



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
تخصص: تدريب رياضي تنافسي

العنوان:

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي  
لدى تلاميذ الطور المتوسط

دراسة ميدانية أجريت على متوسطة لبيض محمد ولاية جيجل

إشراف الأستاذ:

بلفريطس ياسين

إعداد الطلبة:

- بوفليغة مراد
- شواط سفيان
- بوقريدة بلال

السنة الجامعية: 2021/2020





وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
تخصص: تدريب رياضي تنافسي

العنوان:

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الإجتماعي  
لدى تلاميذ الطور المتوسط

دراسة ميدانية أجريت على متوسطة لبيض محمد ولاية جيجل

إشراف الأستاذ:

بلفريطس ياسين

إعداد الطلبة:

- بوفليغة مراد
- شواط سفيان
- بوقريدة بلال

السنة الجامعية: 2021/2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# شكر و عرفان

كن عالماً... فإن لم تستطع فكن متعلماً... فإن لم تستطع فأحب العلماء...

فإن لم تستطع فلا تبغضهم...

نحمد الله عزوجل الذي اهدانا الصبر والثبات وأمدنا القوة والعزم على

مواصلة مشوارنا الدراسي وتوفيقه لنا في انجاز هذا العمل، فنحمدك اللهم

ونشكرك على نعمتك وفضلك ونسألك البر والتقوى، ومن العمل ما ترضى.

نتقدم بجزيل الشكر والتقدير للأستاذ "بلفريطس ياسين" لتفضله بالإشراف على هذا

البحث وسعة صدره وعلى حرصه أن يكون هذا العمل في صورة كاملة

لا يشوهه أي نقص، نسأل الله أن يجزيه عنا كل خير قبل الإشراف على هذا

العمل البسيط، وعلى الجهود التي بذلها من أجلنا، والنصائح والتوجيهات

العظيمة التي كان يضعها نصب اعيننا.... جعل الله ذلك في ميزان حسناته يوم

الدين ونتقدم بجزيل الشكر وخاص والإمتنان الى ادارة وأساتذة الكلية

لكم منا تحية طيبة

# إِهْدَاء

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

احمد الله عزوجل على منه وعونه لإتمام هذه المذكرة  
الى الذي وهبني كل ما يملك حتى احقق له اماله، الى من كان يدفعني  
قدما الى الامام لنيل المبتغى، الى الانسان الذي امتلك الانسانية بكل  
قوة، الى الذي سهر على تعليبي بتضحيات جسام ابي الغالي على قلبي  
أطال الله في عمره.  
الى التي وهبت فلذة كبدها كل العطاء والحنان، الى رمز الحب وبلسم  
الشفاء، الى التي صبرت على كل شيء التي رعتني حق رعاية وكانت  
سندي في الشدائد، الى من كان دعائها سرنجاحي امي اعزملاك على  
القلب والعين وجزاها الله عني خير الجزاء في الدارين.  
اليهما اهدي هذا العمل المتواضع لكي ادخل على قلبيهما شيئا من  
السعادة الى اخوتي وكل العائلة والى كل زملائي  
كما اهدي ثمرة جهدي لأستاذنا الكريم "بلفريطس ياسين" الذي  
ساعدنا كثيرا وكلما سألت عن معرفة زودنا بها، كلما طلبت كمية من  
وقته الثمين وفره لنا بالرغم من مسؤولياته المتعددة

مراد

سفيان

بلال



الصفحة	المحتويات	الرقم
	البسمة	
	الشكر والعران	
	الاهاء	
	قائمة الجداول	
	قائمة الاشكال	
1	مقدمة	
<b>الفصل التمهيدي</b>		
05	الإشكالية	1
06	الفرضيات	2
07	أهمية الدراسة	3
07	اهداف الدراسة	4
07	أسباب اختيار الموضوع	5
08	تحديد المفاهيم والمصطلحات	6
09	الدراسات السابقة والمرتبطة	7
<b>الجانب النظري</b>		
<b>الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي التربوي</b>		
15	تمهيد	
16	ماهية النشاط البدني الرياضي التربوي	1
17	أنواع النشاط البدني الرياضي التربوي	2
18	خصائص النشاط البدني الرياضي التربوي	3
19	دوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي التربوي	4
20	الأسس العلمية للنشاط البدني الرياضي التربوي	5
20	وظائف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي	6
23	الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي	7
24	دور النشاط البدني التربوي في تطوير الجانب الاجتماعي	8
26	خلاصة	
<b>الفصل الثاني: التفاعل الاجتماعي</b>		



28	تمهيد	
29	الوظائف الاجتماعية للرياضة	1
32	التفاعل الاجتماعي	2
32	خصائص التفاعل الاجتماعي	3
33	اهداف التفاعل الاجتماعي	4
33	مستويات التفاعل الاجتماعي	5
34	اشكال التفاعل الاجتماعي	6
35	أنماط التفاعل الاجتماعي	7
35	وسائل التفاعل الاجتماعي	8
36	مراحل التفاعل الاجتماعي	9
37	الرياضة والتفاعل الاجتماعي	10
37	التفاعل الاجتماعي بين الأداء الفردي وأداء الفريق	11
38	أهمية العلاقات والتفاعلات الاجتماعية في الفريق الرياضي	12
39	خلاصة	
<b>الفصل الثالث: تلاميذ الطور المتوسط</b>		
41	تمهيد	
42	مفهوم التربية البدنية الرياضية في مرحلة المتوسط	1
43	مراحل حصة التربية البدنية الرياضية في مرحلة المتوسط	2
46	أهمية مرحلة المراهقة من الناحية الاجتماعية	3
46	مراحل المراهقة	4
47	خصائص مرحلة المراهقة	5
50	أنماط المراهقة	6
51	مشكلات المراهقة	7
52	المراهقة في الطور المتوسط	8
53	المراهق والنشاط البدني الرياضي	9
53	أهمية التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمراهق	10
55	خلاصة	
<b>الجانب التطبيقي</b>		

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة		
57	تمهيد	
58	الدراسة الاستطلاعية	1
59	منهج البحث	2
59	مجتمع وعينة الدراسة	3
61	متغيرات الدراسة	4
61	وسائل وأدوات البحث	5
62	مجالات الدراسة	6
63	الوسائل الإحصائية	7
64	خلاصة	
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة		
65	تمهيد	
66	عرض وتحليل نتائج الاستبيان	1
84	تفسير ومناقشة الفرضيات	2
87	الاستنتاج العام	3
88	اقتراحات	4
90	خاتمة	
92	قائمة المراجع	
97	الملاحق	

# قائمة الجداول

## قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	الاحصائيات الخاصة بالاستبانة	61
02	توزيع أفراد العينة حسب الجنس	66
03	توزيع أفراد العينة حسب السن	67
04	يبين مدى حب التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية	68
05	يبين نظرة التلاميذ لمادة التربية البدنية والرياضية حسب طبيعتها	69
06	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الأول المحور الثاني.	70
07	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثاني المحور الثاني.	71
08	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثالث المحور الثاني.	72
09	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الرابع المحور الثاني.	73
10	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الخامس المحور الثاني.	74
11	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السادس المحور الثاني.	75
12	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السابع المحور الثاني.	76
13	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الأول المحور الثالث	77
14	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثاني المحور الثالث	78
15	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثالث المحور الثالث	79
16	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الرابع المحور الثالث	80
17	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الخامس المحور الثالث	81
18	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السادس المحور الثالث	82
19	يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السابع المحور الثالث	83
20	تحليل نتائج اختبار الفرضية الفرعية الأولى	84
21	تحليل نتائج اختبار الفرضية الفرعية الثانية	85

86	تحليل نتائج اختبار الفرضية الرئيسية	22
----	-------------------------------------	----

# قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
65	دائرة نسبية لتوزيع أفراد العينة حسب الجنس	01
66	دائرة نسبية لتوزيع أفراد العينة حسب السن	02
67	دائرة نسبية تبين مدى حب التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية	03
68	دائرة نسبية تبين نظرة التلاميذ لمادة التربية البدنية والرياضية حسب طبيعتها	04
69	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الأول المحور الثاني.	05
70	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الثاني المحور الثاني.	06
71	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الثالث المحور الثاني.	07
72	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الرابع المحور الثاني.	08
73	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الخامس المحور الثاني.	09
74	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال السادس المحور الثاني.	10
75	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال السابع المحور الثاني.	11
76	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الاول المحور الثالث	12
77	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الثاني المحور الثالث	13
78	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الثالث المحور الثالث	14
79	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الرابع المحور الثالث	15
80	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الخامس المحور الثالث	16
81	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال السادس المحور الثالث	17
82	دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال السابع المحور الثالث	18

مَقَامَةُ



من المعروف أن التربية نشاط أو عملية إجتماعية هادفة، فهي تستمد مادتها من المجتمع الذي تتواجد فيه، إذ إنها رهينة المجتمع بكل ما فيه ومن فيه من عوامل ومؤثرات، وقوى وأفراد تستمر مع الإنسان منذ ولادته إلى غاية مماته، فمن أهم وظائفها نجد إعداد الإنسان للحياة والعمل على تحقيق التفاعل والتكيف المطلوب مع المجتمع الذي يعيش فيه فيؤثر فيه ويتأثر به هو الآخر. ولأن هذا التأثير والتأثير لا يمكن أن يحصل إلا من خلال جملة من المؤسسات الإجتماعية المتنوعة التي تتولى بدورها مهمة تنظيم عالقة الإنسان مع غيره، كما تعمل على تحقيق إنسجامه المطلوب مع ما يحيط به من كائنات ومكونات، إذن فالعملية التربوية مستمرة مع الإنسان منذ أن يولد وحتى يموت، ولا يتم ذلك إلا من خلال المؤسسات التربوية الإجتماعية التي تتولى مهمة تربية الأفراد، وتنمية وعيهم الإيجابي وإعدادهم للحياة. إذ تعد هذه المؤسسات التربوية بمثابة الأوساط أو التنظيمات التي تسعى المجتمعات لإيجادها بما يتوافق مع ظروف المكان والزمان، حتى تنقل من خلالها ثقافتها وتطور حضارتها، ومجتمعاتها وتحقيقتها أهدافها وغاياته التربوية.

في حين يعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي بألوانه المتعددة وأسسه ونضمه ميدان من ميادين التربية عموماً، وعاملاً قوياً في تكوين الفرد اللائق والصالح وكذلك إعداده إعداد متكاملًا بدنياً وإجتماعياً وعقليا ونفسياً ذلك من خلال تزويده بالمهارات الواسعة التي تمكنه من تحقيق الإندماج والتكيف والتعاون مع مجتمعه، كما يعمل على تحقيق غاية التربية من حيث إكساب الفرد مهارات التعامل والتفاعل بين الفرد وبيئته الإجتماعية، ومع زيادة موجات التغيرات العالمية والتطور الهائل يمر المجتمع العربي بتغيرات إجتماعية وإقتصادية وسياسية وثقافية متعددة ظهر في ظلها الكثير من المشكلات كنتائج، وتأثيراتها المختلفة على المجتمع<sup>1</sup>.

فالتفاعل هو أحد الحاجات الإجتماعية التي يجاهد الفرد في إكتسابها لأنه جزء من الطبيعة الإنسانية بحيث يعمل على تعزيز وتقوية هذا الشعور في أوساط المجتمع بإعتباره إنشاء عالقة جيدة مع الآخرين، وعامل هام وأساسي في بناء وخلق مجتمع متماسك ومتربط ومتعاون. وإنطلاقاً من الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة إلى تعديل وتغيير سلوكه وتحقيق مبدأ التعاون والتنافس وتنمية روح الجماعة بين أعضاء الجماعة وإدراك مكانته الإجتماعية وذلك من خلال ما يتناسب بإحتياجات المجتمع، وهذا ما أدى بنا إلى دراسة دور النشاط

<sup>1</sup>الدكتور الزبيد، الشباب والقيم في عالم المتغير، دار الشروق، الأردن، 2006، ص08.

البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الإجتماعي لدى تلاميذ الطور متوسط لكي تتضح هذه العلاقة التي هي محور الأساسي لموضوع هذه الدراسة.

ومن هذا المنطلق، ونظرا للأهمية البالغة لحصة التربية البدنية والرياضية، في حياة التلميذات والتلاميذ والمجتمع عامة، جاءت دراستنا هذه حول مدى تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الإجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط، فباعتبار أن موضوع النشاط البدني واقع نظري موجود يجب العمل به، من خلال تحليل الواقع العملي له ما سيفرزه من نتائج حول تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الإجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط، ومن أجل ذلك جاءت فصول الدراسة مقسمة كالآتي:

**الفصل الأول، والمعنون بالفصل التمهيدي،** ويضم كلا من إشكالية الدراسة، فرضيات الدراسة، أهمية البحث، ومجموعة الأهداف التي يرمي إليها، إنطلاقا من الفرضيات، ثم أسباب اختيار الموضوع، وكذلك تحديد المصطلحات والمفاهيم، والدراسات السابقة للموضوع محل الدراسة.

وفيما يخص **الفصل الثاني،** معنون **بالنشاط البدني الرياضي التربوي،** حيث يتضمن هذا الفصل ماهية النشاط البدني الرياضي التربوي وأهم أنواعه وخصائصه، وكذلك الدوافع المرتبطة به، ويتضمن أيضا الأسس العلمية للنشاط البدني الرياضي التربوي وظائفه وأهدافه، وأخيرا دوره في تطوير الجانب الإجتماعي.

أما عن **الفصل الثالث،** تحت عنوان **التفاعل الإجتماعي** فهو يتضمن الوظائف الإجتماعية للرياضة وأهم مفاهيم التفاعل الإجتماعي وخصائصه وأهدافه ومستوياته وأشكاله وأنماطه وأهم وسائله بالإضافة إلى مراحل، وكذلك يتضمن هذا الفصل الرياضة والتفاعل الإجتماعي والتفاعل بين أداء الفردي وأداء الفريق، وأخيرا أهمية العلاقات والتفاعلات الإجتماعية في الفريق الرياضي.

**والفصل الرابع** جاء تحت عنوان **تلاميذ طور المتوسط،** فهو يتضمن عدة عناصر وهي مفهوم التربية البدنية في مرحلة المتوسط ومراحلها وأهميتها من الناحية الإجتماعية، وكذلك مراحل المراهقة وخصائصها وأنماطها، وكذلك مشكلات مرحلة المراهقة، وتطرقنا أيضا الى المراهقة في طور المتوسط والمراهق والنشاط البدني الرياضي، وأخيرا تطرقنا الى أهمية التربية البدنية الرياضية بالنسبة للمراهق.

بعد عرض الفصول النظرية كان لا بد من الإلمام بالجانب الميداني، فقد جاء في **الفصل الخامس** الذي تمحور حول **الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية** تمت فيه الإشارة إلى الدراسة الإستطلاعية،

ومنهج الدراسة ومجتمع والعينة ومتغيرات الدراسة وأدوات جمع البيانات وكذلك مجالات الدراسة، وأهم الأساليب الإحصائية المتناولة.

في حين جاء الفصل السادس والأخير تحت عنوان عرض وتحليل ومناقشة النتائج، تم في هذا الفصل عرض وتحليل نتائج الإستبيان، وكذا تفسير ومناقشة الفرضيات، بالإضافة الى الإستنتاج العام والإقتراحات.

# الفصل التمهيدي

## 1- الإشكالية:

يعتبر ميدان علم الاجتماع من أكثر الميادين إهتماماً بدراسة العلاقات الاجتماعية القائمة بين أفراد المجتمع، حيث يسعى إلى بناء شخصية الأفراد من جميع الجوانب النفسية والاجتماعيات والتربوية فهذه الأخيرة التربوية تعد أهم مجال إهتم به هذا الميدان بل وقد توسع فيه بشكل كبير من خلال بروز فرع آخر من بين فروع علم الاجتماع العام، ألا وهو علم اجتماع التربية، الذي يهتم بالفرد من جميع النواحي التربوية وذلك عبر مؤسسات التنشئة الاجتماعية المختلفة، بداية من الأسرة ونهاية بالمدرسة، ويصحب ذلك الإهتمام بالعلاقات التي تدور بين هذه المؤسسات قصد توطيد التواصل البناء بينها، فباعتبار الفرد كائن اجتماعي بحاجة كبيرة للدعم من كافة الجوانب، فقد سارعت الأسرة في المجتمع، إلى توفيره لأبنائها قصد تعزيز طموحاتهم ورغباتهم وتأييدها الدائم لجل إهتماماتهم وإتجاهاتهم، خلال فترات تكوين التربية، أو التدريب أو الخبرة أو المعرفة، أو الثقافة، أو التعليم، وذلك عبر مراحلها التعليمية، سواء كان في مرحلة التعليم الابتدائي أو في مرحلة التعليم المتوسط أو في الثانوية أو حتى الجامعة.

وباعتبار التربية البدنية جزء من التربية العامة وجزء لا يتجزأ منها ومادة دراسية تساهم من خلال الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في تنمية مؤهلات المتعلم عن طريق إكسابه مهارات بدنية إضافة إلى المعارف، وتعتبر المتنفس الوحيد بالنسبة للمراهق<sup>1</sup>.

والمراهقة هي مختلف التغيرات الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية وذلك لما يتعرض له من صراعات داخلية وخارجية حيث أنها تمضي الإستجابات الاجتماعية عند المراهق في إتجاهين أحدهم نحو الفردية والآخر نحو الاجتماعية، فالأول يتجلى في الشعور بالقيمة الاجتماعية للتغيرات الجسمية ونتيجة ذلك يشعر بعدم الرضا من المعاملة التي من الأسرة والراشدين بوجه عام فهو لم يعد طفلاً، ومن ثم يقع الصراع بينه وبينهم<sup>2</sup>.

ولمعرفة مدى مساهمة الأنشطة البدنية والرياضية والمتمثلة في حصة التربية البدنية والرياضية وبحيث لاحظنا خلال زيارتنا لبعض متوسطات ولاية جيجل أنه أثناء تدريس حصة التربية البدنية والرياضية أن من أهم المشكلات التي يعاني منها الطالب، والتي في نفس الوقت تثير المدرسين هو

<sup>1</sup> محمود أحمد سيد، مشكلات النظام التربوي العربي، ط1، دمشق، 2006، ص90.

<sup>2</sup> مالك محول، علم نفس الطفولة والمراهقة، ط8، منشورات جامعة دمشق، 2006، ص59.

إضطراب العلاقة بين الطالب والمدرس إضافة إلى إثارة الشغب، وعدم الإشتراك الفعلي في الحصص النظرية وظهور الإنطواء لدى التلاميذ، ومقاطعتهم بعض الأحيان لبعض الحصص في المواد الأخرى.

والمدرسة بإعتبارها جامعة ثانوية وأن العلاقات الإجتماعية تتميز بالدفء والعمق والإستمرار، وسيادة روح الجماعة، كما تقدر قيمة الأفراد وتدريبهم على السلوك الحسن التي يرتضيها هذا المجتمع في المواقف والمناسبات الإجتماعية المختلفة كمؤسسة من مؤسسات التنشئة الإجتماعية وتؤثر هذه الوظيفة الإجتماعية للمدرس في خصائصها من حيث العلاقات الإجتماعية القائمة فيها، وبنيتها الإجتماعية والتفاعلات الدائرة فيها. كما تحدد الأساليب والآليات التي تستعملها في عملية التنشئة الإجتماعية وتعتبر المدرسة هي الجماعة الثانوية الأولى التي يتبقى بها الفرد أثناء تنشئته إجتماعيا<sup>1</sup>.

وبناء على ما سبق يمكننا إبراز مشكلة الدراسة من خلال التساؤل الرئيسي التالي:

ما مدى تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الإجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط؟

وإنطلاقا من التساؤل الرئيسي يمكن طرح التساؤلات الفرعية التالية:

- هل للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تحقيق مبدأ التعاون الإجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط؟

- هل للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط؟

## 2-الفرضيات:

للإجابة على الإشكالية المطروحة قمنا بصياغة الفرضيات التالية:

✓ **الفرضية العامة:** النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل على تنمية التفاعل الإجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط

✓ **الفرضيات الفرعية الاولى:** للنشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق مبدأ التعاون الإجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

✓ **الفرضية الفرعية الثانية:** للنشاط البدني التربوي دور إيجابي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط.

<sup>1</sup> عبد هلالا زاهي الراشدين، التربية والتنشئة الاجتماعية، ط1، دار النشر، عمان، 2005، ص311.

### 3- أهمية البحث:

تكمن أهمية بحثنا بأن الطفل في فترة المراهقة يمر بتغيرات جسمانية وعقلانية وجنسيا بحيث تؤثر عليه في بيئته الإجتماعية التي تتمثل في تفاعله مع الآخرين، لذا كان البدء من إبراز دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية تفاعلاته الإجتماعية وكذلك:

- ✓ إبراز الأهمية الإجتماعية للنشاط البدني والرياضي.
- ✓ إبراز أهمية الأنشطة البدنية والرياضية في الوسط المدرسي.
- ✓ إبراز فترة المراهقة وتأثيرها على التفاعلات الإجتماعية من خلال التغيرات التي يعيشها التلميذ.
- ✓ نقص الإهتمام بهذه المادة من طرف الوزارة المعنية سواء من الإمكانيات أو من حيث المعامل الذي لا يتجاوز واحد.

### 4- أهداف البحث:

وتتمثل أهداف البحث فيما يلي:

- ✓ إبراز دور الأنشطة البدنية والرياضية في تفعيل العلاقات الإجتماعية للأفراد.
- ✓ ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية وتأثيرها على المراهق.
- ✓ إبراز دور الأنشطة البدنية الرياضية في الحياة الإجتماعية وذلك بتحسين العلاقات مع الآخرين والقضاء على المشاكل الإجتماعية.

### 5- أسباب إختيار البحث:

وذلك بشعورنا بالمشكلة في الوسط التربوي وإضافة إلى ذلك تقامها في الآونة الأخيرة، يتجلى ذلك في تدهور العلاقات الإجتماعية بين التلميذ والمدرس، بحيث ينتشر الشجار وأعمال العنف والشغب داخل المؤسسة فيما بينهم وبذلك يعرقلون سير الدروس من خلال إهانة الأساتذة ومقاطعة الدروس وعدم المشاركة الفعلية في الحصص النظرية، وإهمال الوزارة الوصية بهذه المادة وذلك لنقص الوسائل كاعتاد

والمنشآت الرياضية، مما يجب علينا معالجة هذا الموضوع بمنهجية عملية، وذلك من خلال إدماج التلميذ في المجتمع وتحسين علاقته مع الجماعة.

### 6- تحديد المصطلحات والمفاهيم:

#### 6-1: مفهوم النشاط البدني والرياضي:

هو النشاط البدني المنظم والموجه الذي تحكمه قواعد وأسس منظمة تهدف إلى إعداد الفرد إعدادا متكاملًا بدنياً واجتماعياً وعقلياً ونفسياً كما يعتبر النشاط المفعم باللعب التنافسي الداخلي والخارجي المرود ليضمن أفراداً أو فرقاً تشترك في المسابقات وتقرر النتائج على ضوء التفوق في المهارة البدنية والمخطط<sup>1</sup>.

كما يعرف أنه نشاط بدني إجتماعي يساهم في الإرتقاء بكفاءة الرياضي الحركية والصحية والنفسية ويتحدد بصفة أساسية في التدريب والمنافسة ويتضمن صراعا يتناسب مع الغير ومع الذات أو مع عناصر الطبيعة. وتعكس كلمة النشاط البدني الرياضي مفهوم النشاط البدني ومفهوم النشاط الرياضي حتى إن هذان المفهومان نجدهما دوماً وهو ظاهرة سوسولوجية مبنية على أساس إهتمام الإنسان بترقية مستوى أدائه للألعاب الرياضية المختلفة على طريق التدريب الشاق المستمر والمنظم في إطار تنافسي للأفراد والجماعات.

ويعرفه **لوبوف (1814) lebeuf** في مصطلحاته بأنه تطور بيداغوجي وجهد يهدف لتحسين حالة وظائف الجسم، تربية وتطوير الوظائف الحركية من أجل وضع الفرد في حالة تكييف حسن لحالة الممارسة.

**التعريف الإجرائي:** النشاط البدني الرياضي هو مجموعة من التمرينات والألعاب والمباريات والمسابقات التي يؤديها الفرد داخل المدرسة أو خارجها، قصد تنمية مهاراته الحركية والبدنية، أو قصد الترفيه والترويح عن النفس في أوقات الفراغ.

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، الطبعة الأولى، مصر، الصفاة، 1997، ص22.



6-2: التفاعل الاجتماعي

- التعريف الإصطلاحي:

هو حدث يؤثر فيه أحد الاطراف تأثيرا ملموسا على الافعال الظاهرة او الحالة العقلية للطرف الاخر.

- التعريف الإجرائي:

هو نتاج إجتماعي ونفسي للتفاعل الإنساني ويؤكد ان التفاعل الإجتماعي هو محور الحياة الاجتماعية في المجتمع.

6-3: المراهقة

- التعريف اللغوي:

إن كلمة المراهقة تفيد معنى الإقتراب، أو الدنو من الحلم، بذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم راهق بمعنى غشا أو دنا من، فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم وإكتمال النضج<sup>1</sup>.

- التعريف الإجرائي:

هي مرحلة حساسة يمر بها كل فرد في الحياة حيث تتميز بالتغيرات الجسمية والنفسية والاجتماعية التي تنتقل به من مرحلة البلوغ إلى مرحلة الرشد.

- التعريف الإصطلاحي:

هي الفترة العمرية الممتدة من الثانية عشر إلى الثامنة عشر وتتمثل في التغيرات الجسمية النفسية والاجتماعية التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد وتعتبر هذه المرحلة خطيرة في حياة الفرد لأنها تأخذ أشكال عدة<sup>2</sup>.

6-4: مرحلة التعليم المتوسط

هي مرحلة دراسية معتمدة من قبل وزارة التربية الوطنية حيث تقع هذه المرحلة في موقع حساس في عملية التعليم، تمتد من السنة الأولى متوسط إلى السنة الرابعة متوسط.

<sup>1</sup> فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية من الطفولة إلى الشيخوخة، ط4، دار الفكر العربي، مصر 1975، ص257.

<sup>2</sup> إبراهيم ياسين الخطيب وآخرون، التنشئة الاجتماعية للطفل، ط1، دار الثقافة، الأردن، 2003، ص 47.

## 7- الدراسات السابقة:

### 7-1: دراسات محلية:

#### ▪ دراسة خدة ربيعة (2001-2002) بعنوان:

"أثر المنشآت الرياضية على تنمية الممارسة الرياضية في المؤسسات التعليمية في الجزائر".  
وكانت إشكالية البحث كما يلي: "ما هو أثر الاهتمام بالوسائل الرياضية الضرورية كالمنشآت على الرغم من أهميتها، ولزوميتها للنهوض بالرياضة والرفع من مستواها المتدني؟"

#### - أهداف الدراسة:

✓ الوصول إلى أهمية وجود الوسائل والمنشآت مع إدراك ضرورتها في تحسين المستوى الرياضي.  
✓ إيجاد سبل ناجحة للإرتقاء بالممارسة والمردود الرياضي بإتباع الأساليب والنظم الحديثة وإعتمدت الطالبة على المنهج الوصفي التحليلي المناسب لهذه الدراسة، والتي كانت في المؤسسات التعليمية في الجزائر.

#### - الإستنتاج:

وقد توصلت الطالبة في النهاية إلى الإستنتاج الآتي:

✓ هناك تأثير حقيقي لحصة التربية البدنية والرياضية للجانب النفسي للمراهق وذلك لمساعدته في تقادي المشاكل التي يتعرض لها في هذه المرحلة.  
✓ ممارسة الأنشطة الرياضية المتعددة في إطار تربوي بيداغوجي لها الأثر الإيجابي على المراهق.

#### ▪ دراسة بن سحنون سفيان وآخرون (2006) بعنوان:

"واقع التربية البدنية والرياضية في المدرسة الابتدائية"

#### - أهداف الدراسة:

- ✓ محاولة معرفة واقع التربية البدنية والرياضية في المدرسة الابتدائية.
- ✓ تسليط الضوء على دور الأستاذ وتأثير تكوينه على إقبال التلاميذ على النشاطات.
- ✓ إبراز الصعوبات والمشاكل التي يتلقاها أستاذ المرحلة الابتدائية في حصة التربية البدنية والرياضية.

- نتائج البحث:

- ✓ إهمال وتهميش التربية البدنية والرياضية في الابتدائي.
- ✓ انعدام الأساتذة المختصين في المرحلة الابتدائية.
- ✓ قلة الوسائل التعليمية في الابتدائي.

▪ دراسة غالمي عمر (2012) بعنوان:

"هل حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في بناء العلاقات الإجتماعية (التوافق والانتماء) لدى المراهقين؟".

- أهداف الدراسة:

- ✓ لفت الإنتباه إلى مكانة التربية البدنية بالمدارس.
- ✓ معرفة العلاقة بين التربية البدنية بالتوافق والانتماء الاجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية.
- ✓ معرفة مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على المراهقين بعد نهاية النشاط البدني والرياضي.
- ✓ معرفة نوع التغيرات التي تحدث للمراهق من الجوانب النفسية والاجتماعية أثناء حصة التربية والرياضية وبعدها كيفية التعامل.
- ✓ معرفة كيفية تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على التلميذ المراهق حتى يتوافق شخصيا مع أفراد المجموعة الواحدة كالإندماج في المجتمع ككل.
- ✓ إبراز قيمة التربية البدنية والرياضية في خلق حالات الإرتياح للمراهقين ومعرفة إتجاهاتهم، نحو اللعبة المفضلة وما تحتويه من أنشطة وفعاليات الرياضية.
- ✓ معرفة مدى توفر الجو المناسب من حيث التوافق الدراسي للتلاميذ داخل المدارس الثانوية.

- المنهج المتبع:

إعتمد على المنهج الوصفي وذلك لتلائمه مع طبيعة الموضوع.

- عينة البحث:

كانت طريقة إختيار العينة هي الطريقة العشوائية، وقد ر عدد أفراد العينة ب 04 أستاذ وذلك من مختلف ثانويات عين الدفلى المقدره ب 37 ثانوية.

- نتائج الدراسة:

✓ حصه التربية البدنية والرياضية تساهم في تعزيز الإلتناء الإجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية.

✓ حصه التربية البدنية تساهم في تحقيق التوافق الإجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية.

▪ دراسة بعاش أبوبكر(2012)بعنوان:

" دور حصه التربية البدنية والرياضية في تفعيل عمليتي التعاون والتنافس من خلال الأنشطة اللاصفية "

- أهداف الدراسة:

✓ تزويد حقل التربية البدنية والرياضية بمصدر علمي جديد وحديث.

✓ معرفة مدى تأثير حصه التربية البدنية والرياضية في تفعيل عمليتي التعاون والتنافس من خلال الأنشطة اللاصفية.

- المنهج المتبع:

ستخدم المنهج الوصفي وذلك لتلاؤمه مع طبيعة البحث.

- عينة البحث:

تم إختيار عينة عشوائية بسيطة مكونة من 400 تلميذ و24 أستاذ من بعض ثانويات الشلف.

- نتائج البحث:

✓ التلاميذ المشاركين في الأنشطة اللاصفية أكثر تعاونا عن غيرهم في حصه التربية البدنية والرياضية.

✓ التلاميذ الأكثر مشاركة في الأنشطة اللاصفية الأكثر تنافسا من غيرهم في حصه التربية البدنية والرياضية.

7-2: دراسات أجنبية :

▪ دراسة تانهال ورفاقه Tanhill et ses collaborateurs(1996)، بعنوان :

" الإتجاهات نحو التربية البدنية والرياضية، بإستخدامها على عينة من طلاب المرحلة الثانوية، وآبائهم نحو التربية البدنية "

وقد بينت الدراسة أن أغلبية الآباء، لم يكونوا إيجابيين في دعمهم للتربية البدنية، ولا يدركونها بإعتبارها مادة كبقية المواد الأكاديمية الأخرى، كما أن الطالب، لا يدعمون برنامج التربية البدنية والرياضية، بصورة كبيرة<sup>1</sup>.

### ▪ دراسة جيمس ألتن (1999)، بعنوان:

"اتجاهات المجتمع نحو التربية البدنية والرياضية، هل ما تقدمه المدارس، ما يحتاجه المجتمع؟ "

هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات المجتمع نحو التربية البدنية، وما تقدمه المدارس نحو انعكاس لحاجة المجتمع، وقد تكون عينة الدراسة من (120) طالبا تم اختبارهم من مدرسة إعدادية، واحدة بولاية "اركتو". وقام الباحث باستخدام مقياس الاتجاهات، تحديد المظاهر المختلفة نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، وكانت أهم النتائج أن ذلك الاتجاه كان واضحا عند الإناث، عنه عند الذكور، ومعظم التطبيقات والتغيرات المصاحبة، والمتعلقة بالاتجاهات الإيجابية والسلبية نحو التربية البدنية والرياضية، تتضمن: المحتوى الدراسي، أجواء الفصل، سلوك المعلم، والاتجاهات الشخصية، كلها كانت عبارة عن متغيرات تم دراستها أثناء إجراء الدراسة.

<sup>1</sup> محمد الحماحي، دراسات مقارنة الاتجاهات بعض مدرسات التربية البدنية والرياضية، والموجهات، وناضرات المدارس، نحو النشاط البدني، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، المجلد الثالث، جامعة حلوان، 1992، ص152

# الجانب النظري

**الفصل الأول:  
النشاط البدني الرياضي التربوي**

### تمهيد

إهتم الإنسان ومنذ القديم بجسمه وصحته ولياقته، كما تعرف عبر كفاءته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية والتي إتخذت أشكالاً إجتماعية كاللعب، التمرينات البدنية، التدريب البدني، الرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأنشطة الجانبية النافعة لها على النواحي النفسية، الإجتماعية، العقلية، المعرفي، الحركية، المهارية، الجمالية والفنية، وهذه الجوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلاً متكاملًا، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في إطار ثقافي وتربوي بحيث تعتبر التربية البدنية والرياضية هي التتويج العصري لفوائد هذه الأنشطة، التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى الوطني، وهذا ما سيكون محور دراستنا في هذا الفصل الذي سنتناول فيه أبرز الجوانب المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية.



## 1- ماهية النشاط البدني الرياضي التربوي

### 1-1: تعريف النشاط:

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية.<sup>1</sup>

### 1-2: تعريف النشاط البدني:

يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتربص في مقابل الكسل والوهن والخمول، في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على إعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأطوار الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء يبرز Larsen الذي إعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى.<sup>2</sup>

### 1-3: تعريف النشاط البدني الرياضي:

يعتبر النشاط البدني والرياضي أحد الأشكال الراقية للظاهر الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيماً والأفرع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني.

ويعرف "مات فيف" بأنه: نشاط ذو شكل خاص وهو المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تجديدا لها، وبذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته، وتضيف "كوسولا" أن التنافس سمة أساسية تضيف على النشاط الرياضي طابعا إجتماعيا ضروريا وذلك لأن النشاط الرياضي انتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن إجتماعي ثقافي.

أو نسبة إليه، كما أنه مؤسس أيضا، ويتميز النشاط الرياضي عن بقية ألوان النشاط البدني بالإندماج البدني الخالص، ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على أنه نشاط رياضي قواعد دقيقة لتنظيم

<sup>1</sup> محمد الحمادي، أنور خولي، أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص29.

<sup>2</sup> امين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص120.

المنافسة بعدالة ونزاهة وهذه القواعد تكونت على مدى التاريخ سواء قديما أو حديثا والنشاط الرياضي يعتمد أساسا على الطاقة البدنية للممارس وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطرق اللعب.<sup>1</sup>

إن النشاط البدني الرياضي هو مجموعة من المهارات ومعلومات وإتجاهات يمكن أن يكتسبها الفرد دون سن معين يوظف ما تعلمه في تحسين نوعية الحياة نحو المزيد من تكيف الفرد مع بيئته ومجتمعه، حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي لا تقتصر المنافع على الجانب الصحي والبدني فقط، إلا أنه يتم التأثير الإيجابي على جوانب أخرى ألا وهي نفسية وإجتماعية، العقلية، المعرفية، الحركية والمهارية، الجمالية والفنية وكل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملا منسقا متكاملًا.<sup>2</sup>

### 2-أنواع النشاط البدني والرياضي التربوي:

إذا أردنا أن نتكلم عن نواحي النشاط والتربية الرياضية، كان من الواجب معرفة أن هناك نشاط ممارسة الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الإستعانة بالآخرين، في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط نجد: الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح، رمي القرص، تمرينات الجمباز. وأما النشاط الآخر فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق ومن أمثله نجد: كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة، فرق التتابع في السباحة، الجري، ورياضة الهوكي.

هذا التقييم من الناحية الإجتماعية لكن يمكننا تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلى كرات أو أدوات خاصة وبعضها لا يحتاج إلى ذلك ومنها:<sup>3</sup>

#### 2-1: ألعاب هادئة:

لا تحتاج إلى مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ ومكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية، أو إحدى الغرف أو أغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم.

<sup>1</sup> امين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 1996، ص32

<sup>2</sup> علي يحي المنصور، الثقافة والرياضة، الجزء الأول، ط1، مصر، 1971، ص209.

<sup>3</sup> محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النشر، القاهرة، 1965، ص ص

## 2-2: ألعاب بسيطة:

ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

## 2-3: ألعاب المنافسة:

تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب مع نوع هذه الألعاب ويتنافس فيها الأفراد فرديا وجماعيا، إذن بما أن المنافسة يشترط توفر خصمين أو منافسين فلا بد من توفير جميع الشروط من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق الفوز.

وفيما يخص النشاط الرياضي المرتبط بالمدرسة والذي يدعى بالنشاط اللاحقي للتربية البدنية، فإنه يعتبر أحد الأجزاء المكملة لبرنامج التربية البدنية ومحقق نفس أصدائها، وينقسم بدوره إلى نشاط داخلي ونشاط خارجي.

## 3- خصائص النشاط البدني والرياضي التربوي:

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص متنوعة، منها:<sup>1</sup>

- ✓ النشاط البدني عبارة عن نشاط إجتماعي وهو يعبر عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.
- ✓ خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الأساسي.
- ✓ أصبحت الصور التي يتسم بها النشاط هو التدريب ثم التنافس.
- ✓ يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية وأركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، ويؤثر المجهود الكبير على يسر العمليات النفسية للفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الإنتباه والتركيز.
- ✓ لا يوجد رأي نوع آخر من أنواع النشاط الإنساني أثر واضح للفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل بصورة واضحة ومباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي بإستقطاب جمهور غير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كل فروع الحياة، كما أنه يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد

<sup>1</sup> عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، دار المكتبة الجامعية، مصر، 1982، ص19.

على التكيف مع محيطه ومجتمعه، حتى يستطيع إخراج العباء الداخلي والاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه.

#### 4-الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي التربوي:

تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني والرياضي بتعددتها نظرا لتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق الممارسة للنشاط الرياضي بصورة مباشرة وغير مباشرة، وتتمثل هذه الدوافع فيما يلي:

##### 4-1: الدوافع المباشرة:

يمكن تلخيص أهم الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي التربوي:<sup>1</sup>

- الإحساس بالرضا للإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي.
- المتعة الجمالية بسبب الرشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.
- الشعور بالإرتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة. وما يرتبط بخبرات الفعالية المتعددة.
- تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز.

##### 4-2: الدوافع غير المباشرة:

من أهم الدوافع غير المباشرة للنشاط البدني الرياضي التربوي:<sup>2</sup>

- محاولة إكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.
- ممارسة نشاط رياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج.
- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي.
- الوعي بالدور الإجتماعي الذي تقوم به الرياضة، حيث يرى الفرد أنه يريد أن يكون رياضيا يشترك في الأندية والفرق الرياضية ويسعى للإنتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها رياضيا.

<sup>1</sup> عبد الرحمان العسوي، علم النفس بين النظرية والتطبيق، بيروت، 1984، ص230.

<sup>2</sup> محمد حسن علاوي، سعد جلال: علم النفس التربوي الرياضي، ط7، دار المعارف، القاهرة، 1987، ص183.

## 5- الأسس العلمية للنشاط البدني الرياضي التربوي:

إعتبر المختصين في الميدان الرياضي أن لأي نشاط أسس يرتكز عليها، بحيث تعتبر كمقومات للنشاط لا تخرج عما يحيط بالإنسان في مختلف الميادين خاصة العلمية منها وهو ما يجعلهم لا يفصلون الأسس التالية كقاعدة للنشاط البدني، وهي كالتالي:<sup>1</sup>

### 5-1: الأسس البيولوجية:

المقصود بها طبيعة عمل العضلات أثناء النشاط البدني الرياضي إضافة إلى مختلف الأجهزة الأخرى التي تزوده بالطاقة كالجهاز الدوري التنفسي العظمي.

### 5-2: الأسس النفسية:

هي كل الصفات الخلقية والإرادية والمعرفية لشخصية الفرد ودوافعه وإنفعالاته، وهي تساعد على تحليل أهم النواحي النشاط الرياضي من خلال السلوك. كما تساهم في التحليل الدقيق للعمليات المرتبطة بالنشاط الرياضي، إضافة إلى مساعدة في الاعداد الجيد والمناسب والتدريب الحركي المناسب.

### 5-3: الأسس الاجتماعية:

ويقصد بها العمل الجماعي، التعاون، الالفة، الإهتمام بأداء الآخرين ويمكن لهذه الصفات تنميتها من خلال أوجه النشاطات الرياضية المختلفة

## 6- وظائف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي:

تتمثل أهم الوظائف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي في:<sup>2</sup>

### 6-1: النشاط البدني الرياضي لشغل أوقات الفراغ:

إذا أردنا ان يكون قويا وسليما في بنيته، عاملا للخير متطلعا لغد أفضل، فلا بد أن نعمل على استغلال أوقات الفراغ وتحويله من وقت ضائع الى وقت نافع ومفيد تنعكس فوائده على كل افراد المجتمع. قد يكون النشاط البدني الرياضي أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفادة على الأقل من وقت فراغهم من نشاط بناء يعود عليهم بالصحة والعافية رغم وجود الكثير من الأنشطة المفيدة، كالرسم

<sup>1</sup> إبراهيم رحمة، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998، ص09.

<sup>2</sup> امين أنور الخولي، مرجع سابق، ص ص 42-43.

والنحت وقيادة السيارات وغيرها، إلا أنه يجب أن تكون بديلة للنشاط الرياضي، والوسيلة الوحيدة لتنمية الكفاءة البدنية والحركية اللازمة للحياة المتدفقة ولكن أن تكون هذه الأنشطة وسائل مساعدة لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة.

وهكذا يساهم النشاط البدني الرياضي في حسن إستغلال وقت الفراغ وحل إحدى مشكلات العصر الخطيرة الكثيرة من المدمنين على الكحول والمخدرات، كان سبب إدمانهم عدم استغلال الوقت الفراغ.

### 6-2: النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن:

إن الفرد الذي يقبل على النشاط البدني بحيوية وصدق، ويكون في حالة تهيأ عقلي افضل من الإنسان الذي يركن الى الكسل والخمول من حيث التكافؤ العوامل الأخرى المؤثرة على النشاط الذهني مثل: الثقافة، السن، الجنس، كما يبدو منطقيا ان الممارسين للأنشطة الرياضية فان القدرة العقلية في المجالات الرياضية زاخرة بالمواقف التي تتطلب إدراكا بصريا للحركة، الامر الذي يؤدي إلى تنمية وتطوير القدرة، وبالتالي تطوير التفكير والذكاء العام وهذا يعني بوضوح عام أن النشاط الرياضي يساهم في إنعاش الذهن وإستخدامه إستخداما اكثر فائدة وتأثير، بالإضافة إلى أن ألوان النشاط الرياضي ليست مقتصرة على الناحية البدنية فقط، بل يصاحبها إكتساب الكثير من المعلومات والمعارف ذات أهمية بالغة في تنمية الثقافة العامة.

### 6-3: النشاط البدني الرياضي لتنمية التفكير:

إن للأداء الرياضي جانبين، جانب فكري يتمثل في التفكير في الحركة قبل أدائها وتحديد غرضها وأسارها "القوة، السرعة، الاتجاه" وهذا التحديد العقلي هو ما يسمى بالتوقيع الحركي إلى المداومة الفكرية الرياضية وجانب آخر عملي وهو يتعلق بتطبيق الحركة فعليا كما فكر الفرد، وصاغها عقليا على ضوء إقتضاه المسبق للعلاقات الكائنات بين الوسيلة والهدف، وهو ما يسمى بالإيقاع الحركة.

والمؤكد أن التفكير المسبق للحركة ومدى صياغة العقل وأبعادها هو الذي يتوقف عليها نجاحه، فكلما كان التفكير سليم كان الأداء محقق ناجح لأغراضه وأهدافه والعكس صحيح، فالأداء الرياضي لا يتم بصورة آلية ولكنه يتأسس على التفكير الذي يؤثر فيه ويتبين الأثر به، وهناك تكمن أهمية الأنشطة الرياضية في تنمية التفكير.

**6-4: النشاط البدني لدعم مقومات الإنسان لمتابعة الحياة الحديثة:**

يحتل النشاط الرياضي مكانة بارزة بين الوسائل الترويجية والبريئة الهادفة التي تساهم بدرجة كبيرة في تحقيق الحياة المتوازنة، والتخلص من حدة التوتر العصبي، ذلك إن الفرد حينما يستغرق في الأداء الرياضي الذي يكون يمارسه أو يتراخى تبعا منقبضة التوتر الذي يشهد أعصابه، ويرى "Rydon" ان السرعة المتزايدة للحياة الحديثة يمكن أن تخفف وطأتها عن طريق النشاط البدني وأن الملاعب والساحات والشواطئ بمثابة معامل ممتاز يستطيع أن يمارس فيها التحكم في عواطفه وي طرح القلق جانبا ويشعر بالثقة النابعة من قلبه.

**6-5: النشاط البدني الرياضي لإثراء العلاقات الاجتماعية:**

النشاط البدني الرياضي هو الذي يتخذ مركبة العناية في مجالها للفرد نطاق العضلات البارزة والمنافسة المستعصية، والفرد الذي يعرف من خلال الرياضة ذاتها ويتحكم فيها ويتغلب فيها ويطوعها في خدمة الآخرين والنشاط الرياضي لا يقتصر على تقديم وسائل تتيح للشباب فرص الإقتراب من بعضهم فقط ولكنه يساعد هؤلاء الشباب على التكيف الإجتماعي وإثراء العلاقات الإجتماعية والروح الرياضية ليست في المجال الرياضي فحسب، بل في مجال الحياة داخل المجتمع.

**6-6: النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة وتحسينها:**

إن المجهود البدني الذي كان يقوم به الانسان وحتى المجهودات البدنية الإعتيادية فهي محدودة ومتكررة وهذا ما جعلها تقعد الإنسان مرونته وحساسيته وقوته على مقاومته للأمراض مثل السمنة، ويشتكي من أمراض لم يكن يشتكي منها من قبل مثل أمراض الدورة الدموية، الجهاز العصبي، الامراض النفسية، لقد إستطاع الطب أن يسيطر على العضال، ولكنه وقف حائرا أمام الكثير منها وراجعة من إنتقال الإنسان من حياة النشاط والحركة إلى حياة الكسل والخمول، مما جعله يتجه إلى المزيد من التحليل البدني وبالتالي عدم القدرة على النهوض للقيام بواجباته الأساسية لإن ذلك يتطلب منه قدرا كبيرا من اللياقة البدنية التي تمكنه من القيام بهذه الواجبات.

## 7- الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي:

إن أهداف التربية البدنية تسعى إلى التعبير عن المفاهيم وإتجاهات النظام التربوي والعمل في سبيل تحقيق إنجازها وتوضيح وظائفها ومجالات إهتمامها وهي تتفق ببداية مع أهداف تربية وتنشئة إعداد الفرد الصالح بطريقة متوازنة، متكاملة وشاملة، وفيما يلي نذكر أهم أهداف التربية البدنية والرياضية:<sup>1</sup>

### 7-1: أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية البدنية:

وتتمثل في تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تساعده على القيام بواجباته اليومية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق مثل إكسابه القوة، السرعة، المرونة والقدرة العضلية. فالتربية البدنية والرياضية تهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة.

### 7-2: أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية والاجتماعية:

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها الطور الطبيعي للفرد ولا بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط للإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي.

كما تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة وقوية، بمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة.

فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أبا وعونا موجها وتتمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عضوا في جماعة منطقة.

فالتربية البدنية تعتبر مجال اللوائم المدني، فهي تنمي روح الإنضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد مجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة.

<sup>1</sup> محمد بقدي، ممارسة النشاط البدني والرياضي ودوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة ماستر، جامعة شلف، 2011، ص23-24.



### 7-3: أهداف التربية البدنية والرياضية من الناحية الخلقية:

إن التربية البدنية والرياضية تعمل على رعاية النمو التنافسي لدى التلاميذ في المرحلة المتوسطة بالتوجيه السلمي لإبراز الطاقات الإبداعية الخلاقة وذلك في ضوء السمات النفسية للمرحلة كما انها تعمل على تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والإحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة في ظل نشر الثقافة الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة، وتقديم الخبرات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية والصفة العامة المتناسبة مع القدرات العقلية وبرامج المواد الأساسية.

فالتربية البدنية والرياضية بالإضافة إلى نشر الروح الرياضية تشمل التهذيب وتكوين الشخصية وإظهار صفات كالشجاعة والصرامة، التعاون، الطاعة، حب النظام.

### 8- دور النشاط البدني التربوي في تطوير الجانب الاجتماعي:

أجمع العلماء على أن فرص التفاعل الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية المتبادلة والمتاحة عبر الرياضة من خلال متضمناتها كالتدريب، المنافسة... إلخ، تساعد بشكل واضح في خلق القيم الاجتماعية المقبولة، وإكساب المعايير الاجتماعية المتميزة والإهتمام بتشجيع منتخب دولة، والمشاركة في الشعور العام، وإذا نظرنا الواقع فإن العمليات الاجتماعية من صراع وتعاون وتكيف وإمتثال... إلخ، كلها تسخر بالتفاعلات الاجتماعية والمواقف داخل إطار الفريق الرياضي.

ويظهر دور الرياضة في هذا الجانب في الروح الرياضية التي يبديها الخاسر بعد نهاية المقابلة وتقبله الخسارة وتعتبر بمثابة إحباط، فهو نوع من تقبل الفشل في أحد جوانب حياته الاجتماعية وتغلبه على الإحباط، ويدرك بعدها أن الخسارة ألا الخسارة مقابلة وليست كل المقابلات، وهذا ما لا يتوفر في الفرد غير الرياضي الذي يتعرض لأزمة نفسية بمجرد تضارب أهدافه وطموحاته مع الواقع، وما يميز فترة المراهقة بصفة خاصة هو عدم التكيف وتقبل الآخرين ورفض السلطة المفروضة والابتعاد عن الاحتكاك الاجتماعي وهذا ما يهيئ الظروف لدخوله عالم الإنحراف السلوكي والوقوع في آفة المخدرات إلا أنه يفضل الرياضة، كانت هناك فرق تتمتع بالتعاون والتفاهم في تحقيق الهدف الذي يعود بالمنفعة على الفرد

رغم إختلاف البشرة، والمستويات الإجتماعية، ويكون هناك إحترام للرأي الجماعي ورأي قائد الفريق، والحكم والقوانين العامة للعب المنظم، كما تخلق جوا عائليا أخويا بين افراد الفريق.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> امين أنور الخولي، طالب الكفاءة التربوية، مؤسسة الشرفة للطباعة، بيروت، 1980، ص133.

### خلاصة:

إن ما يمكن أن نستخلصه من خلال ما أشرنا إليه حول النشاط البدني والرياضي بكل أنواعه وفوائده الكثيرة يعمل على إشباع حاجات الأفراد ورغباتهم المتباينة بالإضافة إلى كونه نشاطا إجتماعيا، ترفيهيا، ممتعا، فهو يعتبر وسيلة وقائية وفعالية للفرد إذا ما تم إستغلاله بصفة منتظمة ومستمرة كما إن النشاط البدني والرياضي التربوي له دور كبير في تطوير قدرات الفرد مثل: القوة والمداومة والمرونة، وانها وسيلة مهمة في تربية روح الجماعة والتعاون وإحترام الآخرين وتدفعه للوصول الى أعلى المستويات من خلال الإندماج مع الجماعة وكذلك من خلال تطوير قدراته البدنية.

# القصل الثاني التفاعل الإجتماعي

### تمهيد:

يعد التفاعل الاجتماعي من أكثر المفاهيم إنتشارا في علم الإجتماع وعلم النفس على السواء وهو الأساس في دراسة علم النفس الاجتماعي الذي يدرس كيفية تفاعل الفرد مع بيئته وما ينتج عن هذا التفاعل من قيم وعادات وإتجاهات، وهو الأساس في قيام العديد من النظريات الشخصية ونظريات التعلم ونظريات العلاج النفسي، إذ يعد التفاعل الاجتماعي بشكل عام نوعا من المؤثرات والإستجابات والتفاعل الاجتماعي لا يؤثر في الأفراد فحسب بل يؤثر في القائمين على البرامج أنفسهم، بحيث يؤدي لك إلى تعديل طريقة عملهم مع تحسين سلوكهم تبعا للإستجابات التي يستجيب لها الفرد.

ويمكن القول أن هذه التفاعلات قد تتباين وفقا للأدوار الإجتماعية التي يقوم بها أفراد الجماعة، حيث أن قيام كل فرد بالدور المنسوب إليه يسهل من حدوث التفاعل الاجتماعي وما يعكس من أنماط عديدة من السلوكيات التي تدل عليه، مما يؤدي إلى حدوث قدر كبير من التواصل بين أفرادها في نفس الوقت.

## 1- الوظائف الاجتماعية للرياضة:

التربية الرياضية هي مجموعة من الأنشطة التفاعلية التنافسية الترويجية، يقوم بها الفرد الذي يمثل وحدة داخل المجتمع، كما أنها نشاط اجتماعي يتحدد من خلال الدوافع والتفاعلات الاجتماعية، وأن الأنشطة الرياضية ماهي إلا ظاهرة اجتماعية مثلها في ذلك من أنواع النشاطات الأخرى التي يقوم بفعلها الإنسان متفاعلا مع بيئته، وفيما يلي نوضح الوظائف الاجتماعية للتربية الرياضية.

### 1-1: الوظيفة النفسية الاجتماعية:

ممارسة الأنشطة الرياضية غالبا ما تخلق داخل الفرد الإستقرار النفسي والاتزان العاطفي وذلك من خلال فعاليات أنشطتها المختلفة، ويزيد من ذلك أنها تدفع الفرد إلى روح الإستعداد للمنافسة الإيجابية المقرونة بالتفوق مع الطموح للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية، ومن مهام التربية الرياضية أنها تمكن الفرد الممارس من أداء دوره الإيجابي داخل المجتمع بشكل فعال ومميز، كما أنها عامل مساعد في خلق الشعور بالدافعية والمثابرة في أداء العمل بفاعلية اكبر واقوى، وبجانب ذلك فللتربية الرياضية وظيفة أخرى هامة في ذلك المجال وهي:<sup>1</sup>

- ✓ تسهم في خلق المشاعر التي تتسم بالجمال.
- ✓ تسهم في خلق المشاعر التي تتسم بالإبداع.
- ✓ البعد عن الإحباط والضياع.
- ✓ تسهم في ان يبتعد الفرد عن العداة والعزلة.
- ✓ تسهم في ان يبتعد الفرد عن الامراض الاجتماعية والفنية المختلفة.

### 1-2: الوظيفة التربوية:

من المعلوم أن أهداف التربية العامة هي خلق مواطن صالح من جميع النواحي المختلفة، وحيث أن التربية الرياضية جزء هام من التربية العامة نجد أن الأهداف التي تسعى التربية العامة لتحقيقها هي نفس الأهداف التي تسعى التربية الرياضية إلى تحقيقها، هذه الأهداف متمثلة في البناء الاجتماعي لأفراد المجتمع، البناء النفسي والكفاية البدنية، وتتحقق هذه الأهداف من خلال فعاليات الرياضة، ولذا فإن الوظيفة

<sup>1</sup> مصطفى السايح محمد، علم الاجتماع الرياضي، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2007، ص69.

التربوية من الوظائف الواضحة والتي يسهل تشخيصها في التربية الرياضية من خلال تربية الفرد تربية متزنة شاملة بالإضافة إلى إمداده بالمعارف والمعلومات والعادات الصحيحة والسلوكيات التربوية الإيجابية، والأنشطة الرياضية وفعاليتها موجودة بشكل كبير داخل المؤسسات الاجتماعية، فالمدرسة كمؤسسة تربوية تعليمية تعمل جاهدة على أن تخدم العملية التعليمية عامة وتدرّس التربية الرياضية خاصة في بناء التلاميذ تربويا شاملا وامتزنا، ندرس التربية الرياضية والمدرّس والتلميذ داخل المدرسة في حالة تفاعل تربوي يعكس ذلك نتائج إيجابية على التلاميذ وعلى العملية التربوية، لذل فإن الرياضة لها دورها التربوي البارز على صعيد التلاميذ والأفراد بشكل عام.<sup>1</sup>

### 1-3: الرياضة والتنشئة الاجتماعية

لكي يتم تنشئة الأفراد في مجتمع ما تنشئة اجتماعية يجب أن يلحق هؤلاء الأفراد قيم المجتمع ومفاهيمه ومعاييرته حتى يستطيع التكيف داخل هذا المجتمع والعيش فيه بأمان وثقة، ومن المعروف أن الرياضة ظاهرة اجتماعية تحاول إكساب الأفراد القيم الخلقية والاجتماعية المقبولة في المجتمع مثل: التعاون، القيادة، الانتماء، الولاء، المثابرة، الطاعة،... إلخ.

ومن أبعاد الرياضة في حياة الفرد والمجتمع هي أنها تمكن هؤلاء الأفراد المتميزين رياضيا من حمل التقاليد والعادات وثقافة المجتمع، وكل جوانب التطور الاجتماعي والحضاري في مقر المنافسات الدولية يكون هؤلاء الأفراد نماذج فعالة ومشرفة لمجتمعهم، كما يعكس هؤلاء الأفراد روح التعاون والمساعدة والمعاملة الكريمة ويكون الهدف الأسمى من ذلك هو إستغلال إمكاناتهم الذاتية من قدرات ومهارات وإستعدادات من أجل تحقيق الأهداف الكبيرة للمجتمع وتقرير مكانتهم ودورهم الاجتماعي وبذلك تأخذ الأنشطة الرياضية، والرياضة بشكل عام أهميتها ومكانتها في تنشئة الأفراد تنشئة اجتماعية والتي هي من العمليات الهامة لكل الأفراد والمجتمع... إلخ.<sup>2</sup>

### 1-4: التحول الاجتماعي والرياضة

التربية الرياضية بما تحتويه من أنشطة تفاعلية مختلفة تمكن الفرد من خلالها لأن يتحول من فئة أو موقع اجتماعي إلى فئة اجتماعية أفضل من الموقع السابق، وهذا بغض النظر عن الأطر السياسية

<sup>1</sup> مصطفى السايح، مرجع سابق، ص 70.

<sup>2</sup> نفس المرجع السابق، ص 70-71.

والاجتماعية والاقتصادية السائدة من تحسين المستوى الاقتصادي والاجتماعي له ولعائلته، هذا التحسين يظهر بوضوح من خلال حصول الفرد الناشط على أموال من المشاركة في النشاط مع الأداء الجيد او من خلال تحقيق اللاعب لبطولات دولية ومحلية تمنحه الشهرة والمكانة الجيدة.<sup>1</sup>

### 1-5: الرياضة والضبط الاجتماعي:

يستخدم هذا المصطلح للإشارة إلى أن سلوك الفرد وإفعاله محددة بالجماعات والمجتمع المحلي والمجتمع الكبير الذي يعد عضوا فيه، وأن عملية التنشئة الاجتماعية والمعايير الاجتماعية والقيم توفر المصدر القائم للضبط الاجتماعي الإيجابي، وحيث أن جميع المجتمعات قاطبة تحاول جاهدة أن تجد الوسائل الهادفة التي تساعد في توحيد جهود أبناءها عن طريق ترتيب وتوحيد ميولهم وورغباتهم وأهتماماتهم مع أفضل استثمار للوقت من خلال توفير الأندية والمساحات والمعسكرات ونوادي الشباب التي تهتم ببناء الفرد رياضيا واجتماعيا وصحيا وحركيا وثقافيا وترويجيا.<sup>2</sup>

### 1-6: الرياضة والتمثيل الاجتماعي:

هي عملية تغلغل وإلتحام يكتسب الافراد والجماعات من خلالها إتجاهات وعواطف وأفكار الآخرين، بحيث تستوعبهم الثقافة العامة نتيجة المشاركة في الخبرة، وبما أن لممارسة الأنشطة الرياضية القدرة على نمو الأفراد اجتماعيا وتعديل السلوك وبناء الإتجاهات وغرس الشعور بالإحساس إتجاه المسؤولية بل تتعدى ذلك إلى أن تجعل الأفراد يحسون بما تمليه عليهم ضمائرهم تجاه واجباتهم كأعضاء ناشطين في المجتمع بحيث تجعلهم في حالة مواجهة دائمة مع متطلبات الإلتزام والعطاء المتميز والصبر الحقيقي بشكل يعزز مكانة هؤلاء الأفراد اجتماعيا.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> مصطفى السايح، مرجع سابق، ص ص 72-73.

<sup>2</sup> نفس المرجع السابق، ص ص 73-74.

<sup>3</sup> نفس المرجع السابق، ص ص 75-76.



## 2- التفاعل الاجتماعي:

للتفاعل الاجتماعي عدة مفاهيم أهمها:

التفاعل الاجتماعي هو: "التبني والإستجابة المتبادلان للأشخاص في موقف علاقة إجتماعية، يحدث حينما يصبح شخصان أو أكثر في إتصال أو إحتكاك مباشر أو غير مباشر".<sup>1</sup>

التفاعل الاجتماعي هو: " تلك العمليات الإدراكية الوجدانية والنزوعية المتبادلة بين طرفين إجتماعيين (فردين أو أكثر، جماعتين صغيرتين، أو فرد وجماعة صغيرة وكبيرة) في موقف أو وسط إجتماعي معين، بحيث يكون سلوك أي منهما إو مثيرا لسلوك الطرف الآخر، ويجري هذا التفاعل عادة عبر وسيط (لغة، أعمال، أشياء) وفيه يتم تبادل رسائل معينة ترتبط بغاية أو هدف معين".<sup>2</sup>

التفاعل الاجتماعي هو: " علاقة متبادلة بين فردين أو أكثر يتوقف سلوك أحدهما على سلوك الآخر إذا كان فردين، ويتوقف سلوك كل منهما على سلوك الآخرين إذا كانوا أكثر من فردين".<sup>3</sup>

## 3- خصائص التفاعل الاجتماعي:

للتفاعل الاجتماعي خصائص مختلفة، أهمها:<sup>4</sup>

- ✓ **الديناميكية:** إذ ينطوي التفاعل الاجتماعي على تأثير متبادل بين الطرفين أو الأطراف المتفاعلة.
- ✓ **الاستمرارية:** إذ أننا نتفاعل دائما وابدأ حتى وان كنا جالسين لوحدنا (نتذكر شخصا ما، او نتمثل) ونقول عن هذا اننا نتفاعل اجتماعيا.
- ✓ **الهدفية:** إذ من المعلوم أن التفاعل الاجتماعي موجه دائما نحو هدف معين، فعن طريق التفاعل تهتم الأم حاجات طفلها الرضيع على سبيل المثال، وأيضا يشعر الفرد من الجماعات المرجعية مثلا ليشبع ميوله وإتجاهاته النفسية.

<sup>1</sup> احمد عبد اللطيف وحيد، علم النفس الاجتماعي، دار المسيرة، عمان، 2001، ص 223.

<sup>2</sup> عبد اللطيف عقل، علم النفس الاجتماعي، دار البيرق، ط2، عمان، 1988، ص93.

<sup>3</sup> محمد حسن علاوي، سيكولوجية الجماعات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2007، ص16.

<sup>4</sup> احمد مبارك الكندري، علم النفس الاجتماعي والحياة المعاصرة، مكتبة الفلاح، الكويت، 1992، ص 113.

- ✓ الدور والمسؤولية: إذ عن طريق التفاعل الاجتماعي يقوم كل فرد بدوره ومسؤوليته بحسب تخصصه وطبيعة الموقف الاجتماعي التفاعلي، فالأب على سبيل المثال له دوره ومسؤوليته في الأسرة ولكنه يتفاعل مع الآخرين في العمل كونه موظفاً أو مديراً.
- ✓ التمايز: إذ يعطي التفاعل الاجتماعي للأفراد الفرصة لكي يميز كل منهم بفرديته وشخصيته المستقلة عن الآخرين.
- ✓ استخدام اللغة وسيلة للتعبير: وفهم الآخرين والتفاعل معهم، إذ تعد اللغة إحدى وسائل التفاعل الاجتماعي للمهمة.

#### 4- أهداف التفاعل الاجتماعي:

- يحقق التفاعل الاجتماعي بين الأفراد مجموعة من الأهداف منها:<sup>1</sup>
- ✓ ييسر التفاعل الاجتماعي تحقيق أهداف الجماعة ويحدد طرائق إشباع الحاجات.
- ✓ يتعلم الفرد والجماعة بواسطته أنماط السلوك المتنوعة والإتجاهات التي تنظم العلاقات بين الأفراد وجماعات المجتمع في إطار القيم السائدة والثقافة والتقاليد الاجتماعية المتعارف عليها.
- ✓ يساعد على تقييم الذات والآخرين بصورة مستمرة.
- ✓ يساعد التفاعل الاجتماعي على تحقيق الذات ويخفف وطأة الشعور بالضيق، فكثيراً ما تؤدي العزلة إلى الإصابة بالأمراض النفسية.
- ✓ يساعد التفاعل الاجتماعي على التنشئة الاجتماعية للأفراد وغرس الخصائص المشتركة بينهم.

#### 5- مستويات التفاعل الاجتماعي:

للتفاعل الاجتماعي عدة مستويات وهي كالتالي:<sup>2</sup>

##### 5-1: التفاعل بين الافراد:

ان نوع التفاعل القائم بين الأفراد هو أكثر الأنواع التفاعل الاجتماعي شيوعاً، فالتفاعل الاجتماعي القائم ما بين الأب والإبن والزوج والزوجة والرئيس والمرؤوس.

<sup>1</sup> محمد التويبي محمد علي، مقياس التفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة الموهوبون، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2010، ص ص45-46.

<sup>2</sup> محمد التويبي محمد علي، مرجع سابق، ص ص 48-49-50.

وبيئة التفاعل في هذه الحالة الأفراد الذين يأخذون سلوك الآخرين في الحسبان، ومن ثم يؤثر عليهم وعلى الآخرين، وفي عملية التطبيع الاجتماعي مثلا نجد أن التفاعل يأخذ هذا التسلسل: الطفل - الام، الطفل وإخوانه-الطفل وأقرانه-الشباب والمدرسة-السباب والعاملين معه...إلخ، وفي كل تلك الصلات الاجتماعية نجد أن الشخص جزء من البيئة الاجتماعية للآخرين الذي يستجيب بنفس الطريقة كي يستجيبون له، كل فرد بالآخرين ومن ثم يتفاعل معهم.

### 5-2: التفاعل بين الجماعات:

إن التفاعل القائم بين القائد وأتباعه ولمدرس وتلاميذه أو المدير ومجلس الإدارة، فالمدرس في مثل هذه الحالة يؤثر في تلاميذه كمجموعة وفي نفس الوقت يتأثر مدى إهتمامهم وروحهم المعنوية والثقة المتبادلة فيما بينهم، ومن ناحية أخرى نجد أن الشخص المتفاعل مع مجموعة معينة من الأشخاص في مرات متكررة ينجم عنه وجود نوع من التوقعات السلوكية من جانب الجماعة أي سلوك معين متعارف عليه.

### 5-3: التفاعل بين الأفراد والثقافة:

المقصود بالثقافة في هذه الحالة العادات والتقاليد وطرائق التفكير والإنفعال والصلات البيئية السائدة بين الأفراد المجتمع ويتبع التفاعل بين الفرد والثقافة منطقيا إتصال الفرد بالجماعة إذ أن الثقافة مماثلة إلى حد كبير للتوقعات السلوكية الشائعة لدى الجماعة وكل فرد ينفعل للمتوقعات الثقافية بطريقته الخاصة، وكل فرد يفسر المظاهر الثقافية حسب ما يراه مناسب للظروف التي يتعرض لها، فالثقافة جزء هام من البيئة التي يتفاعل معها الفرد، فالغايات والتطلعات والمثل والقيم التي تدخل في شخصية الفرد ماهي إلا مكونات رئيسية للثقافة كذلك فإن التفاعل الاجتماعي بين الأفراد والثقافة يأخذ مكانا خلال وسائل الإتصال الجماهيرية التي لا تتضمن بدورها صلة تبادلية مثل الراديو، والصحف والسينما.

### 6- أشكال التفاعل الاجتماعي:

للتفاعل الاجتماعي شكلين يظهران في بيئة الفرد حسب توصله مع الآخرين، هما:<sup>1</sup>

#### 6-1: التفاعل الاجتماعي المباشر:

هو الذي يحدث على نحو مباشر بين شخصين أو أكثر (وجها لوجه)، كموقف المعلم أثناء المحاضرة مع طلبته أو الوالدين مع أبنائهما في العائلة.

<sup>1</sup> احمد عبد اللطيف وحيد، مرجع سابق، ص 223.

6-2: التفاعل الاجتماعي غير المباشر:

هو التفاعل الذي يحدث بواسطة وسيط كالهاتف، أو كتابة رسالة إلى صديق، أو قراءة قصة في كتاب أو البريد الإلكتروني وغيرها...

7- أنماط التفاعل الاجتماعي:

قسم "بيلز (Bales)" أنماط التفاعل الاجتماعي كما يلي:<sup>1</sup>

7-1: التفاعل الاجتماعي المحايد:

ويضم المراحل المتعلقة بالأسئلة وطلب المعلومات والآراء، وكذلك الأجوبة وإعطاء الرأي والايضاحات والتفسيرات.

7-2: التفاعل الاجتماعي السلبي:

ويضم المراحل التي تمتاز بالإستجابات السلبية والتعبيرات الدالة على عدم الموافقة والتوتر والتفكك والإسحاب.

7-3: التفاعل الاجتماعي الإيجابي:

ويضم المراحل التي تمتاز بالإستجابات الإيجابية وتقديم المساعدة، وتشجيع الأفراد الآخرين وتوطيد التماسك.

8- وسائل التفاعل الاجتماعي:

يمكن تقسيم وسائل التفاعل الاجتماعي الى نوعين هما:<sup>2</sup>

8-1: الوسائل اللفظية (Verbal Media)

تعد اللغة من الوسائل المهمة للتفاعل الاجتماعي، وتضم الكلام المحكى أو المسموع بأشكاله المختلفة، ويتأثر هذا الوسيط لمدى وضوح الصوت وهدوء النبرة وسرعتها، والوقت المخصص للتفاعل والإصغاء والمناخ المادي والنفسي المحيط بالتفاعل وفرص التفاعل وطبيعة الأفكار والألفاظ والمعاني المتبادلة.

<sup>1</sup> عبد الله رشدان، علم الاجتماع والتربية، دار الشروق، عمان، 1999، ص171.

<sup>2</sup> نفس المرجع السابق، ص 172.

وتتبع أهمية اللغة من كونها إحدى وسائل الإتصال والتفاهم بين الأطراف المتفاعلة ومالها من أثر كبير في التعبير عن العلاقات الاجتماعية وتطويرها ودورها في حل المشكلات الاجتماعية، ويشير بعضهم في هذا الصدد إلى السلوك اللفظي التلقائي يساعد في عملية التدعيم الاجتماعي من قبل الآخرين.

### 8-2: الوسائل الغير اللفظية (Non-verbal Media)

تشمل الوسائل غير اللفظية كل ما هو غير لفظي وبشكل مثير للإستجابات السلوكية، مثل الأصوات الغير كلامية مثل تعابير الوجه، الجسم، الألوان، الإبتسامة او الإحتضان للأفراد الذين نحبهم وتشمل هذه الوسائل أيضا لغة الإشارات بالنسبة للصم وأبكم والإيماءات المختلفة.

### 9- مراحل التفاعل الاجتماعي:

للتفاعل الاجتماعي عدة مراحل، أهمها:<sup>1</sup>

9-1: التعرف: في هذه المرحلة يتبادل الطرفان عبارات الترحيب والمجاملة والآراء العفوية غير مخططة، ويقوم كل طرف بعملية استكشافية مبدئية للطرف الآخر يحدد فيها قيمته وفائدته بالنسبة له ولأهدافه.

9-2: التفاوض والمساومة: يسعى كل طرف من خلال استخدام وسائل التفاعل المتاحة لديه والمفضلة عنده الى تحديد نوع العلاقة التي يفكر في التوصل اليها واقامتهم مع الطرف الآخر وهنا يحاول كل طرف تسوية مزاياه مبررا مقدار التشابه والتوافق في المزايا والاتجاهات والاهداف.

9-3: التوافق والإتفاق والإلتزام: في هذه المرحلة يقتنع كل طرف بالآخر من حيث المزايا والقيمة ويوقف عن البحث عن البدائل أخرى مكتفيا بما توصل اليه من علاقة مع الطرف الآخر.

9-4: الإعلان عن العلاقة وتعزيزها وتثبيتها: يتم فيها الإعلان عن القرارات المعبرة عن القناعة والالتزام اللذين توصل اليها الطرفان في المرحلة السابقة، لتأكيد نمط العلاقة التي تم التوصل اليها وتحقيقها عن طريق التفاعل.

### 10- الرياضة والتفاعل الاجتماعي:

تمارس الأنشطة الرياضية داخل جماعات حيث المشاركة والإندماج مع الزملاء الآخرين للنشاط وتعتبر الرياضة وسيلة هامة للتواجد والتفاعل الاجتماعي بين أعضاء الفريق الواحد ومن ثم توطيد العلاقات

<sup>1</sup> محمد الشاوي وآخرون، التنشئة الاجتماعية للطفل، دار الصفاء، عمان، 2001، ص ص 68-69.

الإجتماعية الإيجابية من مختلف اللاعبين أو الأفراد الممارسين للأنشطة الرياضية، كما تؤدي إلى تعميق حسن الوعي الإجتماعي، فعملية التفاعل الإجتماعي بين الأفراد ممارسي الأنشطة الرياضية المختلفة هي الأساس في تحقيق الأهداف من ممارسة ذلك النشاط سواء كان اثناء الإعداد قبل أو اثناء المنافسة مع مراعاة توطيد العلاقات الإجتماعية الجيدة بين الأفراد العاملين في ميادين الإدارة الرياضية والتدريب الرياضي، وذلك لأن شعور الأفراد الممارسين للأنشطة الرياضية والإداريين والمدرسين بالمسؤولية الجماعية يولد لديهم دوافع إيجابية قوية للتمسك والتفاعل الاجتماعي.<sup>1</sup>

وعلى ذلك توجد هناك عوامل تؤدي إلى تماسك وحدة الفريق وهي:

- ✓ المشاركة الفعلية الوجدانية.
- ✓ الفريق ينجز الأهداف المسطرة وفقا لعادات وتقاليد ومعايير وقوانين موجودة.
- ✓ وجود قيادة ناجحة.
- ✓ الشعور بالفوز وتحقيق الأهداف.
- ✓ اشباع الحاجات والرغبات الفردية.
- ✓ الولاء والانتماء للفريق.
- ✓ الأداء بروح الجماعة.

### 11- التفاعل الإجتماعي بين الأداء الفردي وأداء الفريق:

فرض في الفريق الرياضي وجود نوع من التفاعل والتعاون بين أفراده لمحاولة تحقيق الأهداف المشتركة، كما يفترض أن كل فرد من أفراد الفريق الرياضي الذي يتسم بالتماسك محاولة بذل قصارى جهده بالتعاون مع بقية الزملاء ومحاولة توظيف هذا الجهد الفردي لخدمة أغراض الفريق الرياضي.

وقد يلاحظ بصفة عامة أن اللاعب الذي يمتلك مهارات فردية عالية في ناحية معينة قد لا يتفاعل بصورة جيدة مع الفريق ببعض لاعبي التنس مثلا قد يؤدون بصورة جيدة في اللعب الفردي في حين أن أدائهم قد يقل كثيرا عند اشراكهم في اللعب الزوجي (أي فريق)، وكذلك في العديد من الأنشطة الرياضية الأخرى قد نجد أن هناك بعض اللاعبين ذوي المهارات الفردية العالية، إلا أن هذه المهارات و القدرات الفردية قد لا تظهر بصورة واضحة عند اشراكهم في منافسات الفريق الرياضي، وقد لا تسهم في احراز الفوز

<sup>1</sup> مصطفى السايح محمد، مرجع سابق، ص ص 71-72.

للفريق وقد لا توظف لصالح الفريق، وهكذا نجد أن عدم وجود تفاعل بين الأداء الفردي للاعب وإنتاجية الفريق قد تفري إلى العديد من العوامل التي تؤثر على فاعلية أداء اللاعب وإسهامه من حيث أنه عضو في الفريق وخاصة فيما يرتبط بحجم الفريق الرياضي وعدد أفرادها، عما إذا كان الفريق يؤدي معا كما في كرة القدم أو في كرة السلة مثلا، أو يؤدي بصورة يمكن بها جمع أداء الأفراد خرين لتحقيق النتيجة النهائية كما في سباق تتابع 100×4 عدوا في ألعاب القوى مثلا أو في سباق التتابع في السباحة.<sup>1</sup>

### 12- أهمية العلاقات والتفاعلات الإجتماعية في الفريق الرياضي:

من الملاحظ في العديد من الفرق الرياضية أن اختيار اللاعب في الفريق الرياضي يكون على أساس امتيازه الفردي وقدراته ومهاراته الفردية، إلا أن الخبرات التطبيقية قد أشارت إلى أن تجميع مثل هؤلاء اللاعبين معا قد لا ينتج عنه أحسن أداء للفريق الرياضي نظرا لإغفال عامل هام وهو عامل التفاعل بين اللاعبين، ولضمان الوصول إلى المزيد من فاعلية الفريق الرياضي ينبغي إختيار اللاعبين المميزين، وفي نفس الوقت الذين يستطيعون التفاعل معا بدرجة كبيرة وفي ضوء ذلك برزت أهمية التعرف على نوعية التفاعلات والعلاقات وبصفة خاصة في الفريق الرياضي الواحد وضرورة تقييم هذه التفاعلات والعلاقات بصورة علمية.

ومما لا شك فيه أن القائد الرياضي الفاعل يستطيع أن يدرك جيدا نوعية هذه التفاعلات الاجتماعية والعلاقات في الفريق الرياضي الذي يقوم بقيادته سواء في عمليات التدريب الرياضي أو أثناء المنافسات الرياضية أو أثناء بعض المواقف الاجتماعية المرتبطة بأنشطة الفريق الرياضي وذلك عن طريق الملاحظة الموضوعية (الخارجية) لسلوك أفراد الفريق أو أثناء مشاركة القائد لأفراد الفريق في أنشطتهم المختلفة (المعسكرات التدريبية).<sup>2</sup>

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي، مرجع سابق، ص 93-94.

<sup>2</sup> نفس المرجع السابق، ص 99.

### خلاصة:

يمكن القول أن التفاعل الاجتماعي جزء لا يتجزأ من العلوم الاجتماعية والذي يركز عليه علماء علم النفس الاجتماعي المعاصر والملاحظ أنها من أكبر تفاعل وخطوات الحكمة والموعظة الحسنة لا تكون سوى بيد شخص ماهر ويعلم معنى التفاعل الاجتماعي ويمتلك الأدوات والوسائل على الإستمرار من خلال الثقة والمجالات التي يبدع فيها من غير تجاوز الحدود ومضايقة.

وفي هذا المجال فإن الخبرة مطلوبة، لكنها غير كافية وحدها بدون المعرفة العلمية، وفي بعض الأحيان تتحول الخبرة إلى عائق في سبيل التقدم لأنها تجعلنا نتشبث بالعادة على حساب المعرفة العلمية وهذا ما يستدعي بعض المراجعات.

ولتجاوز أخطاءنا يجب علينا تطوير قدراتنا على النقد والتقييم الذاتي من خلال مفاتيح نجاح تفاعلنا الاجتماعي.



# الفصل الثالث تلاميذ طور المتوسط

تمهيد:

تعتبر مرحلة المراهقة من مراحل الحياة تتميز بسرعة النمو والتغير في كل المظاهر النمائية تقريبا الجسدية والمعرفية والإنفعالية الإجتماعية، فالمراهق ليس طفلا كما أنه ليس رجلا، فهو ينتقل في هذه المرحلة من طور يكون فيه معتمدا على الغير إلى طور يعتمد فيه على نفسه لذا تعتبر من أصعب المراحل الانتقالية وأكثرها تعقيدا.

ويرى علماء النفس أن هذه التغيرات السريعة المتمثلة في مظاهر النضج الجسمي للمراهق تؤثر في النمو النفسي والاجتماعي، حيث يؤثر النمو العقلي للمراهق على نموه النفسي، كما تؤثر الجوانب المعرفية في نمو شخصية المراهق، وينعكس النمو المعرفي للمراهق على اتجاهاته وقيمه المرتبطة بآياته ومجتمعه وفي أبرز مهام النمو في مرحلة المراهقة تنمية الاستقلال عند المراهق.

لذا فمرحلة المراهقة مرحلة مهمة في حياة الفرد ولها أهمية في دراستنا باعتبارها عينة لبحثنا، تشمل مجموعة من التلاميذ المراهقين وقد قمنا في هذا الفصل بتحديد مفهوم وأهم خصائص واحتياجات المراهقة، والعلاقة الموجودة بين المراهق ومحيطه في إطار التفاعل الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية صحي النشاط البدني الرياضي.

## 1- مفهوم التربية البدنية الرياضية في مرحلة المتوسط

باعتبار التربية البدنية جزءاً لا يتجزأ من التربية العامة، كما نجد أن تطورها عبر العصور قد خضع لنفس المؤثرات التي خضعت لها التربية العامة، حيث اختلفت وتطورت حسب تطور الحضارات والثقافات باختلاف النظم السياسية والإقتصادية للمجتمعات، ويفهم الكثير من الناس أن التربية البدنية فهما خاطئاً، خاصة في المناطق الريفية والمنعزلة أو المجتمعات المحافظة التي تفيد توجهات التلاميذ نحو ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية، لذلك من الواجب العمل على توضيح المقصود بهذا التعبير في صفوف (حصص) الطلبة والتلاميذ(ة)، فبعض الافراد يعتقدون ان التربية البدنية هي مختلف الرياضات وآخرون يفسرون التربية البدنية بأنها مضيعة للوقت، وتخص فقط فئة الشباب (الذكور) لا الإناث (التلميذات)، كما يتوجه إليها البعض على عضلات وعروق.<sup>1</sup>

وفما يلي سنسرد بعض تعاريف العلماء للتربية البدنية الرياضية:

**تعريف ناش:** يعرف التربية البدنية بأنها جزء من التربية العامة، تشغل دوافع النشاط الموجودة في التنمية من الناحية العضوية، التوافقية العقلية والانفعالية فهذه الاغراض تتحقق حينما تمارس أوجه التربية البدنية، سواء كان ذلك في الملعب، أو في حمام السباحة، أو في قاعة التدريب.<sup>2</sup>

**تعريف نيكس:** التربية البدنية هي ذلك الجزء من التربية العامة، الذي يختص بالأنشطة القوية، والتي تتضمن عمل الجهاز العضلي، وما ينتج من إشتراك هذه الأوجه من النشاط مع تعلم كل الأوجه.

**تعريف شارمن:** التربية البدنية هي ذلك الجزء البسيط من التربية، والذي يتم عن طريق النشاط الذي يعتمد على الجهاز الحركي لجسم الإنسان، والذي يكسبه بعض الصفات السيكولوجية الخاصة به.<sup>3</sup>

من جملة هذه التعاريف نستخلص **التعريف الإجرائي للتربية البدنية والرياضية:**

التربية البدنية والرياضية هي "ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية والعقلية، والاجتماعية، والتربوية، لشخصية الفرد بشكل رئيسي، فهي جزء هام لا يتجزأ من التربية العامة، ومن هنا تتجلى أهميتها في عملية بناء كيان التلاميذ والتلميذات على وجه خاص".

<sup>1</sup> قاسم حسن البدرى، نظرية التربية البدنية، ط1، مطبعة جامعة بغداد، 1979، ص105.

<sup>2</sup> تشارلز بيوكر، أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض، وكمال صالح، د س، ص20.

<sup>3</sup> أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص24.

## 2-مراحل حصة التربية البدنية الرياضية في مرحلة المتوسطة

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الخلية الأساسية في بناء المنهاج التعليمي التربوي فالدرس يحدد مركز الإهتمام، تبعا للأهداف المنشودة من خلال الأجزاء الخاصة بها، والذي يساهم كل واحد في التمهيد للمحور التالي أو يتكون درس التربية البدنية والرياضية من المراحل التالية:<sup>1</sup>

### 2-1: المرحلة التحضيرية:

وهي المرحلة الأولى، وتستمر من 15 إلى 20 دقيقة، وهذا حسب هدف الحصة، وتنقسم هذه المرحلة بدورها إلى أقسام، تكونه وتعطي الهيكل العام للمقدمة والتحضير وتتمثل في الإجراء الإداري، الإحماء، الألعاب التربوية التي تساهم في إبراز الدافعية والميول، وفيها التحضير النفسي، والابتعاد البدني لخوض مجريات الرياضة، فيجب على المدرس مراعاة الزيادة المتدرجة للحمولة، والتركيز على تنشيط الدورة الدموية، والأوتار، والمفاصل، مما يقلل من احتمالات الإصابات، كما يفضل في درس التربية البدنية والرياضية، داخل المدرسة الإكثار من الألعاب الشبه رياضية التي تتميز بالإثارة والحركة والمزاح وذلك لكي لا يشعر التلميذ أو التلميذة بالملل من الحركات الروتينية.

كما أن الإحماء يلعب دورا هاما وأساسيا في تحديد الطاقة، وتحسين عمل الجهاز الهضمي، وتجدد الدم، وهذا ما يسمح للتلميذ بالاستنشاق الجيد للهواء، أثناء ممارسة الرياضة، لذا على المدرس أن لا يكون سلطويا أثناء السبع أو العشر دقائق الأولى من الحصة، فيسمح للتلاميذ بالانتشار، والتشكل الحر، لاكتساح أكبر مساحة، لتوسع رقعة النشاط، كما يفضل أن تتخلل تلك الألعاب، حركات ووضعيات تمس مختلف اجزاء الجسم، وهذا من الناحية البدنية، وممارسات وتنقلات تمس الجانب الرئيسي من الحصة، حتى تسمح للتلاميذ والتلميذات من الشعور والإحساس بالاتزان والتوازن، وتوفر الفرص لهم للتعبير، وتوطيد العلاقة مع زملائه.

**الأهداف:** ترمي هذه المرحلة إلى أهداف وهي:

✓ تليين وتقوية العضلات، وخاصة التي تكون خلال النشاط العادي.

<sup>1</sup> عبد العلي نصيف، الخطة الحديثة في اخراج درس التربية البدنية، ط1، مطبعة الميناء، بغداد، 1971، ص ص (09-06).

- ✓ تحفيز الرغبة في مواصلة التمارين (التنشيط التنفسي).
- ✓ مراجعة بعض الحركات والتمارين البسيطة التي تكون ضرورية في المرحلة الرئيسية.

**المحتوى:** يتمثل في:

- تمرينات الجري والتنقل لتنشيط الجهاز الدموي.
- تمرينات التليين لمفاصل (الكتف، الجذع، الركبة) ...
- تمرينات بسيطة بالكرة أو تمارين الجمباز في شكل ألعاب.

## 2-2: المرحلة الرئيسية:

وهي المرحلة التي تأتي مباشرة بعد المرحلة التحضيرية وهي صلب حصة التربية البدنية والرياضية، من خلال الدرس الذي يتمركز حول المهارات، والتقنيات المراد تعليمها والهدف التربوي المراد بلوغه، وتحتوي هذه المرحلة بدورها على:

### 2-2-1: النشاط التعليمي:

ويقدم فيه المهارات والخبرات الواجب تعليمها، سواء كانت لعبة أو تقنية فردية أو جماعية، كالجري والقفز أو كرة الطائرة أو كرة اليد، وطريقة التعلم تلعب دورا هاما في استيعاب التلميذ للمهارات والخبرات المتعلقة، ويتوقف النشاط التعليمي، من حيث الزمن، على طبيعة المهارة المقدمة (جديدة، صعبة، معروفة).

كما أن هناك قدرات قد تستغرق وقتا كبيرا، خاصة في الدروس الأولى من الدورة والعام الدراسي، ويتحدد منه أيضا على الدور المهاري للتلميذ والتلميذة، وعلى ذلك يكون الهدف من النشاط التعليمي، ما هدف تعلم المهارات الجديدة، أو تثبيت وتحسين مهارات معروفة مسبقا، ويراعي مدرس التربية البدنية والرياضية، في هذا النشاط الرياضي عدة نقاط أهمها:

- اتخاذ المكان المناسب أثناء الشرح، وهذا لغرض الاستيعاب الجيد للتلاميذ من مهارات وهذا ما يستدعي فيما بعد أساليب السند والمتابعة المستمرة.

## 2-2-2: النشاط التطبيقي:

ويقصد به نقل الحقائق، والشواهد والمفاهيم، لاستخدام الوعي في نقل الواقع العلمي، ويقدم ذلك في الألعاب الفردية كالجمباز، ألعاب القوى، المصارعة وفي الألعاب الجماعية، كرة اليد والطائرة... وأهم ميزة يتميز بها النشاط التطبيقي هي بروز روح التنافس، بين التلاميذ، مما يؤدي إلى نجاح الحصة التعليمية.

- كما أن النشاط التطبيقي فرصة سامحة للمدرس، للتأكد من روح الفريق الواحد، والقدرة على القيادة، كما أنها فرصة لإبراز مهارات أخرى مثل التحكم، والتسجيل، ويمكن في بعض الأحيان اشتراك التلاميذ والتلميذات المعفيات من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة.

**الأهداف:** هذه المرحلة بالذات، يجب أن تتضمن مادة واحدة سواء كانت ألعابا جماعية أو فردية، وتتمثل فيما يلي:

- ✓ شرح التمارين المراد إنجازها.
- ✓ تجربة إجمالية.
- ✓ تدريبات تحليلية متنوعة بتطبيق عام.
- ✓ تنتهي دائما حصة التربية البدنية والرياضية بتطبيق التمارين تطبيقا حقيقيا.

## 2-2-3: المرحلة الختامية:

هي المرحلة الأخيرة أي خاتمة حصة التربية البدنية والرياضية، وتدعى فترة الهدوء والرجوع إلى الحالة الفيزيولوجية الأولى، والهدف منها هو العودة بالجسم إلى حالته البدنية الأولى، حيث يتضمن تمارين التهدئة والاسترخاء.

كما أن فترة الرجوع إلى الحالة الطبيعية، تتميز بالبطء والسهولة، وبها ينتهي الدرس.

**الأهداف:** هي المرحلة التي تعرفها التلميذات والتلاميذ إلى وضعية الراحة أي إرجاع الجسم إلى حالته الطبيعية، وخاصة تهدئة التلاميذ من الناحية النفسية.

### 3- أهمية مرحلة المراهقة من الناحية الإجتماعية

ترجع أهمية المراهقة إلى أنها مرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الإجتماعية، إذ يتعلم المراهق فيها تحمل المسؤوليات الإجتماعية، حيث تكون أفكاره عن الحياة الأسرية (الزواج) وكذلك المهنة والدور الإجتماعي الذي يقوم به في المستقبل، وهي أيضا مرحلة أساسية يتبع فيها تشكيل وإعداد وإكتشاف الفرد واستعداداته ومهاراته وتوجيهها وإرشاده التربوي. هذه المرحلة مهمة أيضا بالنسبة للوالدين والمربين ولكل من يتعامل مع المراهق حتى يقف على الخصائص والأسس النفسية للمراهق ويراعيها في تربيته وتوجيهه.<sup>1</sup>

### 4- مراحل المراهقة:

وللمراهقة عدة مراحل وهي كالتالي:<sup>2</sup>

#### 4-1: مرحلة المراهقة المبكرة (12-14 سنة):

تمتد من بدء النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي السنة الأولى إلى السنة الثانية بعد البلوغ عند استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة، عند الفرد في هذه الحالة المبكرة يسعى المراهق إلى التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساس بذاته وكيانه ويصاحب التقطن الجنسي الناتج عن الاستثارة الجنسية التي تعد جراثيم التحولات البيولوجية ونمو الجهاز التناسلي عند المراهق.

#### 4-2: مرحلة المراهقة الوسطى (15-17 سنة):

يملك المراهق في هذه المرحلة طاقة هائلة، والقدرة على العمل وإقامة علاقات متبادلة مع الآخرين، إيجاد نوع من التوازن مع العالم الخارجي دون الاعتماد كثيرا على الغير، حيث يزداد الشعور بالاستقلالية. تعادل هذه المرحلة الثانوية وهنا تتبسط سرعة النمو الجسمي نسبيا، وتزداد الحواس دقة ويقترّب الذكاء إلى الاكتمال، وتظل الانفعالات قوية وتتسم بالحماسة. يصبح المرهق أكثر تصادما مع العائلة ويصر على ما يحلو له، ويجرب الكثير حتى التحدي ولفرض رأيهم الخاص.

<sup>1</sup> عبد الرحمن عيسوي، الصحة النفسية والعقلية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، 1992، ص206.

<sup>2</sup> عبد الحميد محمد الشاذلي، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، ط2، الإسكندرية، 2011، ص245-246.

#### 3-4: مرحلة المراهقة المتأخرة (18-21 سنة):

يسعى المراهق في هذه المرحلة إلى توحيد جهوده من أجل إقاصة وحدة متألفة من مجموعة اجزائه ومكوناته، كما يتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالاستقلالية حيث يشير بعض العلماء إلى أن هذه المرحلة تعتبر مرحلة تفاعل وتوحيد أجزاء الشخصية وتنسيق فيما بينها، بعد أن أصبحت الأهداف واضحة والقرارات مستقلة.

#### 5- خصائص مرحلة المراهقة:

تتميز مرحلة المراهقة بخصائص عدة، نذكر منها:<sup>1</sup>

#### 5-1: النمو الجسمي ومظاهره

يتميز هذا النمو في بداية المراهقة بعدم الانتظام والسرعة فهناك زاد في طوله واتساع منكبيه، اشتداد في عضلاته، واستطالة ليديه، وقدمه، وخشونة صوته والطلائح الأولى للحية والشارب من الشعر الذي يوجد في مواضع مختلفة من جسمه علاوة على الإفرازات المنوية، إلى جانب التغيرات الفيزيولوجية كانهخفاض معدل النبض بعد البلوغ والإرتفاع للضغط الدموي وانخفاض استهلاك الجسم للأكسجين، الشعور بالتعب والتخاذل وعدم القدرة على بذل الجهد البدني الشاق وتصاحب هذه التغيرات الاهتمام الشديد للجسم، والشعور بالقلق نحو التغيرات المفاجئة للنمو الجسمي، الحساسية الشديدة للنقد مما يتصل بهذه التغيرات محاولات المراهق التكيف معها.

وتحدث طفرة النمو وإزدياد سرعته لمدة حوالي ثلاث سنوات (10-14) سنة عند الإناث (12-16) سنة عند الذكور، ويزداد الطول، ويزداد نمو العضلات والقوة العضلية والعظام، وتكون الفروق الفردية بين الجنسين فروق واضحة في توقيت النمو، ويلاحظ تقدم مؤقت عند الإناث وتأخر مؤقت عند الذكور.

#### 5-2: نمو الحركي ومظاهره:

يرتبط النمو الحركي في هذه المرحلة بالنمو الجسمي، والنمو الاجتماعي، تنمو القدرة والقوة الحركية بوجه عام، ويلاحظ الميل نحو الخمول والكسل، حيث يكثر خلود المراهق للنوم في هذه المرحلة وخاصة أيام الدراسة.

<sup>1</sup> محمد عبد الرحيم عدس، تربية المراهقين، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن، 2000، ص 27-29.



### 3-5: النمو الجنسي ومظاهره

في أوائل المرحلة يشعر المراهق بالدافع الجنسي، وتلاحظ الجنسية المثلية (توجه الفرد انفعاليا وميله عاطفيا بدرجة تزيد عما هو مألوف نحو أفراد جنسه)، وبالتدريج يتحول الميل الجنسي إلى الجنس الآخر، ويشاهد الفضول الجنسي في شكل الرغبة في قراءة الكتب أو المجلات الجنسية، أو مشاهدة الصور أو الأفلام العارية، وقد يلجأ المراهق أو المراهقة للممارسة العادة السرية، التي عادة ما يصاحبها شعور بالذنب.

### 4-5: النمو العقلي ومظاهره:

تشهد مرحلة المراهقة الطفرة النهائية في النمو العقلي، يطرد نمو الذكاء وتصبح القدرات العقلية أكثر دقة، وتزداد سرعة التحصيل، وتنمو القدرة على التعلم، وينمو الإدراك، وينمو الانتباه، وينمو التذكر، وينمو التفكير المجرد وتزداد القدرة على التعميم، وتنمو المفاهيم المعنوية وتزداد القدرة على التجريد ويمكن للمراهق أن يقوم بعمليات عقلية راقية ولكنه لا يكون مستعدا في هذه المرحلة ليقوم بعملية تقويم لما هو فيه من مواقف وظروف أو علاقات في قضية اجتماعية وفقا للمعايير التي يعتمدها الكبار في تقويمهم لمثل هذه الأمور، فهو قد يندفع وراء تصوره الخاص في ذلك تبعا لما يؤمن به ويعتقده والذي غالبا ما تكون أحكامه فيها عاطفية وانفعالية أو وفق نزوة طارئة وفي هذه تكون آراؤه وأحكامه غير موضوعية وبعيدة عن الواقع.

### 5-5: نمو الانفعالي ومظاهره:

تتصف الانفعالات في هذه المرحلة بأنها انفعالات عنيفة منطلقة متهورة لا تتناسب مع مثيراتها يلاحظ عدم الثبات الانفعالي، والتذبذب الانفعالي، وقد يلاحظ التناقض الانفعالي، والسعي نحو الاستقلال الانفعالي، كما يلاحظ الخجل، وقد يلاحظ الشعور بالذنب والخطيئة، والتردد، ويكون الخيال خصبا، ويستغرق المراهق في أحلام اليقظة، وينمو الإحساس بالحاجة إلى الحب بشكل يفوق المراحل السابقة حيث يعتبر الحب من أهم مظاهر الحياة الانفعالية للمراهق.

ولقد أشار جولمان في أطروحته حول درجة مصداقية التنبؤ لنموذجه بأن الذكاء الانفعالي عامل هام في نجاح الفرد في بيئته وفي مدرسته وفي عمله، وهو الذي يقود الشباب إلى التخفيض من فظاظتهم وعدوانيتهم اتجاه الآخرين، وإلى المزيد من الشهرة والشعبية، وإلى المزيد من القدرة على التعلم وتطويره، وإلى اتخاذ قراراتهم بشكل أفضل حول مسائل هامة مثل المخدرات، والتدخين، والممارسات الجنسية، فهي مجال العمل

يستطيع الذكاء الانفعالي أن يساعد الناس على العمل الجماعي وعلى التعاون وعلى التعلم الجماعي بشكل أكثر فعالية.

#### 5-6: النمو الديني والأخلاقي ومظاهره:

يعيد المراهق تقييم القيم الدينية، وقد يشاهد ازدواج الشعور الديني وتعدد الاتجاهات الدينية. وبوجه عام يتبع المراهق المعتقدات الأخلاقية التي سبق له اكتسابها، وقد يبدي رايه في مدى صواب السلوك أو خطئه، وقد يتأثر بسلوك أقرانه.

#### 5-7: النمو الاجتماعي ومظاهره:

يمكن تلخيص أهم مظاهر النمو الاجتماعي في هذه المرحلة بما يلي:

- ✓ يتم في هذه المرحلة التطبيع الاجتماعي الفعلي الذي يؤدي إلى تكوين المعايير السلوكية.
- ✓ يميل الطالب إلى الاتصال الشخصي ومشاركة الأقران في الأنشطة المختلفة.
- ✓ يميل الطالب إلى الاهتمام والعناية بالمظهر والأناقة.
- ✓ يميل الطالب إلى الاستقلال الاجتماعي وبصفة خاصة داخل الأسرة.
- ✓ مساندة الجماعة والرغبة في تأكيد الذات.
- ✓ البحث عن القدوة والنموذج.
- ✓ نمو القدرة على فهم ومناقشة الأمور الاجتماعية.
- ✓ الحساسية للنقد والميل إلى الجدل مع الكبار.
- ✓ ظهور الشعور بالمسؤولية الاجتماعية.
- ✓ الميل إلى مساعدة الآخرين.
- ✓ لا يرضى أن توجه له الأوامر أمام الآخرين.

#### العوامل المؤثرة فيه:

- الاستعداد واتجاهات الوالدين وتوقعاتهما.
- الأسرة ومستواها الاجتماعي.
- الأصدقاء وآرائهم.
- مفهوم الذات.

- المدرسة ومطالبها.
- النضج الجسمي والنفسيولوجي.
- الخبرات الاجتماعية الأولى.
- المجتمع والثقافة العامة.

### ✚ ما يجب على المربين مراعاته<sup>1</sup>:

- الاهتمام بمعايير القيم والمعايير السلوكية السليمة.
  - تشجيع التعاون مع أفراد الأسرة والمؤسسات الاجتماعية.
  - إشراك المراهق في مختلف الأنشطة.
  - ترك الحرية له في اختيار أصدقائه، مع توجيهه إلى حسن الاختيار.
  - إحترام ميله ورغبته في التحرر دون إهمال.
  - توسيع خبراته ومعارفه بالنسبة للجماعات الفرعية في المجتمع الكبير.
  - فكثيرا ما يستاء المراهقون من تدخل الكبار فيما يعتبرونه شؤوننا خاصة بهم، وينظرون إلى هذا التدخل وكأنه تعدي على سلطاتهم، وسلبا لحريرتهم.
- ومع هذه الخصائص التي يمر بها التلميذ والتلميذة أثناء فترة المراهقة فان هذه الفترة، تمر بأزمات كون أن هناك فترة انتقالية من مرحلة الطفولة إلى مرحلة البلوغ والنضج، غير أن فترة المراهقة تختلف من شخص إلى آخر.

### 6- أنماط المراهقة:

هناك أربعة أنماط عامة للمراهقة يمكن تلخيصها فيما يلي<sup>2</sup>:

#### 6-1: المراهقة المتكيفة:

هي المراهقة الهادئة نسبيا والتي تميل إلى الاستقرار العاطفي وتكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحاد، وغالبا ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة، كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له وتوافقه معه، ولا يسرف المراهق في هذا النمط في أحلام اليقظة أو الخيال أو الاتجاهات السلبية أي المراهق هنا يميل إلى الاعتدال.

<sup>1</sup> محمد عبد الرحيم عدس، مرجع سابق، ص 236.

<sup>2</sup> عبد العزيز حيدر حسين الموسوي، علم نفس النمو ونظرياته، دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان، 2013، ص 185-

**6-2: المراهقة الإنسحابية المنطوية:**

هي صورة متكيفة، وأهم مميزاتها العزلة والخجل وعدم التوافق الإجتماعي والإنطواء، كما يتميز المراهق بمحاولة حل مشاكله دون إعتماده على البالغين والتفكير الإخلاقي ويطغي عليه أحلام اليقظة التي يحاول أن يعيش من خلالها في الواقع.

**6-3: المراهقة العدوانية المتمردة:**

ويكون فيها المراهق تائر متمردا على السلطة، سواء في ذلك سلطة الوالدين أو سلطة المدرسة أو المجتمع، كما يميل الى توكيد ذاته والتشبيه بالرجال ومجاراتهم في سلوكهم كالتدخين مثلا والسلوك العدواني في هذا، في هذا النمط قد يكون صريحا مباشرا يتمثل بالإيذاء، أو يكون غير مباشر يتخذ صورة العناد، وبعض المراهقين في هذا النوع قد يتعلق بالأوهام والخيال وأحلام اليقظة ولكن بصورة أقل مما سبق.

**6-4: المراهقة المنحرفة:**

حالات هذا النوع تمثل الصور المتطرفة للتمطين المنسحب والعدواني، ورغم أن كلا من الصورتين السابقتين غير متوافقة أو غير متكيفة إلا أن مدى الانحراف فيهما لا يصل إلى خطورته إلى الصورة البادية في هذا الشكل، حيث نجد الإنحلال الخلقى والإنهيار النفسي، حيث يقوم هذا المراهق بتصرفات تروع المجتمع ويدخلها البعض أحيانا في عداد الجريمة أو المرض النفسي أو المرض العقلي.

**7-مشكلات المراهقة:**

تعتبر المراهقة مرحلة حرجة وصعبة لما فيها من تغيرات وأثرها على شخصية المراهق والمجتمع وما ينتج عنها من تصرفات غير واضحة مما يؤدي الى حدوث متعددة ونذكر منها:

**7-1: المشاكل النفسية:**

تتمثل في الحساسية والصراعات النفسية وضعف التوافق النفسي، وحدة الانفعالات والعواطف الجياشة والقلق والخوف والخجل والانطواء وسرعة التأثر والأحلام المزعجة والنسيان والغيرة والكآبة.

تتجم المشاكل النفسية لدى المراهقين عن التوتر والكبت الحامل عن الخجل والتسرع في إتخاذ القرارات، والمراهق يميل إلى الحرية والتملص من الواجبات والسلطة الأسرية والمدرسة فينشأ عن ذلك في نفسه الاحباط والشعور باليأس والضياع، فالمراهق يعتبر في المجتمع تنقص من قيمته بغض النظر عن

صلاحها أو ضررها. وقد يجلب المراهق بتصرفاته الكثير من المتاعب لأسرته أو مجتمعه لذلك فهو يعيش في صراعات داخلية مكبوتة قد يظهرها أحيانا التمرد على الأعراف والتقاليد.<sup>1</sup>

### 7-2: المشاكل الاجتماعية:

تتمثل في كثرة أوقات الفراغ والثورة على الآخرين لأتفه الأسباب واختيار الأصدقاء والارتباك عند مقابلة الآخرين، والعلاقات مع الجنس الآخر والتعرض للضغوط الاجتماعية.<sup>2</sup>

### 7-3: المشاكل الإنفعالية:

قد تكون مشكلة الإضطراب والإنفعال بالدرجة الأولى إلى عدم قدرة المراهق على التألؤم مع البيئة التي يعيش فيها والبيئة الخارجية المتمثلة في الأسرة، المدرسة، المجتمع، وكذلك عجزه المالي الذي يقف دون رغباته وكل هذا يسبب له الضيق والشعور بعدم الطمأنينة، كما يبدي مضايقته بسبب ما يشعر به من عدم الثقة إذا ما وجد في بعض المرافق الاجتماعية التي يظهر فيها الإشتراك مع الجنس الآخر، فحينئذ يشعر بالارتباك بدل الإنسجام وهناك ظاهرة أخرى تسبب المضايقات للمراهقين، وهي أن الكبار ينظرون إليه بصفة مازال صغيرا رغم أنه قد مر بمختلف المراحل، فيوجهون إليه إنتقاداتهم الحادة، فيشعر هذا الأخير بعدم الأمن مما يسبب سوء في توافقه مع الأسرة والمدرسة والمجتمع.<sup>3</sup>

## 8-المراهقة في الطور المتوسط:

تعتبر المدرسة المتوسطة التربوية الأكثر تنظيما في حياة المراهقين حيث أنها تقدم الفرص لتعلم وإتقان الخبرات والمهارات المناسبة حول الإختبارات المهني، وتعزيز فرص المشاركة في الأنشطة الرياضية والتفاعل الإجتماعي مع الأصدقاء إذ أنها توسع الآفاق الذهنية والاجتماعية من خلال دمجها للمراهقين في مجموعات الأقران وغيرها من مجموعات الأفراد الراشدين.

وفي المدرسة المتوسطة وبسبب تطور قدرة المراهقين على التفكير بطريقة مجردة يمكن أن تتضمن دراسة العلوم المختلفة، بالإضافة إلى ملاحظة التحولات التي يمكن رؤيتها فيها كما يمكن أن هناك العديد من التحولات التي تحدث في الموضوعات الدراسية الأخرى، حيث لا تعود الحاجة الماسة إلى التركيز على قواعد

<sup>1</sup> وهيب مجيد الكبسي، صالح أحمد الداهري، علم النفس العام، ط1، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، 1999، ص214.

<sup>2</sup> نفس المرجع السابق، ص 2015.

<sup>3</sup> إسكندر إبراهيم، كتاب الحداثة، ترجمة: محمد رمضان، ط2، دار نجيب للطباعة، القاهرة، 2000، ص101.

اللغة والتهجئة وآليات القراءة والكتابة، بدلا من ذلك تطور قدرة الفرد على التفكير الإفتراضي، و تزداد قدرة المراهقين على التخيل والإبداع في العمال الكتابية، وفوق ذلك فإن التلاميذ يصبحون أقل تقييدا بالتفكير المادي البسيط.<sup>1</sup>

## 9- المراهق والنشاط البدني الرياضي:

للتربية البدنية والرياضية فائدة كبيرة في تثبت مشاكل المراهقين عن طريق الألعاب والممارسة الرياضية خاصة الجماعية، حيث كلما كانت جماعية كلما إزداد التواصل والإحتكاك الذي ساهم في تجاوز الانعكاسات والمشاكل والأزمات المصاحبة لمرحلة المراهقة، ويساهم النشاط البدني الرياضي أيضا في خلق حالة من الإستقرار النفسي والإتزان العاطفي لدى الفرد كما يمكنه حتى أداء دوره في المجتمع بشكل فاعل ومتميز.<sup>2</sup>

يساعد النشاط البدني الرياضي أيضا المراهق التعرف على قدراته البدنية والعقلية ويكشف من خلالها عن مواهبه اضافة إلى اكتسابه السلوك السوي، حيث أن النشاط البدني الرياضي المدرسي وسيلة تربوية لها التأثير الايجابي على سلوك التلميذ المراهق فهي تغشيه بالمعارف والمعلومات والممارسات الإيجابية والعادات الصحيحة والروح الرياضية مثل الإلتزام بتطبيق القوانين الخاصة بقواعد اللعب، كمل المسؤولية، التنافس في سياق التعاون، لذا يجب على المربي الرياضي تقديم أنشطة رياضية وفق قواعد تربوية تؤكد على إظهار الجوانب الإيجابية للسلوك وإكتساب القيم الأخلاقية.

كما أن النشاط البدني يعمل على صقل المواهب ويحسن القرارات الفكرية، وممارستها بصفة دائمة ومنظمة وتؤدي إلى إبتعاد التلاميذ عن الكسل والشعور بالملل والضجر كما تملأ وقت الفراغ الذي يضيع من المراهق كل يوم.<sup>3</sup>

## 10- أهمية التربية البدنية الرياضية بالنسبة للمراهق:

تعتبر التربية البدنية الرياضية مادة مساعدة ومنشطة ومكيفة لشخصية ونفسية المراهق لكي يحقق فرصة إكتساب الخبرات والمهارات الحركية التي تزيد رغبة وتفاعلا في الحياة فتجعله يتحصل على القيم

<sup>1</sup> صالح محمد أبو حاجو، علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، 2007، ص 437.

<sup>2</sup> محمد رفعت، المراهقة وسن البلوغ، دار المعرفة، لبنان، 1989، ص91.

<sup>3</sup> أسامة كمل راتب إبراهيم، عبد ربه خليفة، النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة،

1999، ص126-127.

التي يعجز المنزل على توفيرها له، ولهذا يجب على مناهج التربية البدنية أن تفسح المجال من أجل إنماء وتطوير الطاقات البدنية والنفسية له، وهذا بتكثيف ساعات الرياضة داخل الثانوية من أجل إستعادة نشاطه الفكري والبدني وتجعل المراهقين يعبرون عن مشاعرهم وأحاسيسهم التي تتصف بالإضطراب والعنف وهذا عن طريق الحركات الرياضية المتوازنة المنسجمة والمتناسقة التي تخدم وتنمي أجهزتهم الوظيفية والعضوية والنفسية، وتسود هذه المرحلة ألعاب الزمر والألعاب الرياضية الحركية، فهي مرحلة تسيطر عليها نزعة التعلق بالأبطال واعتزازهم بذاتهم، وتبرز القوة والشجاعة والاستقلال لدى المراهق فهو يهتم بألعاب الرياضة والرحلات مع أفراد جماعته.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> نبيل عبد الهادي، سيكولوجية اللعب واثرها في تعليم الأطفال، ط1، دار وائل للنشر، الأردن، 1986، ص 154-155.

### خلاصة:

مما سبق يمكن القول أن المراهقة فترة في حياة الفرد، تمتاز بتغيرات وتحولات في شتى المجالات (الجسمية، العقلية، الانفعالية والاجتماعية).

حيث يتعرض خلالها المراهق للضغط والصراعات خاصة الصراعات النفسية وتعارض حاجاته مع التقاليد والقيم الدينية والاجتماعية، لذلك أكد الكثير من علماء النفس عامة وعلماء النفس النمو خاصة أن المراهق بحاجة دائمة إلى الاهتمام سواء من طرف الأسرة أو المربين حتى تتقضى أي خلل في سلوكه، بما فيها النشاط البدني الرياضي الذي ساهم بشكل فعال في تطوير العلاقات الإجتماعية والتفاعل للمراهق مع محيطه وتوازنه الطبيعي بالإضافة إلى الحصول على القيم وتطوير شخصيته، كل هذه السلوكيات بفضل التدرج ضمن التفاعل بين أعضاء الفوج والمربي والعلاقات بينهم.



الجانبي  
التطبيقي

الفصل الرابع:  
الإجراءات المنهجية للدراسة

**تمهيد:**

بعد محاولتنا تغطية الجوانب النظرية الخاصة بالبحث، سنحاول في هذا الفصل أولاً التعرف على بيئة موضوع الدراسة، وذلك من خلال الدراسة الإستطلاعية والتي تسمح لنا بالحصول على بيانات هامة لها علاقة بموضوع البحث، كالمقابلة، والإستبيان، بالإضافة إلى تحديد المجال الزماني والمكاني والبشري وكذلك علينا توضيح الأداة المستخدمة، وكذا تحديد عينة الدراسة والطريقة التي إعتمدت في تحديد حجمها، وككل دراسة ميدانية لا بد من إعتقاد منهج علمي يبين كيفية تطبيق الإجراءات الميدانية كما تطرقنا إلى عرض أدوات جمع البيانات، ثم لأساليب الإحصائية التي إعتدنا عليها في تحليل المعطيات التي جمعناها عن طريق إستمارة المقابلة المكونة من 18 عبارة.

## 1- الدراسة الإستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية بمثابة الأساس الجوهرى لبناء البحث كله، وهي الخطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها.<sup>1</sup>

تمثل الدراسة الإستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعدنا في إلمام جوانب الدراسة الميدانية، كما تساعدنا على تجربة وسائل البحث لمعرفة مدى ملاءمتها وصدقها، لضمان دقة وموضوعية النتائج المتحصل عليها في النهاية.

وبناء على هذا، قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية على العينة المقصودة من التلاميذ في المرحلة المتوسطة- بمتوسطة لبيض محمد -طاهير-، قصد التعرف على مجتمع البحث، ومميزاته وخصائصه، كذلك التأكد من صلاحية أداة البحث من خلال وضوح العبارات وملاءمتها لمستوى العينة، وخصائصها العمرية.

ولهذا قمنا بزيارة أفراد العينة المراد دراستها، وذلك وفق المراحل التالية:

✓ **المرحلة الأولى:** بعد الحصول على الترخيص- طلب تسهيل المهام - الخاص بالدراسة، من طرف رئيس قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، يوم 2021/04/07، حيث تم التوجه إلى متوسطة لبيض محمد بالطاهير للتعرف عليها، ثم الاتصال بمديرها والقيام بمقابلة معه وتقديم التعريفات الخاصة بموضوع الدراسة.

✓ **المرحلة الثانية:** وتم فيها جمع المعلومات الخاصة بكل مؤسسة.

✓ **المرحلة الثالثة:** توزيع الاستمارة في الفترة الممتدة من: 11 افريل 2021، إلى غاية 12 افريل 2021.

### ❖ **الدراسة الميدانية والهدف منها:**

لكل بحث علمي أهداف محددة لأنه بتحديد هذه الأهداف يمكن لنا حصر موضوع الدراسة وتحديد الوسائل والطرق التي تتم بواسطتها...، ومنه يمكن تلخيص أهداف دراستنا الميدانية فيما يلي:

✓ تدعيم الجانب النظر.

<sup>1</sup> محي الدين مختار، بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995، ص74.

- ✓ التأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل ومناقشة النتائج.
- ✓ الخروج بنتائج عامة حول الموضوع.
- ✓ معالجة بعض جوانب النقص التي لمسناها في الجانب النظري.
- ✓ إعطاء مقترحات مستقبلية.

## 2- منهج البحث:

نظرا لطبيعة موضوعنا ومن اجل تشخيص الظاهرة وكشف جوانبها، وتحديد العلاقة بين عناصرها (بدور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط)، وتبين انه من المناسب استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، فالدراسة الوصفية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالإعتماد على جمع الحقائق وتفسيرها وتحليلها وإيجاد العلاقات بين متغيراتها، وإستخلاص دلالاتها، فهي إذا كما يعرفها **مصطفى حسن باهي**: "يعتبر المنهج الوصفي من أكثر المناهج إستخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والإجتماعية والرياضية، حيث يهتم بجمع أوصاف دقيقة وعلمية للظاهرة المدروسة، ووصف الوضع الراهن وتفسيره، كما يهدف إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة، ولا يقتصر المنهج الوصفي على جمع البيانات وتبويبها ، وإنما يمتد الى ما هو أبعد من ذلك لأنه يتضمن قدرا من التفسير لهذه البيانات، لذا يجب على الباحث تصنيف البيانات والحقائق، وتحليلها تحليلا دقيقا وكافيا للوصول الى تعميمات بشأن موضوع الدراسة".<sup>1</sup>

## 3-مجتمع وعينة الدراسة:

بعد تحديد الباحث لمشكلة البحث وما يرتبط بها من فرضيات، تأتي خطوة جمع البيانات كي يتأكد من فروضه، وأول خطوة من هذه الخطوات هي اختيار المجتمع الذي تطبق عليه الدراسة، وكذا العينة البحثية، ويعد اختيار الباحث للعينة من أهم خطوات ومراحل البحث إذ تعتمد البحوث الاجتماعية الحالية على استعمال العينات بشكل أساسي لكونها الطريقة الأكثر اقتصادا في نفقات البحث لذلك، فعادة ما يقوم الباحث بتحديد جمهور بحثه أو مجتمع دراسته حسب الموضوع أو الظاهرة أو المشكلة التي يختارها، ولما

<sup>1</sup> مصطفى حسن باهي، الإحصاء وقياس العقل البشري، مركز الكتاب لنشر، مصر، 2000، ص83.

كانت المجتمعات المدروسة غالبا كبيرة الحجم، فإنه لا يمكن لباحث واحد أن يقوم بدراسة ظاهرة أو حدث في ذلك المجتمع منفردا وإنما يلجأ لاختيار عينة الدراسة من ذلك المجتمع حيث تمثله تمثيلا تاما.

### 3-1: مجتمع الدراسة:

فمجتمع الدراسة هو المجتمع الكلي للعناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة، أي أنها المجموعة الأصلية التي تؤخذ منها العينة.<sup>1</sup>

وعلى هذا الأساس تمثل مجتمع البحث في تلاميذ متوسطة لبيض محمد بالطاهير في ولاية جيجل، حيث بلغ عدد أفراد المجتمع حسب إحصائيات شهر أبريل 2021 والصادرة من المتوسطة لبيض محمد بالطاهير ولاية جيجل 654 تلميذ.

### 3-2: عينة الدراسة:

فالعينة هي الجماعة التي تجرى عليها الدراسة وهي عبارة عن جزء صغير من الكل أي من مجتمع الدراسة.<sup>2</sup>

وبما أنه من الصعب على الباحث أن يتصل بعدد كبير من المعنيين بدراسته لكي يطرح عليه الأسئلة ويحصل منهم على الأجوبة، فإنه لا مفرّ من اللجوء الى أسلوب أخذ العينات التي تمثل المجتمع الأصلي حتى يستطيع ان يأخذ صورة مصغرة عن التفكير العام. واختيار هذه العينة هي العامل الذي يتوقف عليه تعميم النتائج بالنسبة للبحوث العلمية وتعتبر ركيزة ما يقوم به الباحث.

وبما أن موضوعنا يركز دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط، فقد عملنا على أخذ عينة مقصودة تقدر بـ35 تلميذ من مجموع المجتمع الأصلي الذي يساوي 654 تلميذ وتلميذة عبر كافة متوسطة لبيض محمد بالطاهير ولاية جيجل، حيث تم توزيع 35 استمارة، وقد تم استعادة 30 الاستمارة.

<sup>1</sup> عصام حسن الدليمي، على عبد الرحيم صالح، البحث العلمي -أسسه ومناهجه، ط1، دار الرضوان والتوزيع، عمان، عمان، 2014، ص74.

<sup>2</sup> محي محمد مسعد، الطريقة العلمية لإعداد البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية، الإسكندرية، 2002، ص175.

الجدول رقم (2): الاحصائيات الخاصة بالاستبانة

الاستبانة	التوزيع التكراري	النسبة
الاستبانات الخاضعة للتحليل	30	%85.71
الاستبانات المستبعدة	/	/
الاستبانات غير المعادة	05	%14.28
الاستبانات الكلية	35	%100

المصدر: من اعداد الطلبة.

4-متغيرات البحث:

4-1: المتغير المستقل:

وهو المتغير الذي يؤثر في حدوث موقف معين، فلو أردنا مثلاً دراسة زيادة عدد السيارات في البلد على الحوادث، فإن زيادة عدد السيارات هو المتغير المستقل، وعدد الحوادث هو التابع.

4-2: المتغير التابع:

هو المتغير الذي حدث نتيجة لتأثير المتغير المستقل، او هو ما يتبع في حدوث المتغير المستقل ويسمى العامل التابع بالعامل الناتج.<sup>1</sup>

وفي بحثنا هذا المتمثل في "دور النشاط البدني التربوي في تنمية التفاعل الإجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط" فإن "النشاط البدني الرياضي التربوي" هو المتغير المستقل، "تنمية التفاعل الإجتماعي" هو المتغير التابع.

5-وسائل وأدوات البحث:

لقد تم في دراستنا استخدام وسائل وأدوات والتي نذكرها كالاتي:

5-1: الملاحظة:

تعتبر الملاحظة وسيلة خاصة لجمع المعلومات العلمية بما يتمتع به من خصائص تصبح مصدراً أساسياً من مصادر الحصول على البيانات.

<sup>1</sup> نادية قطامي، محمد بهوم، طرق دراسة الطفل، ط1، دار النشر، عمان، 1989، ص58.

وقد استعملنا هذه الوسيلة من خلال تتبعنا وملاحظتنا لطريقة تعامل التلاميذ مع بعضهم خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

#### 5-2: الإستبيان:

يمكن تعريف الإستبيان كما يلي: عبارة عن لائحة مؤلفة من مجموعة من الأسئلة ترتبط بموضوع الدراسة ويعد تصميمها بشكل صحيح ودقيق من المراحل المنهجية الهامة، التي يتعين على الباحث ان يولها اهتمامه. إن الافتراضات التي ستحول الى أسئلة ضمن الاستمارة تشكل البيانات الأولى في بناء المنطلقات النظرية المعرفية للبحث المدروس.<sup>1</sup>

وتتكون الاستمارة بحثنا من ثلاثة محاور وهي:

✓ **المحور الأول:** محور البيانات الشخصية ويتكون من 4 أسئلة.

✓ **المحور الثاني:** مبدأ التعاون الإجتماعي ويتكون من 7 أسئلة.

✓ **المحور الثالث:** تنمية روح الجماعة وتتكون من 7 أسئلة.

#### 6-مجالات الدراسة:

وتعنى بالمجالات الثلاث: (المجال الزمني، المجال المكاني، كذلك المجال البشري للدراسة الميدانية)

#### 6-1: المجال الزمني:

تمت معالجة البحث في جانبه النظري في الفترة الممتدة من شهر جانفي الى غاية شهر ماي، اما الجانب التطبيقي فقد كان في شهري أفريل وماي تم من خلالهما تحضير الأسئلة الخاصة بالاستمارة وتوزيعها على العينة المختارة، ثم قمنا بعملية جمع النتائج وتحليلها ومناقشتها.

#### 6-2: المجال المكاني:

بناء على عنوان الدراسة والهدف منها أن المجال المكاني لها: متوسطة لبيض محمد لبيض بطاهير في ولاية جيجل.

#### 6-3: المجال البشري: المجتمع البحثي أو مجتمع الدراسة يقصد به "جميع العناصر، أو المجموعة الكلية

التي يسعى الباحث إلى تعميم نتائج بحثه عليها وتكون محور الدراسة وتتمحور الإشكالية عليها".<sup>2</sup>

<sup>1</sup> محمد شفيق، البحث العلمي، خطوات المنهجية لاعداد البحوث، المطبعة المصرية، الإسكندرية، 1986، ص86.

<sup>2</sup> خيرى وناس، بوصنوبر عبد الحميد، التربية وعلم النفس، الديوان للتعليم والتكوين عن بعد، الجزائر، 2008، ص53.



حيث شملت هذه الدراسة تلاميذ المرحلة المتوسطة سنة الرابعة (04) لمتوسطة لبيض محمد بالطاهر.

### 7- الوسائل الإحصائية:

حتى تكون نتائج الاستبيان لها معنى ودلالة واهمية، تم تفرغ وتحليل الإستبانة من خلال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) **Statistical package force social sciences**، وسوف يتم الاستعانة ببعض الأدوات الإحصائية التالية:

7-1: التكرارات والنسب المئوية: تمت الاستعانة بالتكرارات والنسب المئوية للتعرف على الخصائص الشخصية والوظيفية لأفراد عينة الدراسة، وكذا لتحديد استجابات أفرادها اتجاه عبارات محاور الاستبيان.

وتحسب بالعلاقة التالية<sup>(1)</sup>

$$100 \times \frac{\text{تكرار العنصر (X)}}{\text{مجموع التكرارات}} = \text{النسبة المئوية للعنصر (X)}$$

7-2: اختبار T في حالة عينة واحدة (T-Test).

<sup>1</sup> إبراهيم عبد الوكيل الفار، الإحصاء الوصفي باستخدام الحزمة الإحصائية، الدلتا لتكنولوجيا الحسابات، جامعة طنطا، 1997، ص108.

الفصل الخامس  
عرض وتحليل ومناقشة النتائج

## تمهيد

بعد محاولتنا تغطية الجوانب النظرية الخاصة بالبحث، وذلك بالإستعانة بالمراجع والمصادر المتمثلة في الكتب والمذكرات وكذلك مناهج التربية البدنية والرياضية، وذلك قصد تغطية بعض الجوانب الخاصة بدراستنا، فإننا ننتقل الآن إلى الجانب التطبيقي الذي سنحاول فيه أن نحيط بالموضوع من هذا الجانب، وذلك بالقيام بدراسة ميدانية عن طريق توزيع إستبيان على تلاميذ المرحلة المتوسطة، الذي يتمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها، ثم القيام بمناقشة وتحليل النتائج التي تحصلنا عليها، حيث نقوم بوضع جداول لهذه النتائج تتضمن عدد الإجابات والنسب المئوية المرافقة لها، وكذلك تمثيلها في دوائر نسبية.

وفي الأخير نقوم بعرض الإستنتاج ونوضح فيه مدى صدق الفرضيات التي يتضمنها البحث.

## 1- عرض وتحليل نتائج الإستبيان

### 1-1: تحليل بيانات المحور الأول: البيانات الشخصية

#### • الجنس

يتوزع مفردات عينة الدراسة حسب طبيعة جنسهم، كما هو مبين في الجدول والشكل المواليين:

الجدول رقم (01): توزيع أفراد العينة حسب الجنس

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية%
ذكر	11	36.7%
أنثى	19	63.3%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (01): توزيع افراد العينة حسب الجنس



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

نلاحظ من الجدول أعلاه ان النسبة العالية من افراد العينة هي من الاناث حيث بلغ عددهم 19

انثى أي ما يعادل 63.3%، في حين بلغ عدد الذكور 11 ذكرا ونسبة مقدارها 36.7%.

• العمر

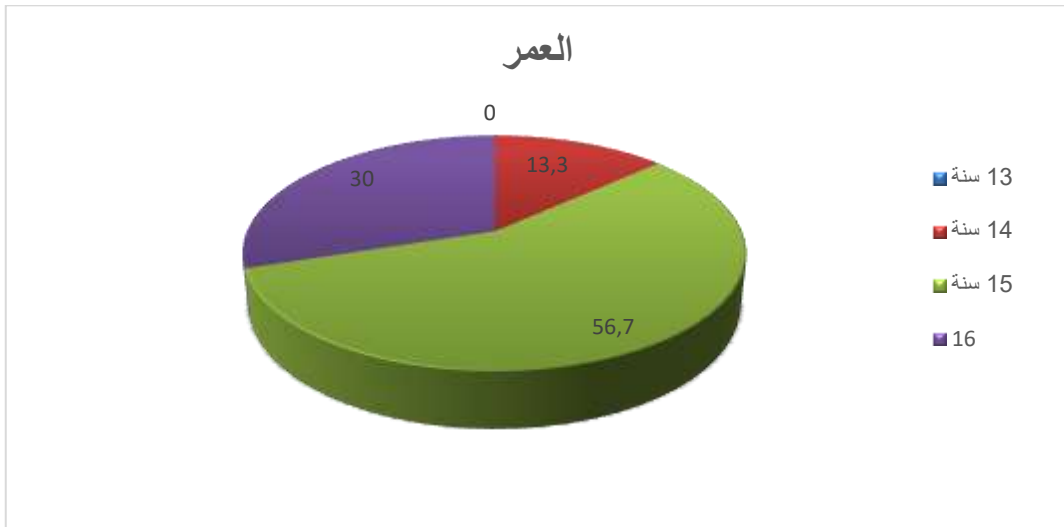
يمكن توضيح خصائص عينة الدراسة من حيث العمر وفق ما يوضحه الجدول والشكل المواليين:

الجدول رقم (02) توزيع أفراد العينة حسب العمر

الفئة العمرية	التكرارات	النسبة المئوية%
13 سنة	/	/
14 سنة	4	13.3%
15 سنة	17	56.7%
16 سنة	9	30%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (02): توزيع افراد العينة حسب العمر



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

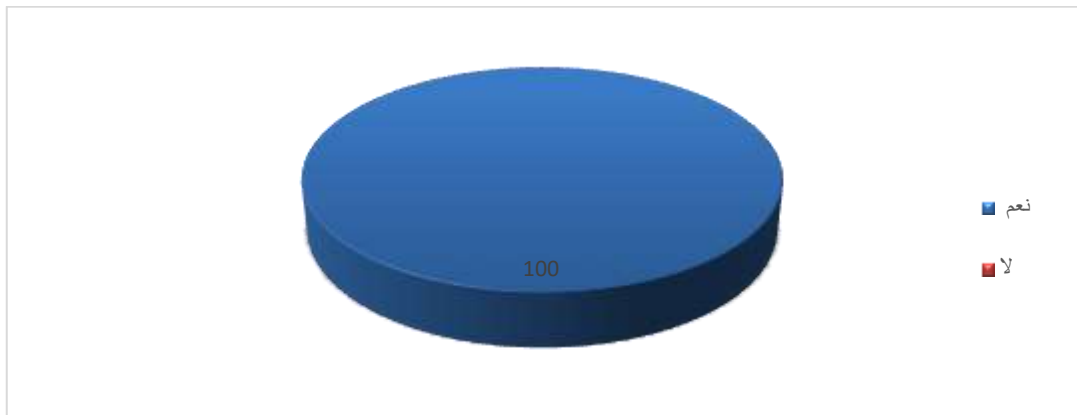
يتبين من الجدول أعلاه ان اغلبية افراد العينة هم ضمن الفئة العمرية 15 سنة حيث بلغ عدد الافراد 17 بنسبة 56.7%، ثم تليها الفئة العمرية 16 سنة بـ 9 افراد أي بنسبة 30%، ثم تليها الفئة العمرية 14 سنة بـ 4 افراد بنسبة 13.3%، اما بالنسبة للفئة العمرية 13 سنة فهي معدومة.

- السؤال الثالث: هل تحب ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية؟  
الغرض من السؤال: هو معرفة مدى حب التلميذ من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.  
الجدول رقم (03): يبين مدى حب التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية

الفئة العمرية	التكرارات	النسبة المئوية%
نعم	30	100%
لا	0	0%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (03): دائرة نسبية تبين مدى حب التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال الجدول والشكل أعلاه نلاحظ ان جميع افراد العينة يحبون ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية فقدرت نسبتهم بـ 100%.

## الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

• السؤال الرابع: ماهي نظرتك لمادة التربية البدنية والرياضية؟

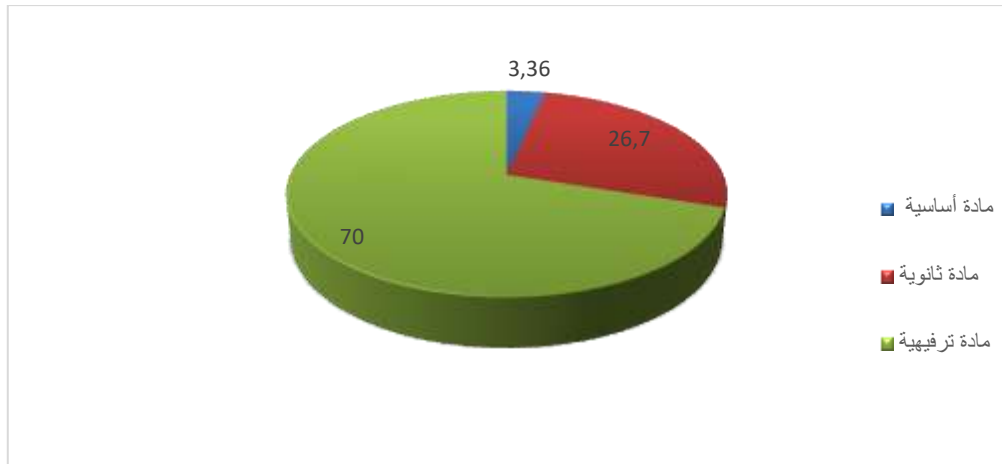
الغرض من السؤال: معرفة نظرة التلاميذ لمادة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (04): يبين نظرة التلاميذ لمادة التربية البدنية والرياضية حسب طبيعتها.

الفئة العمرية	التكرارات	النسبة المئوية%
مادة أساسية	1	3.3%
مادة ثانوية	8	26.7%
مادة ترفيهية	21	70%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (04): يبين نظرة التلاميذ حول حصة التربية البدنية من حيث طبيعتها



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال قراءة ما جاء في الجدول والشكل أعلاه نلاحظ ان اغلبية افراد العينة يرون ان مادة التربية البدنية والرياضية مادة ترفيهية حيث بلغ عددهم 21 فردا أي بنسبة 70%، في حين ان 8 افراد من العينة يرون بانها مادة ثانوية حيث قدرت نسبتهم بـ 26.7%، وفي الأخير وجدنا ان هناك فردا واحدا يرى ان حصة التربية البدنية والرياضية مادة أساسية أي بنسبة 3.3%.

1-2: تحليل إجابات افراد العينة نحو عبارات المحور الثاني: مبدأ التعاون الاجتماعي.

• السؤال الأول: هل تتعاون مع زملائك اثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

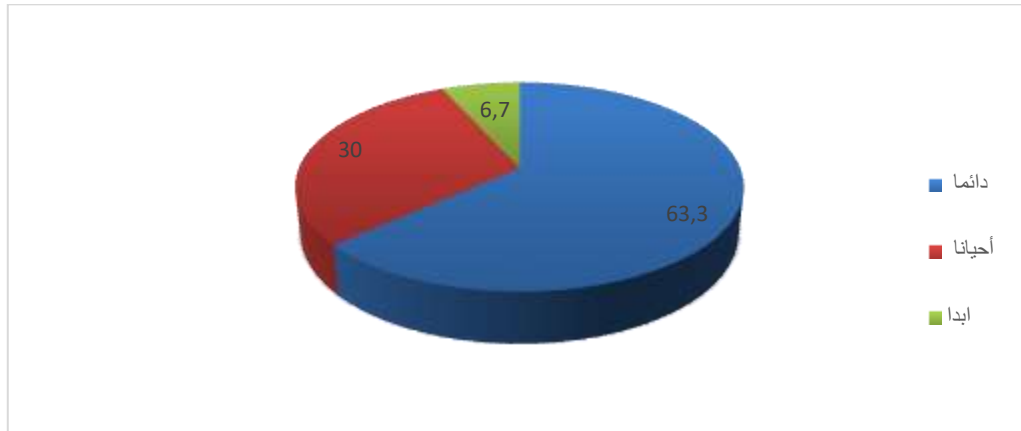
الغرض من السؤال: هو معرفة مدى تعاون التلاميذ فيما بينهم اثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (05): يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الأول المحور الثاني.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	19	63.3%
أحيانا	9	30%
ابدا	2	6.7%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (05): دائرة نسبية تبين الإجابة على السؤال الأول من المحور الثاني



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان اغلب افراد العينة اجابوا ب دائما حول تعاونهم فيما بينهم اثناء حصة التربية البدنية والرياضية حيث قدرت نسبتهم ب 63.3%، في حين ان 30% اجابوا ب احيانا، و6.7% اجابوا ب أبداً، وهذا ماتم تمثيله في الشكل رقم (05).

التحليل والاستنتاج:

ومنه نستنتج من هذه النتائج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الأول أن

التلاميذ المشاركين في حصة التربية البدنية والرياضية يكونون أكثر تعاوننا.



• السؤال الثاني: هل تتعاون مع اصدقائك لتحقيق اهداف حصة التربية البدنية والرياضية بشكل جماعي؟

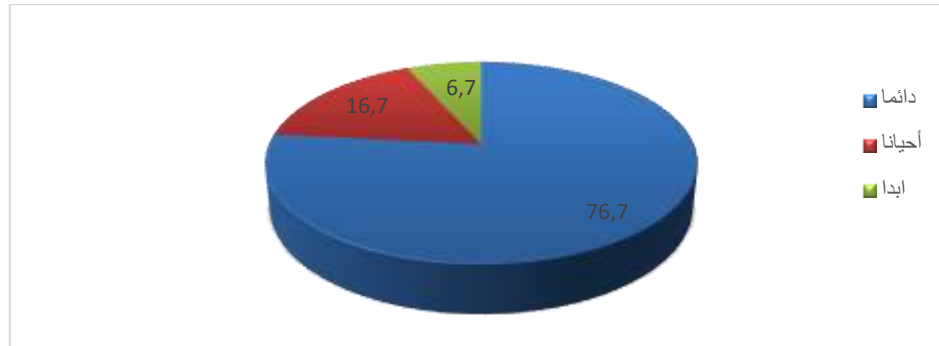
الغرض من السؤال: هو معرفة مدى تعاون التلاميذ فيما بينهم لتحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية بشكل جماعي.

الجدول رقم (06) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثاني المحور الثاني.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	23	76.7%
أحيانا	5	16.7%
ابدا	2	6.7%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (06): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال الثاني المحور الثاني



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان اغلب افراد العينة اجابوا بـ دائما حول تعاونهم فيما بينهم لتحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية بشكل جماعي، حيث قدرت نسبتهم بـ 76.7%، في حين ان 16.7% اجابوا بـ احيانا، و 6.7% اجابوا بـ أبداً، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (06).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الثاني أن التلميذ غالبا يتعاون مع زملائه لتحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية بشكل جماعي.

• السؤال الثالث: هل تطلب المساعدة من زملائك في حصة التربية البدنية والرياضية؟

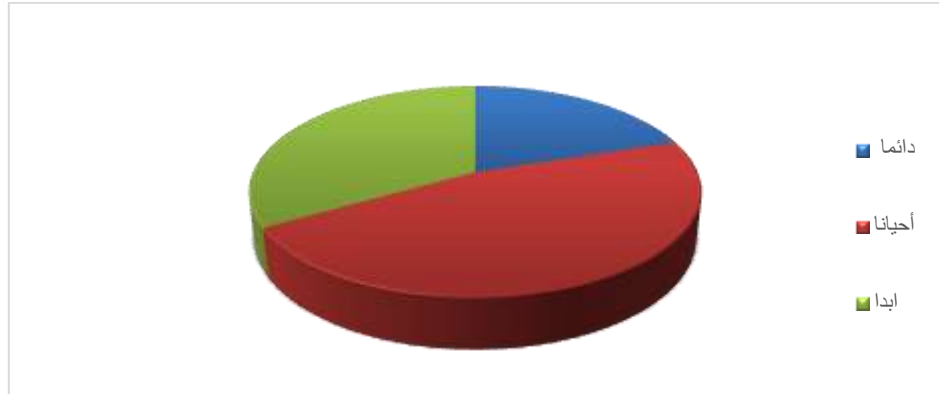
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يطلب المساعدة من زملائه أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (07) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثالث المحور الثاني.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	6	20%
أحيانا	14	46.7%
ابدا	10	33.3%
المجموع	30	100%

المصدر: إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج SPSS.

الشكل رقم (07): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال الثالث المحور الثاني



المصدر: من أعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 46.7% افراد العينة اجابوا ب أحيانا حول طلب المساعدة من زملائهم اثناء حصة التربية البدنية والرياضية، في حين ان 33.3% اجابوا ب أبداً، و20% اجابوا ب دائماً، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (07).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الثالث أن التلميذ يطلب أحيانا المساعدة من زملائه اثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال الرابع: هل تشارك زملائك في اللعب والأنشطة المختلفة؟

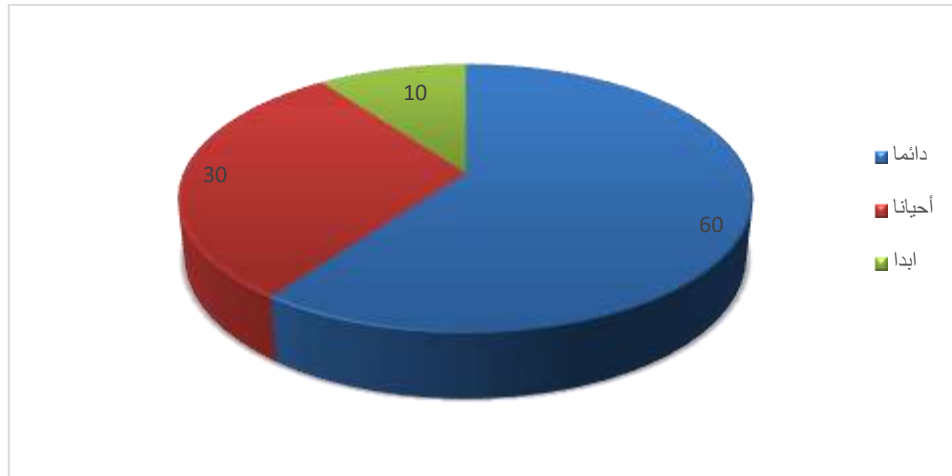
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان التلميذ يشارك زملائه في اللعب والأنشطة المختلفة.

الجدول رقم (08) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الرابع المحور الثاني.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	18	60%
أحيانا	9	30%
ابدا	3	10%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (08): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال الرابع المحور الثاني



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 60% افراد العينة اجابوا بـ دائما حول ما اذا كان التلميذ يشارك زملائه في اللعب والأنشطة المختلفة، في حين ان 30% اجابوا بـ احيانا، و10% اجابوا بـ ابداً، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (08).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الرابع حول مشاركة التلميذ زملائه دائما في اللعب والأنشطة المختلفة.

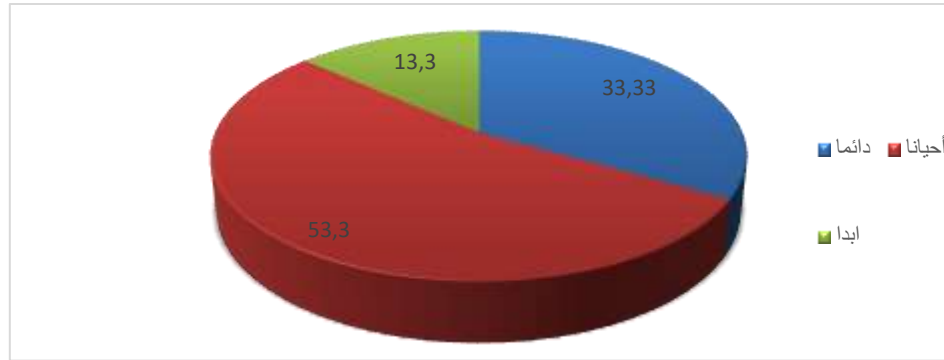
- السؤال الخامس: هل تلجأ الى حل الخلافات بين زملاء خلال حصة التربية البدنية؟  
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يلجأ إلى حل الخلافات التي تحدث مع زملائه أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (09) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الخامس المحور الثاني.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	10	33.3%
أحيانا	16	53.3%
ابدا	4	13.3%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (09): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال الخامس المحور الثاني



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 53.3% افراد العينة اجابوا بـ أحيانا حول قيام التلميذ بحل الخلافات التي تحدث مع زملائه اثناء حصة التربية البدنية، في حين ان 33.3% اجابوا بـ دائما، و13.3% اجابوا بـ ابداً، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (09).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الخامس أن التلميذ يقوم أحيانا بحل الخلافات التي تحدث مع زملائه اثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

• السؤال السادس: هل تتعامل مع نوعيات مختلفة من الزملاء في حصة التربية البدنية والرياضية؟

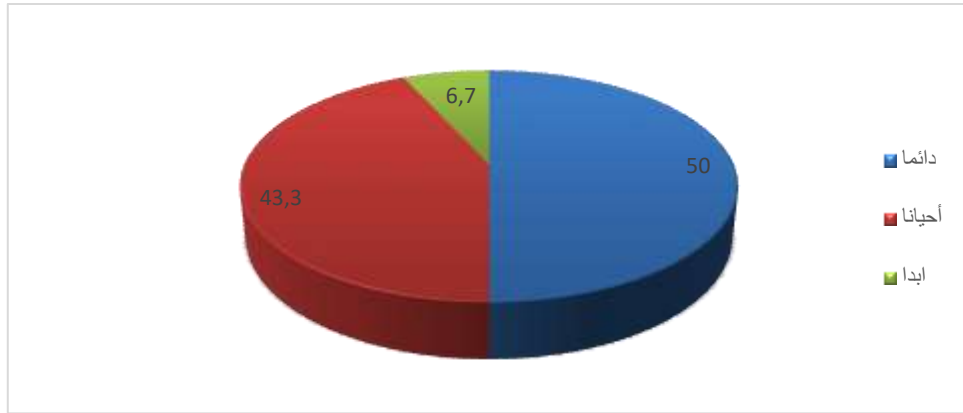
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يتعامل مع نوعيات مختلفة من الزملاء أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (10) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السادس المحور الثاني.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	15	50%
أحيانا	13	43.3%
ابدا	2	6.7%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (10): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال السادس المحور الثاني



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 50% من افراد العينة اجابوا بـ دائما حول تعاملهم مع نوعيات مختلفة من الزملاء أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، في حين ان 43.3% اجابوا بـ احيانا، و6.7% اجابوا بـ ابداً، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (10).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال السادس أن التلاميذ يتعاملون دائما مع نوعيات مختلفة من الزملاء أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

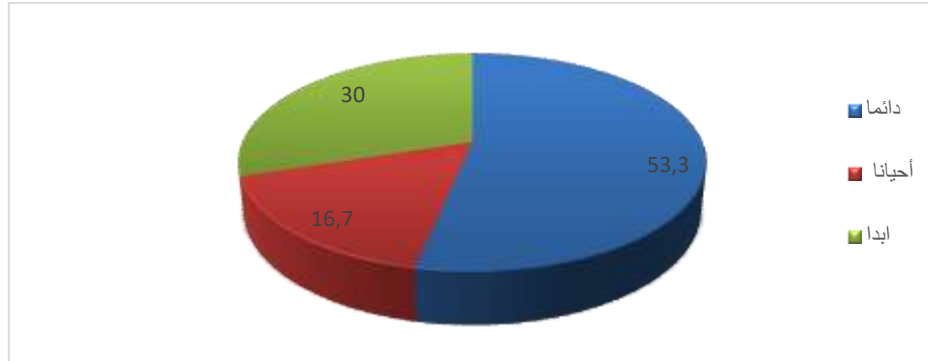
- السؤال السابع: هل تفضل ان تكون بمفردك معظم الوقت؟  
الغرض من السؤال: معرفة مدى تفضيل التلميذ الجلوس بمفرده.

الجدول رقم (11) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السابع المحور الثاني.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	16	53.3%
أحيانا	5	16.7%
ابدا	9	30%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (11): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال السابع المحور الثاني



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 53.3% افراد العينة اجابوا بـ دائما حول تفضلهم ان يكونوا بمفردهم معظم الوقت، في حين ان 30% اجابوا بـ أبداً، و16.7% اجابوا بـ احيانا، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (11).

#### التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال السابع أن التلميذ يفضل دائما ان يكون بمفرده معظم الوقت.

### 1-3: إجابات أفراد العينة اتجاه عبارات المحور الثالث: تنمية روح الجماعية

• السؤال الأول: هل تعتبر نجاحك أو نجاح زميلك أثناء المنافسة هو نجاح المجموعة؟

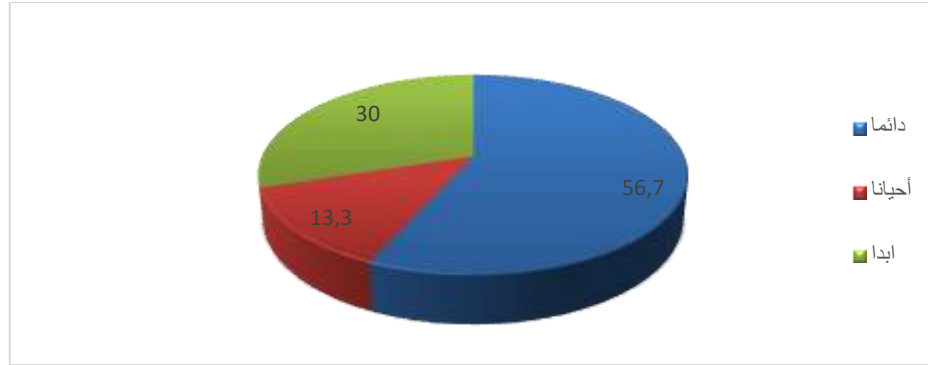
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يعتبر نجاحه أو نجاح زميله أثناء المنافسة هو نجاح للمجموعة.

الجدول رقم (12) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الأول المحور الثالث.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	17	56.7%
أحيانا	4	13.3%
ابدا	9	30%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (12): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال الأول المحور الثالث



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 56.7% افراد العينة اجابوا بـ دائما حول ما إذا كان يعتبر نجاحه أو نجاح زميله أثناء المنافسة هو نجاح للمجموعة، في حين ان 30% اجابوا بـ أبداً، و 13.3% اجابوا بـ احيانا، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (12).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الأول ان التلميذ يعتبر دائما نجاحه أو نجاح زميله أثناء المنافسة هو نجاح للمجموعة.

• السؤال الثاني: هل ترى ان قيم التعاون والتسامح تساهم في بناء روح الجماعة من خلال التجربة الجماعية؟

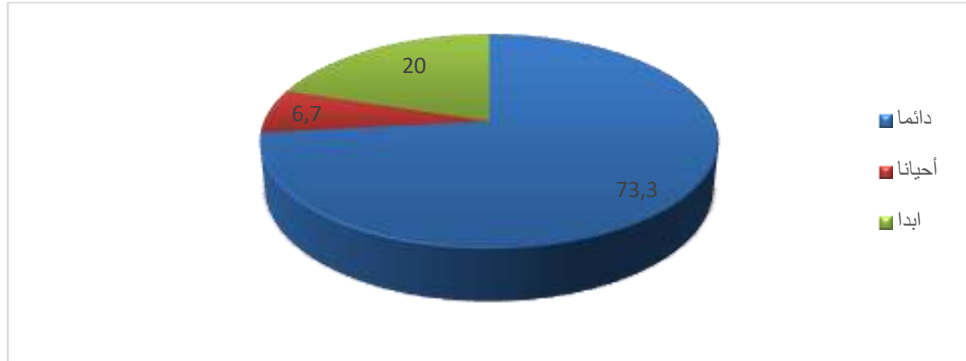
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يرى أن قيم التعاون والتسامح تساهم في بناء روح الجماعة من خلال التجربة الجماعية.

الجدول رقم (13) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثاني المحور الثالث.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	22	73.3%
أحيانا	2	6.7%
ابدا	6	20%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (13): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال الثاني المحور الثالث



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان اغلب افراد العينة يرون أن قيم التعاون والتسامح تساهم دائما في بناء روح الجماعة من خلال التجربة الجماعية حيث قدرت نسبتهم بـ 73.3%، في حين ان 20% اجابوا بـ أبداً، و6.7% اجابوا بـ احيانا، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (13).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الثاني أن التلميذ يرى ان قيم التعاون والتسامح تساهم دائما في بناء روح الجماعة من خلال التجربة الجماعية.



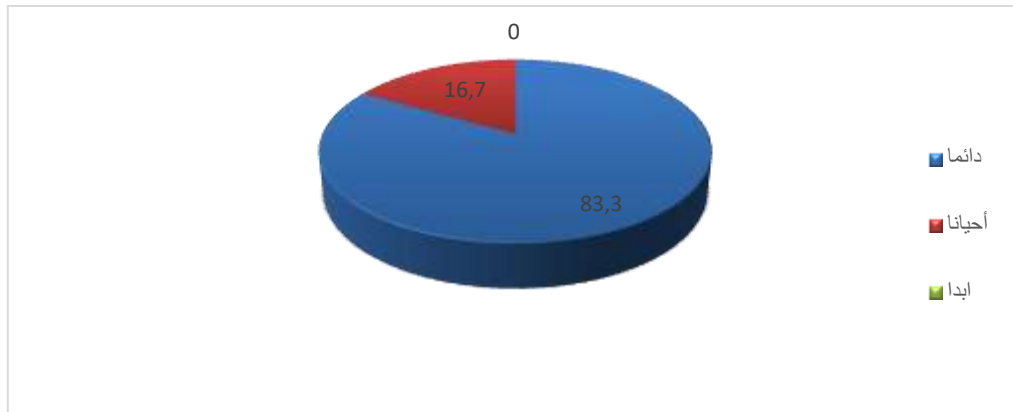
السؤال الثالث: هل ترى ان من الواجب التضامن مع الآخرين في اعمال تعاونية؟  
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يرى أن من الواجب التضامن مع الآخرين في أعمال تعاونية.

الجدول رقم (14) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثالث المحور الثالث.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	25	83.3%
أحيانا	5	16.7%
ابدا	0	0%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (14): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال الثالث المحور الثالث



المصدر: من أعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان اغلب افراد العينة يرون أن من الواجب التضامن دائما مع الآخرين في أعمال تعاونية حيث قدرت نسبتهم بـ 83.3%، في حين ان 16.7% اجابوا بـ احيانا، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (14).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الثالث أن التلميذ يرى أنه من الواجب التضامن دائما مع الآخرين في أعمال تعاونية.

• السؤال الرابع: هل ترى انه من الواجب العمل بأسلوب جماعي من أجل أن تتم المنجزات وتحل المشكلات مع تحمل مسؤولية الجماعة؟

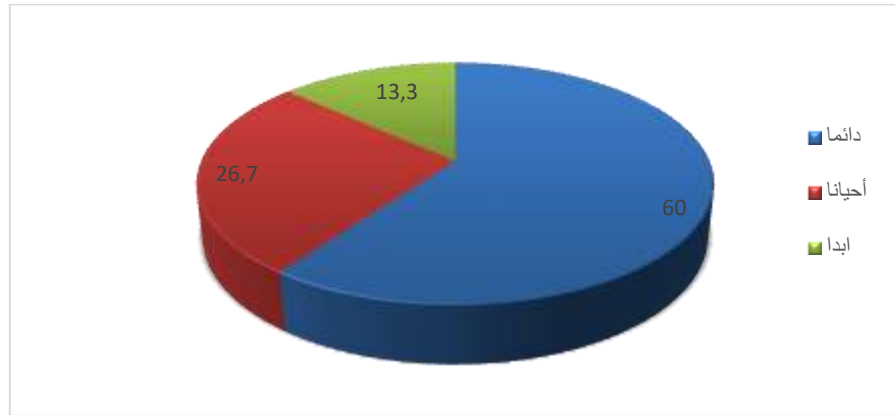
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يرى أنه من الواجب العمل بأسلوب جماعي من أجل أن تتم المنجزات وتحل المشكلات مع تحمل مسؤولية الجماعة.

الجدول رقم (15) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الرابع المحور الثالث.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	18	60%
أحيانا	8	26.7%
ابدا	4	13.3%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (15): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال الرابع المحور الثالث



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 60% افراد العينة اجابوا بـ دائما حول أنه من الواجب العمل بأسلوب جماعي من أجل أن تتم المنجزات وتحل المشكلات مع تحمل مسؤولية الجماعة، في حين ان 26.7% اجابوا بـ احيانا، و 13.3% اجابوا بـ ابدا، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (15).  
التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الرابع أن التلميذ يرى أنه من الواجب العمل بأسلوب جماعي من أجل أن تتم المنجزات وتحل المشكلات مع تحمل مسؤولية الجماعة.

• السؤال الخامس: هل تقوم بالمشاركة والمبادرة في الجماعة أثناء حصة التربية البدنية؟

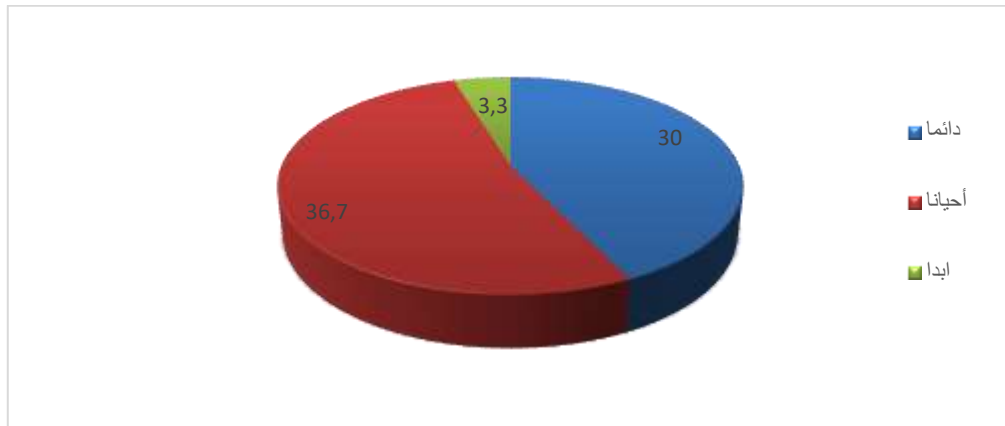
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يقوم بالمشاركة والمبادرة في الجماعة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (16) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الخامس المحور الثالث.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	18	60%
أحيانا	11	36.7%
ابدا	1	3.3%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (15): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال الخامس المحور الثالث



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 60% افراد العينة اجابوا بـ دائما حول ما ان كان التلميذ يقوم بالمشاركة والمبادرة في الجماعة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، في حين ان 36.7% اجابوا بـ احيانا، و 3.3% اجابوا بـ ابداً، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (16).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال الخامس أن التلميذ يقوم بالمشاركة والمبادرة دائما في الجماعة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

• السؤال السادس: هل ترى انه من الواجب الاهتمام بالمصلحة الجماعية عن طريق العمل والتضحية خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟

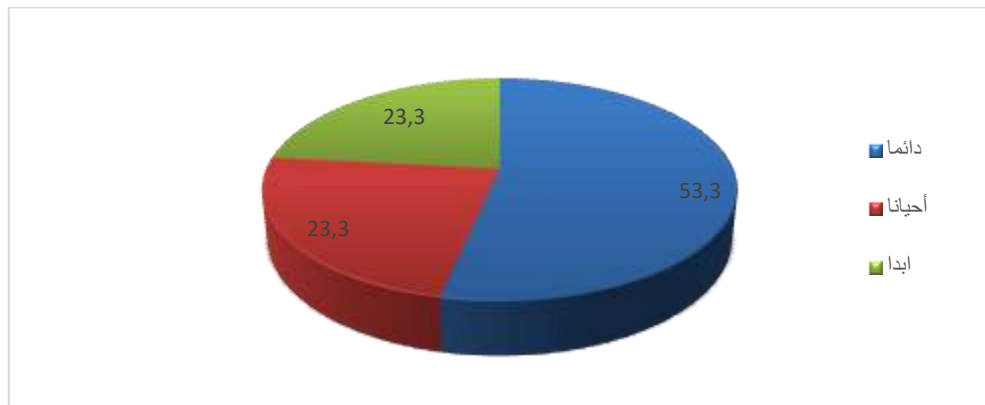
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يرى أنه من الواجب الاهتمام بمصلحة الجماعة ومنحهم الحب عن طريق العمل والتضحية في سبيلهم.

الجدول رقم (17) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السادس المحور الثالث.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	16	53.3%
أحيانا	7	23.3%
ابدا	7	23.3%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (17): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال السادس المحور الثالث



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 53.3% افراد العينة اجابوا ب دائما حول أنه من الواجب الاهتمام بمصلحة الجماعة ومنحهم الحب عن طريق العمل والتضحية في سبيلهم، في حين ان 23.3% اجابوا ب احيانا، و 23.3% اجابوا ب ابداً، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (17).

التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال السادس حول أن التلميذ يرى أنه من الواجب الاهتمام بمصلحة الجماعة دائما ومنحهم الحب عن طريق العمل والتضحية في سبيلهم.

• السؤال السابع: هل ترى انه من الواجب الشعور بالانتماء والاندماج في الجماعة وعدم الميل الى العزلة؟

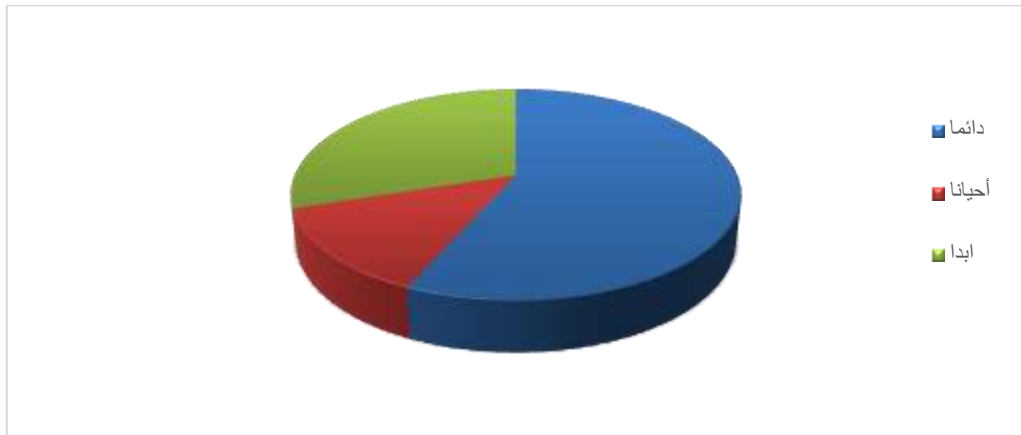
الغرض من السؤال: هو معرفة إذا كان يرى أنه من الواجب الشعور بالانتماء والاندماج في الجماعة وعدم الميل إلى العزلة.

الجدول رقم (18) يمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السابع المحور الثالث.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دائما	17	56.7%
أحيانا	9	13.3%
ابدا	4	30%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss.

الشكل رقم (18): دائرة نسبية تمثل الإجابة على السؤال السابع المحور الثالث



المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ ان 56.7% افراد العينة اجابوا بـ دائما حول أنه من الواجب الشعور بالانتماء والاندماج في الجماعة وعدم الميل إلى العزلة، في حين ان 30% اجابوا بـ أبداً، و13.3% اجابوا بـ احيانا، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (18).

### التحليل والاستنتاج:

فمن خلال هذه من هذه النتائج نستنتج أننا أثبتنا عمليا من خلال إجابات التلاميذ حول السؤال السابع أن التلميذ يرى أنه من الواجب الشعور بالانتماء والاندماج دائما في الجماعة وعدم الميل إلى العزلة.

## 2- تفسير ومناقشة الفرضيات

### 1-2: إختبار الفرضية الفرعية الأولى:

تنص الفرضية الفرعية الأولى على انه:

" للنشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط ". وعليه يمكننا كتابة الفرضية على الشكل التالي:

$H_0$ : للنشاط البدني الرياضي التربوي ليس له دور في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

$H_1$ : للنشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

### جدول رقم (19): تحليل نتائج اختبار الفرضية الفرعية الأولى

القرار	DII	القيمة الاحتمالية (sig)	قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	الفرضية
توجد دلالة احصائية	29	0,000	2.045	25.102	$H_1$
DF=N-1	درجة المعنوية المعتمدة: $\alpha = 0.05$				

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss

نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة t المحسوبة تساوي 25.102 وهي أكبر من قيمة t الجدولية والتي تساوي 2.045، كما أن القيمة الاحتمالية تساوي 0.000 وهي أقل من 0.05، وتبعا لقاعدة القرار

فإننا نقبل الفرضية  $H_1$ ، أي أن: " للنشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط."

2-2: اختبار الفرضية الفرعية الثانية:

تنص الفرضية الفرعية الثانية على انه:

" للنشاط البدني التربوي دور ايجابي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط". وعليه يمكننا كتابة الفرضية على الشكل التالي:

$H_0$ : للنشاط البدني التربوي ليس له دور ايجابي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط.

$H_1$ : للنشاط البدني التربوي دور ايجابي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط.

جدول رقم (20): تحليل نتائج اختبار الفرضية الفرعية الثانية

القرار	DII	القيمة الاحتمالية (sig)	قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	الفرضية
توجد دلالة احصائية	29	0,000	2.045	20.247	$H_1$
DF=N-1	درجة المعنوية المعتمدة: $\alpha = 0.05$				

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss

نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة t المحسوبة تساوي 20.247 وهي أكبر من قيمة t الجدولية والتي تساوي 2.045، كما أن القيمة الاحتمالية تساوي 0.000 وهي أقل من 0.05، وتبعا لقاعدة القرار فإننا نقبل الفرضية  $H_1$ ، أي أن: " للنشاط البدني التربوي دور ايجابي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط."

3-2: اختبار الفرضية الرئيسية:

تنص الفرضية الرئيسة على انه:

"النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل على تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط". وعليه يمكننا كتابة الفرضية على الشكل التالي:

$H_0$ : النشاط البدني الرياضي التربوي لا يعمل على تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

$H_1$ : النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل على تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

جدول رقم (21): تحليل نتائج اختبار الفرضية الرئيسية

القرار	DII	القيمة الاحتمالية (sig)	قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	الفرضية
توجد دلالة احصائية	29	0,000	2.045	24.999	$H_1$
DF=N-1	درجة المعنوية المعتمدة: $\alpha = 0.05$				

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على نتائج spss

نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة t المحسوبة تساوي 24.999 وهي أكبر من قيمة t الجدولية والتي تساوي 2.045، كما أن القيمة الاحتمالية تساوي 0.000 وهي أقل من 0.05، وتبعاً لقاعدة القرار فإننا نقبل الفرضية  $H_1$ ، أي أن: "النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل على تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط".



### 3- الإستنتاج العام:

بعد إتمامنا للدراسة التطبيقية توصلنا إلى نتائج هامة وتوصلنا إلى إثبات صحة وصدق الفرضيات التي طرحناها في بداية الدراسة، حيث تبين أن للنشاط البدني الرياضي التربوي دور كبير في تنمية التفاعل الاجتماعي، حيث تبين أن للنشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسطة وخاصة في هذه المرحلة الحساسة من حياته إضافة الى دوره الفعال في تنمية روح الجماعة الذي يعد حاجة من الحاجات العامة التي تشعره بالروابط المشتركة بينه وبين افراد مجتمعه وتقوية شعوره بالانتماء للمجتمع.

ان تبين ان النشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي وهذا ما تؤكدته النتائج المتوصل اليها وما تحققه الفرضية الفرعية الأولى " للنشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط ".

وكذلك للنشاط البدني الرياضي التربوي دور إيجابي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط، وهذا ما تؤكدته النتائج المتوصل اليها وما تحققه الفرضية الفرعية الثانية " للنشاط البدني التربوي دور ايجابي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط "

اما الفرضية الرئيسية التي تنص على ان " النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل على تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط " قد تحققت بفعل الفرضيات الفرعية.

#### 4-الإقتراحات:

بناء على ما توصلنا إليه من خلال هذه الدراسة من النتائج وإنطلاقاً من القضايا التي أثارناها والتي إتضح لنا من خلال دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الإجتماعي وعلى هذا إرتئينا ان نتقدم بجملة من الإقتراحات لعلها تجد آذان صاغية الى كل من يهمله الأمر من المراهقين وأطفال واولياء ومربين من أجل العمل والإقتداء بها آمليين في تكوين الأفراد من أجيال سليمة، من جميع النواحي البدنية والنفسية والفعلية المتمثلة فيما يلي:

- ✓ ابراز أهمية والدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي التربوي.
- ✓ الإهتمام بالمراهق في هذه المرحلة العمرية الحرجة.
- ✓ الإهتمام بجانب التوعية لأهمية هذا النشاط في خلق علاقات اجتماعية لدى المراهق.
- ✓ حث المربين على البحث في تطوير أساليب وطرق تعليم الأنشطة البدنية وذلك لتنمية التفاعل الإجتماعي.
- ✓ محاولة خلق فضاءات وطنية للاحتكاك مع زملائهم في مختلف جهات الوطن وهذا من خلال برمجة دورات رياضية الوطنية.



النشاط البدني الرياضي التربوي مظهر من مظاهر الصحة البدنية والعقلية ونظاما من مجموع النظم التربوية، مكملة للتربية العامة ككل، وكذلك أسسها وأهدافها، وغاياتها التربوية، وقد تساءلنا في موضوع بحثنا هذا عن إمكانية تنمية التفاعل الاجتماعي للمراهق، هذا الفرد الذي يعيش مرحلة نموذج معقدة تظهر فيها عدة تغيرات وتقرض عليه عدة متطلبات نفسية واجتماعية وعقلية لا يتناسب معها.

تعتبر ممارسة الرياضة بأنشطتها المتنوعة وسيلة من الوسائل المهمة التي تساعد الفرد على تفرغ الطاقات الزائدة والتعبير عن الذات، وبناء الشخصية المتزنة والمتكاملة، فممارستها بالطريقة التربوية الصحيحة والمنظمة تؤثر بشكل مباشر على الفرد والتلميذ بشكل خاص وتكسبه اتجاهات وقيم وسلوكيات سليمة تجعله يتواءم مع نفسه وافراده ومجتمعه وهذا ما أشار اليه تشارلز بيوتشر الى ان الأنشطة التربوية الرياضية تعمل على تدعيم العلاقات الإنسانية بين افراد الجماعة وذلك من خلال تدعيم قيم الصداقة والود كما تعمل على تنمية المواهب والاستعدادات الفطرية.

كما أجمع معظ الباحثين على أن النشاط البدني الرياضي التربوي له اثر كبير في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين للرياضة عكس غيره من التلاميذ غير الممارسين للرياضة وذلك من خلال احتكاك بعضهم مع بعض وتنمية الروح الرياضية والاجتماعية وتحقيق الاتصال الاجتماعي وتنمية الإحساس بضرورة احترام القوانين التي تحكم المجتمع باعتبار الرياضة لعبة منظمة ورغم ذلك يبقى النشاط البدني الرياضي التربوي نقص من حيث مستوى الإهتمام التربوي والبيداغوجي والهيكلي مما يؤثر سلبا على النتائج المرجوة منها في هذا المستوى التعليمي.

قائمة المراجع

### أولاً: الكتب

1. عبد هلال زاهي الراشدين، التربية والتنشئة الاجتماعية، ط1، دار النشر، عمان، 2005.
2. إبراهيم رحمة، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998.
3. إبراهيم عبد الوكيل الفار، الإحصاء الوصفي باستخدام الحزمة الإحصائية، الدلتا لتكنولوجيا الحسابات، جامعة طنطا، 1997.
4. إبراهيم ياسين الخطيب وآخرون، التنشئة الاجتماعية للطفل، ط1، دار الثقافة، الأردن، 2003.
5. احمد عبد اللطيف وحيد، علم النفس الاجتماعي، دار المسيرة، عمان، 2001.
6. احمد مبارك الكندري، علم النفس الاجتماعي والحياة المعاصرة، مكتبة الفلاح، الكويت، 1992.
7. أسامة كمل راتب إبراهيم، عبد ربه خليفة، النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
8. إسكندر إبراهيم، كتاب الحداثة، ترجمة: محمد رمضان، ط2، دار نجيب للطباعة، القاهرة، 2000.
9. أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
10. امين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 1996.
11. علي يحي المنصور، الثقافة والرياضة، الجزء الأول، ط1، مصر، 1971.
12. امين أنور الخولي، طالب الكفاءة التربوية، مؤسسة الشرف للطباعة، بيروت، 1980.
13. تشارلز بيوكر، أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض، وكمال صالح، د س.
14. خيري وناس، بوصنوبر عبد الحميد، التربية وعلم النفس، الديوان للتعليم والتكوين عن بعد، الجزائر، 2008.
15. أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، الطبعة الأولى، مصر، الصفاة، 1997.
16. الزبود، الشباب والقيم في عالم المتغير، دار الشروق بالأردن، 2006.

17. صالح محمد أبو حاجو، علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
18. عبد الحميد محمد الشاذلي، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، ط2، الإسكندرية، 2011.
19. عبد الرحمان العساوي، علم النفس بين النظرية والتطبيق، بيروت، 1984.
20. عبد الرحمن عيساوي، الصحة النفسية والعقلية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، 1992.
21. عبد العزيز حيدر حسين الموسوي، علم نفس النمو ونظرياته، دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان، 2013.
22. عبد العلي نصيف، الخطة الحديثة في اخراج درس التربية البدنية، ط1، مطبعة الميناء، بغداد، 1971.
23. عبد اللطيف عقل، علم النفس الاجتماعي، دار البيرق، ط2، عمان، 1988.
24. عبد الله رشدان، علم الاجتماع والتربية، دار الشروق، عمان، 1999.
25. عصام حسن الدليمي، على عبد الرحيم صالح، البحث العلمي "أسسه ومناهجه"، ط1، دار الرضوان والتوزيع، عمان، عمان، 2014.
26. عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، دار المكتبة الجامعية، مصر، 1982.
27. فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية من الطفولة إلى الشيخوخة، ط4، دار الفكر العربي، مصر، 1975.
28. قاسم حسن البديري، نظرية التربية البدنية، ط1، مطبعة جامعة بغداد، 1979.
29. مالك محول، علم نفس الطفولة والمراهقة، ط8، منشورات جامعة دمشق، 2006.
30. محمد الشاوي وآخرون، التنشئة الاجتماعية للطفل، دار الصفاء، عمان، 2001.
31. وهيب مجيد الكبسي، صالح أحمد الداھري، علم النفس العام، ط1، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، 1999.

32. مصطفى السايح محمد، علم الاجتماع الرياضي، ط1، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2007.
33. مصطفى حسن باهي، الإحصاء وقياس العقل البشري، مركز الكتاب لنشر، مصر، 2000.
34. نادية قطايمي، محمد برهوم، طرق دراسة الطفل، ط1، دار النشر، عمان، 1989.
35. نبيل عبد الهادي، سيكولوجية اللعب وأثرها في تعليم الأطفال، ط1، دار وائل للنشر، الأردن، 1986.
36. محمد حسن علاوي، سعد جلال، علم النفس التربوي الرياضي، ط7، دار المعارف، القاهرة، 1987.
37. محمد حسن علاوي، سيكولوجية الجماعات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2007.
38. محمد رفعت، المراهقة وسن البلوغ، دار المعرفة، لبنان، 1989.
39. محمد شفيق، البحث العلمي، خطوات المنهجية لإعداد البحوث، المطبعة المصرية، الإسكندرية، 1986.
40. محمد التوبي محمد علي، مقياس التفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة الموهوبون، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2010.
41. محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النشر، القاهرة، 1965.
42. محمد عبد الرحيم عدس، تربية المراهقين، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن، 2000.
43. محمود أحمد سيد، مشكلات النظام التربوي العربي، ط1، دمشق، 2006.
44. محي الدين مختار، بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.
45. محي محمد مسعد، الطريقة العلمية لإعداد البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، 2002.



المذكرات:

46. محمد بقدي، ممارسة النشاط البدني والرياضي ودوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة ماستر، جامعة شلف، 2011.



الملحق رقم (01): إستمارة تسجيل موضوع مذكرة لسانس



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بن يحيى جيغل

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية



قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة تسجيل موضوع مذكرة لسانس

(السنة الجامعية: 2020/2021)

أعضاء الفوج:

اسم ولقب الطالب (1): بوقليلة صرادي

اسم ولقب الطالب (2): للتشوايط لسفيايت

اسم ولقب الطالب (3): بوقريدة بلال

التخصص: تدريب رياضي تنافسي

الأستاذ المشرف: بلفريشيس ياسسين

عنوان المذكرة المقترح

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية  
التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط

توقيع الأستاذ المشرف

توقيع الطالبين (ة)

Handwritten signatures of the students and supervisor.

REDMI NOTE 8-  
AI QUAD CAMERA

## الملحق رقم (02): طلب التسهيلات

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علوم وتقنيات النشاطات  
البدنية والرياضية

جيجل في: 20 21 104

إلى السيد(ة): مدير متوسطة لبييض  
محمد - الطاهير -

الموضوع: طلب تسهيلات

بشرفنا أن نتقدم إلى سيادتكم طالبين منكم تقديم ما أمكن من تسهيلات وعون للطلبة الآتية  
أسمانهم ، وهذا قصد إجراء دراسة ميدانية في إطار أعداد مذكرة التخرج ليسانس LMD في علوم  
وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص : تدريب رياضي كمال  
أسماء الطلبة :

- 01/ لوفيلج مراد  
02/ شواط سفان 03/ بوقريدة بلال

تقبلوا منا سيادتكم فائق التقدير والاحترام

اسم ولقب الأساتذة (ة) المشرف (ة) : المعلم بطلح ياسين

رئيس القسم

1/ع

موافقة المؤسسة المستقبلية

صراحة احترام

النظام لرائحي

للمؤسسة



عبد القادر صيغور

مسؤول فريق شعبة التكوين  
التدريب الرياضي  
أ. هو علي ب مبروك

REDMI NOTE 8  
AI QUAD CAMERA

## الملحق رقم (03): قائمة الأساتذة المحكمين

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة محمد الصديق بن يحي \_ جيجل \_  
كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية  
قسم علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس lmd  
في ميدان علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية  
تخصص : تدريب رياضي تنافسي  
عنوان المذكرة :

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الإجتماعي  
لدى تلاميذ الطور المتوسط

قائمة الأساتذة المحكمين للإستبيان:

الإسم و اللقب	الجامعة	الرتبة	التوقيع
عبدرة ابي جيجل	جيجل	أستاذ متقاعد	
هواري عزيل	جيجل	أستاذ متقاعد	
أيتاوارو محمد وعدهو	جيجل	أستاذ مساعد	

## الملحق رقم (04): مخرجات Spss

## الجنس

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
ذكر	11	36,7	36,7	36,7
Valide انثى	19	63,3	63,3	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## العمر

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
14	4	13,3	13,3	13,3
Valide 15	17	56,7	56,7	70,0
16	9	30,0	30,0	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## A1

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide نعم	30	100,0	100,0	100,0

## A2

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
مادة اساسية	1	3,3	3,3	3,3
Valide مادة ثانوية	21	70,0	70,0	73,3
مادة ترفيحية	8	26,7	26,7	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## Q1

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	19	63,3	63,3	63,3
Valide أحيانا	2	6,7	6,7	70,0
ابدا	9	30,0	30,0	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## Q2

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	23	76,7	76,7	76,7
احيانا	2	6,7	6,7	83,3
ابدا	5	16,7	16,7	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## Q3

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	6	20,0	20,0	20,0
احيانا	10	33,3	33,3	53,3
ابدا	14	46,7	46,7	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## Q4

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	18	60,0	60,0	60,0
احيانا	9	30,0	30,0	90,0
ابدا	3	10,0	10,0	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## Q5

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	10	33,3	33,3	33,3
احيانا	16	53,3	53,3	86,7
ابدا	4	13,3	13,3	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## Q6

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	15	50,0	50,0	50,0
احيانا	2	6,7	6,7	56,7
ابدا	13	43,3	43,3	100,0

Total	30	100,0	100,0
-------	----	-------	-------

## Q7

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	16	53,3	53,3	53,3
أحيانا	5	16,7	16,7	70,0
ابدا	9	30,0	30,0	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## R1

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	17	56,7	56,7	56,7
أحيانا	4	13,3	13,3	70,0
ابدا	9	30,0	30,0	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## R2

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	22	73,3	73,3	73,3
أحيانا	2	6,7	6,7	80,0
ابدا	6	20,0	20,0	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## R3

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	25	83,3	83,3	83,3
ابدا	5	16,7	16,7	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## R4

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	18	60,0	60,0	60,0
أحيانا	4	13,3	13,3	73,3



ابدا	8	26,7	26,7	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## R5

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	18	60,0	60,0	60,0
أحيانا	1	3,3	3,3	63,3
ابدا	11	36,7	36,7	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## R6

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	16	53,3	53,3	53,3
أحيانا	7	23,3	23,3	76,7
ابدا	7	23,3	23,3	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## R7

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
دائما	17	56,7	56,7	56,7
أحيانا	4	13,3	13,3	70,0
ابدا	9	30,0	30,0	100,0
Total	30	100,0	100,0	

## Test sur échantillon unique

	Valeur du test = 0					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
روح الجماعة	20,247	29	,000	1,45714	1,3100	1,6043

## Test sur échantillon unique

	Valeur du test = 0					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
التعاون الاجتماعي	25,102	29	,000	1,61429	1,4828	1,7458

## Test sur échantillon unique

	Valeur du test = 0					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
المنكرة	24,999	29	,000	1,53571	1,4101	1,6614