

رقم :.....

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات الرياضية والبدنية

قسم التربية الحركية

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر

تخصص : نشاط بدني رياضي تربيوي

العنوان :



دراسة مقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و
الرياضية وفق متغير المستوى و الجنس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

(دراسة ميدانية على مستوى بعض ثانويات دائرة طولقة)

تحت اشراف :

أ/د مزروع السعيد

من إعداد :

مواقي عبد العزيز

السنة الجامعية : 2019/2018

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ الْمَوَدَّعَةَ
وَالْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ الْمَوَدَّعَةَ
وَالْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ الْمَوَدَّعَةَ

شكر وعرفان

نشكر الله عز وجل الذي وفقنا في انجاز هذا البحث

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من قدم لنا يد

المساعدة في إتمام هذا البحث المتواضع ونخص بالذكر أستاذنا

الفاضل **مزرع السعيد** الذي لم يبخل علينا بعطائه

العلمي وأرائه وأفكاره ونصائحه وإرشاداته من خلال مراحل

هذا البحث منذ أن كان فكرة حتى صار بحثاً ، ولا ننسى

أساتذتنا الكرام بجامعة محمد خيضر وخاصة معهد التربية

البدنية والرياضية ، ونحن نكن لهم فائق التقدير والاحترام

ونشكرهم جزيل الشكر على ما قدموه لنا طوال فترة الدراسة .

كما لا يفوتنا أن نشكر كل من ساهم من قريب أو من بعيد في

إنجاز العمل المتواضع.

والله في عون العبد ما دام العبد في عون أخيه

محتوى البحث:

الإهداء

شكر و عرفان

قائمة المحتويات

قائمة الأشكال

قائمة الجداول

أ..... مقدمة:

الجانب التمهيدي : الإطار العام للبحث

1-الإشكالية : 4

2-الفرضيات: 5

3-أهداف البحث: 5

4- أهمية البحث: 6

5 - أسباب اختيار البحث : 6

6- تعريف مصطلحات البحث : 7

7-الدراسات السابقة والمشاهدة : 8

8- التعليق على الدراسات السابقة والمشاهدة: 12

الجانب النظري :

الفصل الأول : الاتجاهات النفسية

تمهيد: 16

1-مفهوم الاتجاهات: 17

2-مكونات الاتجاهات: 18

3 تكوين الاتجاهات: 19

- 4- نمو الاتجاهات: 20
- 5- مميزات الاتجاه: 21
- 6- خصائص الاتجاهات: 22
- 7- وظائف الاتجاه: 22
- 8- أنواع الاتجاهات: 25
- 9- مراحل تكوين الاتجاهات: 28
- 10- عوامل تكوين الاتجاهات: 28
- 11- نظريات في تفسير عملية تكوين الاتجاهات: 29
- 12- قياس الاتجاهات: 31
- 13- طرق قياس الاتجاه: 32
- 14- قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي: 34
- 15- أهمية الاتجاهات: 36
- 16- علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى: 36
- 39 خلاصة:

الفصل الثاني : التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية

- تمهيد: 41
- I. ماهية التربية البدنية و الرياضية : 42
- 1- التربية العامة: 42
- 2- مفهوم التربية البدنية والرياضية: 43
- 3- أهداف التربية البدنية والرياضية وأبعادها: 44
- 4- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة: 46
- 5- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق: 46
- 6- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية: 47
- 7- برنامج التربية البدنية والرياضية: 47

- 48- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية: 48
- 49- ماهية وأهمية حصة التربية البدنية والرياضية: 49
- 50- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية: 50
- 51- الطبعة التربوية للتربية البدنية والرياضية: 51
- 52- أغراض حصة التربية البدنية والرياضية: 52
- 53- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية: 53
- 54- بناء حصة التربية البدنية والرياضية: 54
- 57- تحضير حصة التربية البدنية والرياضية: 57
- 57- II. المرحلة الثانوية: 57
- 57- 1 - خصائص و مميزات المرحلة العمرية (18 سنة) : 57
- 59- 2 - أقسام المراهقة : 59
- 60- 3 - مشاكل المراهقة : 60
- 62- 4 - النشاط البدني ودوره على حياة المراهق : 62
- 63- خلاصة: 63

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية والجانب المنهجي

- 66- تمهيد : 66
- 67-1- الدراسة الاستطلاعية : 67
- 67-2- المنهج العلمي المتبع : 67
- 68-3- مجتمع وعينة البحث : 68
- 69-4- مجالات البحث: 69
- 70-5- متغيرات الدراسة : 70
- 71-6- أدوات البحث: 71
- 75-7- الأساليب الإحصائية: 75

الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

1-1-عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى : 77

1-2-عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية : 89

الفصل الخامس: مناقشة و تفسير نتائج البحث

1- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات: 97

2- الاستنتاج العام: 100

الخلاصة العامة : 101

الاقتراحات : 102

قائمة المراجع: 103

الملاحق.....

مقدمة:

إذا كان تقدم الأمم يقاس بقوة اقتصادها و قوة أساطيلها العسكرية فان معيارا جديدا أضحى يقاس به مدى تطور المجتمعات هو التفوق الرياضي و إذا كانت قاعدة التفوق الرياضي هي التربية البدنية و الرياضية فهذا ما فسح المجال واسعا أمام العديد من العلماء و المتخصصين للاشتغال ببحوثهم ودراساتهم للرفي و الوصول إلى أقصى استفادة للبشرية من هذا المجال المهم.

و تعتبر ممارسة التربية البدنية و الرياضية من أهم العوامل المساعدة للحفاظ و النهوض بالصحة العامة ،فهي تعتبر في عصرنا الحالي مقياسا لتقدم الأمم،و ما اهتمام الدول الكبرى بهذا الميدان اكبر دليل على مدى أهميته فالممارسة الرياضية هي أساس المحافظة على عطاء و قدرات الشباب و من ثمة الاستفادة قدرا لمستطاع من طاقاتهم الخلاقة لأجل بناء مجتمعاتهم .

كما تسعى التربية البدنية إلى تنمية قدرات الفرد الجسمية و العقلية و صفاته الوجدانية و الاجتماعية حتى يستطيع كوحدة متكاملة إن يؤثر و يتأثر بالمجتمع الذي يعيش فيه .

فالمدامومة على التمارين الرياضية تكسب جسم صاحبها الصحة فيضحي قادرا على العمل بالإضافة إلى ما تتطلبه من مختلف المواقف تجعل العقل أكثر استعدادا للتفكير و الاستيعاب، كما تكسبه قيما تجعله أكثر قبولا في المجتمع ، فالتربية الرياضية و إن كانت وسيلتها الحركة إلا أن غايتها هي التربية فمن خلال تعدد الأنشطة و البرامج المعدة بدقة بما يتناسب و أغراض و أهداف التربية .

كما أن مفهوم التربية الرياضية يعني " مجموعة من العناصر التربوية التي تجمعها خصائص مشتركة و تساهم في تحقيق أهداف عامة و بالتالي فهي من وسائل التربية العامة التي تقدم من خلال أنواع مختلفة من الأنشطة الرياضية بهدف تكوين المواطن الصالح بدنيا و عقليا و نفسيا و اجتماعيا و إكسابه الاتجاهات السلوكية القويمة و تعمل النشاطات الرياضية على اكتساب المهارات الحركية و إتقانها و العناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل و قوام سليم و حياة أطول أكثر نشاطا بالإضافة إلى تحصيل المعارف و تنمية الاتجاهات الايجابية نحو النشاط الرياضي التي تعد بالنسبة للفرد جانبا هاما من جوانب الشخصية لأنه عن طريق معرفة هذه الأخيرة يمكن تنبأ بالسلوك الذي يسلكه تجاه قضية معينة أو خلال المواقف المتباينة هذا إضافة إلى كونها تساعد على التكيف مع المجتمع المحيط به و توفر له القدرة على اتخاذ القرارات المختلفة بتفكير سليم .

كما تخفف من حدة التوتر النفسي الذي قد يعانیه في سبيل تحقيق أهدافه ، لذا فان تنمية الاتجاه يعد ضرورة و مخرجا تربويا و اجتماعيا ، و من هنا برزت الأهمية و الحاجة إلى دراسة الاتجاهات النفسية

مقدمة

لدى التلاميذ في المؤسسات التربوية التعليمية ، و على ضوء ما تقدم تتخذ مشكلة البحث هنا في محاولة للإجابة على التساؤل التالي:

- ماهي طبيعة الاتجاهات النفسية اتجاه مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ التعليم الثانوي

و لغرض تحقيق هذه الدراسة اختار الباحث عينة من تلاميذ التعليم الثانوي بدائرة طولقة، في بعض مؤسسات التعليم الثانوي و الذين تراوحت أعمارهم بين (16-18 سنة) و البالغ عددهم (160) تلميذا مستخدما المنهج الوصفي المسحي لكشف جوانب الدراسة و التي احتوت على مايلي :

الجانب التمهيدي :الإطار العام للبحث

الجانب النظري : و يتضمن :

الفصل الأول :الاتجاهات النفسية

الفصل الثاني: التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية

الجانب التطبيقي : و جاءت فصوله على النحو التالي :

الفصل الثالث : منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

الفصل الرابع: عرض النتائج و تحليلها

الفصل الخامس : مناقشة و تفسير نتائج البحث

و اختتم البحث بقائمة المراجع و المصادر لمختلف اللغات التي استعملت في هذا البحث و احتوى في نهايته على مجموعة من الملاحق و المتضمنة لبعض الجداول.

الجانب التمهيدي :

الإطار العام للبحث

1- الإشكالية :

تهدف التربية البدنية و الرياضية من خلال أنشطتها البدنية المتعددة إلى إعداد الفرد إعدادا متكاملًا ، و تزوده بخبرات واسعة فهي تعتبر عامل حاسم في تكوين الفرد لكي يساعد نفسه و يخدم مجتمعه بكفاءة و اقتدار ، لهذا اهتمت أوجه النشاط البدني الرياضي التعليمي " التربية البدنية و الرياضية " بإعداده صحيا و بدنيا و نفسيا و اجتماعيا ، و هذا من خلال تطوير و رفع مستوى اللياقة البدنية و تحسين القدرات الفكرية و النفسية و الوجدانية و تحصيل المعارف إضافة إلى كونها تعمل على خفض التوترات الناجمة عن ضغوطات الحيات .

و قد أضحى الاهتمام بالجوانب النفسية الوجدانية و الاتجاهات الخيار الأمثل و المناسب لفهم حقيقة هذا الكائن الإنساني و تحديد اتجاهاته و ميولاته، كما باستطاعتنا النظر للاتجاهات على أنها التمثيل النفسي في داخل الفرد لأثار المجتمع و الثقافة لان الفرد يكتسب من مجتمعه و ثقافته الاتجاهات المناسبة نحو بعض الأنشطة و بعض الأفراد الآخرين كذلك نحو النشاط البدني (محمد حسن علاوي ،1992، ص.، 220)

ومن خلال عملنا كأستاذ للتربية البدنية "" أستاذ متربص "" و احتكاكنا بالتلاميذ و المواد الدراسية التي تحدمهم من جميع النواحي العقلية و النفسية و الاجتماعية و الجسمية ، لاحظنا نقضا في الوعي لدى التلاميذ عن مدى أهمية التربية البدنية و اهدافها السامية ، و هذا بدوره يؤدي حتما إلى هبوط مستوى اللياقة البدنية و المستوى المهاري لدى تلاميذ مرحلة الطور الثانوي و عدم اقبالهم على ممارسة الأنشطة الرياضية ،ومن العوامل التي تؤثر على ذلك نجد الاتجاهات النفسية و التي اهتم بها الباحثون على اختلاف مدارسهم ، إذ يعتبر الاتجاه النفسي عاملا مهما في توجيه سلوك الفرد و تنشيطه .

كما ان الميول والرغبات و الاتجاهات النفسية يمكن ان تختلف باختلاف المستويات التعليمية إضافة لاختلاف الجنس ولأهمية هذه العوامل جاء بحثنا هذا كمحاولة لتسليط الضوء على الاتجاهات النفسية للتلاميذ نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية و من هذا المنطلق تم طرح الإشكالية التالية :

ماهي طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من تلاميذ السنة الأولى ثانوي و الثالثة ثانوي نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية ؟

التساؤلات الفرعية:

1- هل هناك فرق في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بين تلاميذ السنة الأولى ثانوي و الثالثة ثانوي؟

2- هل هناك فرق بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي و الثالثة ثانوي ؟

2-الفرضيات:

الفرضية العامة :

تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من تلاميذ السنة الأولى ثانوي و الثالثة ثانوي نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

الفرضيات الفرعية :

1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بين تلاميذ السنة الأولى ثانوي و الثالثة ثانوي

2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

3-أهداف البحث:

لقد جاء بحثنا لتحقيق الأهداف التالية:

-الهدف العام :

1- التعرف على طبيعة الاتجاهات لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

الأهداف الفرعية :

1- التعرف على الفروق بين تلاميذ السنة الأولى ثانوي و الثالثة ثانوي من حيث الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

2- التعرف على الفروق بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

4- أهمية البحث:

تجلى لنا أهمية البحث من خلال النقاط التالية :

-أولها: أن مرحلة التعليم الثانوي تتميز بأنها مرحلة انتقالية و أساسية في حياة التلاميذ و المتمثلة في المراهقة و التي تحدد فيها مساره و اتجاهاته و أهدافه القادمة و التي تتوقف على أساسها حياته المستقبلية

-ثانيا: رغبتنا منا في تسليط الضوء على دراسة ميول و رغبات التلاميذ نحو التربية البدنية و من ثمة التمكن من تحديد و وضع برامج مناسبة و أنشطة رياضية هادفة يتفاعل معها التلاميذ ببساطة لأنهم شاركوا في إعدادها و لو بشكل غير مباشر.

فالممارسة الرياضية بالقطاع التعليمي بأوضاعها و ظروفها الراهنة تواجه مشكلات و صعوبات تحول بينها و بين تحقيق أهدافها المرجوة منها ، و ربما يكون الجزء الأكبر من هذه الصعوبات و المشكلات يرجع إلى عدم إدراك أهمية النشاط البدني لدى البعض من المسؤولين على كافة المستويات و كذا عند بعض التلاميذ .

و قد يرجع اهتمام التلاميذ بالتحصيل الدراسي دون الاهتمام بممارسة أنشطة التربية الرياضية بصورة منتظمة إلى عدم وضوح مفهوم و أهمية التربية البدنية و الرياضية لديهم فبقدر وضوح و إدراك التلاميذ لمفهومها بقدر ما يكون الإقبال أو الإحجام عن ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية من جانبهم.

5 - أسباب اختيار البحث :

من دوافع اختيارنا لموضوع البحث هو التعرف على الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التربوية التعليمية بمرحلة التعليم الثانوي

فقد لاحظنا من خلال عملنا مع التلاميذ في الطور الثانوي نقص في الإرشاد و التوجيه الجيد لدى التلاميذ نحو معرفة الأهداف الحقيقية للتربية البدنية كما لاحظنا غيابهم ا وان صح القول تغييبهم و عدم استشارتهم حول الأنشطة التي تقدم لهم و هذا ما خلق نوع من الفتور لدى التلاميذ رغم تعلقهم الكبير بمادة التربية البدنية لان تطبيق أنشطة تتناسب مع ميول و اتجاهات التلاميذ تجعلهم يقبلون عليها و يحققون من خلالها أهداف التربية

6- تعريف مصطلحات البحث :

6-1- الاتجاهات النفسية :

أ- اصطلاحاً: هو تهيؤ متعلم دائم للسلوك بطريقة ثابتة نحو مجموعة من الأشياء و هو حالة عقلية أو عصبية ثابتة توضح الاستجابة نحو شيء معين أو مجموعة من الأشياء ليست كما هي و لكن كما ينظر إليها و إن حالة الاستعداد لها نتيجته الموجهة للشعور و العمل المرتبط بالشيء .

و الاتجاه كما عرفه "أحمد زكي صالح " بأنه : مجموعة استجابات القبول أو الرفض التي تتعلق بموضوع جدي معين(أحمد زكي صالح 1971ص، 812)

كما يعرفه " أحمد عزت راجح " بأنه : استعداد وجداني مكتسب ثابت يحدد شعور الفرد و سلوكه إزاء موضوعات معينة من حيث تفضيلها أو عدم تفضيلها .(أحمد عزت راجح 1976، ص 119)

ويقول " محمد حسن علاوي " بأنه "يمكن النظر إلى الاتجاهات على أنها نوع من أنواع الدوافع المكتسبة ،أو على أنها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك.(محمد حسن علاوي، 1986 ، ص 119)

ب-إجرائياً :

هي تلك الاستعدادات أو الاستجابات المختلفة نحو مواضيع التربية البدنية و الرياضية

6-2- مفهوم التربية البدنية والرياضة

أ-اصطلاحاً :

هو مجموعة مختلفة و أشكال عديدة من النشاط الرياضي في مؤسسات التربية و التعليم، و هو جزء من التربية و هو على ثلاثة أشكال ،درس التربية البدنية والرياضية و النشاط الداخلي و النشاط الخارجي ، تمد الفرد بخبرات واسعة ومهارات كثيرة تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه، وتجعله قادراً على أن يشكل حياته وتعيينه على مسيرة العصر في تطوره ونموه(محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطر 1992.ص06)

ب- اجرائياً :

عتبر التربية البدنية والرياضية من أهم فروع التربية الأساسية التي يتم تحقيقها من خلال النشاط الجسمي والبدني المنظم لبناء وتهيئة أفراد المجتمع بصورة متكاملة ومتناغمة مع ما يتناسب مع حاجاتهم وطموحاتهم

3-6- المراهقة :

أ- لغة: إن كلمة المراهقة ADOLESCENCE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLEXERE ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والجنسي والعقلي والاجتماعي. (محمد مصطفى زيدان، نبيل السمالوطي

1985، ص 153)

- وكلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب والذنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء اللغة العربية هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنا من.

ب- اصطلاحاً: المراهقة من الناحية الاصطلاحية هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو الفرد غير الناضج إنفعالياً، جسمياً وعقلياً من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة، وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العلمي هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج فهي لهذا عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها. (رابع تركي 1990، ص 241)

ج- اجرائياً:

هي مرحلة عمرية تأتي بين الطفولة و الشباب، و فيها يعرف الفرد تغيرات جسمية و نفسية سريعة و يكتمل فيها النمو و تبدأ عادة من السنة 12 إلى 18 سنة.

7-الدراسات السابقة والمثابهة :

نظراً لأهمية البحث فقد اهتم الكثير من الباحثين بهذا الموضوع أي الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية و بمقاييس عديدة أخذت من بعض العلماء الأجانب و مقاييس أخرى قام أصحابها ببنائها.

ولقد راعى الباحث إلقاء الضرع على البعض من هذه الدراسات سواء العربية منها أو الأجنبية التي استخدمت مقياس (جيرالد كينيون) Gerald Kenyon لقياس الاتجاهات النفسية نحو التربية البدنية

1-7- الدراسات العربية:

دراسة تتعلق بالاتجاهات النفسية

▪ دراسة محمد عبد الله الحماحمي 1976 رسالة ماجستير

العنوان : دراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية الرياضية بالمدارس الثانوية بمحافظة القاهرة

العينة :حجم عينة البحث (666) تلميذاً،وقسمت إلى ممارسين للنشاط الرياضي وغير ممارسين للنشاط الرياضي،

أداة جمع البيانات :وقام الباحث بتصميم استمارة استبيان لتطبيق البحث
أهم أهداف هذه الدراسة : التعرف على نوعية مفاهيم التربية الرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي العام بمحافظة القاهرة
أهم نتائجها : أن مفهوم التربية الرياضية واضح و مدرك لدى التلاميذ في هذه المرحلة (محمد عبد الله الحماحي 1967)

▪ دراسة محمود إسماعيل طلبة إبراهيم:

عنوانها: بدراسة مقارنة في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية بمدينة مينا بمصر،

عينة البحث : شملت العينة 400 تلميذ وتلميذة ممثلة للصفوف الثلاثة
أهم أهداف هذه الدراسة :التعرف على الفروق في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية بمدينة مينا بمصر
اهم النتائج :

توصل الباحث إلى:

- 1-وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لصالح التلاميذ في درجات المقياس الكلية.
- 2- لم تتأثر اتجاهات التلميذات بتقاليد وعادات مجتمع مدينة مينا ،حيث ظهرت اتجاهات كل من التلاميذ والتلميذات نحو النشاط الرياضي إيجابية وأن اتجاهات التلاميذ أكثر إيجابية من التلميذات

▪ دراسة عزيزة محمود محمد سالم " 1977 "رسالة دكتوراه:

عنوانها: " الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي "
عينة البحث : واشتملت عينة البحث على 460 تلميذة من تلميذات الصف الثاني من المدارس الثانوية العامة بمحافظة القاهرة والجيزة وتم اختيارهن بطريقة عشوائية
أداة جمع البيانات : واستخدمت الباحثة مقياسين هما : مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني وإنشاء مقياس للتمايز السيماني
أهم أهداف هذه الدراسة :التعرف على الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي
اهم النتائج :

توصل الباحث إلى كون العينة الكلية لديها اتجاهات إيجابية نحو أبعاد المقياس بوجه عام وأنه توجد فروق جوهرية بين الرياضيين والغير الرياضيين في بعض الاتجاهات لصالح الرياضيين كما توجد فروق معنوية بين الرياضيات والغير رياضيات لصالح الرياضيات وكانت أهم نتائجها أيضا اتجاهات تلميذات المرحلة الثانوية في هذه الدراسة تبدو إيجابية نحو النشاط الرياضي

▪ دراسة ليلي سيد عبد السلام- 1979 رسالة ماجستير

عنوانها: " اتجاهات الفتاة المصرية نحو التربية الرياضية مفهومًا ومهنة " واختارت الباحثة عينة البحث : إحداهما أساسية من طالبات المرحلة الثانوية العامة قوامها (974) ، وأخرى مرجعية محكية من طالبات السنة النهائية بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة وقوامها 100 طالبة
أدوات البحث : تم تطبيق مقياسين من وضع الباحثة إحداهما لقياس الاتجاه نحو مهنة التربية الرياضية ،والآخر لقياس الاتجاه نحو مفهوم التربية الرياضية
أهم أهداف الدراسة :

التعرف على اتجاهات الفتاة المصرية نحو مفاهيم التربية الرياضية ،والمجالات التي تتيح مهنة التربية الرياضية
نتائج الدراسة : احتل المفهوم البدني الأهمية الأولى لدى طالبات الثانوية العامة وعدم وجود ارتباط بين اتجاهات الطالبات نحو التربية الرياضية كمفهوم من ناحية ومهنة من ناحية أخرى.

▪ دراسة محمد مصطفى منصور 1998 رسالة ماجستير

عنوانها: اتجاهات طلاب مرحلة التعليم الثانوي نحو درس التربية الرياضية بمحافظة الغربية
الهدف من البحث: التعرف على الاتجاهات نحو التربية الرياضية من خلال تلاميذ الثانوي
منهج البحث: اختار المنهج الوصفي
عينة البحث : 1500 تلميذ

أداة البحث مقياس ليكرت لقياس الاتجاهات

أهم النتائج المشتركة تلاميذ الثانوي لديهم اتجاهات ايجابية نحو درس التربية الرياضية

هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات التلاميذ بوجه عام نحو مفهوم درس التربية الرياضية ولصالح الصف الدراسي الثالث في هذه المرحلة .

■ دراسة كحلي كمال 2008 رسالة ماجستير

عنوان الدراسة: الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط
أهداف البحث : التعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم
التربية البدنية والرياضة.

الفرضيات :الفرضية العامة هي- تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ الممارسين وغير الممارسين
لنشاط الرياضي بمرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية
المنهج :اتبع المنهج الوصفي

العينة :بلغ عدد أفراد العينة 150 تلميذ من الطور المتوسط

الادوات :مقياس كينيون للاتجاهات النفسية نحو الأنشطة البدنية

أهم النتائج :وصل إلى نتيجة أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و غير الممارسين للنشاط
البدني نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لصالح الممارسين كما وجد أن هناك فروق بين الذكور و الإناث
لصالح الذكور

7-2- الدراسات الأجنبية:

■ دراسة لووريتا هرجت 1969 م :

عنوانها : " إظهار فروق جوهرية بين اتجاهات الطلبة والطالبات بجامعة يوتا "
نتائج الدراسة :أظهرت الدراسة

وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة وطالبات جامعة " يوتا "في الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة للتفوق
الرياضي لخفض التوتر، والصحة واللياقة وكخبرة اجتماعية ووجود فروق غير دالة إحصائية في بعدي الخبرة
الجمالية والتوتر والمخاطرة

■ دراسة كوربن و تولسون 1970 :

عنوانها : دراسة الاتجاهات نحو النشاط البدني لدى طالبات جامعة تكساس الأمريكية

هدف الدراسة : التعرف على الاتجاهات نحو النشاط البدني لدى طالبات جامعة تكساس الأمريكية
نتائج الدراسة :جاءت الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة جمالية لطالبات تكساس في المرتبة
الأولى،بينما جاءت الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة في المرتبة الأخيرة، وجاءت هذه
الدراسة لتتناول ترتيب أبعاد المقياس نحو النشاط البدني لطلبة تكساس

دراسة مونیکا جيل "Monika. Jill 1979"

عنوان الدراسة: دراسة اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة "الينوى". " نحو النشاط البدني
عينة الدراسة: العينة متكونة من 267 طالب وطالبة من كلية التربية الرياضية بجامعة "الينوى".
الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة للتعرف على الاتجاهات نحو النشاط البدني لدى طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة "الينوى"
أهم نتائج الدراسة: أفادت النتائج أن أفراد العينة الكلية لديهم اتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني كخبرة جمالية بشكل عام وأن اتجاهات الطلاب نحو النشاط البدني كخبرة للصحة واللياقة وكخبرة جمالية وكخبرة لخفض التوتر جاءت في مقدمة اتجاهاتهم، بينما كانت اتجاهات الطالبات نحو النشاط البدني كخبرة اجتماعية وكخبرة جمالية لخفض التوتر من أكثر اتجاهاتهن إيجابية. (المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية 1996.ص15)

■ دراسة ما كلوك- 1984

قام بدراسة على تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية لمدينة بلفاست بإيرلندا، وتوصل في الأخير إلى أن الاتجاهات لدى التلاميذ والتلميذات كانت جد إيجابية في أبعاد النشاط الرياضي للصحة واللياقة وكخبرة اجتماعية وكخبرة لتخفيض التوتر.

8- التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

أشارت نتائج هذه الدراسات التي انصبت جلها على دراسة الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط الرياضي إلى ما يلي:

- 1- إن أغلب نتائج هذه الدراسات كانت ايجابية بالنسبة لفروض الدراسة و أهدافها.
- 2- اختلفت أدوات البحث من دراسة إلى أخرى من بين استخدام مقاييس تم استخدامها من قبل و تطبيقها و بين تصميم لمقاييس جديدة عن طريق الخبراء و المحكمين و إيجاد الصدق و الثبات بها باستخدام الوسائل العلمية المختلفة.
- 3- اختلفت الدراسات السابقة من حيث نوعية الجنس عينة البحث فقد اشتملت العينة على الجنسين الذكور و الإناث
- 4- اختلفت أيضاً الدراسات السابقة في عينة البحث من حيث المراحل الدراسية فقد اشتملت على المرحلة الإعدادية و المرحلة الثانوية و مرحلة التعليم الجامعي.
- 5- اختلفت أيضاً الدراسات السابقة من حيث موضوع الدراسة فمنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم و مهنة ومنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم فقط و منهم من اکتفى بتناول جزء التمرينات في درس التربية الرياضية.

6-أكدت إحدى هذه الدراسات على اهتمام و سائل الإعلام بالتنوعية الرياضية لما في ذلك من أثر إيجابي على إدراك مفهوم التربية الرياضية و خاصة لدى أولياء أمور التلاميذ
و**خلاصة القول**: يرى الباحث أن هناك اختلافات بين البحث الحالي و الدراسات السابقة من حيث الآتي:

- 1-تناول البحث الحالي اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بصفة عامة كما تطرق الى متغير المستوى الدراسي بين تلاميذ السنة الأولى و السنة الثالثة الثانوي أي مرحلة الدخول و مرحلة الخروج من الطور الثانوي
- 2-اهتم الباحث بتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي لأنها تتميز بأنها مرحلة انتقالية ينتقل فيها التلميذ من المرحلة التربوية الى المرحلة الجامعية .

الجانب النظري :

الفصل الأول :

الاتجاهات النفسية

تمهيد:

تعتبر دراسة الاتجاهات من أهم الموضوعات في مجال علم النفس المعاصر، باعتبار أن الاتجاهات من أهم محركات السلوك، فعن طريق اتجاه الفرد نحو ظاهرة ما أو حدث معين يمكن أن نتنبأ بسلوكه فيما بعد تجاه الظاهرة أو هذا الحدث ويشير في هذا الصدد كوربين Corbin أن لدراسة الاتجاهات أهمية كبيرة لفهم الفرد وتوجيهه نحو العمل أو النشاط الذي يتفق مع ميوله والتكوين الخاص بشخصيته، كما أنها تعتبر عملية معقدة مرتبطة بسلوك الفرد وتعكس شعور الفرد نحو بعض المواقف. (Corbin-

(P83-1975 CB.Aunude Toward

ويعتبر هربرت " H. Spenser " الفيلسوف الإنجليزي من أسبق علماء النفس إلى استخدام اصطلاح الاتجاهات Attitudes حيث يقول " إن وصلنا إلى أحكام صحيحة في مسائل مثيرة لكثير من الجدل يعتمد إلى حد كبير على اتجاهنا الذهني ونحن نصغي إلى هذا الجدل أو نشارك فيه (عطوف ياسين محمود 1989 ، ص 105)

وجميع الناس يمتلكون اتجاهات متعددة ومختلفة ومتنوعة نحو أفراد وجماعات ومفاهيم أشياء وموضوعات موجودة في البيئة الاجتماعية ، قد تكون تلك الاتجاهات إيجابية أو سلبية،وقد تكون تعبر عن اللامبالاة أو عن الإهتمام نحو موضوع ما،ومن هنا كانت دراسة الاتجاهات عنصراً أساسياً في تغيير السلوك الحالي و التنبؤ بالسلوك المستقبلي للفرد، وكذلك فهي تمكن الفرد من الدفاع عن ذاته ،ومن تحقيق أهدافه الاقتصادية والاجتماعية وتسهل له التعامل مع المواقف.

وتعتبر اتجاهات التلميذ النفسية من بين المواضيع التي تحرك شغف الكثير من الباحثين و علماء النفس والتربية لمعرفة اتجاهاتهم - أي التلاميذ - نحو أساتذتهم و المادة الدراسية ونحو المدرسة

1- مفهوم الاتجاهات:

لقد سرد الباحثون تعاريف متعددة ومختلفة لمعنى الاتجاهات، ولكن يتفقون بإجماع تقريباً على أن الاتجاهات هي ردود أفعال أي استجابات نحو موضوع ما مدرك يشعر به الفرد وهو موجود في البيئة الاجتماعية، وتشكل الاتجاهات جزءاً هاماً من شخصية الفرد، كونها مستمدة من الخبرات المكتسبة والمتراكمة في مراحل عدة من حياة الفرد.

والاتجاه حالة عقلية نفسية لها خصائص ومقومات تميزها عن الحالات العقلية والنفسية الأخرى، التي يستخدمها الفرد في حياته وتفاعله مع الآخرين من أعضاء الجماعة، وهذه الحالة هي "مع" أو "ضد" بمعنى حالة حب أو كراهية، وبمعنى آخر هي حالة يصدر فيها القرار المسبق مستخدماً الإطار المسبق الذي هو الاتجاه النفسي.

ويعرفه "ألبرت Albort" الاتجاه بقوله "بأنه حالة من التهيؤ العقلي العصبي التي تنظمها الخبرة، وما يكاد يثبت الاتجاه حتى يمضي مؤثراً أو موجاً لاستجابات الفرد للأشياء والمواقف المختلفة، فهو إذن دينا ميكياً عام."

ويعرفه "دوب Dob": هو استجابة مضمرة إستباقية و متوسطة ذلك بالنسبة لأنماط المثيرات الواضحة الصريحة والمختلفة، والاتجاهات تستثير هنا أعداداً متباينة من المثيرات، وهي ذات دلالة اجتماعية للفرد (عباس محمود عوض 1980، ص 749)

أما "بوجاردوس Bogardus": يعرف الاتجاه "على أساس البيئة (بمعانيها) الاجتماعية والمادية والبشرية وتأثيرها على الفرد وذلك ناتجاً على الضغوط التي تتمثل في المعايير والعادات والتقاليد وذلك لقربه أي الفرد أو بعده عنها.

كما عرفه "روكيتش Rockuiche" أنه تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النفسي للمعتقدات التي يعتق الفرد نحو موضوع أو موقف وتهيئة لاستجابة يكون لها الأفضلية عنده (سعد عبد الرحمان 1983، ص 516)

أما "أوزجود" فعرّفه: "حالة من الاستقرار أو الميل الضمني غير الظاهر، الذي يتوسط بين المثير والاستجابة الدافع الفرد لاستجابة تقويمية نحو موضوع معين (محمد محسن علاوي ص 219)

وعرفه " توماس وزانكي . بأنه موقف نفسي للفرد نحو إحدى القيم أو المعايير السائدة في البيئة الاجتماعية.

كما عرفه " أنا ستيزي " : " أنه ميل للاستجابة تجاه مجموعة خاصة من المثيرات.

وعرفه " ستانفور " : " بأنه استعداد عقلي متعلم للسلوك بطريقة ثابتة إزاء موضوع معيناً و مجموعة من الموضوعات (عبد الرحمان محمد عيسوي 1998 ص 44)

أما "نيوكمب" New Cumb " : " يرى أن الاتجاه النفسي هو تنظيم خاص للعمليات السيكلوجية ،الذي يمكن الاستدلال عليه من سلوك الفرد، وذلك بالنسبة للمدركات التي يميزها الفرد عن غيرها ،وهذا التنظيم الخاص للعمليات السيكلوجية ،إنما هو مستمد من آثار خبراته، ويحاول أن يستخدمها أيضا في الحكم على الحوادث المستقبلية (سعد عبد الرحمان 1983، ص518)

ومن خلال ما سبق يمكن أن نتفق على التعريف التالي:

الاتجاهات هي مجموعة الاستعدادات المرتبطة بشخصية كل فرد أو جماعة أو فريق والتي تظهر على شكل آراء، وجهات نظر، مواقف و سلوكيات تعبر عن ميولات الشخص ونزعتة إزاء موضوع ما أو قضية من القضايا التي تمهه.

2-مكونات الاتجاهات:

تحتوي الاتجاهات على ثلاث عناصر مكونة لها ،وهو المكون العاطف Affective "، والمكون النزوعي " Cognitive ،والمكون المعرفي وهذه العناصر Cconative "، متناسقة في عملها الديناميكي العلائقي لموضوع الاتجاهات.

2-1-العنصر المعرفي:

هذا المكون يشمل قاعدة المعلومات الموجودة والمتوفرة لدى الشخص، أو الأفراد عن موضوع الاتجاهات والتي تراكمت عند الفرد أثناء احتكاكه بعناصر البيئة ،ويمكن تقسيمها إلى:

أ - المدركات والمفاهيم Concepts : أي ما يدركه الفرد حسياً أو معنوياً .

ب - المعتقدات Believes : هي مجموعة المفاهيم المتبلورة الثابتة في المحتوى النفسي والعقلي للفرد.

ت - التوقعات Expectation " وهي ما يمكن أن يتنبأ به الفرد بالنسبة للآخرين أو ما يتوقع حدوثه منهم (سعد عبد الرحمان 1983 ص 596)

ويشير كل من كاتزوسوتلند Katz et Southland :على البعد المعرفي بأنه الاعتقاد و الإيمان بالأفكار والآراء الموجهة نحو موضوع ما، وفق للأهمية التي يعطيها الفرد أو دون ذلك (سعد جلال 1992 ص 168)

2-2-العنصر الوجداني والانفعالي:

هذا المكون يتصل بمشاعر الحب والكراهية لإحساسات الانفعالية والطباع الموجهة نحو موضوع الاتجاهات، فإذا أحب الفرد موضوعًا اتجه إليه وإذا نفر منه حاد عنه، فالمكون العاطفي هو درجة تقبل الفرد لموضوع الاتجاهات المرتبطة به أو نفوره منه، ولهذا فإن معظم مقاييس الاتجاهات تستخدم تقديرات درجة الوجدان نحو أو ضد موضوع الاتجاهات.

2-3-العنصر النزوعي:

يشير هذا المكون إلى نزعة الفرد للسلوك وفق أنواع محددة في أوضاع معينة، إن الاتجاهات تعمل كموجهات للسلوك حيث تدفع الفرد إلى العمل وفق الاتجاه الذي يتبناه، فالطالب الذي يملك اتجاهًا تقبلية نحو العمل المدرسي يساهم في النشاطات المدرسية المختلفة ويتأثر على أدائها بشكل جدي وفعال. (عبد المجيد نشواتي 1993 ص 472)

3 تكوين الاتجاهات :

يتكون الاتجاه النفسي عند الفرد وينمو ويتطور من خلال تفاعل هذا الفرد مع بيئته بعناصرها ومقوماتها وأصولها، وبهذا يصبح الاتجاه بحد ذاته دليل على نشاط الفرد وتفاعله مع البيئة، و عندما يكون الاتجاه ناشئاً بهذه الطريقة يمر أثناء تكوينه في ثلاث مراحل أساسية وهي:

3-1-المرحلة الإدراكية المعرفية:

وهي المرحلة التي يدرك فيها الفرد مثيرات البيئة ويتعرف إليها، ويكون لديه رصيد من الخبرة والمعلومات ويكون بمنزلة إطار مرجعي أو معرفي لهذه المثيرات.

3-2-المرحلة التقييمية: هي المرحلة التي يقيم فيها الفرد نتائج تفاعله مع المثبرات، ويكون التقسيم مستنداً إلى ذلك الإطار المعرفي الذي كونه لهذه المثبرات ،بالإضافة إلى عدة إطارات أخرى، منها ما هو ذاتي غير موضوعي فيه الكثير من الأحاسيس والمشاعر التي تتصل بهذا المثبر .

3-3-المرحلة التقديرية:

وهي المرحلة التي يصدر فيها الفرد القرار على نوعية علاقته بهذه العناصر، وقد يتكون الاتجاه عن طريق التلقين أي عن طريق نقل الخبرة بصورة غير مباشرة إلى الفرد ،ويصرف النظر عن تكوين الاتجاهات، سواء بالطريقة المباشرة أو الغير المباشرة فإن عملية التطبيع الاجتماعي و التعلم الاجتماعي أو التنشئة الاجتماعية هي العملية المسؤولة عن تكوين الاتجاهات و تنميتها و تأكيدها أو محوها أو إزالتها أو تغييرها (كامل محمد عويضة 1996 ،ص 116)

4-نمو الاتجاهات:

هناك عوامل على درجة كبيرة من الأهمية في تكوين وتدعم نمو الاتجاهات وتمثل هذهالعوامل فيما يلي:

4-1-تأثير الوالدين:

يعد تأثير الوالدين من أهم العوامل في تكوين الاتجاهات لدى الأطفال الصغار ونموها فإتجاهات الوالدين الخاصة وما يقدمانه من تعزيز لبعض أساليب الطفل السلوكية تأثير عميق على تكوين نموها.

4-2-تأثير الأقران:

إن أهم تأثير يحل محل تأثير الوالدين يأتي من جانب الأقران، ويبدأ هذا التأثير في وقت جد مبكر وتزداد أهميته كلما تقدم الطفل في العمر.

4-3-تأثير وسائل الإعلام:

قد تساعد وسائل الإعلام في تكوين الاتجاهات، فعلى سبيل المثال قد تقدم بعض البرامج التلفزيونية معلومات هامة تتصل ببعض المسائل السياسية، ومع ذلك لا يحتمل أن تسهم وسائل الإعلام - في حد ذاتها في تكوين الاتجاهات ، وإنما هي بالأحرى تدعم الاتجاهات التي تأثرت في تكوينها بأحد المصادر الرئيسية الأخرى لتكوين الاتجاهات.

4-4- تأثير التعليم:

يعد التعليم مصدراً هاماً آخر يزود الفرد بالمعلومات التي تسهم في نمو اتجاهاته وتدعيمها ،وبصورة عامة كلما ازدادت السنوات التي يقضيها الفرد في التعليم الرسمي ،كلما بدت اتجاهاته أكثر تحريراً (كامل محمد عويضة 1996 ، ص 117)

5- مميزات الاتجاه:

تتميز الاتجاهات من عدة عناصر تتمثل في ما يلي:

1-الوجهة -2- الشدة -3- الانتشار -4- الاستقرار -5- البروز.

5-1-الوجهة : تشير وجهة الاتجاه إلى شعور الفرد نحو مجموعة من الموضوعات

وفيما كانت محبوبة لديه فالطالب الذي له اتجاه مرضي نحو الجامعة ،يعني أن وجهته إيجابية نحو كل أو بعض الجوانب في الجامعة أما الطالب الذي يتجنب الجامعة أو نشاطاتها فإن اتجاهه سلبي، ففي المجال الرياضي فالفرد الذي له اتجاه إيجابي نحو الرياضة ،فإنه يعمل على ممارستها ويسعى إلى احترام نجومها ،أما الذي لديه اتجاه سلبي نحو الرياضة فإنه يبعد تمام عن ممارستها والاهتمام بنشاطاتها ومن معرفة نجومها.

5-2-الشدة: تختلف الاتجاهات من حيث الشدة، إذ نجد لشخص معين اتجاهًا ضعيفًا نحو موضوع ما، بينما نجد اتجاهًا قويًا نحو نفس الموضوع أو موضوع آخر لدى شخص آخر، ولفهم الاتجاه ينبغي أن يعكس هذا الأخير مدى قوة شعور الفرد.

5-3-الاستقرار: من الملاحظ أن بعض الأفراد يستجيبون لسلم الاتجاه بأسلوب مستقر بينما نجد آخرين يعطون إجابات مرضية لنفس الموضوع ،فقد يقول فرد بأنه يعتقد أن الفقهاء محايدون وفي نفس الوقت يجادل بأن قاضيًا معينًا ليس محايداً(مقدم عبد الحفيظ 1993 ، ص 244)

1-5-4-الانتشار : ويطلق عليه أيضا المدى ،حيث نجد تلميذاً لا يحب أو يكره بشدة جانبا واحداً أو جانبين من جوانب المدرسة،بينما قد نجد آخر لا يحب أي شيء يتعلق بالتعليم الخاص والعام.

1-5-5-البروز : ويقصد به درجة التلقائية أو التهيؤ للتعبير عن الاتجاه ،ويمكن ملاحظة البروز بشكل أكثر إيجابية في المواقف عن طريق المقابلات والملاحظات التي توفر الفرص للتعبير عن الاتجاهات.

6- خصائص الاتجاهات:

للإتجاهات النفسية خصائص تتميز بها و هي: (أمحمد نفازي 1991 ، ص 10)

6-1- الإتجاه يشكل نمط من ردود الأفعال:

حسب "غرافيتز": " 1974 فإن أهم خاصية للإتجاه هي أنه لا يشكل رد فعل منفرد بل نمطاً من ردود الأفعال، تنطلق في مناسبات متشابهة، أي أن الإتجاه يؤدي إلى إمكانية الاستجابة بكيفية واحدة إزاء المواضيع المتماثلة، ومن هنا تبرز ضرورة تمييز مفهوم الإتجاه النفسي عن بعض المفاهيم الأخرى كالتعصب.

6-2- الإتجاه المحايد، المؤيد والمعارض: فقد يحمل الشخص تأييد الموضوع أو لشخص، وقد

يعارضه وقد يقف موقفاً وسطاً حياًدياً ويحدث هذا غالباً في مختلف المناقشات.

6-3- الإتجاه العداوي:

وهو أخطر الخصائص التي يحملها الإتجاه مثل إتجاه الأمريكيين ضد الزواج حيث يكسب للطفل هذا الإتجاه منذ ولادته، حيث يستمد عناصره من سلوك أسرته ومقومات حضارية ومن ثم يكره بدوره الزواج ويكون على استعداد دائم لإظهار هذا العدا في كل وقت.

6-4- الإتجاه التعصبي:

يشارك مع العداوي في السلبية والتعصب للإتجاه ، ويولد عدااء الإتجاهات الأخرى وهو من الإتجاهات التي تدفع صاحبها إلى التثبيت بها مهما كانت النتائج (زيدان عبد الباقي 1974 ، ص 265)

ومن أبرز الأمثلة على هذا الإتجاه ،تعصب الأمريكيين ضد الزواج وتعصب الحركة الصهيونية ضد المسلمين.

7-وظائف الإتجاه:

للإتجاهات وظائف متعددة بالنسبة للفرد فهي تنعكس في أقواله وأفعاله أثناء تعامله مع الموضوعات وتجعله قادراً على اتخاذ القرارات دون تردد وحدد" دانيال كاتز 1960Danial katzوظائف الإتجاهات

نلخصها في ما يلي :

7-1- الوظيفة المعرفية:

المعرفة عنصر هام في الاتجاهات، فهي تمارس مباشرة من خلال المعلومات المدركة من أن الفرد يتلقى معطيات محددة فهي نتائج المحيط الاجتماعي ويذكر "روكلان Rocklin" ذهنية عاطفية يتخذها الفرد كمرجع للحكم على الأشخاص والمواضيع أحكامًا إيجابية أو سلبية.

وهي نفس السياق يعتبر "بروناروقودمان Burner et Goodman" أن عملية انتقاء المعارف يكون وفق نظام المدركات المعرفية . عبر انتقاء المعارف يتعود الفرد تنظيم وتقوم المواضيع، وهذه الوظيفة تمنح صفة التماسك للخبرة، كما تساهم في جعل مدركات العالم الخارجي ملتصقة ومنظمة، لأن الفرد بحاجة دائمة لرؤية عالمه في بنية منظم (حلمي المليجي 1982 ، ص 127)

7-2- الوظيفة النفعية:

وهي الوظيفة في جوهرها تقوم على أساس تحقيق أهداف اجتماعية باعتبار الناس يسعون إلى زيادة الإثابة التي تعود عليهم من بيئتهم الاجتماعية ويذكر "جريمي بينتام Bentam Gremi أن الناس في الحياة يسعون إلى تحقيق الفائدة من المحيط الاجتماعي . (عطوف محمد ياسين 1986 ، ص 120)

فالثواب الاجتماعي يحصل عليه من قبل موافقة الآخرين بحيث يتكون لدى الفرد اتجاهات إيجابية نحو مواضيع موجودة في عالمه التي تشبع حاجاته وكذلك تتكون لديه اتجاهات سلبية نحو مواضيع التي تحيطه فالإتجاهات تسعى إلى تحقيق منافع بغرض الملائمة النفسية والموافقة الاجتماعية (أحمد الخالق 1983 ، ص 09))

ويميز كل من "ماري بيار روسي و ميزوناف Maisonneuve p.Marrie Patris Rossi وظائف أخرى للاتجاهات .

7-3- الوظيفة المحركة:

وتبرز الاتجاهات كمحرك لنشاطات الفرد، وهذه الوظيفة تتحكم بشدة في السلوكات باعتبارها مرتبطة بما تحققة من حاجات على المستوى النفسي وبمنظومات القيم على المستوى الاجتماعي. (Marie

(1999- p-37 Pierre Patris Rossi

4-7- الوظيفة التنظيمية:

وتتجلى هذه الوظيفة في عمليات التنظيم والتوجيه على سلوكيات الفرد، في وضعيات محددة باعتبارها موجهة له إزاء عدد متنوع من المثيرات، كما تقوم الاتجاهات بتنظيم النظام المعرفي وفق ذلك الرصيد الذي يتوفر عليه الفرد.

5-7- الوظيفة التعديلية :

إن الاتجاهات التي لم تعد ملائمة زماناً ومكاناً، فإنها تطلب تعديلها وتغييرها، ويحدث هذا حسب فستنجر Festhenger عندما تكون حالة تنافر معرفي إثر وجود تضارب بين المدركات الواقعية والاتجاهات والسلوكيات هذا من شأنه يخلق صراع معرفي، ولتخفيف حدة الصراع التنافر المعرفي، يتم تعديل بعض الاتجاهات، بوجود تبادلات مع الوسط الاجتماعي للفرد وللجماعة خلال الوظيفة التعبيرية يحاول الفرد الاعتراف والتصريح عن التزاماته النفسية والاجتماعية على جانب

6-7- الوظيفة التعبيرية:

يعتبر كل من كارل روجرز k.Rogers وابرامام ماسلو A.Maslau : أن الاتجاهات تنفيس إيجابي للتعبير عن الذات، وحسب هاذين الباحثين ليس رضا للآخرين والمجتمع هو الأساس في تبني الاتجاهات، وإنما تأكيد الصفات الإيجابية لفكرة الفرد عن نفسه.

في حين يتمكن الفرد من التعبير عن مدى موافقته لموضوع ما فإنه يحقق إشباع نفسي واجتماعي

7-7- الوظيفة الدفاعية:

فقد حاولت المدرسة الفرويدية الكلاسيكية والمعاصرة تفسير عملية دفاع الأنا، من خلال الآليات الدفاعية Les mechanism de defensess كعمليات لا شعورية، والتي ماهي في الحقيقة إلا حيل تسمح للفرد حماية أناه. (سعد جلال 1992 ، ص 109)

وعبر هذه الوظيفة يلجأ الفرد إلى استخدام تلك الحيل العقلية التي تساهم في إبقاء الاتجاهات التي توحى بفكرة سليمة ومقبولة عن النفس، حيث يتبنى الفرد الاتجاهات التي تحجب نقائص في شخصيته، وبالتالي هذه الوظيفة تحاول تحقيق الملائمة مع الآخرين، وكذا الدفاع وحماية صيرورة واستمرارية الأنا . (أحمد عبد

الخالق 1983 ، ص 292)

فهذه الوظائف السابقة للذكر، تحاول في مجملها تأقلم الفرد والأشخاص نفسيًا واجتماعيًا، لأن مجرد تحقيقها فلا مجال يستطيع الفرد توظيف اتجاهاته كلما استدعى ذلك، لتتمظهر في سلوكيات أكثر منطقية أقرب للواقع وأكثر سلامة.

8-أنواع الاتجاهات:

إن الاتجاهات حسب معناها وخصائصها ومكوناتها تنقسم إلى أنواع بحيث تتضمن كل واحدة منها على ثنائية التصنيف.

8-1-الاتجاهات على أساس الموضوع:

اتجاهات عامة واتجاهات خاصة : إن الاتجاهات العامة هي التي تنصب على الكليات لتشمل عدد من النواحي متنوعة لموضوع الاتجاهات، مثل احترام السلطة، أما الاتجاهات الخاصة، فهي التي تنصب على النواحي النوعية والخاصة لموضوع الاتجاهات، مثل اتجاهات نحو عفة البنت، ويلاحظ أن الاتجاهات العامة ترتبط بالاتجاهات الخاصة وبذلك تعتمد هذه الأخيرة على سابقتها لتشتق منها دوافعها (عبد الرحمن

محمد العيسوي 1992 ، ص 202)

لذا فالإتجاه العام أو الخاص، يرتبط بموضوع الإتجاه نفسه، فإن كان موضوع عامًا يسمى إتجاهًا عامًا وإن كان موضوع خاص يسمى إتجاهًا خاصًا.

8-2-الاتجاهات على أساس الأفراد

: اتجاهات جماعية واتجاهات فردية : فالإتجاهات التي تنشر أو يشترك فيها عدد كبير من الأفراد، ويعتقدونها جمع كبير من الأشخاص، وتشيع بينهم فهذه إتجاهات جماعية. (السيد خير الله 1984 ، ص 247)
أما الإتجاهات الفردية تعتبر ذاتية لأنها أكثر فردية، وتتكون لدى الفرد الواحد أثناء تجاربه الخاصة به، قد تنعكس على سلوكه وحده، فهي بذلك تتميز عن غيره وهي أقل ثباتًا واستقرارًا، مثل الإتجاهات نحو الكتب السماوية فهي إتجاهات جماعية .

8-3-الاتجاهات على أساس الوضوح:

اتجاهات علنية واتجاهات سرية:الاتجاهات العلنية هي الاتجاهات التي يجهرها الفرد دون شعور بجرح أو انزعاج من ناحية التعبير اللفظي والممارسة العملية، كما قد تكون تلك الاتجاهات متفقة مع معايير المجتمع وقيمة الأخلاقية.

أما إذا أخفى الفرد اتجاهاته ولم يصرح بها بوضوح بل يحتفظ بها في قرارات نفسية وقد ينكرها عن الآخرين بالرغم من وعيه بوجودها لديه فهي اتجاهات سرية (محمد مصطفى زيدان 1987 ، ص 182)

8-4الاتجاهات على أساس الشدة:

اتجاهات قوية واتجاهات ضعيفة : إن القوة والضعف تميز شدة الاتجاهات التي تنعكس على مدى تفاعل الفرد بالآخرين، فالاتجاهات القوية هي التي يقوم أصحابها بإصدار أحكام قاطعة يمارسونها باعتبارها تحمل شحنات عاطفية انفعالية لتجعلها قوية ،وتتوضح في تأييد موضوع الاتجاهات.

وقد عرفها "حامد عبد السلام " أنها تلك التي تظهر في السلوك القوي الفعلي عن العزم والتصميم، والاتجاهات القوية أكثر ثباتاً واستمراراً ويصعب تغييرها نسبياً أما الاتجاهات الضعيفة فهي تحمل شحنات انفعالية ضئيلة أو منعدمة تجعل من الاتجاهات ضعيفة بحيث الفرد لا يتخذ أي موقف إزاء موضوع الاتجاهات ،مما يؤدي إلى عدم انفعاله وهي اتجاهات يسهل التخلي عنها أو تغييرها في ظروف معينة أو تحت ضغوطات. (حامد عبد السلام زهران 1985 ،ص 137)

8-5-الاتجاهات على أساس الهدف

: اتجاهات إيجابية واتجاهات سلبية : يطلق على الاتجاهات لفظ الإيجابية، لأنها تدور حول محور يقبل فكرة موضوع الاتجاهات والتقرب منه ،أما إذا كان الفرد يتعد عن موضوع الاتجاهات ويرفضه، فهي إداً اتجاهات سلبية . (سيد خير الله ص 48)

وعليه فالإتجاهات التي أساسها الرفض هي اتجاهات سلبية ،أما الإتجاهات في إيجابيتها وسلبيتها قد تتخذ شك لا متطرفاً (عباس محمود عوض 1990 ، ص 28)

8-6- الاتجاهات على أساس العلاقة:

اتجاهات مرتبطة واتجاهات منعزلة : هناك اتجاهات بسيطة ومرتبطة بغيرها من الاتجاهات ، ويأتي هنا الترابط في الاتجاهات نتيجة تناسقها ، وانسجام وتسلسل المنظومة المعرفية لدى الفرد، إذ أن هناك اتجاهات لموضوع معين لا تتوضح لو لا وجود اتجاهات أخرى مرتبطة بموضوع الاتجاهات الأول، ولكن تكامل عناصر موضوع الاتجاهات يختلف من موضوع إلى آخر، مثل الاتجاهات نحو الدين فهذه الاتجاهات تحتل وسيط بين سائر اتجاهات الأفراد ذوي العقائد المختلفة ، أما الاتجاهات المنعزلة فهي تلك التي لا توجد لها صلة تربطها بمواضيع الاتجاهات، كما أن عناصرها لا تتكامل مع عناصر موضوع آخر، مثلا الاتجاهات نحو صابون من نوع خاص فهي اتجاهات سطحية ومنعزلة. (محمد مصطفى زيدان ، ص 182)

8-7- الاتجاهات على أساس الأمد:

اتجاهات طويلة الأمد واتجاهات قصيرة الأمد : الاتجاهات طويلة الأمد هي التي تستمر مع الفرد طوي لا على مدى مراحل حياته ، ولا تتأثر بمؤثراته البيئية المحيطة بالفرد لتغيرها ، مثل الاتجاهات نحو الدراسة ، أما الاتجاهات القصيرة الأمد هي التي تنتهي بسرعة ، ويساهم الوسط الاجتماعي و الرصيد المعرفي في إبقائها مع الفرد لفترة طويلة منحياته، فمحوها يكون أفضل لأنها لم تعد تؤدي عملها على مستوى الفردي والجماعي، مثل الاتجاهات نحو ثقافة الماركسية. (عبد الرحمان العيسوي ص 202)

- ومما يلاحظ أن كل هذه الأنواع من الاتجاهات، تتوفر لدى أفراد وأشخاص والجماعات بشكل متفاوت، ولا تخضع لنظام معين من التسلسل، وإنما وجود تلك الأنواع المتعددة حسب كل فرد وما يتلاءم وطبيعته الشخصية وخصوصيته الفردية وتجاربه الذاتية ومعاشه النفسي والاجتماعي، فكل ذلك يرجع أيضا إلى اختلاف و تنوع المواضيع التي هي محور الاتجاهات، لذا فمجموع اتجاهات الفرد تختلف من فرد لآخر ومن جماعة لأخرى لما تؤديه من وظائف نفسية واجتماعية للفرد والجماعة.

9-مراحل تكوين الاتجاهات :

تمر الاتجاهات في تكوينها بأربعة مراحل هي:

1-9-1-المرحلة الأولى:

على ثقافته وعناصر المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه، فيدرك مفاهيم أولية من أسرته من أقرانه وأصحابه في المدرسة ثم في العمل، ومن خلال هؤلاء يكون الفرد اتجاهات مختلفة.

2-9-المرحلة الثانية:

تنمو الاتجاهات ويتسع مداها ويبدأ الفرد بتوجيه تفكيره وعواطفه إزاء مواضيع يكون محور اتجاهاته.

3-9-المرحلة الثالثة:

تأخذ الاتجاهات شك لا ثابتاً في تفكير الفرد وسلوكه عند إصدار حكم على علاقته بالمجتمع، ويظهر ذلك جلياً في حياته، ولكن هذا الثبات ليس مطلقاً بل نسبي، وعندما تطرأ تغيرات على المظاهر الاجتماعية وغيرها فإنها تطلب تعديلها. (محمد حسن ظاظا و سماح رافع 1993، ص 163)

4-9-المرحلة الرابعة:

فعندما تطرأ تغيرات على واقع الحياة تتطلب تكوين اتجاهات جديدة، وهذه الأخيرة تتركز على الإقناع العقلي والدفع العاطفي، حيث يحاول الفرد إقناع من حوله بصحة اتجاهاته وضرورة تبنيها . فهذه المراحل المختصرة توحى بألية دائرية تمر بها الاتجاهات في اكتسابها لدى الفرد والجماعة.

10-عوامل تكوين الاتجاهات:

الاتجاهات النفسية أنماط سلوكية يكسبها الفرد نتيجة احتكاكه بمؤثرات العالم الخارجي، والتي من خلالها يميل الفرد إلى إعطاء استجابة معينة.

1-10-المؤثرات الوالدية:

يعتبر عامل الوالدين أقوى العوامل المؤثرة في تكوين اتجاهات الأفراد، حيث وجد أن أكثر اتجاهات الفرد تتأثر إلى حد كبير باتجاهات والديه من خلال التنشئة الاجتماعية. (ناصر محمد العديلي 1995، ص

135)

ويرى "علي أحمد علي": أن الفرد يتبنى عادة اتجاهات الجماعة التي ينتمي إليها، خصوصا إذا كانت الجماعة متماسكة تُشبع حاجات الفرد، وكان الفرد يشعر بالانتماء إلى هذه الجماعة.

10-2-المؤثرات الثقافية:

إن الثقافة السائدة في المجتمع، بما فيها من عادات وتقاليد وقيم ونظم دينية وأخلاقية واقتصادية واجتماعية لها دور في تشكيل اتجاهات الفرد، وقد تتفاعل هذه العناصر تفاعلاً لا ديناميكياً فتؤثر فيه من خلال علاقاته الاجتماعية مع بيئته.

10-3-أنماط الشخصية:

ترتبط الاتجاهات بالصفات المزاجية والشخصية للفرد، وقد أكد "بليير Blair" في دراسة أجريت لبحث العلاقة بين صفات الشخصية الخاصة كالانطواء والانبساط والاتجاهات، اتضح أن صفة الانطواء تساعد على تكوين

اتجاهات محافظة، وأما صفة الانبساط فتساعد على تكوين اتجاهات تقدمية ثورية. (محمود عبد الحلیم منسي 1998. ص 212)

10-4-الحقائق والمعلومات:

تشكل الاتجاهات على أساس ما يتوفر لدى الفرد من حقائق ومعلومات، وقد أكد العالم "أرنوف وتيج": أنه لا يحتمل أن تسهم وسائل الإعلام في حد ذاتها في تكوين الاتجاهات، وإنما هي الأخرى تُدعم الاتجاهات في تكوينها بأحد المصادر الأخرى (أرنوف وتيج 1994 ، ص 327)

11-نظريات في تفسير عملية تكوين الاتجاهات:

كما سبق يتضح لنا أن عملية تكوين أو اكتساب الاتجاهات النفسية هي عملية ديناميكية، أي محصلة عمليات تفاعل معقدة بين الفرد وبين معالم بيئته الفيزيائية والاجتماعية، بحيث يمكن عبر القنوات المتعددة لهذا التفاعل امتصاص و اكتساب الاتجاهات النفسية، ومع ذلك فللفرد دوره الإيجابي الفعال في تحديد ما يكتسبه وما يتبناه من هذه الاتجاهات، فيختار ويفضل فيما بينها ما يشبع حاجاته الفسيولوجية والنفسية وما يتفق مع تنظيمه النفسي العام(استعداداته- قدراته -ميوله)، ولذلك تعددت المحاولات للتوصل إلى

نظريات متسقة تفسر عملية تكوين أو اكتساب الاتجاهات، وسوف نعرض بعض هذه النظريات بصفة ملخصة ::

11-1- نظرية التعلم الاجتماعي:

الافتراض أساس لهذه النظريات، هو أن الاتجاهات النفسية متعلقة بنفس الطريقة التي يتم بها تعلم العادات وصور السلوك الأخرى، ومن ثم فإن المبادئ و القوانين التي تنطبق على أي شيء تحدد أيضا كيفية اكتساب الاتجاهات، فالفرد يستطيع أن يكتسب المعلومات والمشاعر بواسطة عمليات الترابط والاقتران بين موضوع ما وبين الشخصية الوجدانية المصاحبة.

والمحدد الرئيسي في تكوين الاتجاهات، هي تلك الترابطات التي يعايشها الفرد لموضوع الاتجاه، كذلك يمكن أن يحدث تعلم الاتجاهات عن طريق التدعيم، فإذا تلقى الفرد أو التلميذ بعض الدروس في علم النفس واستمتع بها فإن ذلك سوف يمثل تدعيمًا له، وبالتالي يميل لأن يتلقى دروبًا أخرى فيما بعد في هذا العالم، كذلك فإن الاتجاهات يمكن تعلمها من خلال التقليد فالشخص يقلد الآخرين، وخاصة إذا كانوا أقوياء أو ذوي أهمية بالنسبة له فالأطفال يقلدون الكبار وخاصة الوالدين، والمراهقين يقلدون أصدقائهم أو من يعتبرونهم قدوة. (زين العابدين درويش 1993، ص 101)

و الخلاصة أن نظريات التعلم تؤكد أن الترابط والتدعيم والتقليد هي الآليات أو المحددات الأساسية في تعلم واكتساب الاتجاهات وأن الآخرين هم مصدر هذا التعلم، وأن اتجاه الفرد أو التلميذ في صورته المتكاملة يتضمن كل الترابطات والمعلومات التي تراوحت عبر كل ما تعرض له من خبرات سابقة.

11-2 نظريات الباعث :

ترى أن تكوين الاتجاهات يتحقق من خلال تقدير أو موازنة بين كل من السلبيات والإيجابية، أو بين صور التأييد والمعارضة لجوانب أو لموضوعات مختلفة، ثم اختيار أحسن البدائل بعد ذلك، فشعور التلميذ مثلا بأن الحفل ممتع وشيق يكون لديه اتجاه إيجابي تأييد نحو الحفل، ووفقًا لنظرية الباعث على هذه الحالة يتحدد الاتجاه النهائي للتلميذ تبعًا لمقدار قوي التأييد والمعارضة في هذا الموقف.

ومن أبرز معالم هذه النظرية - نظرية الباعث - منحى التوقع - القيمة إدواردز Edwards الذي يشير فيه إلى أن الأشخاص يتبنون المواقف والاتجاهات التي تؤدي إلى توقع أكبر احتمالات الآثار الطيبة، ويرفضون المواقف والاتجاهات التي يمكن أن تؤدي إلى الآثار السلبية غير المرغوبة.

11-3- النظريات المعرفية:

تؤكد النظريات المعرفية أن الأفراد يسعون دائماً إلى تحقيق الترابط والتماسك، وإعطاء معنى لأبنيتهم المعرفية أي يسعون إلى تأكيد الاتساق فيما بين معارفهم المختلفة، وبالتالي فإن الفرد لن يقبل إلا الاتجاهات التي تتناسب مع بنائه المعرفي الكلي، كذلك يرى المنظرون المعروفون أن السعي الدائم والمستمر من جانب الفرد لتحقيق هذا الاتساق المعرفي يعتبر دافعاً أولياً يتحدد على ضوءه ما يمكن أن يتبناه الفرد، من اتجاهات نفسية نحو الموضوعات المختلفة، وما يوضح ذلك ما جاء في نظرية التنافر المعرفي لـ "Festinger" فستنجر " ومؤداها : أن الأشخاص يسعون دوماً إلى تحقيق الاتساق داخل معتقداتهم من جهة، وبين اتساق معتقدات معظم الأشخاص كما يوجد تنافر بين بعض اتساق معتقداتهم و سلوكياتهم " ،وعندما يمتد هذا التنافر إلى الأشياء، تمثل أهمية بالنسبة إلى الأفراد، تنشأ لديهم حالة عدم الارتياح يطلق عليه "فستنجر" مصطلح التنافر المعرفي، وهو قوة ضاغطة مثيرة للتوتر تدفع الفرد إلى أن يخفض إحساسه به أو التخلص منه، ولا يتحقق ذلك إلا بتوافر الاتساق بين المعتقدات لدى الشخص وبين صور السلوك المتصلة بها. (زين العابدين درويش 1993، ص 104)

12- قياس الاتجاهات:

من أهم أسباب قياس الاتجاهات نحو التربية البدنية الرياضية كونه تمكننا من توقع نوعية سلوك الفرد تجاه أنشطة التربية البدنية والرياضية، وذلك لأن الاتجاه يوجه استجابات الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبياً، ومن الناحية أخرى فإن قياس مثل هذه الاتجاهات يساعد المرابي الرياضي على تشجيع الاتجاهات الرياضية الإيجابية، كما يساهم في محاولة تعديل أو تغيير الاتجاهات السلبية و التمهيدية لتنمية اتجاهات جديدة و إكسابها للأفراد، وهناك العديد من الطرق لقياس الاتجاهات منها:

12-1- الطريقة المباشرة: أو طريقة قياس الاتجاه اللفظي، ومن أكثر هذه الطرق استخداماً طريقة

ثيرستون و طريقة ليكرت و طريقة التمايز السمائي (تمايز معاني المفاهيم).

12-2- الطرق الغير المباشرة: الطرق الإسقاطية لقياس الاتجاهات بالإضافة إلى الكشف عن بعض جوانب الشخصية المرتبطة بهذه الاتجاهات، ومن هذه الاختبارات واختبارات الإسقاطية لاختبار تفهم الموضوع TAT واختبار الإحباط المصور " لروزنفيج " تداعي الكلمات.

12-3- الطرق الموقفية: أو طرق قياس الاتجاه العملي و فيها يقاس الاتجاه باستخدام طرق الملاحظة المختلفة في مواقف معينة.

13-1- طرق قياس الاتجاه:

هناك عدة طرق لتصميم مقاييس للاتجاهات و سنتعرض لأهم المقاييس:

13-1-1- مقياس " بوجاردوس " 1925 Bogardus

يعتبر مقياس بوجاردوس " للمسافة الاجتماعية أول مقياس وضع لقياس الاتجاهات وكانت الدراسة التي طبق فيها هذا المقياس، تستهدف التعرف على مدى تقبل الأمريكيين أو نفورهم من أبناء الشعوب الأخرى (عباس محمود عوض 1980 ، ص 33)

ويشمل هذا القياس بنود تمثل مواقف الحياة الحقيقية للتعبير عن مدى البعد الاجتماعي لقياس تسامح الفرد أو تعصبه لجماعة أو شعب معين، والشكل التالي يوضح هذا النموذج:

أحب أن:

أستبعدهم	أقبلهم	أقبلهم	أزاملهم في	أجاورهم في	أصادقهم	أتزوج
من	كزائرين	كموظفين	العمل	المسكن		منهم
وطني	لوطني	في بلدي				

وتوضع علامة على هذا المقياس للتعبير عن الاتجاه نحو كل من الجماعات التالية:

الزنوج_اليهود _ الهنود الحمر _ النازيين.

والاستجابات السبع المدرجة في الشكل تمثل مسطرة متدرجة تدل على القرب أو البعد الاجتماعي، فالاستجابة الأولى تمثل أقصى درجات القرب والاستجابة السابعة تمثل أقصى درجات البعد .

ويلاحظ على هذا المقياس أنه سهل التطبيق إلا أنه لا يقيس الاتجاهات المتطرفة تطرفاً كبيراً كما في التعصب الشديد، ويمكن أن يستجيب الفرد بالفرض لأكثر من عبارات المقياس وذلك لأنها ليست متعارضة أو متنافية وكذلك لمن يستجيب بالقبول.

13-2- طريقة ثيرستون (thursstone) 1928

وضع " ثورستون " وزميله " تشيف " عدداً من العبارات بينها فواصل أو مسافات متساوية ويقوم هذا المقياس على دراسة تجريبية للتعصب القومي ويتلخص في المقارنة بين شيئين أو مشيرين لتوضيح أيهما أفضل أو أقوى من الآخر. (حامد عبد السلام زهران 1977 ، ص 153)

ومما يؤخذ على هذه الطريقة أن المقياس يتطلب من الحكماء جهداً ليحدد أوزان كل عبارة من العبارات التي بدأ بتجربتها لكي تنتهي إلى العبارات التي تكون المقياس في صورته الأخيرة. وكذلك قد يستعان بمحكمين ثم يتبين أنهم متعصبون أو متحيزون وقد تكون العبارات المتساوية البعد في نظر الحكماء مختلفة بالنسبة للمفحوصين وأنه لو حصل نفس الشخصين على متوسط درجات واحد فإن هذا المتوسط يختلف بالنسبة لكل فرد منها .

13-3- طريقة ليكرت (Likert) 1932 :

تمثل هذه الطريقة أسلوباً جديداً لقياس الاتجاه النفسي لدى الأفراد وتتخلص هذه الطريقة في أن يطلب من الأفراد توضيح درجة موافقتهم أو رفضهم لكل عبارة من عبارات المقياس حيث تتأثر الاستجابات بالبيئة التي طبق فيها المقياس وكذا ثقافة الذين يجيبون على بنود المقياس وتعبير في آخر الأمر على شدة الموافقة وشدة الرفض لموضوع الاتجاه كما يوضح الشكل الآتي:

أوافق بشدة	أوافق	لا أدري	غير موافق	غير موافق بشدة
------------	-------	---------	-----------	----------------

ويتم تصحيح المواقف باعتبار أن درجة الموافقة الشديدة تمثل أعلى درجة للاتجاه ولذا فهي تحصل على درجة مقدارها (05) بينما تُعطي درجة عدم الموافقة الشديدة درجة مقدارها (01) باعتبارها أقل اتجاه. (زين العابدين درويش 1993 ، ص 110)

14- قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي:

مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني " (ATPA) Attitude Towards Physical

"محمد حسن علاوي . "وقد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني - النشاط الرياضي - يمكن تبسيطه إلى مكونات أو فئات فرعية، توفر مصادر متعددة للإشباع وذات فوائد متباينة وخبرات تختلف من فرد لآخر، وقد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية التي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد.

وفي رأي " كنيون " أن الفرد قد يتخذ اتجاهًا موجبًا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية، وقد يتخذ اتجاهًا سالبًا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى.

والاتجاه طبقاً لمفهوم " كنيون " هو استعداد مركب ثابت نسبياً يعكس كل من وجهة وشدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواءً كان عيانياً *concrète* أو مجرداً *abstract* . وفي ضوء هذه المفاهيم السابقة وفي إطار بعض الدراسات النظرية والتجريبية، استطاع " كنيون " أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني - النشاط الرياضي - على النحو التالي:

14-1- النشاط البدني كخبرة اجتماعية :

من المفترض أن النشاط الرياضي الذي يشترك فيه جماعة من اثنين فأكثر ينطوي في نظر بعض الأفراد على قيمة اجتماعية وعلى إمكانية إشباع حاجات اجتماعية معينة، وعلى ذلك فإن النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية تسمح بإمكانية التعرف على أفراد جدد وتكوين علاقات بين الناس.

14-2- النشاط البدني للصحة واللياقة :

انطلاقاً من الفكرة السائدة لدى الكثيرين سواء من الممارسين أو من غير الممارسين للنشاط الرياضي أن هذا اللون من النشاط يمكن أن يفيد الصحة ويسهم في إكساب اللياقة البدنية فمن المعتقد أن هناك بعض الأنشطة البدنية يمكن أن تتميز أساساً بإسهامها وبدرجة كبيرة في تحسين صحة الفرد ولياقته البدنية

(محمد حسن علاوي 1997 ص 444)

14-3-النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة :

المقصود بذلك تلك الأنشطة الرياضية التي تشتمل على جوانب معينة من المخاطر يدركها الفرد وتثير لديه شعور بالتوتر، والتي قد تظهر في بعض الأنشطة الرياضية التي تتميز باستخدام السرعة الزائدة أو التغيير السريع المفاجئ للحركات، أو توقع التعرض لبعض الأخطار، مع افتراض قدرة الفرد بصفة عامة على التحكم في مثل هذه المواقف والسيطرة عليها.

14-4-النشاط البدني كخبرة جمالية:

يرى الكثير من الأفراد أن هناك أنشطة رياضية لها قيمة جمالية عالية، وهذا يعني أن هناك أنشطة رياضية معينة يدركها الفرد على أنها ذات طابع جمالي أو قد ترتبط بنوعيات فنية أو جمالية أو قد تملك القدرة على إشباع التذوق الجمالي أو الفني لدى البعض.

14-5-النشاط البدني لخفض التوتر:

قد يكون النشاط البدني في نظر البعض وسيلة لخفض التوترات الناجمة عن الإحباطات الناشئة من ضغوط الحياة العصرية، وعلى ذلك يصبح النشاط الرياضي في هذه الحالة وسيلة للترويح وقضاء وقت الفراغ، وكعامل مساعد في تفريغ الانفعالات المكبوتة وبالتالي خفض التوتر.

14-6-النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي:

يرى البعض أن النشاط الرياضي قد يوفر المجال لإشباع الحاجة إلى التفوق الرياضي والمنافسة الرياضية، وقد يبدو أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية المعاصرة وخاصة في مجال المستويات الرياضية العالية ترتبط بنوع من الخبرات تدفع إلى المثابرة على التدريب الشاق وبذل الجهد وكبح جماح النفس في العديد من المواقف كما تتطلب التحلي عن كثير من المصادر التي تشبع بعض الرغبات. (محمد حسن علاوي 1997 ص

446)

ويصلح المقياس للتطبيق على المراحل السنوية ابتداءً من سن 14 سنة فأكثر للبنين والبنات.

15- أهمية الاتجاهات:

تتحلي أهمية دراسة الاتجاهات من خلال ما تقدمه للفرد من مساعدة على التكيف الاجتماعي، وذلك عن طريق قبول الفرد للاتجاهات التي تعتقها الجماعة، فيشاركهم فيها ومن ثم يشعر بالتجانس معهم. والاتجاهات عموماً تضيء على حياة الفرد اليومية معنى ودلالة ومغزى حين يتفق سلوكه مع اتجاهاته، ويشبع هذا السلوك تلك الاتجاهات، إذ تعمل الاتجاهات النفسية على إشباع الكثير من الدوافع والحاجات النفسية والاجتماعية، ومن هذه الحاجات الحاجة إلى التقدير الاجتماعي والحاجة إلى الانتماء إلى جماعة معينة والحاجة إلى المشاركة الوجدانية، وهنا يتقبل الفرد قيم الجماعة ومعاييرها، كما تعمل الاتجاهات على تسهيل استجابات الفرد في المواقف التي لديه اتجاهات خاصة نحوها، فلا يبحث عن سلوك جديد كل مرة يواجه فيها هذا الموقف.

- **وتفيد في كثير من الميادين، ففي الميدان التربوي :** تفيد معرفة الاتجاهات النفسية الإدارة التعليمية في معرفة اتجاهات التلاميذ نحو المراحل الدراسية المختلفة، ونحو زملائهم والمواد الدراسية وطرق التدريس (عبد الرحمان العيسوي 1974 ، ص 197)
- **أما في الميدان الصناعي :** تفيد معرفة الاتجاهات العمال نحو عملهم، وتضمن الإدارة في تحقيق سعادة العمال وتكيفهم وفي زيادة الإنتاج، ورفع مستواه، وتقليل حوادث العمل وكذلك تفيد في اختيار الجماعة التي تتماشى واتجاه الفرد.

16- علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى:

1-16- الاتجاه و العاطفة:

إن للاتجاهات جوانب عقلية معرفية وإدراكية بخلاف العواطف التي تكون شخصية وذاتية و وجدانية فحسب، إن حب الأم لأطفالها مثلاً يغلب عليه الجانب الوجداني أو العاطفي بخلاف اتجاهها جانب إدراكي ومعرفي وعقلي وليس الجانب العاطفي وحده.

16-2-الاتجاه والتعصب:

التعصب نوع من الاتجاه الذي لا يقوم على أساس منطقي، فهو مشحون بشحنة انفعالية زائدة تجعل التفكير بعيداً عن الموضوعية، فتعصب الشخص لقومه يجعله يكره الناس وهو بذلك يعمل على عزل مجتمعه عن بقية المجتمعات الأخرى.

16-3-الاتجاه والرأي:

الرأي فكرة يعتقد بها الشخص وقد تكون صائبة أو غير صائبة، وهي لا تتعدى مجرد التعبير اللفظي، أما الاتجاه فهو حالة من الاستعداد العقلي للاستجابة أو الميل نحو قبول موضوع ما أو رفضه، كما تكون على استعداد تام للقيام بعمل نملك نحوه إتجاهاً معيناً.

16-4-الاتجاه والميل:

إن الميل يتعلق بما نحب في حين أن الاتجاه يرتبط بما نعتقد، وهناك فرق بين ما نحب وما نعتقد به، ذلك أننا قد نحب شيئاً ما دون اعتقادنا به أو معرفتنا له، فالميل إذن مجرد تعبير عن تفضيل لا دخل للاعتقاد فيه، أما الاتجاه فهو تعبير عن عقيدة الشخص وليس عن شعوره كما هو الحال بالنسبة للميل. (أحمد أوزي 1986. ص 65)

16-5-الاتجاه والانفعال:

الانفعال حالة نفسية مؤقتة وعابرة وطارئة، أما الاتجاه فهو حالة عقلية وعصبية ثابتة ثبوتاً نسبياً أو دائمة دواماً نسبياً.

16-6-الاتجاه و السلوك :

الاتجاه ليس هو السلوك " Comportement " لكنه عامل من العوامل الكامنة وراء السلوك، وقد يقوم الاتجاه أحياناً بدور الدافع المحرك له .

16-7- .الاتجاه والدافع:

الدافع عبارة عن حالة شعورية تدفع الكائن الحي نحو هدف معين، وهو محدد من محددات السلوك، وإذا كان الدافع يستمد قوته وضعفه من الداخل، كما هو الحال مثلاً في الدوافع الأولية مثل الطعام والجنس وغيرها، فإن الاتجاه يستمد قوته من التصور العقلي والإدراكي للشخص قبل كل شيء.

16-8-الاتجاه والحاجة:

الحاجات عبارة عن إحساس بتوتر نفسي وعضوي يشعر الشخص من خلاله بافتقاد شيء معين، وقد تكون هذه الحاجات داخلية أو خارجية والحاجات محركة ودافعة للسلوك.

16-9-الاتجاه و القيمة:

إذا كان الاتجاه هو مجموعة استجابات القبول والرفض لفكرة أو موضوع ما، فإن هذه الاتجاهات الجزئية قد تتجه نحو البلورة في سلوك الشخص الاجتماعي خلال مختلف المواقف، وسلوكه هذا يجعل منه فرداً معيناً في المجتمع ذا سلوك متسم بمعايير معينة فيحدد بذلك مثله العليا، وعندما تعمم تلك المثل وتأخذ إطاراً معيناً فإنها تصبح قيم "valeurs". أحمد أوزي 1986. ص 66)

خلاصة:

يعتبر موضوع الاتجاهات من بين الموضوعات الرئيسية التي يدرسها علم النفس الاجتماعي ، كما تلعب دوراً هاماً في تأثيرها على النشاط البدني الرياضي ، كونها تمثل القوة التي تحرك الفرد و تثيره لممارسة هذا النشاط و الاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة ، وبالتالي الارتقاء بهذا النوع من النشاط ، ونظراً لأهمية الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي ، ووجب من الضروري الاهتمام بها و العمل على إكساب التلاميذ اتجاهات إيجابية نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي ، وذلك لاستثمار الطاقات في نشاط هادف و بناء.

وقد تبين من كل ما استعرضناه فيما يخص الاتجاهات ، أهميتها في توجيه سلوك الفرد وإثارة دافعيته ، حيث تشكل مكون هاماً في العملية التعليمية من مدرسين و أولياء أمور من أجل المساهمة في تشكيل اتجاهات إيجابية و بناء

الفصل الثاني :

التربية البدنية و الرياضية

في المرحلة الثانوية

تمهيد:

تعتبر التربية البدنية والرياضية عنصرا فعال ومهما في حياة الفرد نظرا للفوائد التي تجنيها منها عند ممارستها، سواء من الناحية النفسية أو الاجتماعية والتي تساعد على تكوين شخصية قوية والتكيف والاندماج مع المجتمع، كما تعمل التربية البدنية والرياضية على تطوير القيم الأساسية التي تفيد الأمة كالحرية وروح المسؤولية والمعرفة والأخوة وبذل الجهد.

وحسب آراء علماء علم الاجتماع الرياضي فإن التربية البدنية والرياضية تعمل على التربية الجسمية فقط بل تساهم في عملية التربية العامة فيجب أن نعطي نفس الأهمية للتربية البدنية والرياضية، كما هو الحال في الدول المتقدمة التي أصبحت تتنافس فيما بينها من أجل إبراز تفوقها الحضاري، فممارسة التربية البدنية والرياضية في الثانويات يتضمن الحالة الصحية للمراهقين والحفاظة عليها وتنمية القدرات الحركية والنفسية وتحسين العلاقات الاجتماعية، والبعض يرى أن التربية البدنية والرياضية حشو داخل البرنامج الدراسي أو كوقت للراحة بعد دروس مرهقة وذلك نتيجة للجهل الثقافي حول أهمية هذه المادة التي تعتبر بمثابة النظام التربوي الذي يندمج في النظام العام للتربية والذي يهدف بطريقة مباشرة إلى تكوين المراهق في المرحلة الثانوية من جميع النواحي لمواجهة صعوبات وعراقيل الحياة اليومية.

I. ماهية التربية البدنية و الرياضية :

1-التربية العامة:

المقصود بها:

- التربية هي تبليغ الشيء إلى كماله، وهي كلمة مشتقة من الفعل ربى يربوا والذي يعني، وفي العربية معناها: التغذية والتهذيب للزيادة أو النمو وتستخدم عند المفكرين المسلمين بمعنى السياسة أو الإدراك أو التوحيد أو القيادة، أي قيادة الفرد من حالة إلى أخرى.

التربية تقوم على مسلمة مقبولة من طرف المنظرين والمفكرين والمطبقين وهي أن الإنسان قابل للتغيير، إذن الإنسان قابل للتربية، ولكن اختلفت نظرة المفكرين أو الباحثين منذ القدم للتربية، واختلفت تعريفاتهم لها حيث يرى أرسطو: "أنها إعداد العقل لكسب العلم كما تعد الأرض للنبات أو الزرع". (رابح تركي ، 1990.ص10)

ويقول دوركايم: " التربية هي العمل الذي تقوم به الأجيال الناضجة نحو الأجيال التي لم تنضج أو تهيأ بعد الانخراط في سلك الحياة الاجتماعية أو هي تهدف إلى أن يثير أو تنمي لدى الفرد الحالات العقلية والجسمية التي يتطلبها منه مجتمعه السياسي في عمومها ويتطلبها منه مجتمعه المحلي الذي يعده للحياة" . (صالح عبد العزيز عبد المجيد1968، ص 11)

فالتربية ليست خدمة زائدة تقدمها الدولة لأبنائها أو إنما هي عملية بناء الجسم والعقل وجزء لا يتجزأ من بناء المجتمع ككل، بل هي الأساس لأي بناء آخر، ومن ثم كان العمل التربوي عمل إنتاجيا في المقام الأول ويقاس مردوده بمقاييس اقتصادية محفة، ولذا فإن التربية ليست ضرورة اجتماعية أو ثقافية وإنما هي فوق كل ضرورة من ضروريات التنمية الاقتصادية الشاملة للمجتمع مثلما أكده المري الأمريكي " جون ديوي" حيث قال: " المجتمع المتخلف اقتصاديا متخلف تربويا". (صالح عبد العزيز عبد المجيد1968، ص 12)

2- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية والرياضية بين الباحثين حيث عرف Wuest et Bucher (1990) التربية البدنية بأنها هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط، وهو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك، وذكرت " لو مبكين" أن البعض يرى أن التربية البدنية والرياضية إنما هي مرادف للتعبيرات مثل: التمرينات، الألعاب، المسابقات الرياضية، وبعد تعريفها لكل هذه التعبيرات أوضحت أن تضمين هذه المكونات في برامج التربية البدنية والرياضية يعتمد على كون هذه البرامج منظمة أو عفوية تنافسية أو غير تنافسية، إجبارية أو اختيارية داخل نطاق المجال الوظيفي أو خارجة وغير ذلك من المتغيرات، ولكنها أبت إلى أن تبدي برأيها في صياغة التعريف على النحو التالي:

"التربية البدنية هي العملية التي يكسب من خلالها الفرد أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني".

ومن تشيكوسلوفاكيا (السابقة) يبرز تعريفا كوبسكي كوزليك بأن التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفا تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف. (قاسم حسن البصري 1979، ص 19)

ومن فرنسا وضع روبرت بويان بأن التربية البدنية هي: " تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفس حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد". (محمد الحماعي 1996 ص 45)

ومن بريطانيا ذكر بيتر أرنولد تعريفا للتربية البدنية حيث يرى بأنها: " ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية، العقلية، الاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط المباشر". (أمين أنور الحولي 2001، ص 36)

ومن هنا نجد أن التربية البدنية والرياضية لم تنحصر في مفهوم واحد، وإنما تعددت مفاهيمها بين العديد من الباحثين فكل منهم أعطى رأيه الخاص، ولكنهم يتفقون في مضمون واحد مفاده أن التربية

البدنية تعمل على إنشاء الفرد وتكوينه في جميع المجالات البدنية، الاجتماعية، الانفعالية، العقلية من خلال النشاط البدني حتى يكون مواطناً صالحاً يخدم وطنه.

3- أهداف التربية البدنية والرياضية وأبعادها:

3-1- الأهداف:

السعي من وراء تدريس مادة التربية والبدنية والرياضية في نطاق المقارنة بالكفاءات المعتبرة هو تحقيق النوايا التربوية الشاملة في إطار تكميلي مع المواد التعليمية الأخرى، وهي تهدف إلى تنمية الكفاءات الخاصة في عدة جوانب: (أمين أنور الحولي 2001، ص 39)

3-1-1- الجانب النفسي الحركي:

- تنمية القدرة الحسية والفكرية.
- تنمية قوة الإدراك، التوازن، التنسيق، إنجاز حركات مختلفة الأشكال والأحجام.
- القدرة على اتخاذ القرار المناسب للفعل المرغوب فيه.
- تهدف إلى تنمية الحركات المختلفة.
- تسمح بإكساب خبرات حركية تؤهل التلميذ للاستجابة لكل الحالات والوضعية المتاحة والتعبير عن إمكانياته الحركية في محيط يسمح له بتنمية وتطوير كفاءاته.

3-1-2- الجانب الوجداني:

- نفس عاطفي، للتعبير عن الثقة بالنفس في التسيير التنظيم، التحكم في إمكانياته.
- اجتماعي عاطفي، للتعبير عن قدرة التعايش مع الجماعة والاندماج فيها بفضل تبني المسؤوليات والأدوار المفيدة التي تخدمه.
- تهدف إلى المشاركة الطوعية في الحياة الاجتماعية.

- تسمح بإكساب خبرات وعلاقات تؤهل التلميذ للاندماج في الجماعة وممارسة حق العضوية، الرغبة في التكيف مع الوضعيات الصعبة التي تقتضي على العلاقات الاجتماعية الإيجابية في الجماعة والمجتمع.
(مناهج السنة الأولى من التعليم المتوسط 2003، ص 78)

3-1-3- الجانب المعرفي:

القدرة في التعرف على النشاطات البدنية والرياضية المقترحة، القدرة على توظيف المعارف العلمية والمعلومات القبلية والآنية المرتبطة بهذه النشاطات، القدرة على معرفة طرق تنظيم وتسيير العمل وحسن التبليغ.

تهدف إلى ضمان الصحة والوقاية والأمن.

تسمح بإكساب توظيف المعارف عند مواجهة المواقف، إمكانية تحرر عدة حلول والواجبات باستثمار المعلومات المكتسبة، القدرة على تكييف تصرفاته الحركية والمعرفية داخل وخارج الحيز المدرسي، ويأتي ذلك عن طريق ممارسة سلوكيات اجتماعية بواسطة النشاطات البدنية والرياضية.

3-2- الأبعاد: كما تساهم المادة في تنمية الكفاءات المناسبة للأبعاد التربوية في إطار التكوين الشامل.

3-2-1- بعد المواطنة:

عناصره التنموية هي البعد الوطني، البعد العالمي، البعد الديمقراطي، والهدف منها تكوين المواطن الصالح النزيه والمحب لوطنه والمتفتح على العالم والإحساس بالانتماء الاجتماعي.

3-2-2- البعد الاجتماعي:

تكمّن عناصره التنموية في التربية البدنية والبيئية، التربية العلمية، التربية السكانية والتنموية والاستهلاكية، التربية الصحية والوقائية، الهدف منها توظيف المعارف من خلال المواد التعليمية المقترحة على التلميذ.

3-2-3 البعد الخلفي:

تكمن عناصره التنموية في حسن تعامله مع المحيط والأفراد، والتحكم في الانفعالات أثناء المواجهة، حسن التعرف في المواقف الصعبة، دعم الأدوار الإيجابية لفائدة الجماعة، والهدف منها تنمية القدرات والاندماج والانتماء الاجتماعي.

4- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة:

تعد التربية البدنية والرياضية جزءا لا يتجزأ من التربية العامة، حيث أن هذه الأخيرة عبارة عن عملية تربوية تتم عند ممارستها أوجه النشاطات البدنية التي تنمي وتصون جسم الإنسان، فعن طريق برنامج التربية البدنية والرياضية الموجه توجيهها صحيحا وسليما بكسب الأطفال والمراهقين المهارات اللازمة لقضاء أوقات فراغهم بطرق مفيدة، كما أنهم يشتركون في نشاطات التحسين من سلوكياتهم المعيشية، وللحصول على أقصى فائدة تربوية من التربية البدنية والرياضية والتربية العامة مرتبطين ببعضهما ارتباطا واضحا ومتفقتين الغرض والمعنى الذي يحدد تنمية وتطوير وتكيف الفرد من كل النواحي، سواء الجسمية أو الاجتماعية أو الانفعالية، وذلك عن طريق النشاطات الرياضية المختارة بعرض تحقيق أسما القيم الإنسانية وذلك تحت إشراف مؤهلات تربوية (رابع تركي ص 112)

5- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق:

إن التربية البدنية والرياضية هي جزء من التربية العامة وميدان يهدف لتكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق أنواع النشاطات البدنية التي اختيرت لغرض تحقيق هذه الأهداف المدرسية فهي تحقق النمو الشامل والمتزن للتلاميذ وتحقق اختياراتهم البدنية والرياضية التي لها دور هام جدا في عملية التوافق بين العضلات والأعصاب وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلاميذ من حركات، وهذا من الناحية البيولوجية، إذن فممارسة التربية البدنية والرياضية لها تأثير على جسم وسلوك المراهق من الناحية البيولوجية، وكذا فهي تؤثر على الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ.

6- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية:

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية الرياضية في المدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة وأن يكتسبوا المهارات التي تنظمها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من مصاعب مباشرة وغير مباشرة.

وبما أن المنهاج المباشر العام لا يمكن القيام بتدريسه وإكساب التلاميذ كل المهارات المتعددة التي يتضمنها دفعة واحدة لذلك لجأ المختصون إلى تقسيم هذا المنهاج العام إلى مناهج متعددة في كل سنة دراسية، وهي الأخرى جزئت إلى أقسام صغيرة أي إلى مراحل يمكن تنفيذ كل مرحلة (دورة) في الشهر مثلا، ثم قسمت هذه الخطة (الدورة) الشهرية إلى أجزاء صغيرة حتى وصلنا إلى وحدة التدريس أو وحدة اكتساب المهارات الحركية وما يصاحبها من تعليم مباشر وغير مباشر، وهذه الوحدة هي درس التربية البدنية والرياضية، والدرس بهذا المعنى هو حجر واوية في كل مناهج التربية البدنية والرياضية به الخطة الأولى والهامة ولو أردنا أن نبني الفائدة المرجوة في المناهج كلها. لذا وجب أن ندرس التربية البدنية والرياضية إجمالا وتفصيلا وأن نلم بكل ما يمكن من معلومات عن هذا الحجز الأساسي في بناء مناهج التربية البدنية والرياضية. (أحسن شلتوت، حسن عوض 1981، ص 106)

7- برنامج التربية البدنية والرياضية:

إن دروس التربية البدنية والرياضية وما تقدمه من فوائد للتلاميذ في مختلف المجالات تعتبر غير كافية للوصول إلى المرامي التي ذكرناها سابقا هذا لأن التلميذ يعتبر طوقا إلى كل الأنشطة التي تضيء عليه السعادة والبهجة وتكون أكثر تفاعلا وإيجابية متخلصا بذلك من القلق وكذلك كل الضغوطات وخاصة داخل الأقسام إن لم تقل أسوار المدرسة وحتى تؤدي التربية البدنية والرياضية وظيفتها، وضع لها برنامج يستوفي كل النقاط المذكورة وهذا من خلال دعم الدروس بأنشطة داخلية تكون خارج مجال هذا الأخير وكذلك أنشطة خارجية تكون خارج أسوار المدرسة وسنعرض فيما يلي كل عنصر بشيء من التفصيل:

7-1- النشاط الداخلي:

يعتبر النشاط الداخلي امتداد لدرس التربية البدنية والرياضية وتظهر أهميته في مدى استفادة التلاميذ من مختلف أوجه هذا النشاط سواء من الناحية البدنية الحركية، أو النفسية الاجتماعية وغيرها وهو تلك الأوجه من النشاط التي يمارسها التلاميذ وينظفها ويشرف على تلاميذها مدرسو المادة خارج أوقات الدوام الرسمي وغير مفيدة بالجدول الدراسي وتكون داخل أسوار المدرسة ويجب أن لا يتعرض توقيت النشاط الداخلي مع الجدول الدراسي بالمدرسة، فيمكن ممارسة فبل بدأ الدرس الأول وأثناء الحصة أو عقي الدراسة أو فترة العصر حيث يرجع التلاميذ للمدرسة مرة ثانية إذا كانت المدرسة قريبة من بينهم أو أيام الجمعة.

7-2- النشاط الخارجي:

وتعتبر استقرار للنشاط الداخلي ولأنه يقوم على تلك الأنشطة التي يمارسها التلاميذ خارج أسوار المدرسة فهو يتيح للتلميذ اكتساب العديد من القيام التربوية التي تسعى التربية البدنية والرياضية لتحقيقها. ومن هنا يمكن أن نستنتج أن درس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي والخارجي يعتبرون وحدة واحدة يساهم في مجملها في تنمية جميع نواحي التلاميذ، البدنية والمهارية والخططية وكذلك العملية والنفسية والاجتماعية. (تكرو زكي خطايبية 1997 ، ص 151).

8- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: علوم الطبيعة والحياة والكيمياء واللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمدد أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة للمعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة: الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي لأساتذة أعدوا لهذا الغرض. (محمد عرفي بسيوني وآخرون 1990 ، ص 94).

من خلال هذين التعريفين نستنتج أن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأولى في برنامج التربية البدنية والرياضية في مختلف المدارس التعليمية والتي من خلالها يتسنى للأستاذ تعليم وتطوير مستوى الجانب الحركي والمهاري لمختلف الفعاليات الرياضية، وذلك في حدود أساليب وطرق تعليمية من تمارين وألعاب بسيطة.

9- ماهية وأهمية حصة التربية البدنية والرياضية:

للحصة التربية البدنية والرياضية أهمية خاصة تجعلها تختلف عن باقي الحصص الأخرى تتضح من خلال تعاريف بعض العلماء نجد من بينهم "محمود عوض البسيوني" والذي يقول: تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل العلوم، الكيمياء واللغة ولكن تختلف عن هذه المواد بكونها تمد التلاميذ مهارات وخبرات حركية ولكنها تدمهم أيضا الكثير من المعارف والمعلومات بتكوين جسم الإنسان وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمارين والألعاب المختلفة، التي تتم تحت الإشراف التربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض. (محمود بسيوني وآخرون ص 09)

ويحدد " أحمد خاطر" أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في اكتساب التلاميذ القدرات الحركية وينطلقون بكل قوائم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر حظا من غيرهم. (أحمد خاطر 1988، ص 18)

أما أهمية حصة التربية البدنية والرياضية تتجلى عند " كما عبد الحميد" إن حصة التربية البدنية والرياضية في المنهاج المدرسي هو توفير العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع، فيما يتعلق بهذا البعد ومن الضروري الاهتمام بتقويم التكيف البدني والمهاري وتطور المعلومات. (ناهد محمود سعد، نبلي رمزي فهمي 1968، ص 64)

ويستخلص الباحث بأن حصة التربية البدنية والرياضية تطمح من خلال كل تطبيقاتها أن تكون ذلك الفرد المتكامل من جميع النواحي وهذا بالقضاء على جميع النقائص لدى الفرد خلال مراحل الثلاثة.

10- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:

تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيق ولو جزء من الأهداف التعليمية والتربوية مثل الارتقاء على الكفاءة الوظيفية للأجهزة الداخلية للمتعلم وكذا إكسابه المهارات الحركية وأساليب السلوكية السوية، وتمثل أهداف الحصة فيما يلي:

10-1- أهداف تعليمية: إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية والرياضية هو رفع القدرة

الجسمانية للتلاميذ بوجه عام وذلك بتحقيق مجموعة الأهداف الجزئية الآتية:

- تنمية الصفات البدنية مثل: القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة والمرونة.
- تنمية المهارات الأساسية مثل: الجري، الوثب، الرمي، التسلق، المشي.
- تدريس وإكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية، صحية وجمالية. (ناهد محمود سعد، نيلي رمزي فهمي 1968، ص 65)

والتي يتطلب إنجازها سلوكا معينا وأداء خاصا، وبذلك تظهر القدرات العقلية للتفكير والتعرف، فعند تطبيق خطة في الهجوم أو الدفاع في لعبة من الألعاب تعتبر موقفا يحتاج إلى تعرف سليم والذي يعبر عن نشاط عقلي إزاء الموقف. (عباس أحمد السمرائي، بسطويس أحمد بسطويس 1984، ص 80)

10-2- أهداف تربوية: إن حصة التربية البدنية والرياضية لا تغطي مساحة زمنية فقط، ولكنها تحقق

الأهداف التربوية التي رسمتها السياسات التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات وهي كالآتي: (محمود بسيوني وآخرون ص 94)

10-3- التربية الاجتماعية والأخلاقية:

إن الهدف الذي تكتسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية، والتكيف الاجتماعي يقترن مباشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، وبما أن حصة التربية البدنية حافلة بالمواقف التي تتجسد فيها الصفات الخلقية وكان من اللازم أن تعطي كلاهما صيغة أكثر دلالة، ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون، التضحية، إنكار الذات، الشجاعة والرغبة في تحقيق إنجازات عالية، حيث يسعى كل عنصر في

الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز، وبالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية أن يحقق أهداف الحصة. (عدنان درويش وآخرون 1994، ص 30)

10-4- التربية لحب العمل:

حصة التربية البدنية والرياضية تعود التلميذ على الكفاح في سبيل تحطيم المصاعب وتحمل المشاق، وخير دليل على ذلك هو تحطيم الرقم القياسي، الذي يمثل تغلبا على الذات، وعلى المعوقات والعراقيل، وهذه الصفات كلها تهيئ التلميذ لتحمل مصاعب العمل في حياته المستقبلية وتمثل المساعدة التي يقوم بها التلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية كإعداد الملعب وحمل الأدوات وترتيبها عملا جسمانيا يربي عنده احترام العمل اليدوي وتقدير قيمته.

10-5- التربية الجمالية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تطوير الإحساس بالجمال، فالحركة الرياضية تشمل على العناصر الجمالية بصورة واضحة، من انسياب ورشاقة وقوة وتوافق وتتم هذه التربية الجمالية عن تعليقات الأستاذ القصيرة، كان يقول هذه الحركة جميلة. وتشمل التربية الجمالية أيضا على تحقيق نظافة المكان والأدوات والملابس في حصة التربية البدنية حتى ينمو الإحساس بالجمال الحركي. (ناهد محمود سعد، نبلي رمزي فهمي 1968، ص 67)

11- الطبعة التربوية للتربية البدنية والرياضية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية لها نفس مهام التربية وهذا من خلال وجود التلاميذ في جماعة، فإن عملية التفاهم تتم بينهم في إطار القيم والمبادئ للروح الرياضية، التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية بحيث تقوم على تنمية السمات الأخلاقية كالطاعة والشعور بالصدقة والزمانة والمثابرة والمواطنة، وتدخل صفة الشجاعة والقدرة على اتخاذ القرار ضمن عملية تأدية الحركات والواجبات مثل: القفز في الماء والمصارعة، حيث كل من هذه الصفات لها دور كبير في تنمية الشخصية للتلميذ. (محمود بسيوني وآخرون ص 95)

12- أغراض حصة التربية البدنية والرياضية:

إن لحصة التربية البدنية والرياضية أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولاً ثم على المجتمع كله ثانياً.

ولقد وضع الكثير من الباحثين والمفكرين هذه الأغراض الخاصة بحصة التربية البدنية والرياضية فحدد كل من "عباس أحمد صالح السمراي" و " بسطوسي أحمد بسطوسي".

أهم هذه الأغراض فيما يلي: الصفات البدنية، النمو الحركي، الصفات الخلقية الحميدة، الإعداد والدفاع عن الوطن، الصحة والتعود على العادات الصحية السليمة، النمو العقلي، التكيف الاجتماعي. (عباس أحمد السمراي ص 73)

ويمكن تلخيص أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية كالآتي:

12-1- تنمية الصفات البدنية: ويرى "عباس أحمد السمراي" و "بسطوسي أحمد بسطوسي" أن أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية: تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة وتقع أهمية هذه الصفات أو العناصر وتنميتها في مجال الرياضة المدرسية.

ليس فقط من واقع علاقتها بتعلم المهارات والفعاليات الرياضية المختلفة الموجودة في المنهاج المدرسي، بل يتعدى هذه الأهمية لحالة التلميذ إليها في المجتمع. (عباس أحمد السمراي ص 74)

وتقول "عنايات محمد أحمد فرج" الغرض الأول الذي تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية، ويقصد بالصفات البدنية، الصفات الوظيفية لأجهزة جسم الإنسان وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالسمات النفسية والإرادية للفرد. (قاسم المندلوي وآخرون 1989، ص 21)

وعن مميزات النمو العقلي للفئة العمرية (15-18) سنة يقول "محمد حسن العلاوي" مايلي:
تتضح القدرات العقلية المختلفة وتظهر الفروق الفردية في القدرات، وتتكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والرياضية والاهتمام بالمتفوق الرياضي واتضح المهارات البدنية. (محمد حسن علاوي 1992، ص 21)

12-2- تنمية المهارات الحركية:

يعتبر النمو الحركي من الأعراض الرئيسية لحصة التربية البدنية والرياضية، ويقصد بالنمو الحركي تنمية المهارات الحركية عند المتعلم، والمهارات الحركية تنقسم إلى مهارات حركية طبيعية والفطرية والتي يزاولها الفرد تحت الظروف العادية، مثل العدو، المشي، القفز...

أما المهارات الرياضية فهي الألعاب أو الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ، ولها تقنيات خاصة بها، ويمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية. (عباس أحمد المراني، بسطوسي أحمد بسطوسي، ص 27)

وترى "عنايات محمد أحمد فرج" في هذا الموضوع ما يلي: ويتأسس تعليم المهارات الحركية على التنمية الشاملة للصفات البدنية. (عنايات محمد أحمد فرج ، ص 12)

12-3- النمو العقلي:

إن عملية النمو معقدة ويقصد بها التغيرات الوظيفية والجسمية والسيكولوجية التي تحدث للكائن البشري، وهي عملية نضج القدرات العقلية، ويلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دورا إيجابيا وفعالا في هذا النمو بصورة عامة، والنمو العقلي بصورة خاصة.

13- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية:

لقد تحددت فوائد وواجبات حصة التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوائم التلاميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها داخل وخارج المؤسسة مثل القفز، الرمي، الوثب.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، المرونة... الخ.
- التحكم في القوائم في حالي السكون والحركة.

- اكتساب المعلومات والحقائق والمعارف على الأسس الحركية، والبدنية وأحوالها الفيزيولوجية والبيوميكانيكية.

- التعود على الممارسة المنتظمة للأنشطة الرياضية والتعاون مع الآخرين.

- تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة الرياضية. (محمود عوض البسيوني وآخرون ، ص 96)

ومما سبق ذكره يتبين لنا أن التربية البدنية تؤدي وظيفتها القائمة على أسس علمية قادرة على إعطاء تفسيرات واضحة وأهميتها وجوهرها داخل المنظومة التربوية.

14- بناء حصة التربية البدنية والرياضية:

حصة التربية البدنية أو خطة العمل هي عبارة عن مجموعة من التمارين المختارة المرتبة حسب قواعد موضوعة ذات أغراض معينة لها، وتنقسم الحصة إلى ثلاثة أجزاء: الجزء التحضيري، الجزء الرئيسي، الجزء الختامي.

14-1- الجزء التحضيري:

في هذا القسم يتبع الأستاذ ثلاثة مراحل قبل الدخول بالتلاميذ إلى القسم الرئيسي، فالمرحلة الأولى مرحلة إعداد التلاميذ تربوياً، إذ يتخللها تطبيق النظام كتبديل الملابس، الدخول في الصف حسب تسلسله، الدخول إلى الملعب والمرحلة الثانية هي مرحلة الإحماء، وتشمل أجهزة الجسم المختلفة استعداداً للنشاط المبرمج للوقاية من الإصابات المفاجئة، وعليه وجب التدرج في العمل أما المرحلة الثالثة فهي الدخول في بداية الجزء الرئيسي.

في حالة استخدام تدريبات الإعداد البدني في الجزء التحضيري بالحصة يراعى ما يلي:

- أن تعمل على تحسين الصفات البدنية لدى التلاميذ.

- أن تكون على هيئة منافسات بين التلاميذ.

- أن يكون روح التعاون في الجماعة بين التلاميذ.
- أن يكون تقويم ذاتي بين التلاميذ في بعض التدريبات.
- أن تتضمن المكونات البدنية التالية: القوة العضلية، الجهاز العضلي، الجهاز الدوري التنفسي، الرشاقة، المرونة، القدرة، السرعة، التوافق، الدقة، التوازن. (محمود عوض البسيوني وآخرون ، ص 110)
- أن تؤدي باستعمال بعض الأدوات، وأن تؤدي والتلاميذ في حالة انتشار حربي الملعب وليس على هيئة تشكيلات.

14-2- الجزء الرئيسي:

في هذا الجزء يحاول الأستاذ تحقيق جميع الأهداف التي تم تحديدها مسبقاً، ولا توجد قاعدة عامة لبناء هذا الجزء من الحصّة حتى تطبق على جميع الحصص، ولا يوجد ترتيب معين للأغراض والأهداف، فمثلاً تنمية القدرات الحركية وتعليم تكتيك رياضي، أو توصيل وتحصيل المعلومات والمساهمة في تكوين الشخصية وكما يشمل هذا الجزء على قسمين (عفاف عبد الكريم 1989، ص 506)

14-2-1- النشاط التعليمي:

يقوم هذا النشاط على المهارات والخبرات التي يجب تعليمها سواء كانت لعبة فردية أو جماعية، وهي تعبر عن أسلوب الأستاذ لتوصيل المادة المتعلمة، "بالشرح والتوضيح"، وبعد الشرح والعرض والإيضاح يبدأ التلاميذ بتنفيذ الحركات والأنشطة سواء كانوا في مجموعات أو على مجموعة واحدة، ويجب على الأساتذة الالتزام بالنقاط التالية:

- متابعة حركة التلاميذ أثناء الأداء موضحاً الخطوات التقريبية وصلب الحركة ونهايتها.
- تنظيم حركة التلاميذ أثناء الأداء من حيث الدخول والعودة.
- يقوم الأستاذ بتصحيح الأخطاء التي يقع فيها التلاميذ. (محمود عوض البسيوني وآخرون ص 114)

- يوضح الأستاذ الطريقة الصحيحة، وذلك بالاستعانة بأحسن التلاميذ، أو تكون المساعدة دورية إذا كانت الحركة بسيطة وليست خطيرة.

- إن النشاط التعليمي له عدة مزايا يمكن للأستاذ أن يستعين بها، وتستعملها لصالح التلاميذ وذلك من خلال.

- السماح للأستاذ بالإشراف على التلاميذ وخاصة ذوي الإمكانيات المحدودة.

- السماح للتلاميذ بالأداء الصحيح للمهارات، وإعطائهم الفرصة لمشاهدة بقية أفراد الصف.

14-2-2- النشاط التطبيقي:

ويقصد به نقل الحقائق والشواهد والمفاهيم بالاستخدام الواعي للواقع العلمي ويتم ذلك في الألعاب الفردية كألعاب القوى والألعاب الجماعية ككرة القدم، وهو يتميز يروح التنافس بين مجموعة التلاميذ والفرق حسب الظروف.

يجب على الأستاذ مراعاة كيفية تطبيق التلاميذ للمهارات المكتسبة حديثاً ويتدخل في الوقت المناسب عند حدوث أي خطأ يصاحب هذا النشاط إتباع القواعد القانونية لكل لعبة، كما يتطلب الجانب الترويحي والحرص على شعور التلاميذ بالمتعة وهذا بالإضافة إلى إتباع قواعد الأمن والسلامة.

14-2-3- الجزء الختامي:

يهدف هذا القسم إلى تهيئة أجهزة الجسم الداخلية، وإعادتها بقدر الأماكن إلى ما كانت عليه سابقاً، ويتضمن هذا الجزء تمارين التهيئة بأنواعها المختلفة كتمارين التنفس والاسترخاء وبعض الألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ، وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بإجراء تقويم النتائج التربوية، ويشير إلى الجوانب الإيجابية والسلبية والأخطاء التي حدثت أثناء الحصة وختام الحصة يكون شعار للفعل أو نصيحة ختامية. (محمود عوض البسيوني وآخرونص 115)

كما أخذت الدراسات الحديثة بعين الاعتبار الساعة التي تلي حصة التربية البدنية والرياضية إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز والانتباه، فيجب التهذئة والاسترخاء.

أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي، فيمكن تصعيد الجهد عن طري ألعاب سريعة تثير وتشد انتباه التلميذ (أسامة كامل راتب، 1990 ص 161)

15- تحضير حصة التربية البدنية والرياضية:

يتطلب ذلك أن يكون الأستاذ متمكنا من مادته مخلصا في بذل الجهود، ديمقراطية في تعليمه ومعاملاته، ولكي يكون التحضير ناجحا من الناحية التربوية والنظامية يجب مراعاة ما يلي:

- اشتراك التلاميذ في وضع البرنامج فهذه العملية الديمقراطية فيها تدريب لشخصية التلميذ، فهي تشعره بأن هذا البرنامج برنامجه، وأنه لم يفرض عليه، بل اشترك في وضعه فيكون تفاعله معه قويا، فيقل بذلك انصرافه عن النشاط الموضوع إلى نشاط آخر أو بمعنى آخر الخروج عن النظام والموضوع.

- أن تكون أوجه النشاط ملائمة لمواصفات ومميزات أطوار النمو والتطور للمرحلة التي وضع لها البرنامج فإعراي ميولهم ورغباتهم وقدراتهم وهذا يجعل التلاميذ يرون هدفا يتماشى مع ما يحبونه فيقبلون على النشاط بروح عالية.

- إدخال أوجه النشاط التي تحتوي على المنافسة، حيث يؤدي ذلك إلى جعل الموقف التربوي مشحونا بالانفعال مما يضمن عدم انصراف التلاميذ من الحصة.

- أن يكون في الحصة أوجه نشاط كافية لكل تلميذ خلال الفترة المخصصة لها. (مروان عبد المجيد إبراهيم 2006، ص 203)

II. المرحلة الثانوية :

1 - خصائص و مميزات المرحلة العمرية (18 سنة) :

تعتبر هذه المرحلة مرحلة ثبات و ظهور الصفات الجنسية الخاصة ، إن أول أمور الثبات لهذه المرحلة اجتياز التناقص في التصرف الحركي، كما يستحسن لدى المراهقين الشعور بتقدير الوضعية بشكل

موضوعي، و التصرف طبقا لذلك مع التقيد بمتطلبات المستوى سواء كان ذلك في درس التربية البدنية أو التدريب ، و يظهر هذا بتطوير الاستعداد للتعلم ، و التفاني للحصول على المستوى العالي . (ناصر عبد القادر 1995 - ص 30)

1-1) النمو الجسمي :

تتميز هذه المرحلة بالبطء في معدل النمو الجسمي و يلاحظ استعادة الفتى لتناسق شكل الجسم، كما تظهر الفروق المميزة في تركيب الجسم بين الفتى و الفتاة بصورة واضحة ، ويزداد نمو عضلات الجذع و الصدر و الرجلين بدرجة كبيرة من نمو العظام ، حتى يستعيد الفرد اتزانه الجسمي . (محمد حسن علاوي 1992 ، ص 146)

مظاهره : - تتباطأ سرعة النمو الجسمي نسبيا عن المرحلة السابقة .

- يزداد الطول و الوزن عند كل من الجنسين .

- تزداد الحواس دقة و إرهافا كالمس ، و الذوق ، و السمع .

- تتحسن الحالة الصحية للمراهقين .

2-1) النمو الحركي :

في هذه المرحلة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك ، و الاضطراب الحركي ، و تأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية في التحسن و الرقي لتصل إلى درجة عالية من الجودة ، كما يرتقي مستوى التوافق العضلي العصبي إلى درجة كبيرة . (كورت ماينل 1987 ، ص 181)

مظاهره :

تصبح حركات المراهق أكثر توافقا و انسجاما ، و يزداد نشاطه وقوته ويزداد إتقان المهارات الحركية كما تزداد سرعة زمن الرجوع ، وهو الزمن الذي يمضي بين المثير و بين الاستجابة لهذا المثير .

3-1) النمو الفسيولوجي :

يتابع النمو في هذه المرحلة تقدماً نحو النضج.

مظاهره :

- تزداد الشهية و الإقبال على الأكل ، و يرتفع ضغط الدم تدريجياً .
- ينخفض معدل النبض قليلاً عن ذي قبل .
- يقل عدد ساعات النمو عن ذي قبل ، و يثبت عند حوالي (8 ساعات) . (حامد عبد السلام زهران و عبد الخالق ثروت 1995، ص 374)

4-1) النمو النفسي و الاجتماعي :

نلاحظ في هذه المرحلة التوازن من الناحية النفسية ، كما نلاحظ القدرة على الانضمام والتأقلم في الجماعات و التعامل معها بطريقة ايجابية . (محمد عوضي بسيوني و فيصل ياسين الشاطي 1992.ص 54)

و على العموم فان هذه المرحلة من العمر تتميز بأخذ الجسم النامي لكل الصفات الخاصة بسن الرجولة حيث يستوي الهيكل العظمي و يأخذ شكله النهائي و ذلك اثر الزيادة في الحجم العظمي و العضلي، مما يسمح بالعمل المكثف على تطوير القوة العضلية بكامل أنواعها (القوة الانفجارية ، قوة السرعة ، قوة التحمل)، و صفتا السرعة و التحمل يتواصل العمل بهما و ذلك للمحافظة على المستوى الذي وصل إليه الرياضي، كما أن مجال استعمال القوة و السرعة يتناسب مع هدف الحركة ، أسلوب العمل الشخصي، كما تظهر بوضوح أيضا الزيادة في الدقة الحركية . (- EDGAR THIL & ANT – P 283) (296)

2 - أقسام المراهقة :

لقد اختلف العلماء في تحديد فترة المراهقة من حيث بدايتها و مدة دوامها وسنة نهايتها لعدم وجود مقياس موضوعي خارجي تخضع له هذه القياسات ، وإنما أخضعوها لمجال دراساتهم و تسهيلات لها، فهناك من اتخذ أساس النمو الجسمي كمعيار ، ومنهم من اتخذ النمو العقلي كمعيار آخر، و لكن اتفقوا

مبدئياً على أن فترة المراهقة هي الفترة التي تبدأ بأول بلوغ جنسي و تنتهي بالنمو الجسمي للراشد .
و فيما يلي نتطرق إلى مختلف أقسام المراهقة و هي :

1-2) المراهقة المبكرة :

تمتد منذ النمو السريع أي مع بداية السنة 13 و الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي سنة أو سنتين بعد البلوغ عند استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد أي مع سن 15، وفي هذه المرحلة المبكرة يسعى المراهق إلى الاستقلال و الخروج من التبعية و الاعتماد على الغير و التخلص من السلطات التي تحيط به، و يظهر لديه إحساس بذاته و كيانه و بصحبها التفتن الجنسي الناتج عن الاستشارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية . (مصطفى زيدان 1990 ، ص 154)

2-2) المراهقة الوسطى :

يطلق عليها كذلك المرحلة الثانوية حيث تبدأ من سن 15 إلى 17، و يميزها ببطء سرعة النمو الجنسي نسبياً في المرحلة السابقة ، و تزداد التغيرات الجسمية من الزيادة في الطول و الوزن و اهتمام المراهق بمظهره و صحة جسمه .

3-2) المرحلة المتأخرة :

و تمتد من سن 18 إلى 21 ، و يطلق عليها مرحلة الشباب و تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة التي يتخذ فيها اختيار مهنة المستقبل و فيها يصل النمو إلى مرحلة النمو الجسمي و يتجه نمو الشباب الانفعالي و تتبلور بعض العواطف الشخصية مثل الاعتناء بالمظهر الخارجي ، طريقة الكلام ، الاعتماد على النفس و الميل للعواطف نحو الجماعات الطبيعية و الجنس الآخر (مصطفى زيدان 1990 ، ص 156)

3 - مشاكل المراهقة :

تتميز مرحلة المراهقة بالفوضى و التناقض، فيبحث الفرد عن هواية جديدة كما أن المراهق يحاول تجاوز الأزمات و التوترات بالرياضة و الأعمال الفنية، وفي أول الأزمة التي تبدأ ببطء ثم تنفجر، و يعود سببها إلى الإحساس بالخوف و الخجل فهي مرتبطة بمستوى الذكاء، كما يمكن إرجاع هذه المشاكل إلى عدة عوامل من بينها عوامل نفسية كالعزلة و عوامل اجتماعية كعدم الإمتثالية للمجتمع "العدوانية"، و قد يكون أيضاً

يبحث عن العادات و الذات فيتكون له القلق، و سنلخص أهم العوامل و المشاكل في النقاط التالية :
(ميخائيل خليل معوض 1981 ، ص 72)

1-3) المشاكل النفسية: انطلاقا من العوامل النفسية التي تبدو واضحة في تطوع المراهق نحو التجدد و الاستقلال و تأكيد الذات بشتى الطرق و الوسائل، فالمراهق لا يخضع لأمر البيئة و قوانينها و أحكام المجتمع بل أصبح يقصد الأمور و يناقشها على حسب تفكيره و قدرته، و إذا أحس بان المجتمع يعارضه و لا يقدر مواقفه و أحاسيسه يسعى لان يؤكد بنفسه تمرده و عصيانه، فإذا كانت الأسرة و المدرسة و الأصدقاء لا يهتمون بقدراته و مواهبه و لا يعاملونه كفرد مستقل فهو يجب أن يحس بذاته و أن يتعرف كل الناس على قيمته.

2-3) المشاكل الانفعالية: إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحا في عنف انفعالاته و حدتها و اندفاعها، هذا الاندفاع الانفعالي ليست أسبابه نفسية خاصة، بل يرجع ذلك للتغيرات الجسمية و يتجلى بوضوح في خوف المراهق نتيجة انفعالاته و هي مرحلة مطلوب فيها التفكير في كونه طفل غير مسؤول عن تصرفاته إلى رجل مسؤول عنها، و لاشك أن توتر الآباء و الأمهات قد يترك أثرا في نفس المراهق يترتب على هذا أن نظرتهم إلى الحياة تصبح كئيبة مليئة بالحقد غامرة بالقلق بدلا من أن تكون نظرة تفاؤل و حب و سعادة .

3-3) المشاكل الاجتماعية: في الأسرة نجد المراهق يميل إلى الاستقلال و الحرية و التمرد، و عندما تتدخل الأسرة فانه يعتبر هذا الموقف تصغيرا و انتقادا لقدرته، لذلك نجده يميل إلى النقد و مناقشة كل ما يعرض عليه، أما في المجتمع فنجد المراهق يواجه النقد من المجتمع و العادات و التقاليد و القيم الخلقية و الدينية السائدة لكونه كفرد بانتمائه إلى المجتمع و يؤكد رغبته في التعبير عن ذاته و شخصيته . (ميخائيل خليل معوض 1981 ، ص 73)

4-3) المشاكل الصحية : المشاكل المرضية التي يعاني منها المراهق هي البدانة، إذ يصاب بالسمنة البسيطة و المؤقتة، لكن إذا كانت السمنة كبيرة يجب العمل أكثر و ممارسة الرياضة و زيارة الطبيب المختص

لمعرفة متاعبه، لان لدى المراهق إحساس خانق بان أهله لا يهتمون به . (ميخائيل خليل معوض 1981 ، ص 76)

3-5) المشاكل الحركية : في هذه المرحلة تظهر على المراهق تغيرات و خصوصا المورفولوجية منها بنمو العضلات و زيادة في الطول و الوزن، و تكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة لان نمو العظام في الطول و العمق و الكفاءة يغير النظام الميكانيكي فيما يلي :

أ - الافتقار إلى الرشاقة : ويتضح ذلك بالنسبة إلى الحركات التي تتطلب حسن التوافق لمختلف أجزاء الجسم .

ب - الزيادة المفرطة في التوركات : عادة ما ترتبط الحركات العادية للمراهق بحركات زائدة جانبية و تعني تلك الزيادة الواضحة في الحركات و عدم القدرة على الاقتصاد الحركي .

ج - نقص في القدرة على التحكم : المراهق يبدي صعوبة في اكتساب المهارات الحركية العديدة، و نادرا ما نجد التعلم من أول وهلة كما يظهر ذلك في الخوف الذي يساهم في كسب الحركات الجديدة. (سعيد جلال محمد علاوي، 1978، ص 160)

4 - النشاط البدني ودوره على حياة المراهق :

الحقيقة التي لا شك فيها أن الجسم وحدة متكاملة يرتبط عمل كل جزء فيه بعمل الأجزاء الأخرى، وأشد أنواع المعرفة على المراهق هو ما يحصل بجسمه و خصوصا ما يتعلق بحركاته ، هناك أسس أخرى تؤثر في جسم المراهق ، منها التغذية و الراحة ، ولكن لو تحرينا الأمر لوجدنا أن الحركة هي أهمها و خصوصا بعد التطور العظيم في نمو الفرد و سيطرته على الآلة و تطويعها لخدمته في قضاء حاجته ، و المراهق مثل أي إنسان أصبحت حركته محدودة تكاد تنعدم خاصة بانتشار وسائل الترفيه المختلفة ولا نعجب إذا رأينا ما يعانونه من الأرق و القلق و من الأمراض العصبية والقلبية ، و السبب في هذا واضح و هو قلة الحركة ، وإن تحركوا لقضاء حوائجهم اللازمة لحياتهم فان حركتهم تكون محدودة ، و هذا ما يحدث الضرر على أجسادهم . (ويليام ماسترز ، رالف بيترز 1977 / ص 130)

خلاصة:

لقد تطرقنا إلى مفهوم التربية البدنية وعرفنا أهميتها وأسسها العلمية وأهدافها التربوية، وعلاقتها بالتربية العامة والدور الفعال الذي تلعبه في تكوين الشخصية القوية والمواطن الصالح بدنيا وعقليا وخلقا ونفسيا واجتماعيا وعرفنا أن للتربية البدنية والرياضية نفس الأهداف والغايات التي تسعى إليها التربية العامة في إعداد شخصية الفرد المراهق، وهذا ما قدمنا إلى القول بأن التربية البدنية والرياضية هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة، ولا يمكن الاستغناء عنها في تكوين شخصية المراهق وتنشئته تنشئة اجتماعية سليمة تجعل منه مواطنا صالحا لمجتمعه بصفة خاصة ولأمته بصفة عامة.

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث:

الاجراءات الميدانية والجانب

المنهجي

تمهيد :

بعد محاولتنا لتغطية الجانب النظري لهذه الدراسة سنحاول في هذا الجزء أن نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي، بالقيام بدراسة ميدانية وذلك عن طريق توزيع مقياس وهو مقياس لقياس الاتجاهات النفسية على تلاميذ المرحلة الثانوية ولقد تمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها، ومن ثم تقديم مناقشة وتحليل النتائج المتوصل إليها من خلال المقياس وفي الأخير نقوم بعرض الاستنتاج وسنحاول في توضيح مدى صدق الفرضيات التي تضمنتها هذه الدراسة ومدى تحقق هذه الفرضيات.

1- الدراسة الاستطلاعية :

إن أي دراسة استطلاعية يقوم بها الباحث على عينة مشاهجة لعينة بحثه و إعادة تطبيقها بعدة مدة معينة و ذلك للأسباب التالية :

- 1 - التأكد من صدق وثبات المقياس على عينة البحث المختارة و لموضوع البحث
- 2- معرفة مدى ملائمة المقياس مع واقع و عينة البحث
- 3- التعرف على المشكلات و المواقف التي قد يتعرض لها الباحث أثناء تطبيق المقياس على عينة البحث.
- 4- وضع الحلول و التعديلات المطلوبة في حالة وجود ما يعترض الباحث أثناء تطبيق المقياس في الدراسة الاستطلاعية.

5- معرفة متوسط الزمن المتطلب للإجابة على المقياس

6- الوصول إلى أنسب الطرق المنظمة لتحديد هيكل العمل المطلوب و القوائم على توزيع و جمع الاستمارات و تنفيذ المقياس بدقة و في سهولة و يسر على عينة البحث.

أما فيم يخص الدراسة الاستطلاعية التي تخص بحثنا هذا فيمكننا أن نقول أن هذا المقياس ملائم لهذه الدراسة هو مقياس كينيون ملائم لدراستنا كونه وضع في بيئة جغرافية واحدة في الجزائر و كذلك نفس العينة أي تلاميذ الثانوي.

2- المنهج العلمي المتبع :

يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة العمليات و الخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه و بالتالي فالمنهج ضروري للبحث إذ هو الذي ينيير الطريق و يساعد الباحث في ضبط أبعاد و مساعي و أسئلة و فروض البحث.

و نبحث الدراسة الحالية المنهج الوصفي المسحي، و هذا الملائمة لطبيعة موضوع الدراسة و نوع المشكل المطروح.

و الذي عرفه محمود عوض بسيوني: " هو كلاستقصاء ينصب على ضاهرة من الضواهر التعليمية كما هي في الوقت الحاضر قصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديدا لعلاقة بينها و بين الظواهر الاخرى" (محمد عوض بسيوني، 1992، ص-105)

3- مجتمع وعينة البحث :

3-1. مجتمع البحث:

إن مجتمع البحث في لغة العلوم الإنسانية هو (مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تتركز عليها الملاحظات) أو هي مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي تجري عليها أو التقصي (موريس أنجرس ، 2001 ص 298)

ويواجه الباحث عند شروعه في القيام ببحثه مشكلة تحديد نطاق العمل أي اختيار مجتمع البحث أو العينة وفي هذا الأساس يتكون مجتمع بحثنا من جميع التلاميذ السنة الثالثة ثانوي و تلاميذ السنة الاولى ثانوي بالنسبة لثانويات دائرة طولقة .

3-2- عينة البحث:

لقد تم اختيارنا لخمس ثانويات دائرة طولقة بشكل عشوائي ثم إختيار عينة البحث على النحو التالي :

1- عينة لتلاميذ السنة أولى ثانوي : لقد تم إختيار هذه العينة بالطريقة العشوائية من خلال قوائم التلاميذ و بلغ أفراد العينة 60 تلميذا 30 للذكور و 30 للإناث كما هو موضح في الجدول رقم 01.

2- عينة لتلاميذ السنة ثالثة ثانوي: لقد تم إختيار العينة عشوائيا التي بلغ مجموعها 100 تلميذ مقسمة بين 50 ذكور و 50 للإناث

و منه فقد بلغ أفراد العينة الكلية للدراسة: 160 تلميذ و تلميذة تم إختيارهم من خلال القوائم

الفصل الثالث _____ الاجراءات الميدانية والجانب المنهجي

جدول رقم (1) : يمثل توزيع عينة البحث على مؤسسات التعليم الثانوي لدائرة طولقة:

مستوى السنة الثالثة ثانوي		مستوى السنة الأولى ثانوي		مؤسسات التعليم الثانوي
الإناث	ذكور	الإناث	ذكور	
10	10	6	6	ثانوية محمد العربي بعيرير
10	10	6	6	ثانوية شكري محمد
10	10	6	6	ثانوية طولقة الجديدة
10	10	6	6	متقن الحاج المقراني
10	10	6	6	ثانوية الزعاطشة بليشانة
50	50	30	30	المجموع

4-مجالات البحث:

4-1-المجال المكاني: أجريت الدراسة بخمسة ثانويات دائرة طولقة و هي على التوالي:

- ثانوية محمد العربي بعيرير
- ثانوية شكري محمد
- ثانوية طولقة الجديدة
- متقن الحاج المقراني
- الزعاطشة بليشانة

و تم إختيار هذه الثانويات أين وجدنا بها تسهيلات كبيرة خاصة وأن معظم الاساتذة الذين يشتغلون بهذه المؤسسات من خريجي معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية لولاية بسكرة ، مما سهل لنا

الجانب التطبيقي ، خاصة التحكم في التلاميذ و إستعادة الاستمارات و اسغلال الوقت الجيد أي إجراء الدراسة أثناء سير حصص التربية البدنية و الرياضية .

4-2 المجال الزمني : تمت دراستنا هذه خلال الفترة الزمنية الممتدة من الشروع في جمع المادة العلمية و ضبط أدوات البحث و تحديد الاطار المنهجي للبحث، أما الجانب التطبيقي الذي إنطلقنا فيه بتاريخ 21 أبريل 2019 إلى غاية 02 ماي 2019 حيث تم توزيع الاستمارات على التلاميذ بالثانويات المذكورة آنفا و الممثلة لمقياس قياس الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي ثم جمع كل الاستمارات و الشروع في تفرغها و تطبيق العملية الاحصائية لضبط النتائج و اجراء عملية العرض و التحليل .

5- متغيرات الدراسة :

استنادا على فرضية البحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين إثنين أحدهما مستقلا و الآخر تابع .

• تعريف المتغير المستقل :

متغير يجب أن يكون له تأثير في المتغير التابع وهو الأداء الذي يؤدي التغير في قيمتها إلى إحداث التغير و ذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة به (عروس عبد الغفار و رحمان معمر خلف

2005.ص60)

تحديده :الجنس و المستوى.

• المتغير التابع :

متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى ،حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قيم المتغير التابع (عروس عبد الغفار و

رحمان معمر خلف 2005.ص60)

تحديده : الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

6- أدوات البحث:

لدراسة الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي قام الباحث باستخدام مقياس كينيون للاتجاهات نحو
لنشاط الرياضي

6-1- وصف المقياس:

مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني وضعه في الأصل جيرالد كينيون Gerald Kenyon عام
1968 و اعد صورته إلى العربية د محمد حسن علاوي

و قد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني الرياضي يمكن تبسيطه إلى مكونات أكثر
تحديدا و أوضح معنى كما يمكن تقسيمه إلى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا.

و هذه المكونات أو الفئات الفرعية توفر مصادر متعددة وذات فوائد متباينة تختلف من فرد إلى آخر
أي إن النشاط البدني الرياضي يصبح بهذا المفهوم خبرة تختلف من شخص إلى آخر و قد يكون ذلك على
أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية التي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد

و في رأي كينيون أن الفرد قد يتخذ اتجاهها موجبا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية و قد
يتخذ اتجاهها سلبيا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى و الاتجاه طبقا لمفهوم كينيون هو
استعداد مركب ثابت نسبيا يعكس كل من وجهة و شدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء كان عينيا
concrète أو مجردا abstract

و في ضوء هذه المفاهيم السابقة و في إطار بعض الدراسات النظرية و التجريبية استطاع
"كينيون" أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي على النحو التالي:

1- النشاط البدني كخبرة اجتماعية.

2- النشاط البدني للصحة و اللياقة.

3- النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.

4- النشاط البدني كخبرة جمالية.

الفصل الثالث _____ الاجراءات الميدانية والجانب المنهجي

5- النشاط البدني لخفض التوتر.

6- النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.

-جدول (2) يبين توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس

الأبعاد	أرقام العبارات الايجابية	أرقام العبارات السلبية	المجموع
1-النشاط البدني كخبرة اجتماعية	29-25-11-17-20	49-39-19	08
2- النشاط البدني للصحة و اللياقة	-32-23-18-15-10-04 47-40	36-27-06	11
3- النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	53-50-42-28-07	38-22-13-01	09
4- النشاط البدني كخبرة جمالية	-41-37-26-21-16-12 48-45		09
5- النشاط البدني لخفض التوتر	-44-37-26-21-16-12 51	54-31	09
6- النشاط البدني للتفوق الرياضي	43-34-09-02	52-46-24-05	08

جدول رقم(03) يبين درجات العبارات الموجبة و السالبة:

الآراء	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
1-موافق بدرجة كبيرة	05	01
2-موافق	04	02
3-لم أكون رأي	03	03
4-غير موافق	02	04
5-غير موافق تماما	01	05

جدول رقم(4) يبين شدة الاستجابة لأبعاد المقياس

شدة الاستجابة (لطبيعة الاتجاهات)	الاستجابة
سلبية بدرجة كبيرة	من 0 إلى اقل من 21
سلبية	من 21 إلى اقل من 41
حيادية	من 41 إلى اقل من 61
ايجابية	من 61 إلى اقل من 81
ايجابية بدرجة كبيرة	من 81 إلى اقل من 100

6-2- إجراء الاختبار:

تم وضع خطة لإجراء الاختبار وقسمنا عملنا إلى مرحلتين أساسيتين هما:

أ- المرحلة الأولى: شرح المقياس والهدف منه وكيفية إجرائه والتعرف على أفراد العينة وتحديد الزمن

الذي يجري فيه الاختبار.

ب- المرحلة الثانية: أجرينا في هذه المرحلة الاختبار بصفة عادية ولم يحدث أي غموض بالنسبة

للتلاميذ لكون غالبيتهم وبمساعدة أساتذة التربية البدنية والرياضية حيث كانت الإجابة في وقت يقرب

عن- 20 دقيقة بالنسبة لكل تلميذ.

تطبيق البحث:

طبق الباحث المقياس أداة البحث في صورة استمارات مطبوعة تم توزيعها على التلاميذ عينة البحث في

وسط طبيعي يسمح باستخلاص النتائج كما يراها أصحابها دون التأثير عليهم خلال الفترة الثالثة من العام

الدراسي 2019/2018 و ذلك من 21 أبريل 2019 إلى غاية 02 ماي 2019

الفصل الثالث _____ الاجراءات الميدانية والجانب المنهجي

و قام الباحث بشرح هدف البحث و هو اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بدائرة طولقة لعينة البحث، بأسلوب مبسط وواضح و مختصر قبل توزيع الاستمارات ، كما تم شرح طريقة الإجابة و إلقاء الملاحظات و التوعية للتلاميذ و ذلك بقراءة كل عبارة بدقة و تحديد وجهة النظر تجاه العبارة بدقة و صراحة و عدم ترك اي عبارة بدون إجابة أو وضع أكثر من إجابة للعبارة الواحدة و التأكيد على إن يقوم التلميذ باستعمال البيانات الخاصة به بكل دقة و بخط واضح .

و بعد إن قام الباحث بالرد على استفسارات بعض التلاميذ قام بتوزيع استمارات الإجابة و الأسئلة على تلاميذ عينة البحث أي 160 تلميذ.

و قد تم تصنيف عينة البحث إلى مستويين المستوى الأول يخص تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي اما المستوى الثاني فيخصص تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي و هذا من خلال استمارات الإجابة ، وبلغ عدد تلاميذ السنة الأولى 60 تلميذا و تلميذة أما عن عدد تلاميذ السنة الثالثة فقد بلغ 100 تلميذ و تلميذة كما هو موضح في الجدول رقم (5)

جدول رقم (5) يبين عدد تلاميذ كل من المستويين الأولى و الثالثة ثانوي و النسب المئوية لكل منهما:

النسبة المئوية	إناث	ذكور	
62.5	50	50	تلاميذ السنة الثالثة ثانوي
37.5	30	30	تلاميذ السنة الأولى ثانوي

7- الأساليب الإحصائية:

لعرض و تحليل النتائج المتحصل عليها استخدم الباحث مايلي:

م = مج س / ن المتوسط الحسابي : يرمز له بـ : (م)

$$\sqrt{\frac{(س - س_1)^2}{ن}}$$
 الانحراف المعياري : يرمز له بـ : (ع)

اختبار ستودنت =
$$\frac{م_1 - م_2}{\sqrt{\frac{ع_1^2}{ن_1} + \frac{ع_2^2}{ن_2}}}$$

حزمة الحساب الإحصائي SPSS

الفصل الرابع:

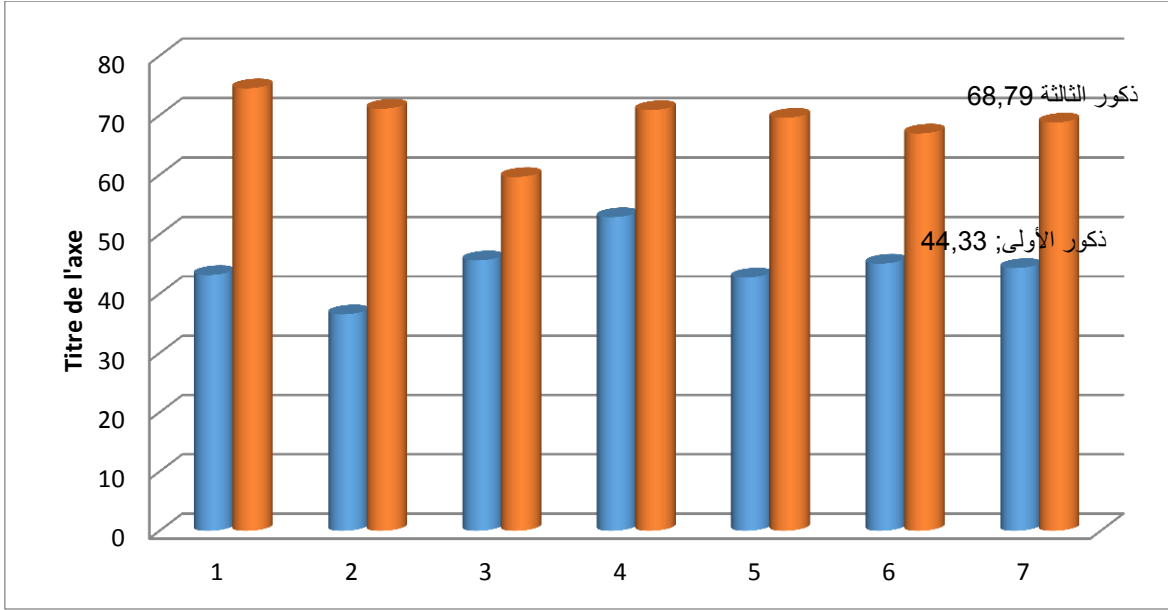
عرض وتحليل نتائج البحث

1-1- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى :

هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بين تلاميذ السنة الأولى و تلاميذ السنة الثالثة ثانوي :

جدول رقم 06 : يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الذكور السنة الثالثة و الأولى ثانوي نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

التلاميذ الذكور مستوى أولى ثانوي				التلاميذ الذكور مستوى الثالثة ثانوي				
طبيعة الاستجابة	ترتيب الإبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	طبيعة الاستجابة	ترتيب الأبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	
حيادية	4	43.16 %	518	إيجابية	1	74.55 %	1491	النشاط البدني كخبرة اجتماعية
سلبية	6	36.54 %	603	إيجابية	2	71.12 %	1956	النشاط البدني للصحة و اللياقة
حيادية	3	45.62 %	616	حيادية	6	59.64 %	1342	النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
حيادية	1	52.88 %	714	إيجابية	3	70.88 %	1595	النشاط البدني كخبرة جمالية
حيادية	5	42.74 %	577	إيجابية	4	69.60 %	1566	النشاط البدني لخفض التوتر
حيادية	2	45.08 %	541	إيجابية	5	66.95 %	1339	النشاط البدني للتفوق الرياضي
حيادية		44.33 %	3569	إيجابية		68.79 %	9289	المجموع



الشكل البياني رقم 01 يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الذكور السنة الثالثة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

– من خلال الجدول رقم 06 و الذي يبين درجات و نسب و ترتيب و شدة استجابة التلاميذ الذكور مستوى السنة الثالثة نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية حسب مقياس كينيون للاتجاهات أنه بالنسبة لدرجات المقياس الكلية جاءت اتجاهات التلاميذ ايجابية و هذا بنسبة بلغت (68.79%) أما بالنسبة لأبعاد المقياس جاءت طبيعة الاستجابة معظمها ايجابية ما عدا في بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة حيث جاءت طبيعة الاستجابة حيادية حيث جاء هذا البعد في المرتبة السادسة بنسبة مئوية بلغت (59.64%)

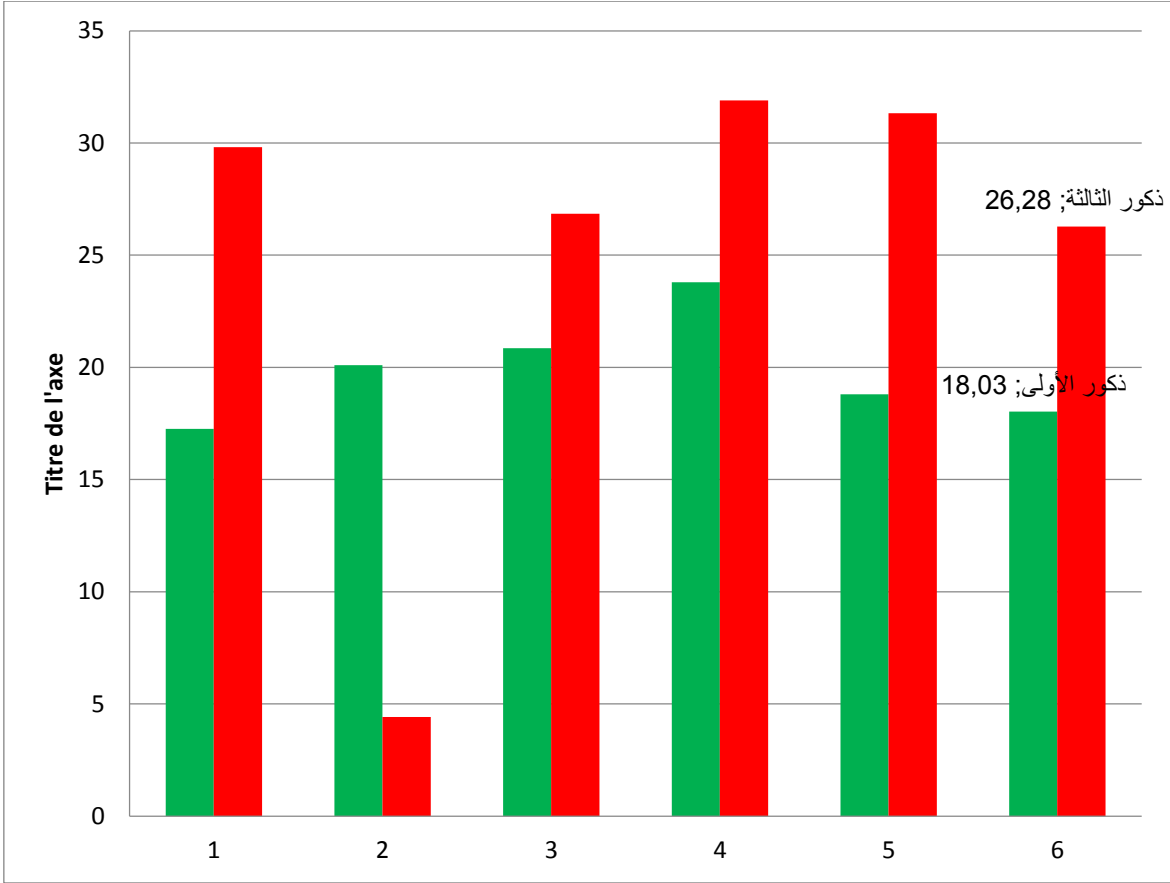
أما بالنسبة لاتجاهات للتلاميذ الذكور مستوى السنة الأولى ثانوي نحو مفهوم التربية البدنية حسب مقياس كينيون للاتجاهات أنه بالنسبة لدرجات المقياس الكلية جاءت اتجاهات التلاميذ حيادية وهذا بنسبة (44.33%) أما بالنسبة لأبعاد المقياس جاءت طبيعة الاستجابة حيادية في معظمها ما عدا في بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة مخاطرة حيث جاءت طبيعة الاستجابة سلبية.

وعليه يمكن القول أن التلاميذ الذكور للمستوى السنة الثالثة ثانوي لديهم اتجاهات ايجابية نحو مفهوم التربية البدنية باعتبارها تعمل على تكوين علاقات اجتماعية ليتمكنوا من الاندماج الاجتماعي و تعمل على الحفاظ على الصحة و اللياقة إضافة إلى اهتمامهم بالنواحي الجمالية و المظهر اللائق و الأنيق من خلال ممارستهم للتربية البدنية و الرياضية. إلا أنهم لا يولون أهمية كبيرة لبعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة كونهم لا يسعون إلى بذل أكبر جهد و الميل إلى المخاطرة وعكس ذلك نجد لدى التلاميذ الذكور الغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي فلهم اتجاهات حيادية نحو مفهوم التربية البدنية .

الفصل الرابع _____ عرض وتحليل نتائج البحث

جدول رقم 07 يبين مقارنة نتائج التلاميذ الذكور لكل من مستوى السنة الثالثة و الأولى ثانوي بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون

الأبعاد	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	t الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
النشاط البدني كخبرة اجتماعية	الأولى	17.26	3.94	13.17	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	29.82	4.22					
النشاط البدني للصحة و اللياقة	الأولى	20.10	4.42	24.63	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	39.12	2.48					
النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	الأولى	20.86	5.96	6.27	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	26.84	2.45					
النشاط البدني كخبرة جمالية	الأولى	23.80	4.61	8.73	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	31.90	3.60					
النشاط البدني لخفض التوتر	الأولى	18.80	7.08	9.90	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	31.32	4.24					
النشاط البدني للتفوق الرياضي	الأولى	18.03	6.21	5.63	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	26.88	7.12					



الشكل البياني رقم (02): بين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلاميذ الذكور مستوى السنة الثالثة و الأولى ثانوي بالنسبة لكل أبعاد لاختبار قياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني

*عرض النتائج :

من خلال الجدول رقم 07 و الذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية للتلاميذ الذكور من كلي المستويين الثالثة و الأولى ثانوي تتضح لنا الرؤيا جليا من حيث النتائج المحصل عليها ففي بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الثالثة قدر بـ 29.82 و بانحراف معياري 04.22 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 17.26 و بانحراف معياري 03.94 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة بـ 13.17 و هي أكبر من t الجدولية المقدرة بـ 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة اجتماعية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة بـ 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا ان هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة اجتماعية وهذا لصالح تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .

و من خلال نفس الجدول السابق وفيما يخص بعد النشاط البدني للياقة و الصحة خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الثالثة قدر ب 39.12 و بانحراف معياري 2.48 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 20.10 و بانحراف معياري 04.42 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 24.63 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني للياقة و الصحة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للياقة و الصحة وهذا لصالح تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

و من خلال النتائج المحصل عليها الخاصة ببعث النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة استنتجنا مايلي أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الثالثة قدر ب 26.84 و بانحراف معياري 0 2.45 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 20.86 و بانحراف معياري 05.96 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 06.27 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للياقة و الصحة وهذا لصالح تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

اما فيما يتعلق ببعث النشاط البدني كخبرة جمالية وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الثالثة قدر ب 31.96 و بانحراف معياري 03.60 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 23.80 و بانحراف معياري 04.61 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 08.73 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة جمالية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا ان هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وهذا لصالح تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .

اما بالنسبة لبعث النشاط البدني لخفض التوتر وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الثالثة قدر ب 31.32 و بانحراف معياري 04.24 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 18.80

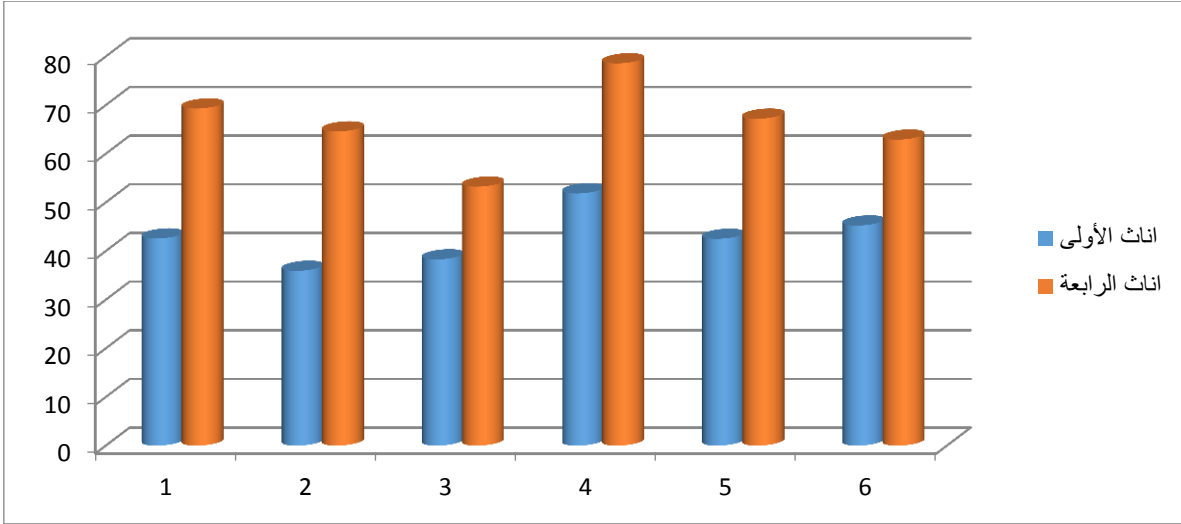
و بانحراف معياري 07.08 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 09.90 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي لخفض التوتر فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا ان هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر وهذا لصالح تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .

و من خلال نفس الجدول السابق وفيما يخص بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الثالثة قدر ب 26.88 و بانحراف معياري 07.12 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 18.03 و بانحراف معياري 06.21 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 05.63 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي وهذا لصالح تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

الفصل الرابع _____ عرض وتحليل نتائج البحث

جدول رقم 08 : يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلميذات الإناث السنة الثالثة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

التلاميذ الإناث مستوى أولى ثانوي				التلاميذ الإناث مستوى الثالثة ثانوي				
طبيعة الاستجابة	ترتيب الإبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	طبيعة الاستجابة	ترتيب الأبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	
حيادية	3	42.58	511	إيجابية	2	69.30	1386	النشاط البدني كخبرة اجتماعية
سلبية	6	35.93	593	إيجابية	4	64.58	1776	النشاط البدني للصحة و اللياقة
سلبية	5	38.29	517	حيادية	6	53.24	1198	النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
حيادية	1	51.85	700	إيجابية	1	78.58	1768	النشاط البدني كخبرة جمالية
حيادية	4	42.51	574	إيجابية	3	67.20	1512	النشاط البدني لخفض التوتر
حيادية	2	45.25	543	إيجابية	5	62.90	1258	النشاط البدني للتفوق الرياضي
حيادية		42.73	3438	إيجابية		65.96	8898	المجموع



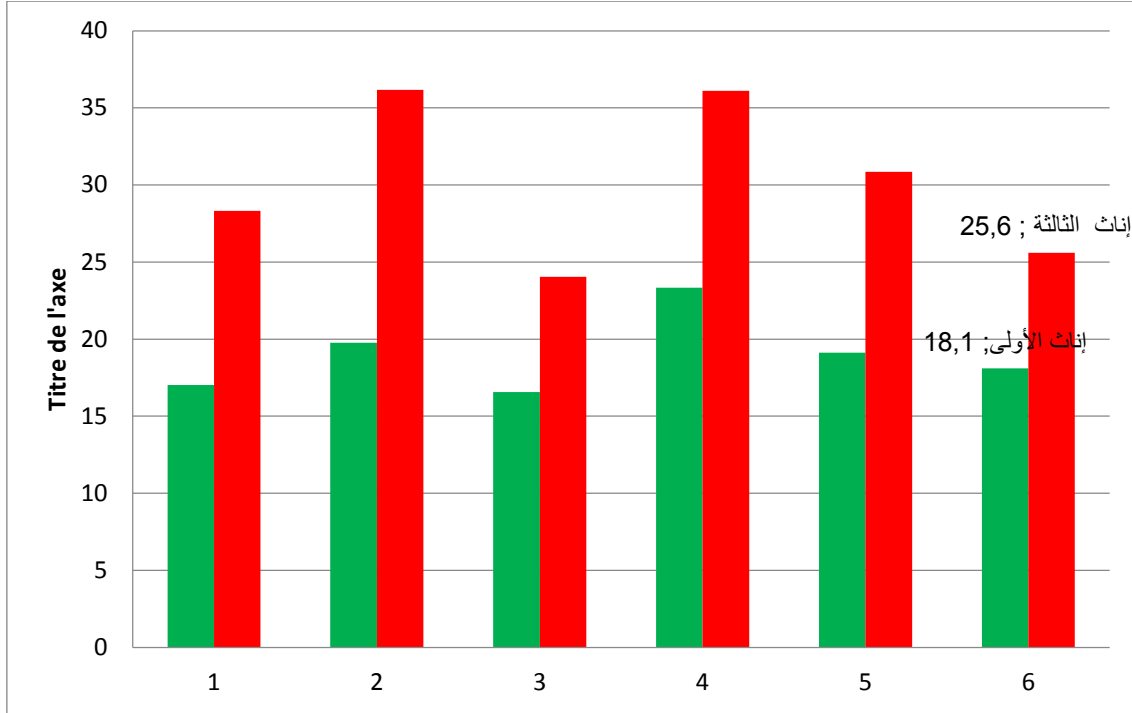
الشكل البياني رقم (03) يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الإناث السنة الثالثة و الأولى ثانوي نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

من خلال الجدول رقم 08 و الذي يبين درجات و نسب و ترتيب و شدة استجابة تلميذات السنة الثالثة ثانوي و تلميذات السنة الأولى ثانوي حسب اختبار كينيون ، فإنه يتبين لنا جلياً أنه بالنسبة لنتائج الاختبار الكلية لتلميذات السنة الثالثة جاءت طبيعة استجابتهن نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية ايجابية وهذا بنسبة (65.96 %) أما بالنسبة لأبعاد المقياس فقد جاءت طبيعة الاستجابة ايجابية لمعظم الأبعاد ما عدا لبعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة التي كانت حيادية و ذلك بنسبة 53.24 % وهذا يبين لنا أن التلميذات الممارسات لا يملن إلى المخاطرة بل إلى الجانب الجمالي و الاعتناء بالمظهر الخارجي للجسم و العناية بالصحة و السلامة أما بالنسبة لتلميذات السنة الأولى ثانوي فقد جاءت طبيعة الاستجابة لديهن حيادية و هذا بنسبة 42.73 % بالنسبة لنتائج الاختبار الكلية ، مما يدل على عدم وضوح مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلميذات السنة الأولى ثانوي وعليه يمكن القول أن لتلميذات السنة الثالثة ثانوي يسعون إلى تكوين اتجاهات ايجابية في بعض الأبعاد ، وهذا نظراً لحاجتهم إلى خلق التوازن النفسي و الاجتماعي وضغط التوترات اليومية وأيضاً الحفاظ على الصحة و اللياقة و كذا اهتمامهم بالنواحي الجمالية و المظهر اللائق و الأنيق من خلال ممارسة الرياضة، إلا أنهم لا يولون أهمية إلى بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.

الفصل الرابع _____ عرض وتحليل نتائج البحث

جدول رقم (09) يمثل الفروق في الاتجاهات النفسية بين إناث السنة الأولى و الثالثة ثانوي .

الأبعاد	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	t الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
النشاط البدني كخبرة اجتماعية	الأولى	17.03	4.75	12.98	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	28.32	3.03					
النشاط البدني للصحة و اللياقة	الأولى	19.76	2.97	17.78	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	36.16	4.48					
النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	الأولى	16.56	4.65	6.45	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	24.04	5.20					
النشاط البدني كخبرة جمالية	الأولى	23.33	4.59	10.17	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	36.10	4.87					
النشاط البدني لخفض التوتر	الأولى	19.13	4.24	10.12	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	30.86	5.42					
النشاط البدني للتفوق الرياضي	الأولى	18.10	4.96	6.87	78	01.96	0.00	دال
	الثالثة	25.60	4.58					



الشكل البياني رقم 04 : بين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلاميذ الإناث مستوى السنة الثالثة و الأولى ثانوي بالنسبة لكل أبعاد لاختبار قياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني

*عرض نتائج الجدول :

من خلال الجدول رقم 09 و الذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية للتلميذات الإناث من كلى المستويين الثالثة و الأولى ثانوي تتضح لنا الرؤيا جليا من حيث النتائج المحصل عليها ففي بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الثالثة قدر ب 28.32 و بانحراف معياري 03.03 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 17.03 و بانحراف معياري 04.75 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 12.98 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة اجتماعية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة اجتماعية وهذا لصالح تلميذات السنة الثالثة ثانوي .

أما فيما يخص بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة فقد خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الثالثة قدر ب 36.16 و بانحراف معياري 04.48 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة

الأولى 19.76 و بانحراف معياري 02.97 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 17.78 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي للصحة و اللياقة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للصحة و اللياقة وهذا لصالح تلميذات السنة الثالثة ثانوي .

اما بالنسبة لبعث النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فقد وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الثالثة قدر ب 24.04 و بانحراف معياري 05.20 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 16.56 و بانحراف معياري 04.65 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 06.45 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة وهذا لصالح تلميذات السنة الثالثة ثانوي .

أما بالنسبة لبعث النشاط البدني كخبرة جمالية فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الثالثة قدر ب 36.10 و بانحراف معياري 04.87 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 23.33 و بانحراف معياري 04.59 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 10.17 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وهذا لصالح تلميذات السنة الثالثة ثانوي .

أما فيما يتعلق ببعث النشاط البدني لخفض التوتر فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الثالثة قدر ب 30.86 و بانحراف معياري 05.42 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 19.13 و بانحراف معياري 04.24 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t

لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 10.12 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر وهذا لصالح تلميذات السنة الثالثة ثانوي.

و من خلال النتائج المحصل عليها الخاصة ببعث النشاط البدني للتفوق الرياضي فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الثالثة قدر ب 25.60 و بانحراف معياري 04.58 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 18.10 و بانحراف معياري 04.96 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 06.87 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى الثالثة و أولى ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي وهذا لصالح تلميذات السنة الثالثة ثانوي .

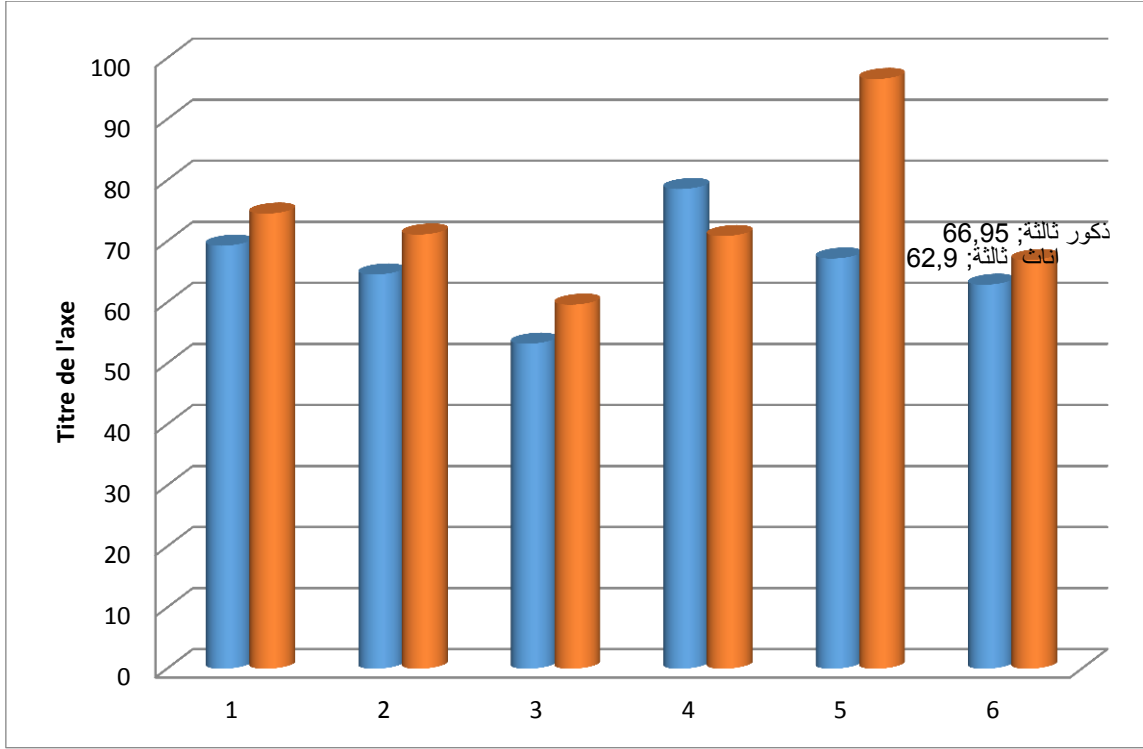
الاستنتاج: بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها والخاصة بالمجموعتين السنة الثالثة و الأولى ثانوي بالنسبة لكل أبعاد مقياس الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية اتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويين في طبيعة الاتجاهات وهذا لصالح تلاميذ مستوى السنة الثالثة ثانوي حيث كانت ايجابية بالسبة لمعظم الأبعاد مقارنة بتلاميذ السنة الأولى ثانوي و هذا ما يوافق فرضيتنا الأولى.

1-2- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية :

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

الجدول رقم (10) يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بين الذكور و الإناث نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

التلاميذ الإناث مستوى الثالثة ثانوي				التلاميذ الذكور مستوى الثالثة ثانوي				
طبيعة الاستجابة	ترتيب الإبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	طبيعة الاستجابة	ترتيب الأبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	
إيجابية	2	69.30 %	1386	إيجابية	1	74.55 %	1491	النشاط البدني كخبرة اجتماعية
إيجابية	4	64.58 %	1776	إيجابية	2	71.12 %	1956	النشاط البدني للصحة و اللياقة
حيادية	6	53.24 %	1198	حيادية	6	59.64 %	1342	النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
إيجابية	1	78.58 %	1768	إيجابية	3	70.88 %	1595	النشاط البدني كخبرة جمالية
إيجابية	3	67.20 %	1512	إيجابية	4	69.60 %	1566	النشاط البدني لخفض التوتر
إيجابية	5	62.90 %	1258	إيجابية	5	66.95 %	1339	النشاط البدني للتفوق الرياضي
إيجابية		65.96 %	8898	إيجابية		68.79 %	9289	المجموع



الشكل البياني رقم (05) يمثل درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات تلاميذ الثالثة ثانوي بين الذكور و الإناث نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

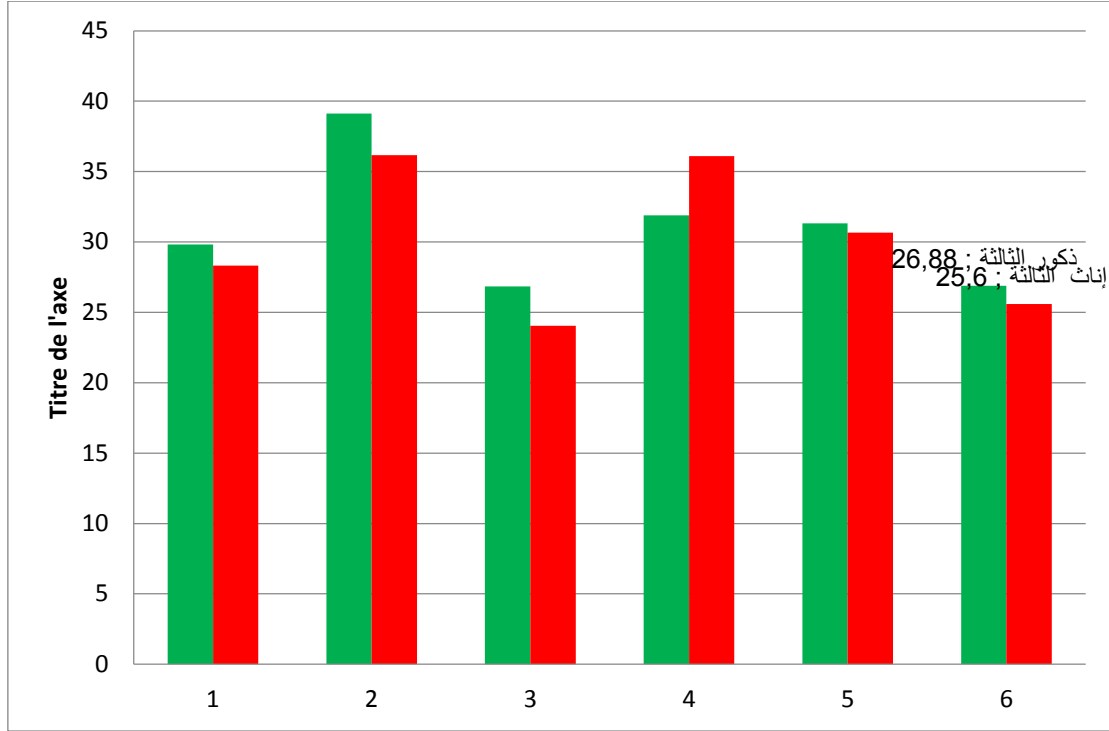
من خلال الجدول رقم 10 و الذي يبين درجات ونسب و ترتيب و شدة استجابة التلاميذ ذكور و إناث مستوى الثالثة ثانوي نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية حسب اختبار كينيون ، فإنه يتبين لنا جليا أنه بالنسبة لنتائج الاختبار الكلية جاءت طبيعة استجابة التلاميذ و التلميذات الممارسين للنشاط الرياضي ايجابية وهذا بنسبة 68.79 % للذكور و 65.96 % للإناث أما بالنسبة لأبعاد المقياس فكل الاستجابات جاءت ايجابية ما عدا في بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة جاءت حيادية لكلا الجنسين مما يدل على أن ممارسة النشاط الرياضي داخل المؤسسة بالنسبة لهم يخص بالعناية الفائقة وعدم إدراج الألعاب التي تتميز بالخطورة والمجازفة.

و عليه يمكن القول أن التلاميذ و التلميذات مستوى الثالثة ثانوي لديهم اتجاهات ايجابية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية.

الفصل الرابع _____ عرض وتحليل نتائج البحث

جدول رقم (11) يبين مقارنة نتائج تلاميذ و تلميذات السنة الثالثة ثانوي تجاه ابعاد مقياس الاتجاهات النفسية

الأبعاد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	t الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
النشاط البدني كخبرة اجتماعية	ذكور	29.82	4.22	2.03	98	01.96	0.04	دال
	إناث	28.32	3.03					
النشاط البدني للصحة و اللياقة	ذكور	39.12	2.48	4.08	98	01.96	0.00	دال
	إناث	36.16	4.48					
النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	ذكور	26.84	2.45	3.43	98	01.96	0.01	دال
	إناث	24.04	5.20					
النشاط البدني كخبرة جمالية	ذكور	31.90	3.60	4.31	98	01.96	0.00	دال
	إناث	36.10	5.87					
النشاط البدني لخفض التوتر	ذكور	31.32	4.24	0.47	98	01.96	0.63	غير دال
	إناث	30.86	5.42					
النشاط البدني للتفوق الرياضي	ذكور	26.88	7.12	1.06	98	01.96	0.28	غير دال
	إناث	25.60	4.58					



الشكل البياني رقم 06 يبين قيمتي المتوسط الحسابي لكل من الذكور و الإناث للسنة الثالثة ثانوي بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون

*عرض نتائج الجدول

من خلال الجدول رقم 11 و الذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي ما بين الذكور و الإناث ، و الذي يبين الفروق من خلال متغير المستوى

النتائج المحصل عليها من خلال هذا الجدول توضح لنا الرؤيا جيدا ففي بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية وجدنا أن المتوسط الحسابي للذكور قدر ب 29.82 و بانحراف معياري 04.22 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 28.32 و بانحراف معياري 03.03 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 02.03 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق في الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور و الإناث سنة الثالثة ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة اجتماعية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة اجتماعية وهذا لصالح الذكور .

أما فيما يخص بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة فقد خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي للتلاميذ الذكور قدر ب 39.12 و بانحراف معياري 02.48 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 36.16 و

بانحراف معياري 04.48 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 04.08 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفروق بين الاتجاهات النفسية للذكور و الإناث مستوى الثالثة ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي للصحة و اللياقة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للصحة و اللياقة وهذا لصالح التلاميذ الذكور

اما بالنسبة لبعث النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فقد وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي للذكور السنة الرابعة قدر ب 26.84 و بانحراف معياري 02.45 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 24.04 و بانحراف معياري 05.20 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 03.43 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفروق بين الاتجاهات النفسية للذكور و الإناث مستوى الثالثة ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة وهذا لصالح التلاميذ الذكور.

أما بالنسبة لبعث النشاط البدني كخبرة جمالية فقد توصلنا إلى ان المتوسط الحسابي للذكور الثالثة ثانوي قدر ب 31.90 و بانحراف معياري 03.60 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث ب 36.10 و بانحراف معياري 04.87 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 04.31 و هي اكبر من t الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور و الإناث مستوى الثالثة ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وهذا لصالح تلميذات السنة الثالثة ثانوي.

أما فيما يتعلق ببعث النشاط البدني لخفض التوتر فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي للذكور السنة الثالثة ثانوي قدر ب 31.32 و بانحراف معياري 04.24 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 30.86 و بانحراف معياري 05.42 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 0.47 و هي

اصغر من t الجدولية المقدره ب 01.96 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى الثالثة ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني لحفض التوتر وغير دال إحصائيا وهذا عند درجة حرية المقدره ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لحفض التوتر بين الذكور و الإناث أما فيما يتعلق ببعده النشاط البدني للتفوق الرياضي فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لذكور السنة الثالثة ثانوي قدر ب 26.88 و بانحراف معياري 07.12 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 25.60 و بانحراف معياري 04.58 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدره ب 01.06 و هي اصغر من t الجدولية المقدره ب 01.96 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى الثالثة ثانوي نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي وغير دال إحصائيا وهذا عند درجة حرية المقدره ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي بين الذكور و الإناث .

❖ **الاستنتاج:** بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها والخاصة بالمجموعتين الممثلتين بتلاميذ السنة الثالثة ثانوي ذكور وإناث ومقارنة اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية خلصنا إلى وجود فروق دالة إحصائية في اغلب الأبعاد لصالح التلاميذ الذكور كما جاءت اتجاهاتهم ايجابية في اغلب أبعاد المقياس

الاستنتاجات:

- من خلال النتائج المتحصل عليها بقياس الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية وفق مقياس كينيون ،سنحاول الوقوف على الاستنتاجات الهامة التي توصلنا إليها في هذه الدراسة.
- الاستنتاجات الخاصة بالتلاميذ ذكور و إناث لمستوى السنة الثالثة ثانوي.
- 1-إن طبيعة الاتجاهات النفسية إيجابية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي و هذا يعكس تشبعهم بالثقافة الرياضية .
- 2-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على تكوين علاقات اجتماعية تمكنهم من الاندماج الاجتماعي.
- 3-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على حفظ الصحة و اللياقة البدنية.
- 4-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على تكامل البناء الجسمي المتزن و المعتدل و المقبول اجتماعيا.
- 5-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تقلل من التوترات الناجمة عن الحياة اليومية و الاجتماعية
- 6-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على إبراز القدرات الخاصة التي يمتلكها التلاميذ في مختلف الأنشطة الرياضية
- الاستنتاجات الخاصة بالتلاميذ ذكور و إناث لمستوى السنة الثالثة ثانوي
- 1-إن طبيعة الاتجاهات النفسية حيادية نحو مفهوم التربية و الرياضية و هذا يعكس عدم تشبعهم بالثقافة الرياضية.
- 2-طبيعة الاتجاهات النفسية حيادية في أبعاد النشاط البدني كخبرة جمالية و للتفوق الرياضي كخبرة اجتماعية و لخفض التوتر وفق مقياس كينيون لقياس الاتجاهات النفسية نحو النشاط الرياضي طبيعة الاتجاهات سلبية في بي بعدني النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة وللصحة و اللياقة.

الفصل الخامس:

مناقشة و تفسير نتائج البحث

1- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

على ضوء الاستنتاجات المتحصل عليها من خلال عرض و مناقشة النتائج تم مقارنتها بفرضيات البحث.

✓ الفرضيات الجزئية:

■ -الفرضية الأولى:

لقد افترض الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بين تلاميذ السنة الثالثة و تلاميذ السنة الأولى ثانوي

ولقد أثبتت النتائج صحة هذه الفرضية حيث توصل الباحث إلى وجود فروق طبيعية في الاتجاهات نحو مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ السنة الأولى و الثالثة ثانوي و هذا لصالح تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

و الجداول رقم 09 ، 08،07،06،و التي تمثل نتائج قياس اتجاهات التلاميذ بالنسبة لكل أبعاد المقياس تؤكد بوضوح صحة هذه الفرضية حيث جاءت كل الأبعاد لصالح تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حيث أن

طبيعة اتجاهاتهم جاءت ايجابية بالنسبة البعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية هذا ما يؤكد بان التلاميذ في هذه المرحلة اصبحو يميلون أكثر إلى تكوين الجماعات و هذا ما يتجلى من خلال الأنشطة الرياضية ومن

خلال المنافسات التي تجرى بينهم و تتكون فيما بينهم علاقات قوية هذا و بالإضافة إلى بعد اللياقة و الصحة حيث اظهروا أنهم أكثر وعيا بفوائد الرياضة على صحتهم و على تحسين لياقتهم البدنية هذا و قد

بينت أيضا النتائج بأنهم أي تلاميذ السنة الثالثة ثانوي هم أكثر إدراكا بتأثير الأنشطة الرياضية المختلفة على الجانب الانفعالي بحيث تساعد الرياضة في خفض التوترات و على بسط الراحة في نفوسهم أثناء

ممارستهم للأنشطة البدنية و على العكس من هذا فقد بينت النتائج بان هناك غموض في إدراك ماهية التربية البدنية بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى هذا ما يؤكد أن الفارق في المستوى التعليمي السن له تأثير

واضح على تكوين الميول و على ترسيخ ثقافة رياضية لدى التلاميذ و هذا ما أكدته دراسة محمد مصطفى منصور 1998 الذي توصل إلى أن هناك فروق دالة إحصائية في اتجاهات التلاميذ بوجه عام نحو مفهوم درس التربية الرياضية ولصالح الصف الدراسي الثالث في هذه المرحلة.

■ - الفرضية الثانية:

لقد افترض الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وهذا ما أثبتته نتائج الجداول رقم 10،11 و هذا ما يعني أن الاتجاهات النفسية للذكور أكثر ايجابية من اتجاهات الإناث و هذا ربما يعود لكون الذكور أكثر تشبعا بالثقافة الرياضية و هذا ما أكدته دراسة كحلي كمال 2008 حيث وصل إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في اتجاهاتهم نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية ولصالح الذكور إلا انه و في بعدي النشاط البدني لخفض التوتر وبعد النشاط البدني للتفوق الرياضي لم تكن هناك فروق دالة إحصائية بحيث جاءت نتائجهم متقاربة أما بالنسبة لبعد النشاط البدني كخبرة جمالية فقد جاء لصالح الإناث وهذا يعود ربما لكون البنات أكثر اهتماما بالجانب الجمالي فاعلج أوقاثن تقضيه أمام المرات هذا ما يفسر ميول الإناث في هذه المرحلة على الجانب الجمالي للحركة كما نلاحظ تجنّبها للألعاب العنيفة

● الفرضية العامة:

و التي يفرض فيها الباحث أن طبيعة الاتجاهات النفسية تختلف لدى كل من تلاميذ السنة الأولى و السنة الثالثة ثانوي نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

و لتأكيد هذه الفرضية يتبين لنا من خلال الجداول رقم 09 ، 08،07،06 ، أن طبيعة الاتجاهات النفسية إيجابية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مستوى السنة الثالثة ثانوي مقارنة مع

تلاميذ السنة الأولى التي جاءت غالبيتها حيادية ماعدا في بعد النشاط البدني للصحة فقد جاءت سلبية ويعود هذا الأمر ربما إلى غموض مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ السنة الأولى خاصة وان أغلبية التلاميذ في هذا المستوى انتقلوا الى الطور الثانوي ويلزمهم فترة من اجل التأقلم عكس تلاميذ الثالثة ثانوي و الذين قضوا على الأقل ثلاث سنوات في ممارسة نشاط التربية البدنية في الطور الثانوي مما سمح لهم بأخذ نظرة واسعة عن أهداف التربية البدنية فقد فهموا قدرة الأنشطة الرياضية في تكوين علاقات اجتماعية متينة بين التلاميذ كما أدركوا أهمية الرياضة على الجانب الصحي و تأثيرها القوي على خفض التوتر لديهم، وذلك راجع لكون النشاط الرياضي له دور إيجابي في استثارة النواحي الانفعالية نتيجة الحماس الزائد أثناء الممارسة بجانب إنه وسيلة لإخراج الطاقة الكائنة وتفريغ حالات الكبت مما يشعرهم بتحسن وإدخال المرح والسرور على أنفسهم ، كما يستفيد الممارسين للنشاط البدني للياقة والصحة النفسية والجسمية حيث يكون لها عائد، نفسي وبدني وبالتالي يجعل الممارس للنشاط البدني يتسم بالاتزان النفسي والذهني والبدني ، ويعد هذا هدف أساسي في ممارسة الأنشطة الرياضية .

2- الاستنتاج العام:

لقد سعينا من خلال دراستنا هذه أن نثمن و نكمل مجموعة الدراسات التي انكبت على تشخيص موضوع الاتجاهات النفسية لما لها من أهمية في إثارة و توجيه سلوك الفرد، و يخص بحثنا هذا دراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي وذلك للكشف عنها و معرفة مدى وضوح مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى التلاميذ لكون هذا الأخير يعتبر عامل حاسم في تحقيق ما تصبوا التربية البدنية و الرياضية إليه في مدارسنا و خدمة لأهدافها السامية لأجل هذه الغاية جاء موضوع بحثنا الذي يهدف إلى الكشف و التعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ كل من مستويي السنة الأولى و الثالثة ثانوي.

فمن خلال بحثنا هذا خرجنا بعدة نقاط مهمة لا يمكن إغفالها فقد وصلنا إلى كون تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لديهم نظرة أكثر دقة و شمول تجاه معاني و مفاهيم التربية البدنية و الرياضية و أهدافها حيث أدركوا ماهيتها مقارنة بتلاميذ السنة الأولى ثانوي .

الخلاصة العامة :

ما نستطيع أن نقوله في الأخير هو أننا حاولنا قدر المستطاع الإحاطة ببحثنا هذا ومن كل الجوانب وهذا إدراكا منا على أهمية هذه الدراسة و سعينا إلى الإفادة و لو بالشيء القليل لذا حاولنا أن نعطي نظرة أكثر شمولية حول الاتجاهات النفسية و دورها الكبير في تفعيل الممارسة الرياضية في الطور الثانوي و جعلها أكثر ديناميكية من حيث الاهتمام بجانب مهم للغاية إلى و هو ميول و رغبات التلاميذ من حيث إعطائهم فرصة أكبر في المشاركة في إعداد البرامج و الأنشطة الرياضية حتى وأن يكن هذا بطريقة غير مباشرة إلا أن التلميذ عندما يجد نفسه يمارس أنشطة محببة بالنسبة له فانه لا محال سيبدع و سوف نرى منه أمورا كثيرة ومواهب و طاقات هائلة كانت ربما ستضيع مثلما ضاعت الكثير من المواهب في صمت ولم يسمع بها احد لان مرحلة التعليم الثانوي كما يعلم الجميع مرحلة مهمة جدا و حساسة يتم من خلالها اكتشاف المواهب الصاعدة ومن بعدها توجيهها توجيها سليما قصد صقلها، و لكن و للأسف الشديد هذا الأمر أصبح غير موجود و هذا نسبة إلى تقصير المسؤولين و غياب نظرة شاملة و سوء التخطيط لان واقع الرياضة المدرسية أصبح لا يحتمل أكثر مما هو عليه وفي هذا الإطار يكفي إجراء مقارنة بسيطة بين المؤسسات التي درسنا بها و بين المؤسسات التي تبنى في الوقت الراهن لاحظنا فرقا كبيرا من جانب المنشآت و العناد و الهياكل الرياضية المتوفرة لان في زمننا هذا أصبحت الأقوال أكثر من الأفعال.

الاقتراحات :

إنطلاقاً من النتائج السابقة نأمل أن تكون الدراسة الحالية خطوة أولى لقيام دراسات مستقبلية بهدف التعرف على أثر العوامل السابقة الذكر على تحديد الاتجاه الايجابي، أو دراسات أخرى مكملّة للدراسة الحالية من خلال إدراج بعض المتغيرات والعوامل الذاتية المرتبطة بالاتجاه التي لم نتطرق إليها في هذه الدراسة.

و في الأخير نوفي ببعض الإقتراحات العلمية و العملية التي نرى بأنها بالغة الأهمية بالنسبة لهاته المرحلة العمرية من خلال الممارسة الرياضية في المؤسسات التربوية و الإستفادة بما تستطيع هذه الشريحة تحقيقه.

- الإستفادة من الجانب العلمي لهذا البحث في عملية التكوين لأساتذة التربية البدنية والرياضية والاطلاع على الوسائل و المناهج الحديثة في هذا المجال.

- ضرورة الإهتمام بالنشاطات البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية واعطائها مكانتها البيداغوجية كباقي المواد التعليمية الاخرى باستعمال الوسائل التعليمية الحديثة والتي تساهم في الرفع من الاتجاه نحو النشاط الرياضي .

- التركيز على أهمية البرمجة المناسبة لحصص التربية البدنية والرياضية ، و إعطاء صورة واضحة حول تأثير التربية البدنية و الرياضية على النواحي النفسية والاجتماعية في تكوين شخصية المراهق .

- إبراز أهمية التربية البدنية و الرياضية وما تحويه من أنشطة والتي لها دور كبير في تكوين شخصية المراهق النفسية و الاجتماعية و البدنية ، و محاولة الوصول بهذه الأخيرة إلى درجة التقدير الإيجابي للنشاط الرياضي طبقاً لتوافقهم النفسي والاجتماعي.

قائمة المراجع:

أولا : الكتب باللغة العربية

- 1- أحسن شلتوت، حسن عوض " التنظيم والإدارة في التربية الرياضية"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1981
- 2- أحمد أوزي ، سيكولوجية المراهق ، دار الفرقان ، الطبعة الأولى ، الدار البيضاء، المغرب ، 1986
- 3- أحمد خاطر، القياس في المجال الرياضي، بغداد، 1988
- 4- أحمد زكي صالح ، علم النفس التربوي ، مكتبة النهضة المصرية ، الجزء الثاني ، ط، 10 ، مصر، 1971
- 5- أحمد عبد الخالق ، علم النفس الاجتماعي ، دار الجامعة ، لبنان ، 1983
- 6- أحمد عزت رابع ، أصول علم النفس ، المكتب المصري الحديث للطباعة و النشر ، ط 05 ، الإسكندرية ، مصر ، 1976
- 7- أرنوف وتيج ، مقدمة في علم النفس ، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1994
- 8- أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990
- 9- أمين أنور الحولي، " أصول التربية البدنية والرياضية المدخل، التاريخ، الفلسفة"، دار الفكر العربي، الطبعة الثالثة، القاهرة، 2001
- 10- تكرو زكي خطايبية، "المناهج المعاصرة في التربية الرياضية"، دار الفكر، القاهرة، 1997
- 11- حامد عبد السلام زهران ، علم النفس الاجتماعي ، عالم الكتب ، الطبعة الرابعة ، القاهرة ، 1977
- 12- حامد عبد السلام زهران و عبد الخالق ثروت ، علم النفس، النمو ، الطفولة ، المراهقة ، ط 5 ، عالم الكتب 1995
- 13- حامد عبد السلام زهران، علم النفس الاجتماعي، عالم الكتب، القاهرة، 1985
- 14- حلمي المليجي ، علم النفس المعاصر ، دار النهضة العربية، مصر، الطبعة الثانية، 1982
- 15- رابع تركي، أصول التربية والتعلم، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1990
- 16- زيدان عبد الباقي ، وسائل و أساليب الاتصال ، دار الكتب المصرية ، الطبعة الأولى ، 1974
- 17- زين العابدين درويش ، علم النفس الاجتماعي ، مطابع زمزم، الطبعة الأولى ،لقاهرة، 1993

قائمة المراجع

- 18 سعد جلال، القياس النفسي و الاختبارات النفسية ، دار المعارف، مصر، 1992
- 19 سعد عبد الرحمان ، السلوك الإنساني، مكتبة الفلاح، الكويت، الطبعة 03 ، 1983
- 20 سعيد جلال محمد علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي ، ط 4 ، دار المعارف . القاهرة 1978،
- 21 السيد خير الله ، مفهوم الذات، دار النهضة العربية ، مصر، 1984
- 22 صالح عبد العزيز عبد المجيد، "التربية وطرق التدريس"، دار المعارف، مصر، الجزء الأول، 1968
- 23 عباس أحمد السمراي، بسطويس أحمد بسطويس، " طرق التدريس في مجال التربية البدنية"، بغداد، 1984.
- 24 عباس محمود عوض، علم النفس الاجتماعي، دار النهضة العربية، بيروت، 1980
- 25 عبد الرحمان العيسوي ، دراسات في علم النفس الاجتماعي ، دار النهضة العربية للطباعة و النشر، الطبعة الثانية، بيروت ، 1974
- 26 عبد الرحمان محمد العيسوي، علم النفس الاجتماعي، دار النهضة العربية ، 1992
- 27 عبد الرحمان محمد عيسوي، اتجاهات حديثة في علم النفس الحديث، دار النهضة العربية، بيروت، 1998
- 28 عبد المجيد نشواتي، علم النفس التربوي، دار الفرقان، مؤسسة الرسالة، الأردن، ، ط6 1993
- 29 عدنان درويش وآخرون، " التربية الرياضية المدرسية"، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994
- 30 عطوف محمد ياسين ، علم النفس العيادي، دار الملايين، الطبعة الأولى، لبنان، 1986
- 31 عطوف ياسين محمود ، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي، دار العلم للملايين ، بيروت، 1989،
- 32 عفاف عبد الكريم: " طرق تدريس التربية البدنية والرياضية" منشأ المعارف، الإسكندرية، 1989.
- 33 قاسم المندلوي وآخرون، "أصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة"، بغداد، 1989
- 34 قاسم حسن البصري، " نظرية التربية البدنية"، مطبعة الجامعة، بغداد 1979
- 35 كامل محمد عويضة ، علم النفس الاجتماعي ، دار الكتاب العلمية ، الطبعة الأولى ، 1996

قائمة المراجع

- 36- كورت ماينل ، التعلم الحركي ، ترجمة: عيد علي نصيف ، دار الكتب و الطباعة ، بغداد 1987
- 37- محمد حسن ظاظا و سماح رافع ، علم النفس العام ، دار القومية العربية للطباعة ، مصر ، 1993
- 38- محمد حسن علاوي ، علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، ط 08 ، القاهرة 1992
- 39- محمد حسن علاوي ، علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، ط 02 ، القاهرة ، 1986
- 40- محمد حسن علاوي ، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، 1997
- 41- محمد عربي بسيوني وآخرون ، " نظريات وطرق التربية البدنية " ، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط 1 1990
- 42- محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطر ، نظريات و طرق التربية البدنية ، ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر ، ط 02 ، 1992
- 43- محمد محسن علاوي ، علم النفس الرياضي ، دار المعارف - مصر ، الطبعة 08
- 44- محمد محمد الحماصي : " فلسفة اللعب " ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، 1996
- 45- محمد مصطفى زيدان ، علم النفس الاجتماعي ، دار الشرق ، 1987
- 46- محمد مصطفى زيدان ، نبيل السمالوطي ، علم النفس التربوي ، دار الشروق ، ط 2 ، الرياض ، السعودية ، 1985
- 47- محمود عبد الحليم منسي ، علم النفس التربوي للمعلمين ، دار المعرفة الجامعية ، الطبعة الأولى ، القاهرة 1998
- 48- مروان عبد المجيد إبراهيم : الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2006.
- 49- مصطفى زيدان ، النمو النفسي للطفل المراهق ، دار الشروق للنشر والتوزيع - القاهرة - مصر ، ط 3 ، 1990
- 50- مقدم عبد الحفيظ ، الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ، ديوان المطبوعات الجامعية ، 1993
- 51- مناهج السنة الأولى من التعليم المتوسط ، وزارة التربية الوطنية (مديرية التعليم الأساسي) ، أفريل 2003

قائمة المراجع

- 52- موريس أنجرس ، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، دار القصبة للنشر، الجزائر، بدون طبعة 2001
- 53- ميخائيل خليل معوض ، مشكلات المراهقين في المدن ، دار المعارف . القاهرة ، 1981
- 54- ناصر محمد العديلي ، السلوك الإنساني التنظيمي، معهد الإدارة العامة ، الرياض ، 1995
- 55- ناهد محمود سعد، نيلي رمزي فهمي، "طرق التدريس في التربية البدنية"، 1968
- 56- ويليام ماسترز ، رالف بيتز ، المراهقة والبلوغ ، ترجمة : خليل زروق ، دار الحرف العربي للطباعة والنشر ، بيروت 1977

ثانيا : مذكرات التخرج

- 57- أحمد نفازي ، علاقة الاتجاهات النفسية بدوافع العمل في إطار نظرية ماسلو ، رسالة ماجستير، معهد علم النفس و علوم التربية ، جامعة الجزائر، 1991
- 58- عروس عبد الغفار و رحمان معمر خلف ، المنافسة على مردود لاعبي كرة القدم ، مذكرة الليسانس ، معهد التربية البدنية و الرياضية ، سيدي عبد الله ، جامعة الجزائر-2005
- 59- محمد عبد الله الحماحمي - مفهوم التربية الرياضية بالمدارس الثانوية بمحافظة القاهرة-رسالة. ماجستير- كلية التربية الرياضية للبنين-القاهرة-مصر- 1967
- 60- ناصر عبد القادر ، "مستوى المقاييس المعيارية لتقييم بعض الصفات البدنية و المهارات الأساسية للاعب كرة القدم الأعمار (16-18 سنة) " -رسالة ماجستير - المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية و الرياضية ، مستغانم 1995

ثالثا : المجالات

- 61- المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية-بحوث مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية-مجلة العدد الثالث-جامعة حلوان-مصر- 1996

رابعا : المراجع الأجنبية :

- 62- EDGAR THIL & ANT – O.P.C.I.T.
- 63- Corbin- CB.Aunude Toward- PHYSICAL ACTIVITY OF CHAMPION WOMEN BASKET BALL PLAYERS – Research DOCUMENT -1975
- 64- Marie Pierre Patris Rossi- Eléments psychologique sociale – édition Armond colin –Paris- France 1999

الملاحق

مقياس كينون للاتجاهات "ترجمة د محمد حسن علاوي"

1	2	3	4	5	العبارات	ت
غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق	لم اكون راي	موافق	موافق بدرجة كبيرة		
					افضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر بسيط من الخطورة من الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر كبير من الخطورة	1
					استطيع ان امارس التدريب الرياضي الشاق يوميا اذا كان ذلك يعطيني فرصة عضوية احدى الفرق الرياضية القومية	2
					اعظم قيمة للنشاط الرياضي هي جمال الحركات التي يؤديها اللاعب	3
					في درس التربية الرياضية ينبغي التركيز على القيمة الصحية للرياضة	4
					لا استطيع ان اتحمل التدريب اليومي العنيف طوال العام لكي استعد للاشتراك في المنافسات الرياضية	5
					لا افضل الأنشطة الرياضية التي تمارس لاكتساب الصحة واللياقة البدنية	6
					افضل الأنشطة الرياضية التي تتضمن القدر الكبير من الخطورة	7
					تعجبي الأنشطة الرياضية التي تظهر جمال الحركات للاعب	8
					تعجبي الأنشطة الرياضية التي تحتاج الى تدريب منظم لفترات طويلة والتي يقيس فيها اللاعب قدرته في المنافسات ضد منافسين على مستوى عالي من المهارة	9
					الهدف الرئيسي لممارستي الرياضة هو اكتساب الصحة	10
					الاتصال الاجتماعي الناتج عن ممارستي للرياضة له اهمية كبرى بالنسبة لي	11
					الممارسة الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لإزالة التوترات النفسية الشديدة	12

1	2	3	4	5	العبارات	ت
غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق	لم أكون رأي	موافق	موافق بدرجة كبيرة		
					لا تناسبني الممارسة المتكررة للأنشطة الرياضية الخطرة	13
					في درس التربية الرياضية ينبغي وضع أهمية كبرى على جمال الحركات	14
					افضل الأنشطة الرياضية التي تحافظ على اللياقة البدنية	15
					هناك فرص كثيرة تتيح للإنسان الاسترخاء من متاعب عمله اليومي مثل ممارسة الرياضة او مشاهدة المباريات الرياضية	16
					افضل ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الافراد	17
					عند اختياري لنشاط رياضي يهمني جدا فائدته من الناحية الصحية	18
					لا تعجبني بصفة خاصة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من اللاعبين	19
					في الجامعة ينبغي الاهتمام بدرجة كبيرة بممارسة الأنشطة الرياضية التي تتطلب العمل الجماعي والتعاوني	20
					الممارسة الرياضية تعتبر لي احسن فرصة للاسترخاء	21
					لا اميل الى الأنشطة الرياضية التي ترتبط بالمخاطر والاحتمالات الكبيرة للإصابات	22
					الصحة فقط بالنسبة لي هي الدافع الرئيسي لممارسة الرياضة	23
					لا افضل أي نشاط رياضي يزداد فيه الطابع التنافسي بدرجة كبيرة	24
					ام ناحية تجعلني امارس الرياضة التي استطيع من خلال ممارستها للرياضة ان اتصل بالناس	25
					الممارسة الرياضية هي الطريق العلمي للتحرر من الصراعات النفسية والعدوان	26

1	2	3	4	5	العبارات	ت
غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق	لم أكون رأي	موافق	موافق بدرجة كبيرة		
					الوقت الذي افضيه في ممارسة التمرينات الصباحية يمكن استغلاله بصورة احسن في أنشطة اخرى	27
					اذا طلب مني الاختيار فإنني افضل الأنشطة الخطرة عن الأنشطة الرياضية غير الخطرة او الاقل الخطورة	28
					من بين الأنشطة الرياضية افضل بصفة خاصة الأنشطة التي استطيع ممارستها مع الاخرين	29
					الرياضة تتيح الفرص المتعددة لإظهار جمال الحركات البشرية	30
					هناك العديد من الأنشطة تمنحني الاسترخاء بدرجة احسن من ممارسة الرياضة	31
					اعتقد انه من الاهمية القصوى ممارسة الأنشطة الرياضية التي لها فائدة كبرى بالنسبة للصحة	32
					افضل بصفة خاصة الأنشطة الرياضية التي تهدف الى اشباع التفوق الجمالي او الفني	33
					اعتقد ان النجاح في البطولات الرياضية يتأسس على انكار الذات والتضحية وبذل الجهد	34
					احس بسعادة لا حدود لها عندما اشاهد قوة التعبير وحمال الحركات الرياضية	35
					لا افضل الممارسة اليومية للرياضة لأجل الصحة فقط	36
					اشعر بان الرياضة تعزلي تماما عن المشاكل المتعددة للحياة اليومية	37
					اذا طلب مني الاختيار فإنني افضل السباحة في المياه الهادئة عن السباحة في المياه ذات الامواج العالية	38
					افضل ممارسة الأنشطة الرياضية التي يستطيع الانسان ممارستها بمفرده	39
					المزايا الصحية لممارسة الرياضة هامة جدا بالنسبة لي	40
					الأنشطة الرياضية التي تتطلب فن وجمال الحركات اعطيها الكثير من اهتمامي	41
					الأنشطة الرياضية التي تتطلب الجرأة والمغامرة افضلها الى اقصى	42

1	2	3	4	5	العبارات	ت
غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق	لم أكون رأي	موافق	موافق بدرجة كبيرة		حد
						43
					نظرا لان المنافسة مبدا في المجتمع فعلى ذلك ينبغي التشجيع على ممارسة الأنشطة الرياضية التي يظهر فيها الطابع التنافسي بصورة واضحة	
					الممارسة الرياضية تستطيع ان تجعلني سعيدا بصورة حقيقية	44
					الأنشطة الرياضية التي تستخدم الجسم كوسيلة للتعبير مثل الحركات التعبيرية والباليه اعتبرها من احسن انواع الأنشطة	45
					افضل مشاهدة او ممارسة انواع الأنشطة الرياضية التي لا تأخذ طابع الجدية	46
					ممارسة التمرينات الرياضية اليومية ذات اهمية قصوى بالنسبة لي	47
					استطيع ان امضي عدة ساعات في مشاهدة بعض حركات الرشاقة أو الحركات التي تتميز بالتوافق الجيد مثل حركات الجمباز والباليه	48
					ان الاتصال الاجتماعي الذي تتيحه ممارسة الرياضة لا يمثل بالنسبة لي أهمية قصوى	49
					افضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بلحظات من الخطورة	50
					عدم ممارسة النشاط الرياضي تضع مني فرصة هامة للاستجمام والاسترخاء	51
					يجب عدم الاهتمام بحالة الفوز بالرياضة بدرجة زائدة عن الحد	52
					تعجبي الأنشطة الرياضية التي تتطلب من اللاعب السيطرة على المواقف الخطرة	53
					الممارسة الرياضية لا اعتبرها وسيلة هامة من وسائل الترويح	54