية متطورة فلا غرابة أن المراهق يتصف بالتناقضات، و تشتت انتباهه بل أن جل اهتمامه أضحى حول تحديد مكانه في عامل أضحى يراه أشمل و أوسع مما كان عليه من قبل.

أراد الباحث خلال هذا الفصل التطرق للمراهقة من خلال بعض الجوانب التي رأها هامة جدا في ذكرها (بعيدين عن العموميات الخاصة بالمراهقة) و عليه جاء في هذا الفصل إظهار بعض المظاهر النمائية للمراهقة، و اتجاهات دراستها. كما حاول الباحث إظهار بعض العناصر المثيرة في حياة المراهق، و من ثم الميكانيزمات الدفاعية المستعملة لخفض التوترات و حماية ذات المراهق و لو مؤقتا، و هو ما يستلزم التطرق لحاجات المراهق المختلفة، لأن نصل لحاجة تحقيق الذات باعتبارها أعلى و أرقى مستويات للدافعية. و لعل في ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية العامل المساعد في ذلك كما سبق لنا و أن تطرقنا إليه في الفصل الخاص بالنشاط البدني الرياضي. مادام موضوع دراستنا يخص الطور الثانوي من التعليم فحاولنا التطرق لخصوصيات و مميزات تلاميذ هذا الطور من التعليم.

و إذ تعتبر دراسة هذه المرحلة تقدما جديدا نحو علاج مشاكل المراهق و التفاعل معه بكل ايجابية حتى تتمكن كل من الأسرة و المدرسة من مساعدته و إرشاده و توجيهه على تخطي هذه المرحلة بأقل ضرر. فمعرفة دوافع سلوكه و معرفة مفهوم دوافع المراهق المختلفة، و دوافع ممارسته لهذا النشاط الرياضي من جهة أخرى، و هو جوهر ما يمكن التطرق إليه فيما بعد، اعتبارا لما في ممارسة هذه الأنشطة من أهمية.

1- المراهقة لفظا و معنى:

المراهقة لفظا معناها النمو، و قولنا راهق الفتى و راهقت الفتاة بمعنى أنها نميا و الاشتقاق اللغوي يغير هذا المعنى فهو مصطلح وصفي يقصد به مرحلة نمو معينة تبدأ بنهاية مرحلة الطفولة الطفولة، و تنتهي بمرحلة النضج أو الرشد.

و تفيد كلمة المراهقة من الناحية اللغوية، معنى الإقتراب و الدنو من الحلم و النضج و يؤكد علماء فقه اللغة (146) و هذا المعنى بقولهم " رهق " بمعنى غشاء أو لحق أو أدنى من، و تعني كلمة " الرهق " (147) الطغيان و الريادة و هو ما يشير إلى الحاجة الانفعالية للمراهق. و المراهق باللغتين الفرنسية و الانجليزية " Adolescence " مشتقة من الفعل اللاتيني " Adolescere " و تعني الإقتراب و النمو و الدنو من النضج و الإكتمال. (148)

2- بعض تعاريف المراهقة :

يختلف الكثير من العلماء ممن اهتموا بدراسة هذه المرحلة من المراهقة في تعريفها بصورة موحدة، فالبعض يعطي للتغيرات العضوية الاعتبار الأول في تعريفه للمراهقة بينما يعطي البعض الآخر في تعريفه للمراهقة الأهمية للتغيرات النفسية، بل تعطي فئة أخرى الاهتمام الأكبر للجانب الاجتماعي في تعريفها للمراهقة.

يعرف (P) Male المراهقة بأنها: " فترة انتقالية من الطفولة إلى الرشد تبدأ بالبلوغ و مدتها غير محددة و غير منتظمة. (149) و يرى " مصطفى ريدان " في المراهقة " تلك الفترة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالتوقف العام للنمو و تستغرق حوالي 8/7 سنوات، أي من سن الثانية عشر لغاية العشرين للفرد المتوسط مع وجود اختلافات كبيرة في الكثير من الحالات. " (150)

كذلك هو الشأن بالنسبة لـ "فؤاد الباهي" الذي يرى أن: " المراهقة هي المرحلة التي تسبق الرشد و الذي تصل بالفرد لاكتمال نضجه، فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بداها و ظاهرة إجتماعية في نهايتها" (151)

بينما يرى (M) Debex " : المراهقة هي فترة التحولات الجسمية و النفسية التي تحدث بين الطفولة و بين الرشد. " (152) و حسب هذا التعريف الأخير، فالمراهقة عبارة عن مرحلة عبور يتم فيها تغييران أساسيين هما:

¹⁴⁶ الثعالبي: فقه اللغة، الباب الأول، الفصل الرابع.

¹⁴⁷ دروس في التربية و علم النفس، مديرية التربية و التكوين خارج المدرسة، الطباعة الشعبية للجيش، الجزائر 73-74، ص 222.

¹⁴⁸ محمد سلامة آدم توفيق حداد: علم النفس الطفل للطلبة المعلمين و المساعدين في المعاهد التكنولوجية، الجزائر، 1973، ص 124.

¹⁴⁹ Male (P) Psychologie de l'adolescence, ed. P.U.F ? Paris ? 1064,p1

¹⁵⁰ محمد مصطفى ريدان: علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1965، ص 31.

¹⁵¹ فؤاد السيد الباهي: الاسس النفسية للنمو (من الطفولة للشيوخة)، ط4، دار الفكر العربي، ص 23.

¹⁵² Debex (M), l'adolescent, Paris, 1959, p6

- الجانب الجسمي الذي يتعلق بالنضج الفيزيولوجي و الجسمي بشكل عام حتى يكتمل نمو الاعضاء الداخلية و الخارجية.

- الجانب النفسي و المتعلق بظهور حاجات عاطفية، و مشاعر جديدة خاصة منها الغرائز الجنسية ، الى جانب نمو الوظائف العقلية كالقدرة على التفكير المنطقي و التجريد.

و حسب دورة وحسب " دورتي روجرز" فالمرحلة هي فترة نمو جسدي و ظاهرة اجتماعية تختلف هذه الفترة في بدايتها و نهايتها باختلاف المجتمعات و الحضارية و المجتمعات الأكثر تمدنا و الأكثر برودة. (153)

و يرى "H.Leroll" في تعريفه للمراهقة: " أنها فترة جديدة في عملية التحرر من مختلف أشكال التبعية القديمة.¹⁵⁴ فهو يرى استقلالية المراهق من الناحية العاطفية و من خلال علاقاته الجديدة مع الاقران مما يؤدي لاعادة تنظيم شخصيته و تجاوز نماذج التفكير الأبوي التحرر من البنيات المعرفية القديمة، و بذلك تزداد أهمية المراهق عن الاستقلالية و الاندماج في جميع الأوساط الاجتماعية دون مساعدة الآباء و الأسرة في شؤونه.

فمن خلال هذه التعاريف المتعددة يتضح لنا تعدد الاتجاهات في تناول تعريف المراهقة و عدم التمكن من التوقف على تعريف محدد لهذه المرحلة، فاعتبار هذه المرحلة فترة انتقالية من الطفولة إلى الرشد ينبغي تجاوزها كون هذا التعريف هو تعريف وصفي لفترتين نفسييتين ، الأولى غير مستقرة و الثانية مجهولة و غير محددة. إذ يصعب وصفها في الوقت الحاضر، كما أن اعتبار هذه المرحلة هي مرحلة زوابع و عواصف نفسية أو ما تسمى بـ " أزمة المراهقة" فلم تعد لها وجود بحيث أن الصراع الذي يعيشه المراهق مع محيطه يعتبر ضروري و حتمي، و يكتسب من خلاله المراهق ذاته و يفهم القيم و يكتسب نوعاً من الفهم للأسس التي تقوم عليها الأحكام الخلقية و مساعدته على التعلق بموضوعات اهتمام جديدة يمكنه من خلالها التعبير عن طاقاته الجنسية بطريقة مقبولة اجتماعياً. و عليه فقد عمل الباحثون و المختصون في هذا المجال لمحاولة التطرق لهذا الموضوع من خلال النظريات التي تسعى كل واحدة منها لتفسير هذه المرحلة حسب وجهة نظرها.

3- مظاهر النمو في مرحلة المراهقة :

تتميز مرحلة المراهقة عن الطفولة و الرشد بكونها فترة تنقل الفرد من الطفولة الى الرشد. و تعيد بناء حياته مع ذاته و مع الآخرين من جراء التغيرات السريعة و الشاملة التي تحدث على المراهق على المستوى الجسمي، النفسي، الاجتماعي و الوجداني ... و بهذا فهي فترة دقيقة و فاصلة في جميع نواحي شخصيته.

¹⁵³ محمد مصطفى ريدان: علم النفس التربوي، دار المشرق ، ص 152 .
¹⁵⁴ فؤاد السيد الباهي : الاسس النفسية للنمو (من الطفولة للشيخوخة)، مرجع سابق، ص 24.

و التغيرات التي هي نتيجة مباشرة للتغيرات الجسدية و ما يترتب عنها من تغير في الصورة الجسدية باعتبار ان المراهق يربط علاقاته مع المجتمع المحيط به انطلاقا من الصورة التي يكتسبها من ذاته ثم التغيرات النفسية السيكولوجية التي هي مفتاح فهم الميكانيزمات الناتجة عن المتغيرين الأولين .¹⁵⁵

لقد اصطلح العلماء على تقسيم عملية النمو الى مراحل وذلك لتسهيل عملية الدراسة و ان تقابل كل مرحلة فترة زمنية من العمر تغلب عليها خصائص تميزها عن غيرها من المراحل، و كل مرحلة تعليمية تقابلها مرحلة نمو، و مرحلة النمو في المدارس الثانوية تقابلها مرحلة المراهقة و يتراوح المدى الزمني لاعمار التلاميذ في الدراسة الحالية بين 15 و 18 سنة، و فيما يلي عرض للتغيرات المختلفة التي تحدث في النواحي الجسمية و العقلية و الانفعالية في هذه المرحلة عموما و في المرحلة الثانوية خصوصا.

3-1- النمو الجسمي:

ان البعد الجسمي هو احد الابعاد البارزة في النمو لهذه الفترة، و يشمل البعد الجسمي على مظهرين أساسيين من مظاهر النمو هما: النمو الفيزيولوجي و التشريحي، و يعني النمو في الاجهزة الداخلية غير الظاهرة و التي يتعرض لها المراهق أثناء البلوغ و بعده بالاضافة إلى نمو الغدد الطول، الوزن و الحجم، التغير في ملامح الوجه و غيره من الظواهر الجديدة المصاحبة لعملية النمو هذه و التي هي تغيرات سريعة عميقة مفاجئة يجد المراهق صعوبة بادماجها ، مما يكون لها الأثر العميق على المستوى النفسي و على الصورة الجسدية ، ذلك ان التغيرات الفيزيولوجية السريعة تجبر المراهق على اعادة بناء صورته الجسدية و على صورة الذات ، و قد تكون لهذه التغيرات الجسمية مصدر الافتخار كما تؤدي احيانا الى الشعور بالنقص و عدم الاكتمال و هو ما قد يتولد عن اضطرابات نفسية او الشعور بالغرابة حسب " هوزل Houzel " ⁽¹⁵⁶⁾، و فيمايلي عرض لأهم هذه التغيرات :

3-2- النمو الفيزيولوجي أو التشريحي الداخلي:

3-2-1- النمو الغدي :

تظهر الغدة الصنوبرية و الغدة التيموسية في المراهقة لنشاط الغدد الجنسية ، و يبقى هرمون " النمو " الذي تفرزه الغدة النخامية قويا في تأثيره على النمو العظمي خلال المراهقة حتى تؤثر عليه هرمونات الغدد الجنسية ، فتحد من نشاطه و توقف عمله و تأثر أيضا هرمونات الغدد الدرقية بالنضج الجنسي فتزداد في بدء المراهقة ثم تقل بعد ذلك قرب نهايتها.

¹⁵⁵ محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، دار المعارف، مصر الطبعة الرابعة، 1979 ، ص 140.

¹⁵⁶ Houzel et Mazet, Psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, ed. Malvines, Tome II, 1987, P107.

3-2-2- نمو الأجهزة الداخلية :

يقاس النمو الوظيفي للأجهزة الداخلية بما يسمى بمقياس " الاستحالة الغذائية" أي بمقدرة الأجهزة المختلفة على تمثيل المواد الغذائية و تحويلها إلى دم و خلايا و إصلاح الخلايا التالفة و تزويد الجسم بالطاقة الحيوية الضرورية له. و تخضع الاستحالة الداخلية في وظائفها و عملها لنشاط الغدة الدرقية في تنظيمها و تنسيقها الوظائف المختلفة ، هذا و تتأثر الأجهزة الدموية و الهضمية و العصبية بالمظاهر الأساسية للنمو في مرحلة المراهقة و يبدو أثر الجهاز الدموي في نمو القلب و نمو الشرايين، كما تنمو المعدة و تزداد سعتها خلال المراهقة زيادة كبيرة ، و تنعكس آثار هذه الزيادة على حياته ما يقرب من ثلاثة او أربعة سنوات، و يختلف نمو الجهاز العصبي عن نمو الأجهزة الأخرى في بعض النواحي و ذلك لأن الخلايا العصبية التي تكون هذا الجهاز تولد مع الطفل مكتملة في عددها، و لا تؤثر في النمو بمراحله المختلفة إلا في زيادة ارتباطها بالألياف العصبية ، و لعل لهذه الحقيقة العلمية أهمية قصوى في مظاهر نمو الذكاء.(157)

3-2-3- نمو العضو الخارجي :

أ- النمو الطولي و الوزني:

تتميز مرحلة المراهقة بطفرة في نمو الطول و الوزن ، و ينعكس أثر ذلك على اتساع الكتفين و الصدر و طول الجذع و محيط الأرداف و طول الساقين ، و يرتبط النمو الطولي ارتباطا قويا بنمو الجهاز العظمي بما يقرب سنتين عظيميتين، فتصل عظام الفتاة إلى اكتمال نضجها في سن 17 سنة، و يقترب النمو العظمي للفتى نمو الفتاة في سن 14 سنة، ثم يسبقها بعد ذلك و يقاس هذا النمو برصد كثافة و صلابة و قوة العظام و لا يقاس بمدى طولها أو عرضها، و النمو العظمي- الطولي خلال المراهقة تبلغ سرعته القصوى عند البنين بين 13,5 - 14,5 سنة و عند البنات بين 10,5 - 14 سنة ، و يبدأ النمو بالذراعين قبل الرجلين، أمل النمو العظمي المستعرض فيختلف باختلاف الجنسين فعند الفتاة يزداد نمو قوس الحوض خلال المراهقة بشكل واضح و قوي ليهيئه لوظيفة الحمل و الأمومة التي تقوم بها الأنثى عندما تنضج، بينما يزداد اتساع المنكبين عند الفتى المراهق تبعا لازدياد نموه توطئة لوظيفته الشاقة التي تعتمد على القوة في سعيه للرزق.

و يرتبط النمو الوزني بتراكم الدهون في الأماكن المختلفة من الجسم بصورة مباشرة و النمو العضلي بصورة غير مباشرة. و تبلغ سرعة النمو الوزني عند البنات أقصاها في ما بين 11,5 - 14,5 سنة ثم تقترب من نهايتها في حدود 16 سنة، و تستمر في الزيادة الهادئة حتى الرشد، إذ تتميز الفتاة بتراكم الدهون

في أماكن خاصة من جسمها (الثديين و الأرداف) و ما يمكن قوله في الأخير هو اختلاف طول و وزن الفرد في طفولته و مراهقته و رشده باختلاف جنسه، فيصل طول و وزن الطفل اكبر من طول و وزن البنت حتى سنة 11 سنة ثم تتغير النسب و تنعكس صورتها في ما بين 11 - 14 سنة لصالح الفتاة ثم تعود لسابق عهدها بعد 14 سنة فيتفوق الفتى على الفتاة في وزنه و طوله على حسب ذكر " الباهي السيد" . كما يخلت التوافق بين النمو العضلي و نمو الهيكل العظمي فبينما يحدث نمو سريع للعظام يتأخر النمو العضلي بمقدار سنة تقريبا، الأمر الذي يسبب ارتباكا في حركات المراهق و يجعله يشعر بالتعب والإرهاق ولو دون أي عمل يذكر.

ب- القوة العضلية:

يتأخر النمو العضلي عن بعض نواحيه عن النمو العظمي الطولي ، لذلك يشعر المراهق بآلام النمو الجسمي لتوتر العضلات المتصلة بالعظام النامية المتطورة، و يتفوق الذكور على البنات في القوة العضلية، ذلك لامتياز الذكر على الانثى في اتساع منكبيه و طول ذراعيه و كبر يديه ، و تبلغ زيادة الفتى عن الفتاة عن الفتاة بحوالي 4 كغ في سن الحادية عشر من العمر لتصل لحوالي عشرين كغ في حدود الثامنة عشر من العمر ، و لهذه الزيادة القوي في التكيف الاجتماعي للمراهق و في تأكيد مكانته و شخصيته. و عموما فيمكن أن نلخص خصائص النمو بالنسبة للتلاميذ (المراهقين) في المرحلة الثانوية كما يلي: مما سبق يتضح لنا ان مرحلة المراهقة في المرحلة الثانوية تحدث بها تغيرات مختلفة، هذه التغيرات لا تسير دائما في خط مستقيم، بل تتذبذب تارة الى الامام و تارة الى الوراء، و لكل سرعته الخاصة و تكوينه الخاص و مزاجه الخاص و بيئته الاجتماعية و النفسية الخاصة حسب " الفقي عبد العزيز" (158) ، و هذه المرحلة تنقص سرعة النمو الجسمي نسبيا عما كانت عليه في المرحلة السابقة، و نلاحظ ان حركات المراهقين تصبح أكثر توافقا و انسجاما و يزداد نشاطهم و يكون النشاط من النوع البنائي أي من النوع الذي يرمي إلى تحقيق هدف معين، و تزداد الحواس دقة كاللمس و التذوق و السمع، كنا يزداد إتقان المهارات الحركية ، و تقل سرعة زمن الرجوع و تزداد القوة العضلية زيادة مطردة حتى سن 16 سنة حسب " زهران". (159)

و قد يتعين على أستاذ النشاط البدني الرياضي أن يستغل هذه المرحلة و أن يعرف خصائصها حق المعرفة قصد الأخذ بهاته الشريحة و توجيهها التوجيه الصحيح لممارسة مختلف الأنشطة البدنية والرياضية، و التي يستطيع من خلالها تحقيق الأهداف التعليمية و التربوية و ترجمتها و تطبيقها على ارض الواقع حسب " أكرم زكي" (160)، و من جهة أخرى يسجل انخفاض في معدل النبض بعد البلوغ و

158 فواد الباهي السيد:الاسس النفسية للنمو، 1975، مرجع سابق، ص 279.

159 زهران حامد عبد السلام :علم النفس، النمو، الطفولة و المراهقة، ط 3 ، عالم الكتب، القاهرة، 1972 ، ص 211.

160 أكرم زكي خطايبية: المناهج المعاصرة في الت ، ب ، ط 1 ، دار الفكر العربي، القاهرة ، 1997 ، ص 173.

ارتفاع تدريجي في ضغط الدم و انخفاض في نسبة استهلاك الجسم للأكسجين حسب " مغاريوس صاموئيل" (161)، و تزداد التهئية و الإقبال على الأكل ، و تسبب هذه التغيرات الشعور بالتعب و التخاذل و عدم القدرة على بذل الجهد البدني أحيانا.

كما تزداد حساسية المراهقين و تغير اتجاهاتها و يتأثر سلوكها و تصبح كثير الخوف و الشدة و القلق، و كثيرة النقد على الأسرة أو على المجتمع و التقاليد بصفة عامة " الفقي حامد" (162)، و لا شك ان هذه التغيرات لها آثارها على النواحي النفسية و الاجتماعية كما تنشئ لدى المراهقين مجموعة من الحاجات المعينة التي يسميها " احمد زكي" (163) بمطالب النمو و التي يذكر منها العناية بالصحة و الجمال بالإضافة الى تنوع النشاط البدني الممارس.

4-النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة :

الإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع ان يعيش منعزلا عن المجتمع او بعيدا عنه، و هذه خاصية من خصائص الانسان ميزته عن سائر الاحياء منذ اقدم العصور، و مرحلة المراهقة إذن هي من الناحية الاجتماعية المرحلة التي تسبق تكوين العلاقات الصحيحة التي يصل اليها المراهق في مرحلة الرشد، و عليه فالمراهق ينطلق لحياة اوسع محاولا التخلص من القيود و الخضوع الكامل للأسرة، و يصبح قادرا على الانتماء لجماعة، و الاقتران كوسيلة تزيده الشعور بالاستقلالية ، و تكون صداقات و البحث عن مواضيع جديدة لحيه و يركز بصفة خاصة في الجنس الآخر حسب " مختار محي الدين". (164)

و بما أن جميع الظروف المحيطة بالمراهق تؤكد حاجاته للانتماء لجماعة أخرى يستطيع ان يشبع فيها حاجاته الاجتماعية بعد أن أصبحت جماعة الكبار (الأسرة على وجه الخصوص) غير مشبعة من هذه الناحية ، فقدان الأمن في الأسرة و الحاجة إلى الشعور بالانتماء إلى جماعة، و وحدة الهدف و التجانس في الخبرات و وحدة المعايير و القيم و الألفة التي يمكن ان تقوم بسرعة بين الأفراد و معرفة الأدوار يجعل من التحول إلى صحبة الرفاق علامة مميزة من علامات المراهق، و يحدث ذلك التحول تدريجيا ابتداء من سن الثانية عشر، اذ ان تناقص و غموض القيم الإجتماعية تكزن إحدى أسباب هذه الاهتمامات لدى المراهق لأن هذا التناقض يجعل المراهق يعيش صراع مع هذه القيم فيلجأ إلى جماعة أخرى من نفس الجنس قد تشبع حاجاته الاجتماعية، يطلعهم فيها على ما يعانیه، يطمئن على نفسه من خلال ما يجده عندهم من معاناة تشبه معاناته، و إذا كانت التغيرات التي تمس المراهق في جميع نواحي شخصيته مرهونة بمدى تداخل التغيرات الجسدية مع البيئة الاجتماعية و الثقافية ، و ما تمنحه هذه البيئة من مكانة لهذه التغيرات. و بالنسبة لتلاميذ (المراهقين) المرحلة الثانوية من التعليم فخصائصهم الاجتماعية هي:

¹⁶¹ مغاريوس صاموئيل: اضاء على المراهق المصري، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1907، ص 919.

¹⁶² الفقي حامد عبد العزيز: دراسات سيكولوجيا النمو، الطبعة الثانية، عالم الكتاب، القاهرة، 1971.

¹⁶³ صالح احمد زكي : علم النفس التربوي ، الطبعة العاشرة ، مكتبة نهضة المصرية ، 1972 ، ص 81.

¹⁶⁴ محي الدين مختار : محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 19 ، ص 167.

يتميز النمو في المراهقة بالتغير الواضح الذي يتمثل في إعادة تنظيم العلاقات الاجتماعية فتحل العلاقات القديمة لتحل محلها علاقات جديدة تدل على تغير المراهقة للمسائل الاجتماعية و التخلي عن الذاتية ، و عدم الاستقرار يحل محلها الاتزان و الموضوعية التي تميز حياة الراشدين. (165)

و في السنوات الأخيرة من المراهقة يشعر المراهق ان عليها مسؤوليات نحو الجماعة أو الجماعات التي تنتمي إليها. يمتاز سلوك المراهق بالرغبة في مقاومة السلطة و المتمثلة أساسا في الأسرة و المدرسة و المجتمع العام، و تكون الثورة ضد السلطة الوالدية واضحة، و تلعب المدرسة دورا هاما في خلق و تهيئة الجو الاجتماعي و يكون ذلك عن طريق خلق جو من الود و الترابط و التعاون و المشاركة الوجدانية و كل ذلك يكون على أساس تشابه الميول و الخبرات، و تلعب مادة التربية المدنية دورا هاما في تكوين الصداقات و عن طريق الإشتراك في المنافسات الرياضية يتعلم تحمل المسؤولية و احترام الآخرين و الانتماء للجماعة و التعاون. (دراسة)

إن هذه التغيرات لها آثارها على النواحي النفسية و الانفعالية كما أنها تنشئ لدى المراهق مجموعة من الحاجات المعينة كالمشاركة الاجتماعية (إشراك المراهقين في مختلف نشاطات المدرسة)، و تكوين مجموعة من القيم التي تتفق مع مجتمعهم و هذه القيم (الصدق، التعاون، الأمانة، التقيف،...) لا تكسب الا عن طريق الممارسة.

فالقيم هي معايير ترتبط بسلوكنا إزاء موضوعات معينة و نحن في العالم العربي لنا قيمنا الروحية و الأخلاقية و الدينية، و هي قيم ليس من السهل إطلاقا التخلص منها. و من ناحية أخرى يوجد العالم الغربي بحضاراته المتقدمة و ثقافته و أسلوب حياته و كذلك توجد الثقافات الشرقية، و تتولى أجهزة الإعلام بمختلف أنواعها من صحف و إذاعة مسموعة و مرئية، و الانترنت و غيرها مهمة نقلها إلينا في بيوتنا و مدارسنا و في كل مكان. 166

5- النمو الانفعالي و السيكولوجي في مرحلة المراهقة :

يمر الطفل من خلال تطوره النفسي بجملة من الأزمات، غير ان المراهقة تختم هذه السلسلة من الأزمات بأزمة ثلاثية الصفات، فهي عضوية من جهة، نفسية من جهة ثانية و اجتماعية من ناحية ثالثة. و تتميز مرحلة المراهقة بقوة انفعالات و شدتها و ذلك ان عملية التكيف من أي وقت من الأوقات تصاحب بتوتر انفعالي، و كلما صعب هذا التكيف زاد هذا التوتر.

و لعل المراهقين أكثر من غيرهم إظهار للنوبات الانفعالية، و هذا أمر طبيعي فالمراهق هي هذه الفترة انما يكون موزع بين ذاتين يبحث عنهما، ذات حقيقية و التي تمثل نفسه كما يراها هو، و ذات مثلي و التي يسعى إليها ، و انطلاقا من التناقض الذي ينشأ بين الذاتين تكون شدة التوتر النفسي و عدم التكيف الانفعالي

165 صالح نازلي، يس سعيد: المدخل في التربية، مكتبة الأنجلو المصرية، 1973، ص 195

166 صالح نازلي، يس سعيد، مرجع سابق، ص 195

للمراهقين و ينشأ عن هذا قلق المراهق و حساسية نفسية و كآبة مفرطة و توتر عقلي يصرف المراهق عن التفكير المركز، و قد أوضح " فرويد" من خلال الدراسة النفسية التحليلية أن الصراع الأساسي لمرحلة المراهقة هو صراع توازن بين " الهو" و مطالب " الأنا". و النمو في هذه المرحلة تصل سرعته إلى أقصاها و يؤدي لأحداث تغييرات جوهرية و عضوية و فيزيولوجية و نفسية، و يتحول من كائن لا جنسي إلى كائن جنسي، لذا يختل توازن المراهق لاختلال نسبة سرعة النمو ، و هكذا يشعر المراهق بارتباك و قلق و يجعل هذه المرحلة تمتاز بالسلبية خاصة إذا صاحب ذلك إحباط و عدم تفهم و مساعدة من البيئة (و على هذا فاعتراض سبيل الدفاع يؤدي الى الإحباط و ينتج عنه توتر نفسي تنشأ عنه استجابة معينة تقتضي من المراهق ان يعيد تكيفه قد يكون هذا التكيف صالحا او غير صالح، و هذا متوقف على حسن الرعاية و التوجيه و فهم الحاجات النفسية و توجيه الدوافع الضارة توجيهها على أساس التسامي البناء).

ان التغييرات التي تمس المراهق بصورة مفاجئة و سريعة تثير انتباهه لجسمه و قد نتج عنه الكثير من القلق و الاضطراب النفسي، فالمراهق حسب " Canestari"⁽¹⁶⁷⁾ يأخذ في البحث عن طبيعة هويته فتظهر مشاعر الدهشة و التهجم باتجاه الجسد لان تلك التغييرات الجسدية التي حدثت له عقدت عليه كيفية إدخالها و تقبلها في حالة جد عويصة.

و يضيف في هذا الصدد " P.Fueter " قائلا: " إن التغييرات في بادئ الامر تجعل المراهق يكتشف أن له جسد لم يكن يعرفه من قبل، فتكون له ميول معادية لهذا الجسم الجديد و الغريب عنه "⁽¹⁶⁸⁾ و يؤكد " P.Sivado, " ذلك قائلا : " ان المراهق يكون رافضا نفسيا لعلامات الذكورة و الأنوثة، و هذا الرفض قد يكون لشعوره بالخجل من أهله إذا أنشئ على اعتبار الجنس من الامور المخجلة ، أو يكون هذا الرفض كون المراهق يفضل الطفولة باعتبار فيها استباحة كل شيء دون عقاب و تحمل المسؤولية و أعبائها."⁽¹⁶⁹⁾ و بسبب انشغال معظم طاقاته البيولوجية بمواجهة النمو الجنسي المتدفق عليه بسرعة ، فقد تقل قدرته العقلية و هو ما يفسر التأخر الدراسي مع بداية مرحلة المراهقة لدى بعض المراهقين رغم تفوقهم فيما قبل.

فمسؤولية المنزل و المدرسة و المجتمع كبيرة في توجيه المراهقين الوجهة الصحيحة والتي تساعدهم على التغلب على أزماتهم النفسية بطريقة سليمة، و لعل توجيههم لممارسة النشاط الرياضي المدرسي لخير وسيلة لإشباع حاجاتهم هذه و تحقيق ذاتهم.

¹⁶⁷ Canestari (R) et all, l'image de corps chez les adolescents, In neuro psychiatrie de l'enfant , 1980, P515

¹⁶⁸ Nafa (S) « importance de la pratique sportive dans les etablissements secondaires, sue l'image du corps des adolescents (12-15ans) », thèse magistère , I.E.P.S, Université d'Alger , 2002, P122

¹⁶⁹ Sivadon (R) et Gantheret (F), La rééducation corporelle de fonction mentales, ESF, 2^{ème} ed, 1969,P11.

6- الاتجاهات المختلفة لدراسة المراهقة :

6-1- "ستانلي هول" (Stanley Hall) ونظرية الاستعادة:

تتلخص هذه النظرية في " أن الفرد بعيد أثناء نموه الشخصي و تطوره اختارت الجنس البشري و مراحل نموه و تطوره و لكن بشكل ملخص... كما تعني أيضا إستعادة التراث الثقافي".⁽¹⁷⁰⁾ و يعد " هول" من العلماء البسيكولوجيين المهتمين بمرحلة المراهقة و التي أدخلها لمجال الدراسات النفسية سنة 1984، إذ يقول : " المراهقة لا هي بالطفولة و لا هي بالرشد".⁽¹⁷¹⁾ و في مجال آخر يعتبرها " الولادة الثانية" مشيرا في ذلك للتغيرات العضوية، و إلى استيقاظ بعض الدوافع الكامنة في عضويته" فالبلوغ إذا هو الذي يسبب الأزمة النفسية للمراهق، و يؤدي إلى المراهقة فيفقد الفرد توازنه مما يصعب معها تكيفه مع بيئته الاجتماعية ، و يعيش تحولات نفسية ترجع أسبابها الى الناحية البيولوجية و العضوية."⁽¹⁷²⁾

ان هذه الخصائص حسب " هول" هي خصائص عامة يعيشها جميع المراهقين مهما اختلفت بيئتهم و ثقافتهم، فنظرية " هول" بذلك لا تعير العوامل الثقافية و البيئية سوى الحظ القليل. واصفا مزاج المراهق و سلوكه الانفعالي المتعارض و المتناقض بين الأنانية و المثالية معتمدا على ما توصل إليه من خلال نظريته التي تقول : " ان فترة المراهقة مرتبطة أساسا بالتغيرات الفيزيولوجية ذات العلاقة بوظائف الغدد ، كما ينسب لفترة المراهقة فترة العواصف و التوتر النفسي."⁽¹⁷³⁾

وبالرغم من أن الكثير من آراء و نتائج " ستانلي هول" تفتقد للأدلة المحسوسة والبراهين الوافية التي تدعم الإيمان بها، و رغم الانتقادات الشديدة الموجهة ضده، فان كل ذلك لم ينقص من قدره و بقي في الواقع أول من بادر في دراسة المراهق و مشكلاته

وأصبحت هذه الدراسات الأساس المتين لتوجيه سلوك الشباب في المستقبل، ذلك إن " ستانلي هول" اهتم كثيرا بالنمو البيولوجي للمراهق و ما يصحبه من الناحية النفسية، إلا انه تأثر بنظرية التطور التي برزت في القرن التاسع عشر، و بأصحاب القصص الخيالية رغم محاولته اتباع الدقة العلمية و الموضوعية التي تتميز بها العلوم الطبيعية.

6-2- سيغموند فرويد (S.Freud) و نظريته في المراهقة:

يشبه " فرويد" " ستانلي هول" في آرائه فهو يشاركه في تعلقه بالنظريات القديمة التي تشير إلى وجود تناقض حاد بين صفات الرجال و صفات النساء، و بين دور الرجال و دور النساء في المجتمع. إلا أن " فرويد" لا يتقف مع " هول" الذي يعتبر أن الغريزة الجنسية تظهر و تتكشف لأول مرة عندما

¹⁷⁰ نور الحافظ : المراهق، المؤسسة العربية للدراسات و النشر، القاهرة، 1990، ص 29.

¹⁷¹ احمد اوزري، المراهقة و العلاقات المدرسية، مطبعة دار النجاح الجديدة، الدار البيضاء، 1993، ص 76.

¹⁷² احمد اوزاري: المراهقة و العلاقات المدرسية، نفس المرجع السابق، ص 27.

¹⁷³ احمد اوزري: المراهقة و العلاقات المدرسية، مرجع سابق ، ص 32.

يصل الطفل الى سن البلوغ، بل يعتبر " فرويد" أن هذه الغريزة الجنسية تنمو و تتطور مع الطفل منذ الولادة.

6-3- "جيزل" (Gysell) و عملية النضج :

ينفرد " جيزل" من بين الآخرين بوصفه لأصناف السلوك عبر مراحل، فهو لا يقر الإشارة إلى المراهقة بصفة عامة بل تحدد المراهقة في رأيه بالمفهوم الجسمي و العمليات الفطرية التي تسبب النمو و التطور المتزامن و بالقابلية على الاستنتاج و كذلك باختيارات المراهق و علاقاته الشخصية إلى غير ذلك من المقاييس ، فالمراهقة إذن حسب " جيزل" هي المرحلة التي تتأثر فيها حياة الفرد بعوامل فيزيولوجية تؤثر على سلوكه و تترك انطباعات و آثار واضحة في شخصيته، و الفكرة الرئيسية لدى " جيزل" فيما يخص سيكولوجية المراهقة تدور حول النضج و التي يعرفها بأنها " العمليات النظرية الشاملة لنمو الفرد و تكوينه تتعدل و تتكيف عن طريق الغدة الوراثة للفرد." (174)

و من خلال ما جاء في النظريات الثلاثة ، يظهر أنها تشترك في نظرتها لأزمة المراهقة التي ترجعها للتحويلات البيولوجية التي يمر بها المراهق. فهي على حد قول " عماد الدين اسماعيل" : " مرحلة نفسية بيولوجية لها خصائصها العامة على جميع الأفراد أينما كانوا يعيشون، أي بصرف النظر عن نوع الثقافة و البيئة التي يعيشون فيها. (175)

و عليه فقد ظهرت بعض النظريات التي كانت تولى للظروف الثقافية والاجتماعية التي يعيش فيها الفرد الأهمية البالغة في مرحلة المراهقة و ليس لمجرد تطوره البيولوجي و هو ما سنتطرق إليه فيما يلي :

6-4- المراهقة من المنظور الانترولوجي:

تحتل المراهقة مركزا مرموقا بين الثقافات و البيئات و الجماعات المختلفة ، فمن الناس من يحيطها بتقاليد خاصة، و منهم من يؤكد أهمية بدئها عند الفتاة أو الفتى، و منهم من يحتفل بنهايتها، و عن النظرية الاجتماعية الثقافية للمراهقة فقد تمثلت في دراسة " مارغريت ميد" (Margaret Mead) (176) و أبحاثها عن المراهقة و التي أجرتها على بعض المجتمعات البدائية في "جزر سامو" " يوليزيا" لبعض القبائل البدائية التي تسكن هناك، و كانت غايتها التأكد من الفرض الذي طرحه أستاذها " بوه" (1958-1942 Boas) حيث رغم الاضطرابات التي يعاني منها المراهقون الأمريكيون فهي ترجع إلى الصعوبات التي يقابلهم بها المجتمع، و في هذا الشأن أظهرت دراسات " Liaton Kandirer" و " Malinowski" أنه كلما كان المجتمع معقدا كلما كانت المراهقة طويلة و تتخللها صراعات حادة، و في هذه المجتمعات تتغير خصائص المراهقة على مستويات مختلفة، فهي تختلف في مدتها و في الطرق

¹⁷⁴ نور الحافظ : المراهق ، مرجع سابق ، ص 33

¹⁷⁵ عماد الدين اسماعيل: النمو في مرحلة المراهقة، دار التعلم، الكويت، 1982، ص 20

¹⁷⁶ Mead (M), le fosse des génération, donoel, Paris, 1972, P 172.

المستعملة في التنشئة الاجتماعية للمراهق و كذلك من خلال الثقافة المتواجد فيها المراهق، فقد بينت " ميد" أن أزمة المراهقة لا ترتبط بالنمو و البلوغ و إنما وجود الأزمة و غيابها مسألة ترتبط بالأزمة الاجتماعية و نمط ثقافتها و أساليبها في التنشئة الاجتماعية للفرد بل أن هذه المرحلة غير موجودة لدى أفراد الجماعات البدائية و قد استخلصت من نتائج أبحاثها أن شخصية الفرد في مرحلة المراهقة ليست أكثر اضطرابا كمن الفترات المبكرة أو المتأخرة، و من خلال ربط فترة المراهقة بالمستوى الحضاري و الثقافي للمجتمع الذي يعيش فيه المراهق فقد نجح في أصحاب نظريات الثقافة في ايجاد علاقة بين الصراع القائم بين المراهق و الشروط الثقافية التي يعيش فيها ، و خلصوا إلى ان سيكولوجية المراهق في مجموعها ترجع لطبيعة القيم و الشروط التي يضعها الوسط الذي يتطور فيه الطفل و الذي يقلص او يضبط السلوك الجنسي أو غيره من أنواع السلوكيات التي يمكنها ان تصدر عن المراهق كشخص في أشد فترات النضج.

فالمراهقة من وجهة نظر الأنثروبولوجيين هي: " ظاهرة اجتماعية ، تختلف باختلاف المناطق كما تختلف باختلاف الجنس و الفروق الفردية" (177)

5-6- النظريات السيكلوجية لتفسير المراهقة:

هذه النظريات لا تهمل العوامل البيولوجية الاجتماعية و اللاشعورية كبنى و قوي لا توجد أية شخصية بدونها ، فبالإضافة لنظرية " ألبورت، بياجيه... ذات التأثير الواضح في سيكولوجية النمو، نتوقف بشيء من التفصيل عند نظرية المجال و المراهقة لـ " كارل ليفن" (K.Levin) و هي كما يلي :

6-6- نظرية المجال و المراهقة :

صاحب هذه النظرية هو " كارل ليفن" (K.Levin)، يقول بأنه لا يمكن فهم المراهقة إلا إذا اعتمدنا على التدخل المستمر للعوامل البيولوجية و النفسية و الاجتماعية التي تتم خلال هذه المرحلة. و يضيف قائلاً بان المراهق يعيش وضعا متأزما، فهو يكون في مكان الحدود بين جماعتي الأطفال و الراشدين ، حيث يرفض الانتماء إلى الأولى و ترفض الثانية انتمائه إليها، فيصبح في وضع غير مستقر و غير مريح، و حسب دائما هذه النظرية فأزمة المراهقة تتحدد ضمن مجال العلاقات التي تكون بين المراهق و مختلف البيئات الاجتماعية و الثقافية و الاقتصادية ..، و ملخصها ان سلوك الفرد يعتمد على طول مجال حياته على هذه الأرض و التي تمثل في الواقع حياته في محيطه النفسي. فالمراهقة إذن تأخذ طابعا خاصا حسب البيئة الطبيعية و الوسط الاجتماعي الذي تحتضنها. فالمراهق في المجتمعات البدائية يتعرض لضروب من الصراعات ليست مماثلة في شدتها لما يتعرض له المراهق في المجتمعات المتحضرة، و ما ينبغي فهمه إذن في الأخير هو إلا نفهم بان هناك نظرية من هذه النظريات تتصل بالمراهقة

لوحدها و بصورة مجردة ، و إنما في واقع الأمر كل نظرية هي جزء من فكرة واسعة بمراحل النمو و التكوين لدى الفرد ، و هذا يقودنا لتصور نماذج من المراهقة التي سنتناولها في الجزء الموالي.

7- نماذج المراهقة :

7-1- النموذج الفيزيولوجي للمراهق:

تبدأ التغيرات الفيزيولوجية التي تميز هذه المرحلة مع تشغيل المراكز المهادية Hypothalamiques في الدماغ و التي تأمر الغدة النخامية Hypophyse بإفراز الهرمونات المحرصة لعمل الغدد الصماء كالغدد التناسلية، الغدد الكظرية ، هذه الغدد الجنسية هي التي تؤدي الى حدوث التمايز الجنسي بين الذكور و الإناث و ذلك من خلال ظهور الخصائص الجنسية الثانوية عند كل منهما و ما يتبع ذلك من أعراض جسمية و أثرها على الناحيتين النفسية و الاجتماعية.

لقد سبق و أن تكلمنا عن النمو الجسمي في الفترات السابقة لا نريد التطرق لذلك ثانية بل فقد التطرق للنموذج المرتبط بهذه التغيرات، فجسم المراهق في هذه المرحلة يشهد تحولات مورفولوجية و نضج في الجهاز العصبي و نمو العظام و تطور الوظائف الغددية الداخلية و الجنسية، و يحدث النمو الجنسي في تتابع منتظم أي عملية بعد أخرى بنوع من الترتيب الثابت الذي لا يتغير من حالة إلى أخرى إلا نادرا، و قد يكون لعوامل البيئة و التغذية و الأمراض تأثيرا كبيرا فيما يتعلق بمعدل النمو بالنسبة للجنسين.

7-2- النموذج الاجتماعي للمراهق:

يدرس علماء الاجتماع ظاهرة المراهقة من جانبين أساسيين هما. اعتبارها مرحلة الاندماج في الحياة الاجتماعية للراشدين، و كذلك من خلال المجموعة الاجتماعية بخصائصها الثقافية الاجتماعية الخاصة بها. لقد أصبح الرأي السائد اليوم هو أن مشكلة المراهقة و إن وجدت فإنها في الواقع واقعة للظروف الثقافية و الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد و ليس إلا مجرد تطور بيولوجي، فان كان للبلوغ الجنسي إذن دور لا يمكن إنكاره في شرح ظاهرة المراهقة فهذه الأخيرة من حيث هي مرحلة متوسطة بين طورين في تاريخ حياة الفرد هي ظاهرة اجتماعية حيوية أي سلوكية تخضع في قسط كبير من محدداتها للعوامل الثقافية الاجتماعية التي يتواجد فيها الفرد، فالصورة النمطية التي توجد عليها المراهقة في الجهات الحضرية في بلادنا قد لا يكون لها وجود أو على الأقل لا تكون بنفس الدرجة من الحدة في بعض الجهات الأخرى كالمناطق الريفية أو البعيدة عن الحضر بشكل عام.

حيث يدخل المراهق زمرة الكبار في وقت مبكر و توكل اليه مسؤوليات و يسمح له بالزواج و ما إلى ذلك. و تعرف المراهقة في المجتمعات الحالية ظاهرة الامتداد في الزمن يرجع غالبا إلى امتداد فترة الدراسة و الدخول المتأخر للحياة المهنية، و الذي يترتب عليه تأخير فترة الزواج، فالمرهق ليس بالطفل لكنه في هذه الحالة يبقى يعيش حالة التبعية التي قد تمتد إلى سن متقدم ، و هذه الحالة تصعب أكثر و أكثر إذا أضفنا لها

وضعية الأزمة الاجتماعية و الثقافية و الاقتصادية التي تعيشها البلاد (أزمة قيم، بطالة سكن ،...) و لهذه الظروف تأثيرا كبيرا على الكيفية التي سيعيش بها المراهق مرحلة مراهقته و كذلك على الحل الذي سيعطيه لها و هو ما يفسر لنا الأشكال المختلفة و المتنوعة التي تأخذها ظاهرة المراهقة حسب الثقافات و الجماعات التي تجري فيها الظاهرة ، فإذا اعتبرنا تأثير العوامل الاجتماعية واقع لا يمكن إنكاره يبقى انه حاليا لا يمكن للمراهقة أن تقتصر على كونها ظاهرة اجتماعية ثقافية محضة.

فإلى جانب اعتبار الباحثين الحاليين لاهمية هذه العوامل فهم يركزون كذلك على ما يكون خصوصية هذه المرحلة وراء سلوكات المراهقين و هو ما سنراه من خلال التطرق للنموذج النفسي للمراهقة.

7-3- النموذج التحليلي للمراهق:

تعتبر نظرة التحليل النفسي فترة المراهقة بفترة غير متقطعة عن باقي مراحل النمو السابقة. بل تبنى على أساس إعادة تنظيم الطاقة الجنسية و كيفية التنفيس عنها.

و تؤكد أعمال "فرويد" (S.Freud)⁽¹⁷⁸⁾ على أهمية البلوغ و الدور الذي يلعبه النضج الجنسي كأحد المصادر الأساسية للاضطرابات النفسية عند المراهق فالقضايا الجنسية و طريقة التنفيس عنها و لإشباعها هي خصائص هذه المرحلة، و قد دعم " فرويد" و إلى حد كبير الفكرة التي تشير إلى حتمية انتفاضات المراهقين المقلقة ضد المعايير الأخلاقية السائدة، و في هذا المجال تسترشد معظم الدراسات الصراعات الأوديبية التي تمت في حياة الفرد لفهم مختلف أنماط سلوكه خلال فترة المراهقة.

فخلال هذه المرحلة تحدث تغيرات في علاقة المراهق بوالديه خاصة مع الوالد من نفس الجنس و تصبح هذه الفترة فترة ثورة على الآباء بقدر ما هي ثورة على الطفولة السابقة لها ، إذ يهفو المراهق لهوية جديدة بعيدا عن التوحدات الجزئية لفترات السابقة التي تفكره بالصراع الأوديبية، و عليه فالمراهق لا يحاول التخلص من السلطة الوالدية فحسب، بل و حتى الصور الوالدية التي يتقمصها من قبل و الدخول في علاقات أخرى مع مواضيع أخرى (كاستثماره نحو جماعات أخرى، معالم جديدة...)

و ان كانت هاته الأخيرة ضرورية لبناء هوية المراهق فلا ينبغي عليه ان يصبح حبيسا لها ، بل عليه الابتعاد أيضا عن الجماعة لكي يثبت ذاته على طابع شخصي. و يتحمل وحدة مسؤولية اختياراته المتعلقة بحياته " فالقيمة الوظيفية للمراهقة هي السماح للفرد بكشف ثم تخطيط نظامه الشخصي للقيم الاجتماعية (الاخلاقية ، الثقافية، المهنية،) و ذلك عبر الوعي بالذات و اثبات الهوية " و يقول

H.Wallon (179)

من جهة ثانية فاكشاف المراهق لهوية الراشدين لا تتأتى سوى من خلال إدماجه في عائلته و محاولته البحث عن صورة لذاته من خلال ماضيه الثقافي، أو في المجموعة الاجتماعية أو حتى من خلال ذكرياته

¹⁷⁸ Freud S, Trois essais sur la théorie de la sexualité, Gallimard, Paris, 1992

¹⁷⁹ Nafa (S), these mag, Op-cit, P136

العائلية، و هذه المظاهر حسب " فرويد" تحدث اهتزازات في سلوك المراهق بحيث ينقلب من طفل هادئ مطيع إلى طفل مضطرب مشاكس، و الصراع بين المراهق و أبويه و المجتمع عامة، ظاهرة طبيعية تتدرج تحتها أزمة البحث عن الذات و تأكيدها و تحقيق الهوية. و في هذا الشأن تؤكد " Anna Freud " أن المراهق إذ لم ينازله أبواه في مجال ما فإنه ينازلهما في مجال آخر. (180) من جهة أخرى تؤكد " أمقيدش" (181) أن المراهق كلما شعر بوجوده كشخص عبر كل ادواره و مهامه كلما شعر أنه مقبول و معترف به من طرف الآخرين و من طرف ثقافته و قد يجد في ممارسة المنافسات الجماعية الفرصة و المجال للتعبير عن ذلك و من اجل كل ذلك فالمراهق يقاوم و يتقبل دوافعه في آن واحد و يقنعها بفضل قيامه بمجهودات شخصية معتبرة، و بفضل ايضا مساعدة و مساندة الآخرين له يبني المراهق شخصيته على أساس الاستقلالية الذاتية و لن يشعر بالتكامل حتى يخضع كل تلك الوحدات الجزئية لإحساس شامل بالتفرد عابرا ماذا كان؟ و ماذا يريد أن يكون؟ و موفقا بين مفهومه عن نفسه و مفهوم المجتمع ، وفي مراهقته المتأخرة عندما تصبح هويته صلبة و واثقة يمكنها ان تؤهله للآلفة في الرشد الباكر.

7-4- النموذج التربوي العقلي للمراهق:

لا يقتصر النمو في مرحلة المراهقة على التغيرات الجسمية، الفيزيولوجية و التشريحية فحسب بل ايضا تتميز هذه المرحلة من الناحية النفسية بأنها فترة نضج القدرات العقلية من تفكير، تصور، تخيل... و لما كانت فترة المراهقة تتميز ببعض الاضطرابات و عدم الاستقرار من حين لآخر فيحتمل " بياجيه" لتصنيف العوامل المؤثرة فيه إلى عاملين:

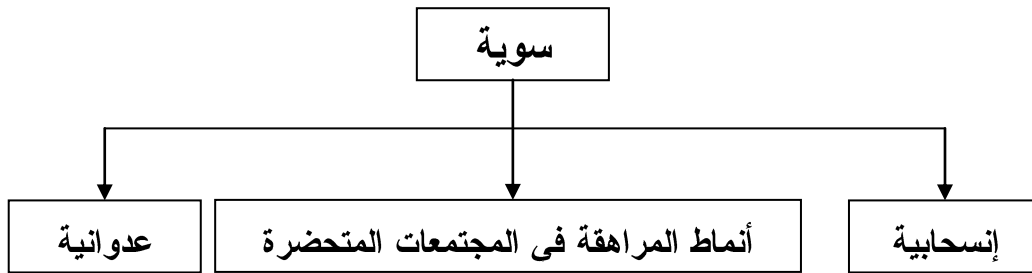
- الأول يتعلق بالتفكير بمختلف عملياته الجديدة في هذه المرحلة

- الثاني يتعلق بالعاطفة أو الجانب الوجداني من شخصيته في علاقاته بالطبع و سلوكه الاجتماعي. فالمراهق إذا شخص بيني أنسقة فكرية و نظريات و يحول اهتماماته لمشاكل و قضايا غير راهنة ليس لها علاقة بالواقع المعيشي في حاضره. و هذا بسبب انتقال المراهق من مرحلة التفكير الملموس إلى مرحلة التفكير الإجرائي، بالإضافة إلى تصور و وضعيات مستقبلية من خلال الواقع المجرّد أحيانا. فهذه العمليات الذهنية لنمو تفكير المراهق تحرره من الارتباط بالواقع و تمنحه القدرة على التحليق حسب سجيته، و لما كان التطور الذهني يكتمل مع المراهقة و النتائج المحصل عليها خلال هذه الفترة هي التي يحفظها المراهق لسن الرشد، و لما كانت المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهقين معظم اوقاتهم و التي يجدون فيها ألوانا مختلفة من الأنشطة الاجتماعية، كالأنشطة الرياضية على سبيل الذكر حيث يتدرب المراهق على التعاون و النشاط و المنافسات بل تجمع هذه الأنشطة بينه و بين أقرانه،

¹⁸⁰ أحمد أوزري ، المراهق، مرجع سابق ، ص 42.

¹⁸¹ FAP (P), cité par MIKIDECHE (N), In le sens a accorder au concept de l'enfant, Alger.1988,Sp

يقارن مكانته التحصيلية و الاجتماعية بمكانتهم، و يتأثر بفكرتهم عنه، و يدرك نفسه في اطار معاييرهم و مستوياتهم و يتدرب على المشروعات الجماعية و المناقشات ، فكان على المدرسة إذن أن تأخذ بكل إمكاناتها و وسعها لتحقيق استقلالية و هوية المراهق و تحقيقها و ذلك لاشباع حاجاته المتعددة. (182) مجمل ما يمكن ان نخلص إليه هو أنه و إن كانت الدراسات و الأبحاث التي أجريت عن المراهقة في المجتمعات البدائية خاصة منها تلك التي أجرتها " M.Meed " و التي تعتبر العملية هي عملية انتقال الطفل من الطفولة إلى المرحلة المراهقة مباشرة، بينما اسفرت الأبحاث و الدراسات حسب "عيسوي" (183) أن المراهقة في المجتمعات المتحضرة تتخذ أشكالا مختلفة كما يلي :



الشكل (01) : أنماط المراهقة في المجتمعات المختلفة حسب "عيسوي"

- مراهقة سوية خالية من المشاكل و الصعوبات.
- مراهقة انسحابية حيث ينسحب المراهق من المجتمع و الأسرة و من مجتمع الأفراد و يفضل الانعزال و الانفراد بنفسه حيث يتأمل ذاته و مشكلاته.
- مراهقة عدوانية حيث يتسم سلوك المراهق فيها بالعدوان على نفسه و على غيره من الناسي و الأشياء. هذا الاختلاف يعود أساسا لطبيعة حاجاتها و مشاكلها و من ثم سلوكها و التي تنتج أساس من دوافعها و انطلاقا من هذا ارتأينا التطرق لجزء خاص بموضوع الدوافع باعتباره المحرك لأنماط السلوك المختلفة و توجيهها.

8- مشاكل المراهقة و بعض العناصر المثيرة في حياتها:

يتضح من دراسة عدد من الباحثين أمثال (أوزبيل ، بوند، و هنتر و زميله مورجان، و آخرون..). أن مرحلة المراهقة هي فترة خوف و قلق شديدين يستحوذان على المراهق و يجعلانه يعيش في عالم غير مستقر و قد وجد أن مصدر هذا الانزعاج يشمل مختلف جوانب تفكيره و سائر حياته الوجدانية، و هذه المشاكل تستبد به أكثر في المدرسة، ومن هذا تأتي معظم المشاكل الانضباطية في المدرسة وأبرزها يمكن ذكرها هي:

¹⁸² أحمد أوزري: المراهق ، مرجع سابق ، ص 42.
¹⁸³ عبد الرحمن عيسوي، علم النفس النمو، دار المعرفة الجامعية ، القاهرة، 1955، ص 42- 44

8-1- مشكلات خاصة بالشخصية:

أبرزها الشعور بمركب النقص، عدم تحمل المسؤولية، نقص الثقة بالذات، الشعور بعدم المحبة من جانب الآخرين، القلق الدائم لأتفه الامور، الاستغراق في الخيال و أحلام اليقظة باستمرار، المجادلة الكثيرة لسبب أو لغيره، خشبية التعرض للانتقاد و السخرية.

8-2- مشكلات خاصة بالاسرة:

وجود حواجز بينه و بين والديه فلا يستطيع اطلاعهما عما يعانیه من حالات نفسية عدم امكانية توفر غرفة أو مكان له بالبیت قصد التحرر و الخلو إلى نفسه، التشاجر المستمر مع اخواته، خصام الأبوين فيما بينهما، التزمت في تقييد حريته و حتى في إختيار أصدقائه و خروجه.

8-3- مشكلات ترجع إلى المدرسة و الدراسة:

عدم القدرة على التركيز في التفكير، عدم توفر النصائح الصائبة بشأن أجسن أساليب الدراسة، شك المراهق بقدراته ، التخوف من الرسوب، تشتيت جهد المراهق و هو ما يترتب على استطاعة إنجاز شيء معين و يترتب عنه القلق و هذا اما لعدم استطاعته مسايرة أقرانه في الصف، أو لعدم تفهم الإدارة و المدرسين له، أو عدم معرفته لاتجاهه في الحياة و التخوف من الدراسة و الامتحانات.

8-4- مشكلات تتعلق بالمكانة الاجتماعية :

التخوف من الانطلاق في الحياة الاجتماعية خشية الوقوع في الاخطاء، التخوف من مقابلة الغرباء، القلق الخاص بالمظهر الخارجي، الشعور بالحاجة إلى الاصدقاء و العجز عن تكوينهم، الشعور بعدم القبول من طرف الآخرين.

8-5- مشكلات تتعلق بالجنس الآخر :

التخوف من عدم الاستجابة، اللعثة و الارتباك لدى التحدث إلى الجنس الآخر، ذلك أن البلوغ يساعد على استشارة الميول نحو الجنس الآخر و بشكل واضح. إلا انه و في نفس الوقت يكون المراهق قد اكتسب ضميرا قاسيا لا يسمح له بالتفكير في علاقة جنسية بالمحرمات، فهذا الموقف بما يتضمنه من تحريم و عقاب، و معاني الخجل و الذنب و الخوف، و ما يزيد من تعقيد هذا الوضع هو النمو السريع و الشديد للدافع الجنسي نتيجة النضج البيولوجي في الجهاز التناسلي و الذي يجعل المراهق يقف بين دافع قوي من جهة، " الهو" غير المبالي بالواقع، و موقف التحريم الشديد و المخاوف المقترنة به من ناحية أخرى، أي الضمير الأعلى الذي تكون لديه "الانا الأعلى"، فعندما يفصل المجتمع بين الجنسين فانه يعمل على إعاقة الدوافع المرجوة لدى المراهق اتجاه الجنس الآخر و إحباطها، فلثقافة التقليدية موقف محدد من هذه الأمور و قد يؤدي لحدوث صراعات داخلية في نفسية المراهق و التي تدخله في مواجهة و ازيمات مختلفة تختلف حدتها تبعا للثقافة الفرعي التي ينتمي إليها.

8-6- مشكلات تتعلق بالمعايير الأخلاقية:

عدم تلقي المراهق تعليمات بشأن ما عليه المجتمع من عرف و تقاليد ينبغي الحفاظ عليها و رعايتها، الاضطراب الناشئ من عدم التمييز بين الخير و الشر ، الحق و الباطل، عدم ادراك مغزى الحياة، التفكير بمسائل الدين، و الاله، ...

8-7- مشكلات تتصل بالصحة و النمو:

أهم خصائصها الشعور بالتعب بصورة سريعة، قضم الأظافر، عدم الاستقرار النفسي عدم تناسق أعضاء الجسم و التي قد تكون مصدر للقلق و سخرية الآخرين منه، و نظرا لما يواجهه المراهق من بالغ الاهتمام نحو جسده و ذلك بسبب التغيرات الفيزيولوجية التي تلعب دورا هاما في حياته. هذه التغيرات لها انعكاسات سيكولوجية هامة تظهر في اضطراب الصورة الجسدية للمراهق و التي تستدعي انتباه المراهق و أقرانه إذ أن ملاحظات الغير هي الأخرى تجلب انتباهه و توظف قلقه.

8-8- مشكلة الصورة الجسدية عند المراهق:

إن مفهوم الصورة الجسدية هي أن يكون له التحديد و التمييز اللازم لصياغة موضوعية هذا ليس أمرا هينا، فالجسد يعيش و يعبر و بواسطته يحس كل واحد و يتصرف، و يرغب و يبذل. و في فترة المراهقة يكون الاهتمام الوحيد بالنسبة للمراهق هو جسده الذي يصبح منبع الصراعات ، كما يعمل كل من الذكر و البنت على اتخاذ جسدهما كوسيلة اتصال يعبر بها عما يجري بداخلهما، ففي هذه المرحلة يذكر "N.Sillamy": " أن المراهق في هذه المرحلة يمتاز بنرجسة هامة التي من خلالها سيهتم كثيرا بجسده، و يعمل على تحسينه و جماله، و هي كذلك موحلة اكتشاف الآخرين و اكتشاف نفسه." ¹⁸⁴ فالنضج الجنسي في مرحلة المراهقة و التغيرات التي يعرفها جسم المراهق تجهل انشغاله ينصب مرة أخرى حول صورته الجسدية، فتشدد حساسيته للنقد المتعلق بتلك التغيرات و هو يعلم أن نظهره الخارجي له أهميته في التوافق الاجتماعي، و عادة ما يتساءل المراهق عما إذا نموه الجنسي سوي، و هو لا يتوقف عن طرح الأسئلة لمعرفة هل هو عادي؟ و كيف ينظر إليه الآخرون فان شعر أنه غير مقبول من طرف الآخرين و أنهم يعمدون لنبذه، فقد يؤدي ذلك إلى المعاناة النفسية فيشعر بالاشمئزاز من وضعه الجسدي أو الخوف المستمر يقول "Stoez" ¹⁸⁵

و حسب وجهة نظر "P.Shilder" فالصورة الجسدية في هذه المرحلة هي ناتجة عن الاستثمارات المتعلقة بالجسد كموضوع استثمار. " (186)

و من ثم و بقصد خفض المراهق لتوتراته فهو يحاول استعمال جسمه كتعبير رمزي للآخرين و محاولاته تغيير صورته الجسدية و تحسينها بما يرضي مقاييس المجتمع كثيرة و متنوعة، و متميزة من البساطة

¹⁸⁴ Sillamy (N) Dictionnaire de Psychologie, Larousse, 1989, P7 - 8

¹⁸⁵ Stoez (J) Psychologie social, ed. Flammarion, 1963, P10

¹⁸⁶ Anguerges (R), le corps et ses image , in evolution psychiatrique, 1964, P 201.

كتغيير تصفيفه الشعر و اللباس، و ممارسة الأنشطة الرياضية المتنوعة قصد إنقاص الوزن و زيادة تقوية العضلات و إبرازها كمرکز لذكورتھ المتميزة بالقوة ، و قد تكون معقدة كإنقاص الطعام، و إجراء العمليات الجراحية التجميلية الباهظة بالنسبة للأثرياء، و كل محاولات المراهقين الدائمة في ايجاد تلك الصورة التي ترضيه و ترضي المقاييس المجتمعة. و يدعم " M.Vincenzo " ذلك بقوله : " ما من مراهق لم يمضي ساعات متتالية أمام المرآة" (187)

و لما كانت الصورة الجسدية أو الذات الجسدية كما هي مأخوذة في دراستنا هذه من أهم الأبعاد المكونة للذات حسب " De Ajuriaguera " و باعتبارها أيضا احد الابعاد المعتمد في دراستنا فقد إرتأى الباحث التطرق لها بنوع من التفصيل خاصة ما تعلق منها بالتناولات المختلفة للصورة الجسدية و هي كما يلي :

9- التناولات المختلفة للصورة الجسدية :

9-1- التيار الظاهري " الفينومينولوجي " " Phénoménologie " : و هو تيار فكري يهتم بالحياة

الفكرية للفرد و بمعاشه، هذا التيار في علم النفس يهتم بعلاقة الفرد بعالمه الخارجي أي بغريه، و هنا نجد الجسم يحتل مكانة خاصة، العكس بالنسبة للمخطط الجسدي أو الصورة الجسدية و التي تكونها وفقا لحركة التكيف نتيجة التجارب المعاشة فالجسد نفسه هو موضوع هذه العلاقات مع العالم، و الشرط الأساسي لحدوث هذه التجربة المعاشة بدون إمكانية تحديد و تفرقة بين الداخل و الخارج فالجسد يمثل في الوقت ذاته الشيء و الموضوع، فهو واقع كوساطة بين العالم و الفرد، و بصفة أخرى هو موضع اللغة، انا جسدي يعبر عن رغبتني للشخص الآخر عن طريق تجربة جسدية يقوم بها جسدي. كما ان التيار الفينومينولوجي يرى أن الجسد أفضل برهنة الشعور بالوقت و خاصة الحاضر، لأن الجسد يظهر كوضعية لا تستطيع فيها تفرقة الجسد عن الوقت. (188)

9-2- التناول الفيزيولوجي :

أ-التصورات الجسدية :

اهتمت الدراسات السابقة الأولى بالجانب الفيزيولوجي للمعايشة الجسدية، ففي بداية القرن التاسع عشر استعمل مفهوم الإحساسات الداخلية للتعبير عن المعايشة الجسدية. و ابتداءا من هذا القرن غير هذا المفهوم لانه لا يؤدي دورا تاما في التجربة الجسدية فعوض بمفهوم أكثر تجريب، و هو مفهوم " التصور الجسدي" إلا ان هذا المفهوم بدوره تطور و أخذ معاني مختلفة خاصة بعد أعمال و دراسات " A.Pick " في بداية هذا القرن ثم تلت أعمال " H.Head " و حسب هذا التناول و وفقا لأعمال " H.Hermih " فان التطور الجسدي عبارة عن صورة جسدية مسقطة تشريحيًا في المنطقة اليمنى للعظم الجداري، و هذه من خلال تجاربه المتعددة على اشخاص مصابين ، حيث وجد بأن الاصابات كلها

تتمركز في الفص الجداري و تحدث بهذا خلل في الذاكرة و الشعور، حيث ان اتصالات القشرة الداخلية المحيطية تعطي للفص دورا أساسيا في الاندماج الحسي و الجسدي و الذي يعطي الشعور بالجسد ، كما أن للفص الجداري دور في تحقيق الصورة الجسدية ، و تحقيق النشاطات الحرة، و لقد حاول "H.Hermih" مفهوم الصورة كالتالي : " يظهر التطور الجسدي كاسقاط للمنبهات المحيطية على القشرة المحيطية على القشرة الدماغية ، و هي عبارة عن صورة الجسد " مسقطة و مركزة تشريحا في المنطقة اليمنى للعظم الجداري . "

ب الصورة الجسدية:

لاحظ " Paul.Schilder " في البداية بأن المعطيات الحسية الحركية و المرئية لا يمكن فصلها بعضها عن بعض (ادراك الجسم كوحدة حاضرة على كل المستويات) بالاضافة إلى ان عملية الادراك لا يمكن ان تتواجد دون عملية الحركة (النشاط)، إلا ان " Schilder " لا يرى في "الحركة" العامل الوحيد المؤثر على ادراكنا لجسدنا لكن هذا الأخير مرتبط بتجربة عاطفية، و التي تفرضها علاقتنا مع الغير، و هكذا يدخل "Schilder" الجانب النفسي العام في تكوين التصور الجسدي، و قد عمل على اتمام هذا المفهوم نظريتان: نظرية الجاشطات، و النظرية الفرويدية، هذه الأخيرة تعتبر الجسم كمجموعة من المناطق الشبكية ذات الاثار الجنسية، كما انها تلعب دورا هاما في الاختيار الوضعي للجسد، فكل شخص يكتسب نموذج وضعي لجسمه الخاص وفقا للبنية الليبيدية.

ان الصورة الجسدية التي نكونها على جسمنا الخاص في نفس الوقت الذي تتكون فيه شخصيتنا ، و هي الطريقة التي يظهر فيها لنا جسمنا. (189) و من هذا يتبين بان الصورة الجسدية تختلط عبر مظاهرها " بأننا" شخصيتنا ، و يقول "Freud" في هذا الاطار " أن الأنا هو قبل كل شيء أنا جسماني." (190)

9-3- التناول التحليلي :

اهتم التيار التحليلي بمفهوم الصورة الجسدية في حوال 1920 و 1930م حيث وضعوا العلاقات الأولى حول العلاقة بين التوظيف الليبيدي ، و بعض المناطق الموجودة في الجسد، و الصراع النفسي المتعلق بها، و حسب " فرويد" فالجسد معاش منذ الولادة كمصدر للدوافع الجنسية، و هناك اختلاف في اختفاء الرغبات الجنسية لمنطقة أو أخرى. ذلك لأن طفل يعيش جسمه حسب تاريخه الخاص، و تجاربه في تحقيق الرغبة أو احباطها، و قد قال " Fincher " ان الصورة الجسدية تكون فكرة الأنا ثم تأخذ هذه الأخيرة أهمية أساسية من أجل استمرار تكوين الأنا.

¹⁸⁹ Bernard Petroves, sémiologie psychiatrique , ed, 1977 , P166 - 167

¹⁹⁰ س . فرويد :الانوا الهو، ترجمة عثمان نجاتي، الطبعة الرابعة، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية، الجزائر، ص 44.

وهكذا فان مشكل الصورة الجسدية مرتبط بتميز الانا عن العالم الخارجي ، فالجسد حسب مدرسة التحليل النفسي : " عبارة عن خيال يتكون من رغبة لا شعورية ، في حين يكون الواقع الجسدي و البيولوجي عبارة عن تكوين ثانوي، بواسطة معرفة متكونة من الجسد الميت. (191)

و يؤكد "Fincher" هذه الفكرة بقوله: " اللبيدو و النرجسة ترتبط بصورة تدريجية بمناطق مختلفة للصورة الجسدية ، و مختلف مراحل التطور اللبيدي و النموذج الجسدي يتغير بصورة مستمرة . (192)

و بهذا ندرك ان الصورة الجسدية ليست عملية جامدة بل تتغير بصفة مستمرة و تضيف "F.Dalio" عامل جديد لمفهوم الصورة الجسدية تخص الفرد الواحد، و هي متعلقة بتاريخه و تحتوي على كمية من اللبيدو و هي لا شعورية. (193)

9-4- التناول الاجتماعي:

يهتم هذا التناول بدور نظرة و حكم الغير في العلاقات بين الأشخاص، فحسب هذا التيار فان العلاقة الاجتماعية تطرح كذلك مشكل الصورة الجسدية، بحيث ان كل علاقة بين جسدين، يتبادلان النظرات قبل ان تكون علاقة بين شخصين.

هذه العلاقة هي ذات دوافع لبيدية حسب نظرية التحليل النفسي و هذا بالعودة إلى العلاقة الاولى (مع الام) و بهذا فان التحليل النفسي لم يبين فقط الحقيقة الهوائية للجسد، و لكن بنيته اللغوية و علاقته اللبيدية و التي تبقى اصولها دائما مرتبطة بجسد الام، و يظهر اننا يمكننا اكتشاف معنى الجسد من خلال اللغة التي تعبر عن هومات العلاقات الجنسية الطفلية. هذا و بحكم ان جسدنا ذات طبيعة لبيدية تدفعه إلى رغبة اللذة و المتعة بالاضافة إلى رغبة متمثلة في رغبة الآخر له، فانه يلعب دورين اساسيين. دور اغراء و دور مرجعي لجسد الغير، و قبل ذلك لنظرته التي تقيمه كموضوع يستحق ان يحب. و بهذا فان نظرة و حكم الغير تبعدنا عن جسدنا و تصورنا لنا كما يرغب، هذه النظرة التي هي بداية نظرة الام، إلا ان التقييم و الحكم هو خاصة حكم الاب، لكن رغم ذلك فان هذه النظرة و الحكم هي نظرة و حكم المجتمع اللذان يبقيان مستمران طول الحياة، متأثران باعتقادات و ثقافة هذا المجتمع. (194) و من هذا تتبين أهمية الجانب العلائقي في تكوين الصورة الهوائية للجسد.

و يمكن ان نلخص كل هذه الاتجاهات و التعاريف المختلفة للعناصر المختلفة للصورة الجسدية فيما يلي :

هي كتمثيل ذهني لا شعوري للذات، له علاقة بتاريخ الفرد، و يحتوي على كمية من اللبيدو، و اذ يغلب عليها الطابع النفسي العاطفي ، و هي متغيرة بصفة مستمرة.

¹⁹¹ Bernard Petroves , Semilogie psychiatrique, op-cit , P 158.

¹⁹² Schilder Paul, l'image du corps , ed , Guallimand , 1978 , P 35

¹⁹³ Dalio.F, l'image inconsciente du corps, Ed seuil, Paris, P 22

¹⁹⁴ Bernard Petroves OP-Cit P 161-162.

10- حاجات المراهقة :

يطلق على اسم الحاجة النقص المتصل بحاجة جسمية خاصة أو بمتطلبات متعلمة أو بالاثنين معا، فالانسان يكون في حاجة إلى الطعام متى افتقر جسمه إليه، و يكون في حاجة إلى الطمأنينة متى حل به الخوف، و يكون في حاجة للمساعدة متى حل به العجز عن أداء شيء أو التخلص منه هكذا. والاصل في الحاجة حسب " الوافي " (195) انها حالة من النقص و العوز و الافتقار و اختلال التوازن تقترن بنوع من التوتر و الضيق، و لا تلبث ان تزول هذه الحاجة متى قضيت، و يثير الدافع إلى حالة داخلية تنتج عن حاجة، و التي تنشط و تثير السلوك و الذي عادة ما يتجه نحو تحقيق تلك الحاجة، و المراهق كغيره من الأفراد الاخرين لديه حاجات تميز المرحلة التي يمر بها، و هذه الحاجات هي التي تميز طبيعة السلوكيات التي يقوم بها سواء مع نفسه أو مع الاخرين.

سبق و ان ذكرنا من قبل بان الدافع يشير إلى حالة داخلية تنتج عن حاجة دراسة الدوافع و باعتبارها الخطوة الأولى نحو فهم السلوك الانساني و السعي نحو تعديله نحو الافضل أو كما يقول " حلمي المليجي": " الدافع هو مثير داخلي يولد التوتر و يحرك سلوك الكائن الحي و يواصله و يوجهه نحو هدف يخفض التوتر و بعيد الاتزان. " (196)

فلكي نفهم مراهقينا إذن و سلوكياتهم يستوجب علينا معرفة دوافعهم، و عليه قصد التمكن من مساعدتهم يستوجب علينا التطرق إلى جزء خاص بالدوافع و الدافعية باعتباره المحرك الاساسي لجميع أنواع السلوك البشري بصفة عامة و المراهق بصفة خاصة.

11- الدوافع :

يعتبر موضوع الدوافع من بين اهم المواضيع النفسية اثاره للاهتمام، سواء للباحثين في علوم النفس المختلفة أو بين الأفراد على مختلف نوعياتهم. كما يعتبر موضوع الدوافع من اهم الموضوعات التي تهتم المربي الرياضي، و أكثرها اثاره و اهتماما اذ يهمننا كمربين رياضيين ، معرفة لماذا يقبل بعض التلاميذ على ممارسة النشاط الرياضي بشغف و حماس، في حين يكتفي الآخريين بالمشاهدة و الرؤية دون الممارسة؟

فالدارس في هذا الفصل أو الجزء ينطلق من التراث الغربي الذي ذكر فيه " حسن علاوي" قول مأثور منذ القدم و هو : " يمكنك ان تقود الحصان إلى النهر و لكنك لا تستطيع ان تجبره على الشرب". (197)

195 عبد الرحمن الوافي: مدخل إلى علم النفس العام، الخنساء للنشر و التوزيع، دون تاريخ، ص 79.
196 محمد حسن ابو عيبة: المنهج في علم النفس الرياضيين، دار المعارف، القاهرة، 1977، ص 142.
197 د.محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، مؤخر الكتاب للنشر، ط 4، 2004، ص 211.

لانه يشرب من تلقاء نفسه عندما يكون في حاجة إلى الماء، أي عندما يكون لديه الدافعية إلى الشرب. و يمكن استعارة المقولة سابقة الذكر و تطبيقها في المجال الرياضي على النحو التالي: " يمكنك ان تقود التلميذ إلى الملعب للاشتراك في حصة من حصص التربية البدنية و الرياضية، لكنك لا تستطيع اجباره على الجدية و بذل أقصى جهد " لانه سيقوم بذلك من تلقاء نفسه عندما تتوفر لديه الدافعية لذلك.

ان هذه الدراسة جاءت لتخص شريحة من المراهقة و التي هي بحاجة لتحقيق ذاتها ، من خلال سلوكياتها المختلفة، الغير منتظرة (مفاجئة غالبا) و التي يتعين على كل منا كمربين، معرفة دوافع تلك السلوكيات قصد توجيهها توجيهها سليما و صحيحا، و من ثم مساعدتهم لتخطي هذه المرحلة بسلام و أمان لأقصى حد. و ان كان يدخل في نطاق الدافعية مجموعة من المصطلحات و المفاهيم، كالحاجة ، الحافز، الغريزة، الميل، الاتجاه و الدافع. فنحن نعتبر في ما يراه " مصطفى فهمي " (198) في استعمال مصطلح دافع يعفينا من التناقض الذي نجده في كتب علم النفس في استعمال هذه المصطلحات التي بلبت الافكار مثل : حوافز، بواعث، غرائز، حاجات، عواطف، إلى غير ذلك من ألفاظ.

11-1- ماهية الدوافع :

يعتبر " راجح" ان الدافع هو: " اصطلاح عام و شامل تحتوي اللغة على ألفاظ كثيرة تحمل معناه الاجمالي" (199). و في مرجع آخر يعرف " علاوي" الدافع " بأنه مجموعة القوى التي تحرك الفرد و توجهه لتحقيق معين" و يضيف دائما "علاوي" و يقول " أن الدافع هو حالة من التوتر الداخلي تعمل على اثاره السلوك و توجيهه لتحقيق هدف معين ". (200)

فبالرغم من اختلاف آراء بعض العلماء في مجال علم النفس لتفسير الدوافع إلا ان هناك نسبة من اتفاق حول الدور الهام للدوافع في تحريك السلوك و توجيهه و الدافع حسب " لندل دافيدوف" Lyndel Davidof هي حالة داخلية تنتج عن حاجة ما و تعمل هذه الحالة على تنشيط استثارة السلوك الموجه عادة نحو تحقيق الحاجة المنشطة" (201). و يتفق هذا الرأي مع كل من " أحمد عثمان" (202) و " عيسوي" (203). و يرى " أبو حطب" ان الدافع يدل على تكوين فرضي لا يمكن ملاحظته و إنما يستنتج من الاداء الظاهر والصريح للفرد، كما يشمل في المقاييس المستخدمة في الوقت الحاضر بقياس الدافعية (204)»

198 مصطفى فهمي : الدوافع النفسية، مكتبة مصر بالفجالة، ط 5، القاهرة، 1968، ص 32

199 احمد عزت راجح: اصول علم النفس، دار المعارف، المعارف، القاهرة، ط 12، 1979، ص 78.

200 محمد حسن علاوي: مدخل علم النفس، مرجع سابق، ص 212.

201 دافيدوف لندل: مدخل علم النفس، ترجمة سيد الطواب و آخرون، دار ماكجروهيل للنشر، ط 2، القاهرة، 1984، ص 431..

202 سيد احمد عثمان: انور الشرفاوي، التعلم و تطبيقاته، دار الثقافة للنشر و الطباعة، ط 2، القاهرة، 1978، ص 167.

203 عبد الرحمن عيسوي: معالم علم النفس، دار الفكر الجامعي، الاسكندرية، 1979، ص 78.

204 فؤاد ابو حطب، أمال صادق: علم النفس التربوي، مكتبة الانجلو مصرية، ط 2، القاهرة، 1979، ص 78.

و يتفق " حلمي المليجي" مع " الزيني" بان " الدافع مثير داخلي يولد التوتر و يحرك سلوك الكائن الحي و يواصله و يوجهه نحو هدف و يخفض التوتر و يعيد التوازن" (205)
و يتفق " حامد زهران" (206) و " أبو عبيه" (207) نقلا عن " الفقي و لندزي" بان الدافع هو مجموعة القوى التي تحرك السلوك و توجهه نحو هدف من الاهداف . و يتبنى الباحث في هذه الدراسة تعريف " حسن علاوي" حيث يشتمل على :

- تحقيق هدف معين (و في دراستنا نقصد الذات و تحقيقها)

- توفر قوى داخلية قادرة على احداث حركة الفرد (المراهقة بكل ما تحمله من قوى داخلية)

- حركة الفرد موجهة لتجنب ما يعرقل الوصول إلى الهدف(من خلال النشاط البدني التربوي و الرياضي في هذه الدراسة).

11-2- أهمية دراسة الدوافع :

ان دراسة الدوافع هي الخطوة الأولى نحو فهم السلوك الإنساني و السعي إلى تعديله نحو الافضل، و لدراسة الدوافع أهمية خاصة في بعض الميادين كميدان التربية و التعليم و الميدان الصناعي و ميدان التوجيه و الارشاد التربوي و التقني.
و بما أن سلوك الفرد لا يصدر عن دافع واحد، فغالبا ما يكون نتيجة عدة دوافع متداخلة و متجددة و هكذا فان الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بتعدادها نظرا لتعدد أنواع النشاط الرياضي لتعدد الاهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة هذه الأنشطة الرياضية. يشير " حسن علاوي" إلى ان موضوع الدوافع يعتبر من اهم الموضوعات التي تهتم المربي الرياضي و أكثرها اثارا لاهتمامه ، اذ يهيمه ان يعرف لماذا يمارس الفرد لعبة معينة دون الأخرى، و يتساءل ايضا عن أهمية الحوافز التي تحفز الناشئ على ممارسة النشاط الرياضي و الاستمرار في ممارسته، كما يتساءل عن كيفية اثاره اهتمامات التلاميذ و اللاعبين نحو الارتقاء بمستواهم الرياضي و كيف يمكنه تعبئة كل قواهم و طاقاتهم للفوز في المنافسات الرياضية و هم يتساءلون عن الدوافع و اهميتها و طرق استغلالها تطبيقيا اثناء عملهم التربوي. و نظرا لاهمية الموضوع فقد ذهب الباحثون في شتى المذاهب في تفسير السلوك ، و افترض كل منهم فروضا في سبيل ذلك نتج عنها نظريات مختلفة و التي سنتناولها فيما يلي : (208)

11-3- نظريات الدوافع:

ظهرت إلى الوجود تفسيرات عديدة في صورة نظريا مختلفة للدوافع ، على الرغم من انه لا يوجد بينها حتى الان نظرية واحدة يمكن ان تقدم تفسيرا شاملا مقبولا للدافع، فان القيمة الرئيسية لهذه النظريات

²⁰⁵ محمد حسن علاوي : التدريب و المنافسات، دار المعارف، القاهرة، 1977، ص 41.

²⁰⁶ حامد عبد السلام زهران: علم النفس الاجتماعي، عالم الكتب، ط 5، القاهرة، 1982، ص 104.

²⁰⁷ أبو عبيه حسن محمد: المنهج في علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1977، ب ص.

²⁰⁸ مصطفى فهمي : الدوافع النفسية ، مكتبة مصر بالفجالة، القاهرة، ط 5، 1968، ص 6.

بالنسبة للمعلم على سبيل المثال هي انها تقدم له الخلفية التي تمكنه من موازنة خبراته و تقييمها فيما يتصل تلاميذه في المدرسة.

يرى " دينيس تشايلد" أن هناك طرقا عديدة تتناول هذه النظريات ، احداها أن ينظر إليها بوصفها متصل يقع في طرف منه الأساس الحيوي (أو البيولوجي) للدافع، إذ يرى أصحابه أن جذور الدوافع تكمن أساسا في العمليات الحيوية، و في الطرف الآخر يقع الاساس الاجتماعي للدافع، و الذي يرى أصحابه أن أصول الدوافع توجد في العمليات الاجتماعية وحدها، و نذكر النظريات التي تركز على الأساس الحيوي للدافع و التي يؤديها الفيزيولوجيون على الآليات الحيوية الفطرية كالغرائز ، أو الحاجات البيولوجية باعتبارها المنظمة التي تحدد على أساسها أفعالنا، و مقابل ذلك نجد النظريات ذات الأساس الاجتماعي للدافع تعتمد على المحددات الثقافية و الحضارية في تشكيل السلوك الدافعي ، ثم نجد هذين الطرفين و على نفس المتصل وجهات النظر التي تأخذ موقفا توفيقيا في اعتمادها على المؤثرات الحيوية و الاجتماعية معا كأساس للدوافع و فيما يلي عرض لأهم هذه النظريات بايجاز:

11-3-1- نظرية الغرائز:

أصحاب هذه النظرية حاولوا تفسير دوافع السلوك على أساس الغرائز و الغريزة حسب تعريف " مصطفى فهمي" هي استعداد فطري لا يحتاج إلى تعلم، يدفع الكائن الحي إلى القيام بسلوك معين في موقف معين⁽²⁰⁹⁾. و حسب دائما " مصطفى فهمي" فقد ذكر " وليم جيمس" في أواخر القرن التاسع عشر أن عند الانسان ما يقرب غريزة، و ذكلا " وليم مكوجل" أن لدى الكائن الحي أربعة عشر غريزة. بينما أرجع " فرويد" سلوك الانسان إلى غريزتين ، و قد هاجم بعض علماء النفس هذه النظرية على اساس انه لا يوجد و لاتفاق بين منادياها على عدد الغرائز و لا على أنواعها.

و عن تفسير هذه النظرية فقد أشار أصحاب هذه النظرية إلى ارتباط كل نشاط يقوم به الانسان بغريزة من الغرائز ، فمثلا يسعى الانسان إلى الطعام لان هناك غريزة البحث عن الطعام ، و الام تحب أطفالها لان هناك غريزة الام، و هذه الغرائز لا شعورية موروثه ، أي غير متعلمة أو مكتسبة أو مكتسبة و انها عامة في النوع الواحد. و الغريزة كما يراها" سيجموند فرويد" ⁽²¹⁰⁾ في مصدرها ، انها وظيفة بدنية لانها تصدر عن حالة لاثارة بدنية أو دافع ملح أو توتر داخل الجسم، و التي تتجه نحو موضوع معين لبلوغ هدف ما لكي تتحقق إزالة الاثارة و التوتر. و بالتالي حدوث اللذة و الاشباع كما أشار إلى ان الفرد مدفوعا طوال حياته بالطاقة الغريزية التي اطلق عليها مصطلح " الليبيدو Libido " .

و في الوقت الحالي تخلى العديد من الباحثين عن نظرية الغرائز لتفسير دوافع سلوك الانسان على اساس العديد من الانتقادات التي وجهت لهذه النظرية من حيث انها فضلا عما سبق ذكره، فهي ايضا نظرية "

²⁰⁹ - مصطفى فهمي : الدوافع النفسية ، مرجع سابق، ص 6

²¹⁰ - د. محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، ط 4، القاهرة، 2004، ص 219

غيبية" و ليست " علمية" و تفتقر إلى التفسير العلمي لدوافع السلوك. فقد تبين ان الغرائز ما هي إلا "حاجات" جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الانسان و وظائف أعضائه. فالأصل فيما كان يسمى بغريزة البحث عن الطعام، هو حاجة الجسم لعناصر معينة تولد فيه الطاقة ليقوم بنشاط، و غريزة البحث عن الماء في الأصل، هي حاجة الجسم إلى كمية معينة من الماء و إلا توقف عن اداء وظائفه و ينطبق ذلك على الغريزة الجنسية، اذ الاصل فيها وجود غدد تقوم بنشاط معين و افراز هرمونات تولد الدافع الجنسي.

11-3-2- نظرية المجال النفسي (الحيوي):

أطلق " ليفين" (211) على النظام الذي يدرس فيه الطاقة الدافعية من خلال العلاقة بين الكائن الحي و البيئة اسم " المجال الحيوي" . و يعتقد أصحاب هذه النظرية ان وجود أي دافع من الدوافع يتضمن النواحي الآتية:

- تحقيق هدف معين يتصل بالهدف

- انماط معينة من السلوك

- تجنب ما يعرقل الوصول إلى الهدف و تركيز الانتباه في الوسائل التي تحقق الهدف. ظهور حالات انفعالية.

- الشعور بالارتياح عند تحقيق الهدف و الشعور بالاستياء عند الفشل.

و يرى "القوصي" (212) أن هذه النظرية الحديثة للدوافع و ان النشاط بكل انواعه يرجع لحالة توتر ، و في رأي أصحاب هذه النظرية ان التوتر و الحاجة و الدافع كلها شيء واحد.

11-3-3- نظرية التعلم الاجتماعي:

تشير نظرية التعلم الاجتماعي إلى ان التعلم السابق يعتبر من المصادر الرئيسية للدافع، إذ ان نجاح أو فشل استجابة معينة تؤدي إلى التعرف على الجوانب التي يمكن ان تؤدي إلى نتائج ايجابية أو نتائج سلبية، و بالتالي بنشأة الرغبة و الدوافع في تكرار السلوك الناجح. كما ان التعلم بملاحظة نجاح أو فشل الآخرين قد يكون كافيا لانتاج حالات الدافعية. و قد أشار " ألبرتو بانديرا Bandura" (1990) (213) إلى ان " نظرية

التعلم الاجتماعي تتأسس على التعلم بالنمذجة أو القدوة، أي التعلم بملاحظة أو بتقليد سلوك الآخرين". و

هذا يعني ان الفرد عندما يلاحظ سلوك الآخرين فعندئذ يكون ذلك من الاهمية في التطبيق في مجالنا

الرياضي. و كمربين و أساتذة نتعامل مع شريحة من التلاميذ تحتاج إلى هذا النوع من التعلم داخل

مؤسساتنا التعليمية أو حتى في الملاعب، فعندما يقوم الاستاذ أو المدرب بأداء نموذج لمهارة حركية

معينة، فإن التلميذ أو اللاعب بملاحظته لهذا النموذج يكون مدفوعا لتعلمه و محاولة تقليده و بصورة دقيقة

بقدر الامكان. فكأن الدافع لاداء التلميذ أو اللاعب هو ناتج عن ملاحظته لاداء أستاذه في حصص التربية

211 عبد الوهاب محمد الكامل: أساسيات سيكولوجية التعلم، دار ابو العينين لطباعة الأوفست ، طنطا، 1979، ص 39.

212 عبد العزيز القوصي: أسس الصحة النفسية، مكتبة النهضة المصرية، ط9، 1981، ص 61.

213 محمد حسن علاوي: مدخل إلى علم النفس الرياضي، مرجع سابق، ص 222.

البدنية و الرياضية بالمؤسسة التربوية، أو المدرب مع الفريق داخل الملعب الرياضي و من ثم محاولة تقليده.

و من جهة أخرى يذكر " Bandura " أيضا إلى ان التعلم الاجتماعي بالاضافة لما سبق ذكره من تقليد في عملية التعلم، فهو يرتبط كذلك بما يسمى " التعزيز الاجتماعي ". أي بمعنى تعزيز و تدعيم الاداء و السلوك يكون بمثابة الدافع أو الحافز للفرد لتكرار مثل هذا السلوك أو الاداء مرة أخرى، و هنا تكمن إذن قوة و فعالية الاستاذ أو المدرب في تعزيز مثل هذه السلوكات الايجابية لدى التلميذ خلال محاولاته في التعلم، فالمعلم أو المدرب عندما يقوم بتشجيع التلميذ على أداء معين أو سلوك معين فان مثل هذا التعزيز أو التدعيم يدفع ذلك التلميذ أو اللاعب إلى تكرار مثل هذا الأداء أو السلوك. و على العكس من ذلك فعندما يقوم الاستاذ أو المدرب بعقاب التلميذ على سلوك ما، فقد يكون ذلك دافعا له لعدم تكرار مثل هذا السلوك.

11-3-4- النظرية الانسانية :

يستلهم القائلون بهذه النظرية آراء " روسو " في خيرية الطبيعة الانسانية و نبلها و لهذا راحوا يركزون أبحاثهم على الظروف و الشرائط التي تسهل تحقيق الذات و توفر الحرية للنمو و التعبير عن القوى الذاتية. و رأوا أن عدم الاستواء النفسي يحدث عندما تقف العوائق و المشكلات امام السعي و التقدم للتعبير عن المنازع الطبيعية. و يفعل هذا التأكيد على الحرية الانسانية و التلقائية الذاتية و الوعي على الذات فقد أصبح القائلون بهذا الاتجاه يعرفون بعلماء النفس الانساني.

اما عناصر الهوية الذاتية فتستمد من اساسين ، اولهما قوانا الداخلية الفريدة و ثانيهما أساليبنا المختلفة في التكيف مع العوائق التي تصادفنا. و يكمن أساس النظرية الانسانية في الدافعية فيما يسمى بهرمية الحاجات التي اشار إليها " أبراهام ماسلو Abraham Maslow " ⁽²¹⁴⁾ في الاتي:

- الحاجات الفيزيولوجية (دوافع البقاء)

- حاجات الامن (دوافع الأمن)

- حاجات الانتماء (حاجات التقبل و التواد)

- حاجات التقدير (دوافع المكانة و الانجاز)

- حاجات تحقيق الذات (تحقيق الفرد لما يكون قادرا على تحقيقه)

و يجب ان يحدث الاشباع و لو جزئيا عند أي مستوى قبل ان يصبح المستوى التالي ذا أهمية بالنسبة للفرد، و يرى أصحاب هذه النظرية ان تحقيق الذات هو الهدف النهائي لكل شخص.

و ذكر " ماسلو " ⁽²¹⁵⁾ ان اشباع الحاجات الأساسية ليس كافيا لتغيير الدافعية، و ان تحقيق الفرد لذاته لا يعني فقد خلوه من المرض و اشباع حاجاته الأساسية و استخدام قدراته ايجابيا. و إنما لا بد و أن يكون مدفوعا ببعض القيم التي يكافح من أجلها و التي يدين لها بالولاء.

هذا و قد اتجه "ماسلو" إلى التركيز على المميزات الشخصية لمن يحققون ذواتهم على اساس قوانا الداخلية الفريدة، بينما اهتم " روجرز K.Rogers" بالعوائق التي تتعرض سبيل تحقيق الذات و أثارها على تطور الشخصية و أداؤها لوظائفها. و انطلاقا من هذا كان علينا إذن التوقف بنوع من التدقيق عند هاتين النظريتين لـ "Maslow"

و "Rogers" باعتبار تحقيق الذات هو موضوع هذه الدراسة.

11-3-5- نظرية ماسلو و تحقيق الذات⁽²¹⁶⁾ (أو نظرية مدرج الحاجات) :

تعتمد نظرية ماسلو التي نشرها عام 1968 على تمييزه بين نوعين رئيسيين من الحاجات الأساسية كالجوع و العطش و الحس و الامن و التحصيل.

و الحاجات الفوقية أو ما وراء الحاجة و هي من طبيعة روحية أو فوق طبيعية كالحق

و الخير و الجمال و النظام و الوحدة، و قد حدد " ماسلو" فيها سلسلة من متدرجة مرتبة من أدنى إلى أعلى مراتب الحاجات الانسانية. فالأفراد يشبعون حاجاتهم طبقا لنظام طبيعي لأولويات الجسم و العقل، و قسم هذه الاولويات إلى فئتين:

أ- حاجة النقص :

و تتضمن حاجات الضرورة و الالحاح أو الحاجات الأساسية للحياة و التي تتضمن حاجات استهلاك واستعادة الطاقة ، كالحاجة للطعام و الشراب و النوم و الشعور بالأمن و الأمان و التي لها الأولوية في حياة الانسان.

ب- الحاجات الفوقية أو حاجات النمو:

و تتضمن الحاجات النفسية و الاجتماعية مثل الحاجة للحب و الانتماء و الصداقة و الحاجة لتقدير الذات، كما يوضحه الشكل رقم (02) .

و في رأي " ماسلو" أن حاجات النقص ينبغي ان تشبع اولاً قبل حاجات النمو اذ ان الحاجة للطعام و الحاجة للماء أكثر الحاحا و اولوية من الحاجة للحب و الحاجة للصداقة و التقدير. كما انه عندما تشبع حاجة من حاجات النقص فعندئذ لا تصبح حاجة و تنتقل إلى الحاجة الاعلى. اما الحاجات الفوقية أو حاجات النمو فلما تشبع يتطور الانسان تطورا كاملا و يصل إلى تحقيق الذات. و في عكس ذلك فحالت العوائق دون اشباع الحاجات الفوقية التي يراها " ماسلو" اصلية في النوع الانساني ، فالشخص يعاني الغربة و الضيق و التهكمية على الاخرين.

و في محاولة من "ماسلو" لتوصيف تحقيق الذات قام بدراسة أفراد اعتقد بأنهم قد حققوا ذواتهم، فوجد انهم يتميزون بدقة ادراك الواقع و تقبل ذواتهم و تقبل ذوات الآخرين و العالم، كما يتصفون بالتلقائية و

²¹⁵ Maslow A.H, The latter peaches of human nature, New York, the viking., I.N.C, 1971, P 379

²¹⁶ محمد حسن علاوي : مدخل إلى علم النفس الرياضي ، مرجع سابق ، صر 217.

العفوية، و بالاتجاه نحو المشكلات و بالاستقلالية و بالديمقراطية و الابداعية و الحس المرهف بالقيم.
(217)

و من بين الانتقادات التي تعرضت لها هذه النظرية، و هو عدم التحقق من افتراضاتها النظرية لهذه الحاجات المتدرجة بصورة تجريبية. و قد أشار "مارتنز ، Martens" (1987)⁽²¹⁸⁾ إلى ان تطبيقات نظرية مدرج الحاجات تكمن في المساعدة على فهم بعض الأغراض التي تدفع الفرد للممارسة الرياضية و الاشتراك في المنافسات الرياضية. فمن بين الحاجات الهامة التي يسعى الفرد لتحقيقها عن طريق الاشتراك في الممارسة الرياضية و في المنافسات الرياضية ما يلي :

- الممارسة من اجل المتعة و المرح و استهلاك الطاقة و الاثارة نظرا لان الفرد يكون في حاجة إلى درجة معينة من الحركة و الاثارة الناجمة من المرح و المتعة من الممارسة الرياضية و بالتالي لا يشعر الفرد بالملل أو بالقلق .

- الممارسة من اجل ان يكون الفرد مع آخرين و التي تقابل الحاجة للانتماء للآخرين أو لفريق معين ، و الحاجة لصداقة الآخرين.

- الاشتراك في منافسات رياضية تقابلها الحاجة لتقدير الذات و فاعلية الذات و بالتالي تحقيق الذات و التي يمكن اعتبارها من اهم العوامل في حالات الدافعية الرياضية.



شكل رقم (02): يوضح مدرج الحاجات لـ "ماسلو Maslow" عن "لوهر Loehr" (1993)²¹⁹

²¹⁷ Grider et all , 1986, P 398..

²¹⁸ حسن علاوي: مدخل إلى علم النفس الرياضي، نفس المرجع السابق، ص 219.

²¹⁹ Maslow A.H, The later peaches of human nature, New York, the viking., I.N.C, 1971, P 379

11 3 6 - روجرز و نظرية الذات :

افتراض "روجرز" ان كل فرد يستجيب ككل منظم للدافع كما يدركه، و قد أكد على تحقيق الذات الذي وصفه كنزعة فطرية نحو النمو و كدافع يوجه كل أنواع السلوك الانساني، و قد رأى ان الشخصية هي التعبير عن نزعة الفرد لتحقيق ذاته وفق ادراكه الفردي الفريد للواقع، و يتمثل اسهام "روجرز" الاساسي في أبحاثه عن الذات اذ يرى ان الذين يعيشون الذات بدقة، بما فيها من تفصيلات و قدرات و تخيلات و رغبات و نواقص يكونون في طريقهم الصحيح لتحقيق الذات، اما الذين تنتشوه خبراتهم عن أنفسهم فان نموهم يعاق و من المفاهيم الأساسية في نظرية روجرز " الخبرة". فالخبرة التي يرى " روجرز" أنها كل ما يقع في نطاق الوعي و الشعور هي الركيزة التي تبنى عليها الشخصية، حيث بالخبرة التي يكتسبها الانسان في مسيرة الحياة من جهة و بالقوى الفطرية التي ولد مزودا بها من جهة أخرى، يبدأ الانسان في تكوين مفهوم عن ذاته، و يظل يناضل ليحافظ على هذا المفهوم، فاذا كان الفرد يظن في نفسه انه ذكي فسيسعى لان يكون باثمرار في مستوى هذه الصورة، و إذا كان يعتقد انه رياضي فسيظل يناضل لتحقيق هذه الصورة ، و قد دعا روجرز هذا النضال "النزعة لتحقيق الذات"، و عندما يتناغم مفهوم الفرد لذاته مع قابلياته الموروثة فانه يصبح شخصا مليئا و ينطلق بأفعاله من ذاته، فهو يقرر لنفسه ما الذي يتمنى ان يفعله و ما الذي يتمنى ان يكونه بالرغم من أنه قد لا يتطابق في ذلك مع من يحيطون به، ثم إنه يكون متفتحا على الخبرة بنفسه و الخبرة بغيره و الخبرة بالبيئة فتتمو إرادته و تتصلب لأن يكون ما هو عليه في حقيقته.

غير ان الناس يصبحون أكثر كمالا إذا كانوا يربون في جو ايجابي غير مشروط، أي ان يعاملوا بدفء و احترام و قبول و محبة بصرف النظر عن مشاعرهم و اتجاهاتهم و مسالكهم الخاصة، و الغالب هو تربية الأطفال في جو مشروط أي قبول جوانب معينة من سلوك الطفل و رفض جوانب أخرى، و هو ما يجعل الطفل يقوم بمراجعة لمشاعره الحقيقية لكي يكون كما يريد له الآخرون ان يكون أو يتوقعون منه ان يكون، فتتكون لديه نتيجة هذه المراجعة مشاعره زائفة تحل مشاعره الأصلية، و عندما يصبح في مزيد من الاستبدالات لهذه المشاعر الأصلية بقيم توحى من الآخرين و يحاول الفرد أخذها كما لو كانت قيمه، يتزايد الصراع و خداع الذات، و تكون النتيجة ان يصبح الفرد فردا عنيفا قلقا و دفاعيا و غير مشبع، و يتسرب إليه الشعور بأنه لا يعرف من هو و لا ماذا يريد و يأخذ يشعر شعورا متوصلا بأنه مهدد و غير مشبع، و يتسرب إليه الشعور بأنه لا يعرف من هو و لا ماذا يريد، و يأخذ يشعر شعورا متوصلا بأنه مهدد و غير آمن و عليه تقترح روجرز في أسلوبه العلاجي النفسي مساعدة الشخص على تنظيم خبراته

بعد فحصها و حذف ما لا ينسجم منها مع مفهومه لذاته في أجواء آمنة تيسر هذه المراجعة لمفهوم الذات و تمثل الخبرات المتصارعة و هضمها. (220)

و ما يمكن استخلاصه مما سبق من النظريتين السابقتين و هو ان الفرد على هذه الشاكلة مدفوع لأن يصبح أكثر فأكثر نفسه أو ما هو مؤهل له، و أن يصير كل شيء تيسره له طبيعته أن يكونه، و هذا التوجه هو جوهر نظريات الشخصية المعروفة بنظريات تحقيق الذات ، و السلوك الانساني السوي تكتشفه حالة من التوتر تدفع بالفرد إلى تحقيق ذاته و تمكنه من ذلك بقيامه بالمزيد من النشاطات التي تتفق و طبيعة هذه الذات.

11-4- تقييم الدوافع:

نظرا لأن السلوك الانساني قد يصدر عن دوافع مختلفة، فان علماء النفس حاولوا تقسيم هذه الدوافع فقسمها البعض إلى دوافع فطرية و مكتسبة، و قسمها البعض الآخر إلى دوافع أولية و ثانوية. فيرى " مصطفى فهمي" (221) ان الدوافع تنقسم إلى أولية و ثانوية، و ان هناك من يطلق على الدوافع الاولية دوافع عضوية، و من يطلق على الدوافع الثانوية، دوافع نفسية و اجتماعية، أو دوافع ذاتية (شخصية). و يقصد بالدوافع الاولية تلك الدوافع التي لم يكتسبها الفرد من بيئة على طريق الخبرة ، و إنما هي عبارة عن استعدادات يولد الفرد مزودا بها و لهذه فهي تسمى أحيانا بالدوافع الفطرية. كما يشير " علاوي حسن" (222) إلى ان الدوافع الاولية تسمى ايضا بالدوافع أو الحاجات الفسيولوجية أو الجسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الانسان و وظائف اعضائه كالحاجة إلى الطعام و الشرب، و قديما كانت تسمى هذه الدوافع بالغرناز. اما الدوافع الثانوية ، فيقصد بها الدوافع المكتسبة، و قد أشار "علاوي" على أنها تسمى ايضا بالدوافع أو الحاجات المكتسبة أو الاجتماعية و التي يكتسبها الفرد من خلال تفاعله مع البيئة، و تقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الاولية ، غير انها تستقبل عنها و تصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك نتيجة تأيد العوامل الاجتماعية المختلفة.

و من امثلتها الحاجة إلى التفوق، و الحاجة إلى المراكز أو المكانة، الحاجة إلى السيطرة و القوة الحاجة للأمن، و الحاجة للتقدير، الحاجة للانتماء و الحاجة إلى اثبات الذات و تحقيقها. و يرى " فهمي" (223) ان الدوافع الاولية مشتركة بين جميع افراد الانسان و الحيوان، فهي جزء من كيانها الحيوي، و لكن ما نطلق عليه دوافع ثانوية، له مزيد اختصاص بالانسان و بعضه مشترك بين جميع أفراد، مع فوارق شكلية بين بيئة و أخرى، و اما البعض الاخر فهو شخصي، تختص بفرد دون آخر، و هو

220 مصطفى فهمي : الدوافع النفسية، مرجع سابق، ص 49.

221 مصطفى فهمي : الدوافع النفسية، مرجع سابق، ص 49.

222 محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط ، دار المعارف، القاهرة، 1979، ص 159.

223 مصطفى فهمي: الدوافع النفسية، نفس المرجع السابق ، ص 49.

مرجع ما بين الأفراد من ورق في الخلق و الميل، و الاتجاه، و الشخصية. كما يرى أيضا " مصطفى فهمي" ايضا، النقطة الثانية التي تختلف فيها الدوافع الأولية عن الثانوية تتصل بطبيعة كل من هذين النوعين و ارجاعهما إلى اصولهما فقد قال: " اننا بينا عند الحديث عن الدوافع الاولية بأنها فطرية و لكننا نميل إلى اعتبار الدوافع الثانوية مكتسبة دون أن ننكر ان لبعضها صلة من قريب أو بعيد بالناحية الفسيولوجية"⁽²²⁴⁾. و يقسم "فهمي" الدوافع الثانوية عادة إلى دوافع نفسية اجتماعية و دوافع ذاتية شخصية. و أن الدوافع الثانوية متغيرة من وقت إلى آخر في نفس الفرد، كما أنها تتغير باختلاف الأفراد و معنى ذلك أن الأفراد يقومون بأنماط من السلوك تختلف من فرد آخر، و هذا الاختلاف في سلوك الأفراد يمثل الفروق الفردية في الدوافع، و في نظر المشتغلين لعلم النفس الاجتماعي، فالدوافع الثانوية عبارة عن وحدات تكوينية تعتمد في تكوينها على خبرات الفرد و ميوله و اتجاهاته ، و ما يمر به من أحداث، و قد تكون في أول امرها وليدة الصدفة، لكن فيما بعد تنمو تدريجيا حتى تصبح أمرها وليدة الصدفة، لكن فيما بعد تنمو تدريجيا حتى تصبح أمرا فعالا في توجيه السلوك.

من جهة أخرى يرى " عبد الرحمن عيسوي" أن دوافع السلوك منها الشعوري و منها اللاشعوري، فالدافع الشعوري هو الذي يدرك الانسان وجوده و يستطيع تحديده و تظهر أكثر ما تظهر في الافعال التي يقوم بها عمدا. اما الدافع اللاشعوري فلا يدرك الانسان وجوده لا يستطيع تحديده و لا يعرف طبيعته.

كما يرى أن من الدوافع ما هو فطري و ما هو مكتسب ، كما أن هناك تقسيم للدوافع و هي الدوافع الايجابية و أخرى سلبية. و يرى ان الدوافع الواحد قد يسبب عدة انماط من السلوك، كما ان السلوك المعني قد نتج ايضا من مجموعة متداخلة من الدوافع، فيقول " عبد العزيز القوسي" في هذا الشأن أن " العلماء عندما أرادوا أن يضعوا أسسا لتصنيف الدوافع قال بعضهم الدوافع الفطرية و الدوافع المكتسبة. و قال آخرون الدوافع الاولية و الدوافع الثانوية، و قال بعضهم الدوافع الفطرية و الدوافع المكتسبة. و قال آخرون الدوافع الاولية و الدوافع الثانوية، و قال بعضهم الآخر الدوافع المباشرة و الدوافع غير المباشرة"⁽²²⁵⁾. هذا و يشير " سيد خير الله"⁽²²⁶⁾ إلى ان دوافع التعلم و العمل بوجه عام يمكن تقسيمها إلى:

- دوافع مرتبطة بموضوع التعلم و تسمى بالدوافع الذاتية أو الداخلية كالرغبة في تعلم مادة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التعليمية ذلك ان الموضوع ممتع في حد ذاته و يلي الكثير من حاجيات التلاميذ بصفة، و المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي بصفة خاصة باعتبارهم موضوع دراستنا.
- دوافع غير ذاتية ترتبط بظروف التعلم أو العمل كرغبة الفرد في حب الظهور... الخ.
- دوافع خارجة عن موضوع التعلم و تسمى بالدوافع " الواسطية" كالتعلم لارضاء الوالدين...

²²⁴ مصطفى فهمي: الدوافع النفسية، المرجع نفسه، ص 26.

²²⁵ عبد العزيز القوسي: أسس الصحة النفسية، ط9، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1981، ص 26.

²²⁶ سيد خير الله: علم النفس التعليمي أسسه النظرية و التجريبية، الجزء الثالث، عالم الكتب، القاهرة، 1978، ص 122.

ام الباحث فقد استنتج مما سبق ذكره و ان هناك نسبة اتفاق على تقسيم أو تصنيف الدافع إلى دوافع أولية و دوافع ثانوية ، و دراستنا تختص بالدراسة في الدوافع الثانوية و التي تصنف إلى دوافع نفسية اجتماعية، و دوافع ذاتية داخلية ، و دوافع خارجية عن الموضوع أو "وساطية" كما سبق و ان ذكرناها. و هذا كله نظرا لملائمتها و طبيعة العينة المختارة في هذه الدراسة و ما تتصف به من مميزات و خصائص سبق و ان ذكرناها في الفصل الخاص بالمراهقة، فالباحث إذن عندما يذكر " الدوافع الذاتية" فهو يقصد بها تلك الدوافع المرتبطة بالموضوع، و لما كان موضوعا ايضا يخص مادة التربية البدنية و الرياضية في مؤسسات التعليم الثانوي، و التي تحتوي على عدة أنشطة رياضية، فكان علينا إذا التطرق للدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي و الذي سنعرضه فيما يلي بصورة موجزة.

11-4-1 دوافع ممارسة النشاط الرياضي:

تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي بتعدد أنواع النشاط الرياضي و لتعدد الاهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة النشاط الرياضي، هذا و قد أشار " حسن علاوي" (227) إلى وجود عدة عوامل تسهم في تشكيل دوافع الفرد نحو النشاط الرياضي، نذكر اهمها فيما يلي:

- المتطلبات الاساسية لحياة الفرد و أثر البيئة التي يعيش فيها.
- الحياة العائلية للفرد و اتجاه الوالدين نحو النشاط الرياضي.
- العاب الطفل في مرحلة ما قبل الدراسة .
- التربية الرياضية في المرحلة الدراسية الأولى و ما تشمل عليه من مثيرات و منبهات.
- التربية الرياضية في الساحات و المؤسسات و الاندية الرياضية.
- المهرجانات و المنافسات.
- الوسائل الاعلامية للتربية الرياضية سواء عن طريق الصحف، أو المجلات ، أو الاذاعة المرئية و غير المرئية.
- التشريعات الرياضية و الامكانات التي تمنحها الدولة للتربية الرياضية.

يشير " علاوي" إلى ان هناك دوافع ترتبط بصورة مباشرة بممارسة النشاط الرياضي كهدف في حد ذاته و دوافع ترتبط بمحاولة تحقيق بعض الاهداف الخارجية عن طريق الممارسة الرياضية. و هكذا تنقسم الدوافع التي تعمل على توجيه الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي الى دوافع مباشرة و اخرى غير مباشرة حسب تقسيم " روديك" (228) نوجزها فيما يلي :

11-4-2- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي:

يمكن تلخيص أهم الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي فيما يلي:

- الاحساس بالرضا و اشباع نتيجة للنشاط البدني.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة و جمال و مهارة الحركات الذاتية للفرد.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتدريبات الصعبة و التي تتطلب شجاعة و جرأة و قوة إرادة.
- الاشتراك في المنافسات الرياضية و ما يرتبط بها من خبرات انفعالية متعددة.
- تسجيل الارقام و البطولات و اثبات التفوق و احراز الفوز.

11-4-3- الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي: و من اهمها ما يلي :

- اكتساب الصحة و اللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.
- رفع مستوى قدرة الفرد على العمل و الانتاج.
- الاحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي اجباريا كضرورة حضور حصص التربية البدنية و الرياضية.

الوعي بالدور الاجتماعي للرياضة من خلال اشتراك الفرد في النشاط للانتماء إلى جماعة معينة، كفريق لمؤسسة أو لنادي رياضي.

و من أكثر الاعتبارات أهمية في دوافع الاقبال على اللعب عند الاغلبية هي الرغبة في اللعب من اجل المتعة و الاشبع النفسي و الانجازات في الاداء الحركي و النتماء إلى جماعة. و قد اشارت دراسات " بوني Puni" (1980)⁽²²⁹⁾ ان هناك أنواع و حالات من الدافعية التي ترتبط بالمراحل الأساسية للممارسة الرياضية و هذه المراحل هي :

- مرحلة الممارسة الاولى للنشاط الرياضي.
 - مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي.
 - مرحلة المستويات الرياضية العالية.
- و تتطور دافعية الفرد من مرحلة رياضية لآخرى، و عليه سنحاول ايجاز تطوير دافعية الممارسة الرياضية على النحو التالي:

11-4-4-4- دوافع المرحلة الأولى للممارسة الرياضية :

في هذه المرحلة تبدأ المحاولات الأولية للممارسة الرياضية، اذ يكون الطفل مدفوعا بما يلي :

11-4-4-1- الميل نحو النشاط البدني :

يعتبر التعطش الجامع للحركة و النشاط من اهم الخصائص التي تميز الأطفال في هذه المرحلة و تجعلهم يقومون باللعب و ممارسة مختلف أنواع الأنشطة الحركية دون ان يكون شرط التفوق في لعبة ما تراود خيال الطفل.

11-4-4-2- العوامل البيئية :

ان الظروف البيئية التي يعيشها الطفل و ما يرتبط بها من مثيرات و منبهات ما يشجعه على ممارسة أنواع معينة من النشاط الرياضي. كما قد يكون لتوجيهات الاسرة أو لتوجيهات المربي الرياضي، أو حتى مدرس التربية البدنية و الرياضية الدور الهام في تشجيع الأطفال على ممارسة النشاط الرياضي و اتاحة الفرص المتعددة لهم.

11-4-4-3- درس التربية الرياضية :

ان الأطفال في المرحلة الأولى للممارسة الرياضية مطالبون بضرورة اشتراكهم في دروس التربية الرياضية بالمدرسة، و يسهم درس التربية الرياضية في اتاحة الفرص الدائمة لممارسة مختلف أنواع الأنشطة الحركية تحت اشراف و توجيه تبوي خاص و كثيرا ما نجد حب الأطفال لدروس التربية الرياضية لما يرتبذ بها من الاحساس بالرضا و الاشباع الناتج عن ممارستها من خلال ما تتميز به من حرية و تلقائية و مرح و نشاط جماعي في نطاق الجماعة أو في نطاق الجماعات.

11-4-4-4- النشاط الخارجي:

كما قد تسهم بعض برامج الأنشطة الرياضية بالمدرسة في اثاره دوافع الطفل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، بالاضافة لبرامج النشاطات الرياضية في الساحات و الاندية التي يرتادها أو التي يشترك فيها بحكم قربها من المنزل أو لغير ذلك. (230)

11-4-4-5- دوافع مرحلة الممارسة التخصصية للرياضة:

في هذه المرحلة ترتبط دوافع الفرد بالتخصص في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية (كرة القدم، السلة ...) كما ترتبط دوافعه ايضا بمحاولة الوصول لمستوى رياضي معين ، و من اهم الدوافع في هذه المرحلة ما يلي :

11-4-5-1- ميل خاص نحو نشاط رياضي معين:

في هذه المرحلة يتكون لدى الفرد ميل معين نحو نشاط يثير اهتمامه و يسعى إلى ممارسته، و " الميل " هو استعداد لدى الفرد يدعوه إلى الانتباه لاشياء معينة تستثير وجدانه، و قد نتج هذا الميل عن نواح ذاتية لدى الفرد نظرا لفائدته لصحته، أو ينتج بسبب وجود نوع من العلاقات بين اصدقاء له يمارسون نفس النشاط، أو قد يكون بسبب توجيه معين من افراد اسرته أو من المربي الرياضي.

11-4-5-2- اكتساب قدرات خاصة :

و تكون هذه القدرات في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية فيسعى إذن لتتميتها و تطويرها عن طريق المثابرة على ممارسة هذا النوع من النشاط، و عندئذ تصبح ممارسة هذا النشاط الرياضي حاجة عضوية تتطلب من الفرد محاولة اشباعها، و عليه فتصبح هاته الممارسة الرياضية عادة بالنسبة لهذا الفرد.

11-4-5-3- اكتساب معارف جيدة :

تكون غالبا ناتجة عن اشتراكه في ممارسة هذا النشاط في درس الرتبة البدنية و الرياضية، أو في مباريات الفصول بالمدرسة، أو في النشاط الخارجي، و هي من الاشياء التي في حماس الفرد و تدفعه لتطبيق هذه المعارف ميدانيا.

11-4-5-4- الاشتراك في المنافسات:

هذه المشاركة يرتبط بها خبرات انفعالية متعددة تحفز الفرد على ممارسة النشاط الرياضي ة محاولة الظهور بمظهر لائق و تحقيق احسن النتائج، بالاضافة لذلك فان الخبرات الانفعالية المرتبطة بالمناقشات الدافعية التي تلعب دورا هاما في هذه المرحلة.

11-4-5-5- دوافع المستويات الرياضية العالية:

في هذه المرحلة تتميز و دافعية الممارسة الرياضية بالاتجاهات الاجتماعية الواضحة كما ترتبط ايضا بالدافعية الفردية الشخصية و من اهمها ما يلي :

11-4-5-6- محاولة تحسين المستوى:

و يكون ذلك قصد اختيارهم ضمن الفريق الوطني لتمثيل الوطن في المنافسات الدولية المختلفة. محاولة الوصول للمستويات العالمية

11-4-5-7- المكاسب الشخصية:

و هو يسعى له اللاعب من خلال تحقيق النجاح الشخصي، و الحاجة إلى إثبات الذات و التفوق، و الوصول إلى مركز مرموق بين الجماعة و التميز و الشهرة و من جهة أخرى يسعى كذلك لتحقيق بعض الفوائد المادية و المكاسب الشخصية.

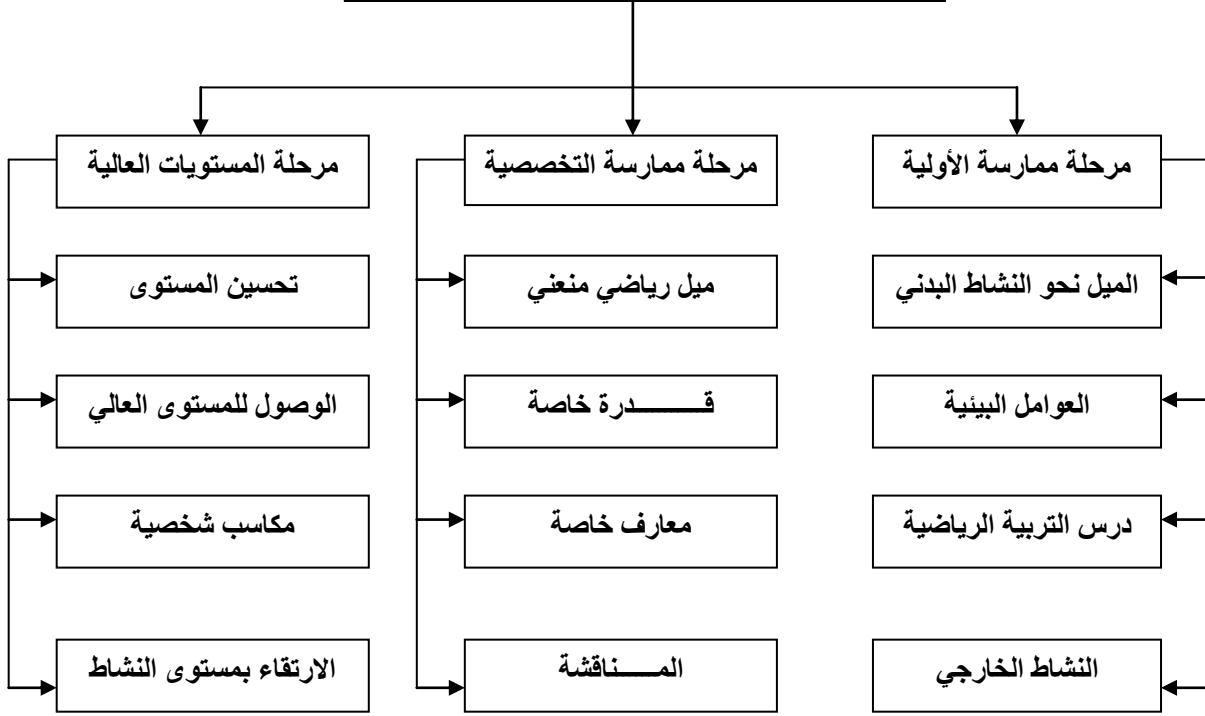
11-4-5-8- الارتقاءات بمستوى النشاط التخصصي:

و ذلك من خلال قيام هؤلاء الأبطال بإضافات خلاقة إلى مختلف النواحي التي تخصصوا فيها و هي من اهم العوامل التي ساعدت على ارتفاع مستوى النشاط الرياضي.(231)

11-4-5-9- الحاجة إلى تعلم الآخرين:

من خلال اعطاء خبراته الشخصية للناشئين ليكونوا خير خلف لخير سلف.

دوافع المراحل الأساسية للممارسة الرياضية



الشكل رقم (03): يمثل ملخص نتائج دراسة (Puni 1980) في مجال دوافع للمراحل الأساسية للممارسة الرياضية (232)

و مهما يكن بالنسبة لهاته الممارسة لمختلف الأنشطة البدنية و الرياضية بالنسبة للفرد عامة، أو المراهق خاصة من دوافع ، فتحقيق الذات إذن يبقى ارقى و اسمى حاجة يسعى إليه الفرد في حياته، و ان كان ذلك السعي شديد اللاحاح في مرحلة المراهقة باعتبارها مرحلة تشكيل شخصيته و اثباتها.

²³¹حسن علاوي: علم النفس الرياضي، مرجع سابق، ص 160.
²³²حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، مرجع سابق، ص 223.

خلاصة:

ما يمكن استخلاصه في الأخير هو انه بالرغم من ان فترة المراهقة هي فترة انتقالية فلا ينبغي حصرها أو النظر إليها على انها فترة جديدة يرتقي إليها الطفل كما في المجتمعات البدائية ، يتعرض لضروب من الصراعات ليست مماثلة في شدتها لما يتعرض له المراهق في المجتمعات المتحضرة ، كما لا يجب حصرها في تلك التغيرات الجسدية التي تحدث بسبب التغير الغددي لان ذلك ينقص من مفهومها. و ما ينبغي فهمه إذن هو إلا نفهم بان هناك نظرية من هذه النظريات تتصل بالمراهقة لوحدها و بصورة مجردة، و إنما في واقع الأمر كل نظرية هي جزء من فكرة واسعة تتصل بمراحل النمو و التكوين لدى الفرد و هذا يقودنا لتصور نماذج من المراهقة التي كنا قد تناولناها في هذا الفصل .

و مهما يكن من نموذج من هذه النماذج للمراهقة، فهي كلها تتفق عن كونها تمر بمجموعة من المشاكل ، و ان اختلفت شدتها من بيئة لأخرى، فلها إذن حاجتها التي قادتنا لدراسة الدوافع و نظرياتها ، لان نصل لاهم و اعلى دافع حسب " ماسلو " إلا و هو دافع تحقيق الذات، التي قد يجد لها المراهق السبيل من خلال دوافعه لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية، على مختلف مستويات ممارستها.

المبابة الثانية

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

المنهجية العلمية المتبعة

تمهيد:

بعد محاولتنا لتغطية الجوانب النظرية للبحث، سنحاول في هذا الجزء أن نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي بمعنى الحقل الميداني الدراسي من خلال تحليل جوانبه بدءاً من نوعية البحث الذي تعفنا فيه للمنهج المتبع في دراسة ثم كيفية اختيار العينة بحيث فيها الوسيلة التي اتخذناها خلال البحث في تكوين مجتمع الدراسة ثم تنتقل إلى تحديد كيفية جمع البيانات، بعد كل هذا انتقلنا إلى تحليل البيانات و ذلك باستعمال المقاييس الإحصائية المناسبة في تحويل الفرضيات من صيغتها الكيفية إلى تحليلها الميداني، ثم الوقوف على أهم الاستنتاجات التي توصلنا إليها في هذا البحث.

1 منهج البحث المتبع في الدراسة:

1 1 - المنهج الوصفي التحليلي:

يرتكز هذا المنهج على وصف دقيق و تفصيلي لظاهرة أو موضوع محدد على صورة نوعية أو رقمية وقد يقتصر هذا المنهج على وضع قائم في فترة زمنية محددة أو تطوير يشمل عدة فترات زمنية .

- يهدف هذا المنهج إما إلى رصد ظاهرة أو موضوع محدد بهدف فهم مضمونها أو مضمونه أو قد يكون هدفه الأساسي تقويم وضع معين لأغراض عملية، على سبيل المثال التعرف على أعداد العاطلين عن العمل من خريجي الجامعات من الأمثلة الحية على هذا المنهج، بشكل عام ممكن تعرفه " بأنه أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على المعلومات و ذلك من أجل الحصول على نتائج علمية تم تفسيرها بطريقة موضوعية و بما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة ²³³ ."

- ويعر المنهج الوصفي على أنه طريقة من طرق التحليل و التفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة إجتماعية ما و يعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة و تطويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة و تصنيفها وتحليلها و إخضاعها للدراسة ²³⁴ . بينما يرى آخرون بأن المنهج الوصفي يهدف بخطوة أولى إلى جمع بيانات كافية و دقيقة عن ظاهرة أو موضوع اجتماعي و تحليل ما تم جمعه من بيانات بطريقة موضوعية كخطوة ثانية تؤدي إلى التعرف على العوامل المكونة و المؤثرة على الظاهرة كخطوة ثالثة، يضاف إلى ذلك أن المنهج يعتمد لتنفيذه على مختلف طرق جمع البيانات كالمقابلات الشخصية و الملاحظة المباشرة الآلية منها و البشرية و استمارة الاستبيان و تحليل الوثائق و المستندات و غيرها ²³⁵ .

أما أهم ما يميز المنهج أنه يوفر بيانات مفصلة عن الواقع الفعلي للظاهرة أو موضوع الدراسة كما أنه يقدم في نفس الوقت تفسيراً واقعياً للعوامل المرتبطة بموضوع الدراسة تساعد على قدر المعقول من التنبؤ المستقبلي للظاهرة على الجانب الآخر، يعاني هذا الأسلوب من بعض العيوب أهمها سمة التحيز الشخصي الباحث عند جمعه للبيانات المختلفة حول الظاهرة الأم الذي قد يؤدي إلى الحصول على بيانات الغير دقيقة لا يمكن أن تؤدي إلى نتائج موضوعية يمكن تعميمها على مجتمع الدراسة و بالتالي فإن مصداقية هذا المنهج قد تصبح ضعيفة بالمقارنة مع مزايا المناهج الأخرى للبحث العلمي ²³⁶ .

²³³ - ذوقان عبيدات و آخرون: البحث العلمي مفهومه أدواته و أساليبه، ط1، الجامعة الأردنية، 1998، ص47.

²³⁴ - كما آيت منصور، رايح طاهير: منهجية إعداد بحث علمي، دار الهدى للطباعة و النشر، عين مليلة، 2003 ص18.

²³⁵ - سامي عريفج و آخرون: مناهج البحث العلمي و أساليبه، ط1، مجدلاوي للنشر، عمان، 1987، ص131.

²³⁶ - ذوقان عبيدات و آخرون: البحث العلمي مفهومه ادواته و اساليبه، مرجع سابق، ص47.

2- متغيرات الدراسة:

1-2- المتغير المستقل:

و هو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة و عامة ما يعرف باسم المتغير أو العامل التجريبي، و يتمثل في دراستنا في جانب النشاط البدني الرياضي التربوي.

2-2- المتغير التابع:

و هذا المتغير هو نتاج تأثير العامل المستقل في الظاهرة، و يتمثل في دراستنا هذه في جانب النمو النفسي الإجتماعي.

وعادة يقوم الباحث بصياغة فرضيته محاولا إيجاد علاقة بين المتغير المستقل والمتغير التابع، و لكي يتمكن الباحث من اختيار وجود هذه العلاقة أو عدم وجودها لابد له من استبعاد وضبط تأثير العوامل الأخرى على الظاهرة قيد الدراسة²³⁷، لكي يتيح المجال للعامل المستقل وحده التأثير على المتغير التابع.²³⁸

3- مجتمع الدراسة (البحث):

1-3- مفهومه :

نعني بمجتمع البحث(الدراسة) جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث و لكن:

- هل يستطيع الباحث أن يدرس جميع أفراد مجتمع البحث؟

- و هل يمتلك وقتا كافيا لدراسة جميع أفراد مجتمع البحث؟

في واقع الأمر، إن دراسة مجتمع البحث الأصلي كله يتطلب وقتا طويلا و جهدا شاقا وتكاليف مادية مرتفعة، و يكفي أن يختار الباحث عينة ممثلة لمجتمع الدراسة بحيث تحقق أهداف البحث و تساعده على إنجاز مهمته²³⁹، و يمثل مجتمع الدراسة في بحثنا هذا حول التنشئة الاجتماعية عند التلاميذ و تلميذات الطور الثانوي بالجزائر العاصمة.

2-3- عينة الدراسة:

1-2-3- مفهوم العينة:

هي عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة معينة وإجراء الدراسة عليها و من ثم استخدام تلك النتائج و تعميمها على كامل مجتمع الدراسة²⁴⁰.

²³⁷-دوقان عبيدات و آخرون: البحث العلمي مفهومه ادواته واساليبه، مرجع سابق، ص55.

²³⁸- دوقان عبيدات و آخرون: البحث العلمي مفهومه ادواته واساليبه، مرجع سبق ذكره، ص-18.

²³⁹سامي ملحم:مناهج البحث في التربية و علم النفس، ط1، دار المسيرة للنشر، الأردن، 2000، ص220.

²⁴⁰-طلعت همام:قاموس العلوم النفسية و الاجتماعية، ط2، دار عمان، الأردن، 1987، ص73.

3-2-2-اختيار نوع العينة:

أ-العينة العشوائية البسيطة:

تعتمد هذه الطريقة على منح فرص متكافئة لكل فرد من أفراد المجتمع أن يكون ضمن أفراد العينة المختارة، فهي تتضمن اختيار عشوائي لعدد أفراد العينة من قائمة المجتمع، و نتيجة لعامل الاحتمال و الصدفة فإن العينة تحتوي مفردات مماثلة لمفردات المجتمع ككل²⁴¹.

ب-العينة المقصودة :

و يستخدم هذا الأسلوب إذا كان أفراد المجتمع الأصلي معروفين تماما،مثال :طلبة المهن التعليمية، مجتمع المهندسين، أطباء، عمال، حيث يعتمد الباحث هذا الأسلوب من اجل اختيار عينته حسب معايير يضعها الباحث لبحثه²⁴².

4-إختيار عينة البحث:

لقد اعتمدنا على العينة المقصود من حيث العدد و هي عشوائية من حيث الأفراد، إلا أننا سنتطرق لتبيان حجمها من حيث جنسها (التلاميذ و الأساتذة)، مستوى أفراد العينة الخاصة بالتلاميذ و مصدر و مكان تواجدها.

4-1-حجمها:

يقدر حجم العينة الخاصة بالتلاميذ ب 700 تلميذ و تلميذة من الثانويات العشر (10) التي سوف نقوم بذكرها لاحقا.

يقدر حجم العينة الخاصة بالأساتذة ب 20 أستاذ من الثانويات العشر، و يتم ذكرها لاحقا.

²⁴¹- محمد حسن علاوي:أسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي،دار الفكر العربي،القاهرة، 1999،ص 142.

²⁴²- سامي ملحم:مناهج البحث في التربية و علم النفس، المرجع السابق، ص 223 .

اسم الثانوية	عدد الأساتذة	عدد التلاميذ
ثانوية الجديدة - وادارهيو	أستاذين	670 تلميذ
ثانوية 1نوفمبر - جديوية	أستاذين	671 تلميذ
ثانوية عسوس - عمي موسى	أستاذين	454 تلميذ
ثانوية عمر بن الخطاب - عمي موسى	ثلاثة اساتذة	765 تلميذ
متقنة - وادي ارهيو	أستاذين	702 تلميذ
ثانوية الشهداء - واد ارهيو	أستاذ	725 تلميذ
ثانوية أولاد يعيش	استاذ واحد	360 تلميذ
ثانوية عريف عبد الله	أستاذين	516 تلميذ
ثانوية بن احمد بن خدة	أستاذين	555 تلميذ
ثانوية بن جامعة - عين طاريق	أستاذين	692 تلميذ

الجدول رقم (01): يمثل توزيع العينة بين أفراد المؤسسات التربوية.

5- الدراسة الميدانية أو الاستطلاعية:

كل دراسة لا بد أن تكون ذات أهداف، لأنه وبتحديد هذه الأهداف يمكن تحديد الوسائل والطرق التي تجري بواسطتها، و يمكن تحديد هدف بحثنا هذا على إبراز دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المراهقين في المرحلة الثانوية و مدى تأثيرها على التلميذ الثانوي و جعله فردا سويا ذو شخصية رزينة، ذات تكيف واندماج مع الزملاء داخلا لمؤسسة و مع المجتمع بصفة عامة و التي يتأثر و يؤثر فيه، محققا بذلك أهداف مستقبلية سواء لنفسه أو لمجتمعه، ليكون عاملا فعالا في المجتمع، هذا بالإضافة إلى التأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل و مناقشة النتائج، و معالجة بعض جوانب النقص التي لمسناها في الموضوع و إعطاء اقتراحات و توصيات تخدم موضوع الدراسة و التلميذ بصفة خاصة.

6 - مجالات البحث

6-1- المجال الزماني للبحث:

شرعنا في إنجاز الجانب النظري لبحثنا هذا في مقروبة شهر ديسمبر إلى غاية نهاية شهر جانفي، أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد دام من شهر فيفري إلى غاية أواخر شهر مارس.

6-2- المجال المكاني:

قمنا بإجراء البحث الميداني على مستوى بعض الثانويات التي تم اختيارها في ولاية غليزان و هي كالتالي:

6-2-1- أفراد العينة الخاصة بالتلاميذ:

- ثانوية الجديدة وادارهيو
- ثانوية 1نوفمبر جديوية
- ثانوية عسوس عمي موسى
- ثانوية ثانوية عمر بن الخطاب عمي موسى
- ثانوية الشهداء وادارهيو
- متقنة وادي ارهيو
- ثانوية أولاد يعيش
- ثانوية بن احمد بن خدة
- ثانوية بن جامعة عين طارق
- ثانوية عريف عبد الله

6-2-2- أفراد العينة الخاصة بالأساتذة:

نفس الثانويات السابقة:

- ثانوية الجديدة وادارهيو
- ثانوية 1نوفمبر جديوية
- ثانوية عسوس عمي موسى
- ثانوية ثانوية عمر بن الخطاب عمي موسى
- ثانوية الشهداء وادارهيو
- متقنة وادي ارهيو
- ثانوية أولاد يعيش
- ثانوية بن احمد بن خدة
- ثانوية بن جامعة عين طارق
- ثانوية عريف عبد الله

6-3- المجال البشري:

يقول محمود قاسم في كتابه المنطق الحديث و مناهج البحث. " ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو البعض من الجميع " (2) و إبراهيم بسيوني عميرة " فإن عدد الحالات التي يشملها "الكل" الذي تنتمي إليه أو

يتضمنها "الجميع" الذي يحتويها كغيرها أصبح من الصعوبة بمكان بل من المستحيل دراسة جميع هذه الحالات ، و لهذا يلجأ الباحث إلى اختيار عدد محدود من هذا الكل " (3) لقد قمنا بضبط المتغيرات بين الأفراد الذين قمنا بتوزيع الاستمارات عليهم كالتالي:

- 20 أستاذ من التعليم الثانوي من أصل 79 اي بنسبة 25 بالمئة .
- 700 تلميذ، ذكور وإناث من التعليم الثانوي من أصل 5644 اي بنسبة 12.4 بالمئ

7- أدوات البحث:

7-1- استخدام الاستبيان:

7-1-1- تعريف الاستبيان:

هناك تعريفات عديدة و من الصعب حصرها، نذكر من بينها:

أداة تتضمن مجموعة من الأسئلة المكتوبة و التي تعد بقصد الحصول على معلومات وآراء المبحوثين حول ظاهرة معينة.

ويعتبر الإستبيان مجموعة من الأسئلة أو الجمل الخبرية التي يطلب من المفحوصين الإجابة عنها بالطريقة التي يحددها الباحث حسب أغراض البحث²⁴³ وسيلة لجمع المعلومات المتعلقة بموضوع البحث عن طريق إعداد استمارة يتم تعبئتها من قبل عينة ممثلة من الأفراد، و يسمى الشخص الذي يقوم بملاً الاستمارة بالمستجيب²⁴⁴. أداة لجمع المعلومات المتعلقة بموضوع البحث عن طريق استمارة معينة تحتوي على عدد من الأسئلة، مرتبطة بأسلوب منطقي مناسب، يجري توزيعها على أشخاص معينين لتعبئتها²⁴⁵.

7-1-2- أنواع الأسئلة:

أ- الأسئلة المغلقة أو محددة الإجابة:

و في هذا النوع من الأسئلة يحدد الباحث الإجابات الممكنة أو المحتملة لكل سؤال و يطلب من المستجيب اختيار إحدهما أو أكثر أي أن يقيد أثناء الإجابة، و لا يعطيه الحرية لإعطاء إجابة من عنده²⁴⁶.

ب- الأسئلة المفتوحة أو الحرة:

هذا النوع من الأسئلة تعطي كل الحرية للمبحوث في الإجابة عليها كما يشاء إما باختصار أو بالتفصيل، كما يعطي له مطلق الحرية بذكر أي معلومات يعتقد بأنها تتعلق بالسؤال مهما كانت فائدتها في تحديد الآراء السائدة في المجتمع.

3- إبراهيم بسيوني عميرة : مناهج البحث التربوي، دار المعارف بمصر ، القاهرة ، 1974، ص67.

²⁴³ عودة سليمان: أساسيات البحث العلمي في التربية و العلوم الإنسانية، ط2 ، إريد، مكتبة الكتاني، 1992 ، ص184 .

²⁴⁴ الرفاعي أحمد حسين: مناهج البحث العلمي تطبيقات إدارية و اقتصادية، دار وائل، عمان، 1998 ، ص181 .

²⁴⁵ عليان ربحي مصطفى: خطوات البحث العلمي في علم المكتبات، رسالة المكتبة، 1981 ، ص17 .

²⁴⁶ عمار بوحوش، محمد محمود الزنيبات: مناهج البحث العلمي أسس و أساليب، ط1 ، مكتبة المنار للطباعة و النشر و التوزيع، الأردن، 1989 ، ص56 .

ج - الأسئلة النصف مفتوحة:

يحتوي هذا النوع من الأسئلة على نصفين، النصف الأول يكون مغلق أي الإجابة عليه تكون بـ نعم "أو" لا"، و النصف الثاني تكون فيه الحرية للمستوجب للأداء برأيه الخاص²⁴⁷

8- صدق الإستبيان:

8-1- صدق المحكمين (الصدق الظاهري):

حيث طلب الباحث من المحكمين والمختصين في التربية و علم النفس إضافة إلى أساتذة النشاط البدني الرياضي بمعهد التربية البدنية والرياضية وذوي الخبرة والمعرفة في المجال والمسؤولين المؤهلين بإبداء الراي في مدى وضوح عبارات أسئلة الإستبيان ومدى ملائمة تلك العبارات لقياس ما وضعت لأجله ، وإدخال ما يرونه من تعديلات لازمة لتطوير أداة الدراسة. وفي ضوء التوجيهات التي أبداها المحكمون بحذف العبارات التي لم تحظى على إتفاق بنسبة 80% من المحكمين وإضافة بعض العبارات التي ارتأوا إضافتها وتعديل صياغة بعض الأسئلة.

8-2- الصدق البنائي للإستبيان:

قام الباحث بعد تصميم أدائي الدراسة وبعد التأكد من الصدق الظاهري لها بإختياره مجموعة صغيرة كعينة استطلاعية عشوائية قوامها 120 تلميذ بالمرحلة الثانوية وعلى أساتذة من مجتمع الدراسة وتم توزيع الإستبانات على المجموعتين بهدف أن يكون الإستبانين أقرب إلى الدقة والوضوح وتم اختيارهم بهدف اختبارها وتطبيقها عليهم وضرورة التعليق على الأسئلة بطرح الأسئلة على العبارات الغامضة أو التي يصعب الإجابة عليها بالتأكد من الصدق البنائي لأدائي الدراسة.

9- إجراءات الدراسة:

بعد التأكد من الصدق الظاهري والبنائي ، قام الباحث بتطبيقها ميدانيا على التلاميذ والأساتذة من خلال الخطوات التالية:

1- الحصول على موافقة الجهات المختصة لتطبيق الدراسة ميدانيا على أفراد عينة الدراسة من تلاميذ المرحلة الثانوية، وأساتذة النشاط البدني الرياضي في بعض المؤسسات في ولاية غليزان.

2- قمنا بتوزيع الإستبيان وعددها (720) على عينة الدراسة من تلاميذ المرحلة الثانوية ويمكن من استعادة (700) استبانة مكملة البيانات

وزيع الإستبان الثاني على الأساتذة وكان عددها (28) وتم استرجاع (20) استبيان على الرغم من حرصنا الشديد.

10- أساليب المعالجة الإحصائية:

بعدما تم جمع بيانات الدراسة عن طريق اجابات عينة الدراسة على عبارات الإستبيان تم القيام بمجموعة من الأساليب الإحصائية التالية:

1- تم استخراج التكرارات والنسب المئوية ، للتعرف على اجابات أفراد عينة الدراسة عن جميع العبارات متغيرات الدراسة على النحو التالي:

10-1- الأساليب الإحصائية:

أ - النسبة المئوية²⁴⁸

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد التكرارات}}{\text{مجموع التكرارات}} \times 100$$

ب- إختبار كا²⁴⁹.

$$k^2 = \sum_{i=1}^h \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

²⁴⁸ عبد اللطيف يوسف الصديق و آخرون، معجم الإحصاء، دار الراتب الجامعية، لبنان، دون تاريخ، ص133 .

²⁴⁹ حسان محمد حسن، الأسس العلمية لمناهج البحث العلمي، دار الطليعة، بيروت، ط1 ، سنة 1994 ، ص125 .

خلاصة :

لقد تمحور هذا الفصل حول منهجية البحث و الإجراءات الميدانية التي أنجزها الباحث خلال التجربة الاستطلاعية و الأساسية، تماشياً مع طبيعة البحث العلمي و متطلباته العلمية و التعاملية، بحث قمنا في بداية هذا الفصل بالتطرق منهجية البحث و إجراءاته الميدانية وفي التجربة الاستطلاعية تطرقنا إلى الخطوات العلمية التي أنجزت تمهيداً للتجربة الأساسية وذلك بتوضيح المنهج المتبع في البحث والعينة بالإضافة إلى مجالات البحث و الأدوات المستخدمة .

الفصل الخامس

لأرض و مناقشة النتائج

تمهيد :

بعد عرض منهج البحث و الإجراءاته ، و الذي تم من خلاله التعرف على فرضيات البحث و تصميمه و كذلك الخصائص العامة للعينة التي شاركت في البحث ، نحاول في هذا الفصل التعرض لمختلف النتائج المتوصل إليها و مناقشتها.

و لقد ركز الباحث على مختلف متغيرات البحث ، ودراسة بعد ذلك العلاقة الممكنة بين هذه المتغيرات معتمدين في ذلك على التقنيات الإحصائية لإبراز مايلي :

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

1 - عرض ومناقشة نتائج الإستهبان الخاص بالتلاميذ:

1-1 عرض ومناقشة نتائج السؤال 1:

السؤال 1: ما هي نظرتك لمادة التربية البدنية والرياضية؟
الغرض منه: معرفة رأي التلاميذ بالنسبة لمادة التربية البدنية والرياضية.

جدول نتائج الإستهبان:

الإجابة	مادة أساسية	مادة ثانوية	مادة ترفيهية	المجموع	كا ²
العدد	329	157	214	700	65,79
النسبة	%47	%22.43	%30.57	%100	

الجدول رقم (02): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ تجاه التربية البدنية و

الرياضية.

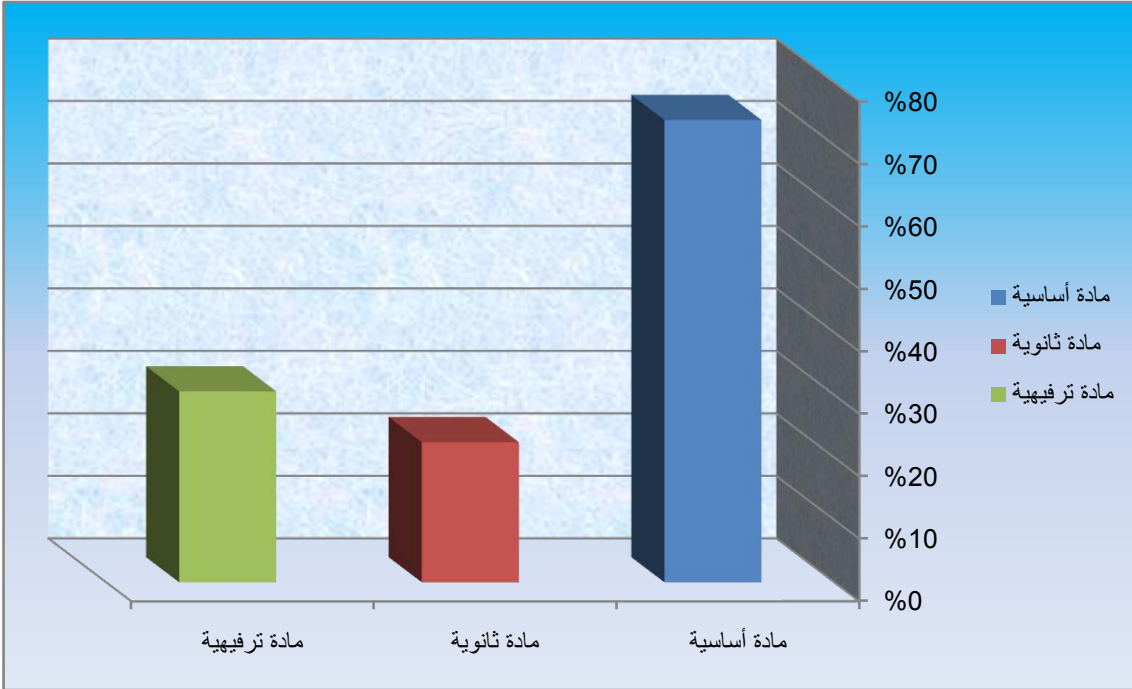
1-1-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 02 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 65.79 و بمقارنتنا مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 9،25 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولي.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نظرة التلاميذ إلى مادة التربية البدنية و الرياضية، حيث أن نسبة 47% يرون أنها مادة أساسية و تليها 30،57% يرون أنها مادة ترفيهية و 22،93% كانت نظرتهم مادة ثانوية.

1-1-2 المناقشة:

يتضح من خلال الجدول أن نسبة 47% من مجموع العينة ينظرون إلى مادة التربية البدنية والرياضية على أنها مادة أساسية وهذا قد راجع إلى أهمية درس التربية البدنية والرياضية وما يكتسبه خلاله التلميذ من فوائد نفسية وبدنية واجتماعية، في حين نجد أن نسبة 30% من مجموع العينة يرون أنها مادة ترفيهية وهذا راجع إلى الجو السائد أثناء الحصة من فرح وسرور وإحساسهم بالراحة النفسية المطلقة، أما نسبة 22.5% من مجموع العينة فهم يرون أنها مادة ثانوية ذلك لعدم إعطاء بعض المسؤولين كامل الأهمية لحصة التربية البدنية، وذلك يؤثر على نفسية التلاميذ ويشعرهم بأنها مادة غير أساسية.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (04): الخاصة برأي التلاميذ تجاه التربية البدنية و الرياضية.

1-2- عرض ومناقشة نتائج السؤال 2:

السؤال 2: كيف تفضل أن تكون مادة التربية البدنية والرياضية :
الغرض منه: معرفة مدى أهمية مادة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للتلميذ.
جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	إختيارية	إجبارية	المجموع	كا ²
العدد	536	164	700	197,69
النسبة	%76.67	%23.33	%100	

الجدول رقم: (03): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفتهم لمدى أهمية مادة التربية البدنية والرياضية .

1-2-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 03 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 197,69

وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,63 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجد ولي.

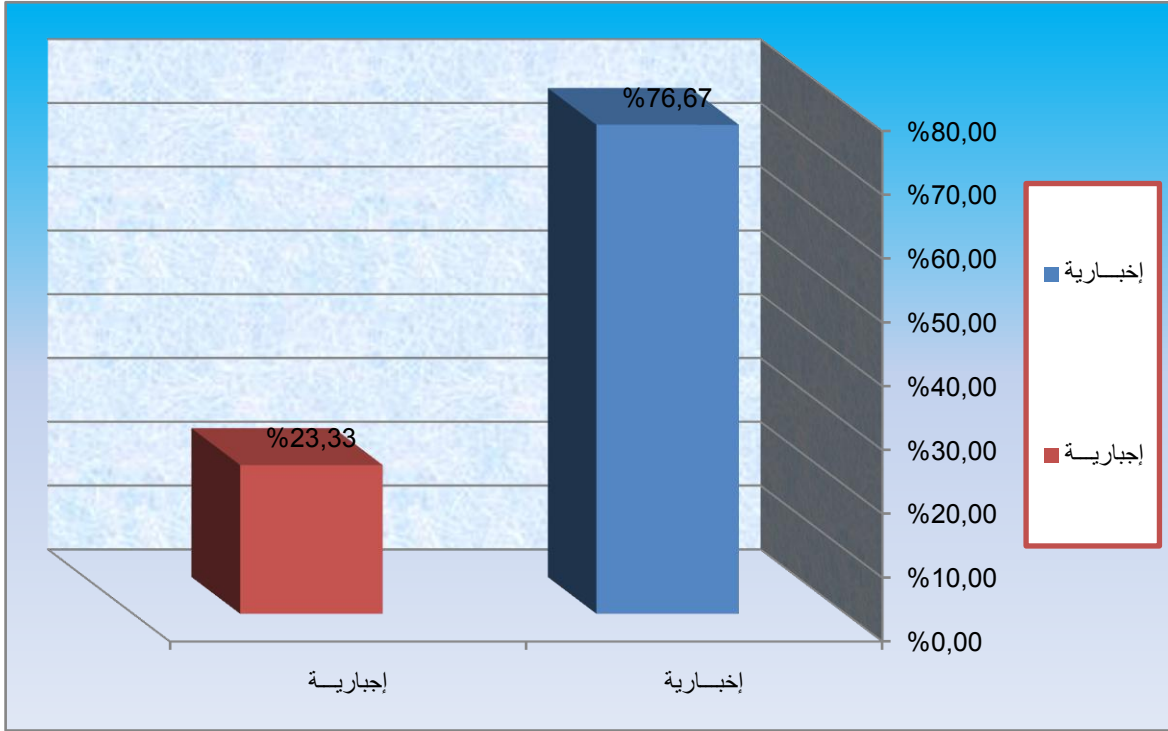
وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نظرة التلاميذ تجاه التربية البدنية إذا كانت إختيارية أم

إجبارية ،حيث نسبة 76,67% من التلاميذ ترى بأنها إجبارية

و نسبة 23,33% ترى بأنها إختيارية.

1-2-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة كبيرة تقدر بـ 76.67% من مجموع العينة يحبون أن تكون مادة التربية البدنية والرياضية مادة إجبارية، وهذا راجع لأهميتها بالنسبة لهم وما يكتسبونه منها من فائدة صحية وراحة نفسية وعلاقات اجتماعية حسنة مع الآخرين، في حين نجد أن نسبة 23.33% من مجموع العينة يحبون أن تكون مادة اختيارية وقد يرجع هذا إلى بعض المشاكل الصحية أو المادية التي يعاني منها التلاميذ.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (05): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفتهم لمدى أهمية مادة التربية البدنية والرياضية.

1-3- عرض ومناقشة نتائج السؤال 3:

السؤال 3: بماذا تشعر عند ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية؟
الغرض منه: معرفة الحالة النفسية للتلميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
جدول نتائج الإستبيان:

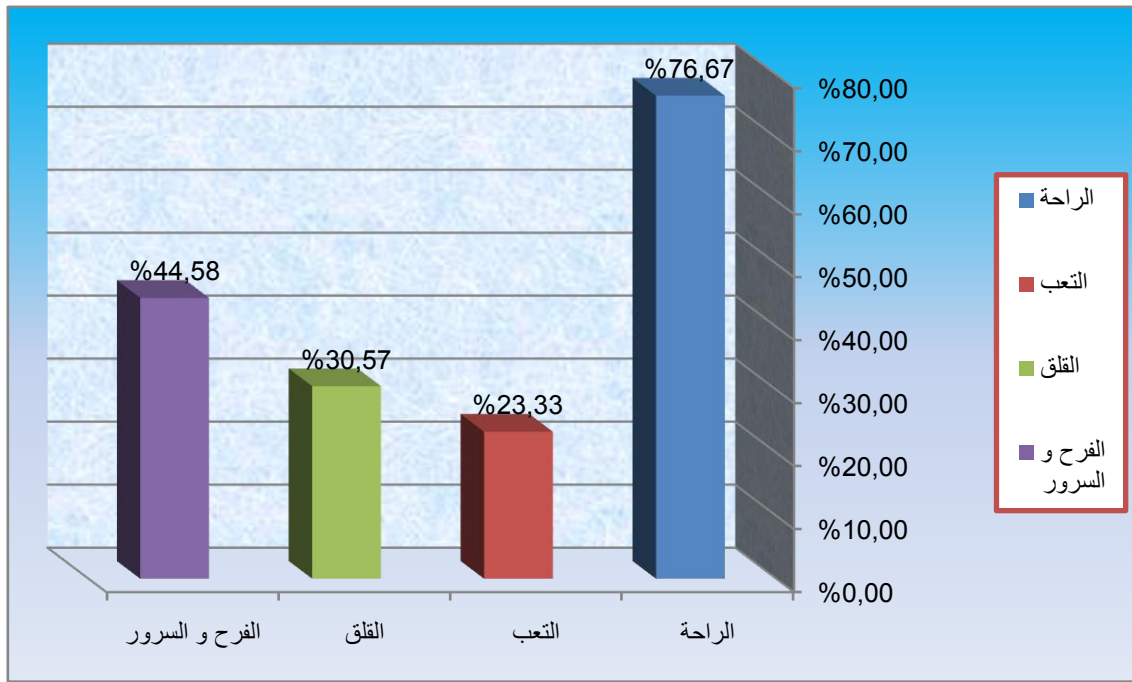
الإجابة	الراحة	التعب	القلق	الفرح والسرور	المجموع	كا ²
العدد	335	35	17	312	700	508.18
النسبة	%47.92	%05	%2.5	%44.58	%100	

الجدول رقم: (04): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة الحالة النفسية للتلميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية
1-3-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 04 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 508.18 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 11،34 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولي.
وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح النسبتين الخاصة بالراحة و التي بلغت %47،92 و الفرحة و السرور الذي بلغ %44،58.

1-3-2- المناقشة:

يتبين من خلال الجدول أن نسبة 47.92% من مجموع العينة يحسون بالراحة النفسية عند ممارسة التربية البدنية والرياضية وهذا يعود لمعاملة الأستاذ وحسن تصرفه وربما تفهمه لحالات التلاميذ النفسية، أما نسبة 44.58% من مجموع العينة فهم يحسون بالفرح والسرور عند الممارسة وهذا قد يرجع إلى عدم تحميلهم ما لا يطيقون عليه من قبل الأستاذ، أما نسبة الذين يشعرون بالتعب فهي 05% من مجموع العينة وهذا قد يكون سببه الحمل الزائد على التلاميذ، في حين نجد أن نسبة 2.5% من أفراد العينة فقط الذين يشعرون بالقلق أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، ومن خلال هذه النتائج يتبين مدى ارتياح وحب التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية وتحقيقهم لنتائج نفسية جد إيجابية تساعد على نموهم النفسي والاجتماعي.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (06): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة الحالة النفسية للتلميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

1-4- عرض ومناقشة نتائج السؤال 4:

السؤال 4: كيف ترى الوقت المخصص لحصّة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض منه: معرفة ما إن كان الوقت المخصص لحصّة التربية البدنية والرياضية كافي أم غير كافي لتحقيق الأهداف النفسية المرجوة بالنسب للتلميذ.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	كافي	غير كافي	المجموع	كا ²
العدد	256	444	700	50,49
النسبة	%36.67	%63.33	%100	

الجدول رقم: (05): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول الوقت المخصص لحصّة التربية البدنية والرياضية.

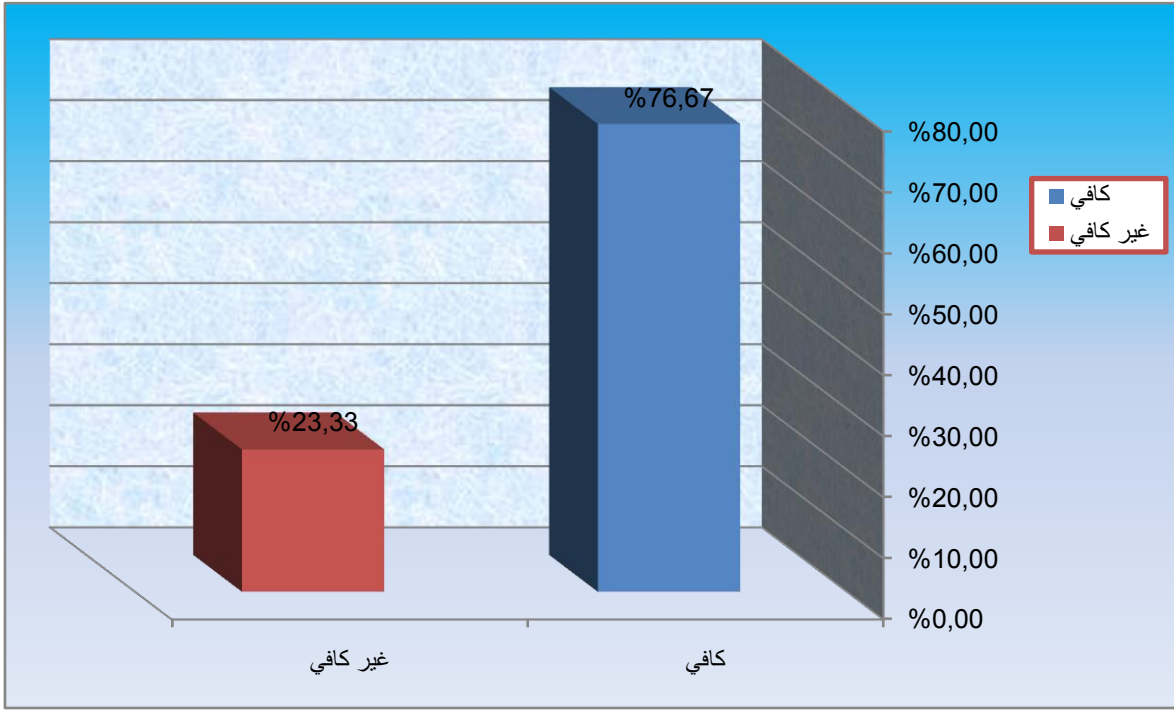
1-4-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 05 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 50,49 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,63 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نظرة التلاميذ إتجاه الوقت المخصص لحصّة التربية البدنية والرياضية، حيث ترى نسبة 36,67% أن الوقت المخصص لحصّة التربية البدنية والرياضية كافي أما نسبة 63,33% ترى عكس ذلك.

1-4-2- المناقشة:

إن نسبة كبيرة من التلاميذ 63.33% يرون أن الوقت المخصص لحصّة التربية البدنية والرياضية غير كافي حيث اعتبروها مادة أساسية ويجب أن يخصص لها أكثر من ساعتين، أما نسبة 36.67% يعتبرون أن الوقت المخصص لممارسة النشاط الرياضي كافي وهذا حتى يتسنى لهم مراجعة ومتابعة المواد الدراسية الأخرى.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (07): الخاص برأي التلاميذ حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.

1-5- عرض ومناقشة نتائج السؤال 5:

السؤال 5: ما هي الرياضة التي تفضل ممارستها؟

الغرض منه: معرفة نوع الرياضة التي يفضلها التلاميذ.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	كرة القدم	كرة اليد	كرة السلة	كرة الطائرة	ألعاب القوى	الجمباز	المجموع	كا ²
العدد	224	87	122	96	107	64	700	134,77
النسبة	30%	12.5%	17.5%	13.75%	15.42%	10.83%	100%	

الجدول رقم: (06): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول نوع الرياضة التي يمارسونها.

1-5-1- عرض النتائج:

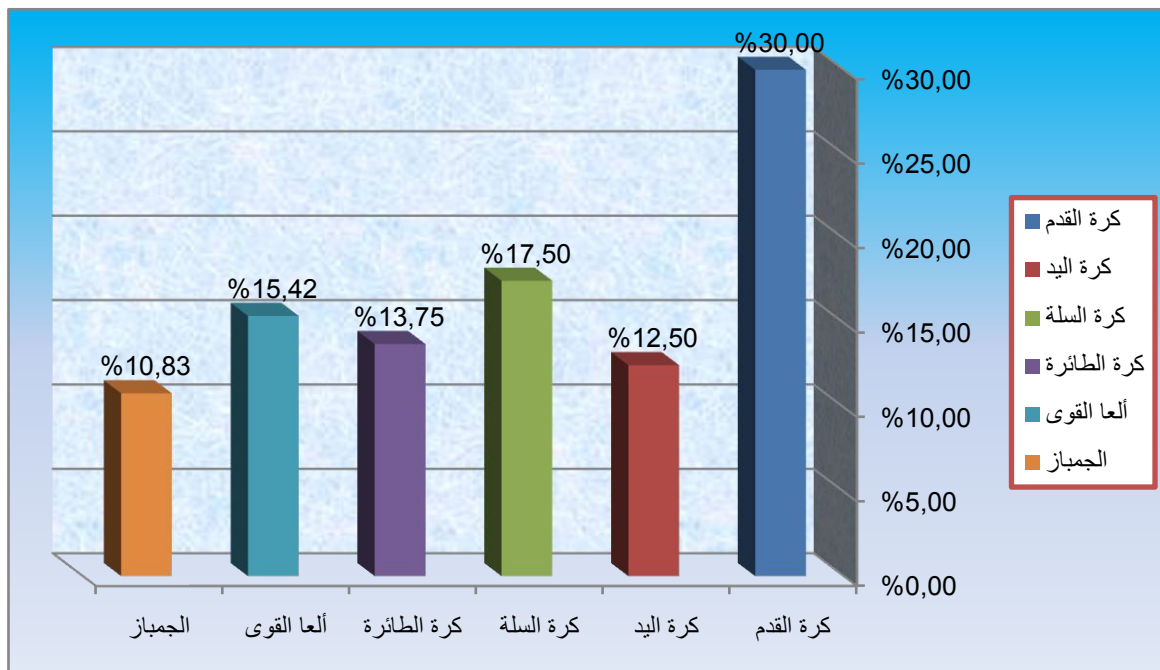
من خلال الجدول رقم 06 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 134,77

وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 5 والتي بلغت 08,15 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولي.

وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اختيار التلاميذ للرياضة التي يفضلونها، حيث كان هناك ميل للتلاميذ نحو كرة القدم و التي بلغت نسبتها 30% و بقية الرياضات الأخرى التي جاءت نسبتها على النحو التالي: كرة اليد 12,5% كرة السلة 17,5% كرة الطائرة 13,75% و ألعاب القوى 15,42% الجمباز 10,83%.

1-5-2- المناقشة:

من خلال النتائج المبينة في الجدول يتبين أن نسبة 30% من مجموع العينة يفضلون كرة القدم ، ونسبة 17.5% من التلاميذ يفضلون كرة السلة، ونسبة 13.75% من التلاميذ يفضلون كرة الطائرة، ونسبة 12.5% من العينة يفضلون كرة اليد، في حين كانت نسبة الذين يفضلون ألعاب القوى مقدرة بـ 15.42% والذين يفضلون الجمباز 10.89% ومن هذه النتائج يتبين مدى حب المراهقين للألعاب الجماعية في هذه الفترة من العمر وما تحققه لهم من اطمئنان نفسي واجتماعي جيد تجاه الآخرين.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (08): الخاص برأي التلاميذ حول نوع الرياضة التي يفضل ممارستها.

1-6- عرض ومناقشة نتائج السؤال 6:

السؤال 6: ما هي الفائدة من ممارسة التربية البدنية والرياضية حسب رأيك؟
الغرض منه: معرفة رأي التلميذ حول فائدة ممارسة التربية البدنية والرياضية.
جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	الإندماج الجيد في الجماعة والمجتمع	احترام الجماعة	إكتساب أصدقاء	المجموع	كا ²
العدد	347	125	228	700	105,79
النسبة	%49.58	%17.92	%32.5	%100	

الجدول رقم (07) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول الفائدة من ممارسة التربية البدنية والرياضية.

1-6-1- عرض النتائج:

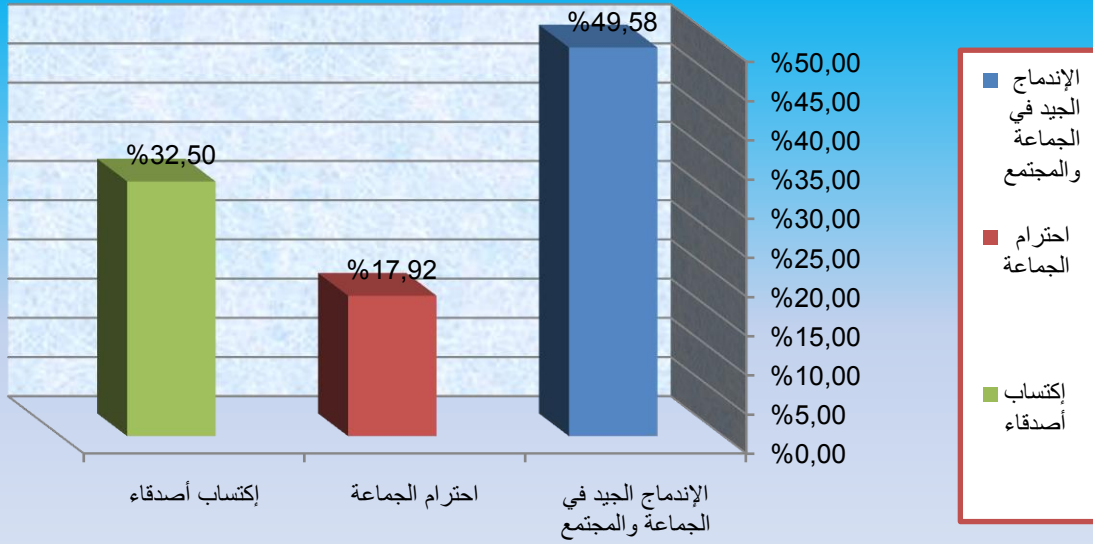
من خلال الجدول رقم 07 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 105,79

و بمقارنتها مع قيمة كا الجدولية عند الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 2 والتي بلغت 9,21 و عليه كا² المحسوبة أكبر من كا² الجد ولي.

وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الفائدة من ممارسة الرياضة البدنية حيث أتجهت معظمها إلى الإندماج الجيد في الجماعة و المجتمع، بحيث بلغت نسبة 49,58% و تليها 32,5% في إكتساب أصدقاء و أخيرا إحترام الجماعة بنسبة 17,92%.

1-6-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 49.58% من مجموع العينة يرون أن ممارسة التربية البدنية والرياضية تحقق لهم هدف الإندماج الجيد في الجماعة والمجتمع، في حين نجد أن نسبة 32.5% من مجموع العينة يرون أن ممارسة التربية البدنية والرياضية تحقق لهم فائدة تكوين صداقة واكتساب أصدقاء، نسبة 17.32% يرون أنها تحقق له فائدة احترام الجماعة، ومن هنا نستنتج تحقيق التربية البدنية والرياضية لهدفها الاجتماعي في محاولة دمج المراهق ضمن المجتمع وجعله فعالا في.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (09): الخاص برأي التلاميذ حول الفائدة من ممارسة التربية البدنية والرياضية.

1-7- عرض ومناقشة نتائج السؤال 7:

السؤال 7: هل ترى أن مادة التربية البدنية والرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى؟
الغرض منه: معرفة ما إذا كانت مادة التربية البدنية والرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
العدد	571	71	700	361,94
النسبة	81.67%	18.33%	100%	

الجدول رقم (08): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت مادة التربية البدنية والرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى.

1-7-1- عرض النتائج:

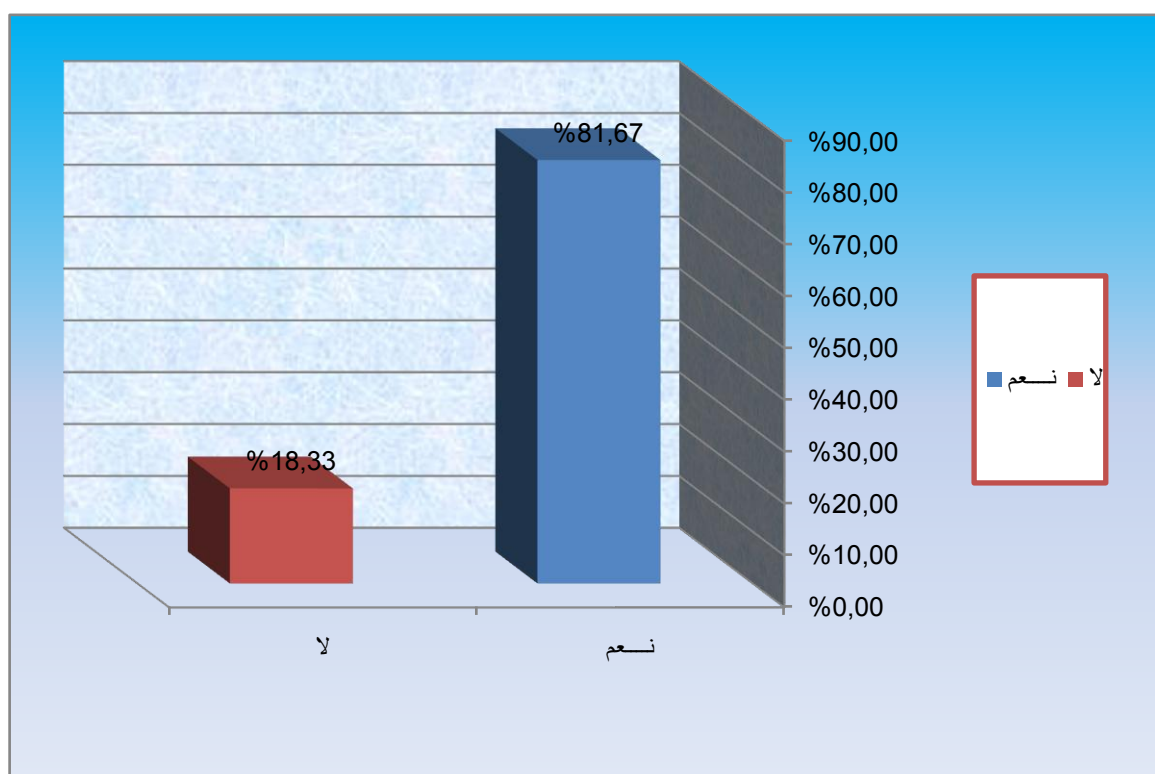
من خلال الجدول رقم 08 يتضح لنا أنه بلغت قيمة χ^2 المحسوبة 361,94

وبمقارنتها مع قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,63 نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإجابات في ما يخص إسهام مادة التربية البدنية و الرياضية في فهم المواد الدراسية الأخرى لصالح الإجابة التي بلغت 81,67%.

1-7-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 81.67% تساعد في التربية البدنية والرياضية على فهم المواد الدراسية الأخرى وهذا يرجع إلى ما يحقه التلميذ من راحة بعد انتهاء الحصة بتخلصه من كل الضغوطات بتفريغها أثناء الحصة، وبالتالي إمكانية استيعاب الدروس القادمة، في حين نجد أن نسبة 18.33% لتساعد في التربية البدنية والرياضية على فهم المواد الأخرى وقد يرجع هذا إلى إجاهدهم من طرف الأستاذ.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (10): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت مادة التربية البدنية والرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى.

1-8- عرض ومناقشة نتائج السؤال 8:

السؤال 8: حسب رأيك ما هي المشاكل التي تسببها لك مادة التربية البدنية والرياضية؟
الغرض منه: معرفة المشاكل التي تسببها مادة التربية البدنية والرياضة للمراهق.
جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	مشاكل نفسية	مشاكل اجتماعية	مشاكل صحية	لا توجد مشاكل	المجموع	كا ²
العدد	85	61	137	417	700	463.45
النسبة	%12.08	%08.75	%19.58	%59.58	%100	

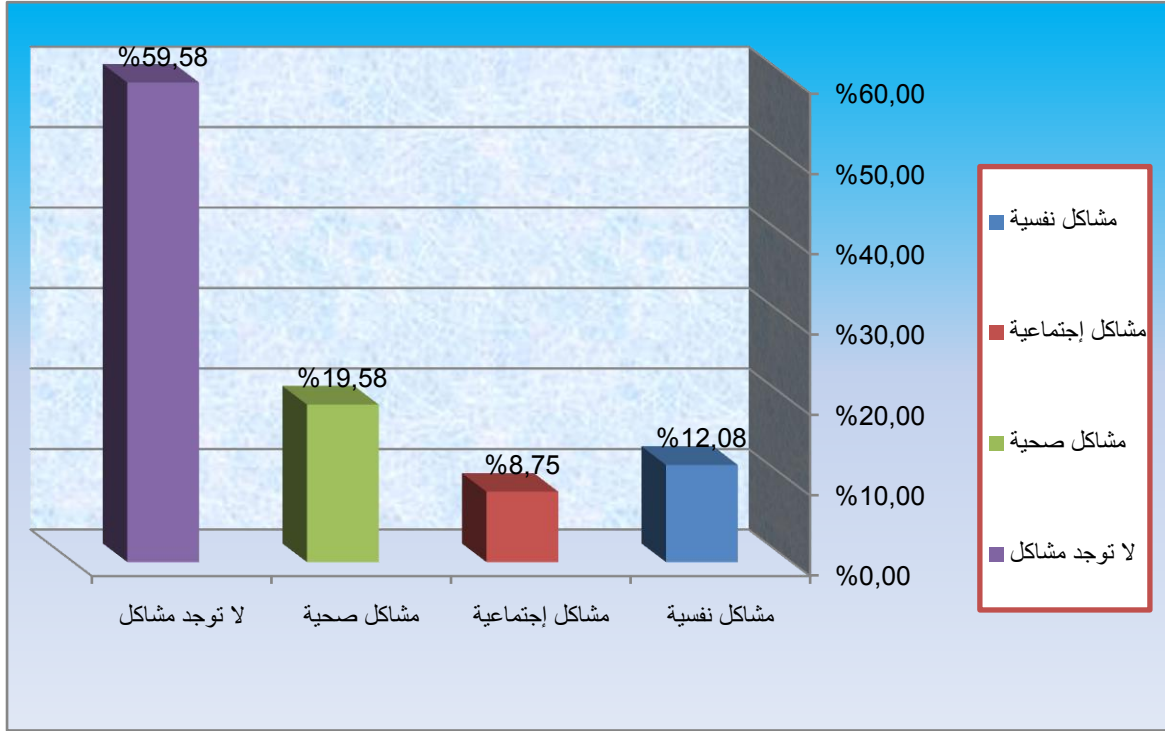
الجدول رقم: (09): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة المشاكل التي تسببها مادة التربية البدنية والرياضية لهم.

1-8-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 09 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 463.45 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 3 والتي بلغت 11,34 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإجابات في اتجاهات التلاميذ نحو المشاكل التي تسببها مادة التربية البدنية و الرياضية ، حيث أتجهت النسبة الكبيرة 89,52% إلى عدم وجود مشاكل ثم تليها 19,58% بأنها نسب مشاكل صحية و تليها 12,08% والتي تمثل نسبة الذين يرون أنها تسبب مشاكل نفسية وأخيرا 8,75% يرون بأنها تسبب مشاكل إجتماعية.

1-8-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 59.58% من مجموع العينة لا تحدث لهم مادة التربية البدنية والرياضة أية مشاكل وهذا راجع إلى التسيير الجيد من طرف الأستاذ للحصة ومراعاته لظروف التلاميذ وما يمرون به في هذه المرحلة ، في حين نجد أن نسبة 19.58% تحدث لهم مادة التربية البدنية والرياضة مشاكل صحية وقد يرجع هذا إلى نقص وسائل السلامة بمؤسستهم، ونسبة 12.08% تحدث لهم الحصة مشاكل نفسية وقد يرجع هذا إلى عدم تفهم الأستاذ تكليفه إياهم ما يفوق طاقاتهم، كم نجد أن نسبة 8.75% تحدث لهم الحصة مشاكل اجتماعية قد ترجع إلى صعوبة تكيفهم مع الجماعة وعدم توجيه الأستاذ لهم.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (11): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة المشاكل التي تسببها مادة التربية البدنية والرياضية لهم.

1-9- عرض ومناقشة نتائج السؤال 9:

السؤال 9: هل تهتم أسرته بالأخبار الرياضية؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كانت الأسرة تهتم بالأخبار الرياضية للتلميذ أم لا.

جدول نتائج الاستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
العدد	420	280	700	28
النسبة	%60	%40	%100	

الجدول رقم: (10): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول إهتمام الأسرة بأخبار الرياضة.

1-9-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 10 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 28 و بمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,63 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجد وليق.

وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإجابات في إتجاهات الأسرة لممارسة التربية البدنية والرياضية، حيث أن 60% منهم كانوا يولون اهتمامهم لممارسة أولادهم التربية البدنية و الرياضية، و40% كان إتجاههم عكس ذلك.

1-9-2- المناقشة:

تبين النتائج الواردة في الجدول أن نسبة كبيرة مقدرة بـ 60% من مجموع العينة تهتم أسرهم بأخبارهم الرياضية، وهذا راجع إلى وعيهم بأهميتها وفائدتها التي تعود على التلميذ بالصحة النفسية والعقلية والبدنية وحتى الاجتماعية، في حين نجد أن نسبة 40% من مجموع العينة لا تهتم أسرهم بالأخبار الرياضية لديهم وهذا يرجع إلى عدم وعيهم لأهميتها.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (12): الخاص برأي التلاميذ حول إهتمام الأسرة بأخبار الرياضة.

10-1- عرض ومناقشة نتائج السؤال 10:

السؤال 10: هل يوجد في أسرتك من يمارس الرياضة؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان ضمن أسرة التلميذ من يمارس الرياضة.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا
العدد	440	260	700	46,28
النسبة	%62.92	%37.08	%100	

الجدول رقم (11): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان ضمن

أسرة التلميذ من يمارس الرياضة

10-1-1- عرض النتائج:

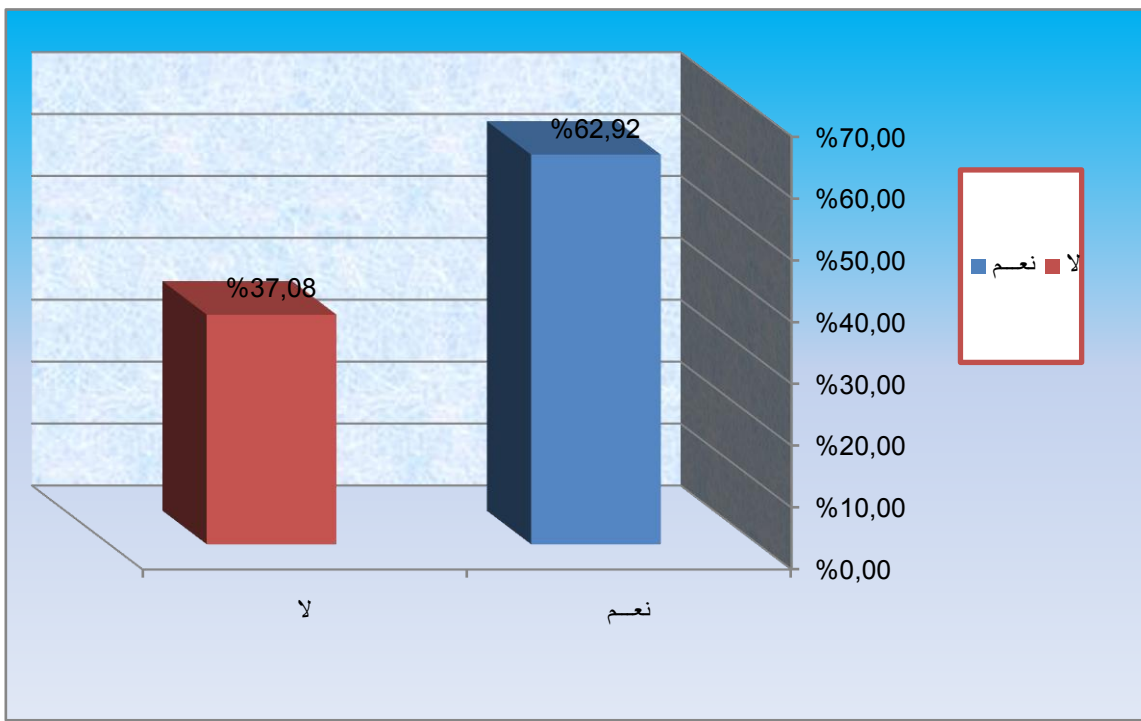
من خلال الجدول رقم 11 يتضح لنا أنه بلغت نسبة كا² المحسوبة تساوي 46,28

وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,63 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولي.

وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين ممارسة أسر التلاميذ للرياضة، حيث يرى 92,62% من التلاميذ أنه يوجد من يمارس الرياضة في أسرهم و 37,08% من التلاميذ ترى عكس ذلك.

10-1-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 62.92% من مجموع العينة هناك من يمارس النشاط الرياضي ضمن أسرهم وهذا يشجعهم ويولد لهم حب التربية البدنية والرياضة ويحفزهم على ممارستها داخل المدرسة، في حين نجد أن نسبة 37.08% من التلاميذ لا يجد ضمن أسرهم من يمارس النشاط الرياضي وهذا قد يرجع إلى أسباب صحية أو مادية قد تؤثر على اهتمام التلميذ بالرياضة داخل المدرسة.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (13): الخاص برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان ضمن أسرة التلميذ من يمارس الرياضة.

11-1- عرض ومناقشة نتائج السؤال 11:

السؤال 11: هل تقوم أسرتك بتشجيعك على ممارسة التربية البدنية والرياضة؟
الغرض منه: معرفة ما إذا كانت الأسرة تشجع التلميذ على ممارسة التربية البدنية والرياضة أم لا.
جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
العدد	397	303	700	12,62
النسبة	56.67%	43.33%	100%	

الجدول رقم (12): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول دور الأسرة في تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة.

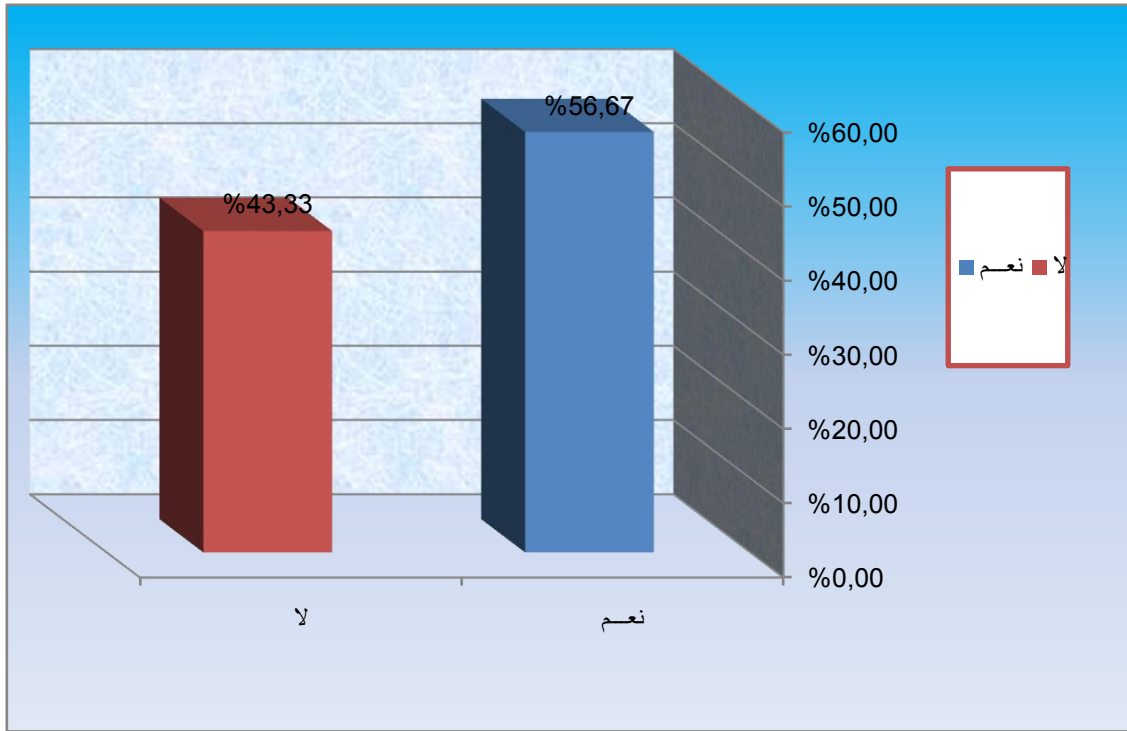
11-1-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 12 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة تساوي 12,62 و بمقارنتها مع قيمة كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,63 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة.

وعليه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر التلاميذ تجاه تشجيع أسرهم على ممارسة التربية البدنية الرياضية، حيث ترى 56,67% أن أسرهم تشجعهم على ممارسة التربية البدنية و الرياضية، و 43,33% ترى أن أسرهم لا تشجعهم على ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

1-11-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 56% من مجموع العينة تشجعهم أسرهم على ممارسة التربية البدنية والرياضة هذا يرجع إلى إدراك الأسرة لأهمية هذه المادة بالنسبة لطفلهم ، في حين نجد أن نسبة 43.33% من مجموع العينة لا تشجعهم أسرهم على الممارسة وهذا قد يرجع إلى عدم وعي الأسرة لما للتربية البدنية والرياضية من فائدة في تنمية الجانب النفسي والاجتماعي لطفلهم.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (14): الخاص برأي التلاميذ حول دور الأسرة في تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة.

1-12-1- عرض ومناقشة نتائج السؤال 12:

السؤال 12: هل تقوم بممارسة النشاط الرياضي خارج المدرسة في أوقات فراغك؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان التلاميذ يمارسون النشاط الرياضي خارج المدرسة في أوقات فراغهم أم لا

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
العدد	353	347	700	0.05
النسبة	%50.42	%49.58	%100	

الجدول رقم (13): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول ما إذا كان التلاميذ يمارسون النشاط الرياضي خارج المدرسة في أوقات فراغهم.

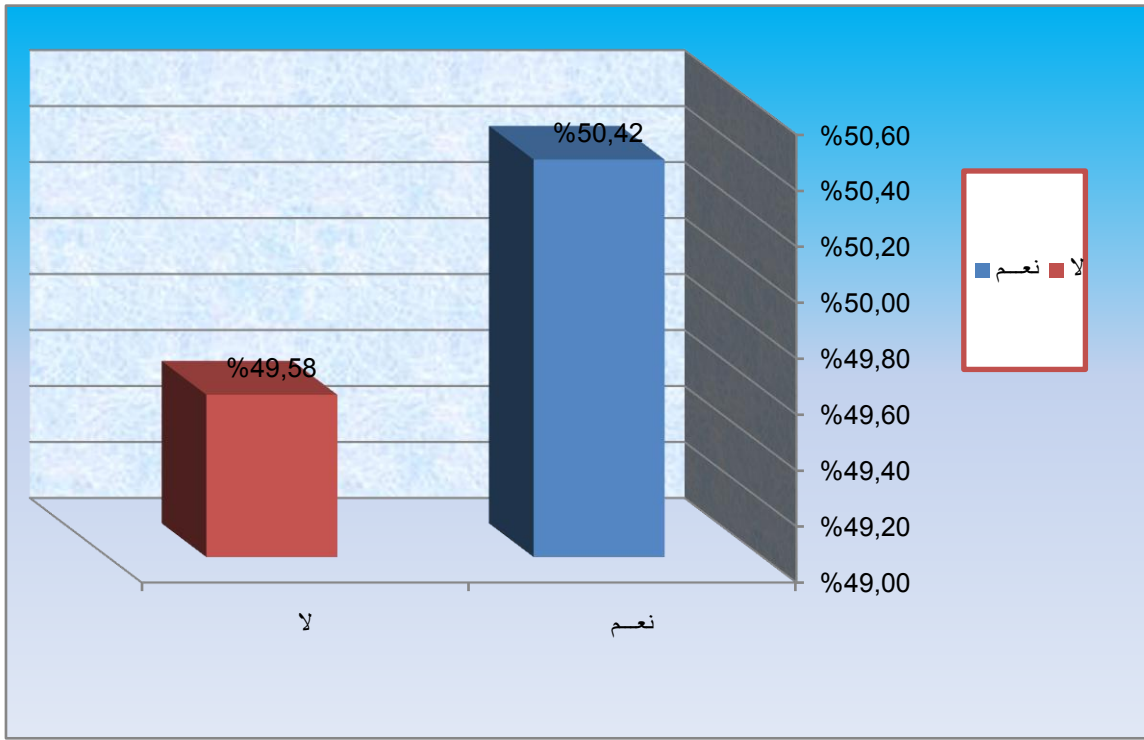
1-12-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 13 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة تساوي 0.05 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6،63 نجد أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولية.

وعليه لا يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية حيث أنّ هناك تقارب في آراء التلاميذ الذين يحذون ممارسة النشاط خارج المدرسة أثناء وقت الفراغ والتي بلغت 50،42% و الذين لا يحبذون لغت نسبتهم 49،58%.

1-12-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 50.42% من مجموع العينة يمارسون النشاط الرياضي خارج المدرسة في أوقات فراغهم، وهذا راجع لتعلقهم بحصة التربية البدنية والرياضية داخل المدرسة وما يحققونه من راحة نفسية وتخفيف الضغط المتواصل عليهم سواء داخل أو خارج المدرسة، كم نج أن نسبة 49.58% من مجموع العينة لا يمارسون النشاط الرياضي في أوقات فراغهم وهذا قد يرجع إلى علاقتهم بالأستاذ بالدرجة الأولى أو إلى مشاكل صحية أو مادية.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم(15): الخاصة برأي التلاميذ حول ما إذا كان التلاميذ يمارسون النشاط الرياضي خارج المدرسة في أوقات فراغهم.

13-1- عرض ومناقشة نتائج السؤال 13:

السؤال: كيف هي معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية؟
الغرض منه: معرفة طريقة معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلميذ.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	حسنة	سيئة	المجموع	كا ²
العدد	654	46	700	528,09
النسبة	%93.33	%6.67	%100	

الجدول رقم(14): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلميذ.

1-13-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 14 يتضح لنا أنه بلغت قيمة χ^2 المحسوبة تساوي 528,09 وبمقارنتها مع قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,63 نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

وعليه يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في طريقة أو كيفية معاملة الأستاذ التربوية البدنية و الرياضية من وجهة نظر التلميذ، حيث ترى نسبة 93,33% أن معاملة أستاذ التربية البدنية و الرياضية معاملة حسنة و 6,67% فقط ترى بأن معاملة سيئة.

1-13-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 93.33% من مجموع العينة معاملة الأستاذ لهم هي معاملة حسنة وهذا راجع إلى تفهمهم لحالاتهم ومشاكلهم النفسية والاجتماعية والظروف المحيطة بهم في هذه المرحلة من العمر ومساعدتهم في التخلص منها، في حين نجد أن نسبة قليلة مقدره بـ 6.67% من التلاميذ معاملة الأستاذ لهم هي معاملة سيئة وقد يرجع هذا إلى عدم إدراك الأستاذ لأهمية العناية بالجانب النفسي للتلميذ حتى يكسب ثقته وراحته النفسية.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (16): الخاصة برأي التلاميذ حول معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلميذ.

14-1- عرض ومناقشة نتائج السؤال 14:

السؤال 14: ماهي العراقيل والعواقب التي تمنعك من ممارسة النشاط الرياضي بشكل جيد؟
الغرض منه: معرفة العراقيل التي تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي.

الإجابة	نقص العتاد الرياضي	سوء برمجة درس التربية البدنية والرياضية	مشاكل مادية	مشاكل صحية	المجموع	كا ²
العدد	290	227	52	131	700	188,53
النسبة	%41.25	%32.5	%07.5	%18.75	%100	

الجدول رقم (15): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة العراقيل و العواقب التي تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي.

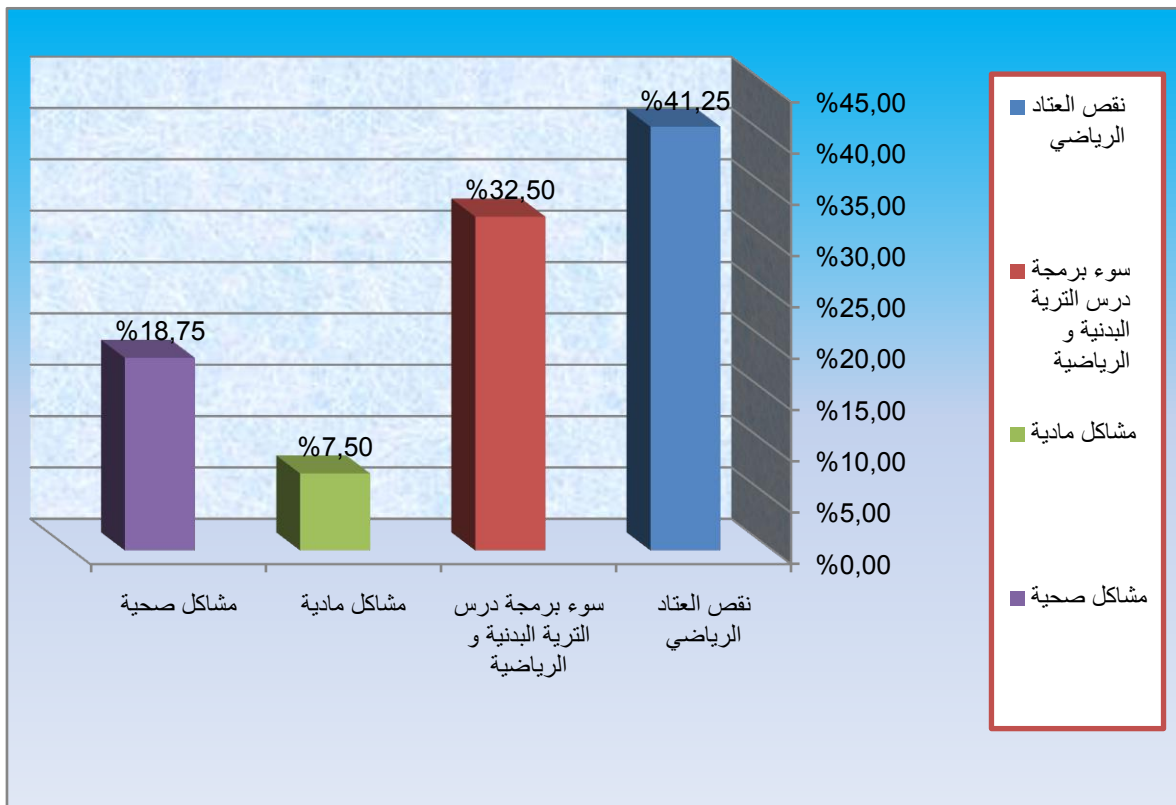
14-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 15 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة تساوي 188,53 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 3 والتي بلغت 11,34 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجد وليق.

وعليه يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ما يخص وجهة نظر التلاميذ حول العراقيل و العواقب التي تمنعك من ممارسة النشاط الرياضي بشكل جيد، حيث أن نسبة %41,25 ترى أن العراقيل تتمثل في نقص العتاد الرياضي و نسبة %32,5 ترى أن العراقيل عبارة عن سوء برمجة دروس التربية البدنية و الرياضية و نسبة %07,5 ترى العراقيل أنها مشاكل مادية و %18,75 ترى بأن العراقيل مشاكل صحية.

1-14-2 المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 41.25% يعرقلهم نقص العتاد الرياضي على ممارسة النشاط الرياضي بشك جيد وهذا يرجع إلى عدم اهتمام بعض المؤسسات وعدم إدراكهم أن نقص العتاد يثر بالسلب على نفسية التلاميذ، كم نجد أن نسبة 32.6% يرون أن من العراقيل سوء برمجة درس التربية البدنية والرياضية، وهذا يعود إلى الأستاذ بشكل خاص، كم نجد أن نسبة 18.75% تعرقلهم مشاكل صحية على الأداء لوجود بعض الأمراض، وهناك نسبة قليلة من التلاميذ مقدره بـ 07.5% تمنعهم مشاكل مادية من الممارسة، ومن هنا على الأستاذ تفهم كل الحالات ومراعاتها بعناية.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (17): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة العراقيل و العواقب التي تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي.

1-15- عرض ومناقشة نتائج السؤال 15:

السؤال 15: ما هو رأيك في دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية؟
الغرض منه: معرفة دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية للتلميذ.
جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	تساعد في معالجة هذه المشاكل	تخفف عنك هذه المشاكل	ليس لها أثر في معالجة هذه المشاكل	المجموع	كا ²
العدد	323	274	103	700	144,34
النسبة	46.25%	39.17%	14.58%	100%	

الجدول رقم (16): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية للتلميذ.

1-15-1- عرض النتائج:

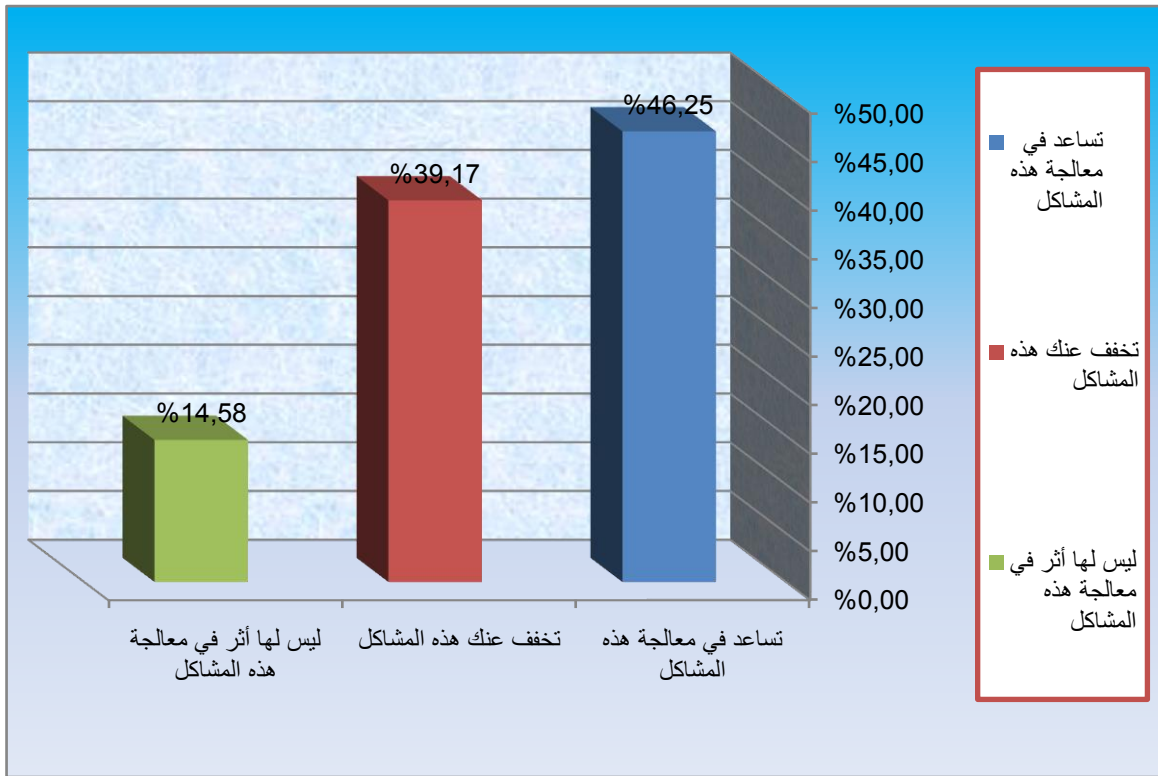
من خلال الجدول رقم 16 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة تساوي 144,34 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 2 والتي بلغت 9,21 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولي.

وعليه يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ما يخص وجهات النظر التلاميذ في ما يخص دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية، حيث نسبة 46,25% ترى بأن التربية البدنية والرياضية تساعد على معالجة المشاكل النفسية

و نسبة 39,17% ترى بأن التربية البدنية والرياضية تخفض من المشاكل النفسية أما نسبة 14,58% فترى أنها ليس لها أثر في معالجة المشاكل النفسية.

1-15-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 46.25% من مجموع العينة يرون أن التربية البدنية والرياضية تساعدهم في معالجة المشاكل النفسية وهنا يظهر الدور الإيجابي للحصة في شعور التلميذ بالراحة النفسية أثناء الممارسة، كما نجد أن نسبة 39.17% من التلاميذ تخفف عنهم الحصة هذه المشاكل، أما نسبة قليلة وهي 14.58% فهم يرون أن حصة التربية البدنية والرياضية ليس لها أي أثر تجاه حالاتهم النفسية وهذا يرجع إلى سوء التسيير من طرف الأستاذ أو اللامبالاة من قبلهم.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (18): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية للتلميذ.

1-16-16- عرض ومناقشة نتائج السؤال 16:

السؤال 16: هل يهتمك المظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية؟

الغرض منه: معرفة فيما إذا كان التلاميذ يهتمون بالمظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية ويجعلهم يهتمون بالحصة أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
العدد	441	159	700	127.89
النسبة	62.92	37.08%	100%	

الجدول رقم (17): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة فيما إذا كان التلاميذ يهتمون بالمظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية.

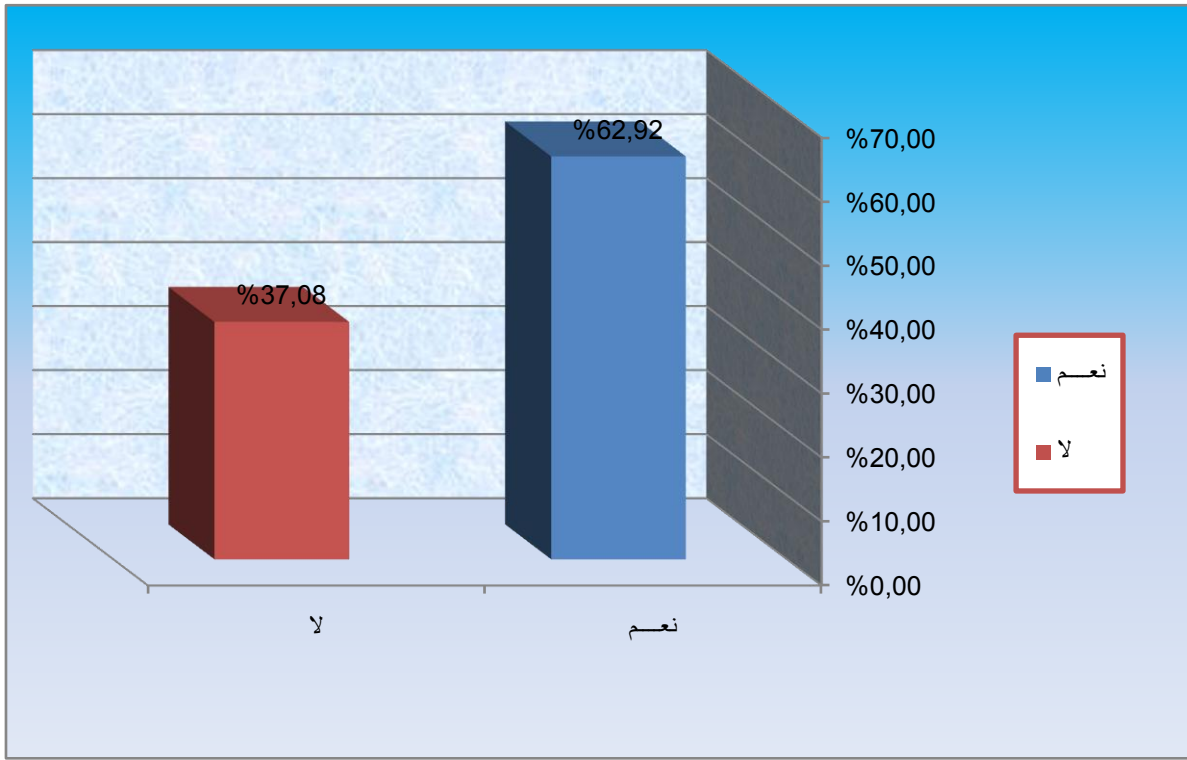
1-16-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 17 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة تساوي 127,89 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,23 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

وعليه يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية ما بين التلاميذ الذين لا يهتمهم ذلك، حيث أن نسبة 62,92% يهتمهم المظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية و الذين لا يهتمهم المظهر العام لأستاذ التربية البدنية و الرياضية بنسبة 37,08% لا يهتمهم المظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية.

1-16-2 المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 62.92% من مجموع العينة يهتمون بالمظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية ومن هذا نستنتج أن المظهر العام للأستاذ مهم ويؤثر بشكل مباشر على نفسية التلاميذ، أم نسبة 37.08% من التلاميذ فإن المظهر العام للأستاذ لا يهتمهم وهذا راجع إلى أن هذه الفئة قد تكون من الذين لا يحبون ممارسة النشاط الرياضي.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (19): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة فيما إذا كان التلاميذ يهتمون بالمظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية.

17-1- عرض ومناقشة نتائج السؤال 17:

السؤال 17: هل يساعدكم أستاذ التربية البدنية والرياضية في حل مشاكلكم النفسية والاجتماعية؟
الغرض منه: معرفة ما إذا كان الأستاذ يساعد التلاميذ في حل المشاكل النفسية أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
العدد	426	274	700	33.00
النسبة	60.83%	39.17%	100%	

الجدول رقم (18): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان الأستاذ يساعد التلاميذ في حل المشاكل النفسية أم لا .

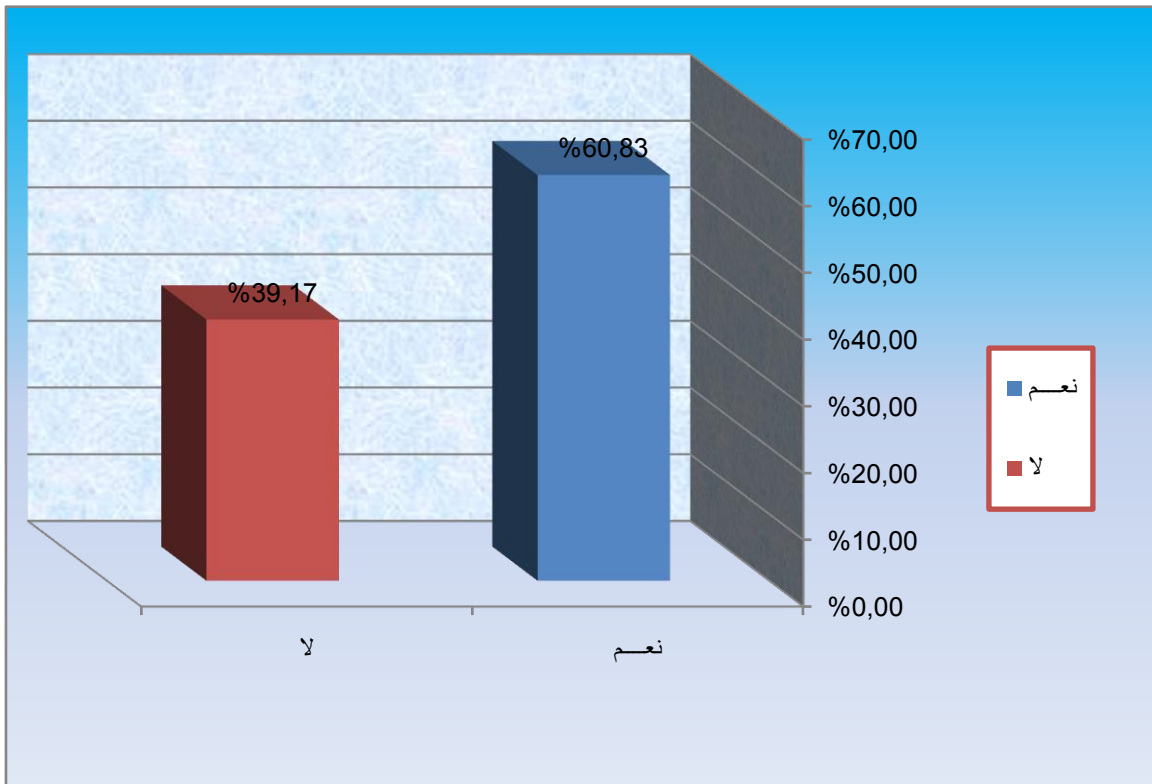
1-17-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 18 يتضح لنا أنه بلغت قيمة χ^2 المحسوبة تساوي 33 وبمقارنتها مع قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6،23 نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

وعليه يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نظرة التلاميذ حول دور الأستاذ في مساعدتهم على حل مشاكلهم النفسية والاجتماعية، حيث أن 60،83% أن الأستاذ التربية البدنية والرياضية يساعدهم على حل مشاكلهم النفسية والاجتماعية و نسبة 39،17% ترى عكس ذلك.

1-17-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 60.83% من مجموع العينة يساعدهم أستاذ التربية البدنية والرياضية على حل المشاكل النفسية، وهذا يرجع إلى عي الأستاذ وتكوينه الجيد في ميدان علم النفس وعلم الاجتماع، وإدراكه لأهمية تنمية هذه الجوانب لدى المراهق، في حين نجد أن نسب 39.17% لا يساعدهم الأستاذ على حل المشاكل النفسية والاجتماعية وهذا قد يرجع إلى نقص تكوين بعض الأساتذة في هذه الميادين واللامبالاة في بعض الأحيان.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (20): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان الأستاذ يساعد

التلاميذ في حل المشاكل النفسية أم لا.

1-18- عرض ومناقشة نتائج السؤال 18:

السؤال 18: هل يفتح لكم أستاذ التربية البدنية والرياضية المجال للتعبير عن آرائكم؟
الغرض منه: معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يفتح المجال للتلاميذ للتعبير عن آرائهم أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
العدد	371	329	700	2.52
النسبة	%52.92	%47.08	%100	

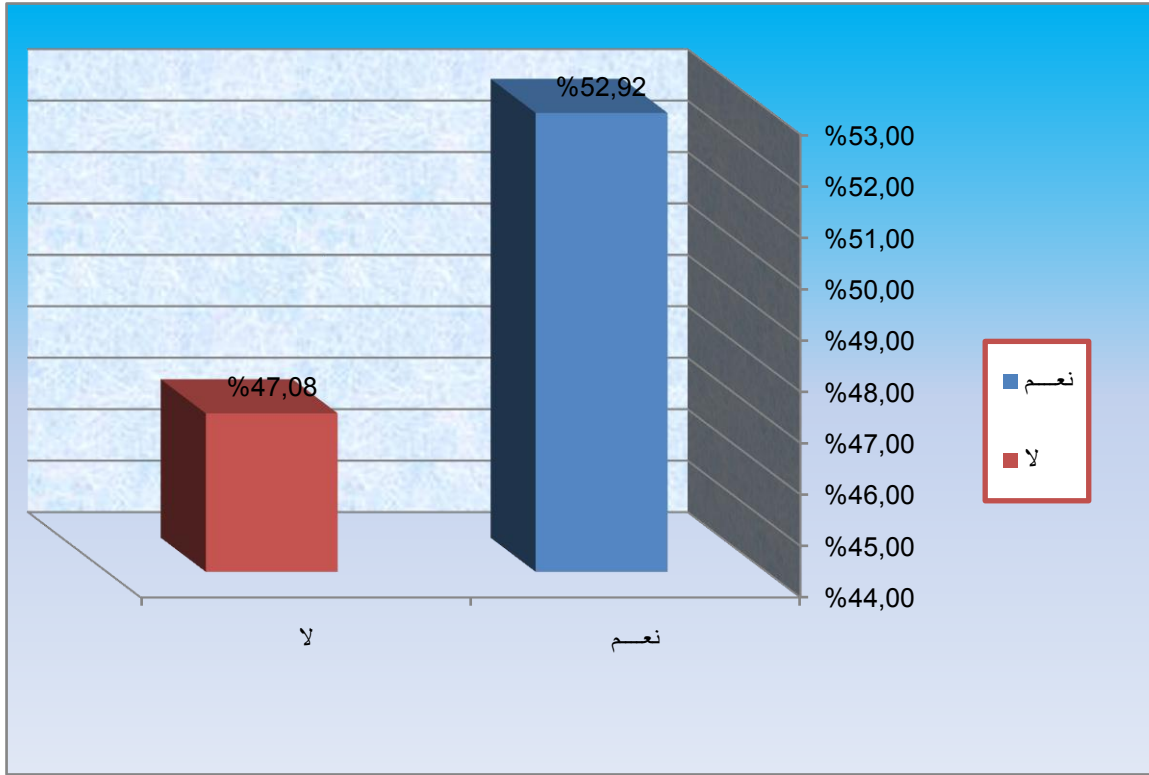
الجدول رقم (19): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يفتح المجال للتلاميذ للتعبير عن آرائهم.

1-18-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 19 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة تساوي 2,52 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,23 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولي .

وعليه لا يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ما يخص معرفة التلاميذ ما إذا كان الأستاذ التربية البدنية والرياضية يفتح المجال للتلاميذ للتعبير عن آرائهم أم لا. حيث أن نسبة 52,92% ترى أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يفتح المجال للتلاميذ للتعبير عن آرائهم أما نسبة 47,08% ترى عكس ذلك.

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 52.92% من مجموع العينة أجابوا "بنعم" وهذا راجع لتفهم أستاذ المادة ووعيه بأهمية فتح المجال للمراهق للتعبير عن آرائه وما يحقق ذلك من راحة نفسية له، ومعرفة المشاكل النفسية والاجتماعية التي يعاني منها، في حين نجد أن نسبة 47.08% من التلاميذ أجابوا "بلا" وهذا يرجع إلى الوقت الملتزم به من طرف الأستاذ وقلة الحصص.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (21): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يفتح المجال للتلاميذ للتعبير عن آرائهم.

1-19-1- عرض ومناقشة نتائج السؤال 19:

السؤال 19: هل الأنشطة التي تقومون بها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تدعوا إلى الإستمتاع والراحة النفسية؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كانت الأنشطة التي يبرمجها الأستاذ أثناء الحصة تدعوا إلى الراحة النفسية للتلاميذ أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
العدد	592	108	700	334.65
النسبة	%84.58	%15.42	%100	

الجدول رقم (20): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت الأنشطة التي يبرمجها الأستاذ أثناء الحصة تدعوا إلى الراحة النفسية للتلاميذ.

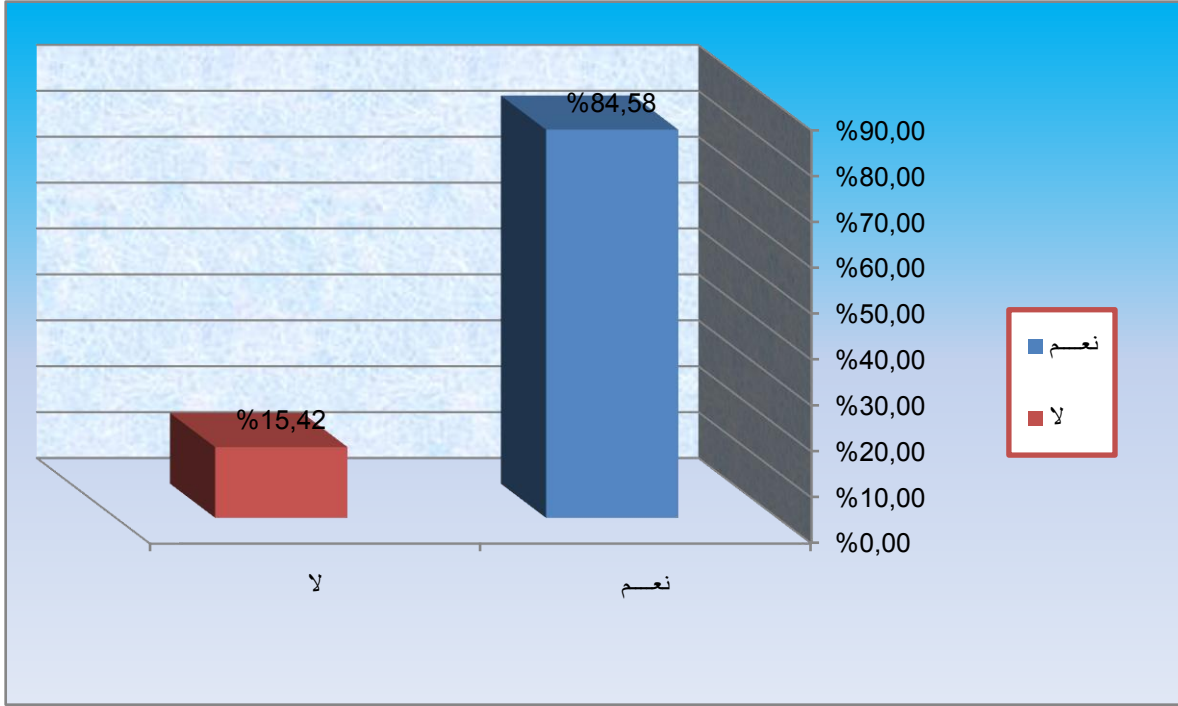
1-19-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 20 يتضح لنا أنه بلغت نسبة كا² المحسوبة تساوي 334,65 و بمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,23 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

وعليه يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء التلاميذ الذين يرون أن الأنشطة الرياضية التربوية تدعو إلى الإستمتاع و الراحة النفسية و آراء التلاميذ الذين يرون عكس ذلك، حيث أن نسبة 89,58% ترى بأن الأنشطة الرياضية التربوية تساعد على الراحة النفسية و نسبة 15,42% ترى أن الأنشطة التربوية البدنية والرياضية لا تساعدهم على الإستمتاع و الراحة النفسية.

1-19-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة كبيرة تقدر بـ 84.58% من مجموع العينة يجدون في الأنشطة الرياضية المبرمجة من خلال الأستاذ الراحة النفسية وتشعرهم بالسعادة وهذا يدل على تحقيق التربية البدنية والرياضية لهدف تنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ، أما نسبة 15.42% فهم يرون عكس ذلك قد يرجع هذا إلى إرهابهم في بعض الأحيان.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (22): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت الأنشطة التي يبرمجها الأستاذ أثناء الحصة تدعوا إلى الراحة النفسية للتلاميذ.

1-20- عرض ومناقشة نتائج السؤال 20:

السؤال 20: هل يوجد أخصائي نفسي بمؤسستكم؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان التلاميذ يعلمون بوجود الأخصائي النفسي بمؤسستهم أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
العدد	644	56	700	493.92
النسبة	92.08	07.92%	100%	

الجدول رقم (21) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ معرفة ما إذا كان التلاميذ يعلمون بوجود الأخصائي النفسي بمؤسستهم أم لا.

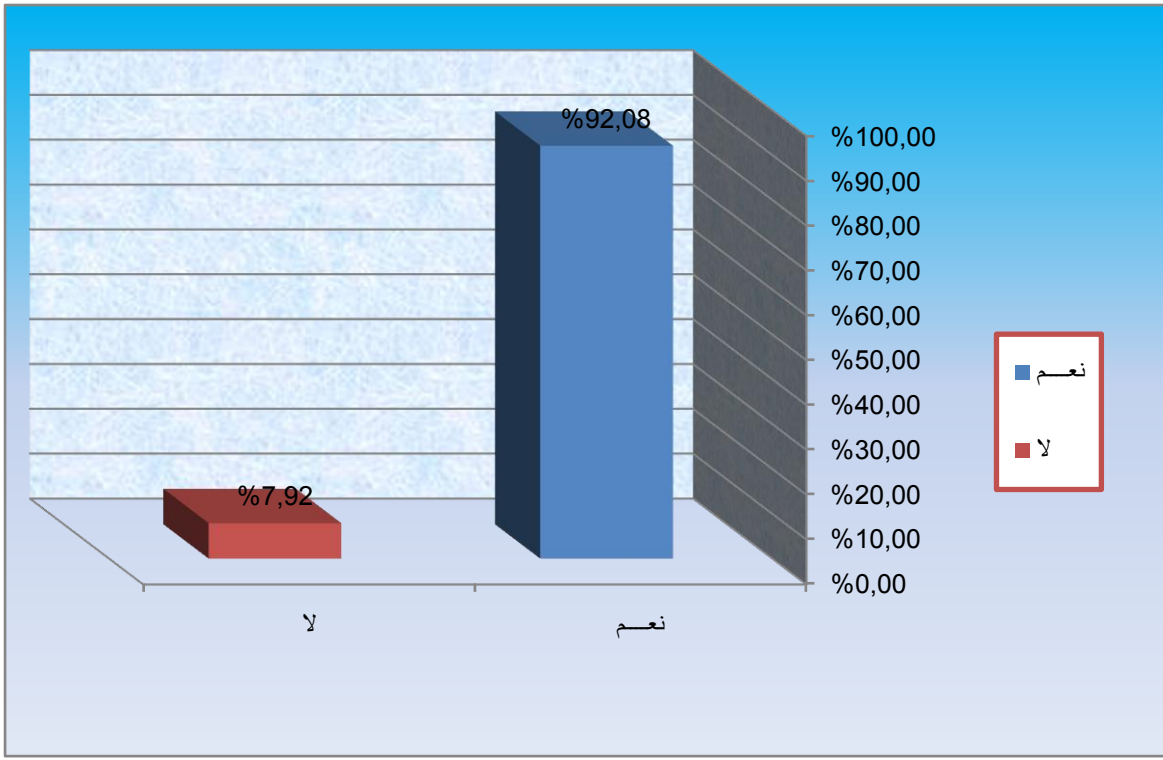
1-20-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 12 يتضح لنا أنه بلغت نسبة كا² المحسوبة تساوي 493,92 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,23 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

وعليه يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مدى معرفة التلاميذ بوجود أخصائي نفسي في مؤسستهم، حيث أن نسبة 92,08% هي على دراية بوجود أخصائي نفسي بمؤسستهم ونسبة 07,92% ليس لها دراية بذلك.

1-20-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 92.08% من مجموع العينة يعلمون بوجود الأخصائي النفسي بمؤسستهم، أما 07.92% فهم لا يعلمون بوجوده، من هنا نستنتج مدى عناية المدرسة واهتمامها بالجوانب النفسية للتلاميذ خاصة في هذه المرحلة.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم(23): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان التلاميذ يعلمون بوجود الأخصائي النفسي بمؤسستهم أم لا.

1-21- عرض ومناقشة نتائج السؤال 21:

السؤال 21: هل يقوم أستاذ التربية البدنية والرياضية بتوجيهكم إلى الأخصائي النفسي عندما يعلم بأنكم تعانيون من مشاكل نفسية؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يوجه التلاميذ إلى الأخصائي النفسي عندما يعلم بأنهم يعانون من مشاكل نفسية أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	ك ²
العدد	283	417	700	25.65
النسبة	40.42%	59.58%	100%	

الجدول رقم(22) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يوجه التلاميذ إلى الأخصائي النفسي عندما يعلم بأنهم يعانون من مشاكل نفسية.

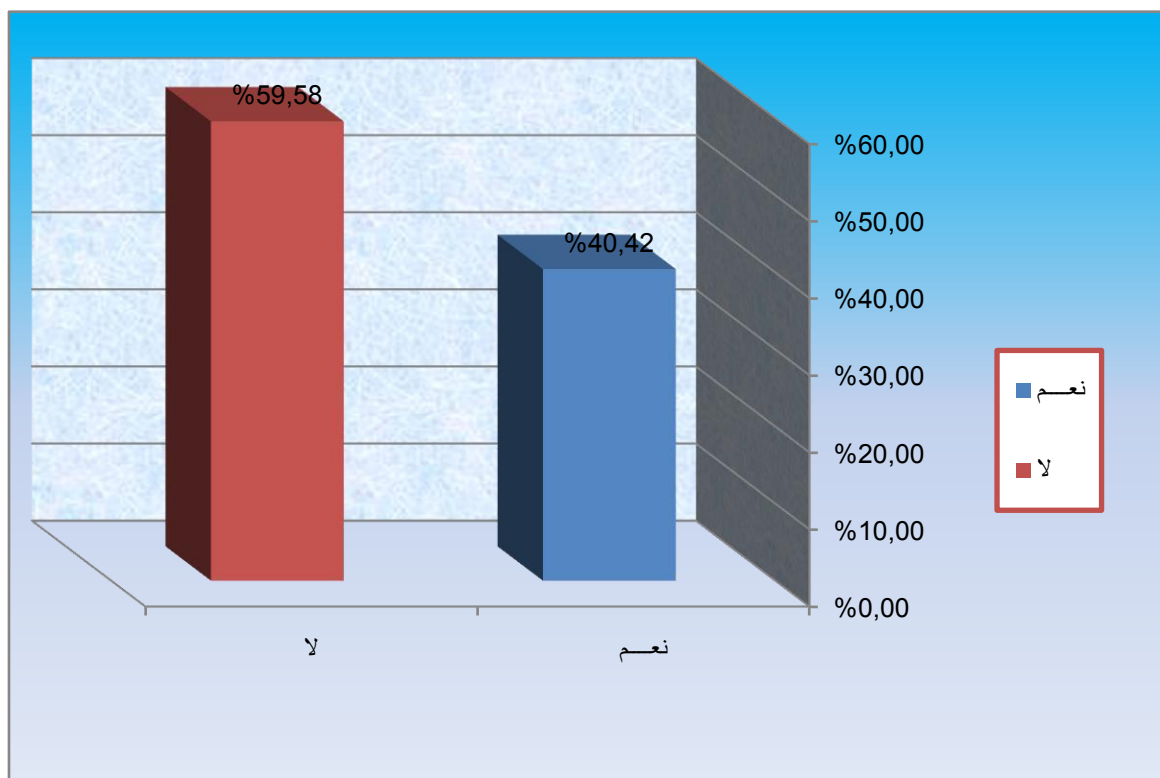
1-21-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 22 يتضح لنا أنه بلغت قيمة χ^2 المحسوبة تساوي 25,65 وبمقارنتها مع قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 1 والتي بلغت 6,23 نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

وعليه يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في وجهات نظر التلاميذ فيما يخص توجيه أستاذ التربية البدنية لهم إلى الإحصائي النفسي عندما يعلم بأنهم يعانون من مشكلة نفسية، حيث أن نسبة 40,42% ترى بأن الأستاذ يوجههم إلى الإحصائي النفسي لمعالجة مشاكلهم النفسية أما نسبة 59,58% ترى عكس ذلك.

1-21-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 59.58% لا يوجههم الأستاذ إلى الإحصائي النفسي عندما يعلم بأنهم يعانون من مشاكل نفسية، وهذا راجع إلى إهمال بعض الأساتذة وعدم مراعاتهم للمرحلة الصعبة التي يمر بها المراهق في هذه المرحلة في حين نجد أن نسبة 40.42% من التلاميذ يوجههم أساتذتهم إلى الإحصائي النفسي وهذا راجع إلى تفهم الأستاذ و تكوينه الجيد في ميدان علم النفس التربوي.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (24): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يوجه التلاميذ إلى الإحصائي النفسي عندما يعلم بأنهم يعانون من مشاكل نفسية.

1-22- عرض ومناقشة نتائج السؤال 22:

السؤال 22: ما هو موقف أصدقائك من ممارستك للتربية البدنية والرياضية؟
الغرض منه: معرفة موقف زملاء من أصدقاهم عندما يمارسون النشاط الرياضي.
جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	يشجعونك	لا يشجعونك	يسخرون منك	المجموع	كا ²
العدد	367	90	243	700	165.02
النسبة	%52.5	%12.92	%34.58	%100	

الجدول رقم (23): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة موقف زملاء من أصدقاهم عندما يمارسون النشاط الرياضي

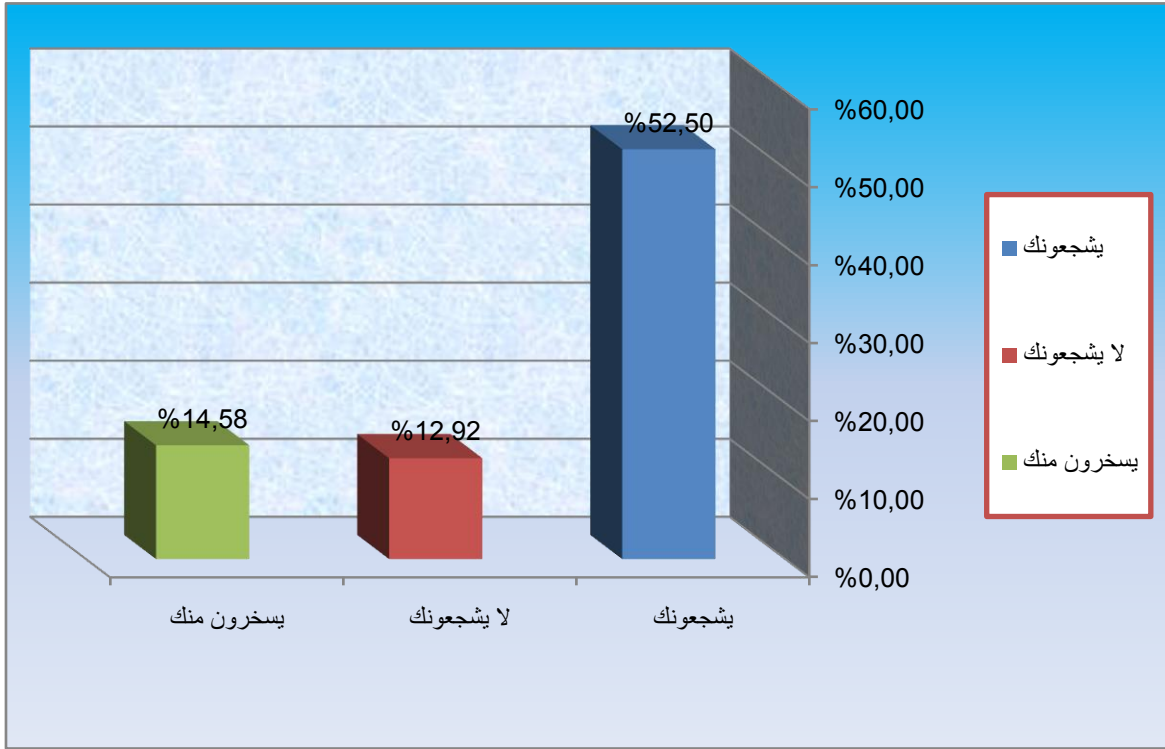
1-22-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 23 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة تساوي 165،02 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية 2 والتي بلغت 9،21 نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

وعليه يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مواقف أصدقاء التلاميذ فيما يخص ممارستهم للتربية البدنية والرياضية، حيث أن نسبة 52،5% ترى أن أصدقائهم يشجعونهم على ممارسة التربية البدنية والرياضية و 12،92% ترى عكس ذلك. أما نسبة 34،58% فتري أن أصدقائهم يسخرون منهم أثناء ممارسة التربية البدنية والرياضية.

1-22-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن نسبة 52.5% من التلاميذ يشجعهم أصدقاؤهم على ممارسة التربية البدنية والرياضية وهذا راجع إلى وعيهم بأهميتها وما يحققونه من ارتياح نفسي وذهني أثناء الممارسة، نجد أن نسبة 34.58% من التلاميذ لا يبالي أصدقاؤهم بهم عند ممارستهم للنشاط الرياضي وتبقى النسبة الأقل من التلاميذ وتقدر بـ 12.92% يسخر منهم زملاؤهم عند ممارستهم للنشاط الرياضي وقد يرجع هذا إلى عدم إدراكهم لمدى أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية لديهم.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (25): الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة موقف زملاء من أصدقاؤهم عندما يمارسون النشاط الرياضي.

خلاصة الإستبيان الخاص بالتلاميذ:

من خلال نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ والذي يحوي جملة من الأسئلة على علاقة مباشرة مع الفرضيات المسيطرة، والتي تبلور محتواها حول دور حصة التربية البدنية والرياضية في مساعدة المراهق على تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية التي تصادفه وهذا للوصول إلى التحقق من أن حصة التربية البدنية والرياضية لها علاقة في تنمية الجانب النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ التعليم الثانوي ومن هذا كله نستنتج أن الفرضيات الجزئية تحققت من خلال أجوبة التلاميذ التي تميزت بالحرية والصدق في اختيارهم للأجوبة وهذا يبين مدى جديتهم في الإجابة عن أسئلة الاستبيان ، وكلهم أمل في أن يجد المراهق الراحة النفسية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية ولاحظنا عدم وجود علاقة بين الأخصائي النفسي المدرسي والتلاميذ وهذا راجع إلى عدم المبالاة والتنظيم من طرف الأخصائي النفسي والإدارة المدرسية .

2- عرض ومناقشة نتائج الإستبيان الخاص بالأساتذة:

2-1- عرض ومناقشة نتائج السؤال 1:

السؤال 1: في رأيكم هل حصة التربية البدنية والرياضية تؤثر على النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ ؟
الغرض منه: معرفة رأي الأساتذة حول تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	20	00	20	20
النسبة المئوية	%100	%00	%100	

الجدول رقم (24): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة رأي الأساتذة

حول تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ.

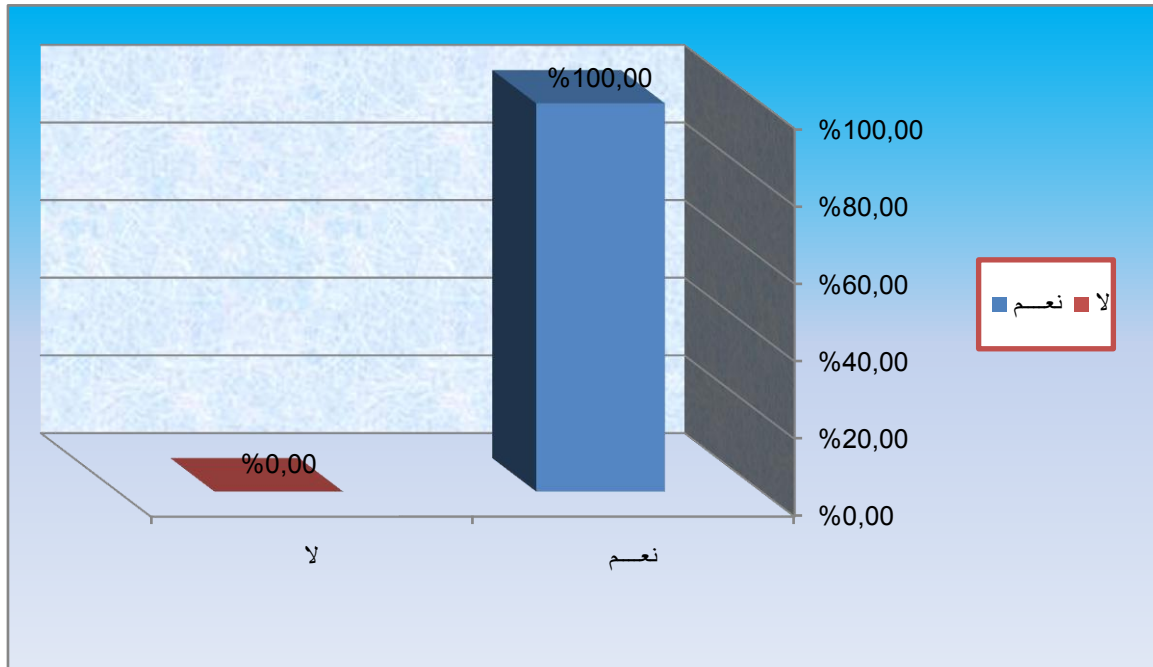
2-1-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 24 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 20 و بمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6،63 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة حول تأثير حصة التربية البدنية و الرياضية على النمو النفسي و الاجتماعي للتلاميذ، حيث أن نسبة 100% أجمعت على أن حصة ت.ب.ر، لها تأثير على النمو النفسي و الاجتماعي للتلاميذ.

2-1-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 100% من مجموع الأساتذة يرون أن لحصة التربية البدنية والرياضية تأثير على النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ، وهذا راجع إلى ما تمنحه حصة التربية البدنية والرياضية من فرصة للتلميذ لتفرغ طاقاته والتخلص من الضغوطات المفروضة عليه والتكيف مع الجماعة وتنمية روح التعاون والمعاملة مع الآخرين وتنمية لديه سرعة التصرف في المواقف الطارئة.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (26): الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة رأي الأساتذة حول تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ.

2-2- عرض ومناقشة نتائج السؤال 2:

السؤال 2: هل الزيادة في حصص التربية البدنية وال رياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي؟. الغرض منه: معرفة رأي الأستاذ فيما إن كانت الزيادة في عدد حصص التربية البدنية وال رياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	20	00	20	20
النسبة المئوية	%100	%00	%100	

الجدول رقم (25): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأستاذ فيما إن كانت الزيادة في عدد حصص التربية البدنية وال رياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي.

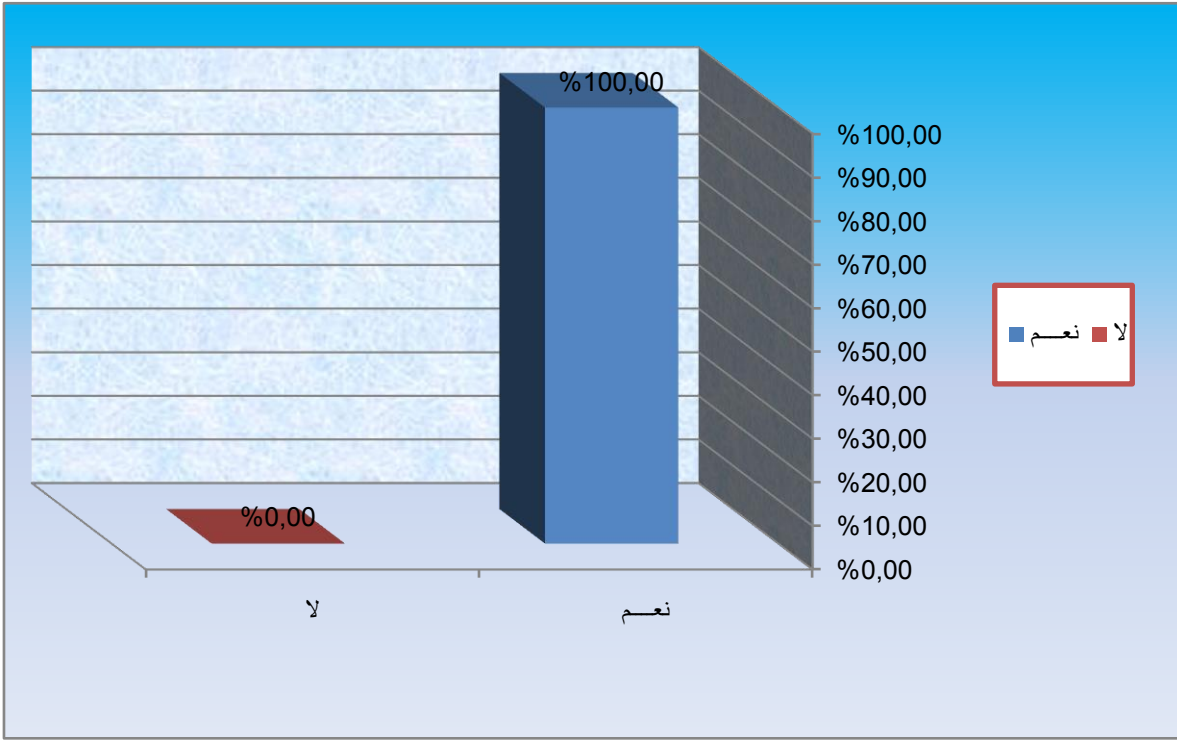
2-2-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 25 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 20 و بمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6,63 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأستاذة على أن الزيادة في حصص التربية البدنية وال رياضية لها دور في تطوير النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ، حيث أن نسبة 100% أجمعوا على أن الزيادة في حصص التربية البدنية وال رياضية ، لها دور في تطوير النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ.

2-2-2- المناقشة:

من خلال النتائج المبينة في الجدول ، نلاحظ أن نسبة 100% من مجموع الأساتذة ترى أن الزيادة في عدد حصص التربية البدنية وال رياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي. وهذا راجع إلى ما يمكن يمدده الأستاذ للتلميذ من توجيهات نفسية أثناء الحصة، فإن كان الحجم الساعي مناسباً يستطيع أن يمدده بأكثر قدر ممكن الإرشادات النفسية



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (27): الخاصة برأي الأستاذ فيما إن كانت الزيادة في عدد حصص التربية البدنية والرياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي.

2-3- عرض ومناقشة نتائج السؤال 3:

السؤال 3: هل الخلل في عدم إبراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي راجع إلى: نقص الحصص التطبيقية؟، عدم اهتمام التلاميذ؟، أشياء أخرى؟.
الغرض منه: الغرض منه هو تحديد الخلل في عدم بروز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نقص الحصص التطبيقية	عدم اهتمام التلاميذ	أشياء أخرى	المجموع	كا ²
العدد	10	06	04	20	2.80
النسبة المئوية	50%	30%	20%	100%	

الجدول رقم (26): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول الغرض من تحديد الخلل في عدم بروز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي.

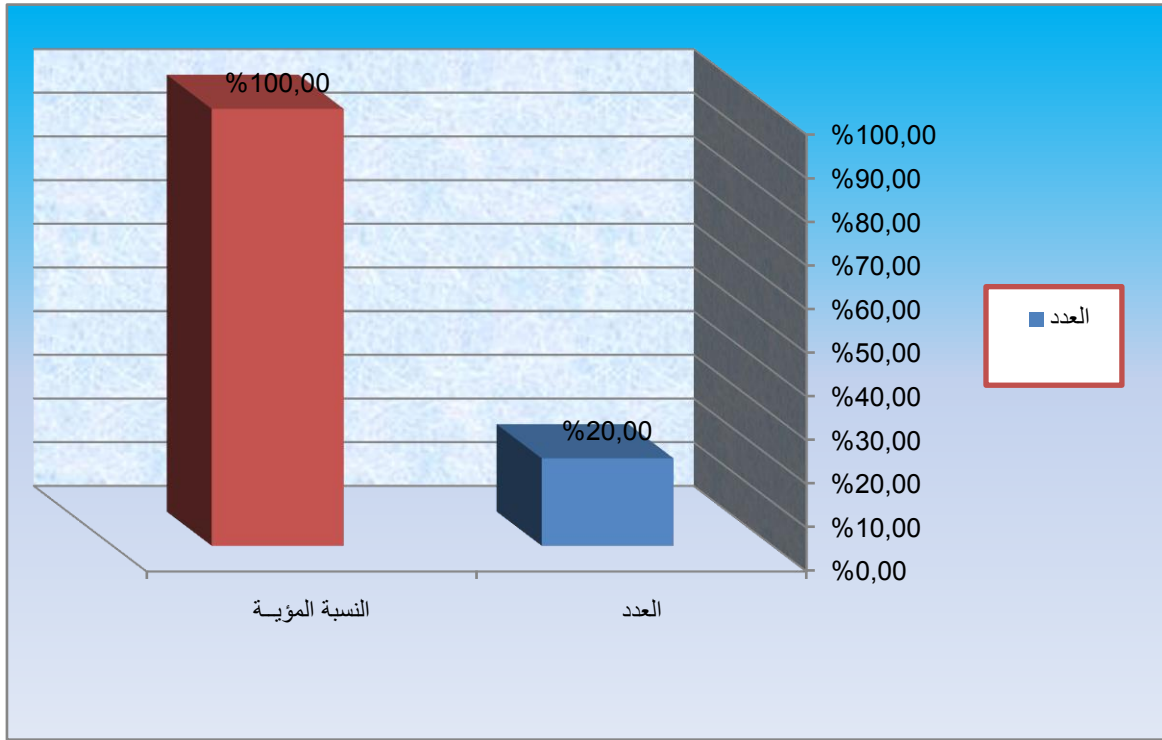
2-3-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 26 يتضح لنا أنه بلغت قيمة χ^2 المحسوبة 2,80 و بمقارنتها مع قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 2 والتي بلغت 9,21 وبالتالي χ^2 المحسوبة أقل من χ^2 الجدولية.

إذن لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة حول معرفة مصدر الخلل في عدم إبراز الأهداف المنتظرة لحصة ت.ب.ر، حيث أن 50% ترى أن الخلل يكمن في نقص الحصص التطبيقية و 30% ترى أن الخلل يكمن في أشياء أخرى لم يتم تحديدها.

2-3-2- المناقشة:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة كبيرة ومقدرة بـ 50% من مجموع العينة يرون أن الخلل في عدم بروز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي راجع إلى نقص الحصص التطبيقية، كما نجد أن نسب 30% من مجموع العينة يرون أن السبب راجع إلى عدم اهتمام التلاميذ، في حين نسبة 20% من الأساتذة يرون أن السبب راجع إلى أشياء أخرى لم يفسرها.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (28): الخاصة برأي الأساتذة حول الغرض من تحديد الخلل في عدم بروز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي.

2-4- عرض ومناقشة نتائج السؤال 4:

السؤال 4: هل تكوينكم النظري في مادة علم النفس يكفي لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟
الغرض منه: معرفة ما إذا كان التكوين النظري في ميدان علم النفس الذي تلقاه الأستاذ كاف لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	14	06	20	3.2
النسبة المئوية	%70	%30	%100	

الجدول رقم (27): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة ما إذا كان التكوين النظري في ميدان علم النفس الذي تلقاه الأستاذ كاف لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق.

2-4-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 27 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 3،2 وبمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6،63 وبالتالي كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولي.

إن لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة على أن التكوين النظري في مادة علم النفس كافي لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ، حيث أن 70% ترى أن التكوين النظري في ميدان علم النفس كاف لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق و أما 30% المتبقية فهي ترى عدم كفاية التكوين .

2-4-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال النتائج الواردة في الجدول أن نسبة 70% من مجموع العينة يرون بأن تكوينهم النظري في ميدان علم النفس كاف لحل المشاكل النفسية والاجتماعية للتلاميذ فمن خلال ذلك يتمكن الأستاذ من معرفة مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في معالجة الإضطرابات النفسية للتلاميذ ، في حين نسبة قليلة ومقدرة بـ 30% من مجموع العينة ترى عكس ذلك، وهذا قد يرجع إلى عدم كفاءة الاستاذ في هذا الجانب أو بالتكوين الناقص من خلال المعهد الذي تلقى فيه علمه.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (29): الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة ما إذا كان التكوين النظري في ميدان علم النفس الذي تلقاه الأستاذ كاف لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق.

2-5- عرض ومناقشة نتائج السؤال 5:

السؤال 5: هل تركزون على الجانب النفسي أثناء تحضيركم لحصة التربية البدنية والرياضية؟
الغرض منه: معرفة ما إن كان الأساتذة يركزون على الجانب النفسي للتلاميذ أثناء تحضيرهم لحصة التربية البدنية والرياضية أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	20	00	20	20
النسبة المئوية	100%	00%	100%	

الجدول رقم: (28) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة ما إن كان الأساتذة يركزون على الجانب النفسي للتلاميذ أثناء تحضيرهم لحصة التربية البدنية والرياضية.

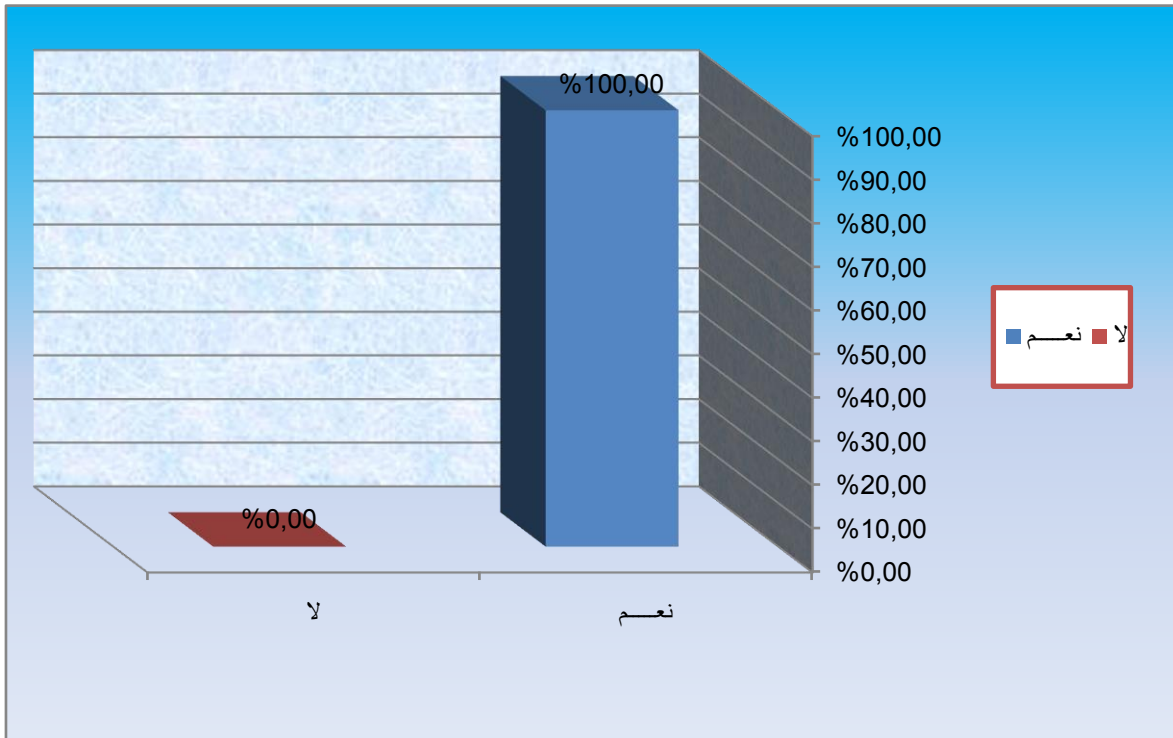
2-5-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 28 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 20 و بمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6،63 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولي.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأستاذة في وجودا لتركيز على الجانب النفسي أثناء التحضير لحصة ت.ب.ر، حيث أظهرت النتائج أن 100% أجابت بأنه هناك تركيز على الجانب النفسي أثناء التحضير الشخصي لحصة ت.ب.ر.

2-5-2- المناقشة:

من خلال النتائج المبينة في الجدول نلاحظ أن نسبة 100% من مجموع العينة يركزون على الجانب النفسي أثناء تحضيركم لحصة التربية البدنية والرياضية وهذا راجع إلى إدراك الأستاذة لما للجانب النفسي من أهمية في التأثير على أداء التلميذ والتأثير على نموه النفسي والاجتماعي وبالتالي تحقيق هدف أسمى من الأهداف التي تسعى إليها التربية البدنية والرياضية.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (30): الخاصة برأي الأستاذة حول معرفة ما إن كان الأستاذة يركزون على الجانب النفسي للتلاميذ أثناء تحضيرهم لحصة التربية البدنية والرياضية.

2-6- عرض ومناقشة نتائج السؤال 6:

السؤال 6: كيف هي علاقتكم بالتلاميذ: كأخ، كأب، كصديق، كأستاذ؟
الغرض منه: معرفة صفة العلاقة القائمة بين الأستاذ والتلميذ.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	كأب	كأخ	كصديق	كأستاذ	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	05	00	00	15	20	30
النسبة المئوية	%25	%00	%00	%75	%100	

الجدول رقم (29): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة صفة العلاقة القائمة بين الأستاذ والتلميذ.

2-6-1- عرض النتائج:

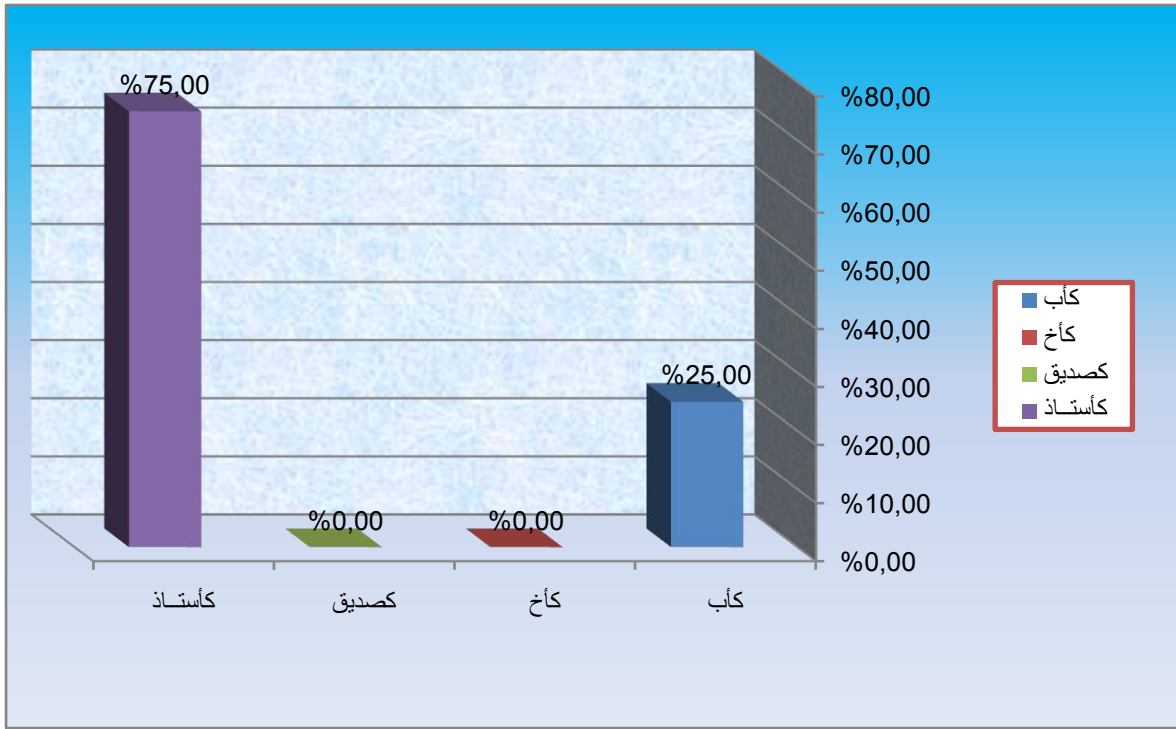
من خلال الجدول رقم 29 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 30 و بمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 3 والتي بلغت 11,34 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولي.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة حول نوع العلاقة التي تربطهم بالتلاميذ، حيث نسبة 25% تغطي عليها الأبوة و 75% ترى أن العلاقة لا تتعدى علاقة الأستاذ نحو تلميذه ولاحظنا غياب علاقة الأخوة و الصداقة.

2-6-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة كبيرة مقدرة بـ 75% من مجموع العينة علاقتهم بالتلاميذ هي علاقة كأستاذ، وهذا يبين العلاقة التي تربط الأستاذ بالتلميذ أنها علاقة جيدة نتيجة لتوفر الأستاذ على كل الصفات الواجب توفرها في الاستاذ الكفاء.

وهذا يفسر وعي الأستاذ بواجبه تجاه التلاميذ، أما نسبة قليلة مقدرة بـ 25% من الأساتذة فهم يرون علاقتهم بالتلاميذ كأب مع ابنه وهذا قد يرجع إلى حرص الأستاذ على سلامة التلميذ وتكوينه الجيد.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (31): الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة صفة العلاقة القائمة بين الأستاذ والتلميذ .

2-7- عرض ومناقشة نتائج السؤال 7:

السؤال 7: في رأيكم هل الألعاب الشبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟
الغرض منه: معرفة رأي الاستاذ فيما إن كانت الألعاب الشبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلميذ أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	20	00	20	20
النسبة المئوية	100%	00%	100%	

الجدول رقم (30): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفتهم فيما إن كانت الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلاميذ أم لا.

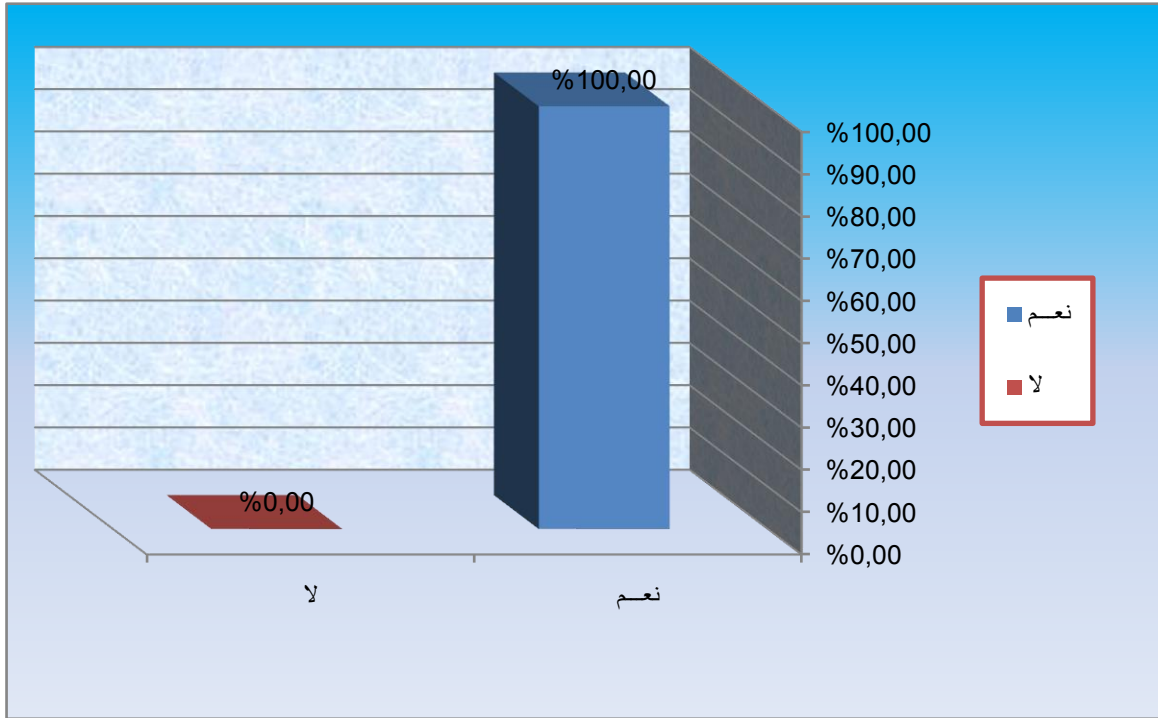
2-7-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 30 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 20 و بمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6.63 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة حول ما إذا كانت الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي الإجتماعي للتلميذ أم لا، حيث أظهرت الإجابات إجماعا كليا بنسبة 100% أن الألعاب الشبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي الإجتماعي للتلميذ.

2-7-2- المناقشة:

من خلال النتائج الواردة في الجدول نلاحظ أن نسبة 100% من مجموع العينة يرون أن الألعاب الشبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلميذ، ويرون أن لها دور هام في التخفيف من الضغوطات النفسية المتركمة على التلميذ وبحكم ما تخلقه هذه الألعاب من جو مليء بالفرح والحيوية والنشاط.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (32): الخاصة برأي الأساتذة حول معرفتهم فيما إن كانت الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلاميذ أم لا.

2-8- عرض ومناقشة نتائج السؤال 8:

السؤال 8: هل نوع اللعبة الشبه رياضية له أثر إيجابي على نفسية التلاميذ؟
الغرض منه: معرفة ما إن كان نوع اللعبة الشبه رياضية له أثر في نفسية التلاميذ أم لا.
جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	20	00	20	20
النسبة المئوية	%100	%00	%100	

الجدول رقم: (31) يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول نوع الألعاب الشبه الرياضية التي لها أثر إيجابي على نفسية التلاميذ.

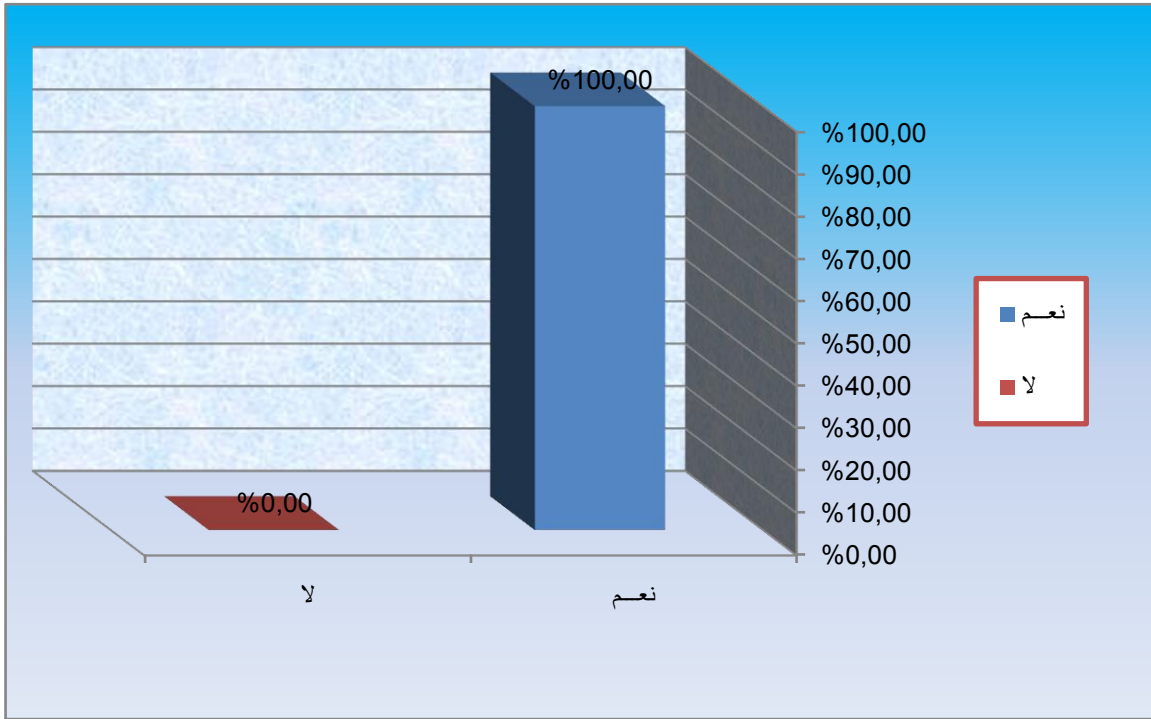
2-8-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 31 يتضح لنا أنه بلغت قيمة كا² المحسوبة 20 و بمقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6.63 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة حول ما إذا كانت الألعاب الشبه الرياضية لها تأثير إيجابي على نفسية التلاميذ أم لا، حيث أظهرت الإجابات إجماعاً كلياً بنسبة 100 % أن الألعاب الشبه رياضية لها تأثير إيجابي على نفسية التلاميذ.

2-8-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 100% من مجموع العينة يجمعون على أن نوع اللعبة الشبه رياضية له أثر إيجابي على نفسية التلاميذ، وهذا يبين أن حسن اختيار الأستاذ للعبة الشبه رياضية له دور إيجابي في تنمية الجانب النفسي للتلميذ والحد من الملل والضجر في حصة التربية البدنية والرياضي.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم(33): الخاصة برأي الأساتذة حول نوع الألعاب الشبه الرياضية التي لها أثر إيجابي على نفسية التلاميذ.

2-9- عرض ومناقشة نتائج السؤال 9:

السؤال 9: هل تعتمد في معرفة الحالات النفسي للتلاميذ على: المعرفة الذاتية، معطيات الأسرة أو الأولياء، الأخصائي النفسي؟

الغرض منه: معرفة الوسيلة التي يعتمد عليها الأستاذ في معرفة الحالات النفسية للتلاميذ.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	المعرفة الذاتية	معطيات الأسرة	الأخصائي النفسي	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	15	05	00	20	17.51
النسبة المئوية	75%	25%	00%	100%	

الجدول رقم(32): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالات النفسية للتلاميذ.

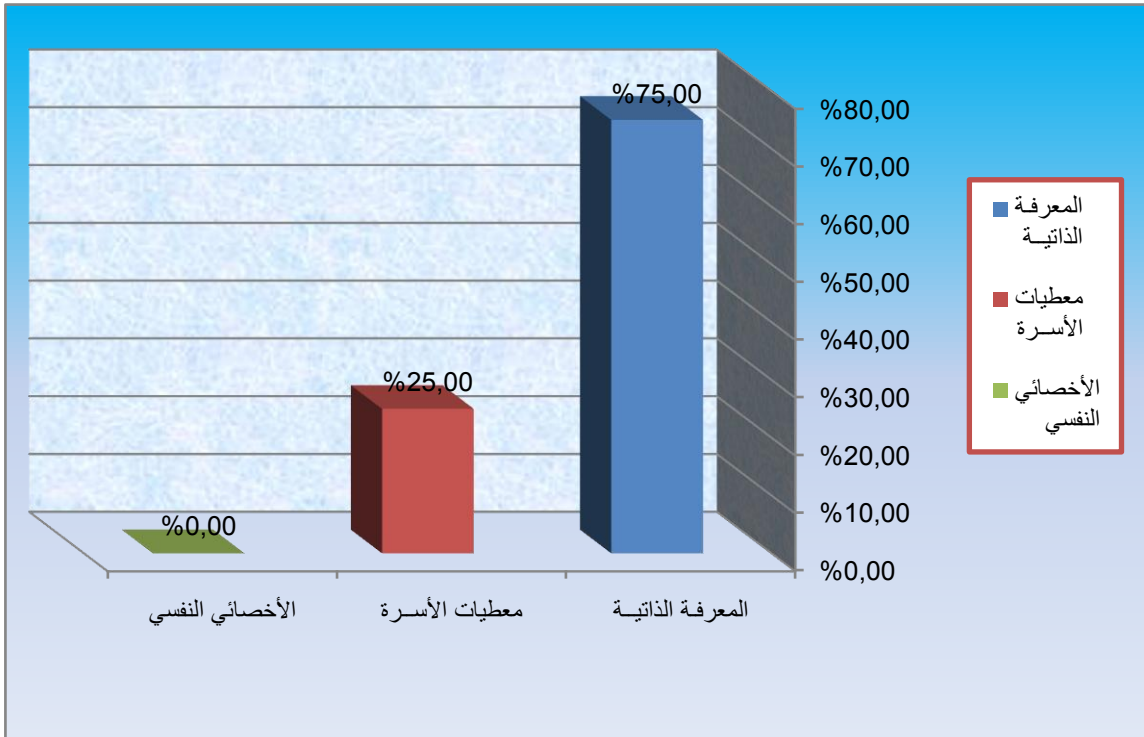
2-9-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 32 يتضح أن قيمة χ^2 المحسوبة 17,51 و عند مقارنتها مع قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 2 والتي بلغت 9,21 وبالتالي χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة حول الطريقة المعتمدة لمعرفة الحالات النفسية للتلاميذ و أظهرت النتائج أن 75 % تعتمد على معرفتها الذاتية و 25% تعتمد على معطيات الأسرة و انعدمت الفئة التي تعتمد على الإحصائي النفسي.

2-9-2- المناقشة:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 75% من مجموع العينة يعتمدون على المعرفة الذاتية لتشخيص الحالات النفسية للتلاميذ، وهذا وهذا راجع إلى خبرتهم في هذا الميدان ومعرفتهم المسبقة بالمراح ل التي يمر بها المراهق ومشاكل كل مرحلة، أما نسبة 25% من مجموع العينة فهم يعتمدون على معطيات الأسرة أو الأولياء وهذا يسهل عليهم معرفة ما يحيط بالتلميذ وما إن كانت لديه مشاكل نفسية خارج المدرسة. ونلاحظ من خلال الجدول إهمال الأساتذة للأحصائي النفسي وهذا قد يفسره إحاطة أستاذ التربية البدنية بشتى العلوم الإجتماعية والنفسية وقدرته على تحليل حالة التلميذ.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (34): الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالات النفسية للتلاميذ.

2-10- عرض ومناقشة نتائج السؤال 10:

السؤال 10: يعتبر مجال الإرشاد النفسي للمراهق في نظرك أمراً: ضروري؟، أساسي؟، ثانوي؟
الغرض منه: معرفة مكانة الإرشاد النفسي للمراهق في نظر الأستاذ.

جدول نتائج الإستبيان

الإجابة	ضروري	أساسي	ثانوي	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	20	00	00	20	40.03
النسبة المئوية	%100	%00	%00	%100	

الجدول رقم (33): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة مجال الإرشاد النفسي للمراهق.

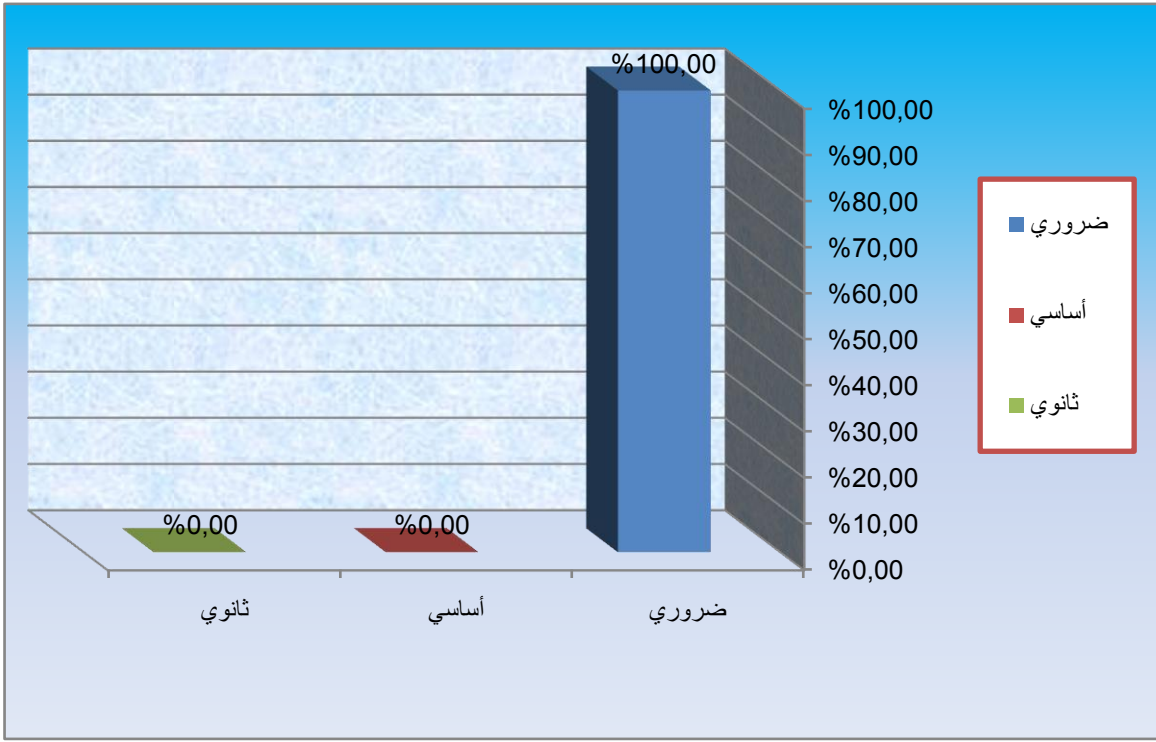
2-10-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 33 يتضح أن قيمة كا² المحسوبة بلغت 40,63 و عند مقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 2 والتي بلغت 9,21 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص معرفة الأساتذة لمكانة الإرشاد النفسي للمراهق أو التمييز، حيث أن نسبة 100 % ترى أن مجال الإرشاد النفسي للتلميذ أمر ضروري.

2-10-2- المناقشة:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 100% من مجموع العينة يعتبرون أن مجال الإرشاد النفسي بالنسبة للمراهق أمراً ضرورياً، وهذا يبين إدراك الأساتذة لضرورة وأهمية العناية بالإرشاد النفسي بالنسبة للتلميذ أو بالأحرى المراهق.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم(35): الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة مجال الإرشاد النفسي للمراهق.

2-11- عرض ومناقشة نتائج السؤال 11:

السؤال 11: هل يمكنكم تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان الأستاذ يتفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	16	04	20	7.2
النسبة المئوية	%80	%20	%100	

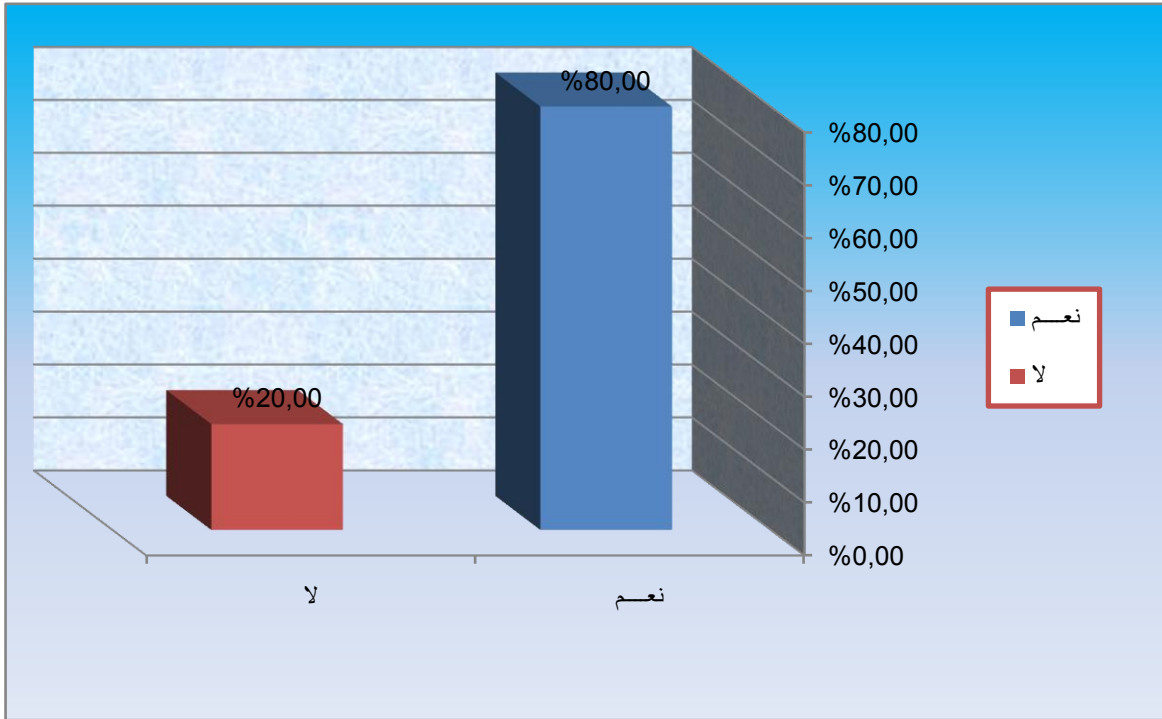
الجدول رقم(34): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

2-11-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 34 يتضح أن قيمة χ^2 المحسوبة بلغت 7,2 و عند مقارنتها مع قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6,63 وبالتالي χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة حول إمكانية تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، حيث أن نسبة 80 % تتفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء التربية البدنية والرياضية.

2-11-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة كبيرة من الأساتذة وهي 80% من مجموع العينة يتفهمون الحالة النفسية للتلاميذ ويراعون ما يحس به التلميذ في هذه المرحلة وهذا راجع إلى تكوينهم الجيد في مجال علم النفس التربوي، أما نسبة ضئيلة من الأساتذة ممثلة بـ 20% من مجموع العينة يرون أن تفهم حالة التلميذ صعبة أثناء الحصة وهذا راجع إلى المتغيرات المختلفة التي تطرأ على التلميذ أثناء الممارسة، وفي بعض الأحيان قلة الحصص التي تؤثر بشكل سلبي.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (36): الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

2-12- عرض ومناقشة نتائج السؤال 12:

السؤال 12: هل تساهم في حل المشاكل النفسية للتلاميذ؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان الأستاذ يساهم بقدر ما في حل مشاكل التلاميذ أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	20	00	20	20
النسبة المئوية	%100	%00	%100	

الجدول رقم (35): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة في كيفية حل المشاكل النفسية للتلاميذ.

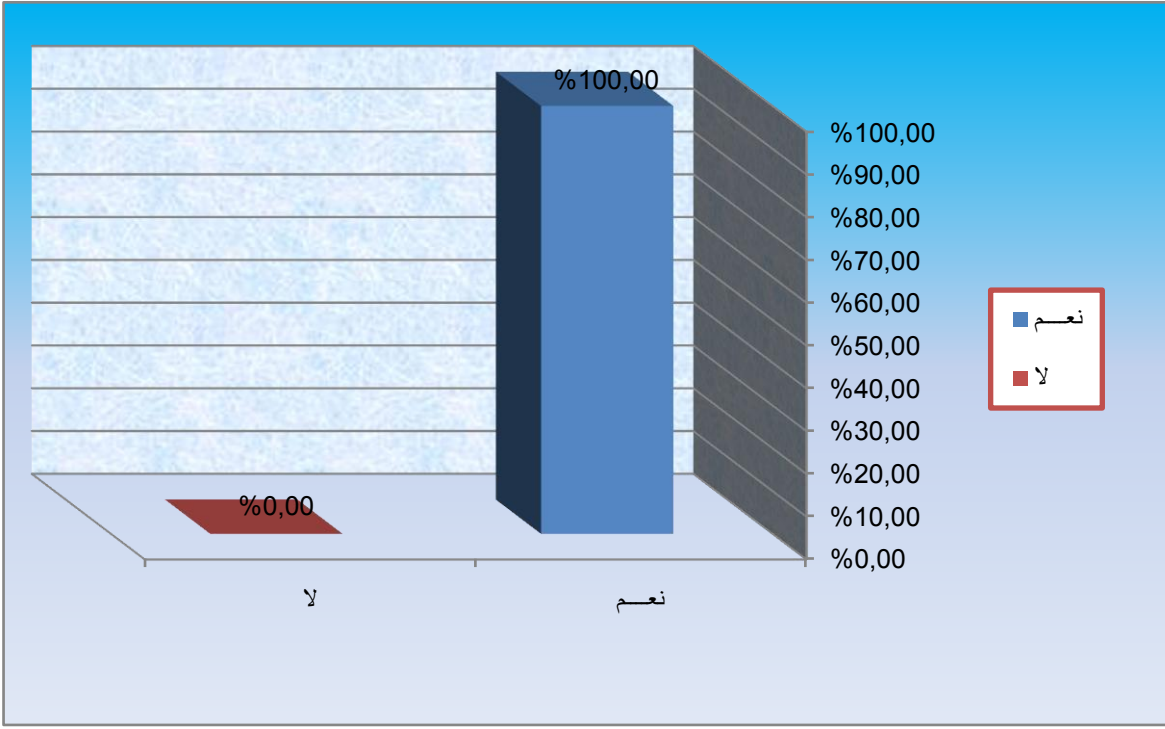
2-12-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 35 يتضح أن قيمة كا² المحسوبة بلغت 20 و عند مقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6،63 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

إن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة في مدى مساهمته في حل المشاكل النفسية للتلاميذ، حيث أن نسبة 100% من الأساتذة ترى بأن الأستاذ يساهم في حل المشاكل النفسية للتلاميذ.

2-12-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 100% من مجموع العينة يساهمون بكل ما يملكون من إمكانيات في حل المشاكل النفسية التي يعاني منها التلاميذ. وهذا راجع لتفهمهم وحرصهم على تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية للتلاميذ.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم(37): الخاصة برأي الأساتذة في كيفية حل المشاكل النفسية للتلاميذ.
 2-13- عرض ومناقشة نتائج السؤال 13:

السؤال 13: هل يمكنكم ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية ؟
 الغرض منه: معرفة ما إذا كان بإمكان الأستاذ ملاحظة شدة ارتياح التلاميذ نفسيا بعد حصة التربية البدنية والرياضية أم لا.
 جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	18	02	20	12.8
النسبة المئوية	90%	10%	100%	

الجدول رقم(36): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول ملاحظاتهم في مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية.

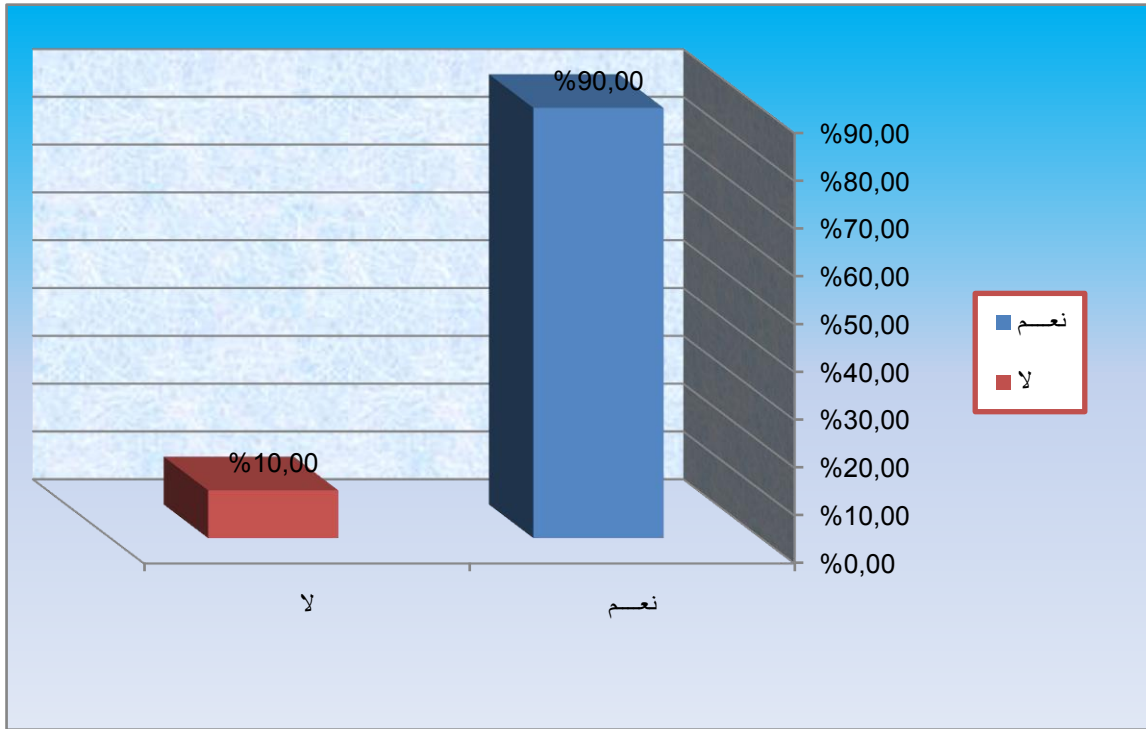
2-13-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 36 يتضح أن قيمة χ^2 المحسوبة بلغت 12,08 و عند مقارنتها مع قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6,63 وبالتالي χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولي.

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة حول ملاحظتهم لمدى إرتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية حصة التربية البدنية،، حيث أن نسبة 90% من الأساتذة ترى بأنه من الممكن ملاحظة ذلك أما نسبة 10% ترى بأنه من غير الممكن ملاحظة ذلك.

2-13-2- المناقشة:

ح نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 90% من مجموع العينة يرون أن بإمكانهم ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد انتهاء حصة التربية البدنية والرياضية، وهذا راجع إلى دقة الملاحظة لديهم و مدى تحقيق الحصة لهدفها النفسي المتمثل في توفير الجو الملائم للمراهق، أما نسبة 10% من العينة فهم يرون عكس ذلك وقد يرجع ذلك إلى طريقة تسيير الأستاذ لحصته.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (38): الخاصة برأي الأساتذة حول ملاحظاتهم في مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية.

2-14-14- عرض ومناقشة نتائج السؤال 14:

السؤال 14: كيف ترون الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض منه: معرفة رأي الأساتذة فيما إن كان الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية كافي أم لا.

جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	كافي	غير كافي	المجموع	كا ²
العدد	08	12	20	0.8
النسبة	%40	%60	%100	

الجدول رقم (37): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.

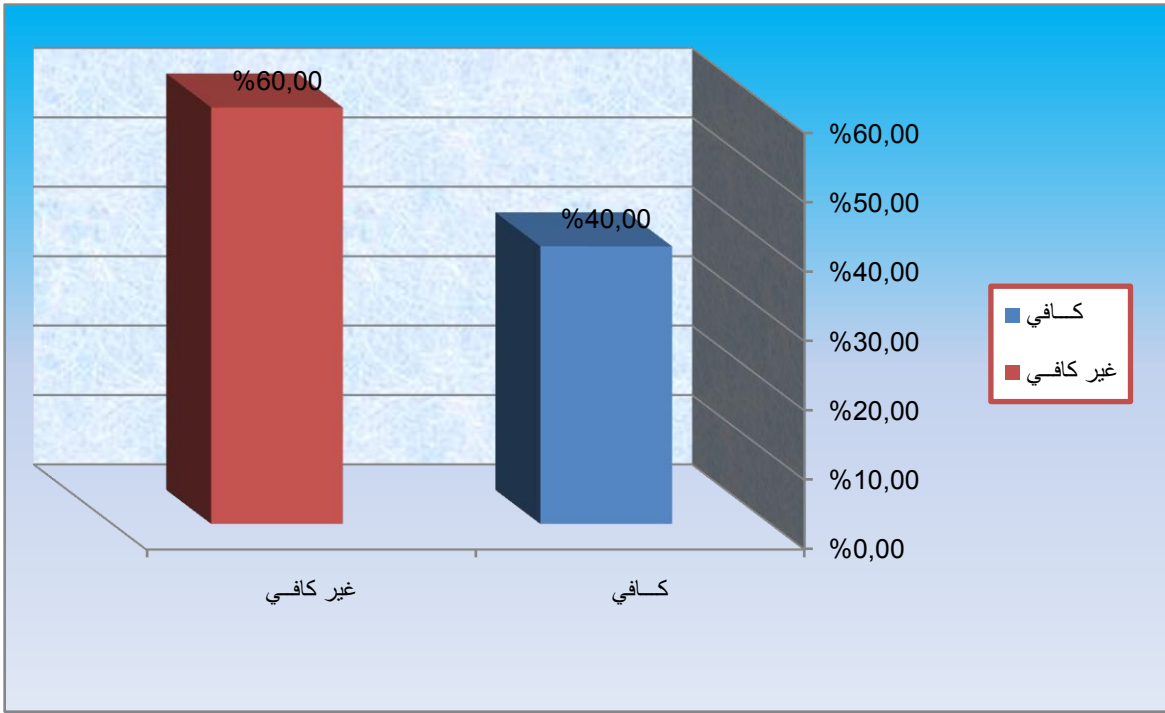
2-14-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 37 يتضح أن قيمة كا² المحسوبة بلغت 0,8 و عند مقارنتها مع قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6,63 وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولي.

إذن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص رأي الأساتذة للوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية و مدى كفايته، حيث أن نسبة 40% ترى أن الوقت كافي أما نسبة 60% المتبقية فترى عدم كفاية الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.

2-14-2- المناقشة:

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 60% من مجموع العينة يرون بأن الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية غير كافي، وهذا راجع إلى إحساس الأساتذة بالمسؤولية تجاه ما يمكن أن يوجهوا للتلاميذ من إرشادات نفسية إذا سمح لهم الوقت بذلك، في حين نجد أن نسبة 40% من مجموع العينة يرون أن الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية كافي وقد يرجع هذا إلى إهمال بعض الأساتذة لمدى أهمية تلك التوجيهات النفسية وتأثيرها على شخصية المراهق.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (39): الخاصة برأي الأساتذة حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.

2-15- عرض ومناقشة نتائج السؤال 15:

السؤال 15: هل تقوم بتشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان الأستاذ يقوم بتشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة أم لا.
جدول نتائج الإستبيان:

الإجابة	نعم	لا	المجموع	كا ²
عدد الإجابات	13	07	20	1.8
النسبة المئوية	65%	35%	100%	

الجدول رقم (38): يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة.

2-15-1- عرض النتائج:

من خلال الجدول رقم 38 يتضح أن قيمة χ^2 المحسوبة بلغت 1,8 وعند مقارنتها مع قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.01 وبدرجة حرية تساوي 1 والتي بلغت 6,63 وبالتالي χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

إذن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص تشجيع الأساتذة للتلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة، حيث ترى نسبة 65% أن الأستاذ يعمل على تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة أما نسبة 35% المتبقية فتري عكس ذلك.

2-15-2- المناقشة:

تبين النتائج الواردة في الجدول أن نسبة 65% من مجموع العين يشجعون التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة، وهذا راجع إلى ما يدركه الأساتذة بأهمية الرياضة في تنمية بعض المظاهر الاجتماعية كحب العمل مع الفريق والتخلص من الانطواء وحب مساعدة الآخرين. في حين نجد أن نسبة 35% فهم لا يشجعون التلاميذ على الممارسة خارج المدرسة وقد يرجع هذا راجع إلى حرصهم على سلامة التلاميذ وذلك بعدم توفر شروط السلامة خارج المدرسة.



التمثيل البياني للمدرج التكراري رقم (40): الخاصة برأي الأساتذة حول تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة.

خلاصة الإستبيان الخاص بالأساتذة:

بعد تحليل نتائج الإستبيان الخاص بالأساتذة نستطيع القول بأننا تمكنا من إثبات فرضيات دراستنا، وذلك من أن هناك علاقة بين التربية البدنية والرياضية والنمو النفسي والاجتماعي، وذلك من خليل نتائج كل من السؤال الأول والثاني والثالث والرابع والحادي عشر و الثالث عشر، وذلك من خلال ما يلاحظه أساتذة التربية البدنية والرياضية من تغيرات نفسية إيجابية تطراً على سلوك المراهق أثناء ممارسته للنشاط الرياضي والراحة النفسية التي يكون فيها بعد انتهاء حصة التربية البدنية والرياضية، وكذا ما يمكن أن تحققه التربية البدنية من نتائج اجتماعية كبيرة من أهمها دمج التلميذ أو المراهق ضمن الجماعة حتى يكون له الدور الفعال في المجتمع، وهذا ما يثبت لنا الفرضية الجزئية التي تقول بأن لحصة التربية البدنية والرياضية علاقة بالنمو الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي وتبين ذلك من خلال نتائج كل من السؤال الرابع والسادس والتاسع.

الاستنتاج العام

بناء على العلاقة بين الجانب النظري و التطبيقي الوطيدة التكاملية و بحثنا على مدى تحقيق النمو النفسي و الإجتماعي عند المراهقين أثناء ممارستهم للنشاط البدني الرياضي التربوي بعد تحليل الإستبيان الخاص بالتلاميذ و أساتذة النشاط البدني الرياضي التربوي توصلنا إلى إستنتاج عام. إن ممارسة التلاميذ لحصة النشاط البدني الرياضي التربوي في الثانوية نستخلص مدى وعيهم و إدراكهم بالدور المنوط الذي تلعبه في تحقيق النمو النفسي و الإجتماعي و ذلك عن طريق التخفيف من المشاكل النفسية للمراهق و خلق روح التعاون بين الزملاء و إكتساب أصدقاء و إندماجهم في المجتمع من الناحية الإجتماعية بإضافة إلى إدراكهم بفائدة النشاط البدني الرياضي التربوي بالنسبة إلى المواد الدراسية الأخرى و هذا الفهم الجيد لدور هذه المادة الحيوي يؤدي إلى الإقبال عليها و زيادة الحيوية عند ممارستها كما تساهم في أبعادهم عن بعض الانحرافات الاجتماعية مثل المخدرات، السرقة..... إلخ.

كما أن ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي يساعد الفرد على المراهق على التفاعل مع أفراد بيئته والإحساس بالقيم والمثل التي يؤمن بها المجتمع وتمسكه بها على نحو يرضي به نفسه والآخرين واكتساب الثقة بالنفس والاستقلالية وتكوين صورة ذاتية واقعية و الإحساس بالتماسك و الانسجام و التكامل الداخلي و إشباع حاجاته و توجيهه إلى الطريق القويم لتحقيق الاتزان والتوافق النفسي الاجتماعي اضافة إلى توجيه الرغبات و هذا ما يعطي للمراهق فرصة التحرر من الكبت وحب الذات كما يتيح له أيضا فهم العلاقات

الاجتماعية و التكيف معها و اكتساب المعايير و القيم و الاتجاهات الايجابية و الشعور بالمسؤولية و القدرة علي الضبط الذاتي للسلوك و الشعور بالسعادة و الرضا و الثقة بالنفس و تنمية الاتجاهات الوجدانية الايجابية و تحقيق الصحة النفسية من خلال عدم كبت المشاعر و حل الصراعات الداخلية و الخارجية و بذلك يحي حياة اجتماعية مستقرة تتوازن فيها ذاته الداخلية مع ذاته الخارجية منحي يسير به نحو السواء النفسي الاجتماعي وبالتالي تكوين شخصية متكاملة و متوازنة من جميع النواحي النفسية والاجتماعية و الدينية و حتى الأخلاقية كما أن النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل علي تحسين مستوى المربين الرياضيين و كذا المختصين في القطاع الرياضي للنشاطات الرياضية الجماهيرية بإعدادهم إعداد علميا و ذلك بإنشاء الكثير من المعاهد و المدارس الخاصة لتكوينهم في كل الميادين ليكونوا قدوة حسنة بالنسبة للمراهقين و مؤهلين لهذه العملية النبيلة في إعداد التلميذ المراهق.

مقابلة النتائج بالفرضيات

من واقع الدراسة والبحث الذي قمنا به ونتائج الدراسة الميدانية لمعرفة اذا ما كان للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تطوير النمو النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية قمنا بمناقشة الفرضيات على النحو التالي:

مناقشة الفرضية الأولى: والمتمثلة في أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي من خلال أجوبة الاستبيان الخاصة بالتلاميذ والمحددة بالاسئلة رقم: (08) ، (03) ، (04) ، (19) والاستبيان الخاص بالاساتذة والمحدد بالاسئلة (07) ، (04) ، (01) ، (05) ، (12).
اتضح لنا أن النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل علي تجسيد الانفعالات الطيبة والمقبولة لدى التلاميذ من خلال اكتساب الحاجة إلي تحقيق إحراز أهداف عالية لأنفسهم و لغيره والانسجام بالانضباط و الطاعة و احترام م السلطة و اكتساب مستوى رفيع من الكفاية النفسية المرغوبة كالثقة و التحكم بالنفس و الاتزان الانفعالي و انخفاض التوتر والتعبيرات العدوانية و تقدير الذات و إتاحة الفرصة للمتعة والبهجة حيث يخفف للتلميذ التوتر والضغوط و يتيح له اللذة و التنفيس عن هذه الضغوط و التعبير عن نفسه و بالتالي تكوين الشخصية الإنسانية المتزنة التي تتصف بالشمول و التكامل كما ان النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل على التخفيف من المشاكل النفسية وعليه فالفرضية الأولى قد حققت.

مناقشة الفرضية الثانية: : والمتمثلة في أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو الاجتماعي من خلال أجوبة الاستبيان الخاصة بالتلاميذ والمحدد بالاسئلة رقم (15) ، (22) ، (06) والاستبيان الخاص بالاساتذة والمحدد بالاسئلة رقم (08)،(07)،(04)،(02) اتضح لنا أن النشاط البدني الرياضي يساهم في ثراء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات و التفاعلات الاجتماعية التي تكسب المراهق الممارس للأنشطة الرياضية عددا كبيرا من القيم و الخصائص الاجتماعية المرغوبة و التي تنمي الجوانب الاجتماعية في شخصيته و تساعد في التنشئة الاجتماعية و التكيف مع مقتضيات المجتمع و نظمه و معاييره الاجتماعية والاندماج في الجماعة والمجتمع و تنمية الروح الرياضية و التعاون و تقبل الآخرين بغض النظر عن الفروق البينية و التعود علي القيادة و الانضباط الذاتي و اكتساب المواطنة و المتعة و البهجة الاجتماعية و يتعلم التفاهم و الإيثار فيدرك معاني التماسك و المشاركة و التوحد والانتماء ،كما تتيح الأنشطة الرياضية فرصا لنمو العلاقات الاجتماعية الطيبة كالصداقة و الألفة الاجتماعية و تجعله يتقبل ذاته الداخلية و الخارجية و الامتثال و

المسايرة لتنظيم المجتمع و معاييرہ و تطوير الجانب الاجتماعي للفرد المراهق و بالتالي إحداث
تغيير نحو الإيجاب في الجانب الاجتماعي و التوجه الاجتماعي للحياة إلي شكل أفضل و عليه
فالفرضية الثانية قد تحققت.

الفصل السادس

الاستنتاجات والتوصيات

الاقتراحات والتوصيات:

من خلال ما توصلنا إليه من نتائج واستنتاجات في الباب التطبيقي، والتي أثبتت بأن النشاط البدني الرياضي التربوي له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي، يمكن حصر هذه الإقتراحات والتوصيات فيما يلي:

- توعية التلاميذ بأهمية ممارسة التربية البدنية والرياضية، لما لها من فوائد نفسية وبدنية وعقلية على المراهق.
- زيادة عدد حصص التربية البدنية والرياضية للوصول إلى الأهداف المرجوة منها.
- مراعاة المشاكل النفسية والاجتماعية التي يعاني منها التلاميذ من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية، والمرشد النفسي.
- ضرورة وعي الإدارة المدرسية بالدور المهم الذي يؤديه الأخصائي النفسي في المدرسة بالتنسيق مع أستاذ التربية البدنية والرياضية.
- وضع سجل الزائر الصحي لكل تلميذ بحيث تكون هناك زيارات دورية للمرشد النفسي.
- الإعتناء بأساتذة التربية البدنية والرياضية ورسكلتهم في ميدان علم النفس الحديث وتقنيات التدريب.
- تصحيح فكرة أن حصة التربية البدنية و الرياضية حشو في الجدول الدراسي و أنها ألعاب ترفيهية و ترويحية آلية تنجز بطريقة عشوائية و يمكن الإستغناء عنها في أي وقت، و تخصيص ساعاتها للمواد النظرية الأخرى، فيجب تصحيح هذا القول و ذلك بإبراز قيمة النشاط البدني و الرياضي في التحصيل الدراسي و الإهتمام بها من طرف المنظومة التربوية.
- توفير المنشآت القاعدية من هياكل و عتاد رياضي، قاعات رياضية ميادين من أجل ممارسة التربية البدنية في أحسن الظروف للتلميذ و الأستاذ معا.

الخاتمة

حساسية موضوع المراهقة خاصة في المحيط الدراسي و واقع النشاط البدني و الرياضي و نقص الإهتمام بها جعلنا نتطرق إلى العلاقة الموجودة بينهما أي في تأثير هذه المادة الحيوية على هذه الفئة المتميزة في جانب النمو .

باعتبار موضوع النمو موضوع عام وواسع يصعب الإلمام به من كل النواحي لدى تناولنا في هذا الموضوع تحقق النمو النفسي و الإجتماعي عند المراهق الممارس للنشاط البدني و الرياضي التربوي في الثانوية و قد إفترضنا أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي على النمو النفسي و الإجتماعي للمراهق.

و لإثبات هذه الفرضية قمنا بتوزيع إستبيانات خاصة بالتلاميذ و الأساتذة ، و بعد جمع الإحصائيات و تحليل النتائج توصلنا إلى تحقق الفرضيات الجزئية بنسبة معتبرة .

الفرضية الأولى تخص مساعدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي للمراهق على النمو النفسي التي تحققت بنسبة كبيرة ، و التخفيف من المشاكل الإجتماعية من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي، كفرضية ثانية والتي تتحقق أيضا .

تحقق هذه الفرضيات أظهر أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في النمو النفسي و الإجتماعي للمراهق حيث تقيه من المشاكل النفسية كالعزلة و الإنطواء و ذلك بتوفير أجواء تساعد و تسهل في خلق علاقات بين التلاميذ و تخليهم عن بعض السلوكات السلبية و تزرع فيهم روح الجماعة فتوجه الطاقة التي يتميز بها الفرد في هذه المرحلة توجيها إيجابيا.

و لهذا يمكننا القول أن النشاط البدني الرياضي التربوي ليس نشاط ترفيهي فحسب بل هو نشاط تربوي هادف لكن ذلك لا يتحقق إلا بتوفر الشروط أخرى كالوسائل التي تسمح ببلوغ الأهداف المبرمجة كما يجب توفر مؤثرين لهم كفاءة في التعامل مع المراهقين الذين يجب أيضا أن يحضوا بتشجيع و دعم عائلي يوجههم نحو هذه النشاطات المفيدة.

وعليه نطرح السؤال التالي: متى يعترف بالنشاط البدني الرياضي التربوي و بخدماته الجليلة ؟

قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية

- 1- إبراهيم بسيوني عميرة:مناهج البحث التربوي، دار المعارف بمصر،القا هرة سنة1974 .
- 2- ابراهيم حامد قنديل: برنامج و دروس التربية البدنية و الرياضية، مطبعة مخيم القا هرة،سنة 1980 .
- 3- ابراهيم نشقوش: سيكولوجية المراهق،ط3، مكتبة الانجلو مصرية،سنة 1989.
- 4- ابو العلاء احمد عبد الفتاح، نصر الدين السيف: فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي القا هرة، سنة1993.
- 5- أبو حطبو آخرون : نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين، ط4، مكتبة الإنجلو المصرية ، القا هرة مصر، سنة1999.
- 6- أبو عبيه حسن محمد: المنهج في علم النفس الرياضي، دار المعارف القا هرة،سنة1977.
- 7- احمد اوزري: المراهقة و العلاقات المدرسية، مطبعة دار النجاح الجديدة الدار البيضاء،سنة 1993.
- 8- احمد عزت راجح: اصول علم النفس ،ط12 ، دار المعارف، المعارف ، القا هرة، سنة1979.
- 9- أرنوف، و يتيح ، مقدمة في علم النفس، ترجمة عادل عز الدين الاشول و آخرون، دار ماكجروهيل للنشر، القا هرة، سنة1977.
- 10- أكرم زكي خطايبية: المناهج المعاصرة في الت ، ب ، ط 1 ، دار الفكر العربي، القا هرة ، سنة 1997.
- 11- أمين أنور الخولي: اصول التربية البدنية و الرياضية، ط1 ، دار الفكر العربي ،مدينة نصر ، سنة 1996.
- 12- أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة ط1، دار الفكر العربي، القا هرة ،سنة2000.
- 13- أمين انور الخولي: دليل معلم الفصل و طالب التربية العلمية، دار الفكر العربي، 1994 .
- 14- أمين أنور الخولي و آخرون : التربية الرياضية المدرسية ،ط4،دار الفكر العربي ، مدينة نصر ، القا هرة ،سنة 1996 .
- 15- بسطويس احمد بسويسى : اسس و نظريات الحركة ، دار الفكر العربي القا هرة، سنة 1996.
- 16- تشالز ايبوكر: أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده، دار الفكر العربي، القا هرة.
- 17- حامد عبد السلام زهران:علم النفس الاجتماعي، ط 5، عالم الكتب، القا هرة 1982.
- 18- حسان محمد حسن: الأسس العلمية لمناهج البحث العلمي، ط1 ، دار الطليعة بيروت ، سنة 1994 .

- 19- حسن معوض، و حسن شلتوت: التنظيم و الإدارة في التربية الرياضية دار المعارف، القاهرة، 1996.
- 20- د. محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، ط 4، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2004.
- 21- دافيدوف لنذل: مدخل علم النفس، ط 2، ترجمة سيد الطواب و آخرون، دار ماكجروهيل للنشر، القاهرة، 1984.
- 22- دروس في التربية و علم النفس، مديرية التربية و التكوين خارج المدرسة طباعة الشعبية للجيش، الجزائر 73-74.
- 23- ذوقان عبيدات و آخرون: البحث العلمي مفهومه أدواته وأساليبه، ط 1، الجامعة الأردنية، 1998.
- 24- الراضي سمير، جميل أحمد: المراهقون، دراسة تربوية نفسية من وجهة النظر الإسلامية، (1983).
- 25- الرفاعي أحمد حسين، مناهج البحث العلمي تطبيقات إدارية و اقتصادية، دار وائل، عمان، 1998.
- 26- رمزي الغريب: الحياة النفسية في الحياة الصغيرة و مشكلاته اليومية، مكتبة الانجلو مصرية، 1977.
- 27- زهران حامد عبد السلام: علم النفس، النمو، الطفولة و المراهقة، ط 3، عالم الكتب، القاهرة، 1972.
- 28- س. فرويد، الانا و الهو، ط 4، ترجمة عثمان نجاتي، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 29- سامي عريفج و آخرون: مناهج البحث العلمي و أساليبه، ط 1، مجدلاوي للنشر، عمان، 1987.
- 30- سامي ملحم: مناهج البحث في التربية و علم النفس، ط 1، دار المسيرة للنشر، الأردن، 2000.
- 31- سعيد اسماعيل علي: مدخل للعلوم التربوية، عالم الكتب، القاهرة، 1982.
- 32- سعيد حسني العزة: سيكولوجية النمو في الطفولة، ط 1، الدار العلمية للنشر دار الثقافة للنشر و التوزيع، بدون سنة
- 33- سيد احمد عثمان، انور الشرفاوي، التعلم و تطبيقاته، ط 2، دار الثقافة للنشر و الطباعة، القاهرة، 1978.
- 34- سيد خير الله: علم النفس التعليمي أسسه النظرية و التجريبية، الجزء الثالث، عالم الكتب، القاهرة، 1978.
- 35- شعلال عبد المجيد، واقع النشاط البدني الرياضي التربوي و دوره في دعم الحركة الرياضية الوطنية، رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر، 2004.

- 36- صالح ، أحمد زكي :علم النفس التربوي ،ط13 مكتبة النهضة المصرية، القاهرة ،مصر 1972.
- 38- صالح نازلي، يس سعيد: المدخل في التربية، مكتبة الأنجلو المصرية 1973.
- 39- طلعت همام: قاموس العلوم النفسية و الإجتماعية،ط2،دار عمان، الأردن 1987.
- 40- عباس احمد السمرائي، بسطو يس احمد بسطو يس: طرق التدريس في التربية البدنية، جامعة بغداد، 1984.
- 41- عبد الرحمان عيسوي: معالم علم النفس، دار الفكر الجامعي، الاسكندرية 1979.
- 42- عبد الرحمن العيساوي: سيكولوجية النمو، بدون طبعة و سنة ، ص 41.
- 43- عبد الرحمن الوافي: مدخل إلى علم النفس العام، الخنساء للنشر و التوزيع بدون تاريخ.
- 44- عبد الرحمن عدس : مع المعلم في صفة، ط1، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، الاردن ، 1999.
- 45- عبد الرحمن عيسوي، علم النفس النمو، دار المعرفة الجامعية ، القاهرة 1955.
- 46- عبد العزيز القوضي، أسس الصحة النفسية، ط9، مكتبة النهضة المصرية القاهرة، 1981.
- 47- عبد الغني نصيف، الخطة الحديثة في التربية البدنية و الرياضية، مطبعة الميناء، بغداد، 1971.
- 48- عبد اللطيف يوسف الصديق و آخرون: معجم الإحصاء، دار الراتب الجامعية لبنان، دون تاريخ.
- 49- عبد الوهاب محمد الكامل: أساسيات سيكولوجية التعلم، دار ابو العينين لطباعة الأوفست ، طنطا، 1979.
- 50- عبدو علي : الخطة الحديثة في اخراج درس التربية البدنية و الرياضية، بغداد، 1997.
- 52- عدس ، محمود عبد الرحيم : تربية المراهقين، ط1. دار الفكر عمان ، الأردن، سنة 2000.
- 53- عدنان جلول درويش و آخرون: التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 30.
- 54- عنايات احمد فرح: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988.
- 55- عدنان درويش و آخرون: التربية الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي القاهرة ، 1994 .
- 56- عفاف عبد الكريم: طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية، منشأة المعارف بالاسكندرية، 1994.
- 57- عقل محمود عطا حسين : النمو الإنساني (الطفولة و المراهقة)، ط5، دار الخريجي للنشر و التوزيع ، الرياض المملكة العربية السعودية، سنة 2000.
- 58- علي البشير القائدي و آخرون: المرشد الرياضي التربوي، طبع المنشأة العامة للنشر و التوزيع و الاعلان، طرابلس، ليبيا، 1983.
- 59- على محمد زكي: التربية الصحية بين النظرية و التطبيق، ط1، منشورات ذات سلاسل الكويت، 1983.

- 60- عليان ربحي مصطفى: خطوات البحث العلمي في علم المكتبات، ط 16 ، رسالة المكتبة ، سنة 1981 .
- 61- عماد الدين اسماعيل: النمو في مرحلة المراهقة، دار التعلم، الكويت، 1982.
- 62- عمار بوحوش، محمد محمود الزنبيات: مناهج البحث العلمي أسس و أساليب ط 1 ، مكتبة المنار للطباعة و النشر و التوزيع، الأردن، 1989 .
- 64- عنايات محمد احمد فرح: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988.
- 65- عنايات محمد فرح: دليل مدرس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988.
- 66- عواطف أبو العلا : التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية، دار النهضة للطبع والنشر، القاهرة ، بدون تاريخ.
- 67- عودة سليمان: أساسيات البحث العلمي في التربية و العلوم الإنسانية، ط 2 إربد، مكتبة الكتاني، 1992 .
- 67- عوض ربيعة رجب: ضغوط المراهقين و مهارات المواجهة (التشخيص و العلاج) مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة .
- 68- الغامدي، حسين عبد الفتاح: (تحت الطبع)، المقياس الموضوعي لتشكيل هوية الأنا ، نسخة مقننة على الذكور في سن المراهقة و الشباب بالمنطقة الغربية من المملكة العربية السعودية، جامعة أم القرى .
- 69- غسان صادق، سامي الصقار: التربية البدنية الرياضية، كتاب منهجي جامعة بغداد.
- 70- فؤاد الباهي السيد: الأسس النفسية للنمو، دار الفكر العربي، القاهرة، بدون طبعة و سنة.
- 71- فؤاد ابو حطب، أمال صادق: علم النفس التربوي، ط 2، مكتبة الانجلو مصرية ، القاهرة، 1979.
- 72- فايز مهني، التربية الرياضية الحديثة: دار طلاس للنشر، دمشق، 1987.
- 73- الفرائضي ، عبد اللطيف عبد الله: مراحل النمو النفسي عند الطفل و أهميتها مجلة الفيصل الطبية .
- 74- قاسم المندلاوي و آخرون، اصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة، جامعة بغداد ، 1989.
- 75- قاسم حسن، و آخرون: نظريات التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1979.
- 76- كمال أيت منصور، رابح طاهير: منهجية إعداد بحث علمي، دار الهدى للطباعة و النشر، عين مليلة، 2003 .
- 77- مبارك فارج، بحث لنيل شهادة الأستاذية: مكانة التربية البدنية و الرياضية و قيمتها في التعليم الثانوي، 1979.
- 78- محمد إبراهيم عبد الحميد: العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة و تنمية التوافق النفسي و الاجتماعي،

- رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة، 1996.
- 79- محمد الحمامي، و أمين الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
- 80- محمد الشياتي: الأسس النفسية و التربوية لرعاية الشباب، دار الثقافة بيروت، بدون طبعة، بدون تاريخ.
- 81- محمد حسن ابو عبية : المنهج في علم النفس الرياضي، دار المعارف القاهرة، 1977.
- 82- محمد حسن علاوي : التدريب و المنافسات، دار المعارف، القاهرة، 1977.
- 83- محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، الطبعة 2 ، سنة 1986 .
- 84- محمد حسن علاوي :علم النفس الرياضي ، دار المعارف، مصر الطبعة الرابعة، 1979.
- 85- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1992.
- 86- محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب و المنافسات، دار المعارف القاهرة، 1981.
- 87- محمد حسن علاوي،أسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- 88- محمد زياد حمدان: قياس كفاية التدريس ، مذكرة ماجستير ، معهد علم النفس ، جامعة الجزائر ، 1984.
- 89- محمد سلامة آدم توفيق حداد: علم النفس الطفل للطلبة المعلمين و المساعدين في المعاهد التكنولوجية ، الجزائر، 1973، ص 124.
- 90- محمد عادل عبد الله: دراسات في الصحة النفسية (الهوية الإغتراب الإضطرابات النفسية)، ط1، دار الرشاد ، القاهرة، مصر العربية 2000.
- 91- محمد عبد الرزاق شفيق، هدى محمود ناصف :إدارة الصف المدرسي دار الفكر العربي ، القاهرة، بدون السنة.
- 92- محمد عوض بسيوني، و فيصل ياسين الشاطئ :نظريات و طرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992.
- 93- محمد فندي: علم النفس الرياضي و الأسس النفسية للتربية الرياضية، دار الثقافة بيروت، بدون طبعة، سنة 1947.
- 94- محمد مصطفى ريدان : علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1965.
- 95- محمد مصطفى ريدان :علم النفس التربوي، دار المشرق.
- 96- محمود قاسم : المنطق الحديث و مناهج البحث، ط 5، دار المعارف القاهرة 1976.

- 97- محي الدين مختار : محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 1996.
- 98- مرسي أبو بكر مرسي محمد : أزمة الهوية في المراهقة و الحاجة للإرشاد النفسي، ط1، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، مصر ، 2000.
- 99- مصطفى فهمي : الدوافع النفسية، ط 5 ، مكتبة مصر بالفجالة، القاهرة، 1968.
- 100- مصطفى يوسف الفاضي، محمد مصطفى زيدان: السلوك الاجتماعي للفرد، ط1مكتبات عكاظ للنشر و التوزيع 1981 .
- 101- مغاريوس صاموئيل : اضواء على المراهق المصري، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1997.
- 102- منهاج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي، مديري التعليم الثانوي جوان 1996.
- 103- موسى ، عبد الله عبد الحي : دراسات في علم النفس ، دار الثقافة للنشر و التوزيع، القاهرة ، مصر.
- 104- ميخائيل ابراهيم أسعد: مشكلات الطفولة و المراهقة، منشورات دار الافاق الجديدة ،بيروت، 1981.
- 105- نصيرة عقاب: رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم الاجتماع، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، بوزريعة، سنة 1995 .
- 106- نور الحافظ : المراهق، المؤسسة العربية للدراسات و النشر، القاهرة 1990.
- 107- وزارة الشباب و الرياضة : قانون التربية البدنية ، مطبعة الشعب، الجزائر، 1972.
- 108- يوسف مراد : مبادئ علم النفس العام، دار المعارف، مصر، 1969.

المراجع باللغة الفرنسية

- 1- Adams G.R. Objective measure of Ego-dentty status lkj: a reference manual.(Avaible from Adam)
- 2- Alan (H), L'Eps réflexion et perspectives, Ed Steps Eps, Paris, P 201.
- 3- Armand (P), les savoirs du corps, Education physique et éducation intellectuelle dans le système scolaire français , Ed P.U.F, Lyon, 1983.
- 4- Bernard Petroves , Semilogie psychiatrique, op-cit .
- 5- Canestari (R) et all, l'image de corps chez les adolescents, In neuro psychiatrie de l'enfant , 1980.
- 6- Dalio.F, l'image inconsciente du corps, Ed seuil, Paris.
- 7- Debexe (M), l'adolescent, Paris, 1959.
- 8- Erikson E.H (1968) Childhood and societiy. New York :Norton
FAP (P), cité par MIKIDECHE (N), In le sens a accorder au concept de l'enfant, Alger.1988.
- 9- Freud S, Trois essais sur la théorie de la sexualité, Gallimard, Paris, 1992
- 10- Gravit 2/M : Methodes des sciences sociales, 6eme édition, Paris, 1984.
- 11-Houzel et Mazet, Psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, ed. Malvines, Tome II, 1998.
- 12- Male (P) Psychologie de l'adolescence , ed. P.U.F ? Paris ? 1064.
- 13- Marcia j.e. (1988) common processes underlying Ego-Identity cognitive/ moral development and individuation .In D.K. lapsley and F.C power (EDS)Self.Ego.and Identity.New york: Springer –Verlag.
- 14- Maslow A.H, The lather peaches of human nature, New York, the viking., I.N.C, 1971.
- 15- Mead (M), le fosse des génération, donoel, Paris, 1972.
- 16- Nafa (S) « importance de la pratique sportive dans les etablissements secondaires, sue l'image du corps des adolescents (12-15ans) » , thèse magistère , I.E.P.S, Université d'Alger , 2002.
- 17- Revue scientifique de l'éducation physique et sportive, vol 2,n°3, Alger,1994.

18- Schilder Paul, l'image du corps , ed , Guallimand , 1978 .

19- Sillamy (N) Dictionnaire de Psychologie, Larousse, 1989.

20- Sivadon (R) et Gantheret (F), La rééducation corporelle de fonction mentales, ESF, 2^{ème} ed, 1969.

21- Stoez (J) Psychologie social, ed. Flammarion, 1963.

فائمة الملاحق

جامعة حسيبة بن بوعلي - الشلف -
معهد التربية البدنية والرياضية

إستمارة استبيان خاصة بالتلاميذ

في إطار إنجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في النشاط البدني الرياضي التربوي :
فإننا نرجوا منكم أعزائنا التلاميذ الإجابة على هذه الأسئلة بكل صراحة ودقة من أجل التوصل إلى نتائج
دقيقة تفيد في البحث العلمي ولكم منا فائق التقدير والإحترام.
*ملاحظة: ضع علامة (X) على الإجابة المناسبة.

معلومات خاصة:

الجنس: ذكر

أنثى

المستوى:

أسئلة الاستبيان الخاص بالتلاميذ:

س1: ما هي نظرتك لمادة التربية البدنية والرياضية ؟

*مادة أساسية *مادة ثانوية *مادة ترفيهية

س2: كيف تفضل أن تكون مادة التربية البدنية والرياضية؟

*إجبارية *إختيارية

س3: بماذا تشعر عند ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية ؟

*الراحة *التعب *القلق *الفرح والسرور

س4: كيف ترى الوقت المخصص لممارسة مادة التربية البدنية والرياضية ؟

*كافي *غير كافي

س5: ما هي الرياضة التي تفضل ممارستها ؟

*كرة القدم *كرة السلة *ألعاب القوى
 *كرة اليد *كرة الطائرة *الجمباز

س6: ما هي الفائدة من ممارسة التربية البدنية والرياضية حسب رأيك ؟

*الإندماج الجيد في الجماعة والمجتمع
 *إحترام الجماعة
 *إكتساب صداقة وأصدقاء

س7: هل ترى أن مادة التربية البدنية والرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى؟

*نعم *لا

س8: حسب رأي ما هي المشاكل التي تسببها لك مادة التربية البدنية والرياضية ؟

*مشاكل نفسية *مشاكل إجتماعية
 *مشاكل صحية *لا توجد مشاكل

س9: هل تهتم أسرتك بالأخبار الرياضية ؟

*نعم *لا

س10: هل يوجد في أسرتك من يمارس الرياضة ؟

*نعم *لا

س11: هل تقوم أسرتك بتشجيعك على ممارسة التربية البدنية والرياضية ؟

نعم* لا*

س12: هل تقوم بممارسة الرياضة خارج المدرسة في أوقات فراغك؟

نعم* لا*

س13: كيف هي معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية لك؟

حسنة* سيئة*

س14: ما هي العرايل والعواقب التي تمنعك من ممارسة النشاط الرياضي بشكل جدي في الثانوية؟

نقص العتاد الرياضي

سوء برمجة درس التربية البدنية والرياضية

مشاكل مادية

مشاكل صحية

س15: ما هو رأيك في دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية؟

تساعد في معالجة هذه المشاكل

تخفف عنك هذه المشاكل

ليس لها أثر في معالجة هذه المشاكل

س16: هل يهتمك المظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء الحصة؟

نعم* لا*

س17: هل يساعدك أستاذ التربية البدنية والرياضية في حل مشاكلك النفسية؟

نعم* لا*

س18: هل يفتح لكم أستاذ التربية البدنية والرياضية المجال لتعبير عن آرائكم؟

نعم* لا*

س19: هل الأنشطة التي تقومون بها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تدعو إلى الإستمتاع والراحة النفسية أثناء ممارستها؟

نعم* لا*

س20: هل يوجد أخصائي نفسي بمؤسستكم؟

نعم* لا*

س21: هل يقوم أستاذ التربية البدنية والرياضية بتوجيهكم إلى الأخصائي النفسي عندما يعرف أنكم تعانيون

من مشاكل نفسي؟

نعم* لا*

س22: ما هو موقف أصدقائك من ممارستك للتربية البدنية والرياضية ؟

لا يهتمون بك *يسخرون منك *يشجعونك

جامعة حسيبة بن بو علي - الشلف -

معهد التربية البدنية والرياضية

إستمارة استبيان خاصة بالأساتذة

في إطار إنجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في النشاط البدني الرياضي التربوي:

فإننا نرجو منكم أساتذتنا الكرام ملاً هذه الإستمارة بالإجابة على أسئلتنا بدقة من أجل التوصل إلى نتائج

موضوعية ودقيقة تفيد في البحث العلمي.

وفي الأخير لكم منا فائق التقدير والإحترام.

*ملاحظة: ضع علامة (X) في الجواب المناسب.

أسئلة الإستبيان الخاص بالأساتذة:

س1: هل في رأيكم حصة التربية البدنية والرياضية تؤثر في نفسية التلاميذ؟

نعم* لا*

س2: هل الزيادة في حصص التربية البدنية والرياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي؟

نعم* لا*

س3: هل الخلل في عدم إبراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي راجع إلى:

*نقص الحصص التدريبية

*عدم اهتمام التلاميذ

*أشياء أخرى

س4: هل تكوينكم النظري في مادة علم النفس يكفي لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟

نعم* لا*

س5: هل تركزون على الجانب النفسي أثناء تحضيركم لحصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم* لا*

س6: كيف هي علاقتك بالتلاميذ؟

*كأخ *كأب *كصديق *كأسناد

س7: هل الألعاب الشبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟

نعم* لا*

س8: نوع اللعبة الشبه رياضية، هل له أثر إيجابي على تنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟

نعم* لا*

س9: هل تعتمد في معرفة الحالات النفسية للتلاميذ على المعرفة الذاتية؟ معطيات الأسرة؟ والأولياء؟، الأخصائي النفسي؟

*المعرفة الذاتية

*معطيات الأسرة والأولياء

* الأخصائي النفسي

س10: يعتبر مجال الإرشاد النفسي للمراهق في نظرك أمراً: ؟

* ضروري * أساسي * ثانوي

س11: هل يمكنكم تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

* نعم * لا

س12: هل تساهم في حل المشاكل النفسية للتلاميذ؟

* نعم * لا

س13: هل يمكنكم ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية؟

* نعم * لا

س14: كيف ترون الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية؟

* كافي * غير كافي

س15: هل تقوم بتشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة؟

* نعم * لا