

رقم : \_\_\_\_\_

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية



قسم التربية الحركية

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على شهادة الماستر

تخصص: النشاط البدني الرياضي التربوي

نحت عنوان

**العوائق التي نحول الإناث عن ممارسة**

**حصة التربية البدنية والرياضية في**

**الطور الثانوي**

دراسة ميدانية بثانويات بلدية بسكرة

نحت إشراف الأستاذ الدكتور :

بوعرووي حعفر

من إعداد الطالب:

دايرة مراد

السنة الجامعية: 2018 / 2019

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية الحركية

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على شهادة الماستر

تخصص: النشاط البدني الرياضي التربوي

نحت عنوان

العوائق التي نحول الإناث عن ممارسة

حصة التربية البدنية والرياضية في

الطور الثانوي

دراسة ميدانية بثانويات بلدية بسكرة

نحت إشراف الأستاذ الدكتور :

بوعرووي حعفر

من إعداد الطالب:

دايرة مراد

السنة الجامعية: 2018 / 2019

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(... رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ

وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأُدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ

الصَّالِحِينَ)

سورة النمل: الآية 19

# الإهداء

إلى جدتي مخزن العطف و الدفئ وشرف الحياة  
إلى اللذين ربياني صغيرا أمي الحنونة، أبي الغالب  
حفظهما الله و أطال في عمريهما.

إلى عمي وزوجته وعمتي وأخوالي وخالاتي  
إلى رفيقة دربي زوجتي الغالية.

إلى إبني المنتظر راجيا من الله تعالى أن  
يجعله حافظا للقران الكريم وممن يعملون به..

إلى إخوتي و أخواتي الكريمات.

إلى أبناء إخوتي و أخواتي.

إلى الأصدقاء و الزملاء.

إلى كل من كان قريبا منا بدعواته

توجيهاته ونصائحه.

أهدي هذا العمل.

# شكر و عرفان

الحمد لله حمدا كثيرا على ما فضل وأنعم، وأطلي  
أسلم على نبينا محمد طلي الله عليه وسلم. إيماننا مني  
بالقول " من له يشكر الناس له يشكر الله "

يدعوني واجب الوفاء والعرفان أن أُنقدهم بالشكر الجزيل

إلى المشرف الرسمي على بحثي الأَسناد الدكتور

" **بوعروبي حعفر** " الذي له يبذل علي بنوحيهانه

القيمة، ونشجيعه المنواصل على إنماج هذا البحث

والذي كان بحق نعم المشرف.

كما نشكر زملاءنا وكل من قدم لنا يد العون

ولو بكلمة طيبة لإكمال هذا البحث.

كما لا يفوننا أن نشكر جميع أسانذة

التربية البدنية والرياضية

بجامعة محمد خيضر ببسكرة.

إلى من بلغ الرسالة..

وأوى الأمانة..

ونصع الأمة..

إلى نبي الرحمة ونور

العالمين

"سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم"

الفهرس

## العنوان

أ	الإهداء
ب	الشكر

## قائمة المحتويات

### قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
61	عدد التلميذات	1
62	نسبة عدد التلميذات المعفيات	2
65	حجم العينة	3
80	النسبة المئوية للعبارة رقم 1	4
82	النسبة المئوية للعبارة رقم 2	5
84	النسبة المئوية للعبارة رقم 3	6
86	النسبة المئوية للعبارة رقم 4	7
88	النسبة المئوية للعبارة رقم 5	8
90	النسبة المئوية للعبارة رقم 6	9
92	النسبة المئوية للعبارة رقم 7	10
94	النسبة المئوية للعبارة رقم 8	11
96	النسبة المئوية للعبارة رقم 9	12
98	النسبة المئوية للعبارة رقم 10	13
100	النسبة المئوية للعبارة رقم 11	14
102	النسبة المئوية للعبارة رقم 12	15
104	النسبة المئوية للعبارة رقم 13	16
106	النسبة المئوية للعبارة رقم 14	17
108	النسبة المئوية للعبارة رقم 15	18
110	النسبة المئوية للعبارة رقم 16	19
112	النسبة المئوية للعبارة رقم 17	20
114	النسبة المئوية للعبارة رقم 18	21

116	النسبة المئوية للعبارة رقم 19	22
118	النسبة المئوية للعبارة رقم 20	23
120	النسبة المئوية للعبارة رقم 21	24

## قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
1	عدد التلميذات في ثانويات بلدية بسكرة محل الدراسة	61
2	عدد التلميذات المعفيات في ثانويات بلدية بسكرة محل الدراسة	62
3	قائمة ثانويات بلدية بسكرة	63
4	عينة الدراسة	65
5	تعداد إستبيانات الدراسة	69
6	معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمحور	72
7	معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمحور	73
8	معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمحور	74
9	مفالح المقياس	75
10	معاملات ثبات محاور الإستبيان	75
11	معاملات ثبات محاور الإستبيان في حالة حذف إحدى العبارات	76
12	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الأولى	80
13	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الثانية	82
14	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الثالثة	84
15	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الرابعة	86
16	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الخامسة	88
17	مقاييس النزعة المركزية للعبارة السادسة	90
18	مقاييس النزعة المركزية للعبارة السابعة	92
19	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الثامنة	94
20	مقاييس النزعة المركزية للعبارة التاسعة	96
21	مقاييس النزعة المركزية للعبارة العاشرة	98
22	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الحادية عشر	100

102	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الثانية عشر	23
104	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الثالثة عشر	24
106	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الرابعة عشر	25
108	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الخامسة عشر	26
110	مقاييس النزعة المركزية للعبارة السادسة عشر	27
112	مقاييس النزعة المركزية للعبارة السابعة عشر	28
114	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الثامنة عشر	29
116	مقاييس النزعة المركزية للعبارة التاسعة عشر	30
118	مقاييس النزعة المركزية للعبارة العشرون	31
120	مقاييس النزعة المركزية للعبارة الحادية و العشرون	32

قائمة الملاحق	
العنوان	
قائمة الاساتذة المحكمين و المصححين للإستبيان	
الإستبيان	
مقررة تسهيل المهام للتربص الميداني	
قوائم المعفيين الخاصة بثانويات بلدية بسكرة	

مقدمة		
الجانب التمهيدي		
الرقم	العنوان	الصفحة
1	إشكالية البحث	5
2	تساؤلات البحث	6
3	فرضيات البحث	6
4	أهداف البحث	6
5	أهمية البحث	7
6	أسباب إختيار الموضوع	7
7	مصطلحات البحث	8
8	الدراسات السابقة و المشابهة	11

16	التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة	9
16	صعوبات البحث	10

## الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية

الصفحة	العنوان	الرقم
19	تمهيد	/
20	تعريف التربية	1
20	أهداف التربية	2
21	مجالات التربية	3
21	العلاقة بين التربية و التعليم	4
22	لمحة تاريخية عن التربية البدنية و الرياضية	5
22	مفهوم التربية البدنية و الرياضية	6
24	خصائص التربية البدنية و الرياضية	7
25	الأهداف العامة التربية البدنية و الرياضية	8
25	أهمية التربية البدنية و الرياضية	9
26	الأسس العلمية التربية البدنية و الرياضية	10
27	علاقة التربية البدنية و الرياضية بالتربية	11
28	موقع التربية البدنية في المنظومة التربوية	12
28	درس التربية البدنية و الرياضية	13
30	أستاذ التربية البدنية و الرياضية	14
38	خاتمة	/

## الفصل الثاني: ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

الصفحة	العنوان	الرقم
40	تمهيد	/
41	مفهوم النشاط البدني الرياضي	1
42	أوجه النشاط البدني الرياضي	2
43	أهداف النشاط البدني الرياضي	3

43	أنواع النشاط البدني الرياضي	4
45	العوامل التي تساهم على الإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي	5
46	نبذة تاريخية عن النشاط البدني الرياضي عند المرأة	6
47	موقف الإسلام من مشاركة المرأة في الرياضة	7
48	المشاركة الرياضية النسوية في الجزائر	8
49	الفرق بين الرجل و المرأة في ممارسة النشاط البدني الرياضي	9
49	عراقيل الممارسة الرياضية النسوية	10
50	تأثير الأسرة و المجتمع على الرياضة النسوية	11
51	الإضطرابات و النتائج المترتبة عن الممارسة الرياضية	12
52	ثالث المرأة الرياضية	13
53	أسباب الإشتراك المتزايد للمرأة في الأنشطة الرياضية	14
54	تأثير النشاط البني الرياضي على شخصية الفتاة	15
55	خاتمة	/

الدراسة الميدانية		
الفصل الثالث: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية		
الرقم	العنوان	الصفحة
/	تمهيد	58
1	الدراسة الإستطلاعية	59
2	منهج البحث	59
3	مجتمع البحث	60
4	عينة البحث	63
5	مجالات البحث	66
6	متغيرات البحث	67
7	ضبط متغيرات البحث المشوشة	67
8	أدوات البحث (مواصفات الإختبارات المستخدمة )	68
9	أدوات جمع البيانات	69
10	الأسس العلمية للأداة المستخدمة (سيكو متريّة الأداة )	69

77	الإجراءات التنفيذية والإدارية للدراسة الميدانية	11
77	الأساليب الإحصائية	12

### الفصل الرابع: عرض و تحليل النتائج

الصفحة	العنوان	الرقم
79	تمهيد	/
80	عرض وتحليل نتائج الإستبيان	1
122	خاتمة	/

### الفصل الخامس: مناقشة النتائج وتفسيرها

الصفحة	العنوان
124	تمهيد
125	مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات
129	الإستنتاجات
131	الخلاصة العامة
132	التوصيات و الإقتراحات
/	المصادر و المراجع
/	الملاحق
/	خاتمة

المقدمة

إن ما جاء في الوثيقة العالمية لليونيسكو ( منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة )، أن الممارسة الفعلية للحقوق لأي إنسان كان، تتوقف أساسا على الإمكانيات المتاحة له وتكون له كامل الحرية في الإختيار، لتطوير ووقاية قدراته البدنية، والذهنية المعنوية والنفسية، وبالتالي وجوب ضمان ممارسة التربية البدنية والرياضة لكل فئات المجتمع.

بالإضافة، فهي تشير إلى الأهمية الاجتماعية والغاية الإنسانية والقيم المعنوية التي تحملها التربية البدنية والرياضة. فهذا ما تنادي به في مادتها الأولى أي: أن ممارسة التربية البدنية والرياضة هي حق أساسي للجميع.

تعد الرياضة بالنسبة للرجال وبالخصوص بالنسبة للمرأة التي همشت لفترة طويلة، عامل أساسي يساعد على كسب الثقة بالنفس، ويقدم لكل واحد الوسائل الضرورية لتطوير نوعية الحياة، وإفتتاح الشخصية للإندماج في النسيج الاجتماعي، وكذلك تساعد على مقاومة وتخفيض وإمتصاص ضغوطات الحياة العصرية المختلفة وتعد أيضا، تكملة للتعليم والتمرين الذهني بمختلف ميادين الحياة وعلى كل المستويات. إذن للرياضة دور مهم في بناء المجتمع، فهي من جهة تساهم على تطوير اللياقة البدنية، ومن جهة أخرى تساهم في الإرتقاء بالفرد فوق كل طموحاته وأهدافه المسطرة بإقتنائه للسلوكات الحسنة تجاه الآخرين. ولهذا عملت كل دولة على تطوير هذا الميدان، وأصبحت مختلف الشرائح والفئات تمارس هذا النشاط الحيوي بما فيه العنصر النسوي الذي ساهم بفعالية في هذا النشاط عبر مختلف دول العالم.

وتعتبر الجزائر من بين هذه الدول التي تسعى منذ إستقلالها إلى التكفل بالرياضة، وإعطائها إهتماما بالغا ومكانة مرموقة قامت ببرمجتها في البرامج الدراسية، ورغم هذا لاحظنا نقص كبيرا في المشاركة النسوية في الميدان الرياضي، فمعظم المختصين في هذا المجال أكدوا وجود ركود وتقهر للمستوى الرياضي عند الفتيات، وكذلك إنتشار ظاهرة الإعفاءات من طرفهن في المؤسسات التعليمية، وبقية هذه الظاهرة مع التلميذات حتى بلوغهن، ولاحظنا أيضا عدم تقبل بعض الأولياء لفكرة المرأة تمارس الرياضة نظرا للعادات والتقاليد وثقافة مجتمعنا، خاصة في جنوب البلاد الذي يشكو أيضا من قلة المرافق الرياضية وسوء تجهيزها. لهذه الأسباب تشكلت معوقات ممارسة المرأة للرياضة، حيث أصبحت هذه المشكلة مألوفة ولا تثير الإهتمام، فلم تكن هناك محاولات جادة لدراستها دراسة تحليلية دقيقة، فكل ما كتب أو يكتب عن هذه المشكلة لم يتعدى الجانب الوصفي والملاحظة، ومن هنا جاء بحثنا لمحاولة تسليط الضوء على الخفايا

## مقدمة

والعوائق التي تمنع ممارسة المرأة للرياضة، وبالخصوص تلميذات الطور الثانوي اللواتي يعتبرن قاعدة الطبقة المثقفة في المجتمع، وحتى تتمكن من معرفة ذلك قمنا بدراسة ميدانية على عينة من التلميذات المعفيات لمحاولة توضيح الأسباب التي أدت إلى هذا العزوف والتراجع، ومحاولة تسليط الضوء على أهم المعوقات التي تعترض طريق التلميذات لممارسة الرياضة، ووفق هذا قمنا بتقسيم بحثنا إلى جزأين جزء نظري وجزء تطبيقي.

ففي الجزء النظري قمنا بتقسيمه إلى فصلين كالتالي:

**الفصل الأول:** خصصناه في جزأين: الجزء الأول حول التربية البدنية و الرياضية، إذ تطرقنا إلى ماهية التربية وأهداف ومجالات التربية وكذا العلاقة بين التربية و العليم ومحاولة إعطاء لمحة تاريخية عن التربية البدنية والرياضية، أما الجزء الثاني فخصصناه حول مفهوم الرياضة وأهدافها بالإضافة إلى الأسس العلمية للرياضة وعلاقتها بالتربية، زد على ذلك موقعها في المنظومة التربوية، وختمنا الفصل درس التربية البدنية والرياضية وأستاذ التربية البدنية.

**الفصل الثاني:** وتطرقنا فيه حول ممارسة النشاط البدني الرياضي بالنسبة للإناث المراهقين، حيث عرفنا النشاط الرياضي وأوجه النشاط البدني، أهدافه وأنواعه والعوامل التي تساهم على الإقبال عليه، مع إعطاء نبذة تاريخية عن النشاط البدني وموقف الإسلام حول مشاركة المرأة في الرياضة، أيضا المشاركة النسوية في الجزائر والفرق بين الرجل و المرأة في الممارسة الرياضية، وفي اخر المطاف تطرقنا حول العراقيل الممارسة الرياضية النسوية من تأثير الأسرة، المجتمع مما ينتج عنه من اضطرابات ونتائج، ولا ننسى ثلوث المرأة الرياضية وأسباب الإشتراك المتزايد حول الانشطة الرياضية وتأثيرها على شخصيتها.

**أما الجزء التطبيقي** فهو عبارة عن تحليل لنتائج إستبيانات تلميذات المعفيات في الطور الثانوي لمعرفة العوائق التي تحول عن ممارسة الرياضة.

وختاما أنهيينا بحثنا هذا بإعطاء بعض الإقتراحات والتوصيات التي نراها مناسبة لمجتمعنا.

الدراسة

الفنطرية

الجانبة

الشمعية

### 1 - إشكالية البحث:

يعرف عصرنا الحاضر تطورات كبيرة في شتي الميادين و العلوم عامة و الميدان الرياضي على وجه الخصوص تتكامل في ما بينها من أجل الوصول بالإنسان إلى أعلى درجات الرقي و الازدهار، ولذا فإن ممارسة الرياضة عرفت نفس المسالك وخير دليل على ذلك المستوى الذي وصلت إليه. فممارسة الرياضة تعد من أهم العوامل التي تساعد الإنسان على الارتقاء بالمستوى الصحي و البدني و تكسبه القوام الجيد و تمنحه السعادة و الأخلاق الحسنة و تجعله قادرا على العمل والإنتاج كما تعتبر الرياضة أداة اتصال و تعاون بين الدول و وسيمة تبادل الثقافات بين الشعوب و المجتمعات، وليذا عملت كل دولة على تطوير هذا الميدان و أصبحت مختلف الشرائح و الفئات تمارس هذا النشاط الحيوي بما فيه العنصر النسوي الذي ساهم بفعالية في هذا النشاط عبر مختلف دول العالم وتعتبر الجزائر من بين الدول التي تسعى منذ استقلالها إلى التكفل بالرياضة و إعطائها اهتماما بالغا و مكانة مرموقة بحيث قامت ببرمجتها في البرامج التعميمية .

و رغم هذا لاحظنا نقصا كبير في المشاركة النسوية في هذا الميدان و هذا النقص تخص به بعض المناطق أكثر من الأخرى في مجتمعنا الجزائري، فمعظم المختصين في هذا الميدان أكدوا وجود ركود و تقهقر للمستوى الرياضي عند الفتيات و كذلك انتشار ظاهرة الإعفاءات من طرفين في المؤسسات التربوية و حتى تتمكن من معرفة أسباب ذلك و يجب علينا الرجوع إلى أصل المشكل الذي يتمركز في الوسط المدرسي خاصة الثانويات لأن هذا الأخير هو المنبع الذي يمدنا بالرياضيين، و لذا و يجب علينا البحث عن العوامل المؤثرة علي الممارسة النسوية للتربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم الثانوي في مدينة بسكرة.

وتلعب حصة التربية البدنية والرياضية دورا مهما في تحقيق الأهداف الاجتماعية للتلاميذ على أن الإنسان مخلوق اجتماعي بطبعه لا يستطيع العيش معزولا عن الآخرين، الأمر الذي يفرض على التربية البدنية والرياضية مسؤوليات كبيرة تختص بالعلاقات الاجتماعية بين التلاميذ، كما أن التفاعلات التي تحدث بين الأفراد تساعد على كسب عدة مؤهلات كبقائه ضمن الجماعة، فيجد الفرد نفسه متكيفا مع جماعة الزملاء و تتطور العلاقة معهم بمرور الزمن، ومن خلال الجماعة يشبع الفرد حاجاته المختلفة، وقد يكون كل هذا على عاتق التربية البدنية والرياضية ( ربوح صالح، 2013، ص 69 ).

ومن أجل إنجاح العملية التعليمية لا يتم إلا بمساعدة الأستاذ، فالأستاذ وما يتصف به من كفاءات وما يتمتع به من رغبة و ميل للتعليم هو الذي يساعد التلاميذ على التعلم، وأن امتلاك الأساتذة للكفاءات التعليمية سيني قدراتهم ويثري خبراتهم ويساعد على تحقيق الأهداف التربوية (محمد حسن المعايرة، 2007، ص 16-17).

## الجانب النهدي

وقد أصبحت مختلف الشرائح والفئات تمارس هذا النشاط الحيوي بما فيه العنصر النسوي فكل هذا انعكس سلبا على منهجية التفكير لديهن ، حيث أنهن يتجنبن تغيير المسار للتطور بسبب الخوف من ردود فعل المجتمع الذي يشكل حاجزا مرعبا يؤثر على حياتهن اجتماعيا بصفة عامة، وكذلك الجانب الديني لدرجة أصبحت فيها الرياضة مساس بأخلاق المرأة، وأن هذه الأخيرة لا تقوى على مثل هذه الفعاليات الحياتية، لأن المرأة فرد ضعيف في المجتمع يجب حمايته، لدرجة أنها أثرت في الفئة المثقفة أمثال تلميذات الطور الثانوي بصفة خاصة وغيرهم، لأن بعضهم لا يملن نحو المشاركة في النشاطات الرياضية. كل هذا يقودنا إلى التساؤل العام الآتي:

ماهي العوائق التي تحول الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية ؟

### 2 - تساؤلات البحث:

- 1 - هل لشخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية عائق في عزوف الإناث عن ممارسة النشاط البدني الرياضي ؟
- 2 - هل تعتبر الأسرة عائق في منع بناتها من ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية ؟
- 3 - هل يعد الاختلاط سبب من أسباب عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

### 3 - فرضيات البحث:

◀ الفرضية العامة: عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية راجع إلى العوامل الإجتماعية و التنظيمية.

### ◀ الفرضيات الجزئية:

- 1 - عزوف الإناث عن ممارسة النشاط الرياضي سببه شخصية استاذ المادة .
- 2 - من أسباب عدم ممارسة الإناث لحصة التربية البدنية والرياضية الأسرة .
- 3 - الإختلاط من الأسباب التي تعيق الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية .

### 4 - أهداف البحث :

إن إجراء أي بحث أو إعداد أي موضوع علمي يكون من أجل الوصول إلى غاية ما وتحقيق أهداف محددة، فالبحث العلمي يطمح للكشف عن الحقائق أو تشخيص مشكل ما لإعطاء حلول إن أمكن، فالدراسة الراهنة تسعى إلى تحقيق الأهداف التالية :

- 1 - كشف العوائق التي تحول الإناث عن عدم ممارسة النشاط البدني و الرياضي .
  - 2 - التعرف ما إذا كانت الأسرة تشكل العائق في عزوف الإناث عن ممارسة النشاط البدني الرياضي.
  - 3 - توعية التلميذات بالفوائد الصحية الناجمة عن ممارسة الرياضة التي تساعدها على الانفتاح و الابتعاد عن العزلة .
  - 4 - تحسيس المجتمع بمبادئ الرياضة وما لها من فوائد إيجابية تعود على المرأة بصفة عامة .
  - 5 - تشجيع الإناث على ممارسة الرياضة، والرفع من معامل مادة الرياضة واعتبارها مادة كباقي المواد الأكاديمية .
  - 6 - إظهار أهمية ممارسة المرأة للرياضة خاصة في مرحلة المراهقة.
  - 7 - التحرر من نظرة المجتمع المختلفة عن الفتاة الممارسة للنشاطات الرياضية .
  - 8 - إقتراح حلول للمشاكل التي تواجه التلميذات أثناء ممارستهن للرياضة.
- 5- أهمية البحث: تتبلور أهمية موضوع العوائق التي تحول الإناث عن ممارسة الرياضة في

الطور الثانوي في النقاط التالية :

- 1 - الوقوف على العوامل التي تمنع الإناث من ممارسة درس التربية البدنية و الرياضية .
- 2 - توضيح ضرورة ممارسة النشاط البدني الرياضي في فترة المراهقة .
- 3 - إيجاد الحلول اللازمة لظاهرة العزوف وهذا من أجل الرفع من نسبة مشاركة التلميذات للرياضة .

### 6- أسباب اختيار الموضوع :

يعد بحثنا هذا خطوة للاهتمام بمثل هذه الدراسة، حيث نسعى من خلاله إلى تحقيق بعض الأهداف التي تعتبر مسعى لكل باحث، وبعية إثراء المكتبة الجزائرية بمثل هذا النوع من الدراسات، هذا من جهة. ومن جهة أخرى أنه من خلال قيامنا بالتربص التطبيقي المبرمج من قبل الإدارة الجامعية لطلبة الطور الثاني ماستر قد لفت إنتباهنا أن التلميذات يتهربن من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية وأن كثير منهم قد سبق لهم تقديم إعفاءات من ممارسة النشاط البدني و هذا ما دفعنا لإختيار هذا الموضوع محاولتا منا لإيجاد المشكلة وراء إنتشار هذه الظاهرة والوصول إلى حلول لها،ومن بين أسباب إختيار الموضوع:

## الجانب التمهيدي

أ\* الأسباب الموضوعية : تنحصر الأسباب الموضوعية في كون المشكلة تمس التلميذات في  
الطور الثانوي، أي الفئة المثقفة ويمكن حصرها في النقاط التالية:

- 1 - معرفة أهم المشاكل التي تواجه الإناث في الثانوية والتي تعد عائق يحول دون ممارستها للرياضة.
- 2 - التحولات التي أدت إلى ضرورة الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية خاصة في مرحلة المراهقة.
- 3 - عدم إعطاء الأهمية لممارسة الإناث لحصة التربية البدنية والرياضية مثل الذكور.
- 4 - قلة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع، من أجل حث البنات على ممارسة الرياضة.
- 5 - إبراز الحلول الموضوعية التي تساهم في تشجيع الطالبات الجامعيات على ممارسة الرياضة.
- 6 - إبراز دور التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق البدني والنفسي والاجتماعي للإناث في  
المرحلة الثانوية.

### ب\* الأسباب الذاتية :

- بعد الدراسة الاستطلاعية حول التلميذات المعفيات في الثانويات لا يمارسن الرياضة فأردنا معرفة  
الأسباب الشخصية والمبررات التي تعيق هذه الفئة عن ممارسة النشاط الرياضي، ومحاولة الوقوف على أهم  
العوامل الاجتماعية والدينية والثقافية التي تراها الإناث عائقا أمام ممارسة الرياضة، وذلك من خلال:
- 1 - محاولة التعرف على العوائق الذاتية لممارسة الإناث للرياضة، عبر طرح الأسئلة المناسبة.
  - 2 - محاولة اقتراح ومناقشة حلول موضوعية بسرد فوائد النشاط البدني والرياضي الذي يساهم ولو بقليل  
في تشجيع التلميذات على ممارسة الرياضة.

### 7 - مصطلحات البحث:

#### 7 - 1 - العوائق:

\* لغة : من فعل ( عاق، يعوق، عوقا )، أي عاق غيره عن كذا، صرفه وثبطه وأخره عنه. ومنه

عائق جمع عوائق، وعائق الدهر شواغله وأحداثه، والعائق هو ما يكفك عن الشيء.

\* اصطلاحا : هي كل ما يمنع أو يقف بين الشخص عن ممارسة الرياضة.

### 7 - 2 - تحول:

\* لغة : من فعل ( حال ، يحول ، محال )، أي حال بين وصوله ، منعه وأوقفه.

\* اصطلاحا : هو كل ما يمنع أو يقف بين الشخص والرياضة.

### 7 - 3 - ممارسة الرياضة:

\* لغة : من فعل ( مارس، يمارس، ممارسة )، مارس الأمر: عالجته، وزاوله، وشرع... .

\* اصطلاحا : هي مزاوله الرياضة والشروع فيها والمداومة على تمارينها.

### 7 - 4 - التلميذ:

هو كل شخصا ولدا كان أم بنتا تحصل على شهادة التعليم المتوسط والتحق بالثانوية.

### 7 - 5 - العزوف:

\* لغة : هو الامتناع والإعراض عن القيام بسلوك معين.

\* اصطلاحا : هو حالة فرار من الالتزامات الاجتماعية، وفي هذا المجال هو حالة من

الانعزال المؤقتة نتيحتها تغيير هدف بهدف آخر له نتائج أكثر إيجابية..

\* إجرائيا : هو الامتناع عن نشاط ما، وذلك نتيجة مختلف الظروف والعوائق المؤثرة في ذلك.

### 7 - 6 - التعريف الإجرائي لعوائق ممارسة الرياضة :

ونقصد بها الأسباب أو العوامل التي تمنع من ممارسة الرياضة وتتسبب في النفور والعزوف عنها.

### 7 - 7 - التعريف الإجرائي للإناث:

ونقصا بما فئة تلميذات الثانويات المعفيات قيد دراستنا والعينة التي عملنا بها في مجتمع البحث ألا

وهي الثانوية.

### 7 - 8 - التربية :

\* لغة : إنشاء الشيء حالا فحالا إلى حد التمام.

## الجانب النهدي

\* اصطلاحاً : هي مجموعة العمليات التي بها يستطيع المجتمع أن ينقل معارفه وأهدافه المكتسبة ليحافظ على بقاءه، و تعني في الوقت نفسه التجدد المستمر لهذا التراث وأيضاً للأفراد الذين يحملونه، فهي عملية نمو وليست لها غاية إلى المزيد من النمو.

\* إجرائياً :

هي مختلف العمليات التي تقوم بها كل من الأسرة والمدرسة والمجتمع من أجل تكوين المعارف المختلفة لدى الطفل، لكي يصبح قادراً على مواجهة الحياة.

### 7 - 9 - التربية البدنية و الرياضية:

\* لغة : تنشئة الجسد والتنفيس عنه.

\* اصطلاحاً :

هي مظهر من مظاهر التربية، تعمل على تحقيق أغراضها عن طريق النشاط الحركي المختار الذي يستخدم بهدف خلق المواطن الصالح الذي يتمتع بالنمو الشامل المتزن من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية حتى يمكنه التكيف مع مجتمعه ليحيا حياة سعيدة تحت إشراف قيادة واعية ( عبد الحميد شرف، 2000ص25).

\* إجرائياً : هي عملية تكوين الأفراد بدنيا ونفسيا واجتماعيا...، وذلك من خلال الأنشطة الرياضية المختارة.

### 7 - 10 - المراهقة:

\* لغة : تعني كلمة المراهقة في اللغة العربية من الحلم راقب الغلام قارب الحلم أي بلغ حد الرجال فهو مراهق والمراهق هو الغلام الذي قارب الحلم.

\* اصطلاحاً : تعرف المراهقة على أنها مرحلة انتقالية تجمع بين خصائص الطفولة وسمات الرجولة وهي انتقالية لأن المراهق يسعى للانتقال من الطفولة المعتمدة على الكبار، محاولاً ولوج باحات الاستقلال الذاتي ( يحيى بن العربي، 2009ص5).

\* إجرائياً : هي المرحلة التي تلي مرحلة الطفولة، والتي من خلالها يصل الطفل إلى مرحلة النضج وذلك من خلال مختلف التغيرات التي تحدث في جسمه.

### 7 - 11 - المرحلة الثانوية:

#### \* اصطلاحا :

التعليم الثانوي هو عبارة عن مؤسسة اجتماعية تسعى إلى تحقيق أهداف اجتماعية وتعني بالقابليات المختلفة، وتعد الطلاب والطالبات إعدادا ثقافيا ومهنيا عاما، يساعدهم على انتخاب مهنة لسد حاجياتهم الأساسية التي تفرضها عليهم طبيعة الحياة الجديدة (عباس عبد العلوان، 1994، ص 131).

#### \* إجرائيا : هي المرحلة التي تلي مرحلة التعليم المتوسط، والتي من خلالها يجد المراهق نوع من

الحرية لإبداء آرائه المختلفة.

### 7 - 12 - الاختلاط:

\* لغة : خلط الشيء بالشيء يخلطه خلطا وخطاه فاختلط: أي مزجه، وخالط الشيء مخالطة

وخالطا: أي مازجه.

#### \* اصطلاحا :

وهو اختلاط النساء الرجال، أي: اجتماع بعضهم مع بعض أو اجتماع امرأة مع رجل. وهذا الاجتماع بين الرجل والمرأة ( وهما أجنبيان ) في مكان واحد يترتب عليه عادة، وغالبا مقابلة أحدهما للآخر، أو نظر أحدهما للآخر أو محادثة بينهما ( يحيى بن العربي، 2009 ص5).

\* إجرائيا : الاختلاط يعني ممارسة نشاط ما يشترك فيه كل من الذكور والإناث معا، والذي

له آثار جانبية لكل من الطرفين.

### 8 - الدراسات السابقة و المشابهة:

إن موضوع الرياضة النسوية لم يكن له مكانة كبيرة ضمن البحوث التي أقيمت في الجزائر، ولا سيما على مستوى معاهد التربية البدنية والرياضية، فمن البديهي والمعروف أن الدراسة العلمية، والبحث على وجه الخصوص يتسم بطابعه التراكمي، فما من دراسة أو بحث إلا وجاء بعده دراسات وبحوث أخرى تناولت نفس موضوع البحث بالشرح والتحليل، أو تشترك معا في الموضوع أو بعض جوانبه وبذلك تثرى الدراسات.

ف نجد رايح تركي يقول: ( كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية )، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه (رايح تركي، 1999، ص1) ورغم أهمية الموضوع وأثره على الفرد في اختيار نسقه الدراسي الذي يتناسب مع قدراته ومهاراته وميوله وتكوينه، فإن التطرق لمثل هذه المواضيع لم يحظى بأهمية بالغة وعناية من طرف الباحثين، وعليه نسرد بعض الدراسات المتناولة من طرف بعض الطلاب في مذكرات الماجستير والليسانس، وهي كما يلي:

### 8 - 1 - الدراسة الأولى:

دراسة لحممر عبد الحق، بإعداد مذكرة سنة 2014-2015 ( ظاهرة عزوف التلميذات من ممارسة التربية البدنية والرياضية بثانويات مستغانم )، رسالة ماجستير غير منشورة بجامعة مستغانم، وأظهرت النتائج أن أسباب العزوف تمثلت في عدم تشجيع الأسرة بسبب مشاكل الإختلاط.

### 8 - 2 - الدراسة الثانية:

دراسة بن يوسف راضية بإعداد مذكرة سنة 2001-2002 عنوان: ( موقف التلميذات من مادة التربية البدنية والرياضية في الوسط الثانوي )، رسالة ماجستير غير منشورة، معمد سيدي عبد الله بجامعة الجزائر.

وقد توصلت إلى أن الإختلاط المدرسي وغياب الثقافة الرياضية، وعدم تهيئة الأرضية الملائمة للطالبات، والسياسة التربوية المتبعة، كل هذا يؤثر في عدم ممارسة الفتاة مادة التربية البدنية والرياضية في الثانوية.

### 8 - 3 - الدراسة الثالثة:

دراسة زيان نصيرة بإعداد مذكرة سنة 2007-2008 بعنوان: ( أسباب نفور الفتيات من إختيار تخصص التربية البدنية والرياضية في مرحلة التدرج )، وهي دراسة قدمتها الباحثة لنيل شهادة الماجستير غير منشورة في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص في النشاط البدني التربوي، معمد سيدي عبد الله بجامعة الجزائر.

وقد توصلت الدراسة إلى أن الدور السلبي للأسرة وعدم موافقة بناتهم في إختيار التربية البدنية والرياضية كتخصص، إضافة إلى عدم توفير المعلومات اللازمة لهذا التخصص، وعدم وجود مؤطرات متخصصات،

وإنعدام التوجيه والإرشاد التربوي، ونقص وسائل الإعلام الرياضية المتخصصة، هذا كله يؤدي إلى عدم إختيار الفتيات تخصص التربية البدنية والرياضية.

### 8 - 4 - الدراسة الرابعة:

قام يحيى بن العربي بإعداد مذكرة سنة 2008-2009 وذلك في إطار شهادة الماجستير تحت عنوان دور الاختلاط في التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ الطور المتوسط. وتمثل التساؤل العام في: ما هو دور الإختلاط في حصة التربية البدنية والرياضية على التفاعل الإجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط حسب متغير المنطقة؟

### وقد تمثلت الأسئلة الفرعية في:

- 1 - هل للاختلاط في حصة التربية البدنية والرياضية دور على التفاعل الإجتماعي بين التلاميذ حسب متغير الجنس ذكور - ذكور، إناث - إناث، وحسب المناطق ( حضر - ريف )؟
- 2 - هل للاختلاط في حصة التربية البدنية والرياضية دور على التفاعل الإجتماعي بين تلاميذ الجنسين ذكور - إناث، وحسب المناطق ( حضر - ريف )؟

### وكانت الفرضيات كالاتي:

#### الفرضية العامة:

1 - للاختلاط دور إيجابي في حصة التربية البدنية والرياضية على التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط حسب متغير المنطقة.

#### والفرضيات الجزئية:

- 1 - هناك فرق دال إحصائيا بين ذكور المناطق الحضرية وذكور المناطق الريفية وبين إناث المناطق الحضرية وإناث المناطق الريفية لصالح قاطني المناطق الحضرية في التفاعل الاجتماعي.
  - 2 - هناك فرق دال إحصائيا بين ذكور الحضر وإناث الحضر لصالح الذكور، وفرق دال إحصائيا بين ذكور الحضر وإناث الريف لصالح الذكور، وهناك فرق دال إحصائيا بين ذكور الريف وإناث الحضر لصالح الإناث، وليس هناك فرق دال إحصائيا بين ذكور الريف وإناث الريف في التفاعل الاجتماعي.
- \* وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، على عينة 180 تلميذ، 45 ذكور الحضر - 45 ذكور الريف - 45 - إناث الحضر - 45 - إناث الريف. وفي الأخير تم التوصل إلى:
- 1 - الاهتمام بتطور البيئة الريفية وجعلها مسايرة للأحداث من خلال تعليم التلاميذ لمبادئ التفاعل

## الجانب النهدي

الاجتماعي السليم المبني على التفاهم والتسامح ونبذ التفرقة والتعصب، من خلال الأنشطة الرياضية المختارة.

2 - تطوير وإبتكار أساليب وأنشطة رياضية جديدة تنمي الجوانب النفسية والاجتماعية للتلاميذ.

3 - تعزيز دور البيئة في التفاعل الاجتماعي لتكون ذات تأثير إيجابي، سواء في المناطق الحضرية أو الريفية من خلال أنشطة التربية البدنية والرياضية المختارة.

4 - تعزيز دور التربية البدنية والرياضية لتكون ذات تأثير إيجابي على التفاعل الاجتماعي في البيئة الريفية.

5 - الاستفادة من الآثار الإيجابية للاحتلاط في حصة التربية البدنية والرياضية على التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط في المستويات الدراسية الأخرى.

### 8 - 5 - الدراسة الخامسة:

قام قدار زين الدين، وقدار المختار، بإعداد مذكرة سنة 2014-2015 وذلك في إطار شهادة الماجستير، تحت عنوان: الكفاءات التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بتكوين إتجاهات الإناث نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي في مرحلة التعليم المتوسط.

#### وتمثل التساؤل العام للدراسة في:

هل هناك علاقة إرتباطية بين الكفاءة التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين إتجاهات الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي؟

#### وتمثلت الأسئلة الفرعية في:

1 - هل هناك علاقة إرتباطية بين كفاءة التخطيط لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين إتجاه الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي؟

2 - هل هناك علاقة إرتباطية بين كفاءة التواصل لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين اتجاه الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي؟

3 - هل هناك علاقة إرتباطية بين كفاءة التقويم لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين اتجاه الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي؟

4 - هل هناك علاقة إرتباطية بين كفاءة إختيار أساليب وطرق التدريس لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين اتجاه الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي؟

#### وتمثلت فرضيات الدراسة في ما يلي:

### الفرضية العامة:

توجد علاقة إرتباطية بين الكفاءة التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين إتجاهات الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي.

الفرضيات الجزئية:

- 1 - توجد علاقة إرتباطية بين كفاءة التخطيط لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين اتجاه الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي.
- 2 - توجد علاقة إرتباطية بين كفاءة التواصل لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين اتجاه الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي.
- 3 - توجد علاقة إرتباطية بين كفاءة التقويم لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين اتجاه الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي.
- 4 - هناك علاقة إرتباطية بين كفاءة اختيار أساليب وطرق التدريس لأستاذ التربية البدنية والرياضية وتكوين اتجاه الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي

### وقد توصل الباحث إلى التوصيات والاقتراحات التالية:

- 1 - إجراء دراسة مماثلة حول الكفاءات التربوية اللازمة من وجهة نظر معلمي التربية البدنية والرياضية.
- 2 - إجراء دراسة لمعرفة أثر تنمية كفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية على أداء طلابهم في مادة التربية البدنية والرياضية والمراحل التعليمية المختلفة .
- 3 - إجراء دراسات تكشف واقع التكوين أثناء الخدمة ودوره في تنمية الكفاءة التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية
- 4 - إجراء دراسة مشابهة للدراسة الحالية تُستخدم فيها بطاقة ملاحظة لمعرفة الكفاءة التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية
- 5 - إجراء دراسة لكل بعد من إبعاد الكفاءة التدريسية ودوره في تكوين اتجاهات الإناث نحو ممارسة النشاط البدني.
- 6 - ضرورة رفع مستوى الكفاءة التدريسية لأساتذة التربية البدنية والرياضية وهذا من خلال برامج ومقررات خاصة بإعداد وتكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية
- 7 - ينبغي تنظيم دورات دراسية واتخاذ التدابير المناسبة على نحو يتيح للمدرسين تطوير مؤهلاتهم والسعي إلى الترقى والاطلاع على أحدث التطورات التي مست المجال الرياضي.

## الجانب النهدي

8 - توعية الأساتذة بضرورة حضور الندوات والملتقيات العلمية وهذا من اجل الاطلاع على احدث المستجدات.

9 - توفير الجو الملائم لممارسة الرياضة داخل المؤسسات وكذا الوسائل الممكنة كي يتسنى للتلميذ تفريغ مكبوتات والتخلص من الضغوطات النفسية بصورة منظمة، دون عراقيل تزيد من حدتها، والعمل على توفير أساتذة التربية البدنية والرياضية والاهتمام أكثر بالمادة وزيادة الحجم الساعي لها.

### 9 - التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة:

- 1 - إنحصرت جميع الدراسات في الفترة من عام 2001 حتى عام 2014 .
- 2 - إتفقت معظم الدراسات على إستخدام المنهج الوصفي.
- 3 - إستخدمت جل الدراسات أسلوب الملاحظة الموضوعية و إستمارات جمع البيانات .
- 4 - إختلفت المعالجة الإحصائية الخاصة بالدراسات المرتبطة بإختلاف الهدف من كل دراسة .

### 10 - صعوبات البحث:

إن كل بحث في أي مجال لا يخلو من الصعوبات و المعوقات المادية و البشرية التي تحول دون إتمامه كذلك الأمر بالنسبة لبحثنا هذا وسنكتفي بذكر أهم الصعوبات التي واجهتنا خلال مختلف إنجازنا له نذكر منها:

- ◀ قلة المصادر والمراجع المتعلقة بالبحث .
- ◀ لا مبالاة لبعض التلميذات لإستمارة الإستبيان.
- ◀ ضيق الوقت وتزامنه مع مذكرة التريص التطبيقي.
- ◀ وجود إختلاف حول طريقة التحليل الإحصائي.
- ◀ عدم الثقة بالبحث العلمي ونتائجه من قبل مجتمع الباحث.

# الفصل الأول

سورة الفاتحة

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

### تمهيد :

التربية البدنية و الرياضية عبارة عن عملية واسعة الشمول ، متعددة الجوانب لأنها تشمل حياة الإنسان المادية و المعنوية فهي مقسمة إلى ثلاث أقسام :- تربية بدنية ، تربية خلقية ، و تربية فكرية و فصل إحداهن خطأ لأن كل قسم مكمل للأخر و بذلك نستطيع القول بان التربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية ليست شيئاً مضافاً إلى البرنامج المدرسي بل تعتبر هامة جدا بحيث توجه التلميذ توجيهها صحيحا يكتسب من خلال المهارات اللازمة و يشارك في النشاطات التي تفيده صحيا ، بدنيا و عقليا فمن الناحية الصحية فهي تساهم في التكوين الصحيح و السليم لمختلف وظائف الجسم و المتمثلة في سلامة الجهاز الدوري و التنفسي و العصبي العضلي ، و سلامة العظام أيضا أما من ناحية التطور الحركي فهي تساعد المراهق على الشعور بجسمه و تحسين قدراته السيكلوجية.

والتربية العامة هي عملية إحداث تغيير في شخصية الفرد، بحيث يؤدي هذا التغيير إلى تشكيل الشخصية ونموها في شتى أنواعها، وعلى الطريق المرغوب فيه فرديا وجماعيا كما تعتبر ضرورة اجتماعية، إذ لا بد أن يكون الفرد عضوا نافعا في المجتمع الذي يعيش فيه يتفاعل معه و يأخذ منه ويعطيه هذا بالإضافة إلى أن التربية عملية مستمرة و متطورة لا تتوقف بانتهاء فترة الدراسة، إنما تظل معه طوال حياته طالما كان مستمرا في تفاعله مع الحياة، و طالما مازال على قيد الحياة .

وتعتبر التربية البدنية والرياضة من أهم المواد التي تمنح لمحبيها أو التلاميذ الذين يمارسونها داخل المؤسسات التربوية قسط من الراحة والنشاط، وكذلك تعتبر أحد أهم العناصر التي تبعد التلاميذ عن الانحرافات وترشدهم نحو الطريق السوي ولذا سنتطرق في هذا الفصل إلى مفهوم وأهداف وأهمية التربية البدنية والرياضة ومخرجات العملية التربوية تتأثر بطريقة مباشرة وبدرجة كبيرة بالأساتذة القائمين عليها. دون إغفال الأطراف الأخرى من طاقم إداري وباقي الشركاء الفاعلين فيها. ولهذا يجب العناية بشكل كبير بكل الجوانب التي تتعلق بالأستاذ وليس فقط الجانب المعرفي له باعتباره يتفاعل بشكل مباشر مع التلميذ .

وتعد شخصية المعلم أو الأستاذ أهم جانب يجب العناية به لأن التلميذ يهتم بهذا الجانب أكثر من المعلومة التي يتلقاها منه خاصة في المرحلة الثانوية من التعليم كونه هو أيضا في مرحلة تكوين شخصية خاصة به .

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

### 1- تعريف التربية :

لغة : التربية في اللغة مأخوذة من فعل ربى أي غذى الولد وجعله ينمو، وربى الولد: هذبته، فأصلها يربو أي زاد ونما، ويقال ربّ القوم يربيهم أي بمعنى أسأهم وكان فوقهم، و ربّ النعمة: زادها، ورب الولد: رباه حتى أدرك .

وصفوة القول أن التربية عند العرب تنفيذ السياسة والقيادة والتنمية، وكان العرب بقولون عن الذي ينشئ الولد ويرعاه المؤدب والمهذب والمربي . (رابح تركي، 1990ص180).

إصطلاحا : تعتبر التربية ذات معنى شامل وواسع تختلف باختلاف المجتمعات والأزمنة، فهناك من يعرفها بأنها عملية تدريب تأتي عن طريق الدراسة والتدريس ويعرفها آخر بأنها مجموعة من الخبرات التي تمكن الفرد من فهم الخبرات الجديدة بطريقة أفضل، وهناك من يعرفها بأنها طريقة لتعديل السلوك، وتعني النمو والتكيف ( محمد سعيد عزمي، 2004، ص13).

### 2- أهداف التربية:

إن أهم أهداف التربية هو الوصول إلى تنشئة الفرد سليما، منسجما مع نفسه من جهة ومع مجتمعه من جهة أخرى، فيكتسب الفرد جملة من المعارف الحياتية تساعد على العيش ومواجهة المشاكل المترتبة عن ممارسة الحياة.

ومبدئيا لا يمكن تكوين عالم أو مبدع في أي مجال دون تعلمه القراءة والكتابة، ودون تزويده بقاعدة علمية وثقافية متينة، كما أنه لا يمكن تعليم أي شخص جملة من الخصائص النفسية والسلوكية قبل أن تعلمه قيم ومعتقدات وتقاليد مجتمعه الأصلي، وقبل اكتسابه القدرة على التكيف في مجتمعه. إذا الأهداف التربوية متكاملة فالتركيز على هدف معين لا يعني إهمال الأهداف الأخرى باعتبار أن التأكيد على كل الأهداف صعب في مرة واحدة، ولهذا اتسم القرنان التاسع عشر والعشرين بوعي الدول المتقدمة الحديثة بهذه الحقيقة وبضرورة دراسة العوامل التي تؤثر في إعداد الأجيال الناشئة وتوجيه شخصياتهم (محمد إسماعيل، 1984، ص38).

التربية وحدة متماسكة العناصر يكمل بعضها البعض. وغرض التربية هو الفهم بالزيادة والاستمرار للمجتمع من جهة والنمو المتكامل للفرد من جهة أخرى لكسب مكانة في النظام الاجتماعي تضمن للفرد الكرامة والتقدير والحرية.

## الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية

### 3- مجالات التربية:

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

#### 3-1- الأسرة:

وتعتبر المبدأ الأول للعمل التربوي، يشارك كل أفراد الأسرة في العناية بالطفل فتغذيته وتنميته وتعليمه اللغة وتعوده بعض العادات الاجتماعية، وشرح له آداب المجتمع إذا فهي تقوم بعملية تربية.

#### 3-2- المدرسة:

وفيها ما يتلقى الطفل التربية والتعليم المقصودين بما فيها النشاطات الاجتماعية العلمية والرياضية والفنية فهي تصب كلها في عملية التربية.

#### 3-3- المجتمع:

بما يحتويه من مؤسسات دينية، ثقافية، اجتماعية وسياسية كلها تساهم في توجيه الفرد نحو احترامات معينة والقيام بواجبات اجتماعية مفيدة، وتزوده بالعادات التي تجعله يحسن العيش مع الجماعة إذن فهو يقوم بعملية التربية.

فالتربية تعني كل عملية تؤثر في الإنسان وتوجه سلوكه ونمو جسمه وعقله، من هنا يتضح أن التربية عملية ضرورية مثل الطعام للجسم، فكما أن الطعام يحفظ بقاء الجسم واستمراره في الحياة فكذلك التربية تضمن الحياة وتوجهها وجهة صالحة سليمة مثمرة.

#### 4- العلاقة بين التربية و التعليم:

إن الحديث عن التربية هو الحديث عن التفاعل الخاص بالنوع الإنساني أي أنها عملية تخص الفرد بالجماعة في إطار عملية ديناميكية تفاعلية تتم وتسير وفق نمو الفرد طالما غايتها إيصال كل شيء إلى كمال نموه والإيصال لا يكون عن طريق تقديم معلومات التي يكتسبها الفرد فحسب بل هي تهيئة الظروف لتمكين تلك القوى من النمو والتطور في الشروط وظروف مواتية وتعتبر الأسرة هي البنية المحددة لتلك العملية في إطارها الطبيعي.

ولقد اختلط الأمر على الكثير فجعل التربية والتعليم شيء واحد وهذا راجع للتعقيد المعروف في العملية التربوية والاتصال الذي لا مناص منه بين التربية والتعليم لهذا يمكن القول أن التربية عملية عامة غير محددة بينما التعليم يسير في إطار ضيق بل التعليم نفسه يسير في حلقة التربية، فتربية الطفل على أسس أخلاقية

## الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية

وإجتماعية هو التعليم في نفس الوقت (إبراهيم محمد المحاسنة، 2006، ص16).

### 5- لمحة تاريخية عن التربية البدنية والرياضية:

من خلال استعراض تاريخ الحضارات القديمة تبين لنا أن النشاط البدني للإنسان كان منصباً بشكل أساسي على الكفاح بحثاً عن الأكل، وفي العصر الحجري كما دلت الآثار اصطدم إنسان الكهوف مع الحيوانات المفترسة وعاش معها في صراع طويل، إذ لجأ إلى استخدام الحجارة وصنع منها بعض الأدوات التي تمكنه من الصيد، فكان أولاً وأخيراً يعتمد على قوته العضلية.

وبعدها حاول الإنسان ترويض الحيوانات واستمر عصر الحصان حوالي ثلاثة آلاف عام ثم بعد ذلك فرضت الخدمة العسكرية الإلزامية عند بعض الشعوب وكان يرافقها تدريبات عسكرية بدنية وجسدية قاسية. لذلك فقد كان هدف الإنسان الأول هو البحث عن القوة بكافة أشكالها، فكان هدفه الأساسي في بنيته وقوته العضلية، فاستعان بوسائل الطبيعة وسخر الحيوانات لخدمته.

وتطورت القبائل لتصبح شعوباً ودولاً، وضمن هذا التطور الذي حققه الإنسان لم ينسى أن يكون دائم البحث عن وسائل القوة انطلاقاً من حرصه على حب الحياة.

### 6- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

#### 1-1- التربية البدنية:

لقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية اهتماماً كبيراً نظراً لما تم اكتشافه من آثار إيجابية بناءة تساعد على إعداد شخصية المواطن سواء من الناحية العقلية أو البدنية أو النفسية أو الاجتماعية حتى أنها أصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع على عكس ذلك ما زال يعتقد كثير من الناس أن التربية البدنية هي مختلف أنواع الرياضات أو أنها عضلات وعرق أو أذرع وأرجل قوية، أنها تربية الأجسام، ولهذا تعددت مفاهيم التربية البدنية من عالم لآخر، فرغم اختلافهم في شكل تعريفها فإنهم يتفقون في المضمون وأهم التعارف نذكرها في ما يلي:

فعرّفها ناش: بأنها جزء من التربية وبأنها تستغل دوافع النشاطات الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية والانفعالية وهذه الأعراض تتحقق حينما يمارس الفرد أوجه نشاط التربية البدنية سواء كان في الملعب أو في حمام السباحة.

ويعرفها نيكسول وازنز: "بأنها ذلك الجزء من التربية التي تنص الأنشطة القوية التي تتضمن عمل الجهاز العضلي وما ينتج عن الاشتراك في هذه الأوجه من النشاط من التعلم."

## الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية

ويعرفها " فولنمتر واسيلنجر: " بأنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني (محمد السعيد عزمي، 2004، ص11) .

والتربية البدنية هي العملية التي يكتسب الفرد من خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني (أمين أنور الخولي، 1998، ص36).

### 6-2- مفهوم التربية الرياضية:

إن التربية الرياضية هي تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط والتي تنمي شخصية الفرد وليست جزءا يضاف إلى البرنامج المدرسي كوسيلة لتشغل الطلاب ولكنها على العكس من ذلك جزء حيوي من التربية، فعن طريق منهاج التربية الرياضية وتوجيهها وتوجيهها صحيحا، يكتسب الطلاب المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة، وينمون اجتماعيا إما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي سيسبغ على حياتهم السعادة باكتسابهم الصحة الجسمية والعقلية وتتناول التربية الرياضية نشاطاتها المتعددة في الحياة الاجتماعية والمقدرة على التفكير، بجانب عنايتها

بالصحة ونمو الأعضاء الحيوية ومن أجل رفع المستوى الحضاري بجوانبه السياسية والاقتصادية، فهي عملية تتم عن طريق اللعب ولهذا فهي أعمق أثر عند الأفراد من أي نوع آخر من أنواع التربية.

إذا التربية الرياضية هي عنصر وجزء أساسي من التربية وأسلوب من أساليبها ولون من ألوانها ولهذا يمكن اعتبارها نظاما تربويا باعتبار أن تركيزها الأساسي ينصب على دراسة حركة الإنسان ونشاطه البدني (محمد الحامحي وامين الخولي، 1990، ص19).

### 6-3- تعريف التربية البدنية والرياضية:

عندما نريد أن نتكلم عن العلاقة الموجودة بين النشاط البدني والرياضي والتربية فإننا نسلط الضوء مباشرة على مفهوم آخر وواسع، يسع ليشمل كل أنواع الأنشطة البدنية والجوانب النفسية والعقلية للفرد وهو مفهوم التربية البدنية والرياضية.

كما عرفها "ويست بوتشر وآثيرا:" هي تلك العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني وإثراء الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والوجدانية للفرد باستخدام النشاط البدني كأداة لتحقيق أهدافها (أمين أنور الخولي، 1998، ص104).

فالتربية البدنية والرياضية في رأي " تشارلز بيو تشر:" أن التربية البدنية والرياضية هي جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وكذلك عن طريق ألوان النشاط البدني والرياضي ويضيف أن فهم التربية البدنية على أنها جسم قوي أو مهارة رياضية أو ما شابه ذلك هو اتجاه خاطئ في فهم معنى التربية البدنية والرياضية.

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

أما " ويليامز " و " براونل " و " فيدرنير " فيقولون: أن التربية البدنية عبارة عن أوجه نشاط بدنية مختارة تؤدي بغرض الفوائد التي قد تعود على الفرد نتيجة لممارسة هذه الأوجه من النشاط.

### 7- خصائص التربية البدنية:

تتميز التربية البدنية بعدد من الخصائص أهمها:

- 1 - اعتمادها على الحركات الديناميكية كشكل من أشكال التعبير.
- 2 - اعتمادها على التبادل بين الأفراد أثناء الممارسة كوسيلة اتصال داخل المجموعة في تنظيم العمل الفردي والجماعي بغية الوصول إلى الأهداف المسطرة في أحسن الظروف.
- 3 - إكساب القيم والخصال الحميدة زيادة عن المهارات والقدرات البدنية. وتساهم التربية البدنية بقسط كبير في التربية العامة ونذكر:
  - 4 - زيادة التحصيل الدراسي.
  - 5 - فهم جسم الإنسان.
  - 6 - فهم دور الرياضة والثقافة العلمية.
  - 7 - الاستهلاك الموضوعي والنافع.
  - 8 - تقدير الجمال.
  - 9 - تنمية قيمة التعاون.
  - 10 - نشر مفاهيم اللعب السليمة والروح الرياضية.
  - 11 - تنمية المهارات الرياضية النافعة.
  - 12 - الوقاية والصحة واحترام البيئة.

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

### 8- الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية:

- بعد انتهاء الدراسة الابتدائية ينتقل التلاميذ والتلميذات إلى مرحلة الدراسة بالإكاديمية ومنها إلى الثانوية وهذه المرحلة تتطلب عناية خاصة وتوجيها سديدا، لتحقيق الأهداف الخاصة للتربية البدنية والرياضية، لذا فلا بد للمدرس أن يراعي الأهداف التالية عند وضع الخطة العامة التي يسير بموجبها خلال السنة الدراسية لغرض تمشية النشاط الرياضي، ويمكن تلخيص هذه الأهداف في النقاط التالية:
- \* ممارسة الحياة السليمة، وتعريف التلاميذ بحاجات النمو الجسمي في كل مرحلتها المراهقة والبلوغ ودور التربية البدنية والرياضية في تحقيق هذه النجاحات.
  - \* تنمية القوة الجسمية، وصفات المرونة والرشاقة وسرعة التلبية والشجاعة، لرفع مستوى الكفاءة البدنية في كافة الظروف والأحوال.
  - \* العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ من خلال ممارسة كافة البرامج والأنشطة الخاصة بالتربية الرياضية والعمل على تنمية القوام السليم، والتعاون مع الهيئات المدرسية المعنية بالصحة.
  - \* العمل على تدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة، والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة به (محمد صبحي حسنين، 1999، ص106).

### 9- أهمية التربية البدنية والرياضية:

- إن التربية البدنية والرياضية تساعد على تحسين الأداء الجسماني للتلميذ وإكسابه المهارات الأساسية وزيادة قدراته الجسمانية الطبيعية، أما عن الخبرات الأساسية لممارسة الأنشطة الرياضية تمد التلميذ بالمتعة من خلال الحركات المؤداة في المسابقات والتمرينات التي تتم من خلال تعاون التلميذ مع الآخرين، أما المهارات التي يتم التدريب عليها بدون استخدام أدوات أو باستخدام أدوات صغيرة أو الأجهزة الكبيرة تؤدي إلى اكتساب المهارات التي تعمل على شعور التلميذ بقوة الحركة، والتربية البدنية هي عملية حيوية في المدارس بمراحلها المختلفة ولها دور أساسي في تنمية اللياقة البدنية للتلاميذ، والتلاميذ عادة ما يرغبون في ممارسة الألعاب التي بها روح المنافسة وعادة ما يكون التلاميذ لهم القدرة على الاندماج في المجتمع بشكل جيد وقادرين على التعامل مع الجماعات ويمكنهم عقد صداقات مع زملائهم.
- ووجود برنامج رياضي يشتمل على أنشطة تعمل على إظهار الفروق الفردية بين التلاميذ وتشجيعهم لهم أمر هام جدا (ناهد محمد سعيد زغلول ونيللي رمزي فهم، 2004، ص24).

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

كما أن لها أهمية في عدة جوانب نذكر منها:

### 9-1- أهمية التربية:

إن التربية البدنية نظام مستحدث يستغل الغريزة الفطرية للعب من خلال أهداف تربوية وثقافية اجتماعية في جوهرها.

### 9-2- أهميتها النفسية:

إن التربية البدنية تتعامل مع الإنسان بكل أبعاده السلوكية، فهي وإن كانت تهتم بالجانب البدني الحركي والجانب المعرفي، فإنها تضع في اعتبارها الارتقاء بوجدان الإنسان وتهتم بسلوكياته وتفاعله الإنساني ككائن له ذات يعتز بها ويحرص على تأكيدها.

### 9-3- أهميتها الاجتماعية :

إن التربية البدنية مادة علمية وظيفية تساعد الفرد على إعداد حياة متزنة وممتعة، كما تساعد على التكيف مع الجماعة والوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه، ومن خلال أنشطتها الودية وتخلق الصداقة بين أفراد الجماعة.

### 9-4- أهميتها النفسية والاجتماعية :

إن سلوك الفرد يتشكل من خلال اتصالاته بالجماعة الأولية من أسرته وجيرانه، وجماعات اللعب التي يندمج فيها، حيث يني توافقه الاجتماعي بدرجة كبيرة على الطبيعة وظروف الاتصالات الاجتماعية التي تتم في إطار الجماعات التي يمر بها ويتلقى أفكاره منها. وبما أن اللعب هو أبسط أشكال النشاط وأكثرها تفضيلاً لدى الطفل فإنه يساهم بقسط كبير في التعرف على عادات المجتمع وتقاليده ويكتسب الطفل كل أنماط الخبرات الحركية الأساسية، ولا يتم ذلك بمعزل عن التنمية المعرفية أو الوجدانية.

### 10- الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية:

#### 10-1- الأسس البيولوجية:

تهتم التربية البدنية والرياضية بالدرجة الأولى بجسم الإنسان ونشاطه الحركي حيث يتميز هذا الجسم ميكانيكية معقدة جداً، كذلك يجب على مدرس التربية البدنية أن يكون على دراية كاملة حول الجسم وتركيبه ووظائفه ومكنزمات حركته، أي عمل العظام والعضلات وكذا الوقود الطاوي للجسم سواء عن طريق الجهاز الدوري أو التنفسي أو الهضمي الذي تعمل أجزائه كدوافع تعمل عليها العضلات، وهنا لا

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

يعني أن يكون المرابي أخصائيا أو طبيبا وإنما يجب أن تكون لديه قاعدة راسخة من العلوم الأساسية من الناحية البيولوجية

مثل: علم الترشيح، علم وظائف الأعضاء، بيولوجيا الرياضة، علم البيو ميكانيك حيث أنها تعطي للطالب أو المعلم أو المدرب خلفية قوية للتكامل مع الإنسان الرياضي. (محمد حسن علوي، 1995، ص 12).

### 10-2- الأسس النفسية:

إن الدراية بالأسس النفسية يمكن أن تعطي تحليلا لأهم نواحي النشاط البدني والرياضي وتساهم في التحليل الدقيق للعمليات المرتبطة بالنشاط الحركي (محمود عوض بسيوني - د. فيصل ياسين الشاطيء، 1987، ص 30).

إن المحللين النفسانيين ينظرون إلى اللعب على أنه الطريق الأسمى لفهم المحاولات التي يقوم بها الطفل بين الخبرات المعارضة التي يمر بها الذي يعاني من مشكلة خاصة عن نفسه وعن مشكلته عن طريق اللعب بشكل لا تعادله طريقة أخرى. ويقول "مارادغا" "اللعب يعطي و يعكس الحياة النفسية للطفل حيث يعتبر المسلك الوحيد الذي يتخذه الطفل من أجل التنفس والتفريغ لكل الضغوط والشحنات والغرائز الداخلية المكبوتة".

### 10-3- الأسس الاجتماعية:

تلعب الأسس الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية دورا هاما في تحسين أسلوب حياة الإنسان، حيث تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة فتغرس في الفرد روح الرياضة وتبعده عن ممارسة العنف والضرب بأشكاله فالرياضي يبذل جهد ليهزم منافسه، ولكن بطريقة اجتماعية مقبولة. التربية البدنية قادرة من خلال أنشطتها أن تقدم الكثير لتغطية حاجيات الفرد مثل: التعاون، المنافسة، وتقبل آراء الآخرين، بالإضافة إلى أنها تعمل على دوام التجانس والتوافق الاجتماعي، وتستمر في ذلك إلى أن تغرس في نفوس الصغار نواحي التشابه والتماثل الأساسية التي تستلزمها الحياة (محمود عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطيء، 1987، ص 37).

### 11- علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية:

التربية البدنية والرياضية هي تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة النشاط والتي تنمي وتصون شخصية وجسم الفرد، فعندما يتدرب الإنسان فهو لون من ألوان التربية التي تساعد على تقوية وسلامة الجسم. فالتربية البدنية والرياضية ليست جزء يضاف إلى البرنامج المدرسي كوسيلة لشغل الطلاب ولكنها على العكس من ذلك فهي جزء حيوي من التربية فعن طريق توجيهها توجيها صحيحا يكتسب الفرد المهارات اللازمة عند قضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة، وينمون اجتماعيا كما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي يضيء على حياتهم السعادة باكتسابهم الصحة العقلية والجسمية (محمد السعيد عزمي، 2004، ص 14).

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

ومن هذا الصدد يرى أن التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من التربية وأنها دافع من دوافع النشاطات الموجودة في الشخص لتنميته من الناحية المعنوية والتوافقية والانفعالية ( عبد الوهاب عمراني، 1990، ص11 ).

**كخلاصة القول:** التربية البدنية والرياضية والتربية لهما علاقة واضحة في المعنى، الهدف والمظهر الذي يكون المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق النشاطات الرياضية المختلفة، بغرض تحقيق أسمى المثل الإنسانية تحت إشراف قيادة صالحة ومؤهلة تربويا.

### 12- موقع التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية:

إن للرياضة في المنظومة التربوية مكانة هامة، وبعد تربوي معترف به وتعمل كل من وزارتي التربية الوطنية ووزارة الشبيبة والرياضة على ترقية كل المستويات، وعلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية والمنافسات في أوساط التلاميذ. إن هذه العملية يمكن أن تساهم بقسط وافر في تحقيق الغاية، وعلى كافة المسؤولين المعنيين اتخاذ الإجراءات اللازمة التي من أجلها يمكن تجسيد الأهداف المتوخاة من هذه العملية المشتركة ميدانيا. ومما أعطى نفسا جديدا لممارسة الرياضة في الأوساط المدرسية، ومما قررت وزارة التربية الوطنية في مقالها حول إجبارية ممارسة الرياضة في المدرسة حسب التعليم رقم 95-09 بتاريخ 25 فيفري 195 من خلال المادتين الخامسة والسادسة.

وبعد تعليم التربية البدنية والرياضية كمادة مدرجة وإلزامية في برامج وامتحانات التربية والتكوين، كما تضمن الدولة وتؤمن تطوير التربية البدنية والرياضة.

### 13- درس التربية البدنية والرياضية:

#### 13-1- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية وأهميته:

يعتبر درس التربية البدنية جزءا حيويا في البرنامج الدراسي وأحد أشكال المواد الأكاديمية. ويختلف درس التربية البدنية عن هذه المواد لكونه يلعب دورا فعالا في توفير فرص النمو المناسب وإعداد التلاميذ إعدادا سليما ومتكاملا من النواحي البدنية والعقلية والنفسية فهو يعد عنصرا هاما في عمليتي النمو والتطور. و لهذا فإن أعضاء الجسم والأجهزة الحيوية تحتاج إلى جزء كبير من التمرينات والأنشطة الرياضية لجعلها قوية وصيانتها حتى تكون في حالة صحية جيدة.

يعتبر درس التربية البدنية كأحد أوجه الممارسة الذي يحقق احتجاجاتهم البدنية كما يعطي لهم الفرص للاشتراك في المنافسات الرياضية داخل وخارج المدرسة ولهذا درس التربية البدنية والرياضية لا يغطي المساحة الزمنية فقط، بل يحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات.

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

ويشتمل الدرس التقليدي للتربية البدنية والرياضية على الجوانب التالية:

- 1 - التمهيدي : ويشمل على الإجراءات التنظيمية والإحماء والتمرنات.
- 2 - الرئيسي : ويشمل على النشاط التعليمي، والنشاط التطبيقي.
- 3 - الختامي : ويشمل على التهدئة والعودة إلى الراحة ( أمين أنور الخولي وجمال الدين الشافعي، 1982، ص 33 ).

### 13-2- أهداف درس التربية البدنية والرياضية:

إن درس التربية البدنية والرياضية يهدف إلى تنمية صفات لها دورا فعال في بناء شخصية الفرد وتكسيبه طابعا مميزا حيث:

- 1 - تساعد الإنسان على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة والمرونة والرشاقة والسرعة.
  - 2 - تساعد على اكتساب المهارات والخبرات الحركية.
  - 3 - تساعد الفرد على اكتساب الصفات الخلفية والتكيف مع المجتمع.
  - 4 - تعمل على الوقاية الصحية من خلال ممارسة كافة البرامج والأنشطة والألعاب الرياضية المختلفة لتحقيق نمو يساعد الإنسان على التنشئة الاجتماعية وتزويده بكافة الخبرات الواسعة من خلال استغلالها في أوقات فراغهم والأمكنة والأزمنة المناسبة خلال حياتهم اليومية.
- أما بالنسبة للأغراض المنبثقة ( الأهداف ) والتي يحاول درس التربية البدنية والرياضية تحقيقها فهي مثلا: الارتقاء بالكفاءة البدنية لأجهزة الجسم بالصفات البدنية والمهارات الحركية إضافة إلى إكساب بعض المعارف الصحية والرياضية وتكوين الاتجاهات القومية والوطنية وتوجيه السلوك... الخ ( عنايات محمد فرح، 1998، ص 11 ).

### 13-3- واجبات درس التربية البدنية و الرياضية:

- إن درس التربية البدنية والرياضية له واجبات تربوية كثيرة منها:
- 1 - يعمل على تنمية السمات الخلفية كالطاعة، الشعور بالصدقة والمثابرة والمواظبة واقتسام الصعوبات مع الزملاء.
  - 2 - يعمل على الاهتمام بإقامة منافسة تشجع على التدريب، وإتقان المهارات المطلوبة.
  - 3 - يعمل على خفض الاضطرابات النفسية لدى التلاميذ.
  - 4 - يعمل على التقليل من السلوكيات العدوانية لدى المراهقين.
  - 5 - له تأثيرات إيجابية في مختلف الأجهزة الحيوية (الجهاز الدموي، التنفسي، العصبي والعضلي)

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

### 13-4- إستمرارية درس التربية البدنية والرياضية:

- لكي يمكن المدرس من استمرارية الدرس بدون توقف أو عرقلة يجب مراعاة ما يلي:
- 1 - أن يكون هناك ترابط بين أجزاء الدرس بدون توقف أثناء التنفيذ.
  - 2 - يجب عمل التشكيلات والتكوينات (الصفوف والدوار) .
  - 3 - جميع مجريات الدرس والمتعلمون في حالة انتشار في الملعب.
  - 4 - يجب عدم ترك المتعلمين في وضع السكون لفترات طويلة أثناء الشرح.
  - 5 - تحضير وتوفير الأدوات والأجهزة في الملعب قبل الدرس.
  - 6 - عدم التركيز بشكل كبير على الأخطاء البسيطة لبعض المتعلمين.
  - 7 - التقليل من الشرح أثناء تعليم المهارات وعدم الدخول في تفصيلات غير مهمة.
  - 8 - إرشاد المتعلمين إلى النقاط المهمة يكن أثناء قيامهم بالحركات.

من خلال ما سبق ذكره، تتضح جليا الأهمية الكبيرة التي تلقىها المنظومة التربوية لدرس التربية البدنية والرياضية، وذلك من خلال توفير كل الوسائل والمتطلبات البيداغوجية من أجل تسهيل عملية تقديم الدرس بهدف الوصول إلى تحقيق الأهداف التربوية وذلك لا يتسنى إلا إذا كان مدرس التربية البدنية والرياضية على معرفة وافية باستعدادات وكفاءات واتجاهات وميل تلاميذه ( زينب علي عمر وغادة جلال عبد الكريم، 2008، ص66-65 ) .

### 14-1- أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية أحد المكونات الرئيسية في العملية التربوية تطورها، ويتوقف هذا الأثر على مدى كفايته ووعبه فيما يعمله و إخلاصه وخاصة شخصيته الأمر الذي يستوجب العناية بحياته التعليمية سواء كان ذلك قبل التحاقه بالتعليم أم أثناء قيامه بوظيفته. فالأستاذ له تأثيره الذي لا ينكر في الموقف التربوي لأنه يعطي لتلاميذه الكثير ويمهد السبيل أمامهم للانتفاع لما يتلقونه على يده من حقائق ومعارف ومفاهيم واتجاهات يتضمنها المنهاج كما يعمل على تقويم سلوك التلميذ وبناء شخصيته وصقل مواهبه وتهذيب خلقه ولن يتحقق هذا إلا إذا كان قدوة حتى يكون له بين تلاميذه الأثر الصالح.

### 14-1- تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دورا هاما وحيويا وله فاعلية في العملية التربوية فمسؤوليته كبيرة جدا ومهمة، إذ أن مهمته لا تقتصر على التربية الجسمية فحسب بل يتعداها لتصل إلى أكثر من ذلك، لأنه لا يتفاعل مع تلاميذه في القسم فقط بل يتعداها إلى فناء المدرسة والى علاقة التلاميذ بتلاميذ المؤسسات الأخرى.

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

### 14-2- الصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر الوسيط بين المجتمع والتلميذ، ونموذجا يتأثر به التلاميذ بحيث يقوم بتعليمهم من الحصول على معارف جديدة، كما يعمل على كشف مهاراتهم الحركية وقدراتهم العقلية ثم توجيههم الوجهة الصحيحة، ولكي يؤدي أستاذ التربية البدنية والرياضية وظيفته بصفة جيدة وجب أن تتوفر فيه مجموعة من الخصائص في عدة جوانب باعتباره معلما ومربيا وأستاذا.

### 14-2-1- الصبر والتحمل:

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

### 14-2-2- العطف واللين مع التلاميذ :

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

### 14-2-3- الحزم والمرونة:

فلا يجب أن يكون ضيق الخلق قليل التصرف سريع الغضب حيث يفقد بذلك إشرافه على التلاميذ واحترامهم له. وأن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه وزملائه.

### 14-2-4 - أن تتوفر فيه الخصائص الجسمية التالية:

- 1 - القوام الجسمي المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ، فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها أثر اجتماعي كبير.
- 2 - التمتع بلياقة بدنية كافية يمكنه من القيام بأي حركة أثناء عمله.
- 3 - أن يكون دائم النشاط فالأستاذ الكسول يهمل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجب.
- 4 - يجب أن يتمتع بالاتزان والتحكم العام في عواطفه ونظراته للأخرين، فالصحة النفسية والجسدية والحيوية تمثل شروطا هامة في إنتاج تدريس ناجح ومفيد (صالح عبد العزيز، 1984، ص2).

### 14-2-5- القدرات العقلية والعلمية:

على الأستاذ أن يكون ذا قدرات عقلية لا يستهان بها، وأن يكون على استعداد للقيام بالأعمال العقلية بكفاءة وتركيز، وذلك لأنه يحتاج دائما إلى تحليل سلوك التلاميذ، وتحليل الكثير من المواقف التي تنطوي على مشكلاتهم التربوية (محمد السباعي، 1985، ص38).

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

### 14-3- مسؤليات أستاذ التربية البدنية:

#### 14-3-1- فهم أهداف التربية البدنية والرياضية:

يتحتم على مدرس التربية البدنية والرياضية فهم أهداف مهنة التربية البدنية والرياضية سواء كانت طويلة المدى أم أغراض مباشرة، فإن معرفة المدرس الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها تجعله قادرا على النجاح في عمله اليومي، وإذا ما عرفت أغراض التربية البدنية والرياضية جيدا أمكن عمل تخطيط سليم لبرامجها.

#### 14-3-2- تخطيط برنامج التربية البدنية والرياضية:

المسؤولية الثانية لمدرس التربية البدنية والرياضية هي تخطيط برنامج التربية البدنية والرياضية وإدارته في ضوء الأغراض، وهذا يعني الاهتمام باعتبارات أولها وأهمها:

- 1 - احتياجات ورغبة الأفراد الذين يوضع البرنامج من أجلهم، ويراعي عند وضع البرنامج ضرورة تعدد أوجه النشاط، وهناك عدة عوامل تدخل في تحديد الوقت الذي يخصص لكل من هذه الأنشطة مثل العمر، كذلك يجب أن يضع نصب عينيه عدد المدرسين، والأدوات، وحجم الفصل، وعدد التلاميذ والأحوال المناخية.
- 2 - كذلك يجب مراعاة القدرات العقلية والجسمية للمشاركين، وتوفير عامل الأمان والسلامة ومن البديهي أن يتناسب مع المراحل التعليمية المختلفة ( أمين أنور الخولي وآخرون، بدون سنة، ص39-38 ).

#### 14-3-3- توفير القيادة:

إن توفير القيادة الراشدة يساعد على تحقيق أغراض التربية البدنية والرياضية، والقيادة خاصة تتوفر في المدرس الكفاء، هذه الخاصية لها أثر على استجابة التلاميذ لشخصية المدرس وتوجيهاته ومن بين الوظائف الأساسية للقيادة الوصول بقدرات الفرد إلى أقصى طاقاته من النواحي الجسمية والعصبية والعقلية والاجتماعية والقيادة لا تتأثر ما لم يحصل المدرس على التدريب المهني الكافي كي يصبح قادرا على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التربية البدنية والرياضية، ويجب أن يدرك مدرس التربية البدنية والرياضية أن مسؤوليته تمتد خارج نطاق الجماعة إلى المدرسة التي يعمل بها وليس المدرسة فحسب بل المجتمع المحيط به، فهو موجود في وسط يجب أن يؤثر به (محمد سعد زغلول ومصطفى السايح محمد، 2004، ص20).

#### 14-3-4- مسؤليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه المادة التعليمية:

يحظى أستاذ التربية البدنية والرياضية اليوم بتجربة أكبر في تحديد المنهج وأنواع النشاط التعليمي لتلاميذه، فهم يشاركون كأفراد وجماعات لإعداد خطط العمل للسنة الدراسية وذلك فيما يتعلق بالمادة التعليمية، هكذا

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

نرى أن الأستاذ لم يصبح غائبا عن ساحة التعليم إن صح التعبير، وإنما أتاحت له الفرصة لوضع الخطط التعليمية، والمناهج والطرق العلمية انطلاقا من واقع التلاميذ من داخل أو خارج الصف المدرسي.

### 14-3-5- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقييم:

إن عملية تقييم عمل التلاميذ هي عملية دقيقة وهامة جدا، ولكي يسير بصفة صحيحة يجب استعمال الوسائل اللازمة لتسجيل نتائجها، وللقياس الصحيح لنمو التلاميذ يجب الاستعانة بأخصائيين في عمل الاختبارات وغيرها من أدوات القياس، وعلى عكس الأستاذ في المدرسة الحديثة قد أعد إعدادا سليما حيث تعلم أن يقوم النمو في الاتجاهات والمثل والعادات والاهتمامات، كما أنه قادرا على الكشف عن نواحي ضعف المتعلم وإعداده بالمواد والأساليب العلاجية ( نثيال كانتور، 1972، ص161 ).

### 14-3-6- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه البحث العلمي:

تنحصر هذه النقطة في بذل الأستاذ لجهود مستمرة نحو تحسين عمله، فهو مطالب بالإبداع في العمل والبحث المستمر في أمور هؤلاء الذين يقوم بتعليمهم، ولا يبقى خاملا معتمدا دوما على معارفه السابقة، فيجب أن يهتم بكل ما هو جديد في ميدان التربية والتعليم وعلم النفس وكل ماله علاقة بمجال عمله، محاولا دمج كل هذه المعارف مع ما اكتسبه من خبرة ميدانية، وهذا بدوره سينعكس إيجابيا على كفاءته المهنية ويجعله أكثر فاعلية بالعمل الذي يؤديه.

### 14-4- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

#### 14-4-1- الواجبات العامة:

تشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية جزءا لا يتجزأ من واجباته المهنية في المؤسسة التي يعمل بها، وهي في نفس الوقت تعتبر من النشاطات والفعاليات التي يبدؤها اتجاه المؤسسة في سياق العملية التعليمية المدرسية.

ولقد أبرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من مدرس التربية البدنية والرياضية ما يلي :

- 1 - لديه شخصية قوية تتسم بالأخلاق والالتزام.
- 2 - يعد إعدادا مهنيا جيدا لتدريس التربية البدنية والرياضية.
- 3 - يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة.
- 4 - يستوعب المعلومات المتصلة بنمو الأطفال وتطورهم كأسس لخبرات التعليم.
- 5 - لديه قابلية للنمو المهني الفعال والعمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني.
- 6 - لديه الرغبة في العمل مع التلاميذ وليس مع الرياضيين الموهوبين فقط.

## الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية

### 14-4-2-الواجبات الخاصة:

إلى جانب الواجبات العامة توجد واجبات خاصة به، يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة، وهي متصلة بالتدريس اليومي في المدرسة، وفي نفس الوقت تعتبر من الجوانب المتكاملة لتقدير عمل المدرس بالمدرسة ومنها:

- 1 - حضور مجالس هيئة التدريس، واجتماعات القسم ولقاءات تقييم التلاميذ.
- 2 - تنمية واسعة للمهارات الحركية والقدرات البدنية لدى التلاميذ.
- 3 - تقرير قدرات الطلبة في مقرراتهم الدراسية.
- 4 - السهر على سلامة التلاميذ ورعايتهم بدنيا وعقليا وصحيا.
- 5 - الإشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية ( أمين أنور الخولي، 2002، ص153 152 ).

### 14-4-3- واجبات أستاذ التربية البدنية بصفته عضوا في المجتمع:

من أهم واجبات المدرس تدعيم العلاقة بين المدرسة التي يعمل فيها والبيئة المحيطة به من خلال:

- 1 - التعاون مع المؤسسات الموجودة في المجتمع وخاصة المؤسسات التي تخدم مدرسته.
  - 2 - اشراك أهالي الحي في نواحي النشاط المختلفة بالمدرسة من خلال تنظيم المسابقات والبطولات المفتوحة التي يشترك فيها أبناء المجتمع المحلي مثل مسابقات الجري للجميع.
  - 3 - التطوع في الأندية أو الهيئات الرياضية وأن يساهم بمجهوده البناء في أن يحقق هذه الهيئات والنوادي وأهدافها.
  - 4 - المساهمة في خدمة المجتمع بالاشتراك في الأعمال التي يتطلبها هذا المجتمع فيكون له دور فعال في الدفاع المدني أو التمريض أو التوعية إذا احتاج الأمر لذلك.
  - 5 - أن يتحسس مشكلات مجتمعه وأن يصبر المواطنين بها ويشاركهم في معالجتها.
  - 6 - أن يتبع التقاليد والحدود التي يضعها المجتمع المحلي وأن يكون مثالا للمواطن الصالح علما وخلقا.
- ### 14-4-4- واجبات أستاذ التربية البدنية بصفته عضوا في المهنة:

على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يتفهم مسؤوليته كعضو في المهنة وعليه أن يحترم تقاليد مهنته وأن يكون عضوا فعالا من خلال اشتراكه في مختلف أنواع النشاط التي من شأنها أن تزيد من كفاءته وتدفعه إلى التقدم المستمر في مهنته، وشمل هذا النشاط النواحي التالية:

- 1 - إذا لم يكن قد تلقى إعدادا كاملا فعليه أن يحاول تكملة إعداده عن طريق الدراسات الممكنة في الميدان.

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

2 - الاطلاع المستمر على أحدث ما نشر من بحوث في التربية البدنية والرياضية وطرق التدريس

وأن يطبق معلوماته في التدريس بقدر الإمكان.

3 - الاشتراك في المجلات والمطبوعات الدورية المهنية.

4 - محاولة الحصول على درجات علمية أعلى.

5 - العمل على زيادة ثقافته العامة وذلك عن طرق الاطلاع المستمر على كل ما هو جديد.

6 - أن يتبع تقاليد المهنة الخلقية ( زينب علي عمر غادة جلال عبد الحكيم، 2008، ص82).

**14-5- السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية والرياضية :**

**14-5-1- الشخصية التربوية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:**

لمهنة التعليم دستور أخلاقي لا بد أن يلتزم به جميع الأساتذة ويطبقون قيمه ومبادئه على جميع أنواع سلوكهم، وبهذا الصدد قام مكتب البحوث التربوية في نيويورك بإلقاء الضوء على بعض مستلزمات شخصية الأستاذ وذلك لمساعدة هذا الأخير على معرفة نفسه بصفة جيدة، تمحورت هذه الدراسة حول العناصر التالية:

الهيئة الخارجية للأستاذ، النشاط والخمول، وعلاقته مع التلاميذ، مع زملائه، مع رؤسائه، أولياء أمور التلاميذ.

ونظرا للتطور التربوي المتواصل لكل من عمليتي التعليم والتعلم يجب علينا إذا أن نراعي الجوانب الخاصة للتلميذ، لأنه هو العنصر الأهم في العملية التعليمية، وذلك يكون من الناحية النفسية والبدنية والاجتماعية بالطرق المدروسة الهادفة في التعليم، ويدخل العمل المهم للأستاذ في امتلاك الوسائل المادية والمعرفية الملائمة لمعالجة هذه المجالات الخاصة بالمتعلم، ويفترض على الأستاذ التركيز على جانبي النمو والتكيف كأهداف لتحقيق الغايات المنشودة، بالتنسيق مع البرامج والدروس، كما أن للأستاذ تأثير كبير على جانب القيم والأخلاق.

وبسبب العلاقة الحميمة بين التلاميذ وأستاذ التربية البدنية فإن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعد من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثيرا في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة لدى التلاميذ.

وفي ظل هذه المعطيات لا يتوقف دور الأستاذ على تقديم ألوان النشاط البدني والرياضي المختلف بل يتعدى ذلك بكثير، فهو يعتمد بن ميول تلاميذه وإمكانيات المدرس، وقدراته الشخصية في تقديم واجبات تربوية في إطار بدني رياضي يستهدف النمو والتكيف، حيث تتصف هذه الواجبات بقدرتها على تنشيط النمو وتعجيل مراحلها عندما يسمح الأمر بذلك، ومتابعة برامج التربية الرياضية المدرسية من المهارات الحركية،

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

العلاقات الاجتماعية، أنشطة الفراغ، القوام المعتدل والصحة العضوية والنفسية، والمعارف الصحية، والاتجاهات الإيجابية ( محمد محمد الشحات، 2007، ص 106-105)

### 14-5-2- الشخصية القيادية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر قائداً لحد كبير بحكم سنه يقول "ارنولد"، وتخصه الجذاب، كما يعتبر الوحيد من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع البعد الغريزي للطفل وهو اللعب، كما زادت وسائل الإعلام من فرض شخصية الأستاذ كقائد في أيامنا هذه وأن دور معلم التربية البدنية والرياضية فعال جدا وذلك إيجابيا أو سلبيا يعتقد "ويليامز"، وهذا بالنظر إلى أن الطفل يطبق ما يتعلمه من أسرته ومدرسته ومجتمعه.

ولقد أفادت بعض الدراسات أن شخصية مدرس التربية البدنية والرياضية له دور على النمو الاجتماعي والعاطفي للتلميذ، ومن الواجب أن يدرك الأستاذ حساسة التلاميذ والمشاكل التي يعانون منها والفروق الفردية الخاصة المختلفة أثناء العملية التعليمية.

وفي دراسة قدمها "ويتني" وقام خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ وطفل ومراهق تتصل بتصوراتهم عن توفير الأمان وتقديرات التلاميذ، تليها صفات مثل ( اهتمامه بالحافز، التعرف على تلاميذه، إظهار الحنان والألفة، اتصافه بروح مرحة، اهتمامه بمشاكل التلاميذ، التعاطف والتسامح ).

ولقد توصلت "جنجز بالي" أن الوصف الغالب للقيادات الناجحة هو أنهم أناس يعطون الآخرين إحساسا بالارتياح، ولديهم القدرة على إشعارهم بالأمان والانتهاة وبعض الاهتمام ( أمين أنور الخولي وآخرون، بدون سنة، ص 33 - 34 ).

وقد أشار "عدنان جلون" إلى ما اتفق عليه العديد من العلماء في المجالات القيادية على ضرورة توفير الموصفات التالية في القيادة وهي : موصفات فطرية، موصفات اجتماعية، موصفات علمية، موصفات عقلية...، وتوفر هذه الموصفات يعطي المجتمع مدرسا وقائدا أفضل.

ومن الجانب الديني يذكر القرآن الكريم في وصفه للقائد والقيادة في أكثر من موضع ومناسبة موضحا الأسس القيادية الصحيحة حيث وصف الله تعالى رسول هذه الأمة محمد صلى الله عليه وسلم بأوصاف قيادية، نذكر منها على سبيل المثال: الآية الكريمة التالية :

« وانك على خلق عظيم » .

وقوله تعالى «ولو كنت فضا غليظ القلب لانفضوا من حولك فأعف عنهم واستغفر لهم وشاورهم في الأمر» .

وقوله تعالى « ادع إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة وجادلهم بالتي هي أحسن » .

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

### 14-6- أثر شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية على التلاميذ:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية خارج نطاق الأسرة من الذين يلعبون دورا رئيسيا في حياة الطفل الصغير، وخصائص شخصية المدرس من شأنها أن تؤثر على الأسلوب الذي يتفاعل به مع التلاميذ، وفي طريقة التدريس بدوره يؤثر على اتجاهات التلاميذ نحو المعلم، وعلى الرغم من أن تأثير المعلم يكون من النوع غير المقصود حيث يؤثر على تلاميذه عن طريق عملية التوجيه، غير أن المدرس يمكن أن يكون أداة فعالة في تعديل سلوك التلاميذ إذا ما اشتركوا في برامج خاصة تقوم على فوائن ومبادئ التعلم وتعديل السلوك ( فادية علوات، 2003 ، ص 88 ).

ومن المؤكد أن التلاميذ يذهبون إلى المدرسة ليعلّموا، وأن المعلمين يوضحون لهم المادة التعليمية، ويساعدوهم على فهمها وإيجاد علاقة بينها، وممارسة تطبيقات عليها، وتنمية المهارات فيها، واكتساب سلوكيات سليمة واتجاهات صحيحة. والمدرسون في كل هذا يرشدون المتعلمين إلى كيفية الاستفادة من المعلومات ووضعها موضع التطبيق في حياتهم (محمد سامي منير، 2000، ص 60).

## الفصل الأول : التربية البدنية والرياضية

### خاتمة:

بعد دراستنا هذه للتربية البدنية والرياضية والبحث والتمعن فيها، من خلال التطرق إلى بعض المفاهيم وأهميتها وأهدافها وكذلك علاقتها بالتربية العامة .

فإن ما يمكن أن نستخلصه من هذا الفصل هو أن التربية البدنية والرياضية ضرورية لحياة الفرد وذلك للدور الكبير الذي تلعبه في تكوين المواطن الصالح، فهي صورة حقيقية تعكس صورة المجتمع ومرآة من الناحية العقلية والخلقية والدينية والسياسية والاجتماعية، وهذا ما يجعل بدول العالم تولي اهتماما كبيرا بها، وذلك يجعلها مادة إجبارية في المدارس وهذا من أجل تنمية وتطوير الإنسان نحو الرقي.

انطلاقا مما تناولناه في هذا الفصل توصلنا إلى أن للتربية البدنية والرياضية أهمية ودور كبير في حياة الفرد والمجتمع وخاصة في المؤسسات التعليمية حيث أنها تركز على حياة الفرد فكريا بدنيا ونفسيا واجتماعيا فهي حقا الوسيط في العملية التربوية والتعليمية لأنها تخاطب العقل والجسم مع الجانب النفسي للإنسان وبالتالي أهميتها في مرحلة التعليم الثانوي تكتسي طابع جد مهم نظرا لأن التلميذ في هذه المرحلة يكون في سن المراهقة، وهو في حاجة إلى عناية بدنية وعقلية ونفسية واجتماعية والتربية البدنية تلعب هذا الدور المهم إذا ما طبقت بالشكل الصحيح.

وطبعا التربية البدنية لا يتم تجسيدها دون أستاذ يسهر على تطبيق مبادئها في برامجها المسطرة بطريقة علمية، وتوصلنا إلى أن هذا الأستاذ يجب أن تتوفر فيه مجموعة من الخصائص الذهنية والجسمية والتقنية مع الإلمام بالمادة في أهدافها ومعرفها، حتى يؤدي وظيفته على أكمل وجه.

# الفصل الثاني

ممارسة النشاط البدني الرياضي

عند الإثبات المراهقين

## الفصل الثاني : ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

### تمهيد :

إن الحقيقة الأساسية هي أن البشر ليسوا أشياء تحتاج إلى أن تحفز ويتحكم بها، فالبشر حسب " ستيفن كوفي " مكونون من أربعة أبعاد الجسد والعقل والقلب والروح و لكل بعد طرق ووسائل للاعتناء به. ويعد النشاط البدني والرياضي من أهم الأشياء التي تؤثر خاصة على الجسد، العقل، والقلب فالنشاط البدني والرياضي ميدان من ميادين التربية فبالإضافة إلى كونه ينمي الجانب الحركي والفسولوجي للفرد ويكسبه الصحة البدنية، فهو يكسبه الصحة العقلية ويهذب الخلق.

ولقد اجتاحت العنصر النسوي هذا المجال وأصبحن ينافسن الرجال فيه، وعلى الرغم من كل هذا إلا أن هناك مشاكل تعرقل المرأة من المشاركة في هذا النشاط، وهذا راجع لكل من الدين، والأسرة والمجتمع، والعادات والتقاليد، وهذا ما سنتطرق إليه في هذا الفصل.

### 1- مفهوم النشاط البدني الرياضي:

هناك عدة تعاريف للنشاط البدني الرياضي نذكر منها:

" تشارلز بيوكر " هو ذلك النوع من النشاط الذي ينمي القدرة الجسمية في الإنسان عن طريق الأجهزة العضوية المختلفة، وينتج عنها القدرة على الشفاء ومقاومة التعب.

" محمد بدران " هو ذلك النشاط الحركي الذي يمارسه الإنسان ممارسة إيجابية فردي أو جماعي وفقا لقوانين وقواعد محددة بحيث يحدث تغيرات بدنية، عقلية، اجتماعية، نفسية، تمكنه من التكيف مع أقرانه والبيئة المحيطة به.

والنشاط البدني يعمل على تربية الفرد واعداده عن طريق النشاط الذي يمارس بتوجيه وإشراف من قبل المختصين والذي يناسب مراحل النمو المختلفة وذلك لاكتساب المهارات الحركية المختلفة، وتنمية اللياقة البدنية وتحسين الصحة وبذلك فالنشاط الرياضي يسعى إلى تكوين المواطن تكوينا متزنا من النواحي البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية ليصبح عضوا مؤثرا في المجتمع (بهاء الدين، إبراهيم سلامة، 1997، ص4 )

### 2- أوجه النشاط البدني:

#### 1-2- النشاط الداخلي:

وهو الذي يقدم خارج أوقات الجدول المدرسي داخل المؤسسة، والغرض منه إتاحة الفرص لكل تلميذ لممارسة النشاط المفضل لديه وتطبيق المهارات التي تتصل اتصالا وثيقا بالدروس والتي يبنى عليها تخطيط النشاط الداخلي .

ومن بين مميزاته نذكر:

1 - يعتبر حقلًا لتنمية المهارات التي تعلمها في الدروس فالدرس عادة يقدم مجموعة من الأنشطة في وقت محدود وقد تتماشى جميعا مع ميول جميع الأفراد التي عادة ما تختلف وتتباين لذلك النشاط .

2 - يتيح النشاط الداخلي فرصة التعلم عن طريق الممارسة العملية فيكتسب التلميذ المعارف الجديدة ويتعلم قواعد وقوانين اللعبة، ويمارس الناحية الاجتماعية ويشارك في مواقف مشحونة بالانفعالات والتي تشابه لحد كبير مواقف الحياة الواقعية، فينمو سلوكه الاجتماعي بطريقة عملية تربوية.

3 - يساعد الإشتراك في برنامج النشاط الداخلي على الترويج وحسن إستغلال وقت الفراغ

## الفصل الثاني: ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

فالمشاركة في النشاط الداخلي لا يتطلب مستوى عالي من المهارة، وعن طريقه يمكن للتلميذ أن يجيد لعبة أو أكثر لمستوى لا بأس به.

4 - يتيح النشاط الداخلي الفرصة لتنمية الصفات الاجتماعية وتنمية روح الجماعة (ربوح صالح، 2013، ص 81).

### 2-2- النشاط البدني الخارجي:

هو النشاط الذي يتم خارج أوقات الجدول المدرسي وخارج المدرسة، وهو نشاط مكمل لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة ويختص في الأداء الرياضي والنشاط الخارجي التنافسي، وهذا النشاط يشمل:

### 2-2-1- نشاطات الفرق المدرسية:

فكما هو معروف أن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الألعاب الفريدة أو الجماعية، وهذه الفرق الواجبة الرياضية للمدرسة وعنوان تقدمها في ميدان التربية البدنية والرياضية، وهؤلاء التلاميذ يعتبرون نواة الأندية والأحياء ومن هنا كان من الواجب الاهتمام بهذه الفرق وإمدادها بيد المساعدة. (محمد حسن العلاوي، 1986، ص 160).

### 2-2-2- النشاطات الخلوية:

وهي أحد أهم الأنشطة الذي يجد فيها التلاميذ راحتهم ويعبرون عن شخصيتهم بحرية، هذه الرحلات والمعسكرات تقيم العديد من الأنشطة ويتعلم فيها التلاميذ الكثير من الأمور التي تساعدهم في حياتهم المستقبلية بالإضافة إلى الصفات النفسية الأخرى كالاعتماد على النفس والقدرة على اتخاذ القرار وتحمل المسؤولية (ربوح صالح، 2013، ص 83).

\* ومن مميزات النشاط البدني الخارجي نذكر:

- 1 - الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي.
- 2 - تعلم قوانين الألعاب وخطط اللعب.
- 3 - تحقيق النمو البدني والصحي والعقلي والنفسي، والحفاظة عليه.
- 4 - تحقيق النمو والتكيف الاجتماعي.
- 5 - تنمية النضج الانفعالي وتطور العادات والسلوكيات المختلفة.
- 6 - إفساح المجال للفرق الرياضية للتنمية الاجتماعية والنفسية وكذلك بالاحتكاك مع غيرهم من تلاميذ المدارس الأخرى.

### 3- أهداف النشاط البدني الرياضي:

الأصل في درس التربية البدنية والرياضية أن يساهم في تحقيق أهدافها خاصة بكل درس لتحقيق في مجملها أهدافا عامة وشاملة ومن هذه الأهداف:

- 1 - اكتساب التلاميذ النواحي الفنية لأداء المهارات والحركات الرياضية المختلفة.
- 2 - اكتساب التلاميذ حب العمل الجماعي والتعاون والارتقاء بمستوى العمل الجماعي باستخدام الأساليب التنظيمية مثل: القاطرات والصفوف والتشكيلات المختلفة.
- 3 - اكتساب التلاميذ الميول للرياضة الواعية والاتجاهات الإيجابية نحو التربية الرياضية من خلال المعارف والمعلومات والقدرات والمهارات الرياضية.
- 4 - اكتساب التلاميذ السمات الإيجابية التي تساهم في بناء وتنمية شخصياتهم كالنظام والطاعة والجرأة والمبادرة والشجاعة... الخ.
- 5 - اكتساب التلاميذ القدرات العقلية المختلفة على تنميتها عن طريق التفكير الواعي خلال ممارسة النشاط الرياضي وتنفيذ خطط اللعب، وابداع حسن التصرف في المواقف المختلفة.
- 6 - اكتساب التلاميذ قيم الجمال من خلال التعبير الحركي والأداء الابتكاري والتجديد وكذلك القوام الجيد (إبراهيم محمد محاسنة، 2006، ص 69-68).

### 4- أنواع النشاط البدني الرياضي:

#### 4-1- النشاط البدني الترويحي:

تتصل الرياضة اتصالا وثيقا بالترويح، وقد ولدت وترعرعت في كنف الترويح، ولعل الترويح هو أقدم النظم الاجتماعية ارتباطا بالرياضة، وربما أقدم من نظام التربية في اتصاله بالرياضة، فظالما استخدم الإنسان الرياضة كمتعة وتسلية ونشاط ترويح في وقت فراغه، ويعتقد رائد الترويح "أن دور مؤسسات الترويح وأنشطة الفراغ في المجتمع المعاصر قد أصبحت كثيرة ومتنوعة، وخاصة فيما يتصل بالأنشطة الرياضية والبدنية، بحيث تتوزع مشاركة الأفراد والمجتمعات في ضوء الاعتبارات المختلفة كالسنن الميول، ومستوى المهارة... الخ، الأمر الذي يعمل على تخطي الاتصال بين الأجيال وتضييق الفجوة بينها، وبالتالي يربط المجتمع بشبكة من الاهتمامات والاتصالات من خلال الأسرة فيما يتيح قدرا كبيرا من التماسك والتفاهم والاتصال داخل المجتمع الواحد ( درويش، أمين أنور الخولي، 1990، ص 44-43 ).

### 4-2- النشاط البدني الرياضي التنافسي :

يستخدم تعبير المنافسة استخداما واسعا وعريضا في الأوساط الرياضية، كما يستخدم تعبير المنافسة بشكل عام من خلال وصف عملياتها، وتحقق عندما يكافح اثنان أو أكثر على شيء ما أو لتحقيق هدف معين، وعلى الرغم من أن الفرد إذا حقق غرضه بالتحديد فإنه يحرم المنافسين الآخرين منه، إلا أنه يحرز بعض الأهداف إذا كافح وبذل مجهودا ( ساعد حكيم وداودي نصيرة، 2014، ص 28 ).

وعموما فإن الناس عندما يمارسون النشاط البدني الرياضي، فإنهم يخوضون ضمن مفهوم التنافس الذي يحتوي على مشاعر كثيرة مما يعمد الناس إلى إخفائها، وعدم إبرازها بوضوح في الحياة العامة. لكن الرياضة لا تتجاهل هذه المشاعر بل تبرزها و تظهرها في إطارها الاجتماعي الصحيح، ويعتبر مفهوم المنافسة الأكثر ارتباطا بالنشاط البدني الرياضي مع غيره من سائر أشكال النشاط البدني.

( أمين أنور الخولي، 1996، ص 194 ).

### 4-3- النشاط البدني الرياضي النفسي ( النفعي ) :

في الحقيقة أن مفهوم النشاط الرياضي النفسي هو مختلف أنواع الأنشطة الرياضية النفعية التي تعود بالفائدة والنفع من ناحية التعبير، يقصد به النفسية العقلية الاجتماعية البدنية والصحية، ومع أن كل أنواع النشاط البدني تعتبر نفعية كالنشاط الترويحي، التنافسي، إلا أن هناك أنواعا أخرى نفعية وهامة ( أمين أنور الخولي، 1996، ص 193 ).

### 4-3-1- التمرينات الصباحية :

تعتبر من التمرينات التي تقدم من خلال برامج الإذاعة والتلفزة أكثر انتشارا وأقلها تكلفة، حيث أنها لا تحتاج إلى أماكن كبيرة للمنافسة أو وقتا طويلا لإجرائها، فهي عادة تكون من 06 إلى 2 تمرينا يشمل جميع العضلات الأساسية مستخدمة تمرينات نمطية مبتدئة بالذراعين والبطن ومختلف عضلات الجذع والرجلين، ثم تتبع بتمرينات التهدئة. وتشجع هذه البرامج الممارسين على أدائها في أوقات فراغهم بالإضافة إلى شرح قيمة وأهمية هذه التمارين، ومدة البرامج من 10 إلى 20 دقيقة في اليوم ( إياد عبد الكريم العزتوي ومروان عبد المجيد إبراهيم، 2002، ص 129 ).

### 4-3-2- تمارين الراحة :

وهذا النوع من التمارين يمارسه العمال داخل الوحدات الإنتاجية أثناء فترات الراحة، بدلا من قضائها في حالة سلبية وهي تزاوّل بشكل جماعي وأحيانا بشكل فردي وكذلك تقدم هذه التمارين قبل العمل ومدتها في حدود 10 دقائق.

### 4-3-3-المسابقات الرياضية المفتوحة :

يؤدي برنامج هذا النوع من المسابقات بين الفرق الهاوية إلى إتاحة الفرصة للمواطنين غير المشتركين في الأندية الرياضية الاشتراك الإيجابي في ممارسة الأنشطة المختلفة ويختار فيها الأنشطة الأكثر شعبية لهذا البرنامج مع استخدام قواعد مبسطة لتحكيمها في ضوء الروح العامة للقانون وتحت إشراف قيادات مدربة لقيادة هذا النشاط.

### 4-3-4- تمارين من أجل الصحة :

الحصص التي تقوم من أجل الصحة لمجموعات من السكان في تجمعات رياضة، والغرض الأساسي للممارسة هو اكتساب الصحة، وتقدم هذه التمارين في مجموعات مستقلة الذكور عن الإناث خاصة عند الشباب، أما الأعمار المتأخرة فتقدم في مجموعة مختلطة، وتؤدي بشكل منتظم وفي وقت ثابت، مدتها من 10 إلى 15 دقيقة، وتقدم فيها تمارين العضلات الكبيرة كالظهر، البطن، لفئة الكبار في السن ( أمين أنور الخولي، 1996، ص 195 ).

### 4-3-5-التدريب الرياضي :

هو أحد الأشكال المنظمة لممارسة النشاط الرياضي ويخضع لقوانين وقواعد ويتم تحت إشراف المدربين، وهذا النوع يتم في الأندية الرياضية والفرق المدرسية.

### 5-العوامل التي تساهم على الإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي:

هناك الكثير من العوامل تساهم في إقبال الفرد نحو ممارسة النشاط البدني، وقد قسم "روديك" الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني إلى:

### 1-5-الدوافع المباشرة لممارسة النشاط البدني الرياضي :

يمكن تلخيص هذه الدوافع فيما يلي:

- 1 - الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط البدني.
- 2 - المتعة الجماعية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.
- 3 - الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة.
- 4 - الاشتراك في المنافسات ( المباريات ) الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط من خبرات انفعالية متعددة.

## الفصل الثاني: ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

5 - التخفيف من حدة التوترات والضغوط النفسية الناجمة عن المشاكل النفسية ( إياد عبد الكريم العزاوي ومروان عبد المجيد إبراهيم، 2002، ص130).

### 5-2- الدوافع غير المباشرة لممارسة النشاط البدني الرياضي:

- 1 - محاولة اكتساب الصحة النفسية واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط البدني الرياضي.
- 2 - ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج ، فقد يجب الفرد ( المراهق ) بأنه يمارس النشاط الرياضي لأنه يساهم في زيادة قدرته على أداء عمله ورفع مستوى إنتاجه في العمل.
- 3 - الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي إذ قد يجب التلميذ ( المراهق ) بما يلي " بدأت ممارسة النشاط الرياضي لأنه كان من الضروري علي حضور حصص التربية البدنية والرياضية بالمدرسة لأنها إجبارية وتدخل ضمن الجدول الدراسي ( رباح صالح، 2013، ص85 ).
- 4 - الوعي بالدور الاجتماعي و النفسي الذي تقوم به التربية البدنية والرياضة إذ يرى المراهق أنه يريد أن يكون رياضيا يشترك في الأندية والفرق الرياضية ويسعى إلى الانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها ( محمد حسن علاوي، 1986، ص161).

### 6- نبذة تاريخية عن النشاط البدني عند المرأة:

مرت الرياضة النسوية بمراحل تاريخية واختلفت من منطقة إلى أخرى وذلك باختلاف الأنظمة السياسية والمعتقدات في جزيرة "كريت" اعترف بحق النساء في ممارسة الرياضة والتي كانت مختصرة على العنف هذا يبرهن للجميع أن عمل المرأة لا ينحصر في البيت فقط والنشاط يتمثل في قيادة العربات والصيد وألعاب مصارعة الثيران. (هادي نزيهة، 2013، ص40).

وفي أسبارطة التي كانت ذات نظام اجتماعي صارم وكانت الفتيات مطالبات بأن يكن في لياقة بدنية مناسبة فكان يعتقد أن الأم التي تملك صحة جيدة تلد أطفال أصحاء أقوياء مما يعمل بدوره على تقوية الدولة ومن المعتقدات أن أسبارطة كن يبدأن في ممارسة اللياقة البدنية وهن سن السابعة وتستمرن في الممارسة علانية حتى يتزوجن.

أما في أثينا فيركزون على تربية منسجمة للذهن والبدن والجمال والأخلاق وتخص بها الرجال فقط بينما المرأة فمكاتها البيت أين تقوم بمراقبة البيت وتربية الأطفال الصغار كما تقضي أوقات طويلة في تزين نفسها فهذه الحياة لا تترك لها مكانا للحركة الرياضية ( كنداري محمد، 2013، ص32 ).

أما في أوروبا في القرون الوسطى وبالضبط في إنجلترا برز نوع من الرياضة والمتمثلة في الصيد بالصقر إضافة إلى ذلك كان هناك الصيد بالسهم والقوس وفي أواخر القرن 14 ميلادي اقتصرت الرياضة عند

## الفصل الثاني: ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

النساء على الطبقة النبيلة حيث كن يمارسن الترحلق على الجليد بالإضافة إلى عدة ألعاب مثل الكف وهي بمثابة لعبة التنس غير أنها تمارس بالكف من الجانب الخلفي وأدتها فتاة من فرنسا اسمها "مارقوت" وهذا عام 1924م وكانت هذه الأخيرة تمارسها أفضل من الرجال.

وفي القرن 19م ودائما في أوروبا أنشأت بعض النساء عدة مدارس لتربية المرأة و تطويرها وتحسين صحتها عن طريق ممارسة عدة أنشطة، وفي عام 1865م أنشأ أول مركز رياضي يحتوي على قاعة للجمباز وميدان لعبة الكرات الخشبية ومدرسة الفروسية والتجديف والترحلق على الثلج.

وفي أواخر القرن 19م بدأ ظهور رياضات الفرق، ثم دمج هذه الرياضة نهايا ضمن برنامج التربية البدنية وتوسعت رفة الأنشطة الرياضية في المؤسسات التعليمية ككرة اليد و كرة السلة، وكرة الطائرة... ولقد توسعت النشاطات النسوية في الآونة الأخيرة و أصبحت المرأة تزاحم الرجل في مختلف المنافسات الرياضية وفي مختلف النشاطات وهي دائما حاضرة في التجمعات الرياضية الدولية الكبرى ( هادي نزيهة، 2013، ص43).

### 7- موقف الإسلام من مشاركة المرأة في الرياضة:

إن الحكم العام للرياضة في الإسلام هو الجواز لأن الأصل في الأشياء الإباحة ولا يحرم شيء إلا بدليل قطعي وثابت، بينما العبادات الأصل فيها الحظر ولا تشرع عبادة إلا بدليل قطعي وثابت. والرياضة شيء من الأشياء الأصل فيها الإباحة أما إذا كانت من أجل تقوية الأبدان فإنها ترتفع من مستوى الإباحة إلى الاستحباب بل إلى مستوى الندب بشرط أن تكون الممارسة بريئة من كل معصية وهادفة إلى تقوية الأبدان، وتقوية الأرواح، وهذا أرجح الأقوال في موضوع الرياضة والإسلام لا يجمع تقوية الأجسام بل يرد من المؤمن أن يكون قويا في جسمه وفي عقله وأخلاقه وروحه، لأن الحق يحتاج إلى القوة. في الأمم الشاردة الحق هو القوة أما في أمة الوحيين الكتاب والسنة الحق هو ما جاء به الوحيان لكنه يحتاج إلى قوة لذلك قال النبي عليه الصلاة والسلام "المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف" لا يقتصر أمر الرياضة وممارستها في الإسلام على الرجل فقط دون المرأة بل يشمل الجنسين معا، لأن المرأة تمثل نصف المجتمع، و حينما يأمر الدين بالرياضة فإنما يكون ذلك بالنسبة للمرأة بحيث لا يتعد عن عفافها وشرفها ومايمس حياءها في حدود المضمون الشرعي، حيث أن النصوص الشرعية حينها توجه المسلمين أن تكون للجنسين معا. وهذه كانت تعاليم الإسلام والرسول التي اهتمت بالتربية البدنية والرياضية. ويتناولها البحث العلمي الآن بالدراسة والتحليل ليصل بعد عناء إلى هذه التعاليم مؤكدا أهمية التربية البدنية والرياضية في إعداد الشاب والإنسان ( حسن الشافعي وسوزان مرسي، 1999، ص400 ).

كما يجب على المرأة اختيار نوع الرياضة التي تستطيع ممارستها حتى لا تتنافى مع أنوثتها ولا تخرج من

بنيتها **المورفولوجيا** ووظيفتها الاجتماعية وكما يوجد رياضات يمنع الإسلام ممارستها على المرأة التي تجعلها تأخذ طابع الرجولة أو تتعارض مع وظيفة المرأة الاجتماعية، حيث العلاقة بين الرجل والمرأة هي علاقة تكامل فلا يخرج الرجل عن رجولته ولا المرأة عن أنوثتها .

وهناك من يرى أن الرياضة النسوية في الإسلام مضبوطة بشروط تتنافى كليا مع الرياضة الحديثة، والحقيقة اليوم أن الواقع الرياضي لا يكتفي بممارسة الرياضة من أجل الصحة بل يتعدى ذلك إلى تكوين منتخبات والمشاركة في مختلف المنافسات على المستوى المحلي والدولي ( كندارى محمد، 2013، ص41 ).

### 8- المشاركة الرياضية النسوية في الجزائر:

إن الرياضة النسوية الجزائرية ظاهرة حديثة بدأ الاهتمام بها بعد الاستقلال إذ في عهد الاستعمار اقتصرت الرياضة على الرجال إلا في بعض الأحيان فإنها كانت تقوم بالتدريبات العسكرية وذلك لغرض الدفاع عن الوطن. ومثال على الرياضة الرجالية فريق **جبهة التحرير الوطني** لكرة القدم الذي تأسس في 18/04/1958م ليكون بمثابة سفارة القضية الجزائرية في المحافل الدولية.

رغم كل العراقيل التي اصطدمت بها المرأة في مجال الرياضة إلا أنها استطاعت أن تضع بصماتها في هذا الميدان، وأن تشرف الرياضة النسوية الجزائرية. فتاريخ المشاركة النسوية يرجع إلى الفترة الاستعمارية بحث أن التقسيم في العمل يظهر جليا بين الرجل والمرأة التي كانت مكانتها داخل البيت، أما الرجل تواجهه يكون في الحقل بما أن الجزائر في تلك الفترة كانت تعتمد على الزراعة، والمرأة مبعدة تماما عن الحياة الخارجية، لكن الفترة الاستعمارية ألزمت المرأة الجزائرية أن تقوم مثلها مثل الرجل بتمارين رياضية باستخدام البنادق وركوب الخيل أما النوع الثاني للمشاركة النسوية في النشاطات البدنية فقد كانت مقتصرة على الرقصات الشعبية التي كانت تعرف **بالفكلور** في الأعياد والمناسبات. وعند الاستقلال وجدت الجزائر القطاع الرياضي يتخبط في عدة مشاكل كالنقص التام في التأطير أما المنشآت الرياضية تكاد تكون منعدمة ( بندو حكيم وآخرون، 2009، ص45 ).

من هنا بدأت الدولة بالاهتمام بهذا القطاع بإنشاء فدراليات رياضية حتى ظهرت بعض الفرق في الرياضة النسوية، وسجلت نتائج معتبرة انتهت بمشاركة عدة رياضيات في منافسات الألعاب الإفريقية التي احتضنتها الجزائر في سنة 1978م بحيث تحصلت فتيات كرة اليد وكرة الطائرة على المدياليات الذهبية. و خلال **العشرية السوداء** تراجعت الرياضة النسوية كثيرا، حتى مادة التربية البدنية والرياضية عرفت تراجعا كبيرا وألغيت المادة في كثير من المؤسسات التربوية.

## الفصل الثاني: ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

وفي 1995 برزت الرياضة النسوية على المستوى الدولي حيث فاز فريق **مولودية الجزائر** بالكأس، كذلك فريق كرة اليد فاز بالكأس العربية سنة 1997م. وإحراز العداءة الجزائرية على الميدالية الذهبية في ألعاب سيدني عام 2000م.

### 9- الفرق بين الرجل والمرأة في ممارسة النشاط الرياضي:

إن الأسرة التقليدية التي يتكون منها المجتمع الجزائري في الأغلبية مبنية على أساس التفرقة والتمييز بين الجنسين سواء كان في المعاملة أو في أعمال أخرى، هذا التمييز تعلمه الأسرة لأفرادها منذ الصغر عن طريق التربية التي تنتقل من جيل إلى آخر.

فلا أسرة الجزائرية تفضل الأولاد ( الذكور ) على الإناث حيث يستقبل ميلاد الذكر بفرحة كبيرة وتقام احتفالات كبيرة كما يظهر التمييز في ألعاب الأطفال أين تعطى حرية واسعة للذكر في تعبيره البدني فهو يجري، يقفز، يصرخ، بينما الفتاة تسحب باكرا من فضاء اللعب لتدخل في العالم النسوي، فتربية الفتاة هي مجموعة من الإمتناعات خاصة أثناء المراهقة فهي تحاول توقيف كل المظاهر البدنية والنفسية، وهذا يبقى مرسخ في شخصيتها ( مجلة التربية البدنية والرياضية، 1998، ص 116 ).

فكيف يمكن أن نتكلم عن التعبير البدني والممارسة الرياضية في مثل هذه التنشئة الاجتماعية وخاصة عند الفتاة.

ولكن لم تبقى الأمور بهذه الصورة وهذا منذ أن بدأت المرأة تفرض نفسها في جميع المجالات بدءا من الدور الذي لعبته خلال الثورة التحريرية.

وهكذا بدأت الأشياء تتغير شيئا فشيئا حيث استطاعت المرأة أن تكون علاقة جديدة مع جسمها ولكن هذا لم يأتي صدفة بل بفضل مقاومتها لكل المصاعب التي واجهتها أثناء ممارستها للرياضة بأي شكل من الأشكال سواء كانت: الرياضة للترفيه، الرياضة للصحة ولاسيما الرياضة المنافسة والمستوى العالي.

### 10- عراقيل الممارسة الرياضية النسوية:

ما زالت المرأة تعاني صعوبات في تموقعها في المجتمع م خلال التمييز الواضح بينها وبين الرجل ، كما أن المجتمع لا يقدر إمكانياتها الفكرية والبدنية. فكل شيء مرسوم لها اجتماعيا والخروج عن ما هو مألوف يعد خروجا عن القيم الاجتماعية والعرف والتقاليد.

فالمرأة دائما ينظر إليها بوظيفتها في المجتمع فهي الأم والمرية وهي المعلمة والمرضة وإذا اختارت مهنة تشارك بها الرجل تبقى دائما أسيرة نظرة المجتمع بأنها سوف لن تحقق النجاح الذي حققه الرجل رغم ما

## الفصل الثاني: ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

أبرزته المرأة في مجال الرياضة فنظرة المجتمع الذي رسمها مازالت قائمة وأن صورة التصور الاجتماعي مازال يلاحقها خاصة في ميدان التربية البدنية والرياضية .

فالعادات الموروثة والمعتقدات الدينية عرقلت المرأة من تحقيق رغبتها في ممارسة الأنشطة المختلفة اعتبارا هذا المجال حكرا على الرجال فقط.

إن هذه الفكرة ليست وليد الأمس القريب بل لمسنا هذا عبر التاريخ وحتى في المجتمعات الغربية التي تدعي التحضر حيث كتب "كوكلي" إن المرأة تشكل حالة خاصة في عالم الرياضة لأن هذا المجال تحدد بشكل أصبح تقليدنا كمجال خاص بالذكور. وعبر التاريخ نرى المرأة في حالة اعتذار عن اقتحامها لميدان الرياضة بحجة أن الرياضة تنقص من أنوثة المرأة، كما أن الرياضة بالنسبة للمرأة لا تتماشى مع إمكانياتها **المورفولوجية** اعتقادا أن:

- 1 - عظام المرأة أكثر هشاشة من الرجل وهذا يؤدي حتما لوقوع حوادث واصابات.
- 2 - إشراك المرأة في الرياضة يؤدي إل مشاكل في الحمل والولادة.
- 3 - المشاركة المكثفة للمرأة في الرياضة تسبب متاعب في الحيض.
- 4 - المشاركة المكثفة للمرأة في الرياضة يؤدي إلى نمو الجسم بشكل عضلي غير مناسب للمرأة الاجتماعية.

ويرى الأخصائي في الطب الرياضي "كلايتون توماس": أن المرأة ليست بالأمر الهش مجرد وهم لا أساس له من الصحة العلمية لا على المستوى الوظيفي ( الفيزيولوجي ) ولا على المستوى التشريحي لأن الفرد يتصف بالصحة والرغبة في الممارسة الرياضة ويستطيع أن يواظب على الممارسة ليؤهل نفسه لذلك بغض النظر عن جنسه.

وفي دراسة أخرى للطبيبة "غيولا أردلي 1997" لاحظت أن السهولة في الولادة والتخلص من متاعب ما بعد الولادة كانت من نصيب المرأة الرياضية وأن العديد من الرياضيات فزن بالمدايات الذهبية في المحافل الدولية (أولمبياد) أثناء فترة الحيض لما تتصف من لياقة بدنية ( أمين أنور الخولي، 1996، ص 115 ).

### 11- تأثير الأسرة والمجتمع على الرياضة النسوية:

بما أن الإنسان عنصر اجتماعي فإنه بالضرورة يتأثر بالمجتمع ويؤثر فيه، و باعتبار أن الأسرة هي اصغر خلية في المجتمع فإنها تخضع هي الأخرى لعدة تأثيرات خارجية تستغلها الأسرة للتأثير بها على أبنائها. إن لكل أسرة ثقافتها و لذلك نقول أن البنت أول ما تظهر إلى الوجود تجد نفسها وسط عائلة فذلك

## الفصل الثاني : ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

المكان الأول الذي تتعلم فيه وتتأثر بثقافته فالبنات طبق الأصل لأبويها حيث يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم " الولد على فطرة أبويه" فالوالدين أساس تكوين نفسية الأولاد و تطبيع شخصيتهم في المجال الرياضي، والعائلة التي لها ثقافة رياضية أحد أفرادها يمارس الرياضة نجد أن باقي الأفراد لهم قابلية للممارسة من حيث تباين أهميتها في الحياة وبهذا يجد المرء سهولة في التعامل مع البنات والتي تنشأ وسط عائلة لا تعرف المعنى الأساسي والحقيقي للرياضة تجد صعوبة في التكيف معها ولا تعطى الأهمية الكافية ( هادي نزيهة، 2013، ص، 50 ).

إذا كانت الموانع النفسية والاجتماعية متعددة الجوانب فإن السؤال الذي يطرح ذاته هو كيف تتمكن الفتاة من ممارسة الرياضة؟ الحقيقة أن الرياضة النسوية بصفة عامة قد وضعت وراء القضبان نتيجة لحكم ابقى وضعية استهزاء هؤلاء الدين قالوا "إن الرياضة النسوية باطلة" فالعديد من الفتيات تعتبرن أن الرياضة ليست من حقهن وتمنعن من الدراسة أو هي مضيعة لأشغالهن والتي هي في الغالب من الأعمال المنزلية.

أما في المجتمع الجزائري فعملية الفصل في الأدوار نجدها شائعة وهذا في البيت والمدرسة والشارع فهي تبدأ منذ الطفولة، فالبنات الصغيرة التي تحاول تسلق الشجرة تشبه بالولد والطفل الذي يبكي يشبه بالطفلة. فيبدأ هذا الفصل في التكوين ويذهب إلى أدق الأمور حتى في طريقة المشي واللباس والمعاملة وأي خروج عن هذا الإطار يعتبر شذوذ اجتماعي وسلوك مرفوض.

إن العائلة الجزائرية معروفة بالمحافظة على القيم والتقاليد وتعمل على زرع نوع من السلوك لدى بناتهن خوفا من نظرة الناس وحفاظا على السمعة.

ففي المجتمع الجزائري تعددت الأدوار النسائية وهذا قد يسهل الممارسة الرياضية النسوية فعندما نجد المرأة في المجتمع في جميع القطاعات يسهل عليها ممارسة الرياضة ويسهل عليها تصورهما في الملعب والأماكن الرياضية ( رابح تركي، 1990، ص، 394، 393 ).

كما أن طريقة التفكير في الأوساط الريفية لها أثرها على الممارسة الرياضية النسوية في المجتمع. ففي الأرياف عادة ما تمنع البنات من ممارسة الرياضة اعتقادا منهم أنها مجلبة للعار.

### 12- الاضطرابات والنتائج المترتبة عن الممارسة الرياضية:

#### 11-1- اضطرابات الحوض:

الإصابات تحدث أكثر عند ممارسة الرياضات التي تتطلب مشاركة كبيرة لمحيط الحوض، أو حركة كبير للحوض، رمي الجلة، التحديف، القفز، الفروسية...، اكتشاف هذه الإصابات يؤدي إلى توجيهه الرياضية إلى نشاط أقل عنفا لحوضها، إذا كانت الإصابة تؤدي إلى الجراحة في حالة الاضطرابات أو رفض تغيير

## الفصل الثاني : ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

الاختصاص ومن بين إصابات منطقة الحوض، الجروح القدمية الناتجة عن السقوط على الجزء السفلي من الجسم بآلام متجددة ونزيف غزير راجع إلى غنى المنطقة بأوردة وأنسجة حساسة .

### 11-2- إصابات البطن:

عضلات البطن عند الفتيات أكبر من حجم من ما هو عليه عند الرجل، والعلاقات بين مختلف طبقات العضلات جد متفككة هذا ما يساعد بعد ذلك في زيادة حجم البطن أثناء الحمل، ويترتب عن ذلك ضعف الطبقة الداخلية وفيما يخص الجهاز المتواجد في جوف البطن والمرتبطة بمجموعة ألياف وجملة عضلية تتلقى في مجملها ارتداد أو صدى النشاطات الفيزيائية التي تكون مضخمة فتكون خطيرة فترهقها، وفي هذه الحالة يمكن للرحم الذي هو عبارة عن عضلة مجوفة أن ينتقل وينزل نحو الأسفل. إحصائيات سجلت في مصانع تبين حالات فيها المرأة مجبرة على حمل الأثقال، هذا ما يؤدي إلى هبوط الأعضاء وتقريبا قلق مثير دائما، وعليه ننصح الفتيات والنساء بعدم حمل الأثقال وعدم القفز العميق المتكرر أو التمارين المترتب عنها اهتزاز قوي على مستوى أسفل البطن ( رابح تركي، 1990، ص 398 ).

### 11-3- إصابات الثدي (الصدر):

من بين النقاط الحساسة عند الفتاة الثدي، وهو عبارة عن غدتين جد حساستين طبيعتهم لم تؤمن لهم أي حماية خاصة، لا تمسكهم أي عضلة، لا شيء يحمهم من الصدمات فهي ببساطة معلقة فوق عضلات صدرية داخل غلافين من نسيج جلدي وعليه يجب تجنب أي تمارين تتلقى فيه الضربات في الصدر لهذا السبب فإن الملاكمة والريكبي ممنوع على النساء ممارستها.

1 - إصابات الثدي التي تتعرض لها الرياضية تتمثل خاصة في الكدمات ونادرا في الجروح.

2 - الجروح الثديية: التي تلاحظ بعد سقوط على آلة حادة.

3 - الكدمات الثديية : تظهر بعد اصطدام مباشر يضغط على الغدة الثديية.

### 13- ثالثا المرأة الرياضية:

#### 12-1- عدم انتظام التغذية:

ويشمل عدم كفاية السرعات الحرارية اللازمة لسد حاجة الأجهزة الحيوية في الجسم والنشاط الممارس، اضطراب التغذية كما ونوعا وعدم انتظام أوقات تناول الوجبات أي فوضى الطعام، والمبالغة في فقدان الوزن. كثيرا ما تصاب الفتيات في بداية ممارستن للرياضة بعجز الطاقة نتيجة اضطراب التغذية وخللها أو عدم كفايتها لسد احتياجات الأجهزة الحيوية إضافة إلى متطلبات النشاط الرياضي الممارس من الطاقة، مما يسبب مخاطر عدة ناجمة عن الانخفاض المبالغ به في الوزن وخاصة عند الإناث في الألعاب الرياضية المختلفة والتي يعتمد الأداء فيها على قلة الوزن، وهو الأكثر شيوعا بين الراضيات الشابات وهذا مما

## الفصل الثاني : ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

يعرضهن لاحتمال اضطرابات الدورة الشهرية ( عدم انتظامها أو انقطاع الطمث ) خلال فترة المراهقة حيث بلوغ الذروة البيولوجية المحتملة لكتلة العظام، ولهذا أهمية خاصة بالنسبة للمراهقات من الرياضيات اللواتي هن في طور النمو العظمي لأن في هذه السنوات ستحدد كتلة العظام ذروتها ( سمعية خليل، 2010 ).

### 12- 2- اضطرابات الدورة الشهرية:

ومن الجدير بالذكر أن الدورة الشهرية ترافقها عدة تغيرات في الجسم، وهذا ما يجعل المرأة تتميز بخصوصيات فسيولوجية يجب أخذها بعين الاعتبار عند التخطيط للتدريب الرياضي، حيث تتغير مستويات الهرمونات الجنسية الأنثوية، وتعرض المرأة الرياضية لاختلالات في الهرمونات الأنثوية ومستويات غير طبيعية لهذه الهرمونات وشذوذات استقلابية تكون مزمنة وخاصة عند نقص الطاقة من الكربوهيدرات مما يسفر عنه انخفاض في استخدام الجلوكوز، وتعبئة الدهون في المستودعات ، وابطاء معدل الأيض وتكون الآثار أكثر تطرفا عند الفتيات اللواتي انقطع لديهن الطمث بسبب الممارسة الأنشطة الرياضية بالمقارنة مع اللواتي يصبن بعدم انتظام الدورة الشهرية حيث إن هذه اليطرفات ممكن أن تؤدي إلى قمع المرحلة الأصفرية، إحدى مراحل الدورة الشهرية.

وتعد اضطرابات التغذية عند المرأة الرياضية سببا رئيسيا في حدوث اضطرابات الدورة الشهرية سواء عدم انتظامها أو انقطاعها، وكذلك هي السبب المباشر لترقق العظام وهشاشتها نتيجة انخفاض كتلة العظم المعدنية، والتي تنعكس على مستوى اللياقة الصحية للمرأة والوظائف الأنثوية بوصفها المهمة الرئيسية للمرأة والذي بالتالي يخفض من مستوى الانجاز الرياضي.

### 12- 3- هشاشة العظام:

ويحدث نتيجة خلل في تكوين العظام وانخفاض كتلة العظم المعدنية. والرياضيات اللواتي ينقطع طمثهن معرضات لخطر انخفاض في كتلة العظام التي قد لا يمكن علاجها، وما يرتبط بذلك من إصابات العضلات والعظام والإصابات الناجمة عن الإجهاد، ويبدو أنها أكثر شيوعا عند الرياضيات نتيجة التدريب الشديد الذي يزيد من احتمال الإجهاد عند اللواتي انقطع طمثهن والذي تكون الكسور من إحدى مضاعفاته وخاصة في الألعاب التي يستمر فيها التدريب أو الممارسة الرياضية لساعات طويلة في اليوم ( سمعية خليل، 2010 ).

### 14- أسباب الاشتراك المتزايد للمرأة في الأنشطة الرياضية:

إن أسباب الاشتراك المتزايد للمرأة في الأنشطة الرياضية يستلزم علينا الرجوع إلى الفقرة رقم 19 من الدستور الأمريكي حيث ينص على المساواة بين الرجل والمرأة ولذلك زادت المساهمات النسائية بزيادة عدد

## الفصل الثاني : ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

الفرص المتاحة للمرأة في الفرق الرياضية، و ذلك أنه بحصول المرأة على هذا الدستور صار لها الحق في الممارسة الحرة لجميع أنواع الأنشطة السياسية، الاجتماعية والرياضية...، وهذا تجهله مختلف الدساتير الأخرى القديمة فزيادة المساهمة يعني التغيير واتضح في الموارد المستثمرة في جميع الولايات الأمريكية وفي دراسة للعالم هاري Harry 1971م أكد فيها على تعميق الشعور بالذات وهذا من أجل اشتراك الفتيات في جميع المستويات التنافسية مما يعزز حق المرأة في الاندماج مع الرجال في مجال المنافسات والتظاهرات الرياضية(عزالدين محمد، 1991، ص 41).

### 15- تأثير النشاط البدني الرياضي على شخصية الفتاة :

إن عاطفة المرأة المتمثلة في الحنان والحب أهم مستلزمات الأمومة وبناء على ذلك فإن العاطفة والحب والتضحية عند المرأة أشد وأكبر بالمقارنة مع الرجل، وهنا في الإعداد الرياضي من الضروري الأخذ بـ الاعتبار هذه النواحي والفروقات التكوينية وطبيعة تكوين المرأة كأم مستقبلا والمحافظة على الهدف الصحي لكي لا تظهر الفتاة أو السيدة تشوهات واضطرابات داخلية تؤدي إلى فقدان القوة والمرونة والرشاقة ( قاسم المدلاي، 1990، ص 45).

وإن شخصية المرأة ليست مستقلة عن المحاور الأخرى بل تشمل الأساس لكافة القوى الداخلية لها، كذلك من حيث القدرات والصفات والمزاج، والتي بتكوينها وتركيبها ومستقبلها الخاص لذا فإن العمل الرياضي عند المرأة في مختلف الأعمار إيجابي وخاصة الربط بين الخبرة من تجارب ماضية وما يتطلب من أهداف مستقبلية، فالتدريب الرياضي المنظم له تأثير في بعض مميزات الشخصية في مرحلة المراهقة، وكلما مارست الفتاة التدريبات المنظمة في فترة المراهقة قل احتمال الخطر، فالفتاة الرياضية تستطيع فهم نفسها والسيطرة والتحكم في جسمها وحركتها بشكل أفضل وأسرع وتحدث لها مشاكل **الطمث** بشكل أقل وأخف.

وتثبت نتائج الدراسات والأبحاث العلمية أن الفتاة التي لا تمارس التدريب بشكل منتظم في بداية مرحلة المراهقة تظهر عندهن الأعراض النفسية الآتية:

- 1 - عدم الرغبة في العمل والخوف من تعرضهن للكسور.
- 2 - قلة الإرادة.
- 3 - قلة الدافع نحو الحركة وغيرها.

## الفصل الثاني : ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الإناث المراهقين

### خاتمة:

إن ما يمكن أن نستخلصه من خلال ما أشرنا إليه حول النشاط البدني و الرياضي و عن أنواعه المتعددة وفوائده الكثيرة أنه ينطوي على قيم مختلفة ويشبع حاجات ورغبات الأفراد المتباينة بالإضافة إلى كونه نشاط اجتماعي و ترفيهي ممتع، فهو يعتبر وسيلة تربية ووقائية وفعالية للفرد إذا ما تم استغلاله بصفة منظمة ومستمرة.

وهذا لا ينطبق على الرجال فقط، بل يجب على المرأة أيضا أن تأخذ حظها من النشاط البدني والرياضي، وذلك من خلال تغيير المفاهيم الخاطئة التي سببها نظرة المجتمع السلبية لممارسة المرأة للرياضة ولكن ممارستها للرياضة تكون في إطار الدين الحنيف والقيم المجتمعية.

الدراسة

الميدانية

# الفصل الثالث

منهجية البحث

والإجراءات

الميدانية

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

### تمهيد :

بعد دراستنا للجانب النظري الذي يتناول الرصيد المعرفي المناسب والملم بموضوع البحث، والذي ضم فصلين شرحت وبينت المفاهيم العامة للبحث لتسهيل علينا ضبط ودراسة العوائق التي تحول الطالبات الجامعيات عن ممارسة الرياضة.

وسنحاول في هذا الجزء من الدراسة (الجانب التطبيق)، بإجراء الدراسة الميدانية للوقوف على واقع الرياضة في الطور الثانوي، وكذلك التحقق من المعلومات النظرية التي قمنا بضمها إلى المذكورة، وذلك بإستعمال أداة الإستبيان الذي وزع على تلميذات المعفيات في الطور الثانوي لبلدية بسكرة من أجل جمع المعلومات وتحليلها ومناقشتها والخروج بنتائج وإقتراحات..

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

### 1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه، وذلك للتأكد من ملائمة الموضوع المختار لمكان وزمان الدراسة وتوفير المعلومات اللازمة لإجراء هذه الدراسة بنجاح، والتحقق من مدى صلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات ومعرفة الزمن المناسب والمتطلب لإجرائها.

فمن عنوان البحث ألا وهو: "العوائق التي تحول الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضة في الطور الثانوي"، قمنا باختيار التلميذات المعفيات التي يدرسن في الثانويات على مستوى بلدية بسكرة واللواتي سنقوم بتوزيع الاستبيان عليهن بطريقة انتقائية حسب ما ورد في موضوع الاستبيان، لنستطيع الحصول على نتائج مقبولة .

### 2- منهج البحث:

إن طبيعة الموضوع تلزمنا على إتباع المنهج الوصفي ، وذلك تماشياً مع الظاهرة التي نحن بصدد دراستها، وذلك لاعتماده على إستقصاء موجه إلى ظاهرة من الظواهر الاجتماعية أو التعليمية، أو النفسية، كما هي قائمة في الحاضر، وذلك بقصد تشخيصها وكشف جميع جوانبها، لتحديد العلاقة بين عناصرها الداخلية والخارجية، تعليمية أو نفسية أو اجتماعية. (الزوبعي والغنام، 1974، ص51).

وبعد ذلك يتم ضبطها كميًا عن طريق جمع المعلومات وتصنيفها وتحليلها، وبالتالي إخضاعها للدراسة فهو لا يهدف إلى وصف ما هو قائم بالفعل بل يهدف إلى تحديد الظاهرة وتحليلها، وتفسيرها، ومقارنتها، وذلك قصد التوصل لمعرفة عملية دقيقة، وتعميمات ذات معنى نثري بها رصيد معارفنا عن تلك الظاهرة، كموضوع أسباب عدم التحاق التلميذات بحصة التربية البدنية والرياضية، لذلك نجد أن الضرورة العلمية تقتضي منا استخدام المنهج الوصفي باعتباره المناسب في " دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع. (حسين عبد الحميد رشوان ،2003،ص66).

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

**فالمنهج العلمي** هو أسلوب للتفكير والعمل يعتمد على الباحث لتنظيم أفكاره وتحليلها وعرضها، وبالتالي الوصول إلى نتائج وحقائق معقولة حول الظاهرة موضوع الدراسة. ( ربحي مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم، 2010، ص53)

واختبار المنهج المتبع للدراسة لا يكون عن طريق الصدفة، وإنما يكون ملائماً مع طبيعة الموضوع المراد دراسته، حيث يعتبر اختيار المنهج مرحلة هامة في عملية البحث العلمي، وحسب طبيعة الموضوع كان **المنهج الوصفي** هو الأنسب لدراستنا وذلك لتماشيه مع أهداف الدراسة.

ويعرف **المنهج الوصفي** على أنه: طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما، ويعتبر **المنهج الوصفي** طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة. ( كمال أيت منصور ورايح طاهير، 2003، ص 218)

**والبحث الوصفي** يصف الدرجة التي ترتبط بها متغيرات الدراسة وتتضمن جمع المعلومات لتقرير إلى أي درجة توجد علاقة بين متغيرين أو أكثر. (منذر الضامن، 2007، ص135)

**والمنهج الوصفي** له عدة أنواع: الدراسة المسحية، دراسة الحالة، الدراسة الارتباطية... وقد إعتدنا في دراستنا على منهج دراسة الحالة، ويعرف هذا الأخير على أنه: دراسة متعمقة لجميع البيانات المجمعة عن وحدة سواء أكانت فرداً أو مؤسسة أو فريقاً. وقد إنتشر إستخدام هذا الأسلوب في المجال الرياضي والطبي والقانون وعلم النفس. ( مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص133)

### **3- مجتمع البحث :**

مجتمع دراستنا عبارة عن تلميذات ثانويات بلدية بسكرة، وقد بلغ عدد أفراد المجتمع استناداً للإحصائيات المقدمة من طرف مديري ثانويات البالغ عددها **15 ثانوية** وذلك خلال العام الدراسي **2018-2019 م** ب : **5590** تلميذة.

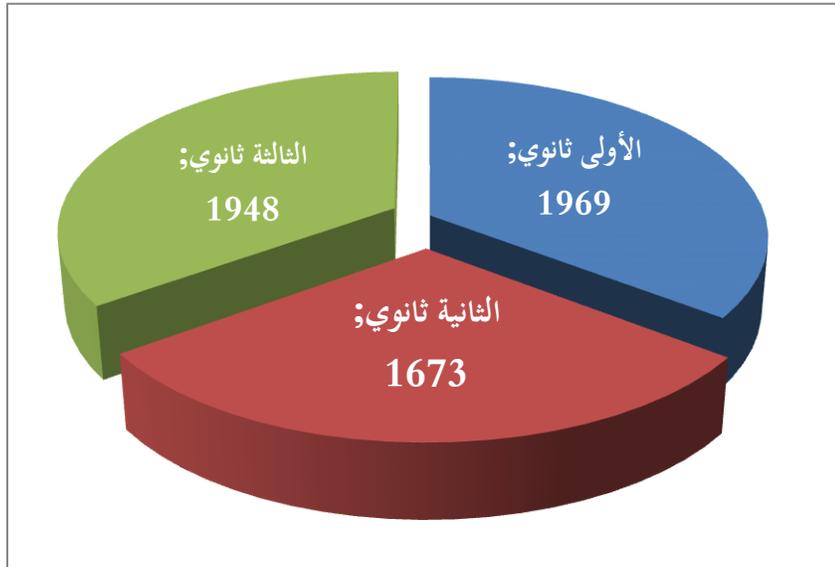
## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

ومن الناحية الاصطلاحية: "هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ من العينة، وقد تكون هذه المجموعة مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى. (محمد نصر الدين رضوان، 2003، ص14) ويطلق على المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي يمتلك الخصائص أو السمات القابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي. والجدول التالي يبين عدد التلميذات في كل مستوى :

الجدول رقم (01) : عدد التلميذات في ثانويات بلدية بسكرة محل الدراسة.

العدد	المستوى
1969	الأولى ثانوي
1673	الثانية ثانوي
1948	الثالثة ثانوي
5590	المجموع

الشكل (01) : عدد التلميذات



المصدر : من إعداد الطالب وفقا لبيانات الثانويات

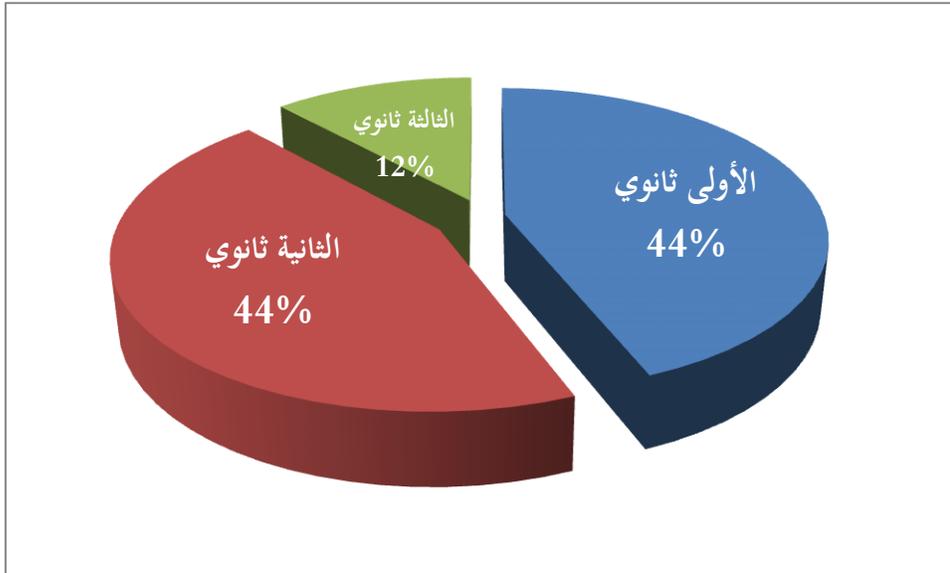
## الفصل الثالث: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

والجدول الموالي يبين عدد التلميذات المعفيات في كل مستوى :

الجدول رقم (02) : عدد التلميذات المعفيات في ثانويات بلدية بسكرة محل الدراسة.

العدد	المستوى
122	الأولى ثانوي
123	الثانية ثانوي
33	الثالثة ثانوي
278	المجموع

الشكل (02) : نسبة عدد التلميذات المعفيات



المصدر : من إعداد الطالب وفقا لبيانات الثانويات

## الفصل الثالث: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

الجدول رقم (03) : قائمة ثانويات بلدية بسكرة.

الرقم	إسم الثانوية
1	ثانوية محمد بوصبيعات
2	ثانوية الدكتور حكيم سعدان
3	ثانوية سي الحواس
4	ثانوية العربي بن مهدي
5	متقن الشهيد محمد السعيد بن شايب
6	ثانوية محمد خير الدين ( زواكة )
7	ثانوية مكي مني
8	متقن محمد بلونار ( رأس القرية )
9	ثانوية رضا العاشوري
10	ثانوية محمد بجاوي
11	ثانوية سعيد عبيد
12	متقن محمد قروف بن بلقاسم
13	ثانوية الإخوة الشهداء عبيدا الله محمد وبلقاسم بن مسعود
14	ثانوية المجاهد حساني عبد الكريم
15	ثانوية ضوء مسعود - المنطقة الغربية الجديدة

### 4- عينة البحث:

تعتبر مرحلة اختيار عينة البحث من أهم المراحل وأصعبها وحتى يمكننا الاختبار الأمثل والممثل للمجتمع الأصلي لا بد أن نحدد هذا المجتمع بدقة. (هيئة التأطير بالمعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية، 2005ص 77).

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

باعتبار أن العينة حجر الأساس في أي دراسة ميدانية تستند إلى الاستبيان كأداة لإجراء الدراسة تم اختيار العينة التي تعرف بأنها: " جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزءا من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث" (رشيد زرواتي ، 2007، ص334)

وهي كذلك النموذج الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني، وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية والرياضية تكون عبارة عن "أشخاص"، والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين .

وبحكم الموضوع الذي نحن بصدد دراسته حاولنا أن نأخذ عينة ممثلة للمجتمع الأصلي عمليا ومنطقيا يخضع لمقاييس دقيقة وموضوعية، يمكن ضبطها ميدانيا و متساوية مع وحدات المجتمع الأصلي، وذلك بهدف التوصل للتمثيل الصحيح والجيد للنتائج المحصل عليها، ثم إسقاطها نسبيا على الظاهرة الاجتماعية والخروج باقتراحات وتوصيات تساهم في تحسين ورفع نسبة ممارسة التلميذات للرياضة.

وهذه العينة تمثل المجتمع بجميع طوائفه وطبقاته ويتم اختيارها بأن يسحب من كل طبقة عينة عشوائية يتناسب حجمها مع حجم الطبقة. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص162)

وبعد توزيع الإستبيان قمنا بجمع البيانات، ووصف الظروف أو الممارسات الشائعة، بإعتبارها أهم خطوة بسبب صعوبة إقناع المبحوثين بالجواب على أسئلة الاستبيان بكل شفافية وصدق، إلى أن عملية البحث لا تكتمل حتى تنظم هذه البيانات وتحلل بدقة، إذ قمنا بتوزيع **278** إستمارة تمكنا من إسترجاع **271**، وعليه فقد تم تفرغ الإستبيانات الخاصة بالتلميذات المعفيات لحساب عدد التكرارات الخاصة بكل سؤال ثم حساب النسب المئوية لكل منها، والخروج بالإستنتاجات ذات الدلالة والمعزى لحل المشكلة المطروحة.

وقد حددنا نسبة العينة بـ: **100%** أي **271** تلميذة .

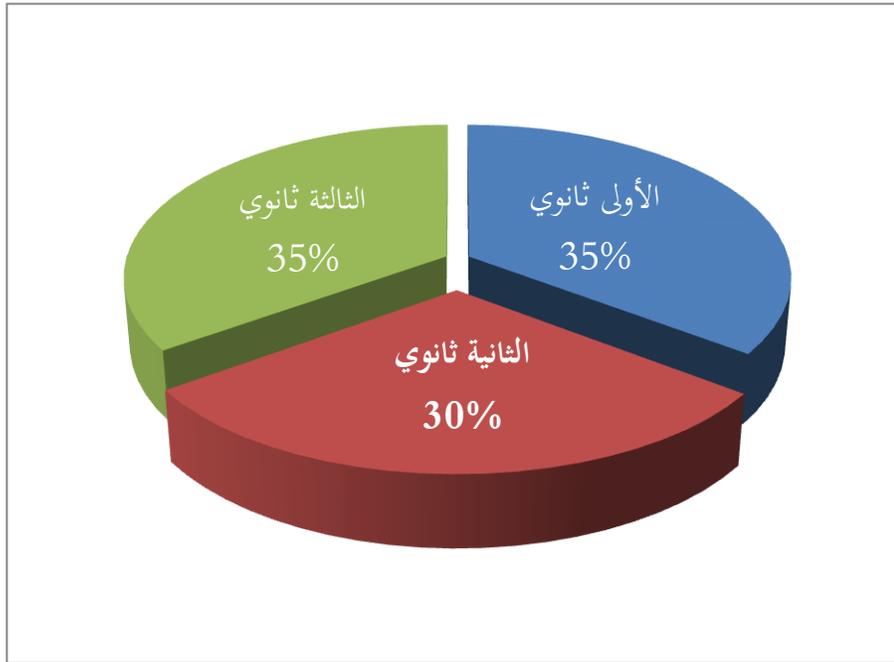
## الفصل الثالث: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

$$\frac{100}{\text{مجموع العينة}} \times \text{العدد التكرارات} = \text{النسبة المئوية}$$

ومن خلاله يمكن تحديد نسبة عينة كل طبقة أي كل مستوى دراسي والجدول التالي يبين ذلك:

الجدول رقم (04) : عينة الدراسة

المستوي	الأولى ثانوي	الثانية ثانوي	الثالثة ثانوي
عدد التلميذات	1969	1673	1948
حجم العينة	35%	30%	35%



الشكل (03) : حجم العينة

## الفصل الثالث: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

### 5- مجالات البحث:

#### 1-5- المجال البشري:

قمنا بإجراء الدراسة على تلميذات المعفيات من حصة التربية البدنية و الرياضية لبلدية بسكرة موزعين على **15 ثانوية** وفق مستوياتها الثلاث ( **122 تلميذة أولى ثانوي + 123 تلميذة ثانية ثانوي + 33 تلميذة ثالثة ثانوي** ) البالغ عددهم وفق لبيانات مديري الثانويات بـ **278 تلميذة معفية**.

#### 2-5- المجال المكاني:

أجريت الدراسة على مستوى ثانويات بلدية بسكرة البالغ عددها **15 ثانوية**، أين وجدنا تسهيلات من طرف مديري وأساتذة التربية البدنية والرياضية على غرار بعض الثانويات الأخرى، مما أدى إلى سهولة تقديم الاستثمارات واسترجاعها بسرعة.

#### 3-5- المجال الزمني:

ويقصد بالمجال الزمني الفترة التي قضاها الباحث في إجراء الدراسة الميدانية بدءا من إعداد الإطار المنهجي للبحث وجمع البيانات وتحليلها ووصولاً إلى النتائج والتوصيات التي تم التوصل إليها. ومن خلاله يمكن القول أن فترة الدراسة مرة بمرحلتين:

#### 1-3-5- المرحلة الأولى :

تمثلت في إعداد خطة للدراسة الميدانية من خلال تصميم الاستبيان في صورته الأولى وعرضه على المحكمين، وكان ذلك في الفترة ما بين **5-12 ماي 2019** ثم القيام بالتعديلات اللازمة، وإعادة صياغة الاستبيان في صورته النهائية وذلك في **13 ماي 2019**.

#### 2-3-5- المرحلة الثانية :

تمثلت في الانتقال إلى الثانويات بلدية بسكرة محل الدراسة ، والقيام بتوزيع الاستبيان على التلميذات، وإستمرت هذه المرحلة ما بين **14-30 ماي. 2019** .

## الفصل الثالث: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

### 6- متغيرات البحث:

إستنادا إلى فرضيات البحث تبين لنا أن هناك متغيرين اثنين، أحدهما مستقل والآخر تابع، وهم كالتالي:  
6-1- تعريف المتغير المستقل : وهو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب الأساس أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

وهو أيضا المتغير الذي يتحكم فيه الباحث وهو أيضا المتغير الذي يتحكم فيه الباحث، وهو في هذا البحث العوائق في حصة التربية البدنية و الرياضية.

### 6-2- تحديد المتغير المستقل " : التلميذات المعفيات في الطور الثانوي.

6-3- تعريف المتغير التابع : وهو 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 على

المتغير التابع.

### 6-4- تحديد المتغير التابع : وهو نتيجة المتغير التابع في بحثنا " ممارسة الرياضة " .

### 7- ضبط متغيرات البحث المشوشة:

وهي جميع المتغيرات التي تؤثر في سير العمل، وقد تم ضبط هذه المتغيرات على النحو التالي:

- ✓ اختيار التلميذات المعفيات من حصة التربية البدنية والرياضية.
- ✓ تحديد ثانويات لبلدية بسكرة بشكل متوازن.
- ✓ ضرورة اختيار العينة من بلدية واحدة أي التقارب الجغرافي والاجتماعي بين أفراد العينة.
- ✓ اختيار الأقسام بشكل غير منتظم أي أن العينة يدرسون في مستويات مختلفة ( **عينة طبقية** ).

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

### 8- أدوات البحث ( مواصفات الإختبارات المستخدمة ):

على ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة، ولأجل إختبار فرضيات البحث والوقوف على مدى تحققها قمنا بتكليف مقياس العوائق التي تحول التلميذات الممارسين والغير ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية حتى يتماشى مع طبيعة العينة المدروسة والمجتمع الجزائري.

### 8 - 1- الصورة الأولية للمقياس:

على ضوء المعلومات المستسقة من بعض البحوث والكتب والمقاييس التي عاجلت وتطرت إلى موضوع العوائق التي تمنع التلميذات من ممارسة الرياضة، تم وضع الصورة الأولية للأداة (الإستبيان ) ، والتي تكونت من مقياس يحتوي على 30 عبارة، وقد روعي في صياغة العبارات ما يلي:

✓ أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.

✓ أن لا تشمل العبارة أكثر من معنى.

✓ تجنب العبارات المركبة.

### 8 - 2- عرض القائمة على الأساتذة المحكمين والمحققين:

عرضت الصورة الأولية للأداة على عدد من الأساتذة في قسم التربية البدنية والرياضية وهم على التوالي: مراد خليل، فنوش نصير، بن يوسف دحو، والمصحح رواب عمار ، وذلك لإبداء الرأي في محاور المقياس، ومدى صلاحية ومناسبة العبارات الموضوعية لقياس التفاعل الاجتماعي لدى الفئة المدروسة، وكذا إضافة بعض العبارات والبنود التي من شأنها إثراء المقياس، حذف أو تعديل بعض العبارات والبنود الغير مناسبة، وقد أسفرت العملية على جملة من الملاحظات أخذت بعين الاعتبار حيث تم إجراء بعض التعديلات المناسبة والمتمثلة في:

✓ تعديل صياغة الإستبيان.

✓ التعديل في صياغة بعض العبارات لتتواءم مع التعليمات وتشمل العبارات رقم 9/ 6/4 /2

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

وبعد تعديل بعض العبارات وحذف البعض منها ، أصبح الإستبيان في صورته النهائية يتكون من 21 عبارة.

ويتطلب تطبيق الاستبيان عددا من الإجراءات، حيث أن بعد تعديل الاستبيان قمنا بتوزيعها على تلميذات

ثانويات بلدية بسكرة وفقا لحجم العينة المذكور سابقا، والذي قدر بـ **278 تلميذة**.

وكأغلب الدراسات الميدانية فإن الاستبيانات الموزعة قد لا يتم استرجاعها بنسبة **100%** كما أن

البعض من بين الاستبيانات المسترجعة يتم استبعادها لعدم استوائها متطلبات التحليل. والجدول الآتي يوضح تعداد

الاستبيانات المستعملة.

الجدول رقم (05): تعداد إستبيانات الدراسة

الإستبيانات	الموزعة	المفقودة	المسترجعة	المستبعدة	النهائية
المجموع	278	0	271	7	271
النسبة المئوية %	100	0	100	7	271

المصدر : من إعداد الطالب بناء على الإستبيانات المسترجعة

9 - أدوات جمع البيانات:

9-1/ وصف أداة القياس:

بناءً على الخطوات السابقة الذكر تكونت الصورة النهائية للأداة من جزأين مقسمة كما يلي:

أ- الجزء الأول: ويحوي هذا الجزء البيانات الشخصية الخاصة بالتلاميذ والتي تشمل:

( السن، المستوى الدراسي)

ب- الجزء الثاني: ويحتوي هذا الجزء مقياس **المواقف**؛ ويتكون من **21 عبارة** موزعة على ثلاثة محاور.

10- الأسس العلمية للأداة المستخدمة ( سيكو متريّة الأداة):

10 - 1 - صدق الأداة : validité

ويعد أحد أهم الشروط الواجب توفرها في أدوات القياس، وهو من أهم معايير جودة الاختبار وتعرفه

أنستازي ، Anastasi 1990 "إن صدق الاختبار يعني ما الذي يقيسه الاختبار وكيفية صحة هذا القياس،

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

ويعرفه ليندكويست 1951 Lindquist هو الدقة التي يقيس بها الاختبار ما وضع من أجله ( محمد نصر الدين رضوان ، 2006 ، ص 177 ).

ويقبل الصدق على أساس معاملات الارتباط التي تشير إليه، ومن أجل التأكد من صدق الأداة اتبعنا أكثر من وسيلة لإثبات معامل صدق المقياس وهي كالتالي:

### أ- الصدق الظاهري: Face Validity

يشير هذا النوع من الصدق إلى ما إذا كان المقياس يبدو كما لو كان يقيس أو لا يقيس ما وضع من أجل قياسه، ويدل هذا النوع من الصدق على المظهر العام للمقياس كوسيلة من وسائل القياس.

### ب- صدق المضمون أو المحتوى Content Validity

هو قياس مدى تمثيل الاختبار لنواحي الجانب المقاس عن طريق تحليل عناصر المقياس تحليلاً منطقياً لتحديد الوظائف، والجوانب الممثلة فيه، ونسبة كل منها إلى المقياس بأكمله؛ ويعتمد هذا الصدق على مدى تمثيل الاختبار للمواقف التي يقيسها، هذا وقد اعتمدنا على ما يلي لإثبات هذا النوع من الصدق:

✓ المراجع العلمية والدراسات السابقة.

✓ حكم الخبراء والمتخصصين ( أساتذة من معهد التربية البدنية و الرياضية من حملة شهادة الدكتوراه ).

### ج- الصدق الذاتي: Intrinsic Validity

ويقصد به الصدق الداخلي للاختبار، وهو عبارة عن الدرجات التجريبية للاختبار منسوبة للدرجات الحقيقية الخالية من أخطاء القياس؛ ويقاس عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الأداة ( محمد نصر الدين رضوان ، 2006 ، ص 216 ).

وبما أن معامل ثبات الاستبيان يساوي: 0.94 فإن معامل الصدق الذاتي يكون كالتالي:

$$\text{معامل الثبات} = \sqrt{\text{معامل الثبات الذاتي}}$$

وعليه فالصدق الذاتي = 0.96

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

### د- صدق التكوين الفرضي Construct Validity

هو تحليل مدى ظهور الدرجات الاختبار في ضوء المفاهيم **السيكولوجية**، واستخدام الباحث الاتساق الداخلي **Internal Consistency** ويؤدي هذا النوع إلى الحصول على تقدير للصدق التكويني للاختبار، ويكون باستخدام معامل ارتباط بيرسون **Pearson (Corrélation)** وتم حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات محاور المقياس الثلاثة و الدرجة الكلية للمحور من جهة؛ وحساب معاملات الارتباط بين درجات كل المحاور والدرجة الكلية للمقياس من جهة أخرى .

### 10 - 2 - حساب الاتساق الداخلي بين درجات كل المحاور:

يقصد به مدى إتساق كل عبارة من عبارات الاستبان مع المجال الذي تنتمي إليه هذه العبارة، وقد تم حساب الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مجالات الاستبان والدرجة الكلية للمجال نفسه، ويمكن توضيح معامل الارتباط عند مستوى دلالة  **$\alpha = 0.01$**  من خلال الجدول الآتي:

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

الجدول رقم (6) معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الأول والدرجة الكلية للمحور

رقم العبارة	العبارة	معامل الارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية Sig
1	المظهر غير لائق لأستاذ التربية البدنية يقلل من رغبتك لممارسة الرياضة	1.000	**0.000
2	صرامة أستاذ التربية البدنية والرياضية تساهم في عدم الرغبة في الحصة	0.429	**0.000
3	الغياب والتأخر الدائم لأستاذ التربية البدنية والرياضية يساهم في التقليل من رغبتك لممارسة النشاط الرياضي.	0.531	**0.000
4	توبيخ الأستاذ للتلاميذ أثناء الحصة يجعلني أمتنع عن ممارسة الحصة	0.407	**0.000
5	التمييز بين الإناث و الذكور في حصة التربية البدنية و الرياضية من طرف أستاذ لمادة	0.936	**0.000
6	عدم توفير الجو الملائم للإناث لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية من طرف الأستاذ يقلل رغبتني في المشاركة داخل الحصة	0.301	**0.000
7	عدم إنضباط أستاذ التربية البدنية والرياضية يؤثر في نفورك من الحصة	0.750	**0.000
معامل الارتباط دال إحصائيا عند مستوى دلالة $\alpha = 0.01$			

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS

يتضح من الجدول (6) أن معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الأول الخاصة بتأثير شخصية

الأستاذ على عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية بالدرجة الكلية للمحور ذات دلالة إحصائية

عند مستوى دلالة 0.01 حيث بلغ أقصى معامل ارتباط 1.000 أي معامل ارتباط تام عند العبارة رقم 1 ،

وبلغ أدنى معامل ارتباط، 0.309 وهذا عند العبارات رقم 6 عند مستوى دلالة 0.01 .

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

الجدول رقم (7) معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الثاني والدرجة الكلية للمحور

رقم العبارة	العبارة	معامل الارتباط سبيرمان	القيمة الاحتمالية Sig
8	عادات وتقاليد أسرتي تمنعني من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية	0.139	**0.022
9	خوف أسرتي من التعرض للإصابة يبعثني عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية	0.443	**0.000
10	الحالة المادية لعائلتي تمنعني من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.	0.523	**0.000
11	تمنعك عائلتك من ممارسة الرياضة دون حجاب	0.560	**0.000
12	يعترض أحد أفراد عائلتك على ممارسة الرياضة	0.623	**0.000
13	عائلتي ترى أن ممارسة البنت للرياضة لا يناسبها	0.210	**0.000
14	تمنعك أسرتك من ممارسة الرياضة المدرسية بسبب عدم توفر القاعة الخاصة بالحصة	0.188	**0.000
<b>معامل الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة <math>\alpha = 0.01</math></b>			

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS

يتضح من الجدول (7) أن معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الثاني الخاصة بتأثير الأسرة على عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية بالدرجة الكلية للمحور ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 حيث بلغ أقصى معامل ارتباط 0.623 عند العبارة رقم 12 ، وبلغ أدنى معامل ارتباط، 0.139 عند العبارة رقم 8 عند مستوى دلالة 0.01 .

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

الجدول رقم (8) معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الثاني والدرجة الكلية للمحور

رقم العبارة	العبارة	معامل الارتباط سبيرمان	القيمة الاحتمالية Sig
15	منع الاختلاط في الدين الإسلامي يمنعني من المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية بكل حرية	0.242	**0.000
16	أكون متوترة عند أداء مهارة حركية عند حضور الذكور	0.853	**0.000
17	أفضل فصل الجنسين عن بعضهم البعض في الأنشطة الرياضية تفاديا للاحتكاك والتلامس.	0.363	**0.000
18	تزيد رغبتني لممارسة الرياضة في غياب الجنس الآخر	0.549	**0.000
19	أفضل ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية مع الإناث فقط	0.444	**0.000
20	نظرة الآخرين للفتاة الممارسة للرياضة مع الذكور تبعدني عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية	0.602	**0.000
21	أرغب في أن أكون متفرقة عن الذكور عند ممارسة الأنشطة الرياضية وخاصة الجماعية	0.900	**0.000

معامل الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.01$

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS

يتضح من الجدول (8) أن معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الثالث الخاصة بتأثير الإختلاط على عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية بالدرجة الكلية للمحور ذات دلالة إحصائية عند مستوى

دلالة 0.01 حيث بلغ أقصى معامل إرتباط 0.900 عند العبارة رقم 21 ،  
وبلغ أدنى معامل إرتباط، 0.242 عند العبارة رقم 15 عند مستوى دلالة 0.01 .

## الفصل الثالث: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

### 10 - 3 - ثبات الأداة : Reliability

ويعني أن الدرجات التي يتم الحصول عليها دقيقة وخالية من الخطأ، وهذا يعني أنه في حالة تطبيق نفس أداة القياس ( الاختبار أو المقياس ) على نفس الفرد أو الشيء أي عدد من المرات بنفس الطريقة والشروط، فإننا سوف نحصل على نفس القيمة في كل مرة؛ ونظرا لتعدد تطبيق الاستبيان مرتين على نفس العينة تم حساب

معاملات ثبات أداة جمع البيانات باستخدام : **معادلة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach**

وأعد **كرو نباخ** معادلته المعروفة بمعامل ألفا  $\infty$  Coefficient Alpha لتقدير الاتساق الداخلي

لاختبارات والمقاييس متعددة الاختيار، أي عندما تكون احتمالات الإجابة ليست صفراً أي ليست ثنائية البعد ( محمد نصر الدين رضوان ، 2006 ، ص 138-139 ).

بلغ **ثبات مقياس العوائق** التي تحول الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي

بـ **Alpha = 0.94**.

الجدول رقم (9) مفتاح المقياس :

الخيارات	نعم	لا
الدرجة	1	2

الجدول رقم (10) معاملات ثبات محاور الإستبيان :

المحاور	معامل الارتباط ألفا كرونباخ
لشخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية اثر في عزوف الإناث عن ممارسة النشاط البدني الرياضي	0.896
من أسباب عدم ممارسة الإناث لحصة التربية البدنية والرياضية الأسرة.	0.803
يعد الإختلاط من أسباب عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية	0.854
الإستبيان ككل ( مجموع المحاور )	0.943

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS

## الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة معامل ألفا كرونباخ كانت مرتفعة لكل المحاور وقدرت بـ: **0.896** للمحور الأول ، و **0.854** للمحور الثالث، و **0.803** للمحور الثاني. كذلك كانت قيمة معامل ألفا لجميع عبارات الاستبيان **0.943** وهذا يعني أن معامل الثبات مرتفعا جدا. والجدول الآتي يبين معامل ثبات الاستبيان في حالة حذف عبارة وبقاء باقي العبارات الأخرى:

الجدول رقم (11) معاملات ثبات الإستبيان في حالة حذف إحدى العبارات

المحور الثالث		المحور الثاني		المحور الاول	
معامل الثبات ألفا	رقم العبارة	معامل الثبات ألفا	رقم العبارة	معامل الثبات ألفا	رقم العبارة
0.941	15	0.944	8	0.938	1
0.938	16	0.938	9	0.939	2
0.943	17	0.938	10	0.938	3
0.940	18	0.940	11	0.939	4
0.942	19	0.940	12	0.938	5
0.940	20	0.942	13	0.941	6
0.938	21	0.942	14	0.939	7

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن قيم الثبات في حالة التحلي عن إحدى عبارات الاستبيان وبقاء باقي العبارات الأخرى تتراوح بين **0.944** كأعلى قيمة و **0.938** كأدنى قيمة، كما يلاحظ أن كل عبارات الإستبيان مهمة ومؤثرة في قيمة معامل الثبات مع وجود سبع عبارات الملونة بالأصفر ، عندما يحذف أي منها يؤدي إلى انخفاض قيمته الإجمالية المقدرة بـ **0.938** فيؤدي حذفها إلى زيادة معدل الثبات لكن ليس بالشكل الكبير، لذا فإننا نستطيع الاحتفاظ بكامل العبارات وبناء التحليل على أساسها نظرا لكون معدل الثبات الإجمالي للدراسة **مرتفع جدا**.

## الفصل الثالث: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

وبذلك نكون قد تأكدنا من صدق وثبات استبيان الدراسة مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الإستبيان  
وصلاحيته لتحليل النتائج والإجابة على أسئلة الدراسة وإختبار فرضياته .

### 11- الإجراءات التنفيذية والإدارية للدراسة الميدانية:

- ✓ تم إعداد أداة الدراسة وتحضيرها للتطبيق الميداني ( إلغاء العبارات غير المرتبطة، إعادة كتابة وتوزيع العبارات على المقياس، حذف بعض العبارات)
- ✓ تم توزيع الإستبيان على التلميذات المعفيات في الطور الثانوي ، بواسطة الطالب الباحث وعدد من الزملاء و الأساتذة وكذا مستشاري التوجيه ، في الطور الثانوي.
- ✓ تم تطبيق أداة البحث بطريقة موحدة في كل الثانويات المدروسة لبلدية بسكرة، وطلب من التلميذات الإجابة على جميع عبارات الإستبيان بعد شرح التعليمات.
- ✓ استغرقت فترة توزيع وجمع الإستبيان حوالي **17 يوما** ، بدءاً من **14 ماي 2019** إلى غاية **30 ماي** من نفس السنة.
- ✓ تم توزيع حوالي **278 إستمارة** من طرف الطالب ومساعديه، أستعيد منها **271 إستمارة** ، أما البقية أستبعدت من التحليل لكونها غير مستكملة ( إجابة ناقصة ).

### 12- الأساليب الإحصائية :

بعد مرحلة التطبيق تم تفرغ بيانات في الحاسب الآلي بغرض تحليلها ومعالجتها عن طريق :  
**SPSS Statistical Package for Social** البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية  
وهذا من أجل مناقشة الفرضيات في ضوء أهداف البحث، و قد إستخدمنا الأساليب الإحصائية التالية:  
◀ حساب معامل ارتباط بيرسون **Pearson**؛ لدراسة الإتساق الداخلي والارتباطات بين عبارات

المحاور المقياس **(الصدق)**

◀ حساب معادلة ألفا كرو نباخ **Alpha Cronbach**، ومعاملات الارتباط في تقنين

وتحديد الخصائص السيكومترية لأداة البحث ( الثبات )

# الفصل الرابع

عرض و تحليل

نتائج

البحث

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

### تمهيد :

بعد الإنتهاء من الدراسة النظرية للموضوع ومحاولة تسليط الضوء على أهم الجوانب الخاصة بالموضوع من خلال معرفة الأدبيات الخاصة بحصة التربية البدنية والرياضية، وكذا معرفة تأثير كل من الأستاذ والأسرة والاختلاط على العوائق التي تحول الإناث المعفيات على ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية ، قمنا بإجراء الدراسة الميدانية على **15 ثانوية** على مستوى بلدية بسكرة، وهذا من أجل معرفة ما إذا كان لكل من الأستاذ والأسرة والاختلاط من أسباب ابتعاد البنات عن ممارسة النشاط البدني الرياضي في الثانوية، للتأكد من صحة أو خطأ الجانب النظري حسب الفرضيات المطروحة، وهذا بعد أن نقوم بتبويب البيانات.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

### 1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان :

1-1- الفرضية الأولى : عزوف الإناث عن ممارسة النشاط البدني الرياضي سببه شخصية أستاذ المادة.

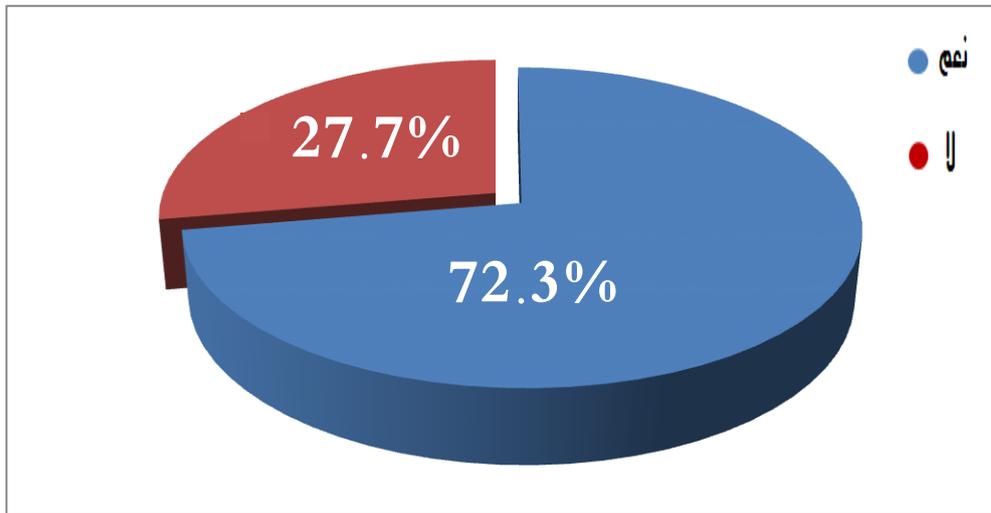
العبارة الأولى : المظهر غير لائق لأستاذ التربية البدنية يقلل من رغبتك لممارسة الرياضة.

الغرض من العبارة: معرفة ما إذا كان لمظهر الأستاذ تأثير في التقليل من الرغبة لممارسة الرياضة .

### الجدول رقم (12) مقياس النزعة المركزية للعبارة الأولى

الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التكرار	الإجابات
0.448	1.27	% 72.3	196	نعم
		% 27.7	75	لا
		% 100	271	المجموع

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (04) : النسبة المئوية للعبارة رقم 1

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة العينة المبحوثة نلاحظ أن **196 مفردة موافقة** بنسبة مئوية مقدرة بـ **72.3%**، أي أنهم يهتمون بمظهر الأستاذ أثناء حصة التربية البدنية في حالة ما إذا كان مظهر الأستاذ غير لائق، وبالتالي يوافقون على هذه العبارة، و **75 مفردة غير موافقة** على هذا السؤال وذلك بنسبة مئوية مقدرة بـ **27.7%**، أي أنهم لا يبالون بمظهر الأستاذ أثناء الحصة، وبالتالي اتضح لنا أن غالبية التلميذات تقل رغبتهم في ممارسة الرياضة في حالة ما إذا كان مظهر الأستاذ غير لائق، أي أنهم يوافقون على هذه العبارة وهذا ما يبينه **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.27** و**بانحراف معياري** قدره **0.448**

**الإستنتاج** : ضرورة إهتمام الأستاذ بمظهره حتى يكون قدوة لتلامذته وحتى لا يقلل من رغبتهم في ممارسة الرياضة .

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

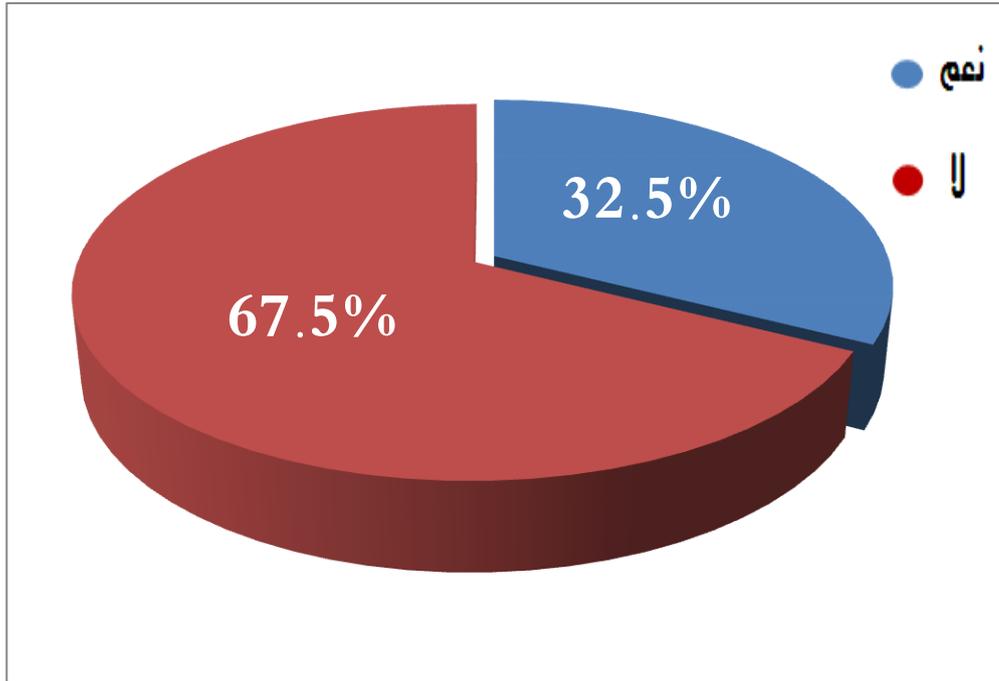
**العبارة الثانية:** صرامة أستاذ التربية البدنية والرياضية تساهم في عدم الرغبة في الحصة.

**الغرض من العبارة:** معرفة ما إذا كانت صرامة الأستاذ تساهم في نفور الإناث من الحصة.

الجدول رقم (13) مقاييس النزعة المركزية للعبارة الثانية

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	88	32.5%	1.67	0.469
لا	183	67.5%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (05): النسبة المئوية للعبارة رقم 2

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

يتضح من خلال أجوبة العبارة الثانية أن **88 مفردة موافقة** بنسبة مئوية مقدرة بـ **32.5%**، على أن صرامة الأستاذ تؤثر في نفور الإناث من الحصة، وأما إجابات البقية فكانت **183 مفردة غير موافقة** على هذا السؤال وذلك بنسبة مئوية مقدرة بـ **67.5%**، على أن صرامة الأستاذ لا تؤثر في عزوف الإناث من الحصة.

وبالتالي نلاحظ أن أغلب الإجابات تمت بعدم الموافقة على أن صرامة الأستاذ لا تؤثر في نفور البنات عن حصة التربية البدنية والرياضية وهذا ما يعكسه **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.67** و**انحراف معياري** قدره **0.469**

**الاستنتاج**: صرامة الأستاذ أثناء القيام بالحصة لها دورها الفعال في سريان الحصة بشكل جيد وكذا عدم وقوع مشاكل أثناء الحصة.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

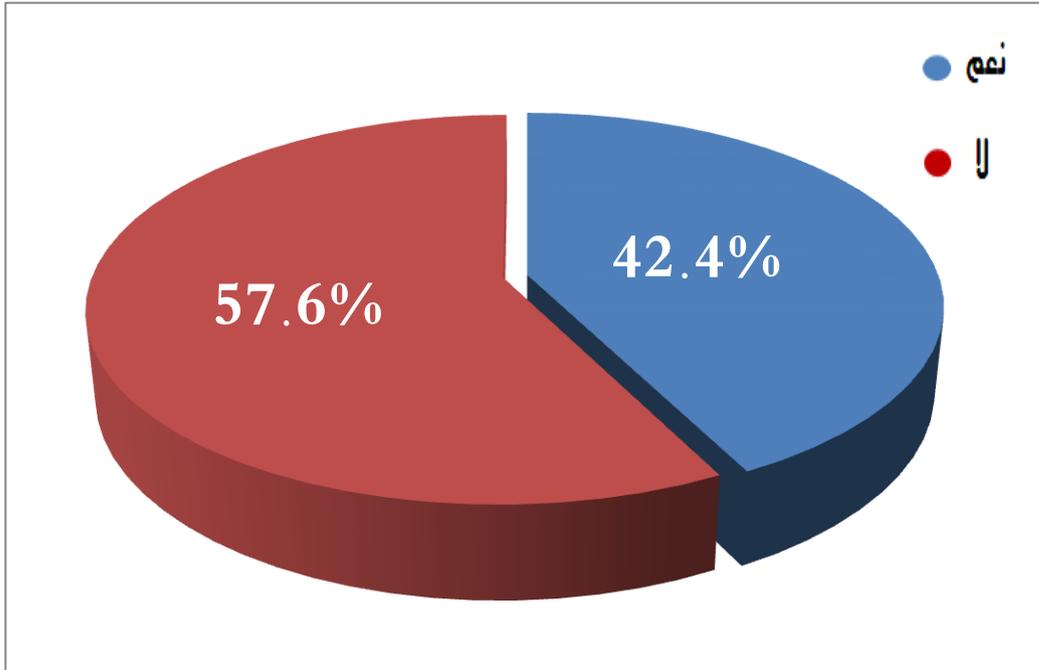
**العبارة الثالثة:** الغياب والتأخر الدائم لأستاذ التربية البدنية والرياضية يساهم في التقليل من رغبتك في ممارسة النشاط الرياضي.

**الغرض من العبارة:** معرفة ما إذا كانت رغبة الإناث تقل في حالة الغياب والتأخر الدائم للأستاذ.

**الجدول رقم (14)** مقياس النزعة المركزية للعبارة الثالثة

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	115	42.4 %	1.57	0.495
لا	156	57.6 %		
المجموع	271	100 %		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (06): النسبة المئوية للعبارة رقم 3

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة هذه العبارة يتضح لنا أن **115 مفردة موافقة** بنسبة مئوية مقدرة بـ **42.4%**، أي أنهم يوافقون على أن تأخر وغياب الأستاذ الدائم يساهم في التقليل من رغبة البنات لممارسة الحصة، وأما إجابات البقية فكانت **156 مفردة غير موافقة** على هذا السؤال وذلك بنسبة مئوية مقدرة بـ **57.6%**، على أن الغياب والتأخر الدائم للأستاذ يقلل من الرغبة في ممارسة النشاط الرياضي، وهذا ما يتضح من خلال **المتوسط الحسابي المرجح** المبين لهذه العبارة الذي بلغ **1.57** و**انحراف معياري 0.495**

**الإستنتاج**: أن الغياب والتأخر الدائم لأستاذ التربية البدنية والرياضية لا يؤثر في التقليل من رغبة الإناث لممارسة الرياضة أي أن معظم المستجوبات غير موافقات على هذه العبارة.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

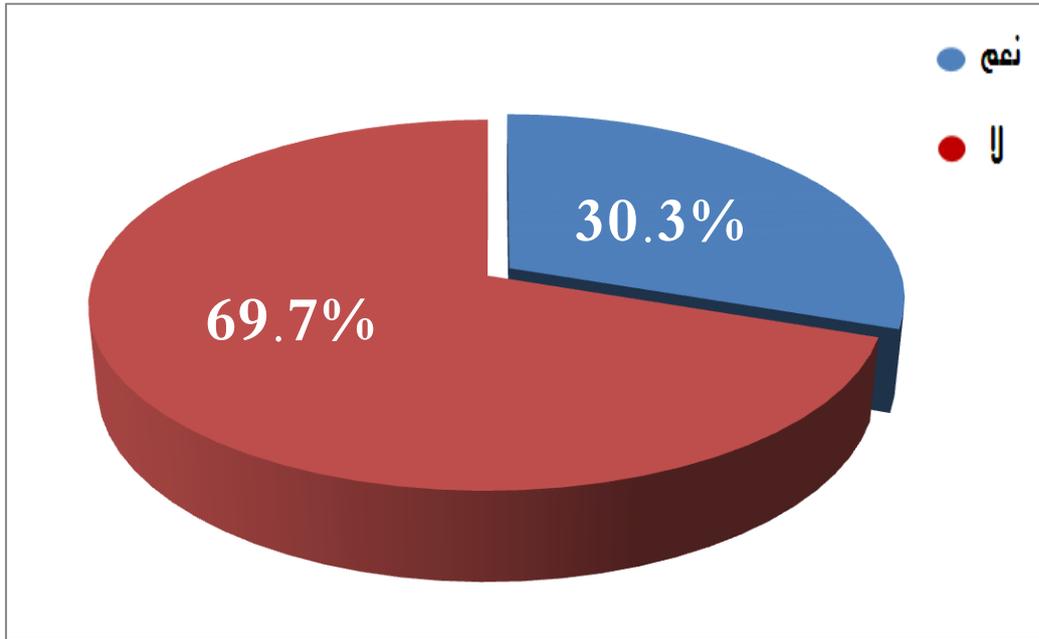
**العبارة الرابعة:** توبيخ الأستاذ للتلاميذ أثناء الحصة يجعلني أمتنع عن ممارسة الحصة.

الغرض من العبارة: معرفة ما إذا كان التوبيخ من طرف الأستاذ عند تصحيح الأخطاء سبب في إبعاد الإناث من الحصة.

الجدول رقم (15) مقياس النزعة المركزية للعبارة الرابعة

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
نعم	82	30.3%	1.69	0.460
لا	189	69.7%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (07): النسبة المئوية للعبارة رقم 4

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة هذه العبارة يتضح لنا أن **82 مفردة موافقة** بنسبة مئوية مقدرة بـ **30.3%** ، أي أنهم **يوافقون** على أن التوبيخ من طرف الأستاذ أثناء تصحيح الأخطاء يمنع البنات من ممارسة الحصة ، وأما إجابات البقية فكانت **189 مفردة غير موافقة** على هذا السؤال وذلك بنسبة مئوية مقدرة بـ **69.7%** ، **لعدم الموافقة** على أن التوبيخ من طرف الأستاذ أثناء تصحيح الأخطاء يمنع البنات من ممارسة الحصة، وهذا ما يتضح من خلال **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.69** و**بانحراف معياري** قدره **0.460**

**الإستنتاج** : أن أغلب الإجابات تميل إلى عدم الموافقة على أن التوبيخ من طرف الأستاذ أثناء تصحيح الأخطاء يمنع البنات من ممارسة الحصة وهذا ما يبين لنا تقبل الإناث للطريقة التي يعتمدها الأستاذ أثناء تصحيحه للأخطاء.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

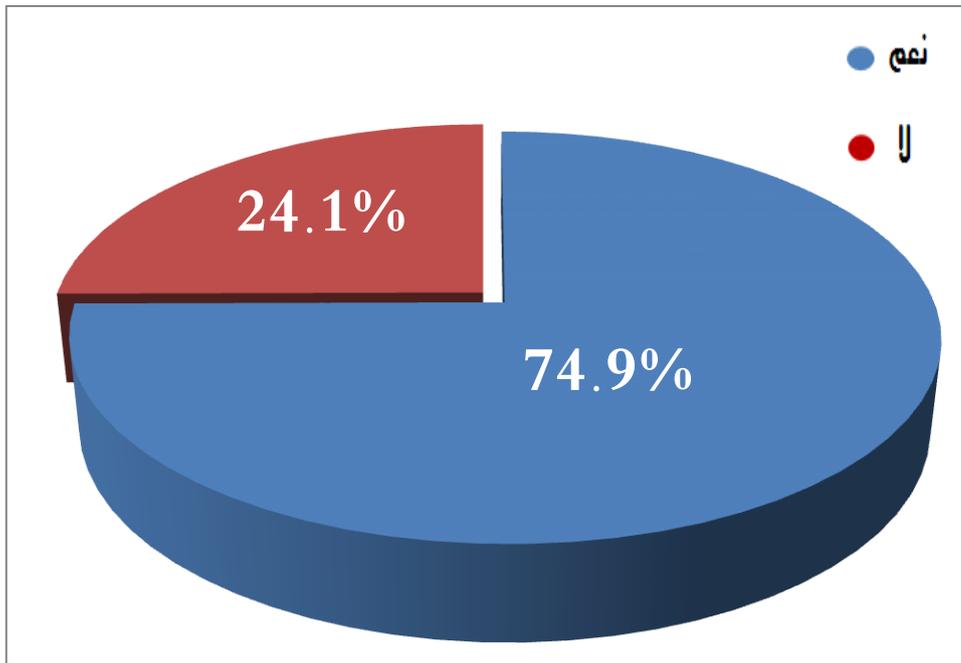
**العبارة الخامسة:** التمييز بين الإناث و الذكور في حصة التربية البدنية و الرياضية من طرف أستاذ المادة.

الغرض من العبارة: معرفة رأى التلميذات حول التمييز بين الجنسين أثناء الحصة.

الجدول رقم (16) مقاييس النزعة المركزية للعبارة الخامسة

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	203	74.9 %	1.25	0.434
لا	68	25.1 %		
المجموع	271	100 %		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (07) : النسبة المئوية للعبارة رقم 5

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

نلاحظ من خلال الإجابات عن العبارة الخامسة نرى أن **203 مفردة موافقة** على هذا السؤال ، أي أنهم يرون أن أستاذ حصة التربية البدنية والرياضية يميز بين الذكور والإناث، وذلك بنسبة مئوية مقدرة بـ **75 %**، أما باقي المفردات فكانت إجاباتهم على هذه العبارة، **68 مفردة غير موافقة** ، بـ **25 %**، أي أنهم يرون أن الأستاذ لا يميز بين الذكور والإناث، وهذا ما نلاحظه من خلال **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.25** **وبانحراف معياري 0.434**

**الإستنتاج** : من خلال النتائج أعلاه يتبين لنا أن معظم الإناث يرون أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يميز بين الجنسين، أي أن معظم الإجابات تمت بقبول هذه العبارة، من هنا يتضح أن الأستاذ لا يترك لهم فرص المشاركة في الأنشطة المختارة خلال الحصة، وهذا ما يزيد من ابتعاد الإناث عن ممارسة الرياضة، لهذا على الأستاذ المساواة بين الجنسين حتى لا يتسبب في إبعاد الإناث من الحصة.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

**العبارة السادسة:** عدم توفير الجو الملائم للإناث لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية من طرف

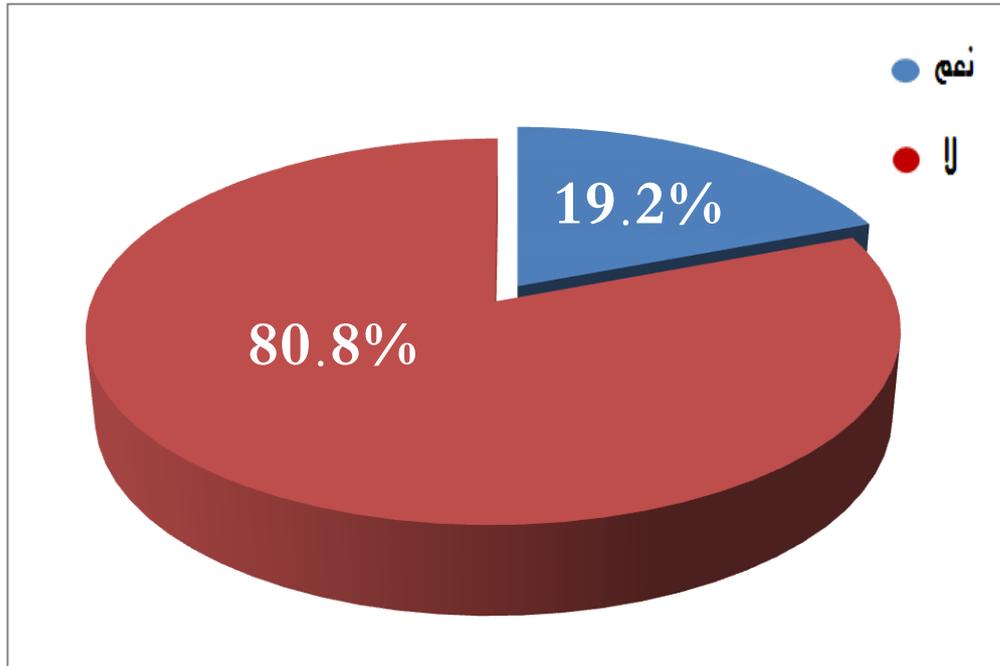
الأستاذ يقلل رغبتني في المشاركة داخل الحصة.

الغرض من العبارة: معرفة ما إذا كانت رغبة التلميذات تنقص في حالة عدم توفير الجو الملائم للإناث.

الجدول رقم (17) مقاييس النزعة المركزية للعبارة السادسة

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	52	19.2%	1.80	0.394
لا	219	80.8%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (08): النسبة المئوية للعبارة رقم 6

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

ومن خلال أجوبة العينة المبحوثة نرى أن **52 مفردة موافقة** على العبارة العاشرة بنسبة مئوية مقدرة بـ **19.2%**، أي أنهم يرون ضرورة توفير الجو الملائم للإناث لممارسة الرياضة. أما باقي المفردات فكانت إجاباتهم على هذه العبارة **219 مفردة غير موافقة**، بـ نسبة **80.8%** أي أنهم لا يرون أن هناك ضرورة بتوفير جو ملائم خاص للإناث من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية. وهذا ما نراه من خلال **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.80** **وبانحراف معياري** قدره **0.394**

**الإستنتاج** : من خلال ما سبق نجد أن أغلب الإجابات مالت نحو عدم وجود ضرورة لتوفير جو ملائم للإناث من طرف الأستاذ أي عدم الموافقة على هذه العبارة، فيبين لنا أن عدم توفير الجو الملائم من طرف الأستاذ لا يسبب نفور البنات من حصة التربية البدنية والرياضية .

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

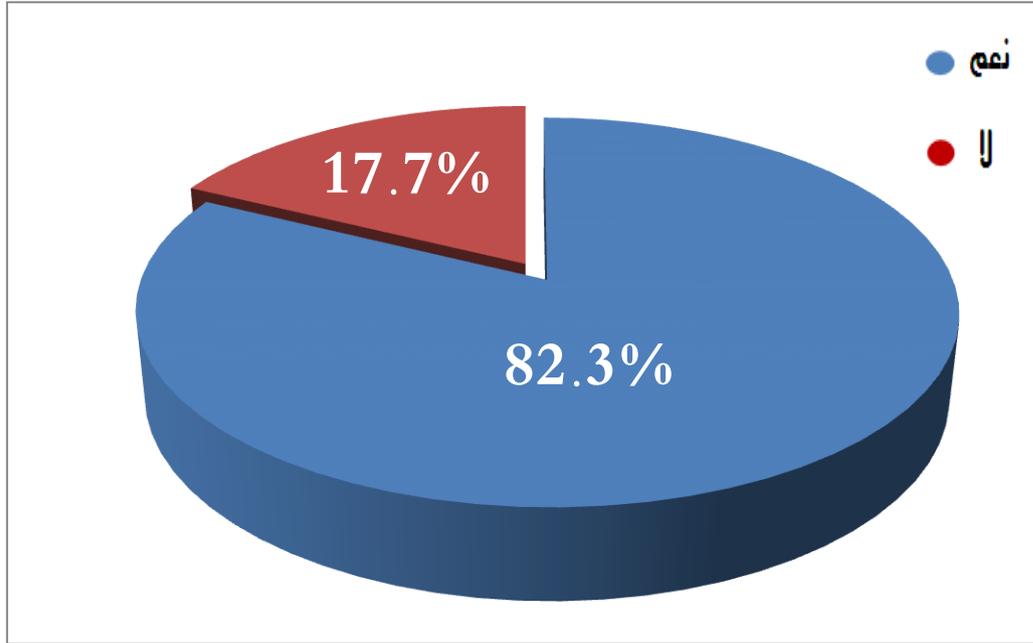
**العبارة السابعة** : عدم إنضباط أستاذ التربية البدنية والرياضية يؤثر في نفورك من الحصة.

الغرض من العبارة: معرفة ما إذا كان عدم إنضباط الأستاذ يؤثر في عزوف الإناث من الممارسة الرياضية.

الجدول رقم (18) مقياس النزعة المركزية للعبارة السابعة

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	223	82.3 %	1.17	0.382
لا	48	17.7 %		
المجموع	271	100 %		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (09) : النسبة المئوية للعبارة رقم 7

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

يتضح من خلال أجوبة العبارة السابعة أن **223 تلميذة توافق** على أن عدم إنضباط الأستاذ يؤثر في نفور الإناث من الحصّة وذلك بنسبة مقدرة بـ **82.3%**، وأما إجابات البقية فكانت **48 تلميذة بعدم الموافقة** على أن عدم إنضباط الأستاذ يؤثر في نفور الإناث من الحصّة، وذلك بنسبة بـ نسبة **17.7%** وهذا ما نلاحظه من خلال **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.17** و**بانحراف معياري 0.382**

**الإستنتاج** : من خلال ما سبق نلاحظ أن أغلب الإجابات تميل إلى أن عدم إنضباط الأستاذ يزيد من إبعاد البنات عن حصّة التربية البدنية والرياضية، حيث كانت أغلب إجابات الإناث الموافقة على هذه العبارة، وهذا ما يدل على ضرورة إنضباط الأستاذ أثناء القيام بالحصّة.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

1-2- الفرضية الثانية : من أسباب عدم ممارسة الإناث لحصة التربية البدنية والرياضية الأسرة.

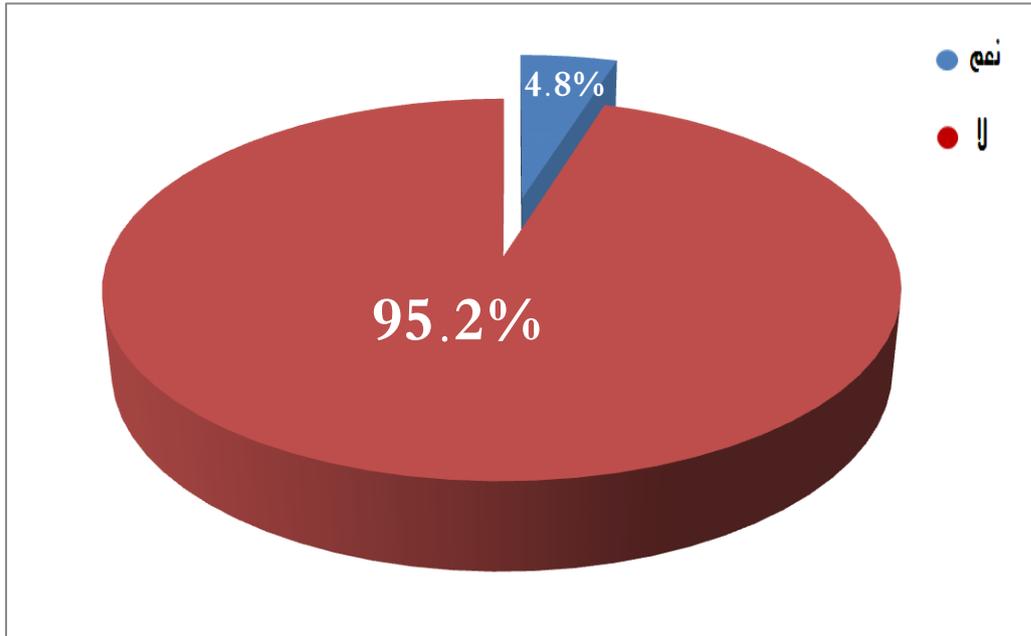
**العبارة الثامنة :** عادات وتقاليد أسرتي تمنعني من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

**الغرض من العبارة:** معرفة ما إذا كانت عادات وتقاليد العائلات تمنع بناتها من ممارسة النشاط البدني الرياضي.

الجدول رقم (19) مقياس النزعة المركزية للعبارة الثامنة

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	13	4.8 %	1.95	0.214
لا	258	95.2 %		
المجموع	271	100 %		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (11) : النسبة المئوية للعبارة رقم 8

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة هذه العبارة يتضح لنا على أن أغلب الإجابات صوتت ب لا البالغ عددهم **258** مفردة بنسبة مئوية فاقت **95.2 % لعدم الموافقة** على أن عادات وتقاليد الأسرة تمنع البنات من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية، حيث جاءت نسبة الموافقة بنسبة قليلة حيث أن **13** مفردة موافقة على هذا السؤال بنسبة مئوية قدرت **4.8 %** أي أنهم يوافقون على أن عادات وتقاليد الأسرة تمنع البنات من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية، وهذا ما يعكسه المتوسط الحسابي المرجح لهذه العبارة الذي بلغ **1.95** وانحراف معياري قدره **0.214**

**الإستنتاج** : يتبين لنا أن العادات والتقاليد لا تعيق البنات على ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

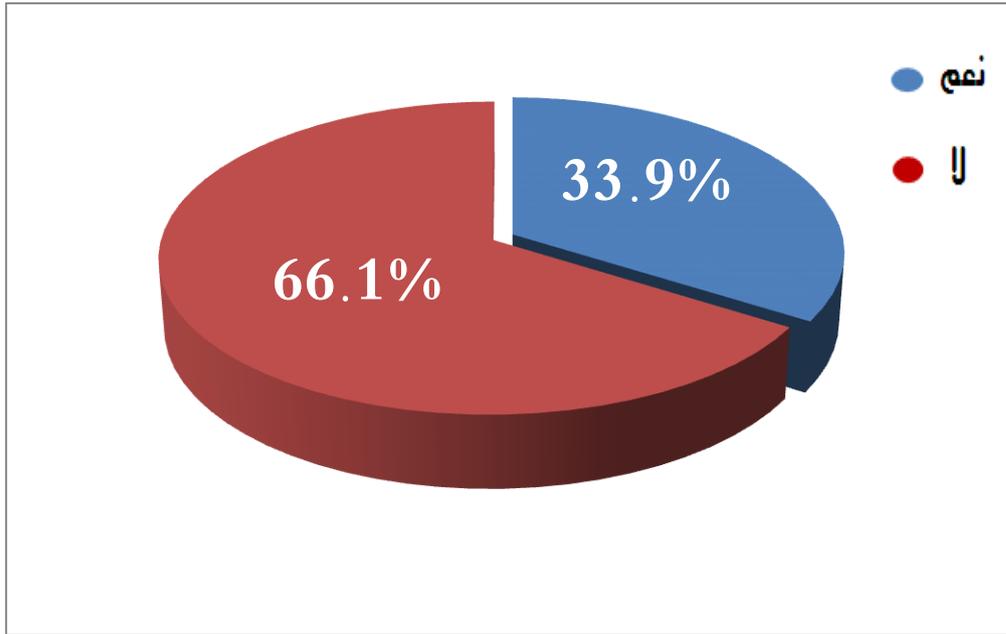
**العبارة التاسعة:** خوف أسرتي من التعرض للإصابة يبعدي عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

الغرض من العبارة: معرفة ما إذا كان خوف الأسرة على بناتهم من الإصابة يبعدهم عن ممارسة الرياضة.

الجدول رقم (20) مقياس النزعة المركزية للعبارة التاسعة

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	92	33.9%	1.66	0.474
لا	179	66.1%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (12): النسبة المئوية للعبارة رقم 9

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة العبارة السابعة عشر نلاحظ أن **179 مفردة غير موافقة** على هذه العبارة، أي أن خوف الأسر على بناتها من الإصابة لا يؤثر في إبعادهم من الحصة، وذلك بنسبة مئونة مقدرة **66.1 %** ، أما باقي المفردات فكانت إجاباتهم على هذه العبارة، **13 مفردة** المعبرة بـ **نعم**، أي بنسبة **33.9 %** ، أي أن خوف الأسر على بناتها من الإصابة يؤثر في إبعادهم من الحصة التربوية البدنية، وهذا ما يتضح من خلال **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.66** و**انحراف معياري** قدره **0.474**

**الإستنتاج** : من خلال النتائج أعلاه يتبين لنا أن معظم الإناث يرون أن خوف عائلاتهم عليهم من الإصابة لا يؤثر في إبعادهم من الحصة ، وهذا ما يتضح لنا أن مشكل الخوف من الإصابة لا يعد سبب كبير لإبعاد الإناث عن الرياضة.

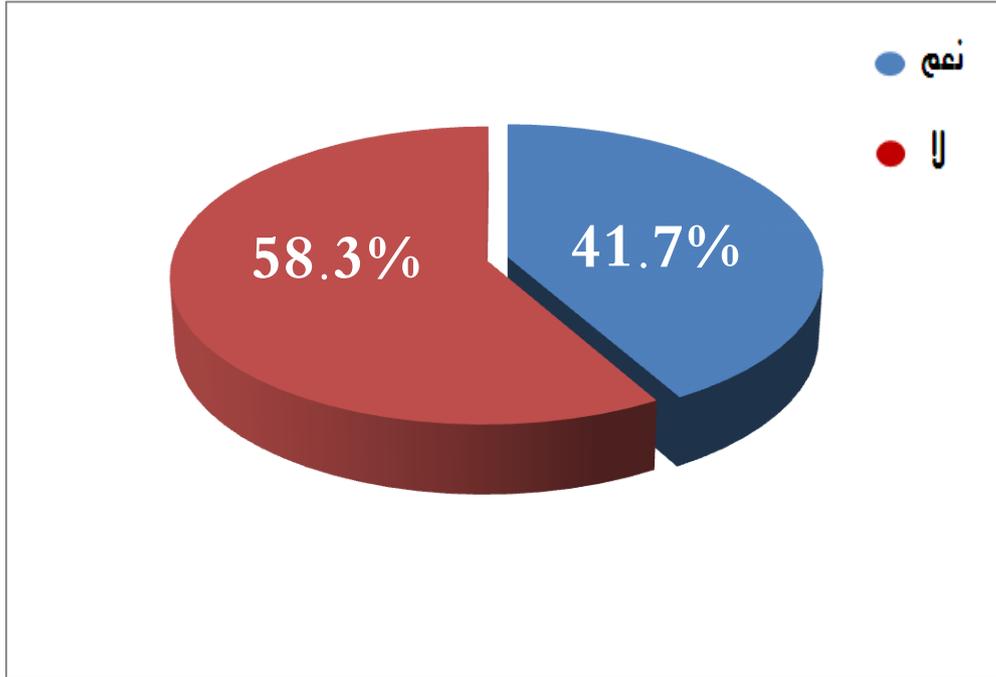
## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

**العبارة العاشرة:** الحالة المادية لعائلي تمنعني من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.  
**الغرض من العبارة:** معرفة ما إذا كانت الحالة المادية للأسرة تمنع الإناث من ممارسة حصة التربية البدنية.

الجدول رقم (21) مقاييس النزعة المركزية للعبارة العاشرة

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	113	41.7%	1.58	0.493
لا	158	58.3%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (13): النسبة المئوية للعبارة رقم 10

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة العينة المبحوثة نرى أن **158** مفردة عبرت بـ **لا** على العبارة العشرة، أي أنهم يرون أن الحالة المادية لا تمنعهم من ممارسة الرياضة، وذلك بنسبة مئوية مقدرة بـ **58.3%** ، أما باقي المفردات المقدر عددهم **113** مفردة فكانت إجاباتهم **نعم** على هذه العبارة أي بنسبة **41.7%** ، أي أن حالة أسرهم المادية تمنعهم من ممارسة النشاط الرياضي، وهذا يتضح أيضا خلال **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.58** و**بانحراف معياري** قدره **0.493**

**الإستنتاج** : من خلال ما سبق نلاحظ أن أغلب الإجابات تميل إلى أن الحالة المادية للأسرة لا تمنع الإناث من ممارسة الرياضة، وهذا ما يتبين من عدم موافقة الأغلبية على هذه العبارة، ما يبين أن الحالة المادية للأسرة ليس عائق أمام الإناث للابتعاد عن مادة التربية البدنية.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

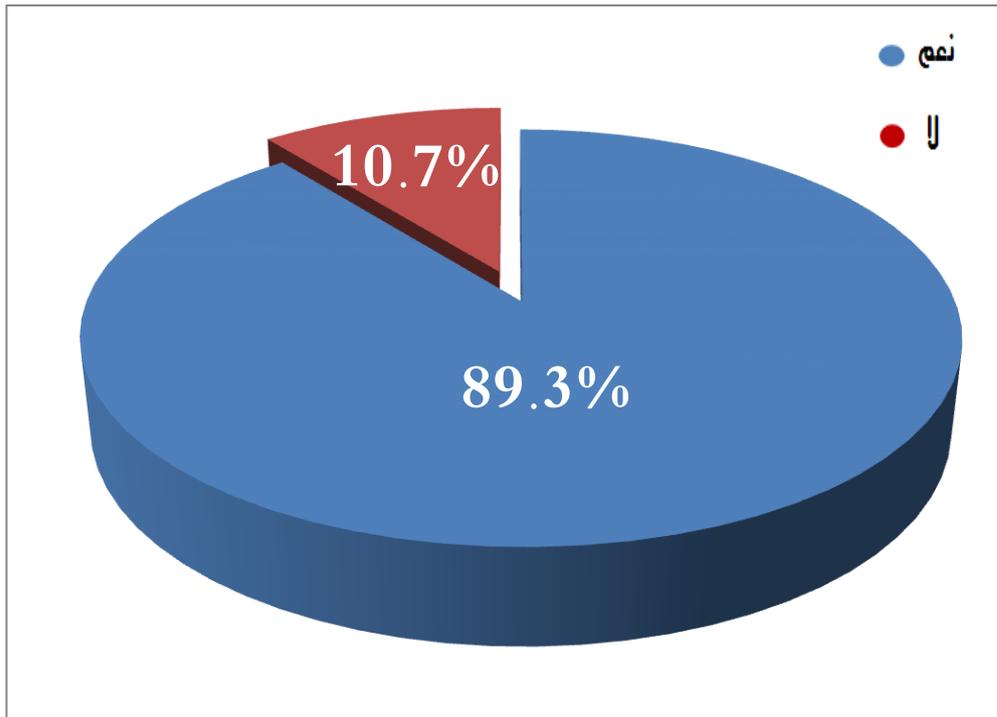
**العبارة الحادية عشر:** تمنعك عائلتك من ممارسة الرياضة دون حجاب.

**الغرض من العبارة:** معرفة ما إذا كانت الأسرة ترفض ممارسة بناتها للرياضة دون حجاب.

الجدول رقم (22) مقاييس النزعة المركزية للعبارة الحادية عشر

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	242	89.3 %	1.10	0.309
لا	29	10.7 %		
المجموع	271	100 %		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (14): النسبة المئوية للعبارة رقم 11

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة العينة نرى أن **29 مفردة غير موافقة** ، أي أن الأسرة لا تمنع من ممارسة بناتها للرياضة دون حجاب، وذلك بنسبة مئوية مقدرة بـ **10.7%** ، أما باقي المفردات فكانت إجابتهم على هذه العبارة، فنرى **242 مفردة صوتوا بـ نعم** ، أي بنسبة مئوية فاقت **89.3%** ، أي أن أسرهم تمنع من ممارسة الرياضة من دون حجاب ، وهذا ما نراه عند **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.10 وانحراف معياري 0.309**

**الإستنتاج** : وهذا ما يؤكد أن مشكل الحجاب سبب في منع البنات من ممارسة النشاط الرياضي.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

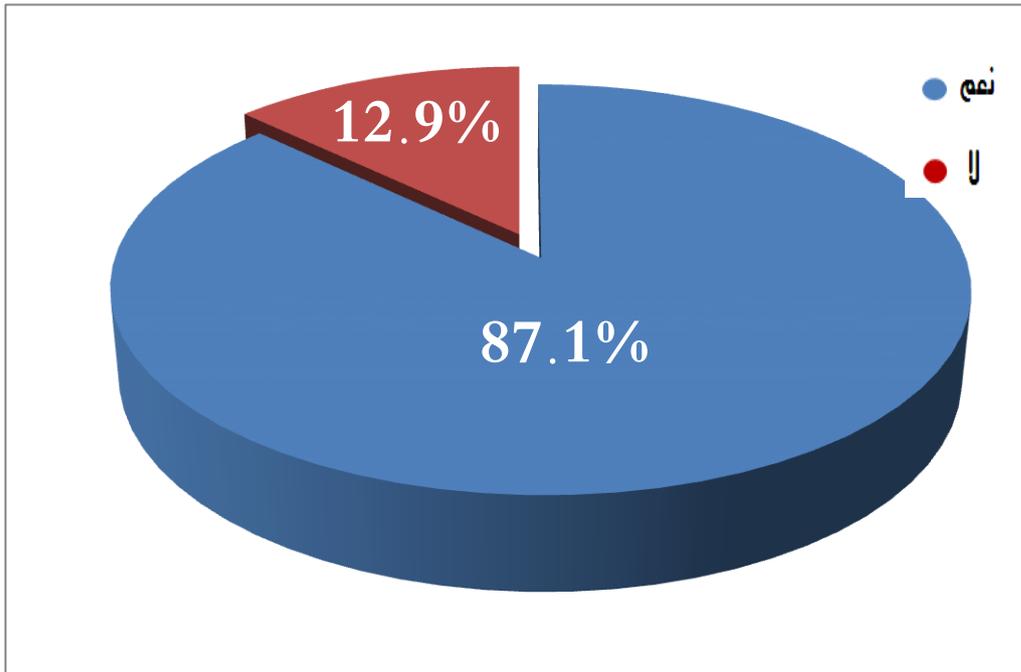
**العبارة الثانية عشر:** يعترض أحد أفراد عائلتك على ممارسة الرياضة.

**الغرض من العبارة:** معرفة الشخص المسبب في منع البنت من ممارسة الرياضة.

الجدول رقم (23) مقياس النزعة المركزية للعبارة الثانية عشر

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	236	87.1%	1.12	0.335
لا	35	12.9%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (15): النسبة المئوية للعبارة رقم 12

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

نلاحظ من خلال أجوبة المبحوثين ( **236 مفردة** ) بأن نسبة **87.1 %**، من التلميذات **تمتنعن** عن ممارسة الرياضة والسبب يعود إلى تحكم أفراد الأسرة وسيطرتهم، فإما أن يتدخل الأب أو الأخ أو أحد الأقارب فيمنعها من ممارسة النشاط الرياضي خوفاً وتحفظاً عليها، وبالتالي تبقى عقلية المرأة منحصرة في عقلية أسرتها فهي مقيدة لا حرة على العكس النسبة المتبقية من التلميذات ( **35 مفردة** ) بنسبة مئوية **12.9 %** بإنفرادهن بعقليتهن، وتحررنا من العقلية الأسرية فلم تجدها عائقاً، وهذا ما يتبن لنا من خلال **المتوسط الحسابي**

**المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.12** و**بانحراف معياري** قدره **0.335**

**الإستنتاج** : نستنتج أن الأسرة العربية المسلمة لازالت تتحكم في تصرفات وتوجهات بناتهم.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

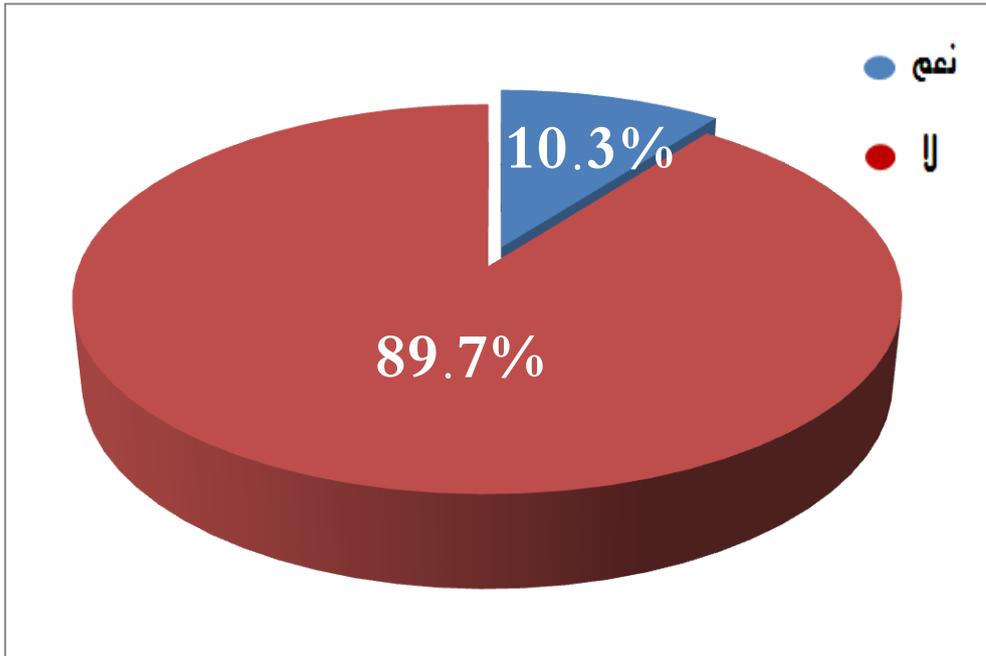
**العبارة الثالثة عشر :** عائلتي ترى أن ممارسة البنت للرياضة لا يناسبها.

**الغرض من العبارة:** معرفة ما إذا كانت العائلات ترى أن ممارسة البنت للرياضة لا يناسبها.

الجدول رقم (24) مقاييس النزعة المركزية للعبارة الثالثة عشر

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	28	10.3%	1.89	0.304
لا	243	89.7%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (16) : النسبة المئوية للعبارة رقم 13

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة هذه العبارة يتضح لنا **243** مفردة **غير موافقة** على هذه العبارة وذلك بنسبة **89.7%**، أي أن هذه النسبة من إجابات التلميذات تشير إلى أن العائلات ترى أن ممارسة البنت للرياضة صحي ويناسبها، في حين نجد حوالي **28** مفردة صوتوا بـ **نعم**، أي بنسبة مئوية قدرت بـ **10.3%**، أي أنهم **يوافقون** على أن العائلات ترى أن ممارسة البنت للرياضة لا يناسبها، وهذا ما يشير إليه **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.89** و**انحراف معياري** قدره **0.304**

**الإستنتاج** : من خلال ما سبق نلاحظ أن أغلب الإجابات تميل إلى أن العائلات ترى أن ممارسة البنت للرياضة يناسبها، وهذا ما يدل على أن عائلات المستجوبات تعي أهمية ممارسة الرياضة وما يترتب عنها من إكساب الفتاة جوانب إيجابية من خلال النشاط الرياضي.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

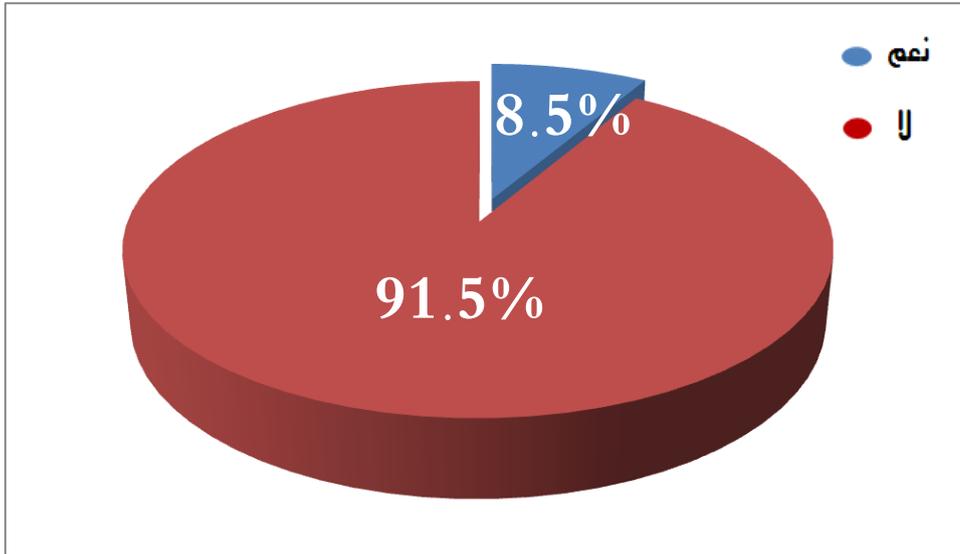
**العبارة الرابعة عشر** : تمنعك أسرتك من ممارسة الرياضة المدرسية بسبب عدم توفر القاعة الخاصة بالحصّة.

**الغرض من العبارة**: معرفة ما إذا كانت الأسرة تمنع بناتها من ممارسة الرياضة المدرسية بسبب عدم توفر القاعة الخاصة بالحصّة.

الجدول رقم (25) مقاييس النزعة المركزية للعبارة الرابعة عشر

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	23	8.5 %	1.91	0.279
لا	248	91.5 %		
المجموع	271	100 %		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (17) : نسبة العبارة رقم 14

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة المبحوثين يتضح لنا على أن **248** مفردة اللاتي أجبن بـ **لا** بنسبة **91.5%**، لعدم الموافقة على أن الأسر تمنع بناتها من ممارسة الرياضة المدرسية بسبب عدم توفر القاعة الخاصة بالحصّة، في حين نجد حوالي **23** مفردة صوتوا بـ **نعم**، أي بنسبة مئوية قدرت بـ **8.5%**، أي أنهم يوافقون على الأسرة تمنع بناتها من ممارسة الرياضة المدرسية بسبب عدم توفر القاعة الخاصة بالحصّة، وهذا ما يعكسه **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.91** و**بانحراف معياري** قدره **0.279**

**الإستنتاج**: يتضح لنا أن أغلب الإناث لم يوافقن على أن الأسرة تمنع بناتها من ممارسة الرياضة المدرسية بسبب عدم توفر القاعة الخاصة بالشايط الرياضي.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

1-2- الفرضية الثالثة: الإختلاط من أسباب عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

العبارة الخامسة عشر: منع الاختلاط في الدين الإسلامي يمنعني من المشاركة في حصة التربية البدنية

والرياضية بكل حرية.

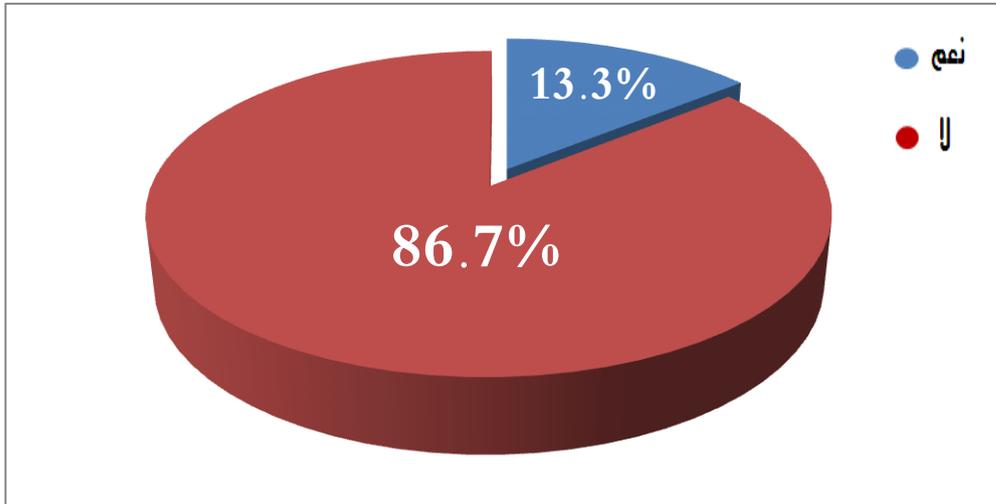
الغرض من العبارة: معرفة ما إذا كان منع الاختلاط في الدين الإسلامي سبب في منع البنات من المشاركة في

حصة التربية البدنية والرياضية

الجدول رقم (26) مقياس النزعة المركزية للعبارة الخامسة عشر

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
نعم	36	13.3%	1.86	0.340
لا	235	86.7%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (18): النسبة المئوية للعبارة رقم 15

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة هذه العبارة يتضح لنا أن **235 تلميذة** أجبن بـ **لا** على هذه العبارة بنسبة فاقت عن **86.7 % لعدم الموافقة** على أن منع الاختلاط في الدين الإسلامي سبب في منع البنات من المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية، و أن **36** مفردة موافقة على هذا السؤال بنسبة مئوية قدرت **13.3 %** أي أنهم **يوافقون** على أن منع الاختلاط في الدين الإسلامي سبب في منعهم من المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية ، وذلك **بمتوسط حسابي مرجح** قدره **1.86** و**بانحراف معياري** قدره **0.340**.

**الإستنتاج** : نلاحظ من خلال ما سبق أن أغلب الإجابات مالت نحو عدم الموافقة على هذه العبارة أي أن غالبية البنات يرون أن منع الاختلاط في الدين الإسلامي لا يمنعهم من المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية، على الرغم من أن منع الاختلاط في الدين الإسلامي يكون أكبر سبب لابتعاد البنات من الحصة إلا أن الأغلبية لم توافق على هذه العبارة.

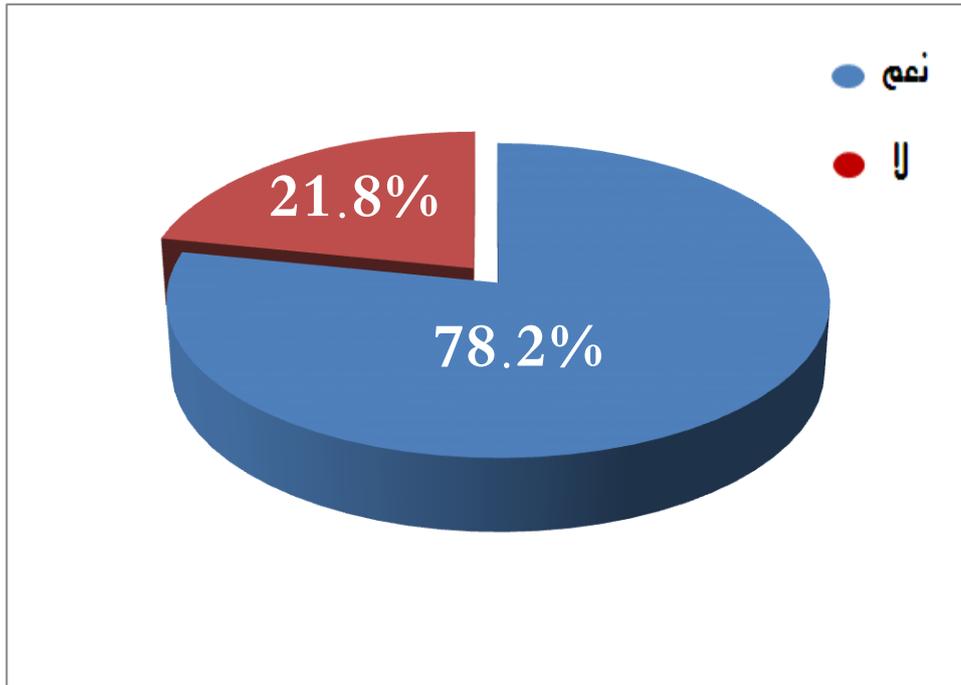
## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

**العبارة السادسة عشر:** أكون متوترة عند أداء مهارة حركية عند حضور الذكور.  
**الغرض من العبارة:** معرفة ما إذا كانت الإناث يتوترن عند أداء مهارة حركية في وجود الجنس الآخر.

الجدول رقم (27) مقياس النزعة المركزية للعبارة السادسة عشر

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	212	78.2%	1.21	0.413
لا	59	21.8%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (19): النسبة المئوية للعبارة رقم 16

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة العبارة السادسة عشر يتضح لنا أن **212** مفردة صوتوا ب **نعم** ، أي بنسبة مئوية قدرت ب **78.2%** ، على أنهم يتوترون عند أداء مهارة حركية عند حضور الجنس الآخر، و **59** تلميذة أجابت ب **لا** بنسبة **21.8%**، أي أن حضور الجنس الآخر لا يوترهم عند أداء مهارة حركية، وهذا ما يعكسه **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.21** و**بانحراف معياري** قدره **0.413**

**الإستنتاج** : من خلال ما سبق نلاحظ أن أغلب الإجابات تميل إلى أن وجود الجنس الآخر يزيد توتر البنات عند أداء ما مهارة، وهذا ما يبين لنا ضرورة إبعاد الذكور عن الإناث في حالة أدائهم لمهارة حركية، وذلك حتى يزيد إقبال البنات نحو تعلم مهارات حركية جديدة.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

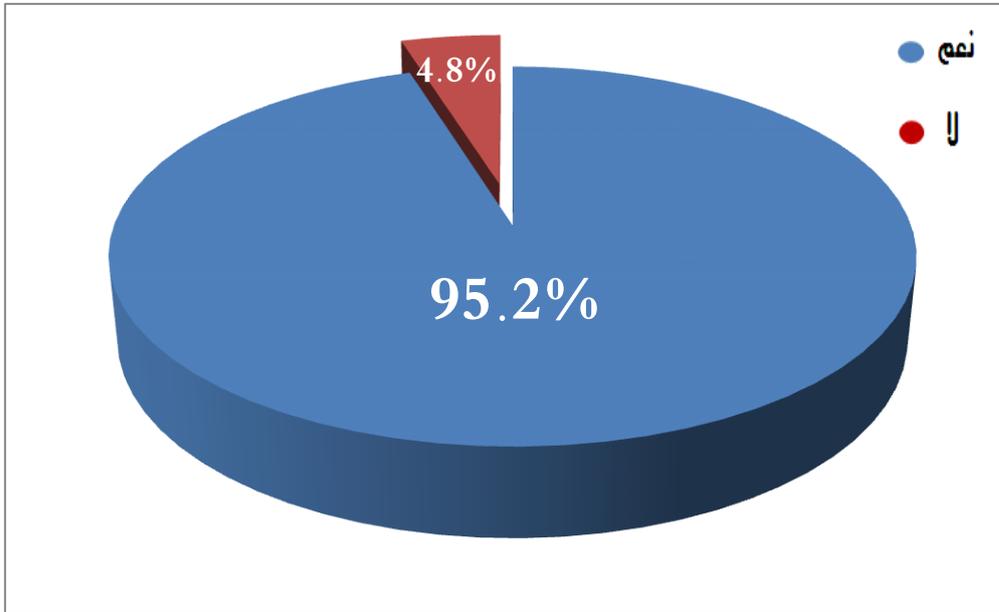
**العبارة السابعة عشر:** أفضل فصل الجنسين عن بعضهم البعض في الأنشطة الرياضية تفاديا للاحتكاك والتلامس.

**الغرض من العبارة:** معرفة ما إذا كانت البنات يردن فصلهم عن الذكور في بعض الأنشطة الرياضية وذلك لتفادي الاحتكاك والتلامس مع الذكور.

**الجدول رقم (28)** مقياس النزعة المركزية للعبارة السابعة عشر

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	258	95.2%	1.04	0.214
لا	13	4.8%		
المجموع	271	100%		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (20): النسبة المئوية للعبارة رقم 17

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة العينة المبحوثة نرى أن **258** مفردة صوتوا بـ **نعم** ، أي بنسبة مئوية قدرت بـ **95.2%** ، أي أنهم يوافقون على فكرة فصل الجنسين لتفادي الاحتكاك والتلامس بينهما، أما باقي المفردات فكانت إجاباتهم على هذه العبارة، **13** تلميزة أجابت بـ **لا** بنسبة **4.8%** ، أي أنهم لا يرغبون في فصل الجنسين عن بعضهم البعض ، وهذا ما نلاحظه من خلال **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.04** و**بانحراف معياري** قدره **0.214**

**الإستنتاج** : من خلال ما سبق نلاحظ أن الأغلبية الساحقة من الإجابات تميل إلى الموافقة على أنه يجب فصل الجنسين عن بعضهما البعض لتفادي الاحتكاك والتلامس، وهذا ما يؤكد لنا ضرورة فصل الجنسين عن بعضهما البعض لتفادي الاحتكاك والتلامس وحتى لا يتسبب هذا أكثر في نفور البنات من الحصة.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

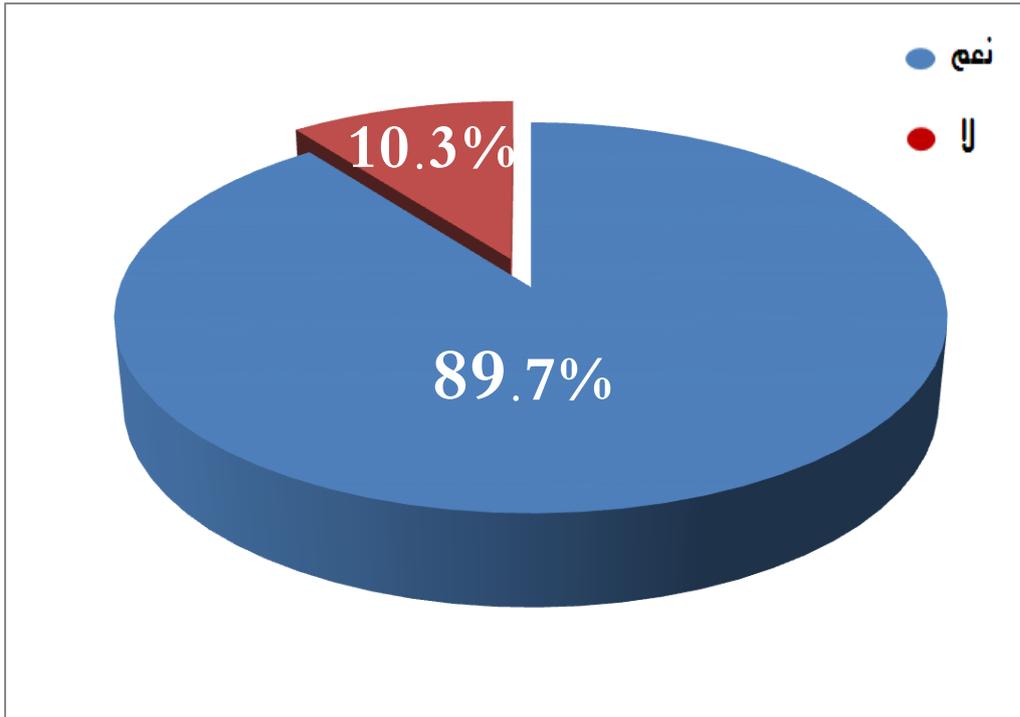
**العبارة الثامنة عشر:** تزيد رغبتني لممارسة الرياضة في غياب الجنس الآخر.

**الغرض من العبارة:** معرفة ما إذا كانت رغبة الإناث تزيد عند غياب الذكور .

الجدول رقم (29) مقاييس النزعة المركزية للعبارة الثامنة عشر

الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التكرار	الإجابات
0.304	1.10	89.7 %	243	نعم
		10.3 %	28	لا
		100 %	271	المجموع

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (21) : النسبة المئوية للعبارة رقم 18

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة العينة المبحوثة نرى أن **243** مفردة صوتوا بـ **نعم**، أي بنسبة مئوية قدرت بـ **89.7%**، على أن رغبة البنات تزيد لممارسة الرياضة في غياب الذكور، أما باقي المفردات فكانت إجابتهن على هذه العبارة، **28** تلميذة أجابت بـ **لا** بنسبة **10.3%**، أي أنهم يوافقون على أن رغبتهم تزيد لممارسة الرياضة في غياب الجنس الآخر وهذا ما يعكسه **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.10** و**انحراف معياري** قدره **0.304**

**الإستنتاج** : من خلال ما سبق يتضح لنا أن أغلب الإناث تزيد رغبتهم لممارسة الرياضة في غياب الجنس الآخر، أي أن أغلب إجابات التلميذات كانت توافق على هذه العبارة وهذا يعني أنهم يجدون راحتهم أثناء ممارسة الرياضة، مما يعكس لنا ضرورة فصل الجنسين حتى لا يتسبب في النفور المتزايد للإناث من حصة التربية البدنية والرياضية.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

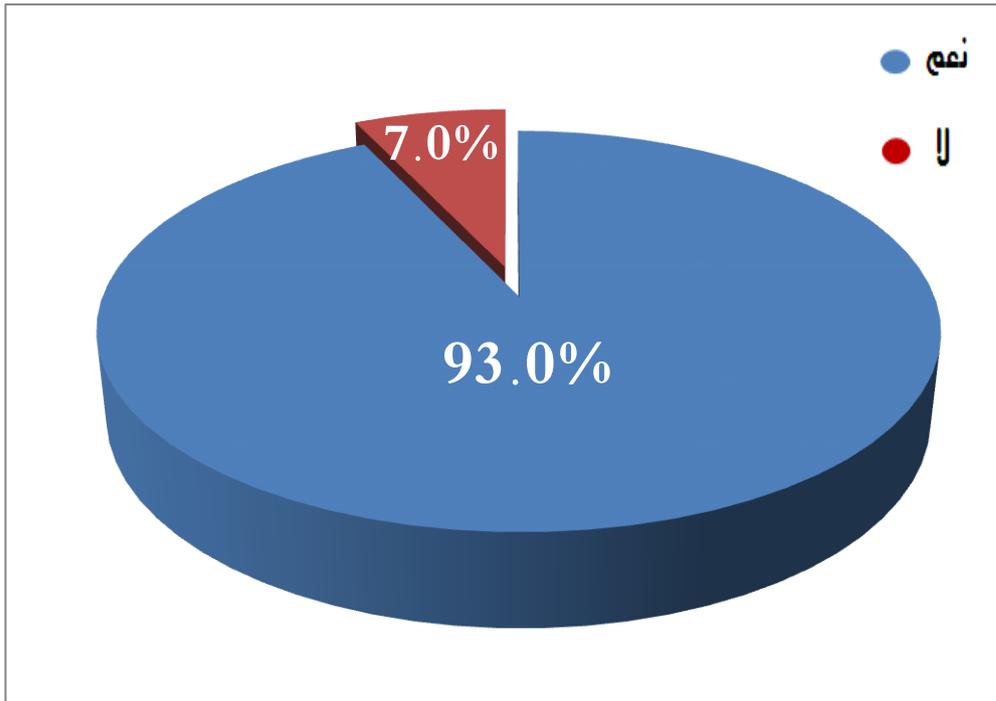
**العبارة التاسعة عشر** : أفضل ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية مع الإناث فقط.

**الغرض من العبارة**: معرفة ما اذا كانت التلميذات تفضلن ممارسة النشاط الرياضي فقط مع الإناث الجدول

الجدول رقم (30) مقاييس النزعة المركزية للعبارة التاسعة عشر

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	252	93.0 %	1.07	0.255
لا	19	7.0 %		
المجموع	271	100 %		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (22) : النسبة المئوية للعبارة رقم 19

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة العبارة التاسعة عشر أن **252** مفردة أجبن ب **نعم**، أي أنهم يفضلون ممارسة حصة التربية البدنية مع نفس الجنس، وذلك بنسبة مئوية مقدرة ب **93.0%**، أما باقي المفردات فكانت إجابتهن على هذه العبارة، **19** تلميذة أجابت ب **لا** بنسبة **7.0%**، أي أنهم يفضلون ممارسة الرياضة مع الذكور وهذا بينه **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.07** و**بانحراف معياري** قدره **0.255**

**الإستنتاج** : ومما سبق يتبين لنا أن غالبية المستجوبات يفضلن ممارسة الرياضة مع البنات فقط، وهذا من خلال أن ما معظمهم وافقن على هذه العبارة وهذا ما يؤكد ضرورة إبعاد الذكور عن الإناث عند ممارسة بعض النشاطات الرياضية.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

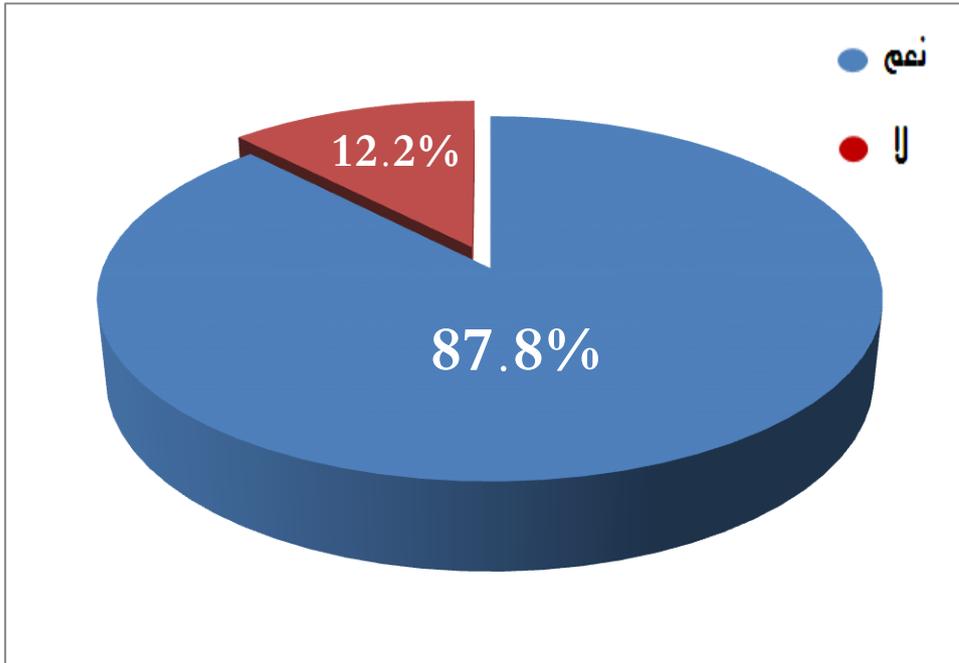
**العبارة العشرون :** نظرة الآخرين للفتاة الممارسة للرياضة مع الذكور تبعدني عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.

الغرض من العبارة: توضيح نظرة الآخرين إلى الفتاة التي تمارس الرياضة.

الجدول رقم (31) مقاييس النزعة المركزية للعبارة العشرون

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	238	87.8 %	1.21	0.327
لا	33	12.2 %		
المجموع	271	100 %		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (23) : النسبة المئوية للعبارة رقم 20

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

نلاحظ من خلال الجدول رقم 24 أن 238 تلميذة أجابت بـ نعم، وذلك بنسبة مئوية مقدرة بـ 87.8%، من المجتمع تنظر للمرأة الرياضية نظرة سلبية، فهذه المرأة أو الفتاة في نظرهم متفتحة ومترجلة، وهذا ما يتنافى مع قيم مجتمعنا العربي، أما باقي المفردات فكانت إجابتهن على هذه العبارة، 33 تلميذة أجابت بـ لا بنسبة 12.2%، من المجتمع فنظرتها ايجابية إذ ترى أن حق المرأة في الرياضة كحق الرجل، فعلية القيام بالنشاط الرياضي لأنه يقوي من العلاقات الاجتماعية، وبالتالي يكون المجتمع متماسكا بتماسك العلاقات بين الأفراد، وهذا ما يعكسه المتوسط الحسابي المرجح لهذه العبارة الذي بلغ 1.21 وانحراف معياري قدره 0.327

الإستنتاج : نستنتج أن نظرة المجتمع للمرأة التي تمارس الرياضة نظرة سلبية لم ولن تتغير.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

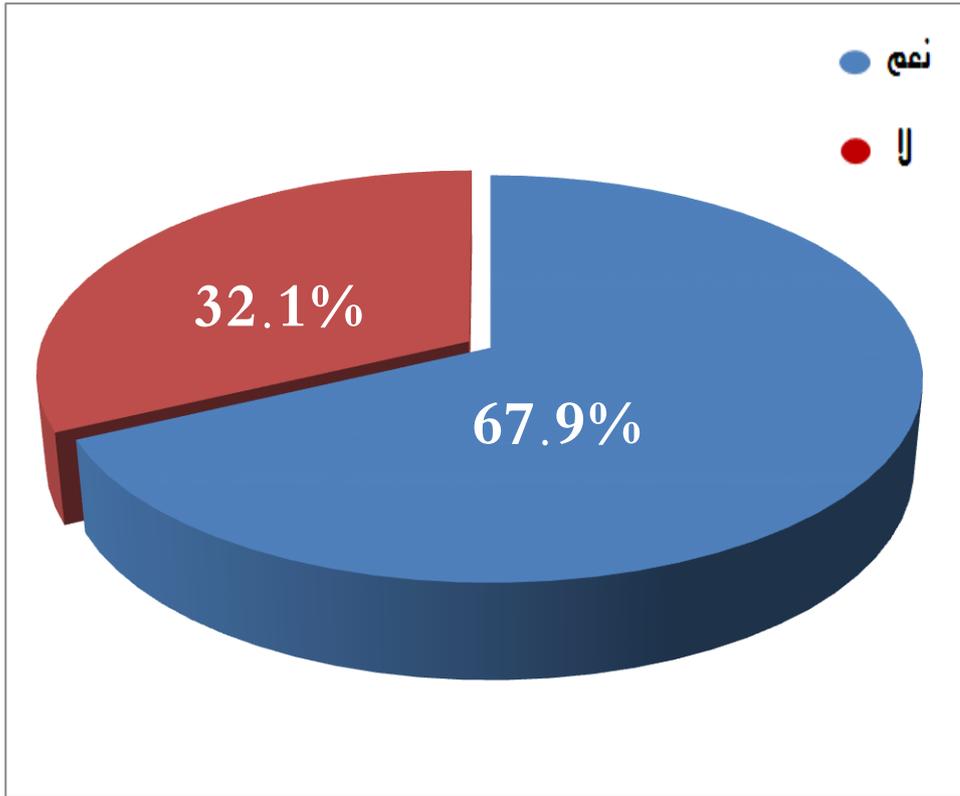
**العبارة الحادية و العشرون :** أرغب في أن أكون متفرقة عن الذكور عند ممارسة الأنشطة الرياضية وخاصة الجماعية.

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت البنات يفضلن فصل الجنسين عند ممارسة الأنشطة الجماعية.

الجدول رقم (32) مقياس النزعة المركزية للعبارة الحادية والعشرون

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	184	67.9 %	1.32	0.467
لا	87	32.1 %		
المجموع	271	100 %		

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS



الشكل (24) : النسبة المئوية للعبارة رقم 21

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

من خلال أجوبة العبارة **21** نلاحظ أن **184** تلميذة أجبن ب **نعم**، وذلك بنسبة مئوية مقدرة ب **67.9%**، أي أنهم يفضلون فصل الجنسين في الأنشطة وخاصة الجماعية منها، يليه نجد **87** تلميذة أجابت ب **لا** بنسبة **32.1%**، أي أنهم يرغبون في ممارسة الأنشطة الرياضية مع الجنس الآخر، وهذا ما يعكسه **المتوسط الحسابي المرجح** لهذه العبارة الذي بلغ **1.32** و**بانحراف معياري** قدره **0.467**

**الإستنتاج** : من خلال ما سبق نلاحظ أن أغلب الإجابات تميل إلى الموافقة على فصل الجنسين عن بعضهما البعض وخاصة في الأنشطة الرياضية وخاصة الجماعية.

## الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث

### خاتمة :

من خلال عرضنا وتحليلنا لنتائج البحث نرى ان نقص الوعي الرياضي لعب دورا هاما في عدم ممارسة الأناث للرياضة نظرا لعدم تقبل فكرة إمكانية ممارسة الرياضة في ظروف ملائمة ومريحة، تحفظ لها كرامتها ويصون دينها، وهذا لا يتأتى إلا بتغيير العقليات والذهنيات لدى المجتمع، الذي نرى أن من مسؤوليته توفير المناخ المناسب الذي يراعي خصوصيات المرأة المسلمة وحيثيات النشاط النسوي الرياضي، فكل هذا أدى إلى عزوف التلميذات عن ممارسة الرياضة والمشاركة في الفعاليات والأنشطة الرياضية، رغم أن نسبة معتبرة من الإناث يصرحن بإيجابيات حصة التربية البدنية والرياضية.

# الفصل الخامس

مناقشة النتائج

و تفسيرها

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

---

تمهيد :

بعد الانتهاء من تحليل جميع أسئلة الفرضيات الثلاث، قمنا بالتقييم العام للفرضيات، وما يتضمنه هذا الجزء من إستنتاجات و مناقشة نتائج الدراسة التي سبق عرضها في الفصل السابق لمدى صحة نتائج فرضيات البحث، ونسعى إلى تفسير النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة من خلال المتوسط الحسابي المرجح والانحراف المعياري و ترتيب كل فرضية.

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

الجدول رقم (32) التقييم العام للفرضيات الثلاث

الترتيب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المرجح	الفرضيات
2	0.440	1.48	الفرضية الأولى
3	0.344	1.60	الفرضية الثانية
1	0.331	1.24	الفرضية الثالثة

المصدر: من إعداد الطالب بالإعتماد على نتائج SPSS

**1- الفرضية الأولى:** ( لشخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية عائق في عزوف الإناث عن ممارسة

النشاط البدني الرياضي )

كشفت الدراسة أن هناك فرق دال إحصائيا عند مستوى الدلالة **0.01**، على أن سبب عزوف

التلميذات عن حصة التربية البدنية و الرياضية سببه أستاذ المادة .

وهذا ما يتفق مع دراسة قام **قدار زين الدين، و قداد المختار،** بإعداد مذكرة سنة **2014-2015**

وذلك في إطار شهادة **الماجستير،** تحت عنوان: الكفاءات التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها

بتكوين إتجاهات الإناث نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي في مرحلة التعليم المتوسط.

وخلصت نتائج البحث بأن هناك علاقة إرتباطية بين الكفاءة التدريسية لأستاذ التربية البدنية

والرياضية وتكوين إتجاهات الإناث نحو ممارسة النشاط البدني التربوي.

وكانت العبارات المتعلقة بهذا المحور من العبارة الأولى إلى العبارة العاشرة، حيث أننا حاولنا معرفة ما

إذا كان لشخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية أثره في إبعاد البنات عن ممارسة الرياضة، إذ قمنا من

خلال هذه العبارات بتحديد بعض الصفات التي قد يتصف بها الأستاذ أثناء الحصة ومحاولة منا معرفة رأي

التلميذات حول إذا ما كانت هذه الصفات تبعدهم عن حصة التربية البدنية والرياضية ، ومن بينها:

المظهر غير لائق، صرامة أستاذ المادة، الغياب والتأخر ، التوبيخ من طرف الاستاذ ، التمييز ، الجو

، عدم الإنضباط، حيث أن أغلب التلميذات لم يوافقن على العبارات ( الثانية - الثالثة - الرابعة -

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

(السادسة)، أما باقي التلميذات وافقن على العبارات ( الأولى - الخامسة - السابعة )، وبالتالي يمتنعن عن ممارسة النشاط البدني الرياضي بسبب مظهر وعدم المساواة وصرامة أستاذ التربية البدنية و الرياضية خلال ممارستهن الرياضة، وهذا يقودنا على أن لا بد من أستاذ التربية البدنية الإهتمام أكثر بمظهره وكذا المساواة بين الجنسين وضرورة الإنضباط خلال تدريسه لمادة التربية البدنية و الرياضية من أجل تحفيز وزيادة الرغبة للإناث في ممارسة النشاط الرياضي ، فهذا من جهة، ومن جهة أخرى يتضح من خلال الإجابات أن معظم المستجوبات حول الفرضية الأولى كان بعدم الموافقة وهذا ما يعكسه المتوسط الحسابي المرجح العام لفرضية، إذ بلغ ،  $1.48$  بإنحراف معياري قدره :  $0.440$  وبالتالي يمكن القول أن الفرضية الأولى غير محققة.

**2- الفرضية الثانية :** (من أسباب عدم ممارسة الإناث لحصة التربية البدنية والرياضية الأسرة ). أشارت الدراسة إلى أن هناك فرق دال إحصائيا عند مستوى الدلالة  $0.01$  و  $0.05$  حول أسباب عدم ممارسة التلميذات لحصة لتربية البدنية الأسرة.

وهذا ما يتفق مع دراسة زيان نصيرة بعنوان: ( أسباب نفور الفتيات من إختيار تخصص التربية البدنية والرياضية في مرحلة التدرج )، وهي دراسة قدمتها الباحثة لنيل شهادة الماجستير غير منشورة في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص في النشاط البدني التربوي، معهد سيدي عبد الله بجامعة الجزائر.

وقد توصلت الدراسة إلى أن الدور السلبي للأسرة وعدم موافقة بناتهم في إختيار التربية البدنية والرياضية كتخصص، إضافة إلى عدم توفير المعلومات اللازمة لهذا التخصص، وعدم وجود مؤطرات متخصصات، وإنعدام التوجيه والإرشاد التربوي، ونقص وسائل الإعلام الرياضية المتخصصة، هذا كله يؤدي إلى عدم إختيار الفتيات تخصص التربية البدنية والرياضية.

وكانت العبارات المتعلقة بهذا المحور من العبارة الثامنة إلى العبارة الرابعة عشر، حيث أننا حاولنا معرفة ما إذا كانت للأسرة أثر في إبعاد بناتها عن ممارسة الرياضة، إذ قمنا من خلال هذه العبارات بتحديد بعض

الأسباب التي قد تمنع من خلالها الأسر بناتها عن ممارسة الرياضة المدرسية، ومن بينها : العادات و

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

التقاليد، الخوف من الإصابة، الحالة المادية، الحجاب، فرد من العائلة يعترضها، عدم التناسب، عدم توفير القاعات الخاصة بالرياضة، حيث أن جميع الإجابات عن العبارات الخاصة بالفرضية الثانية تمت بعدم الموافقة على العبارة ( الثامنة - التاسعة - العاشرة - الثالثة عشر - الرابعة عشر )، أما باقي التلميذات وافقن على العبارة ( الحادية عشر - الثانية عشر )، وبالتالي يمتنعن عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية بسبب الحجاب والإعتراض من طرف فرد من العائلة، فنرى ان الأسرة العربية المسلمة لا زالت تتحكم في تصرفات و توجيهات بناتهم تجاه ممارستهن لحصة التربية البدنية و الرياضة وهذا ما يعكسه المتوسط الحسابي المرجح العام للفرضية الثانية، إذ بلغ، **1.60** **يانحراف معياري** قدره : **0.344**، وبالتالي يمكن القول أن **الفرضية الثانية غير محققة.**

**3- الفرضية الثالثة:** ( يعد الإختلاط من أسباب عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية ).

أشارت هذه الدراسة إلى أن هناك فرق دال إحصائيا عند مستوى الدلالة **0.01** و **0.05**، على أن سبب عزوف الإناث عن حصة التربية البدنية و الرياضية هو الإختلاط. وهذا ما يتفق مع دراسة لحمير عبد الحق، ( ظاهرة عزوف التلميذات من ممارسة التربية البدنية والرياضية بثانويات مستغانم )، رسالة ماجستير غير منشورة بجامعة مستغانم، وأظهرت النتائج أن أسباب العزوف تمثلت في عدم تشجيع الأسرة بسبب مشاكل الإختلاط. ويتفق أيضا مع الدراسة الذي قام يحيى بن العربي بإعداد مذكرة سنة **2008-2009** وذلك في إطار شهادة الماجستير تحت عنوان دور الإختلاط في التفاعل الإجتماعي عند تلاميذ الطور المتوسط. وتمثل التساؤل العام في: ما هو دور الإختلاط في حصة التربية البدنية والرياضية على التفاعل الإجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط حسب متغير المنطقة؟ وخلصت نتائج البحث على أن للإختلاط دور إيجابي في حصة التربية البدنية والرياضية على التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط حسب متغير المنطقة.

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

وكانت العبارات المتعلقة بهذا المحور من العبارة الخامسة عشر إلى العبارة الواحدة و العشرين، حيث أننا حاولنا معرفة ما إذا كان للاختلاط أثر في إبعاد الإناث عن ممارسة الرياضة، إذ قمنا من خلال العبارات هذه الفرضية بتحديد بعض العناصر التي قد تكون سبب في إبعاد التلميذات عن ممارسة النشاط الرياضي، ومن بين هذه العبارات منع الإختلاط في الدين الإسلامي، التوتر، الفصل بين الجنسين ، الممارسة في غياب الذكور ، الممارسة مع الإناث فقط ، الحرج ، التفرقة بين الذكور في ممارسة الأنشطة الجماعية ، حيث أن أغلب التلميذات وافقن على معظم جميع العبارات )، وبالتالي يمتنع عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية بسبب التوتر والفصل بين الجنسين وكذاي الممارسة في غياب الجنس الأخر ومع الإناث فقط،بالإضافة إلى نظرة الأخرين والتفرقة بين الذكور في ممارسة الأنشطة الجماعية، فنرى ان الأسرة العربية المسلمة لا زالت تتحكم في تصرفات و توجيهات بناتهم تجاه ممارستهن لحصة التربية البدنية و الرياضة وعليه نجد أن نقص الوعي الإجتماعي والثقافي والرياضي ، أدى إلى خلط في المفاهيم وتعارض في القيم لزم مفهوم ممارسة الرياضة لدى المرأة منذ الصغر وصولا إلى الجامعة ، مما أثر سلبا في تشجيع التلميذات على ممارسة الرياضة،

ما عدا العبارة الأولى، حيث يتضح من خلال الإجابات أن اتجاه المستجوبات حول الفرضية الثالثة كان

بالموافقة وهذا ما يبينه **المتوسط الحسابي المرجح** العام للفرضية الثالثة، إذ بلغ، **1.24**

**بانحراف معياري** قدره **0.331**، وبالتالي يمكن القول أن الفرضية الثالثة **محققة**.

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

### الإستنتاجات :

إن هدفنا من هاته الدراسة التي قمنا بها هو معرفة العوائق التي تحول الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية، وذلك في الطور الثانوي، حيث أنه من خلال نتائج الإستبيان الموجه للتلميذات والذي يحتوي على **21 سؤال** لها علاقة بالفرضيات المسطرة، والتي كان محتواها حول ما إذا كان لكل من شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية، الأسرة والاختلاط لها أثر في إبعاد التلميذات من الحصة. ومن خلال **نتائج الفرضية الأولى** ( عزوف الإناث عن ممارسة النشاط الرياضي سببه شخصية أستاذ المادة )، ومن خلال إجابات التلميذات تبين لنا أن شخصية الأستاذ ليس لها أثر كبير في إبعاد الإناث من الحصة على الرغم مما تطرقنا له في عنوان أثر شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية على التلاميذ.

ومن خلال نتائج الفرضية الثانية ( من أسباب عدم ممارسة الإناث لحصة التربية البدنية والرياضية الأسرة )، فتبين لنا أن الأسرة ليس لها تأثير كبير في منع بناتها في حصة التربية البدنية والرياضية ، وذلك لأن أغلب إجابات التي تخص هذا المحور كانت **بعدم الموافقة** على أن الأسرة تعيق بناتها عن ممارسة الحصة، إلا أن هناك بعض الأسر وبنسبة قليلة تمنع بناتها من الحصة، وكل هذا قد يعود لعادات وتقاليد الأسرة التي تربت فيها الفتاة، وهذا ما تطرقنا إليه في العنوان ( تأثير الأسرة والمجتمع على الرياضة النسوية).

هذا وقد تبين لنا من خلال نتائج الفرضية الثالثة ( يعد الإختلاط من أسباب عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية ) ، على أن الإختلاط له تأثير كبير في على إبعاد البنات من حصة التربية البدنية والرياضية، وذلك كون أغلب التلميذات **لا يوافقن** على فكرة الإختلاط مع الذكور أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، وذلك لما يسببه الإختلاط من خجل وفقدان الثقة بالنفس للفتاة، وهذا ما يتأكد لنا من خلال ما تطرقنا إليه في العنوان ( الأسباب النفسية التي تمنع الإناث من ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية )، وهذا ما ينعكس على تربية التلميذات بأخذ نظرة سلبية عن الإختلاط، وعليه يجب على مستشاري التوجيه المدرسي بالتكفل بهم وفق القرار الوزاري رقم **827** المؤرخ في : **13-11-2013**

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

11- 1991 الذى ينص على القيام بالإرشاد النفسي وكذى إجراء الفحوص النفسية الضرورية اللازمة من أجل مساعدة التلميذات على التكيف مع النشاط الرياضي.

وكانت نتائج الفرضيات الثلاث تبين لنا أن الإختلاط هو العائق الأكثر تأثيراً على عزوف الإناث عن حصة التربية البدنية والرياضية على خلاف كل من شخصية أستاذ والأسرة التي لا تشكل العائق الأكبر أمام البنات في ممارستها.

ومنه توصلنا في الأخير إلى تحقيق الفرضية العامة والتي مفادها أن عوائق ممارسة الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية راجع إلى عامل الإختلاط المنتشر في بلدية بسكرة"، وإستطعنا ولو لحد ما التوفيق بين الجانب النظري والجانب التطبيقي.

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

### الخلاصة العامة :

حاولت دراستنا الحالية الكشف عن العوائق التي تحول الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي من خلال متغيرات الدراسة المتمثلة في شخصية الأستاذ و الأسرة و الإختلاط. وبعد تحليل و إثراء متغيرات البحث نظريا وتطبيقيا ، وبعد جمع البيانات و معالجتها إحصائيا تم عرضها و تحليلها و مناقشتها بالإعتماد على ما تناولناه في الجانب النظري و على ما توفر لنا من دراسات سابقة أو مشاهمة توصلت نتائج دراستنا إلى ما يلي:

- ◀ أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بتأثير شخصية الأستاذ على عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية بالدرجة الكلية للمحور الأول، وهي لصالح شخصية الأستاذ.
- ◀ أنه يوجد فرق دال إحصائيا بتأثير الأسرة على عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية للمحور الثاني، وهي لصالح الأسرة.
- ◀ أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بتأثير الإختلاط على عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية للمحور الثالث، وهي ضد الإختلاط.
- ◀ أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين شخصية الأستاذ و الأسرة، هذا يعني أن حصة التربية البدنية و الرياضية لم تؤثر على عزوف الإناث من الممارسة الرياضية.
- أن لعامل الإختلاط في حصة التربية البدنية و الرياضية دور إيجابي في عزوف الإناث عن ممارسة النشاط الرياضي.

➡ فإذا أجرينا ترتيبا عاما للفرضيات الثلاث في حصة التربية البدنية و الرياضية نجد في المرتبة:

الأولى: الإختلاط.

الثانية: شخصية الأستاذ.

الثالثة: الأسرة .

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

### التوصيات و الإقتراحات:

من خلال الدراسة التي قمنا بها والمتعلقة في العوائق التي تحول الإناث المعفيات عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية، أردنا بذلك أن نعطي لفتة إنتباه وبداية جديدة لبحوث أخرى باللغة العربية في هذا المجال تكون أكثر توسعا وعمقا، والتي نفتقر إليها في مكتبتنا.

تبين لنا من خلال آراء العينة المستجوبة أن لكل من الأستاذ والأسرة والاختلاط أثر في عزوف الإناث من الحصة، حيث كان الإختلاط الأكثر تأثيرا، ومن خلال دراستنا هذه كان من الواجب علينا إعطاء بعض الإقتراحات والتوصيات التي نتمنى أن تجد أذانا صاغية وعقول واعية وذلك من أجل إعادة النظر في التربية البدنية والرياضية وتشجيع الإناث على ممارستها وذلك لأهميتها في تكوين شخصية الفتاة، ونأمل أن تكون لبنة تسهل على التلميذات فهم المشكلة وتجنبهم العديد من المشاكل التي يجدونها في ممارستهم للرياضة، وهي كالاتي :

- ❖ - إنشاء مرافق ملائمة وخاصة بالنساء وتجهيزها كما ينبغي لتسهيل ممارسة الرياضة لدى النساء.
- ❖ - توعية الأسرة بضرورة الممارسة الرياضية، وذلك حتى لا تصبح عائقا أمام بناتها وتمنعهم من ممارستها.
- ❖ - عدم التقييد بفكرة أن الرياضة يمارسها الذكور فقط، للإناث الحق في ذلك أيضا.
- ❖ - الرفع من معامل حصة التربية البدنية والرياضية لزيادة الإقبال عليها.
- ❖ - تحفيز وتشويق التلميذات لممارسة الرياضة عن طريق التوعية والإعلام.
- ❖ - تحسيس البنات بأهمية ممارسة الرياضة ومدى تأثيرها على مختلف الجوانب ( النفسية، الاجتماعية، البدنية...).
- ❖ - عدم التمييز بين الذكور والإناث أثناء حصة التربية البدنية والرياضية من طرف الأستاذ.

## الفصل الخامس: مناقشة النتائج ونفسيرها

✍ - ضرورة فصل الجنسين عن بعضهما البعض أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ، وذلك من أجل

التخلص من المشاكل التي يسببها الاختلاط.

✍ - الإستفادة من الآثار الايجابية للاختلاط في حصة التربية البدنية و الرياضية على التفاعل الإجتماعي

لدى تلاميذ الطور الثانوي في المستويات الدراسية الأخرى.

✍ - فرض الرقابة الطبية على الإناث من طرف طبيب المؤسسة والبحث في صحة الشهادات المقدمة

للإعفاء .

✍ - العمل على تحرير الإناث من المعتقدات التي تدفع التلميذة إلى الاعتقاد أن ممارسة الرياضة يتعارض

مع النظام الاجتماعي والديني الخاص بنا .

✍ - ضرورة إشراك الإناث في المنافسات الرياضية المدرسية وتشجيعهم.

✍ - تنظيم لقاءات تحسيسية للحد من ظاهرة عزوف البنات عن الرياضة.

✍ - ضرورة توفر السمات الشخصية اللازمة لأستاذ التربية البدنية والرياضية.

✍ على الرغم من أننا حاولنا الإلمام بجوانب هذه الظاهرة إلا أننا لم نحيطها بكل جوانبها لأننا أهملنا

جوانب

كثيرة يمكن أن تؤثر في انتشار الظاهرة ولكن تبقى نتائج دراستنا نسبية.

وفي الأخير نرجو أن نكون قد وصلنا لنتائج قيمة يمكن لغيرنا الإستفادة منها .

الخطيمة

## خاتمة

لقد إستطعنا بعون الله وحمده إنهاء هذا العمل المتواضع الذي نال منا جهدا وعناء كبيرين في إنجازه حيث أننا إعتمدنا في دراستنا على معرفة حقيقة المعوقات التي تحول الإناث على ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية، وكذلك أردنا معرفة هذه الحقيقة لأن معرفة سبب المشكل يساعدنا في حلها والحول دون تفشي هذه الظاهرة.

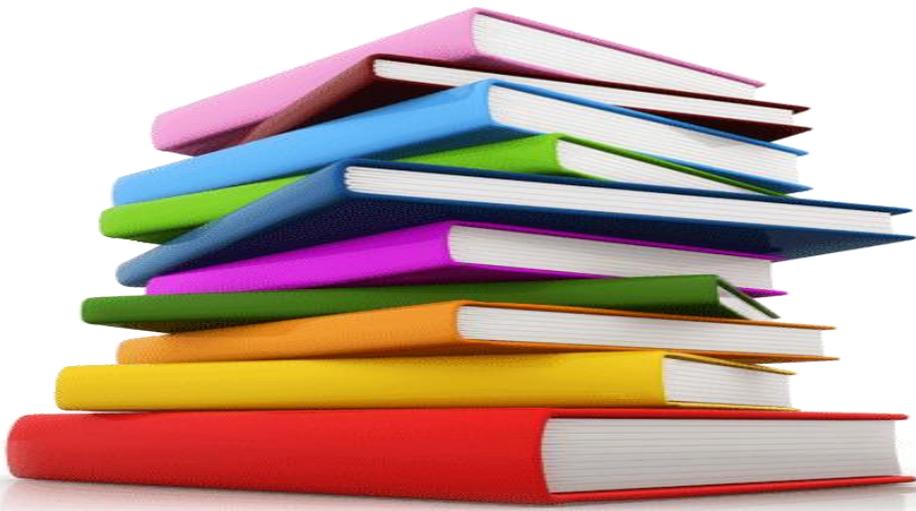
وإنطلاقا من الدراسة النظرية والدراسة الميدانية والنتائج المتحصل عليها يتضح لنا أن لعامل الإختلاط دور كبير في إنتشار ظاهرة عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية. كما أن المعلومات والنتائج تشير إلى أن إرتفاع للمستوى الدراسي و الثقافي للأولياء يزيد من إنتشار ممارسة النشاط البدني وذلك لإرتفاع الوعي لديهم و معرفة القيمة التي تعطىها الرياضة للفرد بغض النظر عن الفوائد النفسية و الإجتماعية و الجسمية وهنا يأتي الدور على إهتمام الأولياء أكثر بمناقشة القضايا الرياضية مع بناتهم و تحفيزهم أكثر على الممارسة المنتظمة للرياضة ومحاربة الظروف المعيقة .

لكن على المؤسسات التربوية العمل أكثر على توفير الجو الملائم و الوسائل و المرافق الضرورية لتسهيل ممارسة الإناث للرياضة وتمكنهم من الحصول على الخصوصية المرغوبة والخطوة الأولى هنا تكون بفصل الذكور عن الإناث في حصة التربية البدنية لأنها أكبر مشكلة لدى الإناث العازفات عن ممارسة النشاط البدني.

ومن هنا نصل إلى أنه يجب الإهتمام أكثر بالفتيات المعفيات عن ممارسة النشاط البدني الرياضي و البحث أكثر في أبعاد هذه الظاهرة ومحاوله حلها لأنه يمكن أن تكون هناك من بين العفيات من تتمتع بموهبة فريدة ونكون بإهمالنا لها قد ضيعناها و لم نستفد من موهبتها، لأن حصة التربية البدنية والرياضية تحتاج إلى عناية أكبر في بلادنا من طرف المختصين في المنظومة التربوية وهذا عن طريق توسيع البحوث العلمية الميدانية لإظهار أهمية المادة في مختلف المستويات وللإناث خاصة كون الرياضة النسوية أصبحت تحتل مكانة متقدمة بين الدول.

قائمة

المدارج



## 1- الكتب العربية:

- 1- إباد عبد الكريم العزاوي، مروان عبد المجيد إبراهيم، علم الاجتماع التربوي الرياضي، ط2، الإصدار الأول، الدار العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2002.
- 2- إبراهيم محمد المحاسنة، تعليم التربية البدنية والرياضية، دار جرير للنشر والتوزيع، ط2، 2006.
- 3- أمين النور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية مدخل تاريخ الفلسفة دار الفكر العربي، سنة 1998.
- 4- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، 2002.
- 5- أمين أنور الخولي وآخرون، التربية الرياضية المدرسية، ط4، بدون سنة.
- 6- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعارف، الكويت، 1996.
- 7- أمين أنور الخولي وجمال الدين الشافعي، مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1982.
- 8- الزوبعي والغنام، مناهج البحث في التربية، ج1، مطبعة العاني، بغداد، 1974.
- 9- بهاء الدين إبراهيم سلامة، الصحة والتربية الصحية، مدينة بصره، القاهرة، دار الفكر العربي، ط1، 1997.
- 10- حسن الشافعي وسوزان مرسي، تاريخ التربية البدنية في المجتمعين الدولي العربي (الرياضة والمرأة)، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1999.
- 11- حسين عبد الحميد رشوان، في مناهج العلوم، بدون طبعة، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية مصر، 2003.
- 12- درويش وأمين أنور الخولي، أصول الترويح وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
- 13- رابع تركي، أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط2، 1990.
- 14- رابع تركي، مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1999.
- 15- ربحي مصطفى عليان، وعثمان محمد غنيم، أساليب البحث العلمي الأسس النظرية والتطبيق، دار صفاء للنشر والتوزيع، الأردن، ط4، 2010.

- 16- رشيد زرواتي، **مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية**، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007.
- 17- زينب علي عمر وغادة جلال عبد الحكيم، **طرق تدريس التربية الرياضية**، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 2008.
- 18- صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، **التربية وطرق التدريس**، دار المعارف، مصر، ط1، 1984.
- 19- عباس عبد العلوان، **التعليم الثانوي، تجارب عالمية عربية**، المؤسسات الجامعية للنشر، 1994 .
- 20- عبد الحميد شرف، **تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية**، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ط1، 2000.
- 21- عبد الوهاب عمراني، **نظرية التربية البدنية والرياضية**، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990.
- 22- عنيات محمد فرح، **مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية**، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1998.
- 23- فادية علوات، **مقدمة في علم النفس الإرتقائي**، مكتبة الدار العربية للكتاب، القاهرة، 2003.
- 24- قاسم المندلاوي ، **الأسس الحديثة للتربية الرياضية النسوية**، مطابع التعليم العالي، بغداد، 1990.
- 25- كمال أيت منصور واريح طاهير، **منهجية إعداد بحث علمي**، دار الهدى للطباعة والنشر، عين مليلة، 2003
- 26- محمد إسماعيل، **سوء التوافق الدراسي لدى المراهقين تشخيصه وعلاجه**، مطبعة الكاهنة، الجزائر، 1984.
- 27- محمد الحماحي وأمين أنور الخولي، **أسس بناء برامج التربية الرياضية**، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
- 28- محمد السباعي، **محمد الغد ودوره**، دار المعارف، الطبعة الأولى، 1985.
- 29- محمد حسن العلاوي، **علم النفس الرياضي**، دار المعارف، القاهرة، 1986.
- 30- محمد حسن العلاوي، **علم النفس الرياضي**، دار المعارف، مصر، ط5، 1992.
- 31- محمد سامي منير، **المدرس المثالي نحو تعليم أفضل**، دار غريب، القاهرة، 2000.
- 32- محمد سعيد عزمي، **أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية**، دار الوفاء، الإسكندرية، 2004.
- 33- محمد صبحي حسنين، **القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية**، جزء1، دار الفكر، ط3، 1999.
- 34- محمد نصر الدين رضوان، **الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية**، بدون طبعة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003.
- 35- محمد نصر الدين رضوان: **مدخل إلى القياس في التربية البدنية و الرياضية**، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر، ص138-139، 2006.
- 36- محمد نصر الدين رضوان: **مدخل إلى القياس في التربية البدنية و الرياضية**، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر، ص177، 2006.

- 37- محمد نصر الدين رضوان: مدخل إلى القياس في التربية البدنية و الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر، ص216، 2006.
- 38- محمد محمد الشحات، تدريس التربية الرياضية، العلم والإمام للنشر والتوزيع، القاهرة، 2007.
- 39- محمود عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطىء، نظريات وطرق التربية الرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1987.
- 40- مروان عبد المجيد إبراهيم، أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوارق للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2000.
- 41- منذر الضامن، أساسيات البحث العلمي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2007.
- 42- ناهد محمد سعيد زغلول ونيللي رمزي فهم، طرق التدريس في التربية الرياضية، مركزالكتاب للنشر، الإسكندرية، ط2، 2004.
- 43- نثيال كانتور، المعلم ومشكلات التعليم والتعلم، ترجمة حسن الفقهي، دار المعارف، مصر، ط1، 1972.
- 44- هيئة التأطير بالمعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية، منهجية البحث، الجزائر، 2005.



## 2- القرآن الكريم:

- 1 - سورة القلم الآية 4
- 2 - سورة آل عمران الآية 159
- 3 - سورة النحل الآية 125



### 3 - الرسائل الجامعية:

- 1- بندو حكيم وآخرون، أسباب عزوف تلميذات الريف عن ممارسة التربية البدنية والرياضية في الثانوية، مذكرة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على شهادة ليسانس، جامعة الجزائر، 2009.
- 2- ريوح صالح، الإتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي، جامعة الجزائر، 2013 .
- 3- ساعد حكيم، داودي نصيرة، دور النشاط البدني الرياضي التربوي وعملية بناء وتنمية العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على شهادة الماستر في تخصص التربية البدنية والرياضية، جامعة الشلف، 2014.
- 4- كنداري محمد، واقع ممارسة كرة الطائرة في الرياضة النسوية الجزائرية، مذكرة مقدمة ضمن متطلبات لما الحصول على شهادة الماستر، جامعة الجزائر، 2013 .
- 5- هادي نزيهة، العوامل السيسيوثقافية في تفعيل التلميذات للصف النهائي للرياضة المدرسية لدى مراهقات الفصل النهائي، مذكرة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على شهادة الماستر في تخصص رياضة حركية المجتمع، جامعة الشلف، 2013 .
- 6- يحيى بن العربي ، دور الإختلاط في التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ الطور المتوسط ، مذكرة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على شهادة الماستر في تخصص العلوم الاجتماعية و الرياضية ،جامعة الجزائر، 2009.



#### 4 - المجلات:

- 1- عز الدين محمد، الرياضة النسوية هذه العقدة، مجلة الوحدة، العدد 249، 1991.
- 2- مجلة التربية البدنية والرياضية العدد 7، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 1998.
- 3- مناع جمعة، أثر التعليم المختلط، مجلة المعرفة، العدد 135، www.almarefah.com، 2006.



#### 4 - المواقع الإلكترونية:

- 1- سمعية خليل، ثلوث المرأة الرياضية، متاح على الموقع:

<http://blog.iraqacad.org/?p=41>.(2010/03/17)

الملاحق

جامعة محمد خيضر- بسكرة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم التربية الحركية  
قائمة الأئمة المدكّمين و المدكّمين للإستئارة الإستئنائية ضمن متطلبات لنيل شهادة الماسنر  
تحت عنوان

**المواقف التي نحدول الإنانث عن ممارسة حصة  
التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي  
دراسة ميدانية بثانويات بلدية بسكرة**

**قائمة الأئمة المدكّمين**

الرقم	الإسم واللقب	الدرجة العلمية	النخصص	المؤسسة الاصلية	الإمضاء
1	مراد خليل	أستاذ التعليم العالي	نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية	جامعة بسكرة	
2	فروش نصير	أستاذ التعليم العالي	نشاط بدني رياضي تربوي	جامعة بسكرة	
3	بن يوسف دحو	أستاذ محاضر أ	تربية حركية	جامعة بسكرة	

**قائمة الأئمة المدكّمين**

4	رواب عمار	أستاذ التعليم العالي	نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية	جامعة بسكرة	
---	-----------	-------------------------	----------------------------------------------------	----------------	--

نحت إشراف الأئمة المدكّمين:

\* بوعرووي جعفر

من إعداد الطالب:

\* دايرة مراد

السنة الدراسية: 2018 / 2019

# اسنمارة الاسنبيان الخاص بالنلميذات

في إطار إنجاز بحث علمي بعنوان: **العوائق التي تحول الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي**، نرجو التكرم علينا بالإجابة على هذا الاستبيان، والذي لا يأخذ من وقتكم كثيرا، ولكن قبل الإجابة أرجو التفضل مشكورا باستكمال المعلومات المطلوبة في هذه الصفحة، والإجابة على جميع أسئلة الاستبيان.  
معلومات عامة :

المستوى الدراسي:.....

السن:.....

ضعي علامة (X) في الخانة التي تترينها مناسبة:

**المحور الأول :** عزوف الإناث عن ممارسة النشاط الرياضي سببه شخصية أستاذ المادة ..

لا	نعم	
		<b>1/</b> المظهر غير لائق لأستاذ التربية البدنية يقلل من رغبتك لممارسة الرياضة. <b>لماذا ؟</b>
		.....
		<b>2/</b> صرامة أستاذ التربية البدنية والرياضية تساهم في عدم الرغبة في الحصة <b>لماذا ؟</b>
		.....
		<b>3/</b> الغياب والتأخر الدائم لأستاذ التربية البدنية والرياضية يساهم في التقليل من رغبتك لممارسة النشاط الرياضي. <b>لماذا ؟</b>
		.....
		<b>4/</b> توبيخ الأستاذ للتلاميذ أثناء الحصة يجعلني أمتنع عن ممارسة الحصة. <b>لماذا ؟</b>
		.....
		<b>5/</b> التمييز بين الإناث و الذكور في حصة التربية البدنية و الرياضية من طرف أستاذ المادة <b>لماذا ؟</b>
		.....
		<b>6/</b> عدم توفير الجو الملائم للإناث لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية من طرف الأستاذ يقلل رغبتني في المشاركة داخل الحصة <b>لماذا ؟</b>
		.....
		<b>7/</b> عدم إنضباط أستاذ التربية البدنية والرياضية يؤثر في نفورك من الحصة <b>لماذا ؟</b>
		.....

**المحور الثاني:** من أسباب عدم ممارسة الإناث لحصّة التريّة البدنية والرياضية الأسرة .

لا	نعم
8/ عادات وتقاليّد أُسرتي تمنعني من ممارسة حصّة التريّة البدنية والرياضية.	
لماذا ؟ .....	

لا	نعم
9/ خوف أُسرتي من التعرّض للإصابة يبعدني عن ممارسة حصّة التريّة البدنية والرياضية.	
لماذا ؟ .....	

لا	نعم
10/ الحالة المادية لعائلي تمنعني من ممارسة حصّة التريّة البدنية والرياضية.	
لماذا ؟ .....	

لا	نعم
11/ تمنعك عائلك من ممارسة الرياضة دون حجاب.	
لماذا ؟ .....	

لا	نعم
12/ يعترض أحد أفراد عائلك على ممارسة الرياضة.	
لماذا ؟ .....	

لا	نعم
13/ عائلي ترى أنّ ممارسة البنت للرياضة لا يناسبها.	
لماذا ؟ .....	

لا	نعم
14/ تمنعك أُسرتك من ممارسة الرياضة المدرسية بسبب عدم توفر القاعة الخاصة بالحصّة.	
لماذا ؟ .....	

**المحور الثالث:** الاختلاط من الأسباب التي تعيق الإناث عن ممارسة حصّة التريّة البدنية و الرياضية.

لا	نعم	
		<b>15/</b> منع الاختلاط في الدين الإسلامي يمنعني من المشاركة في حصّة التريّة البدنية والرياضية بكل حرية.
لماذا ؟ .....		

لا	نعم	
		<b>16/</b> أكون متوترة عند أداء مهارة حركية عند حضور الذكور.
لماذا ؟ .....		

لا	نعم	
		<b>17/</b> أفضل فصل الجنسين عن بعضهم البعض في الأنشطة الرياضية تفاديا للاحتكاك والتلامس.
لماذا ؟ .....		

لا	نعم	
		<b>18/</b> تزيد رغبتني لممارسة الرياضة في غياب الجنس الآخر.
لماذا ؟ .....		

لا	نعم	
		<b>19/</b> أفضل ممارسة حصّة التريّة البدنية والرياضية مع الإناث فقط.
لماذا ؟ .....		

لا	نعم	
		<b>20/</b> نظرة الآخرين للفتاة الممارسة للرياضة مع الذكور تبعدني عن ممارسة حصّة التريّة البدنية والرياضية.
لماذا ؟ .....		

لا	نعم	
		<b>21/</b> أرغب في أن أكون متفرقة عن الذكور عند ممارسة الأنشطة الرياضية وخاصة الجماعية.
لماذا ؟ .....		



# ملخص الدراسة

**عنوان الدراسة :** العوائق التي تحول الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي، أما عن **مكان الدراسة :** فهي ثانويات بلدية بسكرة، و **تهدف الدراسة:** إلى الكشف على طبيعة المشكلات التي تعيق التلميذات المعفيات في ممارسة النشاط البدني من أجل الوصول إلى الحلول المناسبة، بينما **الفرض من الدراسة :** فيرجع عزوف الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية راجع إلى العوامل الإجتماعية و التنظيمية.

**الإجراءات الميدانية للدراسة :** إتبعنا في هذه الدراسة **المنهج الوصفي**، أما عن **أدوات البحث المستخدمة** في جمع البيانات فكان **الإستبيان**، وكان ذلك بعد تحكيمه والتأكد من صدقه وثباته، أما فيما يخص مجتمع الدراسة فكانت تلميذات ثانويات **بلدية بسكرة**، وفيما يتعلق **بالعينة** فكانت عينة عشوائية طبقية وذلك لأن مجتمع الدراسة به ثلاث طبقات، وقد كان حجم العينة **278 مفردة** من أصل **5590** ، علما أن نسبة العينة كانت **100 %**، وعن الإجراءات الإحصائية فقد تم إستخدام برنامج **spss** في حساب مختلف الأساليب والتقنيات الإحصائية التي تم إعتماها في هذه الدراسة.

**نتائج الدراسة :** بناء على تحليل ومناقشة النتائج الخاصة **بالإستبيان** تبين لنا أن:

- 1 - أستاذ التربية البدنية والرياضية لا يؤثر كثيرا في إبعاد البنات عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
- 2 - الأسرة لا تشكل عائق كبير أمام بناتها لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
- 3 - يعد الاختلاط من الأسباب الأكثر تأثيرا على إبعاد الإناث على ممارسة حصة التربة البدنية والرياضية.

وقد إحتسنا بحثنا **بخاتمة** وبعض **الإقتراحات** التي حاولنا من خلالها إبراز ضرورة الإهتمام بالإناث من اجل زيادة

دافعيتهم في حصة التربية البدنية والرياضية ، وكذا توعيتهم بضرورة الممارسة الرياضية.

**الكلمات المفتاحية :** \* التربية البدنية والرياضية \*الدافعية \* العوائق \* العوامل الإجتماعية و التنظيمية \* الإستبيان



## *Study Summary*



Study Title: Obstacles that prevent females

from practicing physical education and sports in the secondary stage. The study aims at identifying the nature of the problems that impede the students in the physical activity in order to reach the appropriate solutions. , While the hypothesis of the study: The reluctance of females to exercise the share of physical education and sports refer to the social and organizational factors.

The study methods were followed in this study descriptive approach. As for the research tools used in data collection, the questionnaire was after judging and verifying its validity and stability. As for the study population, secondary school pupils were Biskra. Because the study population has three layers, the sample size was 278 individuals out of 5590, knowing that the sample ratio was 100%. As for the statistical procedures, the spss program was used to calculate the various methods and statistical techniques that were adopted in this study.

Results of the study: Based on the analysis and discussion of the results of the questionnaire, we find that:

1 - Professor of physical education and sports does not significantly affect the exclusion of girls from the exercise of the share of physical education and sports.

2 - The family does not constitute a major obstacle to her daughters to practice the share of physical education and sports.

3 - Mixing is one of the most effective reasons for the exclusion of females in the exercise of physical and athletic soil share.

We concluded our research with a conclusion and some suggestions in which we tried to highlight the need to pay attention to females in order to increase their motivation in the share of physical education and sports, as well as awareness of the need for sports practice.

Keywords: \* Physical and sports education \* Motivation \* Obstacles \* Social and organizational factors \* Questionnaire