

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد خيضر - بسكرة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم التربية الحركية



رقم:.....

مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر  
تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي

### العنوان

الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية  
والرياضية لدى تلاميذ التعليم المتوسط

دراسة ميدانية على تلاميذ المرحلة المتوسطة لخمس متوسطات دائرة سيدي عقبة بسكرة

تحت إشراف:  
- د.مراد خليل

من إعداد :  
- حوحو صلاح الدين  
- لعمامرة ناصرالدين

السنة الجامعية : 2021 / 2020

# شكر وتقدير

الحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات والصلاة والسلام على سيدنا حمد وعلى آله اجمعين  
فالشكر أو لا وأخيرا لله عز وجل الذي منحنا القوة والصحة والعافية والشجاعة للقيام بهذا البحث, وكما قال نبينا

صلى الله عليه وسلم " من لم يشكر الناس لم يشكر الله "

إقرار بالفضل نود أن نتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور " مراد خليل "

الذي لم يبخل علينا بفيض علمه وكثير من نصحه وتوجيهاته.

كما نتقدم بالشكر إلى كل من ساعدنا من بعيد أو قريب.

## فهرس المحتويات

كلمة شكر

- الإهداء.

- ملخص البحث باللغة العربية.

- ملخص البحث باللغة الفرنسية.

- ملخص البحث باللغة الإنجليزية.

- مقدمة.

الصفحة	العنوان
	<b>الفصل التمهيدي</b>
4	1-الإشكالية
5	2-أهداف البحث
6	3-الفرضيات
7	4- أهمية البحث
8	5 - أسباب اختيار البحث
8	6- تعريف مصطلحات البحث
10	7-الدراسات السابقة والمشابهة
	<b>الباب الأول : الخلفية النظرية</b>
	<b>الفصل الأول: الاتجاهات النفسية</b>
19	تمهيد
20	1-مفهوم الاتجاهات
22	2-مكونات الاتجاهات:

23	3-تكوين الاتجاهات :
24	4-نمو الاتجاهات:
25	5-مميزات الاتجاه
26	6-خصائص الاتجاهات:
27	7-وظائف الاتجاه
30	8-أنواع الاتجاهات
34	9-مراحل تكوين الاتجاهات :
35	10-عوامل تكوين الاتجاهات
36	11-نظريات في تفسير عملية تكوين الاتجاهات
38	12-قياس الاتجاهات
39	13-طرق قياس الاتجاه
41	14-قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي
43	15-أهمية الاتجاهات
44	16-علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى
47	الخلاصة
	<b>الفصل الثاني: التربية البدنية و الرياضية</b>
49	تمهيد:
50	1-التربية العامة
51	2- مفهوم التربية البدنية والرياضية
52	3- أهداف التربية البدنية والرياضية وأبعادها

54	4- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة
55	5- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق
55	6- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية
56	7- برنامج التربية البدنية والرياضية
57	8- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية
58	9- ماهية وأهمية حصة التربية البدنية والرياضية:
59	10- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:
61	12- أغراض حصة التربية البدنية والرياضية:
63	13- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية
64	14- بناء حصة التربية البدنية والرياضية
67	15- تحضير حصة التربية البدنية والرياضية:
69	خلاصة
	<b>الفصل الثالث : المراهقة</b>
71	تمهيد
72	1- تعريف المراهقة
73	2- تحديد مرحلة المراهقة
74	3- أنواع المراهقة
75	4- خصائص المراهقة (مظاهرة النمو والتغير)
81	5- الاحتياجات السامية للمراهق
83	6- تشكل الهوية
85	7- مشاكل المراهقة

88	8- الممارسة الرياضية وعلاقتها بالمرهق
92	خلاصة
	الباب الثاني : الخلفية التطبيقية
	الفصل الرابع : منهجية البحث
94	تمهيد
95	1- المنهج العلمي المتبع
95	2- مجالات البحث
96	3- مجتمع الدراسة
98	4- الدراسة الاستطلاعية
99	5- متغيرات الدراسة
100	6- عرض أدوات البحث
	الفصل الخامس : عرض و تحليل و مناقشة النتائج
107	1- عرض و تحليل نتائج الدراسة النهائية
107	1-1- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى
112	1-2- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية
133	2- الاستنتاجات
134	3- مقارنة النتائج بالفرضيات
138	4- الاستنتاج العام
139	الخاتمة
	قائمة المراجع.
	الملاحق

الصفحة	قائمة الجداول	الرقم
97	يمثل توزيع عينة البحث على مؤسسات التعليم المتوسط لدائرة بوعينان	1
101	يبين توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس	2
102	يبين درجات العبارات الموجبة و السالبة	3
102	يبين شدة الاستجابة لأبعاد المقياس	4
105	يبين عدد تلاميذ كل من المستويين الاولي متوسط و الرابعة متوسط و النسب المئوية لكل منهما:	5
107	:يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الذكور السنة الرابعة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	6
110	يبين مقارنة نتائج التلاميذ الذكور لكل من مستوى السنة الرابعة و الأولى متوسط بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون	7
116	يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلميذات الإناث السنة الرابعة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	8
119	يمثل الفروق في الاتجاهات النفسية بين إناث السنة الأولى و الرابعة متوسط	9
125	يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة بين الذكور و الإناث نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	10
128	يبين مقارنة نتائج تلاميذ و تلميذات السنة رابعة متوسط تجاه أبعاد مقياس الاتجاهات النفسية	11

الصفحة	قائمة الأشكال	الرقم
108	يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الذكور السنة الرابعة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	1
117	يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الإناث السنة الرابعة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	2
120	بين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلاميذ الإناث مستوى السنة الرابعة و الأولى متوسط بالنسبة لكل أبعاد لاختبار قياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني	3
126	يمثل درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة بين الذكور و الإناث نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية	4
129	يبين قيمتي المتوسط الحسابي لكل من الذكور و الإناث للسنة الرابعة متوسط بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون	5



## مقدمـة:

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

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

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

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

كما أن مفهوم التربية الرياضية يعني " مجموعة من العناصر التربوية التي تجمعها خصائص مشتركة و تساهم في تحقيق أهداف عامة و بالتالي فهي من وسائل التربية العامة التي تقدم من خلال أنواع

مختلفة من الأنشطة الرياضية بهدف تكوين المواطن الصالح بدنيا و عقليا و نفسيا و اجتماعيا و إكسابه الاتجاهات السلوكية القوية و تعمل النشاطات الرياضية على اكتساب المهارات الحركية و إتقانها و العناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل و قوام سليم و حياة أطول أكثر نشاطا بالإضافة الى تحصيل المعارف و تنمية الاتجاهات الايجابية نحو النشاط الرياضي التي تعد بالنسبة للفرد جانبا هاما من جوانب الشخصية لأنه عن طريق معرفة هذه الأخيرة يمكن تنبأ بالسلوك الذي يسلكه تجاه قضية معينة أو خلال المواقف المتباينة هذا إضافة إلى كونها تساعد على التكيف مع المجتمع المحيط به و توفر له القدرة على اتخاذ القرارات المختلفة بتفكير سليم .

كما تخفف من حدة التوتر النفسي الذي قد يعانیه في سبيل تحقيق أهدافه ، لذا فان تنمية الاتجاه يعد ضرورة و مخرجا تربويا و اجتماعيا ، و من هنا برزت الأهمية و الحاجة إلى دراسة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ في المؤسسات التربوية التعليمية ، و على ضوء ما تقدم تتخذ مشكلة البحث هنا في محاولة للإجابة على التساؤل التالي:

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

و لغرض تحقيق هذه الدراسة اختار الباحث عينة من تلاميذ التعليم المتوسط بدائرة بوعينان ولاية البليدة في بعض مؤسسات التعليم المتوسط و الذين تراوحت أعمارهم بين ( 12-17 ) و البالغ عددهم ( 160 ) ( تلميذا مستخدما المنهج الوصفي المسحي لكشف جوانب الدراسة و التي احتوت على بايين و سبعة فصول :

المدخل العام : و يتضمن : مقدمة ، إشكالية البحث ، الهدف من البحث، فرضيات البحث ، أهمية

البحث، أسباب اختيار الموضوع، التعاريف الإجرائية لمصطلحات البحث

الباب الأول: ويتضمن الخلفية المعرفية النظرية و الدراسات السابقة و المشابهة

الفصل الأول: الاتجاهات النفسية

الفصل الثاني: التربية البدنية و الرياضية

الفصل الثالث: مرحلة المراهقة و خصائصها المختلفة (12-17 سنة)

الفصل الرابع: الدراسات السابقة و المشابهة

الباب الثاني: ويتضمن منهجية البحث و الإجراءات الميدانية و جاءت فصوله على النحو التالي :

الفصل الأول : منهجية البحث و الإجراءات الميدانية ،

الفصل الثاني: عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها،

الفصل الثالث :حدود البحث ، الاستنتاجات،مقارنة النتائج بالفرضيات،الخلاصة العامة،و التوصيات،و

اختتم البحث بقائمة المراجع و المصادر لمختلف اللغات التي استعملت في هذا البحث و احتوى في

نهايته على مجموعة من الملاحق و المتضمنة لبعض الجداول.

### 1-الإشكالية :

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

و قد أضحى الاهتمام بالجوانب النفسية الوجدانية و الاتجاهات الخيار الأمثل و المناسب لفهم حقيقة هذا الكائن الإنساني و تحديد اتجاهاته و ميولاته،

كما باستطاعتنا النظر للاتجاهات على أنها التمثيل النفسي في داخل الفرد لأثار المجتمع و الثقافة لان الفرد يكتسب من مجتمعه و ثقافته الاتجاهات المناسبة نحو بعض الأنشطة و بعض الأفراد الآخرين كذلك نحو النشاط البدني<sup>1</sup>

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

<sup>1</sup> -محمد حسن علاوي-علم النفس الرياضي -دار المعارف -ط8-مصر-1992-ص-220.

كما ان الميول والرغبات و الاتجاهات النفسية يمكن ان تختلف باختلاف المستويات التعليم ية إضافة

لاختلاف الجنس ولأهمية هذه العوامل جاء بحثنا هذا كمحاولة لتسليط الضوء على الاتجاهات النفسية

للتلاميذ نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية و من هذا المنطلق تم طرح الإشكالية التالية :

ماهي طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من تلاميذ السنة الأولى متوسط و الرابعة متوسط نحو مفهوم

التربية البدنية و الرياضية ؟

### التساؤلات الفرعية:

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

متوسط و تلاميذ السنة الرابعة متوسط؟

2-هل هناك فرق بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى

تلاميذ السنة الرابعة متوسط؟

### 2-أهداف البحث:

لقد جاء بحثنا لتحقيق الأهداف التالية:

#### -الهدف العام :

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

الرياضية

### الأهداف الفرعية :

1- التعرف على الفروق بين تلاميذ السنة الأولى وتلاميذ السنة الرابعة متوسط من حيث الاتجاهات

النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

2- التعرف على الفروق بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و

الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط

### 3-الفرضيات:

#### الفرضية العامة :

تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من تلاميذ السنة الأولى و السنة الرابعة متوسط نحو مفهوم

التربية البدنية و الرياضية .

#### الفرضيات الفرعية :

1-هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بين

تلاميذ السنة الأولى و تلاميذ السنة الرابعة متوسط

2-هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية

البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة

### 4- أهمية البحث:

تتجلى لنا أهمية البحث من خلال النقاط التالية :

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

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

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

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

### 5 - أسباب اختيار البحث :

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

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

### 6- تعريف مصطلحات البحث :

#### 6-1- الاتجاهات النفسية :

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

و الاتجاه كما عرفه "أحمد زكي صالح" بأنه : مجموعة استجابات القبول أو الرفض التي تتعلق بموضوع جدي معين<sup>1</sup>

كما يعرفه " أحمد عزت راجح " بأنه : استعداد وجداني مكتسب ثابت يحدد شعور الفرد و سلوكه إزاء موضوعات معينة من حيث تفضيلها أو عدم تفضيلها<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> - أحمد زكي صالح - علم النفس التربوي - مكتبة النهضة المصرية - الجزء الثاني - ط - 10 - مصر - ص - 812 -



ويقول " محمد حسن علاوي " بأنه " يمكن النظر إلى الاتجاهات على أنها نوع من أنواع الدوافع المكتسبة ،أو على أنها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك<sup>2</sup> )

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

### 6-2- مفهوم التربية البدنية والرياضة

: يعني " : هو مجموعة مختلفة و أشكال عديدة من النشاط الرياضي في مؤسسات التربية و التعليم، و هو

جزء من التربية و هو على ثلاثة أشكال ،درس التربية البدنية والرياضية و النشاط الداخلي و النشاط الخارجي ، تمد الفرد بخبرات واسعة ومهارات كثيرة تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه، وتجعله قادراً على أن يشكل حياته وتعيينه على مسيرة العصر في تطوره ونموه<sup>3</sup>

### 6-3- التعليم المتوسط : هو مرحلة دراسية معتمدة من قبل وزارة التربية الوطنية الجزائرية حيث

تقع هذه المرحلة في موقع حساس في عملية تعليم العلم، فهي تأتي بعد مرحلة التعليم الابتدائي وقبل التعليم الثانوي.

### 6-4- المراهقة : هي مرحلة عمرية تأتي بين الطفولة و الشباب، و فيها يعرف الفرد تغيرات جسمية و

نفسية سريعة و يكتمل فيها النمو و تبدأ عادة من السنة 12 إلى 18 سنة.

### 7- الدراسات السابقة والمثابفة :

<sup>1</sup> - أحمد عزت رابع - أصول علم النفس - المكتب المصري الحديث للطباعة و النشر - ط - 05 -الإسكندرية .- مصر - 1976ص119 -

<sup>2</sup> - محمد حسن علاوي -علم النفس الرياضي - دار المعارف - ط - 03 -القاهرة - 1986 - ص119 -

<sup>3</sup>-محمد عوض بسيوني - فيصل ياسين الشاطر - نظريات و طرق التربية البدنية - ديوان المطبوعات الجامعية - 1992 .ص - - 06 -الجزائر - ط02 -

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

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

### 7-1- الدراسات العربية:

#### دراسة تتعلق بالاتجاهات النفسية

##### ■ دراسة محمد عبد الله الحماحمي 1976 رسالة ماجستير

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

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

ممارسين للنشاط الرياضي،

**أداة جمع البيانات :** وقام الباحث بتصميم استمارة استبيان لتطبيق البحث

**أهم أهداف هذه الدراسة :** التعرف على نوعية مفاهيم التربية الرياضية لدى تلاميذ

مرحلة التعليم الثانوي العام بمحافظة القاهرة

**أهم نتائجها :** أن مفهوم التربية الرياضية واضح و [?] مدرك لدى التلاميذ في هذه المرحلة<sup>1</sup>

<sup>1</sup> دراسة محمد عبد الله الحماحمي - مفهوم التربية الرياضية بالمدارس الثانوية بمحافظة القاهرة-رسالة ماجستير-كلية التربية الرياضية للبنين-القاهرة-مصر 1967 -

▪ دراسة محمود إسماعيل طلبة إبراهيم:

عنوانها: بدراسة مقارنة في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة

الثانوية بمدينة مينا بمصر،

عينة البحث : شملت العينة 400 تلميذ وتلميذة ممثلة للصفوف الثلاثة

أهم أهداف هذه الدراسة : التعرف على الفروق في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات

المرحلة الثانوية بمدينة مينا بمصر،

اهم النتائج :

توصل الباحث إلى:

1-وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية في

الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لصالح التلاميذ في درجات المقياس الكلية.

2-لم تتأثر اتجاهات التلميذات بتقاليد وعادات مجتمع مدينة مينا ،حيث ظهرت اتجاهات كل من التلاميذ

والتلميذات نحو النشاط الرياضي إيجابية وأن اتجاهات التلاميذ أكثر إيجابية من التلميذات

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

عنوانها: " الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي "

عينة البحث : واشتملت عينة البحث على 460 تلميذة من تلميذات الصف الثاني من المدارس الثانوية

العامة بمحافظة القاهرة والجيزة وتم اختيارهن بطريقة عشوائية

أداة جمع البيانات : واستخدمت الباحثة مقياسين هما : مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني وإنشاء

مقياس للتمايز السيمانتي

أهم أهداف هذه الدراسة : التعرف على الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي

اهم النتائج :

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

### ▪ دراسة ليلي سيد عبد السلام - 1979 رسالة ماجستير

**عنوانها :** " اتجاهات الفتاة المصرية نحو التربية الرياضية مفهومًا ومهنة " واختارت الباحثة عينة البحث : إحداهما أساسية من طالبات المرحلة الثانوية العامة قوامها ( 974 ) ، وأخرى مرجعية محكية من طالبات السنة النهائية بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة وقوامها 100 طالبة

**أدوات البحث :** تم تطبيق مقياسين من وضع الباحثة إحداهما لقياس الاتجاه نحو مهنة التربية الرياضية ،والآخر لقياس الاتجاه نحو مفهوم التربية الرياضية

**أهم أهداف الدراسة :**

التعرف على اتجاهات الفتاة المصرية نحو مفاهيم التربية الرياضية ،والمجالات التي تتيح مهنة التربية الرياضية

**نتائج الدراسة :** احتل المفهوم البدني الأهمية الأولى لدى طالبات الثانوية العامة وعدم وجود ارتباط بين اتجاهات الطالبات نحو التربية الرياضية كمفهوم من ناحية ومهنة من ناحية أخرى.

### ▪ دراسة محمد مصطفى منصور 1998 رسالة ماجستير

عنوانها : اتجاهات طلاب مرحلة التعليم الثانوي نحو درس التربية الرياضية بمحافظة الغربية

الهدف من البحث : التعرف على الاتجاهات نحو التربية الرياضية من خلال تلاميذ الثانوي

منهج البحث : اختار المنهج الوصفي

عينة البحث : 1500 تلميذ

أداة البحث مقياس ليكرت لقياس الاتجاهات

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

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

#### ▪ دراسة كحلي كمال 2008 رسالة ماجستير

عنوان الدراسة : الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط

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

الفرضيات : الفرضية العامة هي - تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ الممارسين وغير

الممارسين للنشاط الرياضي بمرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية

المنهج : اتبع المنهج الوصفي

العينة : بلغ عدد أفراد العينة 150 تلميذ من الطور المتوسط

الادوات : مقياس كينيون للاتجاهات النفسية نحو الأنشطة البدنية

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

### 7-2- الدراسات الأجنبية:

#### ▪ دراسة لووريتا هرجت 1969 م :

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

نتائج الدراسة : أظهرت الدراسة

وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة وطالبات جامعة " يوتا " في الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة للتفوق

الرياضي لخفض التوتر، والصحة واللياقة وكخبرة اجتماعية ووجود فروق غير دالة إحصائية في [?] بعدي

الخبرة الجمالية والتوتر والمخاطرة

#### ▪ دراسة كوربن و تولسون 1970 :

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

هدف الدراسة : التعرف على الاتجاهات نحو النشاط البدني لدى طالبات جامعة تكساس الأمريكية

نتائج الدراسة : جاءت الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة جمالية لطالبات تكساس في المرتبة

الأولى، بينما جاءت الاتجاهات نحو النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة في المرتبة الأخيرة، وجاءت هذه

الدراسة لتتناول ترتيب أبعاد المقياس نحو النشاط البدني لطلبة تكسا

دراسة مونيك جيل " <sup>1</sup>Monika .Jill " :- 11979

عنوان الدراسة : دراسة اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة " الينوى. " نحو النشاط البدني

1-المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية-بحوث مؤتمري رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية-مجلة العدد الثالث-جامعة حلوان-مصر. 1996 ص-

عينة الدراسة : العينة متكونة من 267 طالب وطالبة من كلية التربية الرياضية بجامعة "الينوى".

الهدف من الدراسة : هدفت الدراسة للتعرف على الاتجاهات نحو النشاط البدني لدى طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة "الينوى"

أهم نتائج الدراسة : أفادت النتائج أن أفراد العينة الكلية لديهم اتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني كخبرة جمالية بشكل عام وأن اتجاهات الطلاب نحو النشاط البدني كخبرة للصحة واللياقة وكخبرة جمالية وكخبرة لخفض التوتر جاءت في مقدمة اتجاهاتهم، بينما كانت اتجاهات الطالبات نحو النشاط البدني كخبرة اجتماعية وكخبرة جمالية لخفض التوتر من أكثر اتجاهاتهن إيجابية.

### ▪ دراسة ما كلوك4- 1984

قام بدراسة على تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية لمدينة بلفاست بإيرلندا، وتوصل في الأخير إلى أن الاتجاهات لدى التلاميذ والتلميذات كانت ج [?]د إيجابية في أبعاد النشاط الرياضي للصحة واللياقة وكخبرة اجتماعية وكخبرة لخفض التوتر

### 8- نقد الدراسات :

-التعليق على الدراسات السابقة:

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

1-إن اغلب نتائج هذه الدراسات كانت ايجابية بالنسبة لفروض الدراسة و أهدافها.

2-اختلفت أدوات البحث من دراسة إلى أخرى من بين استخدام مقاييس تم استخدامها من قبل و تطبيقها و بين تصميم لمقاييس جديدة عن طريق الخبراء و المحكمين و إيجاد الصدق و الثبات بها باستخدام الوسائل العلمية المختلفة.

3-اختلفت الدراسات السابقة من حيث نوعية الجنس عينة البحث فقد اشتملت العينة على الجنسين الذكور و الإناث

4-اختلفت أيضاً الدراسات السابقة في عينة البحث من حيث المراحل الدراسية فقد اشتملت على المرحلة الإعدادية و المرحلة الثانوية و مرحلة التعليم الجامعي.

5-اختلفت أيضاً الدراسات السابقة من حيث موضوع الدراسة فمنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم و مهنة ومنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم فقط و منهم من اکتفى بتناول جزء التمرينات في درس التربية الرياضية.

6-أكدت إحدى هذه الدراسات على اهتمام و سائل الإعلام بالتوعية الرياضية لما في ذلك من أثر ايجابي على إدراك مفهوم التربية الرياضية و خاصة لدى أولياء أمور التلاميذ

**وخلص القول:** يرى الباحث أن هناك اختلافات بين البحث الحالي و الدراسات السابقة من حيث الآتي:

- 1-تناول البحث الحالي اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بصفة عامة كما تطرق الى متغير المستوى الدراسي بين تلاميذ السنة الأولى و السنة الرابعة متوسط أي مرحلة الدخول و مرحلة الخروج من الطور المتوسط
- 2-اهتم الباحث بتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط لأنها تتميز بأنها مرحلة انتقالية ينتقل



## تمهيد

تعتبر دراسة الاتجاهات من أهم الموضوعات في مجال علم النفس المعاصر، باعتبار أن الاتجاهات من أهم محركات السلوك، فعن طريق اتجاه الفرد نحو ظاهرة ما أو حدث معين يمكن أن نتنبأ بسلوكه فيما بعد تجاه الظاهرة أو هذا الحدث ويشير في هذا الصدد كوربين<sup>1</sup> أن لدراسة الاتجاهات أهمية كبيرة لفهم الفرد وتوجيهه نحو العمل أو النشاط الذي يتفق مع ميوله والتكوين الخاص بشخصيته، كما أنها تعتبر عملية معقدة مرتبطة بسلوك الفرد وتعكس شعور الفرد نحو بعض المواقف<sup>1</sup>.

ويعتبر هيربرت " H. Spenser " الفيلسوف الإنجليزي من أسبق علماء النفس إلى استخدام اصطلاح الاتجاهات Attitudes حيث يقول " إن وصلنا إلى أحكام صحيحة في مسائل مثيرة لكثير من الجدل يعتمد إلى حد كبير على اتجاهنا الذهني ونحن نصغي إلى هذا الجدل أو نشارك فيه<sup>2</sup> " وجميع الناس يمتلكون اتجاهات متعددة ومختلفة ومتنوعة نحو أفراد وجماعات ومفاهيم أشياء وموضوعات موجودة في البيئة الاجتماعية، قد تكون تلك الإتجاهات إيجابية أو سلبية، وقد تكون تعبر عن اللامبالاة أو عن الإهتمام نحو موضوع ما، ومن هنا كانت دراسة الإتجاهات عنصراً أساسياً في تغيير السلوك الحالي و التنبؤ بالسلوك المستقبلي للفرد، وكذلك فهي تمكن الفرد من الدفاع عن ذاته، ومن تحقيق أهدافه الاقتصادية والاجتماعية وتسهل له التعامل مع المواقف.

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

<sup>1</sup> - - Corbin- CB.Aunude Toward- PHYSICAL ACTIVITY OF CHAMPION WOMEN BASKET BALL PLAYERS - Research DOCUMENT -1975-P83

<sup>2</sup> عطوف ياسين محمود - مدخل إلى علم النفس الاجتماعي - دار العلم للملايين - بيروت - 1989 - ص 105

## 1- مفهوم الاتجاهات:

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

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

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

ويعرفه "دوب Dob": هو استجابة مضمرة إستباقية و متوسطة ذلك بالنسبة لأنماط المثيرات الواضحة الصريحة والمختلفة، والاتجاهات تستثير هنا أعداداً متباينة من المثيرات، وهي ذات دلالة اجتماعية للفرد<sup>1</sup> أما "بوجاردوس Bogardus": يعرف الاتجاه "على أساس البيئة (بمعانيها) الاجتماعية والمادية والبشرية وتأثيرها على الفرد وذلك ناتجاً على الضغوط التي تتمثل في المعايير والعادات والتقاليد وذلك لقربه أي الفرد أو بعده عنها.

<sup>1</sup>-عباس محمود عوض -علم النفس الاجتماعي- دار النهضة العربية -بيروت - 1980 -ص 749 .

كما عرفه "روكييتش" Rockuiche " أنه تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النفسي للمعتقدات التي يعتقد الفرد نحو موضوع أو موقف وتهيئة لاستجابة يكون لها الأفضلية عنده<sup>1</sup>. "

أما "أوزجود" فعرفه: " حالة من الاستقرار أو الميل الضمني غير الظاهر، الذي يتوسط بين المثير والاستجابة

الذدفع الفرد لاستجابة تقويمية نحو موضوع معين<sup>2</sup>

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

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

وعرفه " ستانفور " : " بأنه استعداد عقلي متعلم للسلوك بطريقة ثابتة إزاء موضوع معيناً و مجموعة من الموضوعات<sup>3</sup> "

أما "نيوكمب" New Cumb " : " يرى أن الاتجاه النفسي هو تنظيم خاص للعمليات السيكلوجية ، الذي يمكن الاستدلال عليه من سلوك الفرد، وذلك بالنسبة للمدركات التي يميزها الفرد عن غيرها ، وهذا التنظيم الخاص للعمليات السيكلوجية ، إنما هو مستمد من أثار خبراته، ويحاول أن يستخدمها أيضا في الحكم على الحوادث المستقبلية<sup>4</sup> . "

<sup>1</sup> سعد عبد الرحمان - السلوك الإنساني - مكتبة الفلاح - الكويت - الطبعة 03 - 1983 - ص 516.

<sup>2</sup> محمد محسن علاوي - علم النفس الرياضي - دار المعارف - مصر - الطبعة - 08 ص 219 .

<sup>3</sup> عبد الرحمان محمد عيسوي - اتجاهات حديثة في علم النفس الحديث - دار النهضة العربية - بيروت 198 - ص 44 .

<sup>4</sup> سعد عبد الرحمان - مرجع سابق - ص 518

ومن خلال ما سبق يمكن أن نتفق على التعريف التالي:

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

## 2-مكونات الاتجاهات:

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

### 2-1-العنصر المعرفي:

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

أ - المدركات والمفاهيم Concepts: أي ما يدركه الفرد حسيًا أو معنويًا .

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

ت - التوقعات Expectation": وهي ما يمكن أن يتنبأ به الفرد بالنسبة للآخرين أو ما يتوقع حدوثه منهم<sup>1</sup>.

ويشير كل من كاتز وستولند Katz et Southland: على البعد المعرفي بأنه الاعتقاد و الإيمان بالأفكار والآراء الموجهة نحو موضوع ما، وفق للأهمية التي يعطيها الفرد أو دون ذلك<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> سعد عبد الرحمان -السلوك\_الإنساني -مكتبة الفلاح -الكويت -الطبعة الثانية- 1983 - ص596

<sup>2</sup> سعد جلال -القياس\_النفسي\_و\_الاختبارات\_النفسية - دار المعارف -مصر - 1992 -ص168

**2-2-العنصر الوجداني والانفعالي:**

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

**2-3-العنصر النزوعي:**

يشير هذا المكون إلى نزعة الفرد للسلوك وفق أنواع محددة في أوضاع معينة، إن الاتجاهات تعمل كموجهات للسلوك حيث تدفع الفرد إلى العمل وفق الاتجاه الذي يتبناه، فالطالب الذي يملك اتجاهًا تقبلية نحو العمل المدرسي يساهم في النشاطات المدرسية المختلفة ويتأثر على أدائها بشكل جدي وفعال<sup>1</sup>.

**3-تكوين الاتجاهات :**

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

**3-1-المرحلة الإدراكية المعرفية:**

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

**3-2-المرحلة التقييمية:** هي المرحلة التي يقيم فيها الفرد نتائج تفاعله مع المثيرات، ويكون التقسيم

مستنداً إلى ذلك الإطار المعرفي الذي كونه لهذه المثيرات، بالإضافة إلى عدة إطارات أخرى، منها ما

<sup>1</sup>عبد المجيد نشواتي-علم النفس التربوي -دار الفرقان -مؤسسة الرسالة -الأردن -ط6 - 1993 ص472

هو ذاتي غير موضوعي فيه الكثير من الأحاسيس والمشاعر التي تتصل بهذا المثير.

### 3-3-المرحلة التقديرية:

وهي المرحلة التي يصدر فيها الفرد القرار على نوعية علاقته بهذه العناصر، وقد يتكون الاتجاه عن طريق التلقين أي عن طريق نقل الخبرة بصورة غير مباشرة إلى الفرد، ويصرف النظر عن تكوين الاتجاهات، سواء بالطريقة المباشرة أو الغير المباشرة فإن عملية التطبيع الاجتماعي و التعلم الاجتماعي أو التنشئة الاجتماعية هي العملية المسؤولة عن تكوين الاتجاهات و تتميتها و تأكيدها أو محوها أو إزالتها أو تغييرها<sup>1</sup>.

### 4-نمو الاتجاهات:

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

#### 1-4-تأثير الوالدين:

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

#### 2-4-تأثير الأقران:

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

#### 3-4-تأثير وسائل الإعلام:

قد تساعد وسائل الإعلام في تكوين الاتجاهات، فعلى سبيل المثال قد تقدم بعض البرامج التلفزيونية معلومات هامة تتصل ببعض المسائل السياسية، ومع ذلك لا يحتمل أن تسهم وسائل الإعلام - في حد ذاتها

<sup>1</sup>كامل محمد عويضة - علم النفس الاجتماعي - دار الكتاب العلمية - الطبعة الأولى - 1996 - ص 116

في تكوين الاتجاهات ، وإنما هي بالأخرى تدعم الاتجاهات التي تأثرت في تكوينها بأحد المصادر الرئيسية الأخرى لتكوين الاتجاهات.

#### 4-4- تأثير التعليم:

يعد التعليم مصدراً هاماً آخر يزود الفرد بالمعلومات التي تسهم في نمو اتجاهاته وتدعيمها ، وبصورة عامة كلما ازدادت السنوات التي يقضيها الفرد في التعليم الرسمي ، كلما بدت اتجاهاته أكثر تحريراً<sup>1</sup>.

#### 5-مميزات الاتجاه:

تتميز الاتجاهات من عدة عناصر تتمثل في ما يلي:

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

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

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

#### 5-2-الشدة: تختلف الاتجاهات من حيث الشدة، إذ نجد لشخص معين اتجاهًا ضعيفاً نحو موضوع ما،

بينما نجد اتجاهًا قوياً نحو نفس الموضوع أو موضوع آخر لدى شخص آخر ، ولفهم الاتجاه ينبغي أن يعكس هذا الأخير مدى قوة شعور الفرد.

<sup>1</sup>كامل محمد عويضة- نفس المرجع ،ص115

**3-5-الاستقرار:** من الملاحظ أن بعض الأفراد يستجيبون لسلم الاتجاه بأسلوب مستقر بينما نجد آخرين يعطون إجابات مرضية لنفس الموضوع، فقد يقول فرد بأنه يعتقد أن الفقهاء محايدون وفي نفس الوقت يجادل بأن قاضياً معيناً ليس محايداً.<sup>1</sup>

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

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

## 6-خصائص الاتجاهات:

للاتجاهات النفسية خصائص تتميز بها و هي<sup>2</sup>:

### 6-1-الاتجاه يشكل نمط من ردود الأفعال:

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

### 6-2-الاتجاه المحايد، المؤيد والمعارض:

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

<sup>1</sup>مقدم عبد الحفيظ - الإحصاء و القياس النفسي و التربوي -ديوان المطبوعات الجامعية - 1993 - ص244

<sup>2</sup>أحمد نقازي - علاقة الاتجاهات النفسية بدوافع العمل في إطار نظرية ماسلو - رسالة ماجستير -معهد علم النفس و علوم التربية -جامعة الجزائر - 1991 -ص10 -



**3-6-الاتجاه العدائي:**

وهو أخطر الخصائص التي يحملها الاتجاه مثل اتجاه الأمريكيين ضد الزنوج حيث<sup>1</sup> يكسب للطفل هذا الاتجاه منذ ولادته، حيث يستمد عناصره من سلوك أسرته ومقومات حضارية ومن ثم يكره بدوره الزنوج ويكون على استعداد دائم لإظهار هذا العدا في كل وقت.

**4-6-الاتجاه التعسبي:**

يشترك مع العدائي في السلبية والتعصب للاتجاه ، ويولد عداا الاتجاهات الأخرى وهو من الاتجاهات التي تدفع صاحبها إلى التثبت بها مهما كانت النتائج<sup>1</sup> ومن أبرز الأمثلة على هذا الاتجاه، تعصب الأمريكيين ضد الزنوج وتعصب الحركة الصهيونية ضد المسلمين.

**7-وظائف الاتجاه:**

للاتجاهات وظائف متعددة بالنسبة للفرد فهي تنعكس في أقواله وأفعاله أثناء تعامله مع الموضوعات وتجعله قادراً على اتخاذ القرارات دون تردد وحدد" دانيال كاتز 1960Danial katzوظائف الاتجاهات نلخصها في ما يلي :

**1-7-الوظيفة المعرفية:**

المعرفة عنصر هام في الاتجاهات، فهي تمارس مباشرة من خلال المعلومات المدركة من أن الفرد يتلقى معطيات محددة فهي نتائج المحيط الاجتماعي ويذكر" روكلانRocklin" ذهنية عاطفية يتخذها الفرد كمرجع للحكم على الأشخاص والمواضيع أحكاماً ايجابية أو سلبية.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> زيدان عبد الباقي - وسائل وأساليب الاتصال - دار الكتب المصرية- الطبعة الأولى - 1974 - ص- 265

<sup>2</sup> Maisonneuve -Introduction en psychologie sociale-edution colin-Prance-1989-p-113

وهي نفس السياق يعتبر "بروناروقودمان Burner et Goodman" أن عملية انتقاء المعارف يكون وفق نظام المدركات المعرفية<sup>1</sup>. عبر انتقاء المعارف يعود الفرد تنظيم وتقويم المواضيع، وهذه الوظيفة تمنح صفة التماسك للخبرة، كما تساهم في جعل مدركات العالم الخارجي ملتصقة ومنظمة، لأن الفرد بحاجة دائمة لرؤية عالمه في بنية منظم<sup>2</sup>.

### 7-2- الوظيفة النفعية:

وهي الوظيفة في جوهرها تقوم على أساس تحقيق أهداف اجتماعية باعتبار الناس يسعون إلى زيادة الإثابة التي تعود عليهم من بيئتهم الاجتماعية ويذكر "جريمي بينتام Bentam Gremi أن الناس في الحياة يسعون إلى تحقيق الفائدة من المحيط الاجتماعي<sup>3</sup>.

فالثواب الاجتماعي يحصل عليه من قبل موافقة الآخرين بحيث يتكون لدى الفرد اتجاهات إيجابية نحو مواضيع موجودة في عالمه التي تشبع حاجاته وكذلك تتكون لديه اتجاهات سلبية نحو مواضيع التي تحيطه فالاتجاهات تسعى إلى تحقيق منافع بغرض الملائمة النفسية والموافقة الاجتماعية<sup>4</sup>.

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

### 7-3- الوظيفة المحركة:

وتبرز الاتجاهات كمحرك لنشاطات الفرد، وهذه الوظيفة تتحكم بشدة في السلوكات باعتبارها مرتبطة بما تحققه من حاجات على المستوى النفسي وبمنظومات القيم على المستوى الاجتماعي<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> Marie Pierre Patris Rossi-Elèment psychologique sociale-edition-Armond colin Paris/France 1999/p-37

<sup>2</sup> حلمي المليجي - علم النفس المعاصر - دار النهضة العربية - مصر - الطبعة الثانية - 1982 - ص 127 -

<sup>3</sup> عطف محمد ياسين - علم النفس العيادي - دار الملايين - الطبعة الأولى - لبنان - 1986 - ص 120 -

<sup>4</sup> أحمد الخالق - علم النفس الاجتماعي - دار الجامعة بيروت - لبنان - 1983 - ص 09 -

<sup>5</sup> Marie Pierre Patris Rossi- Eléments psychologique sociale - édition Armond colin -

**4-7 الوظيفة التنظيمية:**

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

**5-7- الوظيفة التعديلية :**

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

**6-7-الوظيفة التعبيرية:**

يعتبر كل من كارل روجرز k.Rogers وابرامام ماسلو A.Maslau : أن الاتجاهات تنفيس إيجابي للتعبير عن الذات، وحسب هاذين الباحثين ليس رضا للآخرين والمجتمع هو الأساس في تبني الاتجاهات، وإنما تأكيد الصفات الإيجابية لفكرة الفرد عن نفسه.<sup>1</sup>

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

**7-7- الوظيفة الدفاعية:**

فقد حاولت المدرسة الفرويدية الكلاسيكية والمعاصرة تفسير عملية دفاع الأنا، من خلال الآليات الدفاعية Les mechanism de defenses كعمليات لا شعورية، والتي ماهي في الحقيقة إلهيل تسمح للفرد حماية أناه.<sup>1</sup>

وعبر هذه الوظيفة يلجأ الفرد إلى استخدام تلك الحيل العقلية التي تساهم في إبقاء الاتجاهات التي توحى بفكرة سليمة ومقبولة عن النفس، حيث يتبنى الفرد الاتجاهات التي تحجب نقائص في شخصيته، وبالتالي هذه الوظيفة تحاول تحقيق الملائمة مع الآخرين، وكذا الدفاع وحماية صيرورة واستمرارية الأنا<sup>2</sup>.

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

**8- أنواع الاتجاهات:**

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

**8-1- الاتجاهات على أساس الموضوع:**

اتجاهات عامة واتجاهات خاصة : إن الاتجاهات العامة هي التي تنصب على الكليات لتشمل عدد من النواحي متنوعة لموضوع الاتجاهات، مثل احترام السلطة، أما الاتجاهات الخاصة، فهي التي تنصب على

<sup>1</sup> سعد جلال - القياس النفسي و الاختبارات النفسية - دار المعارف - مصر - 1992 - ص 109 -

<sup>2</sup> أحمد عبد الخالق - علم النفس الاجتماعي - دار الجامعية - لبنان - 1983 - ص 292 -

النواحي النوعية والخاصة لموضوع الاتجاهات، مثل اتجاهات نحو عفة البنات، ويلاحظ أن الاتجاهات العامة ترتبط بالاتجاهات الخاصة وبذلك تعتمد هذه الأخيرة على سابقتها لتشتق منها دوافعها<sup>1</sup> لذا فالإتجاه العام أو الخاص، يرتبط بموضوع الإتجاه نفسه، فإن كان موضوع عامًا يسمى إتجاهًا عامًا وإن كان موضوع خاص يسمى إتجاهًا خاصًا.

### 8-2-الاتجاهات على أساس الأفراد:

اتجاهات جماعية واتجاهات فردية: فالإتجاهات التي تنشر أو يشترك فيها عدد كبير من الأفراد، ويعتقها جمع كبير من الأشخاص، وتشيع بينهم فهذه اتجاهات جماعية.<sup>2</sup> أما الإتجاهات الفردية تعتبر ذاتية لأنها أكثر فردية، وتتكون لدى الفرد الواحد أثناء تجاربه الخاصة به، قد تتعكس على سلوكه وحده، فهي بذلك تميزه عن غيره وهي أقل ثباتًا واستقرار، مثل الإتجاهات نحو الكتب السماوية فهي اتجاهات جماعية .

### 8-3-الاتجاهات على أساس الوضوح:

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

أما إذا أخفى الفرد اتجاهاته ولم يصرح بها بوضوح بل يحتفظ بها في قرارات نفسية وقد ينكرها عن الآخرين بالرغم من وعيه بوجودها لديه فهي اتجاهات سرية<sup>3</sup> .

<sup>1</sup>عبد الرحمان محمد العيسوي -علم النفس الاجتماعي -دار النهضة العربية - 1992 - ص 202

<sup>2</sup>السيد خير الله - مفهوم الذات - دار النهضة العربية - مصر - 1984 - ص 247

<sup>3</sup>محمد مصطفى زيدان -علم النفس الاجتماعي -دار الشرق - 1987 - ص 182

**4-8- الاتجاهات على أساس الشدة:**

اتجاهات قوية واتجاهات ضعيفة : إن القوة والضعف تميز شدة الاتجاهات التي تتعكس على مدى تفاعل الفرد بالآخرين، فالاتجاهات القوية هي التي يقوم أصحابها بإصدار أحكام قاطعة يمارسونها باعتبارها تحمل شحنات عاطفية انفعالية لتجعلها قوية، وتتوضح في تأييد موضوع الاتجاهات. وقد عرفها "حامد عبد السلام" أنها تلك التي تظهر في السلوك القوي الفعلي عن العزم والتصميم، والاتجاهات القوية أكثر ثباتاً واستمراراً ويصعب تغييرها نسبياً<sup>1</sup> أما الاتجاهات الضعيفة فهي تحمل شحنات انفعالية ضئيلة أو معدومة تجعل من الاتجاهات ضعيفة بحيث الفرد لا يتخذ أي موقف إزاء موضوع الاتجاهات، مما يؤدي إلى عدم انفعاله وهي اتجاهات يسهل التخلي عنها أو تغييرها في ظروف معينة أو تحت ضغوطات.

**5-8-الاتجاهات على أساس الهدف:**

اتجاهات إيجابية واتجاهات سلبية : يطلق على الاتجاهات لفظ الإيجابية، لأنها تدور حول محور يقبل فكرة موضوع الاتجاهات والتقرب منه، أما إذا كان الفرد يبتعد عن موضوع الاتجاهات ويرفضه، فهي إذاً اتجاهات سلبية.<sup>2</sup>

وعليه فالاتجاهات التي أساسها الرفض هي اتجاهات سلبية، أما الاتجاهات في إيجابيتها وسلبيتها قد تتخذ شكلاً متطرفاً<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> حامد عبد السلام زهران - علم النفس الاجتماعي - عالم الكتب - الطبعة - 05 القاهرة - 1985 - ص 137

<sup>2</sup> سيد خير الله - مرجع سابق - ص 48

<sup>3</sup> عباس محمود عوض - في علم النفس الاجتماعي - دار النهضة العربية - لبنان - 1990 - ص 28

**8-6-الاتجاهات على أساس العلاقة:**

اتجاهات مرتبطة واتجاهات منعزلة : هناك اتجاهات بسيطة ومرتبطة بغيرها من الاتجاهات ،ويأتي هنا الترابط في الاتجاهات نتيجة تناسقها ،وانسجام وتسلسل المنظومة المعرفية لدى الفرد، إذ أن هناك اتجاهات لموضوع معين لا تتوضح لو لا وجود اتجاهات أخرى مرتبطة بموضوع الاتجاهات الأول، ولكن تكامل عناصر موضوع الاتجاهات يختلف من موضوع إلى آخر، مثل الاتجاهات نحو الدين فهذه الاتجاهات تحتل وسيط بين سائر اتجاهات الأفراد ذوي العقائد المختلفة، أما الاتجاهات المنعزلة فهي تلك التي لا توجد لها صلة تربطها بمواضيع الاتجاهات، كما أن عناصرها لا تتكامل مع عناصر موضوع آخر، مثلا الاتجاهات نحو صابون من نوع خاص فهي اتجاهات سطحية ومنعزلة.<sup>1</sup>

**8-7-الاتجاهات على أساس الأمد:**

اتجاهات طويلة الأمد واتجاهات قصيرة الأمد : الاتجاهات طويلة الأمد هي التي تستمر مع الفرد طويلا على مدى مراحل حياته ،ولا تتأثر بمؤثراته البيئية المحيطة بالفرد لتغيرها ،مثل الاتجاهات نحو الدراسة ،أما الاتجاهات القصيرة الأمد هي التي تنتهي بسرعة، ويساهم الوسط الاجتماعي و الرصيد المعرفي في إبقائها مع الفرد لفترة طويلة منحياته، فمحوها يكون أفضل لأنها لم تعد تؤدي عملها على مستوى الفردي والجماعي، مثل الاتجاهات نحو ثقافة الماركسية.<sup>2</sup>

- ومما يلاحظ أن كل هذه الأنواع من الاتجاهات، تتوفر لدى أفراد وأشخاص والجماعات بشكل متفاوت، ولا تخضع لنظام معين من التسلسل، وإنما وجود تلك الأنواع المتعددة حسب كل فرد وما يتلاءم وطبيعته الشخصية وخصوصيته الفردية وتجاربه الذاتية ومعاشه النفسي والاجتماعي، فكل ذلك يرجع أيضا إلى

<sup>1</sup> محمد مصطفى زيدان -مرجع سابق ص182

<sup>2</sup> عبد الرحمان العيسوي -علم النفس الاجتماعي - مرجع سابق ص202

اختلاف و تنوع المواضيع التي هي محور الاتجاهات، لذا فمجموع اتجاهات الفرد تختلف من فرد لآخر ومن جماعة لأخرى لما تؤديه من وظائف نفسية واجتماعية للفرد والجماعة.

## 9-مراحل تكوين الاتجاهات :

تمر الاتجاهات في تكوينها بأربعة مراحل هي:

### 1-9-1-المرحلة الأولى:

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

### 9-2-المرحلة الثانية:

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

### 9-3-المرحلة الثالثة:

تأخذ الاتجاهات شك لا ثابتاً في تفكير الفرد وسلوكه عند إصدار حكم على علاقته بالمجتمع، ويظهر ذلك جلياً في حياته، ولكن هذا الثبات ليس مطلقاً بل نسبي، وعندما تطرأ تغيرات على المظاهر الاجتماعية وغيرها فإنها تطلب تعديلها.<sup>1</sup>

### 9-4-المرحلة الرابعة:

فعندما تطرأ تغيرات على واقع الحياة تتطلب تكوين اتجاهات جديدة، وهذه الأخيرة تركز على الإقناع العقلي والدفع العاطفي، حيث يحاول الفرد إقناع من حوله بصحة اتجاهاته وضرورة تبنيها<sup>2</sup>. فهذه المراحل المختصرة توحى بألية دائرية تمر بها الاتجاهات في اكتسابها لدى الفرد والجماعة.

<sup>1</sup>محمد حسن ظاظا و سماح رافع - علم النفس العام - دار القومية العربية للطباعة - مصر 1993 - ص163 -

<sup>2</sup>محمد حسن ظاظا و سماح رافع - علم النفس العام - دار القومية العربية للطباعة - مصر - 1993 - ص163 -



**10-عوامل تكوين الاتجاهات:**

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

**10-1-المؤثرات الوالدية:**

يعتبر عامل الوالدين أقوى العوامل المؤثرة في تكوين اتجاهات الأفراد، حيث وجد أن أكثر اتجاهات الفرد تتأثر إلى حد كبير باتجاهات والديه من خلال التنشئة الاجتماعية.<sup>1</sup> ويرى "علي أحمد علي": "أن الفرد يتبنى عادة اتجاهات الجماعة التي ينتمي إليها، خصوصا إذا كانت الجماعة متماسكة تُتشبع حاجات الفرد، وكان الفرد يشعر بالانتماء إلى هذه الجماعة.

**10-2-المؤثرات الثقافية:**

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

**10-3-أنماط الشخصية:**

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

اتجاهات محافظة، وأما صفة الانبساط فتساعد على تكوين اتجاهات تقدمية ثورية<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>ناصر محمد العديلي - السلوك الإنساني التنظيمي -معهد الإدارة العامة - الرياض - 1995 - ص 135

<sup>2</sup>محمود عبد الحليم منسي - علم النفس التربوي للمعلمين - دار المعرفة الجامعية- الطبعة الأولى-القاهرة. 199 - ص212 -

**10-4-الحقائق والمعلومات:**

تشكل الاتجاهات على أساس ما يتوفر لدى الفرد من حقائق ومعلومات، وقد أكد العالم "أرنوف وتيج": "أنه لا يحتمل أن تسهم وسائل الإعلام في حد ذاتها في تكوين الاتجاهات، وإنما هي الأخرى تُدعم الاتجاهات في تكوينها بأحد المصادر الأخرى<sup>1</sup>.

**11-نظريات في تفسير عملية تكوين الاتجاهات:**

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

**11-1-نظرية التعلم الاجتماعي:**

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

والمحدد الرئيسي في تكوين الاتجاهات ،هي تلك الترابطات التي يعايشها الفرد لموضوع الاتجاه ،كذلك يمكن أن يحدث تعلم الاتجاهات عن طريق التدعيم ،فإذا تلقى الفرد أو التلميذ بعض الدروس في علم النفس

<sup>1</sup>أرنوف وتيج - مقدمة في علم النفس - ديوان المطبوعات الجامعية -الجزائر - 1994 -ص 327 -

واستمتع بها فإن ذلك سوف يمثل تدعيماً له، وبالتالي يميل لأن يتلقى دروباً أخرى فيما بعد في هذا العالم، كذلك فإن الاتجاهات يمكن تعلمها من خلال التقليد فالشخص يقلد الآخرين، وخاصة إذا كانوا أقوياء أو ذوي أهمية بالنسبة له فالأطفال يقلدون الكبار وخاصة الوالدين، والمراهقين يقلدون أصدقائهم أو من يعتبرونهم قدوة.<sup>1</sup>

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

### 11-2 نظريات الباعث :

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

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

### 11-3-النظريات المعرفية:

تؤكد النظريات المعرفية أن الأفراد يسعون دائماً إلى تحقيق الترابط والتماسك، وإعطاء معنى لأبنياتهم المعرفية أي يسعون إلى تأكيد الاتساق فيما بين معارفهم المختلفة، وبالتالي فإن الفرد لن يقبل إلا الاتجاهات التي تتناسب مع بنائه المعرفي الكلي، كذلك يرى المنظرون المعرفون أن السعي الدائم والمستمر من جانب الفرد لتحقيق هذا الاتساق المعرفي يعتبر دافعاً أولياً يتحدد على ضوئه ما يمكن أن يتبناه الفرد، من اتجاهات نفسية نحو الموضوعات المختلفة، وما يوضح ذلك ما جاء في نظرية التناظر المعرفي لـ "Festinger" فستنجر " ومؤداها : أن الأشخاص يسعون دوماً إلى تحقيق الاتساق داخل معتقداتهم من جهة، وبين اتساق

<sup>1</sup> زين العابدين درويش / علم النفس الاجتماعي / مطابع زمزم / الطبعة الأولى / القاهرة/ 1993 / ص 101 - 104

معتقدات معظم الأشخاص كما يوجد تنافر بين بعض اتساق معتقداتهم و سلوكياتهم " ،وعندما يمتد هذا التنافر إلى الأشياء، تمثل أهمية بالنسبة إلى الأفراد، تنشأ لديهم حالة عدم الارتياح يطلق عليه " فستتجر " مصطلح التنافر المعرفي ،وهو قوة ضاغطة مثيرة للتوتر تدفع الفرد إلى أن يخفض إحساسه به أو التخلص منه،ولا يتحقق ذلك إلا بتوافر الاتساق بين المعتقدات لدى الشخص وبين صور السلوك المتصلة بها<sup>1</sup>.

## 12-قياس الاتجاهات:

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

**12-1-الطريقة المباشرة:** أو طريقة قياس الاتجاه اللفظي،ومن أكثر هذه الطرق استخداما طريقة ثيرستون و طريقة ليكرت و طريقة التمايز السماني ( تمايز معاني المفاهيم).

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

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

<sup>1</sup> زين العابدين درويش : نفس المرجع السابق – ص104

### 13- طرق قياس الاتجاه:

هناك عدة طرق لتصميم مقاييس للاتجاهات و سنتعرض لأهم المقاييس:

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

يعتبر مقياس بوجاردوس " للمسافة الاجتماعية أول مقياس وضع لقياس الاتجاهات وكانت الدراسة التي طبق فيها هذا المقياس، تستهدف التعرف على مدى تقبل الأمريكيين أو نفورهم من أبناء الشعوب الأخرى<sup>1</sup> ويشمل هذا القياس بنود تمثل مواقف الحياة الحقيقية للتعبير عن مدى البعد الاجتماعي لقياس تسامح الفرد أو تعصبه لجماعة أو شعب معين، والشكل التالي يوضح هذا النموذج:

أحب أن:

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

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

الزنوج\_ اليهود \_ الهنود الحمر \_ النازيين.

والاستجابات السبع المدرجة في الشكل تمثل مسطرة متدرجة تدل على القرب أو البعد الاجتماعي،

فالاستجابة الأولى تمثل أقصى درجات القرب والاستجابة السابعة تمثل أقصى درجات البعد.<sup>2</sup>

ويلاحظ على هذا المقياس أنه سهل التطبيق إلا أنه لا يقيس الاتجاهات المتطرفة تطرفاً كبيراً كما في

التعصب الشديد، ويمكن أن يستجيب الفرد بالرفض لأكثر من عبارات المقياس وذلك لأنها ليست متعارضة

أو متنافية وكذلك لمن يستجيب بالقبول.

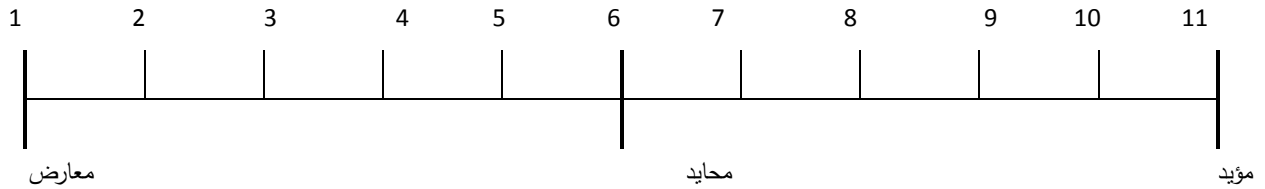
<sup>1</sup> عباس محمود عوض - علم النفس الاجتماعي - دار النهضة العربية - بيروت / بدون طبعة - 1980 - ص 33 -

<sup>2</sup> عباس محمود عوض - نفس المرجع السابق - ص 312 -

## 13-2- طريقة ثيرستون ( thursstone ) 1928

وضع " ثورستون " وزميله " تشيف " عدداً من العبارات بينها فواصل أو مسافات متساوية ويقوم هذا المقياس على دراسة تجريبية للتعصب القومي ويتلخص في المقارنة بين شيئين أو مثيرين لتوضيح أيهما أفضل أو أقوى من الآخر<sup>1</sup>.

وعبارات المقياس المتساوية تأخذ درجة من 1 إلى 11 تبعاً للفئة التي يقع فيها عند كل محكم



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

## 13-3- طريقة ليكرت ( Likert ) 1932 :

تمثل هذه الطريقة أسلوباً جديداً لقياس الاتجاه النفسي لدى الأفراد وتتخلص هذه الطريقة في أن يطلب من الأفراد توضيح درجة موافقتهم أو رفضهم لكل عبارة من عبارات المقياس حيث تتأثر الاستجابات بالبيئة التي

<sup>1</sup>حامد عبد السلام زهران - علم النفس الاجتماعي - عالم الكتب - الطبعة الرابعة - القاهرة - 1977 - ص- 153

طبق فيها المقياس وكذا ثقافة الذين يجيبون على بنود المقياس وتعبّر في آخر الأمر على شدة الموافقة وشدة الرفض لموضوع الاتجاه كما يوضح الشكل الآتي:

أوافق بشدة	أوافق	لا أدرى	غير موافق	غير موافق بشدة
------------	-------	---------	-----------	----------------

ويتم تصحيح المواقف باعتبار أن درجة الموافقة الشديدة تمثل أعلى درجة للاتجاه ولذا فهي تحصل على درجة مقدارها ( 05 ) بينما تُعطي درجة عدم الموافقة الشديدة درجة مقدارها ( 01 ) باعتبارها أقل اتجاه<sup>1</sup>.

## 14- مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي:

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

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

وفي رأي " كنيون " أن الفرد قد يتخذ اتجاهاً موجباً نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية، وقد يتخذ اتجاهاً سالباً نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى.

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

### 14-1- النشاط البدني كخبرة اجتماعية :

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

<sup>1</sup> درويش زين العابدين و آخرون - علم النفس الاجتماعي - أسسه وتطبيقاته - مطابع زمزم - القاهرة. 1993 - ص 110

**14-2-النشاط البدني للصحة واللياقة :**

انطلاقاً من الفكرة السائدة لدى الكثيرين سواء من الممارسين أو من غير الممارسين للنشاط الرياضي أن هذا اللون من النشاط يمكن أن يفيد الصحة ويسهم في إكساب اللياقة البدنية فمن المعتقد أن هناك بعض الأنشطة البدنية يمكن أن تتميز أساساً بإسهامها وبدرجة كبيرة في تحسين صحة الفرد ولياقته البدنية.<sup>1</sup>

**14-3-النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة :**

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

**14-4-النشاط البدني كخبرة جمالية:**

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

**14-5-النشاط البدني لخفض التوتر:**

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

**14-6-النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي:**

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي-موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين-مركز الكتاب للنشر-الطبعة الأولى 199 ص 444-445.



يرى البعض أن النشاط الرياضي قد يوفر المجال لإشباع الحاجة إلى التفوق الرياضي والمنافسة الرياضية، وقد يبدو أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية المعاصرة وخاصة في مجال المستويات الرياضية العالية ترتبط بنوع من الخبرات تدفع إلى المثابرة على التدريب الشاق وبذل الجهد وكبح جماح النفس في العديد من المواقف كما تتطلب التخلي عن كثير من المصادر التي تشبع بعض الرغبات<sup>1</sup> ويصلح المقياس للتطبيق على المراحل السنوية ابتداءً من سن 14 سنة فأكثر للبنين والبنات.

### 15- أهمية الاتجاهات:

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

#### • **وتفيد في كثير من الميادين، ففي الميدان التربوي : تفيد معرفة الاتجاهات النفسية الإدارة**

التعليمية في معرفة اتجاهات التلاميذ نحو المراحل الدراسية المختلفة، ونحو زملائهم والمواد

الدراسية وكتبهم ومدرسيهم، و تضم التعليم وأنواعه وطرق التدريس<sup>2</sup>

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي - موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين - مرجع سابق - ص 446 -

<sup>2</sup> عبد الرحمان العيسوي - دراسات في علم النفس الاجتماعي - دار النهضة العربية للطباعة والنشر - الطبعة الثانية - بيروت -

- 1974 ص 197 -

- أما في الميدان الصناعي : تفيد معرفة الاتجاهات العمال نحو عملهم ،وتضم الإدارة في تحقيق سعادة العمال وتكيفهم وفي زيادة الإنتاج ،ورفع مستواه، وتقليل حوادث العمل وكذلك تفيد في اختيار الجماعة التي تتماشى واتجاه الفرد.

## 16-علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى:

### 16-1-الاتجاه و العاطفة:

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

### 16-2-الاتجاه والتعصب:

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

### 16-3-الاتجاه والرأي:

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

### 16-4-الاتجاه والميل:

إن الميل يتعلق بما نحب في حين أن الاتجاه يرتبط بما نعتقد، وهناك فرق بين ما نحب وما نعتقد به ،ذلك أننا قد نحب شيئاً ما دون اعتقادنا به أو معرفتنا له، فالميل إذن مجرد تعبير عن تفضيل لا دخل للاعتقاد فيه، أما الاتجاه فهو تعبير عن عقيدة الشخص وليس عن شعوره كما هو الحال بالنسبة للميل<sup>1</sup> .

### 16-5-الاتجاه والانفعال:

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

### 16-6-الاتجاه و السلوك :

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

### 16-7- .الاتجاه والدافع:

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

### 16-8-الاتجاه والحاجة:

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

### 16-9-الاتجاه و القيمة:

<sup>1</sup>أحمد أوزي - سيكولوجية المراهق - دار الفرقان / الطبعة الأولى - الدار البيضاء -المغرب. 1986 - ص65 -

إذا كان الاتجاه هو مجموعة استجابات القبول والرفض لفكرة أو موضوع ما، فإن هذه الاتجاهات الجزئية قد تتجه نحو البلورة في سلوك الشخص الاجتماعي خلال مختلف المواقف، وسلوكه هذا يجعل منه فرداً معيناً في المجتمع ذا سلوك متسم بمعايير معينة فيحدد بذلك مثله العليا، وعندما تعمم تلك المثل وتأخذ إطاراً معيناً فإنها تصبح قيم<sup>1</sup> "valeurs".

## الخلاصة

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

<sup>1</sup> أحمد أوزي - نفس المرجع السابق -ص66

وقد تبين من كل ما استعرضناه فيما يخص الاتجاهات ،أهميتها في توجيه سلوك الفرد وإثارة دافعيته ،حيث

تشكل مكون هاماً في العملية التعليمية من مدرسين و أولياء أمور من أجل المساهمة في تشكيل اتجاهات

إيجابية و بناء

## تمهيد:

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

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

## 1- التربية العامة:

## المقصود بها:

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

التربية تقوم على مسلمة مقبولة من طرف المنظرين والمفكرين والمطبقين وهي أن الإنسان قابل للتغيير، إذن الإنسان قابل للتربية، ولكن اختلفت نظرة المفكرين أو الباحثين منذ القدم للتربية، واختلفت تعريفاتهم لها حيث يرى أرسطو : "أنها إعداد العقل لكسب العلم كما تعد الأرض للنبات أو الزرع".<sup>1</sup>

ويقول دوركايم: " التربية هي العمل الذي تقوم به الأجيال الناضجة نحو الأجيال التي لم تنضج أو تهياً بعد الانخراط في سلك الحياة الاجتماعية أو هي تهدف إلى أن يثير أو تنمي لدى الفرد الحالات العقلية والجسمية التي يتطلبها منه مجتمعه السياسي في عمومها ويتطلبها منه مجتمعه المحلي الذي يعده للحياة"<sup>2</sup> . فالتربية ليست خدمة زائدة تقدمها الدولة لأبنائها وإنما هي عملية بناء الجسم والعقل وجزء لا يتجزأ من بناء المجتمع ككل، بل هي الأساس لأي بناء آخر، ومن ثم كان العمل التربوي عمل إنتاجيا في المقام الأول ويقاس مردوده بمقاييس اقتصادية محفة، ولذا فإن التربية ليست ضرورة اجتماعية أو ثقافية وإنما هي فوق كل ضرورة من

<sup>1</sup> - تركي رابح، " أصول التربية والتعليم"، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1990، ص 10.  
<sup>2</sup> - صالح عبد العزيز عبد المجيد، "التربية وطرق التدريس"، دار المعارف، مصر، الجزء الأول، 1968، ص 11-15.

ضروريات التنمية الاقتصادية الشاملة للمجتمع مثلما أكده المربي الأمريكي " جون ديوي " حيث قال: " المجتمع المتخلف اقتصاديا متخلف تربويا".<sup>1</sup>

## 2- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

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

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

ومن تشيكوسلوفاكيا (السابقة) يبرز تعريفا كويسكي كوزليك بأن التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفا تكوين المواطن بنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف.<sup>2</sup>

ومن فرنسا وضع روبرت بوبان بأن التربية البدنية هي : " تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفس حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد".<sup>1</sup>

<sup>1</sup> - صالح عبد العزيز عبد المجيد، "التربية وطرق التدريس"، دار المعارف، مصر، الجزء الأول، 1968، ص 11-15.  
<sup>2</sup> - قاسم حسن البصري، "نظرية التربية البدنية"، مطبعة الجامعة، بغداد 1979، ص 19.



ومن بريطانيا ذكر بيتر أرنولد تعريفا للتربية البدنية حيث يرى بأنها: "ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية، العقلية، الاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط المباشر".<sup>2</sup>

ومن هنا نجد أن التربية البدنية والرياضية لم تنحصر في مفهوم واحد، وإنما تعددت مفاهيمها بين العديد من الباحثين فكل منهم أعطى رأيه الخاص، ولكنهم يتفقون في مضمون واحد مفاده أن التربية البدنية تعمل على إنشاء الفرد وتكوينه في جميع المجالات البدنية، الاجتماعية، الانفعالية، العقلية من خلال النشاط البدني حتى يكون مواطنا صالح يخدم وطنه.

### 3- أهداف التربية البدنية والرياضية وأبعادها:

#### 3-1- الأهداف:

السعي من وراء تدريس مادة التربية والبدنية والرياضية في نطاق المقارنة بالكفاءات المعتمدة هو تحقيق النوايا التربوية الشاملة في إطار تكميلي مع المواد التعليمية الأخرى، وهي تهدف إلى تنمية الكفاءات الخاصة في عدة جوانب:

#### 3-1-1- الجانب النفسي الحركي:

- تنمية القدرة الحسية والفكرية.
- تنمية قوة الإدراك، التوازن، التنسيق، إنجاز حركات مختلفة الأشكال والأحجام.
- القدرة على اتخاذ القرار المناسب للفعل المرغوب فيه.
- تهدف إلى تنمية الحركات المختلفة.

<sup>1</sup> - محمد محمد الحماصي: " فلسفة اللعب"، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الأولى، القاهرة، 1996، ص 45.  
<sup>2</sup> - أمين أنور الحولي، " أصول التربية البدنية والرياضية المدخل، التاريخ، الفلسفة"، دار الفكر العربي، الطبعة الثالثة، القاهرة، 2001، ص 36.

- تسمح بإكساب خبرات حركية تؤهل التلميذ للاستجابة لكل الحالات والوضعيات المتاحة والتعبير عن إمكانياته الحركية في محيط يسمح له بتنمية وتطوير كفاءاته.

### 3-1-2- الجانب الوجداني:

نفس عاطفي، للتعبير عن الثقة بالنفس في التسيير التنظيم، التحكم في إمكانياته. اجتماعي عاطفي، للتعبير عن قدرة التعايش مع الجماعة والاندماج فيها بفضل تبني المسؤوليات والأدوار المفيدة التي تخدمه.

- تهدف إلى المشاركة الطوعية في الحياة الاجتماعية.

- تسمح بإكساب خبرات وعلاقات تؤهل التلميذ للاندماج في الجماعة وممارسة حق العضوية، الرغبة في التكيف مع الوضعيات الصعبة التي تقتضي على العلاقات الاجتماعية الإيجابية في الجماعة والمجتمع.<sup>1</sup>

### 3-1-3- الجانب المعرفي:

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

تهدف إلى ضمان الصحة والوقاية والأمن.

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

<sup>1</sup> - مناهج السنة الأولى من التعليم المتوسط، وزارة التربية الوطنية (مديرية التعليم الأساسي)، أبريل 2003، ص 78.

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

### 3-2-1- بعد المواطنة:

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

### 3-2-2- البعد الاجتماعي:

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

### 3-2-3 البعد الخلفي:

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

### 4- علاقة التربية البدنية بالتربية العامة:

تعد التربية البدنية والرياضية جزءا لا يتجزأ من التربية العامة، حيث أن هذه الأخيرة عبارة عن عملية تربية تتم عند ممارستها أوجه النشاطات ال بدنية التي تنمي وتضوّن جسم الإنسان، فعن طريق برنامج التربية البدنية والرياضية الموجه توجيهها صحيح ا وسليما بكسب الأطفال والمراهقين المهارات اللازمة لقضاء أوقات فراغهم بطرق مفيدة، كما أنهم يشتركون في نشاطات التحسين من سلوكياتهم المعيشية، وللحصول على أقصى فائدة تربية من التربية البدنية

والرياضية والتربية العامة مرتبطتين ببعضهما ارتباطا واضحا ومتفقتين الغرض والمعنى الذي يحدد تنمية وتطوير وتكيف الفرد من كل النواحي، سواء الجسمية أو الاجتماعية أو الانفعالية، وذلك عن طريق النشاطات الرياضية المختارة بعرض تحقيق اسما ا لقيم الإنسانية وذلك تحت إشراف مؤهلات تربوية.<sup>1</sup>

#### 5- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق:

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

#### 6- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية:

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

وبما أن المنهاج المباشر العام لا يمكن القيام بتدريسه وإكساب التلاميذ كل المهارات المتعددة التي يتضمنها دفعة واحدة لذلك لجأ المختصون إلى تقسيم هذا المنهاج العام إلى مناهج

<sup>1</sup> - رابح تركي، " أصول التربية والتعليم"، مرجع سابق، ص 112.

متعددة في كل سنة دراسية، وهي الأخرى جزئت إلى أقسام صغرى أي إلى مراحل يمكن تنفيذ كل مرحلة (دورة) في الشهر مثلا، ثم قسمت هذه الخطة (الدورة) الشهرية إلى أجزاء صغرى حتى وصلنا إلى وحدة التدريس أو وحدة اكتساب المهارات الحركية وما يصاحبها من تعليم مباشر وغير مباشر، وهذه الوحدة هي درس التربية البدنية والرياضية، والدرس بهذا المعنى هو حجر واوية في كل مناهج التربية البدنية والرياضية به الخطة الأولى والهامة ولو أردنا أن نجني الفائدة المرجوة في المناهج كلها . لذا وجب أن ندرس التربية البدنية والرياضية إجمالا وتفصيلا وأن نلم بكل ما يمكن من معلومات عن هذا الحجز الأساسي في بناء مناهج التربية البدنية والرياضية.<sup>1</sup>

#### 7- برنامج التربية البدنية والرياضية:

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

#### 7-1- النشاط الداخلي:

يعتبر النشاط الداخلي امتداد لدرس التربية البدنية والرياضية وتظهر أهميته في مدى استفادة التلاميذ من مختلف أوجه هذا النشاط سواء من الناحية البدنية الحركية، أو النفسية الاجتماعية وغيرها وهو تلك الأوجه من النشاط التي يمارسها التلاميذ وينظفها ويشرف على

<sup>1</sup> - أحسن شلتوت، أ. د. حسن عوض " التنظيم والإدارة في التربية الرياضية"، دار الفكر العربي، القاهرة، ص 106.

تلاميذها مدرسو المادة خارج أوقات الدوام الرسمي وغير مفيدة بالجدول الدراسي وتكون داخل أسوار المدرسة ويجب أن لا يتعرض توقيت النشاط الداخلي مع الجدول الدراسي بالمدرسة، فيمكن ممارسة قبل بدأ الدرس الأول وأثناء الحصة أو عقي الدراسة أو فترة العصر حيث يرجع التلاميذ للمدرسة مرة ثانية إذا كانت المدرسة قريبة من بينهم أو أيام الجمعة.

### 7-2- النشاط الخارجي:

وتعتبر استقرار للنشاط الداخلي ولأنه يقوم على تلك الأنشطة التي يمارسها التلاميذ خارج أسوار المدرسة فه و يتيح للتلميذ اكتساب العديد من ال قيام التربوية التي تسعى التربية البدنية والرياضية لتحقيقها.<sup>1</sup>

ومن هنا يمكن أن نستنتج أن درس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي والخارجي يعتبرون وحدة واحدة يساهم في مجملها في تنمية جميع نواحي التلاميذ، البدنية والمهارية والخطية وكذلك العملية والنفسية والاجتماعية.

### 8- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل : علوم الطبيعة والحياة والكيمياء واللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تتمده أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة للمعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة: الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي لأساتذة أعدوا لهذا الغرض.<sup>2</sup>

من خلال هذين التعريفين نستنتج أن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأولى

في برنامج التربية البدنية والرياضية في مختلف المدارس التعليمية والتي من خلالها يتسنى

<sup>1</sup> - د. تكرو زكي خطيبية، "المناهج المعاصرة في التربية الرياضية"، دار الفكر، القاهرة، 1997، ص 151-152.  
<sup>2</sup> - محمد عرفي بسبوني وآخرون، "نظريات وطرق التربية البدنية"، ديوان المطبوعات الجامعية، سنة 1990، ص 94.

للأستاذ تعليم وتطوير مستوى الجانب الحركي والمهاري لمختلف الفعاليات الرياضية، وذلك في حدود أساليب وطرق تعليمية من تمارينات وألعاب بسيطة.

### 9- ماهية وأهمية حصة التربية البدنية والرياضية:

للحصة التربوية البدنية والرياضية أهمية خاصة تجعلها تختلف عن باقي الحصص الأخرى تتضح من خلال تعاريف بعض العلماء نجد من بينهم "محمود عوض البسيوني" والذي يقول: تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل العلوم، الكيمياء واللغة ولكن تختلف عن هذه المواد بكونها تمد التلاميذ مهارات وخبرات حركية ولكنها مدهمة أيضا الكثير من المعارف والمعلومات بتكوين جسم الإنسان وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمارينات والألعاب المختلفة، التي تتم تحت الإشراف التربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض.<sup>1</sup>

ويحدد " أحمد خاطر " أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في اكتساب التلاميذ القدرات الحركية وينطلقون بكل قوائم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر حظا من غيرهم.<sup>2</sup>

أما أهمية حصة التربية البدنية والرياضية تتجلى عند " كما عبد الحميد " إن حصة التربية البدنية والرياضية في المنهاج المدرسي هو توفير العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع، فيما يتعلق بهذا البعد ومن الضروري الاهتمام بتقويم التكيف البدني والمهاري وتطور المعلومات.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - محمود بسيوني وآخرون، مرجع سابق، ص 09.

<sup>2</sup> - أحمد خاطر، القياس في المجال الرياضي، بغداد، 1988، ص 18.

<sup>3</sup> - ناهد محمود سعد، نبلي رمزي فهمي، "طرق التدريس في التربية البدنية"، 1968، ص 64.

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

### 10- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:

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

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

القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه عام وذلك بتحقيق مجموعة الأهداف الجزئية الآتية:

- تنمية الصفات البدنية مثل: القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة والمرونة.

- تنمية المهارات الأساسية مثل: الجري، الوثب، الرمي، التسلق، المشي.

- تدريس وإكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية، صحية وجمالية.<sup>1</sup>

والتي يتطلب إنجازها سلوكا معيناً وأداء خاصاً، وبذلك تظهر القدرات العقلية للتفكير

والتعرف، فعند تطبيق خطة في الهجوم أو الدفاع في لعبة من الألعاب اب تعتبر موقفاً يحتاج إلى

تعرف سليم والذي يعبر عن نشاط عقلي إزاء الموقف.<sup>2</sup>

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

تحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسات التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ

على كل المستويات وهي كالاتي:<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - ناهد محمود سعد، نبلي رمزي فهمي، " طرق التدريس في التربية البدنية"، 1968، ص 64.

<sup>2</sup> - عباس أحمد السمراي، بسطويس أحمد بسطويس، " طرق التدريس في مجال التربية البدنية"، بغداد، 1984، ص 80.

<sup>3</sup> - محمود عوض بسبوني وآخرون، مرجع سابق، ص 94.



**10-3- التربية الاجتماعية والأخلاقية:**

إن الهدف الذي تكتسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية، والتكيف الاجتماعي يقتصر م باشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، وبما أن حصة التربوية البدنية حافلة بالمواقف التي تتجمد فيها الصفات الخلقية وكان من اللازم أن تعطي كلاهما صيغة أكثر دلالة، ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون، التضحية، إنكار الذات، الشجاعة والرغبة في تحقيق إنجازات عالية، حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز، وبالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية أن يحقق أهداف الحصة.<sup>1</sup>

**10-4- التربية لحب العمل:**

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

**10-5- التربية الجمالية:**

إن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تطوير الإحساس بالجمال، فالحركة الرياضية تشمل على العناصر الجمالية بصورة واضحة، من انسياب ورشاقة وقوة وتوافق وتتم هذه التربية الجمالية عن تعليقات الأستاذ القصيرة، كان يقول هذه الحركة جميلة . وتشمل التربية

<sup>1</sup> - عدنان درويش وآخرون، " التربية الرياضية المدرسية"، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 30

الجمالية أيضا على تحقيق نظافة المكان والأدوات والملابس في حصة التربية البدنية حتى ينمو الإحساس بالجمال الحركي.<sup>1</sup>

### 11- الطبعة التربوية للتربية البدنية والرياضية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية لها نفس مهام التربية وهذا من خلال وجود التلاميذ في جماعة، فإن عملية التفاهم تتم بينهم في إطار القيم والمبادئ للروح الرياضية، التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية بحيث تقوم على تنمية السمات الأخلاقية كالطاعة والشعور بالصدقة والزمالة والمثابرة والمواطنة، وتدخل صفة الشجاعة والقدرة على اتخاذ القرار ضمن عملية تأدية الحركات والواجبات مثل: القفز في الماء والمصارعة، حيث كل من هذه الصفات لها دور كبير في تنمية الشخصية للتلميذ.<sup>2</sup>

### 12- أغراض حصة التربية البدنية والرياضية:

إن لحصة التربية البدنية والرياضية أغراض متعددة تتعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولا ثم على المجتمع كله ثانيا. ولقد وضع الكثير من الباحثين والمفكرين هذه الأغراض الخاصة بحصة التربية البدنية والرياضية فجدد كل من "عباس أحمد صالح السمرائي" و " بسطوسي أحمد بسطوسي". أهم هذه الأغراض فيما يلي: الصفات البدنية، النمو الحركي، الصفات الخلقية الحميدة، الإعداد والدفاع عن الوطن، الصحة والتعود على العادات الصحية السليمة، النمو العقلي، التكيف الاجتماعي.<sup>3</sup>

ويمكن تلخيص أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية كالآتي:

<sup>1</sup> - ناهد محمود سعد، نيلي رمزي فهمي، مرجع سابق، ص 67-68.

<sup>2</sup> - محمود عوض السبيوني وآخرون، مرجع سابق، ص 95.

<sup>3</sup> - عباس أحمد السمرائي، بسطوسي، مرجع سابق، ص 73.

**12-1- تنمية الصفات البدنية:**

ويرى "عباس أحمد السمراي" و "بسطوسي أحمد بسطوسي" أن أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية : تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة وتقع أهمية هذه الصفات أو العناصر وتنميتها في مجال الرياضة المدرسية. ليس فقط من واقع علاقاتها بتعلم المهارات والفعاليات الرياضية المختلفة الموجودة في المنهاج المدرسي، بل يتعدى هذه الأهمية لحالة التلميذ إليها في المجتمع.<sup>1</sup>

وتقول " عنايات محمد أحمد فرج " الغرض الأول الذي تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية، ويقصد بالصفات البدنية، الصفات الوظيفية لأجهزة جسم الإنسان وترتبط ارتباطا وثيقا بالسمات النفسية والإرادية للفرد.<sup>2</sup>

وعن مميزات النمو العقلي للفئة العمرية (15-18) سنة يقول "محمد حسن العلاوي" مايلي: تتضح القدرات العقلية المختلفة وتظهر الفروق الفردية في القدرات، وتتكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والرياضية والاهتمام بالمتفوق الرياضي واتضح المهارات البدنية.<sup>3</sup>

**12-2- تنمية المهارات الحركية:**

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

<sup>1</sup> - عباس أحمد المرادي، بسطوسي أحمد بسطوسي، مرجع سابق، ص 74-75.

<sup>2</sup> - قاسم الهندلاوي وآخرون، "أصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة"، بغداد، 1989، ص 21.

<sup>3</sup> - محمد حسن علاوي، "علم النفس التربوي"، الطبعة الثانية، دار المعارف، القاهرة، 1992، ص 21.

أما المهارات الرياضية فهي الألعاب أو الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ، ولها تقنيات خاصة بها، ويمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية.<sup>1</sup>

وترى "عنايات محمد أحمد فرج" في هذا الموضوع ما يلي: ويتأسس تعليم المهارات الحركية على التنمية الشاملة للصفات البدنية.<sup>2</sup>

### 12-3- النمو العقلي:

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

### 13- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية:

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

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوائم التلاميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها داخل وخارج المؤسسة مثل القفز، الرمي، الوثب.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، المرونة،... الخ.
- التحكم في القوائم في حالتها السكون والحركة.
- اكتساب المعلومات والحقائق والمعارف على الأسس الحركية، والبدنية وأحوالها الفيزيولوجية والبيوميكانيكية.

- التعود على الممارسة المنتظمة للأنشطة الرياضية والتعاون مع الآخرين.

<sup>1</sup> - عباس أحمد المراني، بسطوسي أحمد بسطوسي، مرجع سابق، ص 27.

<sup>2</sup> - عنايات محمد أحمد فرج، مرجع سابق، ص 12.

- تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة الرياضية.<sup>1</sup>  
ومما سبق ذكره يتبين لنا أن التربية البدنية تؤدي وظيفتها القائمة على أسس علمية قادرة على إعطاء تفسيرات واضحة وأهميتها وجوهرها داخل المنظومة التربوية.

#### 14- بناء حصة التربية البدنية والرياضية:

حصة التربية البدنية أو خطة العمل هي عبارة عن مجموعة من التمارين المختارة المرتبة حسب قواعدها موضوعات ذات أغراض معينة لها، وتنقسم الحصة إلى ثلاثة أجزاء : الجزء التحضيري، الجزء الرئيسي، الجزء الختامي.<sup>2</sup>

#### 14-1- الجزء التحضيري:

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

- أن تعمل على تحسين الصفات البدنية لدى التلاميذ.
- أن تكون على هيئة منافسات بين التلاميذ.
- أن يكون روح التعاون في الجماعة بين التلاميذ.
- أن يكون تقويم ذاتي بين التلاميذ في بعض التدريبات.

<sup>1</sup> - محمود عوض البسيوني وآخرون، مرجع سابق، ص 96.  
<sup>2</sup> - نفس المرجع، ص 111-112.

- أن تتضمن المكونات البدنية التالية: القوة العضلية، الجهاز العضلي، الجهاز الدوري التنفسي، الرشاقة، المرونة، القدرة، السرعة، التوافق، الدقة، التوازن.

- أن تؤدي باستعمال بعض الأدوات، وأن تؤدي والتلاميذ في حالة انتشار حرفي الملعب وليس على هيئة تشكيلات.

#### 14-2- الجزء الرئيسي:

في هذا الجزء يحاول الأستاذ تحقيق جميع الأهداف التي تم تحديدها مسبقاً، ولا توجد قاعدة عامة لبناء هذا الجزء من الحصّة حتى تطبق على جميع الحصص، ولا يوجد ترتيب معين للأغراض والأهداف، فمثلاً تنمية القدرات الحركية وتعليم تكتيك رياضي، أو توصيل وتحصيل المعلومات والمساهمة في تكوين الشخصية وكما يشمل هذا الجزء على قسمين:<sup>1</sup>

#### 14-2-1- النشاط التعليمي:

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

- متابعة حركة التلاميذ أثناء الأداء موضحاً الخطوات التقريبية وصلب الحركة ونهايتها.
- تنظيم حركة التلاميذ أثناء الأداء من حيث الدخول والعودة.
- يقوم الأستاذ بتصحيح الأخطاء التي يقع فيها التلاميذ.<sup>2</sup>
- يوضح الأستاذ الطريقة الصحيحة، وذلك بالاستعانة بأحسن التلاميذ، أو تكون المساعدة دورية إذا كانت الحركة بسيطة وليست خطيرة.

<sup>1</sup> - عفاف عبد الكريم: "طرق تدريس التربية البدنية والرياضية" منشأ المعارف، الإسكندرية، 1989، ص 506.  
<sup>2</sup> - محمود عوض البسيوني وآخرون، مرجع سابق، ص 144.

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

- السماح للأستاذ بالإشراف على التلاميذ وخاصة ذوي الإمكانيات المحدودة.

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

#### 14-2-2- الرشاط التطبيقي:

ويقصد به نقل الحقائق والشواهد والمفاهيم بالاستخدام الواعي للواقع العلمي ويتم ذلك في

الألعاب الفردية كألعاب القوى والألعاب الجماعية ككرة القدم، وهو يتميز بروح التنافس بين

مجموعة التلاميذ والفرق حسب الظروف.

يجب على الأستاذ مراعاة كيفية تطبيق التلاميذ للمهارات المكتسبة حديثاً ويتدخل في

الوقت المناسب عند حدوث أي خطأ يصاحب هذا النشاط إتباع القواعد القانونية لكل لعبة، كما

يتطلب الجانب التربوي والحرص على شعور التلاميذ بالمتعة وهذا بالإضافة إلى إتباع قواعد

الأمن والسلامة.

#### 14-2-3- الجزء الختامي:

يهدف هذا القسم إلى تهيئة أجهزة الجسم الداخلية، وإعادتها بقدر الأماكن إلى ما كانت

عليه سابقاً، ويتضمن هذا الجزء تمارين التهيئة بأنواعها المختلفة كتمارين التنفس والاسترخاء

وبعض الألعاب التربوية ذات الطابع الهادئ، وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بإجراء تقويم

النتائج التربوية، ويشير إلى الجوانب الإيجابية والسلبية والأخطاء التي حدثت أثناء الحصة وختام

الحصة يكون شعار للفعل أو نصيحة ختامية.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> - محمود عوض البسيوني وآخرون، مرجع سابق، ص 115-116.

كما أخذت الدراسات الحديثة بعين الاعتبار الساعة التي تلي حصة التربية البدنية والرياضية إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز والانتباه، فيجب التهدئة والاسترخاء. أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي، فيمكن تصعيد الجهد عن طري ألعاب سريعة نشير وتشد انتباه التلميذ<sup>1</sup>.

### 15- تحضير حصة التربية البدنية والرياضية:

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

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

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

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

- أن يكون في الحصة أوجه نشاط كافية لكل تلميذ خلال الفترة المخصصة لها.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> - أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990 ص 161.

<sup>2</sup> - مروان عبد المحجد إبراهيم: الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2006، ص 203.



**خلاصة الفصل:**

لقد تطرقنا إلى مفهوم التربية البدنية وعرفنا أهميتها وأسسها العلمية وأهدافها التربوية، وعلاقتها بالتربية العامة والدور الفعال الذي تلعبه في تكوين الشخصية القوية والمواطن الصالح

بدنيا وعقليا وخلقا ونفسيا واجتماعيا وعرفنا أن للتربية البدنية والرياضية نفس الأهداف والغايات التي تسعى إليها التربية العامة في إعداد شخصية الفرد المراهق، وهذا ما قدمنا إلى القول بأن التربية البدنية والرياضية هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة، ولا يمكن الاستغناء عنها في تكوين شخصية المراهق وتنشئته وتنشئة اجتماعية سليمة تجعل منه مواطنا صالحا لمجتمعه بصفة خاصة ولامته بصفة عامة.

## تمهيد :

تعتبر المراهقة من أهم مراحل النمو في الحياة الفرد انصبت وجهات اهتمام علماء النفس والاجتماع وعلماء التربية على هذه الفترة وما يتعرض له المراهق من تغيرات وعقبات تجعله متوترا نفسيا ومع المحيطين به، خاصة وسط أسرته، لذلك يقال على هذه المرحلة أنها منعطف خطير في حياة الفرد، وتلعب ردود فعل الأسرة والمدرسة والمجتمع دورا هاما في تخفيف وتحقيق في أدائه النفسي والاجتماعي خلال هذه الفترة الحرجة من العمر أو رفع معدلات التوتر والمعاناة ومن ثم ظهور المشكلات النفسية والاجتماعية في المراهق .

وتعد المراهقة أكثر مراحل النمو إثارة لدي الدارسين والباحثين في مجال العلوم النفسية والاجتماعية لما لها من طبة خاصة .

## 1- تعريف المراهقة :

## 1-1- لغة :

تعني النمو وقولنا راهق الفتى أو راهقت الفتاة أي أنها نمت نموا مستطردا، وكلمة المراهق تعيد معنى الاقتراب أو الدنو من العلم وبذلك يؤكد علماء قه اللغة أن الفرد الذي يدنو من الحلم هو اكتمال النمو.<sup>1</sup>

## 1-2- اصطلاحا :

والمراهقة اصطلاحا تعني الفترة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي باكتمال الرشد وتعنت أحيانا بأنها مرحلة انتقالية تجمع بين خصائص الطفولة وسمات الرجولة، ويفصل علماء النفس التكويني باستعمال هذا الاصطلاح اللغوي لان معزاه ينسجم كثيرا والخصائص الجسمية والسلوكية لهذه الفترة من حياة الإنسان<sup>2</sup>.

ومصطلح المراهقة مشتق من اللاتيني « Adolece » ومعناه التدرج نحو النضج البدني والجنسي والانفعال والعقل، أي النمو إلى النضج ويستخدم علماء النفس للإشارة إلى النمو النفسي والتغيرات التي تحدث أثناء الانتقال من الطفولة إلى الرشد، كما يتفق علماء النفس أن الطفولة تبدأ بتغيرات جسمية بسحبها البلوغ وتنتهي بإتمام حالة الرشد الكامل التي تقاس بالنضج الاجتماعي والبدني وان كانت هذه الجوانب للنمو لا تتم في وقت واحد .

ولقد عرف الدكتور حسن فيصل المراهقة على أنها فرد يمر بمرحلة من مراحل النمو تظهر فيها تغيرات جسمية واضحة تعرض عليها مطالب عفوية واجتماعية وعقلية قد لا تتناسب معها، ويساندها النمو العقلي الذي يتأخر عن النمو الجسيمي، هذا ما يعرف دائما بالتخلف النهائي<sup>3</sup>، مراهقة متأخرة تمتد ما بين 18 و

20 سنة.

<sup>1</sup> ب.ي فؤاد، "الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة" دار الفكر العربي، ص272 .

<sup>2</sup> ج. نور المراهق، الطبعة الثانية، دار المعارف، القاهرة 1990، ص17 .

<sup>3</sup> ج. عبد العالي، "سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية" مؤسسة الشرق للطباعة، بيروت 1994، ص73-169 .

وتعني المراهقة من الناحية الزمنية فترة امتداد تبدأ من حوالي الحادية عشر والثانية عشر وتدوم تقريبا حتى العشرينات، من ناحية الفرد متأثرة بعوامل بسيكولوجية وفيزيولوجية والمؤشرات الاجتماعية الحضارية، وحسب مالك محول سلميان فان المراهقة هي ثلاثة مراحل :

- مراهقة مبكرة تمتد بين 11 و 14 سنة .
- مراهقة متوسطة تمتد بين 14 و 18 سنة .
- مراهقة متأخرة تمتد بين 18 و 21 سنة <sup>1</sup> .

## 2- تحديد مرحلة المراهقة :

يختلف علماء علم النفس في تحديد فترة المراهقة، فبعضه يتجه إلى التوسع في تحديدها، فيرون أن فترة المراهقة يمكن أن تظم إليها التي تسبق البلوغ وهم بذلك يعتبرونها العاشرة والحادية والعشرون سنة بينها يحفزها بعض العلماء في الفترة ما بين الثالثة عشر والتاسعة عشر سنة ويطلقون عليها <sup>2</sup> « The teen Years » .

وترى اليزابيت مبرك في هذا العدد أن المراهقة بمعناها العام تمتد من النضج الجنسي إلى أن يتمكن الفرد التأكيد القانوني لاستئلية عن الكبار، وترى انه من الصعب تحديد بسن المراهقة بأكثر من تحديد سن الطفولة، وذلك في ضوء المتوسط العام، لان النضج العقلي والاجتماعي والانفعالي يحدث ويتم في أعمار تختلف من فرد إلى آخر، الأمر الذي يتوقف من الناحية الأخرى على الفرص التي توفرها البيئة التي يعيش فيها، وان سن 21 سنة هو السن الذي يعني اكتمال النضج في نهاية مرحلة المراهقة <sup>3</sup> .

<sup>1</sup> ميخائيل خليل، "سيكولوجية النمو والمراهقة" دار الفكر الجامعي، الإسكندرية الطبعة الثانية 1994، ص330 .

<sup>2</sup> م. محي الدين "محاضرات في علم النفس الاجتماعي" ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ص163 .

<sup>3</sup> ميخائيل خليل "مشكلات المراهقين في المدن والريف" دار المعارف، القاهرة 1970، ص73 .

**3- أنواع المراهقة :**

الواقع انه ليس هناك نوع واحد من المراهقة، فلكل فرد نوع خاص حسب ظروفه الجسمية والاجتماعية والمادية وحسب استعداداته الطبيعية والمراهقة تختلف من فرد إلى آخر ومن بيئة جغرافية إلى أخرى ومن سلالة أخرى، وكذلك تختلف باختلاف الانمطي الحفرية التي يتربى في وسطها الفرد، فهي من المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر، كذلك تختلف في مجتمع المدينة عنها في مجتمع الريف كما تختلف في المجتمع الذي يفرض الكثير من القيود على نشاط المراهق عنها في المجتمع الحر، الذي ينتج للمراهق فرص النشاط والعمل، وفرص إشباع الحاجات والدوافع المختلفة .

**3-1- مراهقة سوية أو مكيفة :**

خالية من المشكلات والصعوبات، وتتسم بالهدوء والميل إلى الاستقرار العاطفي، والخلو من جميع التوترات الانفعالية السلبية وتتميز فيها علاقة المراهق بالآخرين بالحسن والتفتح .

**3-2- مراهقة انسحابي :**

حيث ينسحب المراهق فيما من مجتمع الأسرة ومجتمع الأقران ويفضل الانعزال والانفراد بنفسه، حيث يتأمل ذاته ومشكلاته، وهي معاكسة للمراهقة المكيفة والسوية .

**3-3- مراهقة منحرفة :**

يتميز فيها المراهق بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي وعدم القدرة على التكيف وأراء الآخرين .

**3-4- مراهقة عدوانية :**

حيث يتسم سلوك المراهق فيها بالعدوان على نفسه وعلى غيره من الناس والأشياء، ويتميز كذلك بتمرد المراهق على الأسرة والمدرسة والمجتمع، وعدم التكيف، والتخلي بالصفات الاخلاقية<sup>1</sup> .

<sup>1</sup> ع.ز. عيسوي، "علم النفس النمو" دار المعرفة الجامعية، لبنان 1995، ص42-43 .

**4- خصائص المراهقة (مظاهرة النمو والتغير) :**

النمو سلسلة متتابعة ومتعكسة من التغيرات تهدف إلى غاية واحدة هي اكتمال النضج ومدى استمراره وبدء انحداره، فالنمو بهذا المعنى لا يحدث فجأة أو عشوائياً، بل يتطور بانتظام خطوة ويستند في تقوره، هذا على صفات هامة تحدد ميدان أبحاثه، ويعتبر فترة المراهقة مرحلة هامة لدى الفرد، وكلما قلنا تحدث تغيرات وتحولات تطراً على الفرد من كل النواحي والجوانب، سواء كانت من الناحية الجسمية أو العقلية والانفعالية، أو النفسية والاجتماعية والحركية .

وسنعالج فيما يلي بالتفصيل هذه المظاهر المختلفة وأثرها على تكوين شخصية المراهق .

**4-1- الخصائص الجسمية (النمو الجسمي) :**

تعد التغيرات التي تحل بالجسم خلال هذه الفترة مؤشراً لنمو المراهق وعليه أن يتكيف مع تغيرات أعضاء جسمه ويستجيب للنتائج والآثار التي تتركها هذه التغيرات .

ومن هنا فان مرحلة المراهقة تمتاز بسرعة النمو الجسمي واكمال النضج حيث يزداد الطول والوزن وتنمو

العضلات والإطراف، ولا يتخذ النمو معدلاً واحداً في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤول هذه

السرعة إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة، ويؤدي به ذلك إلى اضطراب السلوك الحركي، كذلك

يلاحظ إفراز بعض الغدد وضعف بعضها الآخر، فالغدة، فالغدة النكفية يزداد إفرازها، ويؤدي ذلك إلى

سرعة النمو في العضلات وخلايا الأعصاب، ومن حيث الطول والوزن يظهر الفتيان أقل هبة من الفتيات

عند بداية البلوغ، إلا أن الفتيات يسبقن قليلاً في النمو، وتدل الدلائل أن الفتيات يكن في المتوسط أطول

من البنين من 11 سنة إلى 14 سنة، أما في 15 سنة فان الفتيان يكونون أطول بعض الشيء من البنات

وعادة تبدأ معظم الزيادات في طول الساقين ثم الخدع ثم اكتمالها في البدين وعادة تبدأ معظم الزيادات

في طول الساقين ثم الخدع ثم اكتمالها في الدين والرأس والأقدام والأكتاف كما نجد أن البنات تظل فترة

طويلة متفوقات على الأولاد من حيث النمو العقلي، وقد يسبب لهن إحراجاً كما نلاحظ الفرق في النمو

عند الأولاد، فالبنات تصل إلى أقصى درجة من القوة في السن التي يظهر لديها فيها الحيض، بينما الولد يزيد قوة وطولاً طوال فترة المراهقة<sup>1</sup> وهناك إغراض تظهر عند المراهقين في هذه الفترة وذلك ما بين 12 و 15 سنة، وهي خشونة العيون، السمنة، النحافة ويعود ذلك إلى ازدياد نشاط العدد الجنسية ونضجها، بالإضافة إلى علاقتها بالعدة النخامية والدرقية وخير دليل على ما ذكر هو هذه النسب :

س12 سنة : متوسط الطول عند البنين 143.1سم، والوزن 37.1 كلغ، متوسط الطول عند البنات 147 سم، والوزن 41.5 كلغ .

س14 سنة : متوسط الطول عند البنين 157.1 سم، والوزن 58.5 كلغ، متوسط الطول عند البنات 157.1 سم، والوزن 50.5 كلغ .

س18 سنة : متوسط الطول عند البنين 169.3 سم والوزن 60.4 كلغ، متوسط الطول عند البنات 159.3 سم والوزن 55.8 كلغ .

ويلاحظ جلياً من خلال هذه النسب :

- تفوق البنات على البنين في الطول والوزن عند سن 12 سنة .
- تساوي في الطول وتقارب في الوزن عند السن 15 سنة .
- تفوق واضح عند البنين في الطول والوزن في سن 18 سنة .
- استمرار هذا التفوق عند سن 21 سنة<sup>2</sup> .

#### 4-2- الخصائص الحركية :

<sup>1</sup> عماد الدين، "النمو في مرحلة المراهقة" دار التعلم الكويت 1986، ص38 .

<sup>2</sup> عماد الدين، "النمو في مرحلة المراهقة" دار التعلم، الكويت 1986، ص38 .



اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه المراهقة في النمو الحركي حيث يرى "كولين" أن حركات المراهق في سن 13 سنة تتميز بالاختلال في التوازن واضطراب بالنسبة للنواحي التوافق والتناسق والانسجام، أما "تمانكوج" فيرى بأنها فترة ارتباك حركي واضطراب<sup>1</sup>.

وعلى العموم فإن التغييرات التي تظهر عند المراهق تغيرات عفوية فزيولوجية جسمية، دليل على نفج الجسم الذي يعتبر خطوة نحو اكتمال شخصيته، ويظهر تأثير الناحية الفزيولوجية بشكل واضح فيزداد (حجم القلب) كما يسرع النمو الجسمي عند البنات عنه في البنين بفقرق عامين تقريبا، في الوقت الذي تعل فيه البنات أقصى طولهن وفي هذا النمو السريع الغير منتظم يضطرب التوافق العصبي العقلي فتقل الحركة، الرشاقة والخفة ويختلف الرجل عن المرأة من الناحية التسريحية، حيث تكون عظام الرجل من الأشكال النوبية، وكمية النسيج العقلي عنده أكثر من كمية الدهن أما المرأة فتكون سعتها الحيوية اقل<sup>2</sup>.

#### 4-3- الخصاص العقلية (النمو العقلي المعرفي) :

يطور الطفل في مراهقته فعاليته، حيث تتطور وتنمو قابليته للتعلم والتعامل مع الأفكار المجردة، وإدراك العلاقات وحل المشكلات كما تتطور نحو التمايز والتباين حيث يتضح ذلك فيما يلي :

#### 4-3-1- الانتباه :

<sup>1</sup> نفس المرجع، ص38-39 .

<sup>2</sup> أ. البراوي، "مشاكل المراهقة" مجلة التكوين والتربية، العدد3، دار القلم، الكويت، ص32 .

بالرغم من الأزمة التي يمر بها المراهق إلا أن قيمة الانتباه تزداد عنده حيث يزداد مستواه بشكل واضح في مراهمة ومدته، فهو يستطيع استيعاب مشاكل معقدة في يسر، والانتباه هو المجال الذي يبلور للإنسان شعوره بشيء في مجال إدراكه .

#### 4-3-2- التذكير :

يتبين في هذه المرحلة على أساس الفهم، فتعتمد عملية التذكر على القدرة على الاستيعاب والتعرف، والقدرة على الاحتفاظ، وترتبط عملية التذكر بنمو قدرة الفرد على الانتباه بدرجة نحوها أو عزوفه عنها وكذا قدرة الفرد على استنتاج العلاقات الجديدة بين الموقوعات المتذكرة .

#### 4-3-3- الذكاء :

هو محصلة النشاط العقلي كله أو القدرة العقلية الأمة التي تبين المستوى العام للفرد، كما عرفه "بيرت" فانه القدرة العقلية المعرفية العامة ويقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية بل تأثره بالنواحي الإدراكية، وهذه المرحلة وجب فيها استخدام اختبارات الذكاء والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة واكتساب إمكانيات وقدرات من جهة أخرى، لتضمن له بدء الت عمق الدراسي بالأخص والتوافق الدراسي<sup>1</sup> .

#### 4-3-4- التخيل :

يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان وله وظائف عدة يمكن أن يحققها للمراهق، فهو أداة ترويحوية، كما انه مسرح للمطامح غير المحقق، وله وظائف عدة، ذلك أن الخيال يعتبر وسيلة من وسائل حل المشكلات بالنسبة للمراهق ووسيلة هامة لتحقيق الانفعالات :

#### 4-3-5- الإدراك :

<sup>1</sup> ب.س. فؤاد، "الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة"، دار الفكر العربي، ص283 .

يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية وعلى هذا الأساس وبهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة والتي تقوم على البرهنة والإقناع، ولهذا تبدو أهمية المواهب التي تؤكد الفروق العقلية الواسعة والعريضة بين الأفراد المختلفين من خلال إدراك القدرات على فهم الحياة .

#### 4-3-6- الاستدلال والتفكير :

التفكير وحل المشكلات القائمة، إذ استطعنا أن ننهي في المراهق القدرة على التفكير الصحيح والمؤسس على النهج العلمي البعيد عن الأهواء والمعتقدات الخاطئة، يتمكن من معالجة المشاكل عن طريق استنتاج عقل سليم، حيث يرتفع من التفكير الجسمي ويرتقى إلى مرتبة التفكير المجرد، حيث يستخدم فيه الاستدلال بنوعية والاستقراء والاستنتاج، وما يهم المراهق أن تفكيره دائما مبنى على افتراضات للوصول إلى حل المشكلات<sup>1</sup> .

#### 4-4- الخصائص الاجتماعية (النمو الاجتماعي) :

المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق يحتم عليه قوانين وتقاليد يجب عليه احترامها، وبالتالي يحاول أن يتمرد إذا استطاع فينشأ صراع بينه وبين المجتمع الذي يعيش فيه، وان لم يوجع المراهق ال توجيهه السليم فانه يضر نفسه أو يؤثر على المجتمع الذي يعيش فيه .

وتزداد أهمية العلاقات الاجتماعية للناشئ بتقدمه ودخوله إلى المراهقة وذلك لتشعب تلك العلاقات وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكه ولذلك فقد اعتبر النمو الاجتماعي من الأمور الأساسية في هذه المرحلة، حيث أعير له اهتمام لدي الباحثين، واستطاعوا كشف الكثير من الخصائص والتي أثبتتها الدكتور "مصطفى فهمي" في ثلاثة عناصر أساسية هي :

❖ يميل المراهق في السنوات الأولى إلى مسابرة المجموعة إلى ينتمي إليها فيحاول أن يظهر بمظهر هم ويتصرف كما يتصرفون، لتجنب كل ما يؤدي إلى إثارة النزاع بينه وبين أفراد الجماعة ويجعل

<sup>1</sup> م. محي الدين، "محاضرات في علم النفس الاجتماعي" ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، ص 66 .

في احترامه، وإخلاقه لهم وخضوعه لأفكارهم نوعاً من تحقيق الشعور بالإثم الناجم عن طاعته لوالديه، ولمدرسته .

❖ في السنوات الأخيرة يشعر أن عليه مسؤوليات نحو الجماعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يقوم ببعض الخدمات وبعض الإصلاحات في تلك الجماعة بغية النهوض بها .

❖ اختيار الأصدقاء أي ما يتطلبه المراهق من صديق هو ذلك الذي يكون قادراً على فهمه ويظهر له الود والحنان مما يساعده على التغلب على حالات الضيق، ففي بعض الأحيان يكون الصديق أكبر منه سناً ويشترط عدم السلطة المباشرة والعلاقة تكون مبنية على الود والاحترام.<sup>1</sup>

#### 4-5- الخصائص الانفعالية (النمو الانفعالي) :

يجمع علماء النفس بان انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن انفعالات الطفل وتشمل هذه الاختلافات النواحي التالية :

- نلاحظ أن في هذه السنوات المراهق يثور لأتفه الأسباب .
- يتميز المراهق في هذه الفترة بانفعالات حادة مختلفة ومتقلبة وعدم الثبات أي ينتقل من انفعالات إلى أخرى في مدى قصير، من الزهد إلى الكبرياء إلى القنوط ثم إلى اليأس .
- لا يستطيع التحكم في مظاهره الخارجية لحالته الانفعالية أن اثار غضبه مثلاً : يصرخ ويعصى ويدفع الأشياء ونفس الشيء إذا فرح، فنجده يشد الرباط على عنقه، او يقوم ببعض الحركات العصبية .

- يتعرض في بعض الظروف إلى حالات اليأس، وينشأ هذا الإحباط في فشلة في أما نية، وعواطف جامحة تدفعه إلى التفكير في الانتحار في بعض الأحيان .

<sup>1</sup> ب.س. فؤاد، مرجع سابق، ص300 .

- يبدأ تكون بعض العواطف الشخصية كالاعتزاز بالنفس والعناية بالهندام وطريقة الجلوس والشعور

بان له الحق في إبداء الرأي ويكون عاطفياً نحو الاساير الحميلة<sup>1</sup> .

#### 5- الاحتياجات السامية للمراهق :

##### 5-1- الحاجة إلى المكانة :

أن حاجة المراهق إلى المكانة من أهم حاجاته، فهو يريد أن يكون شخصاً هاماً له مكانة في جماعته، وان يعتف به كشخص ذو قيمة، فالمكانة إلى يطلبها المراهق بين رفاقه أهم لديه من مكانته بين أبويه، ومعلميه، ومن هنا كانت أهمية حرص المعلم على أن تكون فعاليات المراهق مما يوفر لهم المكانة

فالمراهق حساس وحريص على ألا تعامل بمعاملة الأطفال، وتشمل الحاجة إلى المكانة على :

- الانتماء إلى جماعة الرفقاء .
- المركز والقيمة الاجتماعية .
- الشعور بالعدالة في المعاملة .
- الحاجة للاعتراف به، من طرف الآخرين .
- المساواة مع رفاق السن في المظهر والملابس والمال ... الخ .

##### 5-2- الحاجة إلى الانتماء :

تشبه هذه الحاجة الحياة الاجتماعية الطبيعية سواء كان في المنزل أو في المدرسة أو في النادي الرياضي، فوسيلة إرضاء هذه الحاجة أن يشعر المراهق انه ليس قائماً بمفرده، وإنما هو في جماعة يشعر فيها بوجود علاقات طيبة بينة وبين غيره، وكذلك كان من أقصى العقوبات التي يمكن أن تقع على الرياضي أو التلميذ المراهق هي أن يخرج المدرب أو المعلم من وسط زملائه، ويعزله عن نشاطهم، فواجب المدرسة أن تتيح للتلميذ فرصة العمل الجماعي، وتشمل الحاجة إلى الانتماء فيما يلي:

<sup>1</sup> نفس المرجع، ص 300 .

- الأصدقاء .
- القبول والتقبل الاجتماعي .
- الشعبية .
- الانتماء إلى الجماعة وإسعاد الاخوين <sup>1</sup> .

### 5-3- الحاجة إلى الحرية والأمن :

أن الحرية نزعة أو دافع من الفرد مرتبطة بفرديته، وإمكانية تصرفه وتحمله مسؤولية هذا التصرف، فالتلميذ المراهق يتضابق في كل ما يعيق حريته والحركة والكلام، وواجب المدرسة أو النادي الرياضي إزاء هذه الحاجة أن يتخذ المدرس موقفا موجها، فيجعل لتلاميذه حرية العمل لا موقف الحاكم المستبد أو الأمر المطاع، فيكون جو المدرسة مشبعا بالحرية فلا تظهر فيه السلطة إلا عند الضرورة، وهذا ليس معناه أن منح التلاميذ الحرية المطلقة لأنه في نفس الوقت يحتاج إلى أن يشعر بالضغط والتوجيه، وتتضمن هذه الحاجة في :

- البقاء حيا .
- الاسترخاء والراحة .
- تجنب الخطر والألم .
- المساعدة في حل المشكلات الشخصية .

### 5-4- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار :

- التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك .

<sup>1</sup> ع.س. زهران حامد، علم النفس النمو بيروت 1972 من ص378 .

- إشباع الذات عن طريق العمل .

#### 5-5- الحاجة إلى الإشباع الجنسي :

يلاحظ عند المراهق بشكل ملفت للانتباه حاجته إلى الإشباع الجنسي والاهتمام بالجنس الآخر وحبه  
لهن قصد اتخاذ صداقة ملائمة بين الجنسين وترابطها استمرارية تعاطفية مستوحاة من الواقع الذي يعيش  
فيه .

#### 5-6- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسن الذات .

وتتضمن هذه الحاجة ما يلي :

- النمو كان يصبح سويا وعادلا .
- العمل لبلوغ الهدف ومعرفة الذات .
- معارف الآخرين وتوجيه الذات <sup>1</sup> .

#### 6- تشكل الهوية :

يشير اريكسون (1963-1968) ERIKSON وهذا ما أشار إليه كل من الغادي (تحت الطبع، تحت

الإعداد) إلى أن تشكل الهوية محور التعبير في مرحلة المراهقة قلب التغيير في هذه المرحلة، حيث

يشير على وجه العموم إلى "حالة داخلية تفصل الإحساس بالتفرد والوحدة والتالف الداخلي، والتماثل

والاستمرارية المتمثل في إحساس الفرد بارتباط وحاضره ومستقبله والإحساس بالتماسك الداخلي

والاجتماعي متمثلا في إحساس الفرد بذاته كوحدة واحدة وأيضا بارتباطه بمجتمعه والدعم الاجتماعي

الناتج عن هذا الارتباط<sup>2</sup>، أنها باختصار

الإجابة على تساؤلات مثل ( ما دوري في هذه الحياة والى أين اتجه)، وانطلاقا مما سبق فانه الهوية

تتضمن ما يلي (ERIKSON ، ألغامدي، تحت الطبع عبد الرحمان، 1968، ص272 .

<sup>1</sup> نفس المرجع، ص402 .

<sup>2</sup> نجمة بنت عبد الله محمد الزهراني، أطروحة ماجستير في التعليم سنة 2005 .

## 6-1- التماسك الاجتماعي INNERAND SOCIAL SOLIDARITY :

ويقصد به إحساس الفرد بتلك القيم والمثاليات التي يؤمن بها المجتمع وتمسكه بها على نحو يرضي به نفسه والآخرين، فهي تعني عملية مستقرة تتميز بها ذاته في ارتباطها مع الآخرين لها في ضوء تلك المعايير والقيم أي أن الهوية لا تختص فقط بذات الفرد بعيدا عن ثقافته الاجتماعية بل تشمل ذلك جميعا، وبذلك فإن الفرد يحيا حياة اجتماعية مستقرة تتوازن فيما ذاته الداخلية مع ذاته الخارجية في منحى يسويه على نحو السواء النفس للفرد .

كما يشير محمد (2000، 16) إلى الهوية "تنظيم ديناميكي داخلي معين للحاجات والدوافع ولقدرات ومعتقدات والمدرجات الذاتية، بالإضافة إلى الوضع الاجتماعي السياسي للفرد، وكلما كان هذا التنظيم على درجة جيدة كلما كان الفرد أكثر إدراكا أو وعيا بتفرده وتشابهه مع الآخرين، وأكثر إدراكا لنقاط قوته وضعفه، أما إذا لم يكن هذا التنظيم على درجة جيدة، فإن الفرد يصبح أكثر القباسا فيما يتعلق بتفرده عن الآخرين، ويعتمد بدرجة كبيرة على الآخرين وتقديره لذاته، كما ينعدم الاتصال، بين الماضي والمستقبل بالنسبة له، فيفقد في نفسه وفي قدراته السيطرة على مجريات الأمور، وبالتالي ينعزل عن حياة غالبية المجتمع الذي يحي فيه <sup>1</sup> .

## 7- مشاكل المراهقة :

إن مشكلات المراهقة هي نتائج طبيعية لديناميكية المرحلة، والوضع الاجتماعي للمراهق هو المناخ النفسي للأسرة، والإطار الخلفي والديني للمجتمع، وعناصر الاحتكاك بين هذه الأطراف، ولا بد من الإشارة إلى إن مشاكل المراهقة متفاوتة من حيث الدرجة والحدة، فبعضها يمكن أن يكون من طبيعة النمو

<sup>1</sup> نفس المرجع، ص 22 .



وبالتالي تتخفص شدته وحدته ويزول بزوال المرحلة وإنهائها، والبعض الآخر يمكن أن تكون شديدة الحدة والخطورة وبالتالي تحتاج إلى تدخل نفسي من طرف أخصائي في هذا المجال، ولهذا فقد تم تصنيف مشكلات الشباب على النمو التالي :

### 7-1-1- المشاكل النفسية والجسدية (الصحية) :

#### 7-1-1-1- المشاكل النفسية :

ويتمثل هذا النوع من المشاكل في التردد والسرخان وأحلام اليقظة وعدم القدرة على التركيز من تقلب الحالة المزاجية، وشدة الانفعالات وعدم القدرة على ضبطها والتحكم فيها، وتأنيب المراهق لنفسه باستمرار، وعدم القدرة على التعبير عن ذاته، أن هذه المشاكل النفسية أو سواها من طبيعة وخصائص المراهق حيث يكون

جهاز الشاب أو نظامه النفسي ف حالة حيرة وعدم استقرار، فالتطرق هو السائد لديه فلم يستطيع الاعتدال في سلوكياته<sup>1</sup>.

ومن المشكلات النفسية التي تلاحظ في سلوك المراهق هي :

- النزعة العدوانية : وهي من المشكلات الشائعة بين المراهقين، وتتمثل في العدوان على الآخرين من زملائهم، وإغراضهم تختلف من شخص لأخر، وتتمثل في الاعتداء بالضرب والشتيم، والاعتداء بالسرقة<sup>2</sup>.
- العناد : وهو الإصرار على موقف التمسك بفكرة أو باتجاه معين، والعناد حالة مصحوبة بشحنة انفعالية مضادة للآخرين الذين يرغبون في ثني شخصية المراهق<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> أ. امل، "بحوث ودراسات في علم النفس"، مؤسسة الرسالة، الناشر، طبعة 1، مصر 2001، ص 90.

<sup>2</sup> م. ميخائيل، "رعاية المراهقين"، دار الغريب للطباعة، عمان 1991، ص 145.

<sup>3</sup> م. مخائيا "رعاية المراهقين" مرجع سابق، ص 145.

• الخجل والانطواء : هي تعبيراً عن نقص في التكيف مع الموقف، وإحساس من جانب الشخص أنه غير جدير بمواجهة الواقع، ولكن الخجل والانطواء قد يحدثان بسبب عدم الألفة لموقف جديد أو بسبب مواجهة أشخاص غرباء أو مثيرات مؤلمة لمواقف سابقة مشابهة للموقف الذي يحدث للشخص خجلاً وانطواءً<sup>1</sup>.

• التردد : وهي مشكلة معروفة كثيراً، حيث أن جميع المراهقين يفتقدون الثقة بالنفس، حيث لا يبدأ احد منهم عملاً ما حتى يسارع في تركه، والبدء في عمل آخر جديد<sup>2</sup>.

### 7-1-2- المشاكل الصحية :

أن المتاعب التي يتعرض لها المراهق في سنه، هي السمنة أو يصاب بسمنة بسيطة مؤقتة، ولكن إذا كانت كبيرة يجب العمل على تنظيم الأكل والعرض على طبيب أخصائي، فقد تكون وراءها اضطرابات شديدة للغدد، كما يجب عرض المراهق إلى انفراد مع الطبيب للاستماع إلى متاعبه، وهو في ذاته جوهر العلاج لان المراهق إحساس خارق بان أهله لا يفهمونه<sup>3</sup>.

### 7-2- المشاكل الاجتماعية :

أجريت دراسات عديدة حول المشكلات الاجتماعية من دراسات (بيترسون 1921، زهران 1988، نجاتي 1963، ومنيرة علمي 1966)، وتتعلق هذه الدراسات بتطلع المراهق إلى أن يكون مقبولاً من ج ماعة الرفقاء والأصدقاء بالسلوك المناسب في المواقف الاجتماعية، الخوف من ارتكاب الخطأ، الخوف من مقابلة الناس ونقص القدرة في الاتصال بالآخرين، وعدم القدرة على إقامة علاقات جديدة وأيضاً الوحدة ونقص الشعبية، ورفض الجماعة له اعتبار لا يزال صغيراً وعبرها من المشكلات الاجتماعية الأخرى .  
ومن بين المشكلات الاجتماعية المتوسطة الحدة :

<sup>1</sup> ر. محمد، "المراهقة وسن البلوغ" دار المعارف للطباعة والنشر، بيروت 1974، ص 220 .

<sup>2</sup> أ. امل "بحوث ودراسات في علم النفس" مؤسسة الرسالة، الناشر، طبعة 1، مصر 2001، ص 90 .

<sup>3</sup> نفس المرجع، ص 91 .

**7-2-1- مشاكل أسرية :**

يرغب الأهل أو بعضهم على الأقل في تبعية المراهقين لهم بصفة مطلقة ويقابلها الشباب بالرفض ومحاولة الاستقلال مما يؤدي إلى نشوء خلافات ومشاحنات، لا بل صراعات عائلية سواء بين الأبوين أو بين الأبناء أنفسهم، وهناك مشكلات تتعلق بالواقع الاقتصادي للأسرة والتفاوت في الإمكانيات المادية، الأمر الذي يتعص حياة المراهق الاجتماعية، ويجعلها جحيما، ويطرح تساؤلات عديدة<sup>1</sup>.

**7-2-2- مشاكل مدرسية :**

ان المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهق معظم أوقاته، وسلطة المدرسة ترفض ثورة المراهق، وتتمثل هذه المشكلات في انه لا يستطيع أن يعمل ما يريد، كما تلف الخبرة والتخبط والقلق حياة المراهق من الاسترجاع وعدم الاهتمام من المدرسة والأسرة بآراء التلاميذ ومشكلاتهم وبالتالي تأخذ مظهرا سلبيا للتغيير عن ثورته، كاصطناع الغرور والاستهانة بالدروس أو المدرسة، أو المدرسين إلى درجة تصل إلى العدوان .

**7-2-3- مشاكل في المجتمع :**

أن الإنسان بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة يميل إلى الحيلة الاجتماعية أو إلى العزلة، فالبعض منهم يمكنهم عقد صلات اجتماعية بسهولة للتمتع بمهارات اجتماعية تمكنهم من كسب الأصدقاء، والبعض الآخر يميلون إلى العزلة والابتعاد عن الآخرين لظروف اجتماعية نفسية، وكل ما يمكن قوله في هذا المجال أن الفرد لكي يحقق النجاح الاجتماعي وينهض بعلاقات اجتماعية لا بد أن يكون محبوبا من طرف الآخرين، وان يشعر بتقبل الآخرين له .

**8- الممارسة الرياضية وعلاقتها بالمراهق :**

<sup>1</sup> م. ميخائيل "رعاية المراهقين" دار الغريب للطباعة، عمان 1991، ص73 .

تشير النتائج والبحوث المعنية بدراسة دوافع المشاركة أو الانسحاب من الرياضة وخاصة للأطفال والمراهقين إلا أن تلك الدوافع تتميز بالتعدد والتنوع، ومن أمثلة عن الدوافع التي عبروا عنها للمشاركة في الرياضة، الرغبة في تحقيق الاستمتاع، والمشاركة واكتساب الأصدقاء، وتحسين وتطوير مهاراتهم والارتقاء والتقدم بمستوى اللياقة البدنية، وتحقيق خبرات النجاح والتفوق، وقد استطاع كل من "ويس" و "بينثشكوف" 1989 تصنيف أسباب مشاركة النشء في الرياضة إلى فئات أربعة هي :

- الكفاية .
- الانتماء .
- اللياقة .
- الاستمتاع <sup>1</sup> .

ولقد حاول العالم البحث "روديك" RUDIK تحديد أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وتقسيمها إلى نوعين هي <sup>2</sup> :

#### 8-1- الدوافع المباشرة :

- الشعور بالارتياح كسبب للتغلب على التدريبات الشاقة والصعبة .
- المتعة الجمالية كنتيجة الرشاقة والمهارة، وجمال الحركات .
- الإحساس بالرضا بعد نشاط بدني أو عضلي يتطلب جهداً أو وقتاً وخاصة إذا ارتبط بالنجاح .
- المشاركة في المنافسات الرياضية والمنافسات التي تعتبر ركناً لها من أركان النشاط البدني والرياضي .

#### 8-2- الدوافع الغير المباشرة :

- ممارسة النشاط البدني لإسهامه في رفع قدرة الفرد .

<sup>1</sup> بوري ودمان، "التدريب الرياضي علم وفن" ترجمة عصام بدوي وكامل اسامة راتت القاهرة، دار الفكر العربي 2004، ص100 .

<sup>2</sup> سعد جلال، علاوي محمد، "علم النفس التربوي" (مصر، دار المعارف 1986)، ص87 .

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عند ممارسة النشاط البدني .
- الوعي بالشعور الاجتماعي الذي يقوم به الرياضي بانتمائه إلى النوادي .

### 8-3- خصائص الأنشطة الرياضية للمراهق :

لقد أكدت الدراسات والبحوث الحديثة أن هناك وحدة بين جميع النواحي ا لجسمية والعقلية والاجتماعية، وان النمو يشمل جميع النواحي ولا يمكن فصل ناحية من أخرى، وتحقيقا لمبدأ التكامل والاستقرار في النمو يجب على المراهق أن لا ينقطع على النشاط البدني لفترات طويلة، ولتحقيق هذا يمكن الاعتماد على البرنامج المدرسي في الثانوية وتحديد برن امج التربية البدنية والرياضية وذلك بان يهتم بالجوانب

التالية :

- رفع مستوى الأداء الرياضي .
- إتاحة الفرصة لتعلم القيادة والانضباط .
- تعلم القوانين والألعاب وكيفية ممارستها .
- تعلم كيفية الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية<sup>1</sup> .

### 8-4- المراهقة وممارسة النشاط البدني والرياضي :

من الطبيعي أن التربية البدنية والرياضية تساعد المراهق على التعرف عن قدراته البدنية والعقلية ويكشف من خلالها عن مواهبه، إضافة بطبيعة الحال اكتسابه للسلوك السوي حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي المدرسي وسلة تربوية لها تأثيرا ايجابي على سلوك التلميذ في مرحلة المراهقة من حيث :

- اكتساب القيم الأخلاقية .
- الروح الرياضية .
- قيمة اللعب النظيف .

<sup>1</sup> أسامة كامل، راتب إبراهيم، عبد ربه خليفة، "النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل" دار الفكر العربي، القاهرة 1999، ص 127 .

- الالتزام بتطبيق القوانين وقواعد اللعب .

- تحمل المسؤولية .

- التنافس في سياق تعاونها .

لذا يجب أن يهتم المربي الرياضي بتقديم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربوية تؤكد إظهار الجوانب الايجابية للسلوك واكتساب القيم الأخلاقية<sup>1</sup> .

### 8-5- تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق :

يعتبر علماء النفس اللعب احد العوامل المساعدة على تحقيق من فضغوطات الحياة اليومية، والتي تنطبق فيها المشاعر النفسية والطاقة الغريزية فيما يخص ما يقوم به الفرد من نشاط حر، كما يعتبر اللعب أسلوبا هاما لدراسة وتشخيص وعلاج المشكلات النفسية، ويؤدي اللعب التي التنفيس عن الطاقة الزائدة، كما يساعد على تدريب المهارات التي تساعد المراهق على التأقلم والتكيف في حياته ومجتمعه. ففي الفريق يتعود المراهق على تويل الهزيمة بروح من ناحية والكسب بدون غرور من ناحية أخرى وكيفية تقبل مرافق التنافس لتلك المنافسة التي لا بد له أن يقابلها في الحياة، اذن واللعب هو النشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبته تلقائيا دون أن يكون له هدف مادي معين، وهو احد الأساليب الطبيعية التي يعبر الفرد من خلالها على نفسه .

أن الألعاب التي تحقق بها مختلف الأنشطة الرياضية هي المادة المستعملة في التحقيق والعلاج النفسي، فهي متنوعة وتمنح الفرد فرصة للتعويض وللتخفيف من الاحباطات التي يعانيتها المراهق، كما تساعد على التحكم في المشاكل كالقلق والاحباطات والعنف، والتعبير عن الصراعات المقلقة والتي تكون معانيها مختلفة باختلاف الفرد وشخصيته<sup>2</sup> .

<sup>1</sup> نفس المرجع، ص127 .

<sup>2</sup> م. ميخائيل، "رعاية المراهقين" دار الغريب للطباعة، عمان 1991، ص147 .

**خلاصة الفصل :**

تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف المراهقة وتحديد زمنيها، والتعريف بأنواعها، والخصائص التي تتميز بها هذه المرحلة والاحتياجات السامية للمراهق، كما تم التطرق إلى المشاكل النفسية الجسدية والاجتماعية إلى يعاني منها المراهق، والتي يمكن أن تؤدي به إلى سلك طريق الانحراف والعزلة، كما تطرقنا إلى تبيان الأهمية النفسية والجسدية والاجتماعية للنشاط البدني عند المراهق ودورها في التخفيف من المشاكل التي يعاني منها في هذه المرحلة كنتيجة لممارسة للتربية البدنية والرياضية .

### تمهيد :

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



**1-المنهج العلمي المتبع:** يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة العمليات و الخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه<sup>1</sup> و بالتالي فالمنهج ضروري للبحث إذ هو الذي يبين الطريق و يساعد الباحث في ضبط أبعاد و مساعي و أسئلة و فروض البحث<sup>2</sup> .

و نهجت الدراسة الحالية المنهج الوصفي المسحي،و هذا لملائمته لطبيعة موضوع الدراسة و نوع المشكل المطروح.

و الذي عرفه محمود عوض بسيوني:" هو كلاستقصاء ينصب على ضاهرة من الضواهرالتعليمية كما هي في الوقت الحاضر قصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديدا لعلاقة بينها و بين الضواهر الاخرى".<sup>3</sup>

## 2-مجالات البحث:

**2-1-المجال المكاني:** أجريت الدراسة بخمسة متوسطات من دائرة بوعينان و هي على التوالي:

- -متوسطة بوعينان الجديدة
- -متوسطة الحساينية الجديدة
- -متوسطة زهرة جيلالي.
- -متوسطة عمروسة
- -متوسطة معصومة

<sup>1</sup> -mourise angers-initiation pratiqueà la méthodologie des science humains -  
éd :casbah/Alger-cec-qubes-1996-p.58.

<sup>2</sup> -jean claud combessie -la mètode en sociologie(série approches).éd casbah-Alger-la  
découverte-paris-1996-p.09.

<sup>3</sup>محمد عوض بسيوني- نضريات و طرق التربية البدنية- د.م.ج -الطبعة 02-الجزائر-1992- ص-105.

و تم إختيار هذه المتوسطات أين وجدنا بها تسهيلات كبيرة فيما يخص زملاء المهنة مما سهل لنا التحكم في التلاميذ و إستعادة الاستمارات و اسغلال الوقت الجيد أي إجراء الدراسة أثناء سير حصص التربية البدنية و الرياضية

**2-2 المجال الزمني:** تمت دراستنا هذه خلال ال فترة الزمنية الممتدة من الشروع في جمع المادة العلمية و ضبط أدوات البحث و تحديد الاطار المنهجي للبحث، أما الجانب التطبيقي الذي إنطلقنا فيه بتاريخ 14أفريل 2011 إلى غاية 15 ماي 2011 حيث تم توزيع الاستمارات على التلاميذ بالمتوسطات المذكورة آنفا و الممثلة لمقياس قياس الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي ثم جمع كل الاستمارات و الشروع في تفريغها و تطبيق العملية الاحصائية لضبط النتائج و اجراء عملية العرض و التحليل .

### 3- مجتمع الدراسة:

إن مجتمع البحث في لغة العلوم الإنسانية هو (مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تركز عليها الملاحظات) أو هي مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي تجري عليها أو التقصي<sup>1</sup> ويواجه الباحث عند شروعه في القيام ببحثه مشكلة تحديد نطاق العمل أي اختيار مجتمع البحث أو العينة وفي هذا الأساس يتكون مجتمع بحثنا من جميع التلاميذ السنة الرابعة متوسط و تلاميذ السنة الاولى متوسط بالنسبة لخمسة متوسطات لدائرة بوعينان ولاية البليدة وعددهم الاجمالي يقارب 1560 تلميذ

### 3-1 العينة الإحصائية وكيفية اختيارها:

<sup>1</sup> - موريس أنجرس - ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون - منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية - دار القصة للنشر - الجزائر - بدون طبعة 2001- (ص 298).

تم إختيار عينة البحث على النحو التالي :

- 1 عينة لتلاميذ السنة أولى متوسط : لقد تم اختيار هذه العينة بالطريقة العشوائية من خلال قوائم التلاميذ و بلغ أفراد العينة 60 تلميذا 30 للذكور و 30 للإناث كما هو موضح في الج 1
- 2 عينة لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لقد تم اختيار العينة عشوائيا التي بلغ مجموعها 100 تلميذ مقسمة بين 50 ذكور و 50 للإناث

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

جدول رقم (1) : يمثل توزيع عينة البحث على مؤسسات التعليم المتوسط لدائرة بوعينان

مستوى السنة الرابعة متوسط		مستوى السنة الأولى متوسط		مؤسسات التعليم المتوسط
الإناث	ذكور	الإناث	ذكور	
10	10	6	6	متوسطة عمروسة
10	10	6	6	متوسطة معصومة
10	10	6	6	متوسطة بوعينان الجديدة
10	10	6	6	متوسطة زهرة جيلالي
10	10	6	6	متوسطة الحساينية الجديدة
50	50	30	30	المجموع

#### 4-الدراسة الاستطلاعية :

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

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

- 5- معرفة متوسط الزمن المتطلب للإجابة على المقياس
- 6- الوصول إلى أنسب الطرق المنظمة لتحديد هيكل العمل المطلوب و القائم على توزيع و جمع الاستمارات و تنفيذ المقياس بدقة و في سهولة و يسر على عينة البحث.

أما فيم يخص الدراسة الاستطلاعية التي تخص بحثنا هذا فيمكننا أن نقول أن هذا المقياس ملائم لهذه الدراسة التي هي تحت عنوان "دراسة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية " انطلاقا من أن هذا المقياس قد تم القيام بالدراسة الاستطلاعية منذ قبل من طرف الطالب كحلي كمال على دراسة تدور حول الاتجاهات النفسية ، ومن خلال كل هذا فإن هذا المقياس كينيون ملائم لدراستنا كونه وضع في بيئة جغرافية واحدة في الجزائر و كذلك نفس العينة أي تلاميذ المتوسط (نفس السن )

## 5- متغيرات الدراسة :

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

### • تعريف المتغير المستقل :

متغير يجب أن يكون له تأثير في المتغير التابع وهو الأداء الذي يؤدي التغير في قيمتها إلى إحداث التغير و ذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة به <sup>1</sup>

**تحديده :** الجنس و المستوى.

### • المتغير التابع :

متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم لمتغيرات الأخرى ،حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قيم المتغير التابع <sup>2</sup>

**تحديده :** الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

## 6- عرض أدوات البحث:

<sup>1</sup> - عروس عبد الغفار و رحمان معمر خلف - المنافسة على مردود لاعبي كرة القدم - مذكرة الليسانس - معهد التربية البدنية و الرياضية - سيدي عبد الله - جامعة الجزائر-2005-(ص-60).

<sup>2</sup> - عروس عبد الغفار و رحمان معمر خلف - نفس المرجع السابق - (ص-60).

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

### 6-1- وصف المقياس:

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

و قد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني الرياضي يمكن تبسيطه إلى مكونات أكثر تحديدا و أوضح معنى كما يمكن تقسيمه إلى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا. و هذه المكونات أو الفئات الفرعية توفر مصادر متعددة وذات فوائد متباينة تختلف من فرد إلى آخر أي إن النشاط البدني الرياضي يصبح بهذا المفهوم خبرة تختلف من شخص إلى آخر و قد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية اللتي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد

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

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

1 التنشيط البدني كخبرة اجتماعية.

2 التنشيط البدني للصحة و اللياقة.

3 النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.

4 النشاط البدني كخبرة جمالية.

5 النشاط البدني لخفض التوتر.

6 النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.

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

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

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

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

جدول رقم(4) يبين شدة الاستجابة لأبعاد المقياس

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

6-2- إجراء الاختبار:



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

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

الزمن الذي يجري فيه الاختبار.

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

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

عن 20 دقيقة بالنسبة لكل تلميذ.

## 2-6- الأدوات الإحصائية:

لعرض و تحليل النتائج المتحصل عليها استخدم الباحث مايلي:

$$\boxed{م = \frac{مجم\ س}{ن}}$$

▪ المتوسط الحسابي : يرمز له بـ : ( م )

$$\boxed{\frac{\sqrt{\frac{\sum (س-م)^2}{ن}}}{ن}}$$

الانحراف المعياري : يرمز له بـ : ( ع )

$$= = \frac{1-2م}{\sqrt{\frac{\sum_{ن_1} ع_1^2 - \frac{(\sum_{ن_1} ع_1)^2}{ن_1} + \frac{\sum_{ن_2} ع_2^2 - \frac{(\sum_{ن_2} ع_2)^2}{ن_2}}{ن_1 + ن_2}}}}$$

▪ حزمة الحراب الإحصائي SPSS

## 3-6- تطبيق البحث:

طبق الباحث المقياس أداة البحث في صورة استمارات مطبوعة تم توزيعها على التلاميذ عينة البحث في وسط طبيعي يسمح باستخلاص النتائج كما يراها أصحابها دون التأثير عليهم خلال الفترة الثالثة من العام الدراسي 2011/2010 و ذلك من 14 -04-2011 إلى غاية 15-05-2011

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

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

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

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

النسبة المئوية	إناث	ذكور	
62.5	50	50	تلاميذ السنة الرابعة متوسط
37.5	30	30	تلاميذ السنة الأولى متوسط

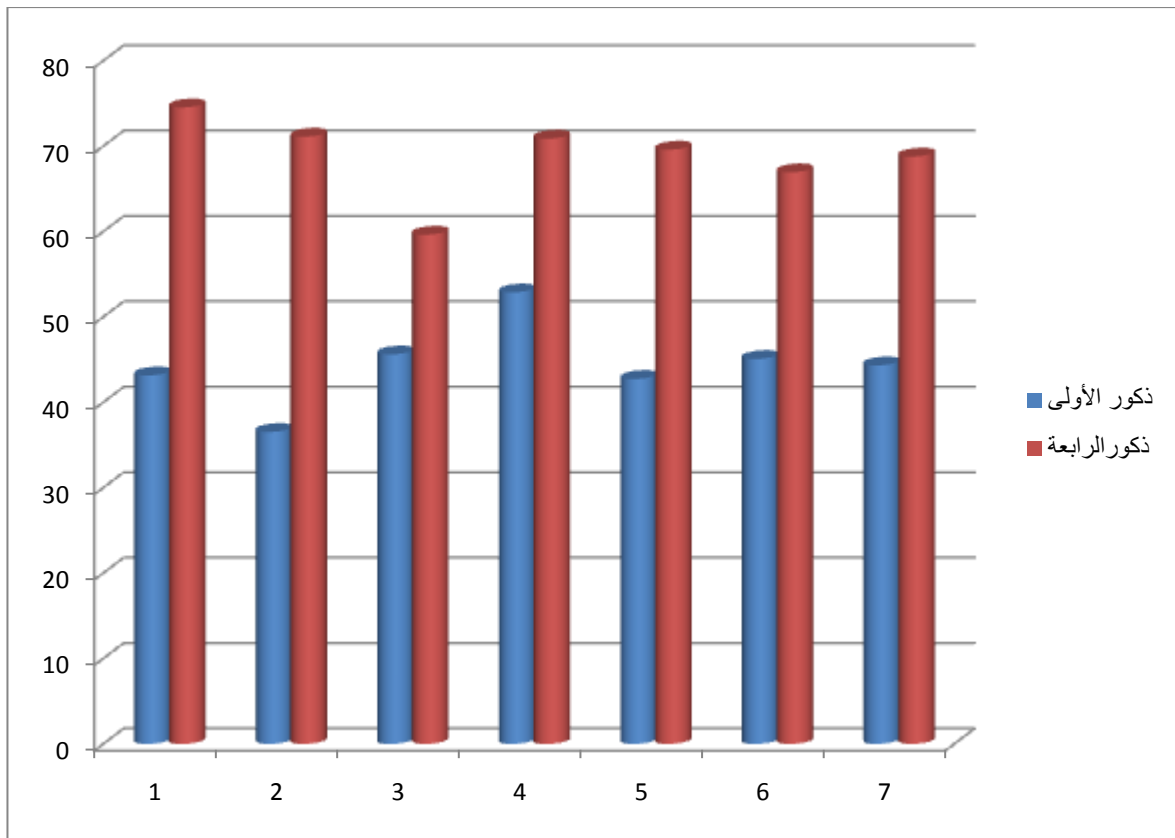
## 1- عرض و تحليل نتائج الدراسة النهائية :

### 1-1- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى هناك فروق ذات دلالة إحصائية في

الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية بين تلاميذ السنة الأولى و تلاميذ السنة الرابعة متوسط

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

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



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

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

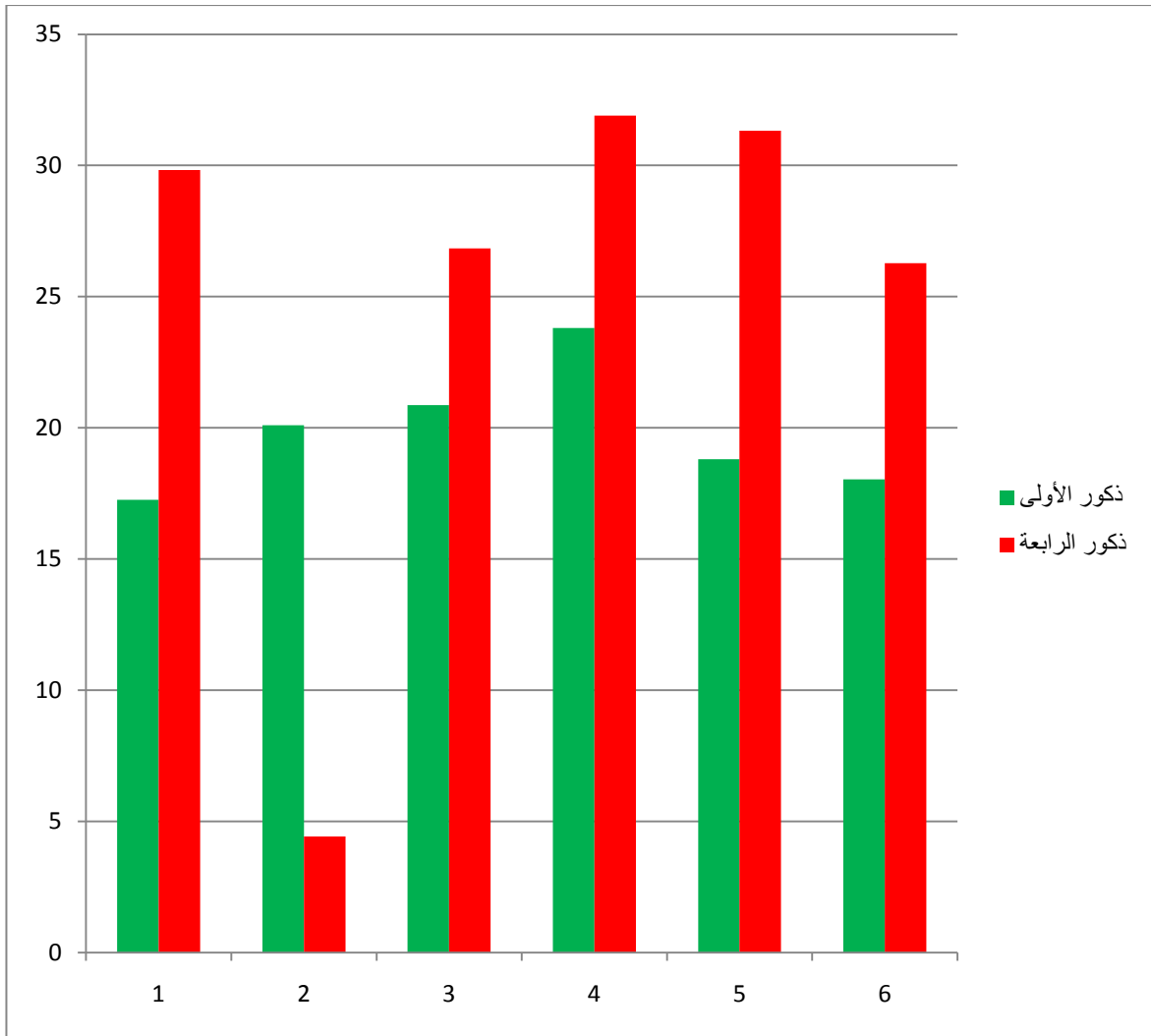
أما بالنسبة لاتجاهات للتلاميذ الذكور لمستوى السنة الأولى متوسط نحو مفهوم التربية البدنية حسب مقياس كينون لاتجاهات أنه بالنسبة لدرجات المقياس الكلية جاءت اتجاهات التلاميذ % .حيادية وهذا بنسبة (44.33 %) أما بالنسبة لأبعاد المقياس جاءت طبيعة الاستجابة حيادية في معظمها ماعدا في بعد النشاط البدني للصحة و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

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

جدول رقم 07 يبين مقارنة نتائج التلاميذ الذكور لكل من مستوى السنة الرابعة و الأولى متوسط

بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون

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



الشكل البياني رقم: ( 01 ) بين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلاميذ الذكور مستوى السنة الرابعة و

الأولى متوسط بالنسبة لكل أبعاد لاختبار قياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني



## \* عرض النتائج :

من خلال الجدول رقم 07 و الذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية للتلاميذ الذكور من كلى المستويين الرابعة و الأولى متوسط

تتضح لنا الرؤيا جليا من حيث النتائج المحصل عليها ففي بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 29.82 و بانحراف معياري 04.22 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 17.26 و بانحراف معياري 03.94 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرة ب 13.17 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة اجتماعية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا ان هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة اجتماعية وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط .

و من خلال نفس الجدول السابق و فيما يخص بعد النشاط البدني للياقة و الصحة خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 39.12 و بانحراف معياري 2.48 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 20.10 و بانحراف معياري 04.42 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرة ب 24.63 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني

للياقة و الصحة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للياقة و الصحة وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط و من خلال النتائج المحصل عليها الخاصة ببعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة استتجنا مايلي أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 26.84 و بانحراف معياري 0 2.45 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 20.86 و بانحراف معياري 05.96 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدر ب 06.27 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للياقة و الصحة وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط اما فيما يتعلق ببعد النشاط البدني كخبرة جمالية وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 31.96 و بانحراف معياري 03.60 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 23.80 و بانحراف معياري 04.61 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدر ب 08.73 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة جمالية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا ان هناك

فروق جوهريّة و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط .

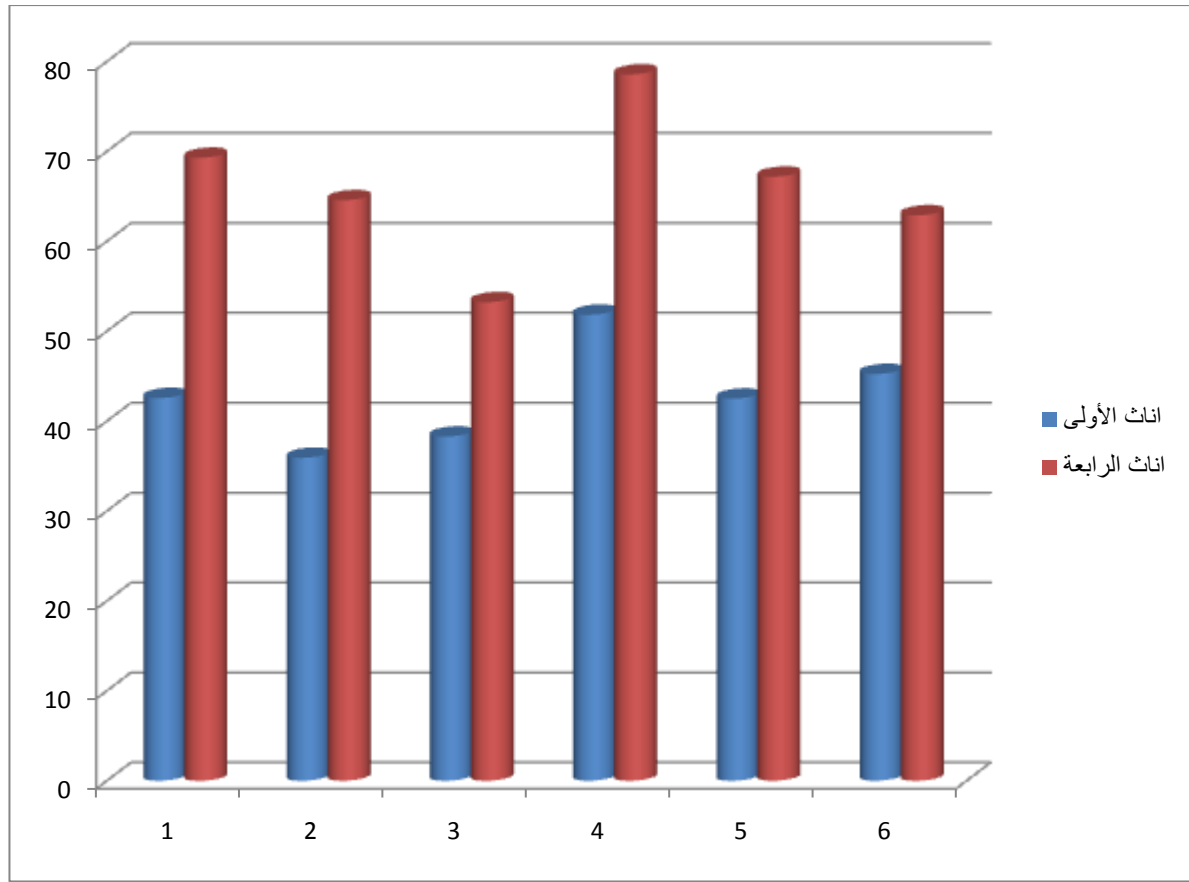
اما بالنسبة لبعء النشاط البدني لخفض التوتر وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 31.32 و بانحراف مع ياري 04.24 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 18.80 و بانحراف معياري 07.08 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرّة ب 09.90 و هي أكبر من  $t$  الجدولية المقدرّة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي لخفض التوتر فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرّة ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا ان هناك فروق جوهريّة و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط .

و من خلال نفس الجدول السابق وفيما يخص بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلاميذ السنة الرابعة قدر ب 26.88 و بانحراف معياري 07.12 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى 18.03 و بانحراف معياري 06.21 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرّة ب 05.63 و هي أكبر من  $t$  الجدولية المقدرّة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرّة ب 78 و بمستوى دلالة

0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي وهذا لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط

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

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



### الشكل البياني رقم (02) يبين درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات التلاميذ الإناث السنة الرابعة و الأولى نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

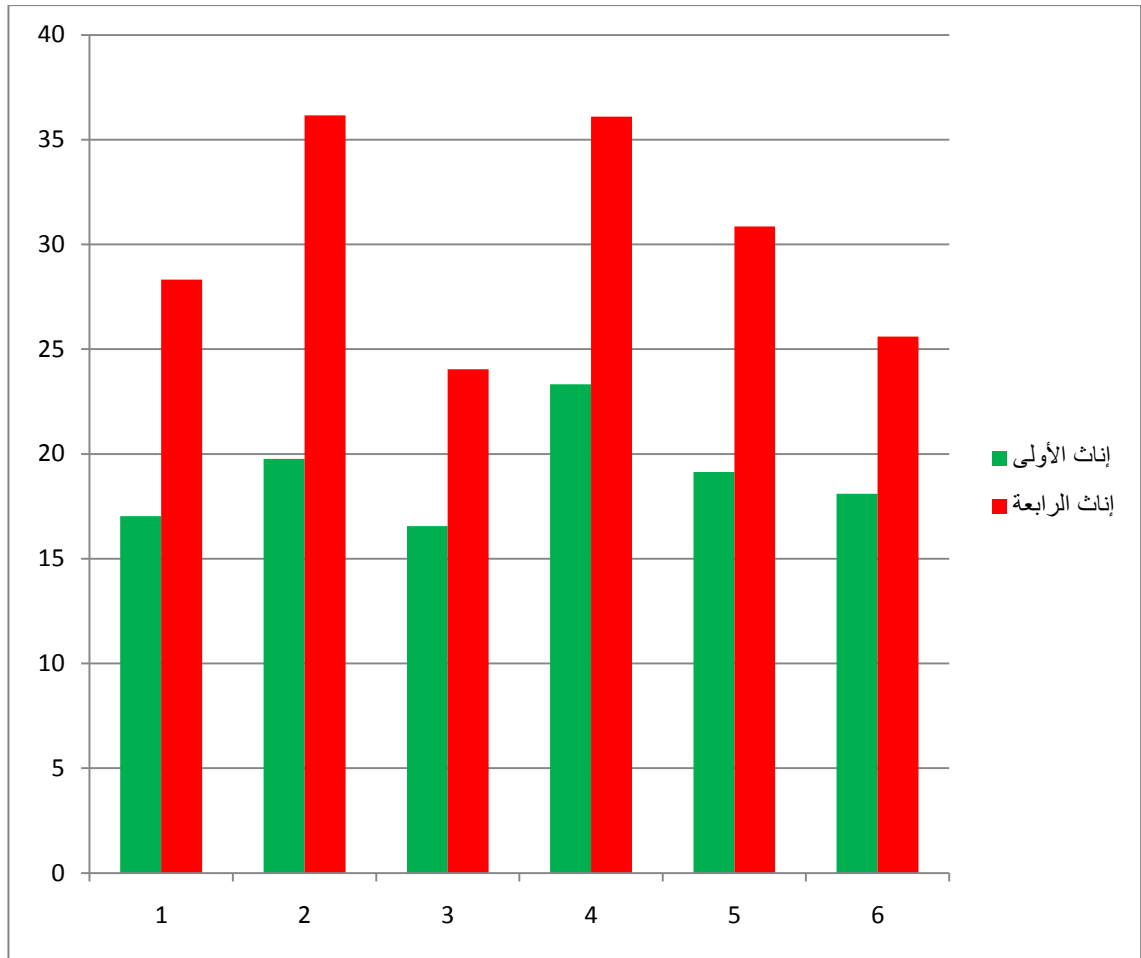
من خلال الجدول رقم 08 و الذي يبين درجات و نسب و ترتيب و شدة استجابة تلميذات السنة الرابعة متوسط و تلميذات السنة الأولى متوسط حسب اختبار كينيون ، فإنه يتبين لنا جليا أنه بالنسبة لنتائج الاختبار الكلية لتلميذات السنة الرابعة جاءت طبيعة استجابتهن نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية ايجابية وهذا بنسبة ( 65.96 % ) أما بالنسبة لأبعاد المقياس فقد جاءت طبيعة الاستجابة ايجابية لمعظم الأبعاد ما عدا لبعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة التي كانت حيادية و ذلك بنسبة 53.24 % وهذا يبين لنا أن التلميذات الممارسات لا يملن إلى المخاطرة بل إلى الجانب الجمالي و الاعتناء بالمظهر الخارجي للجسم و العناية بالصحة و السلامة أما بالنسبة لتلميذات السنة الأولى متوسط فقد جاءت طبيعة

الاستجابة لديهن حيادية و هذا بنسبة 42.73 % بالنسبة لنتائج الاختبار الكلية ،مما يدل على عدم وضوح مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلميذات السنة الأولى متوسط وعليه يمكن القول أن لتلميذات السنة الرابعة متوسط يسعون إلى تكوين اتجاهات ايجابية في بعض الأبعاد ،وهذا نظرا لحاجتهم إلى خلق التوازن النفسي و الاجتماعي وضغط التوترات اليومية وأيضا الحفاظ على الصحة و اللياقة و كذا اهتمامهم بالنواحي الجمالية و المظهر اللائق و الأنيق من خلال ممارسة الرياضة، إلا أنهم لا يولون أهمية إلى بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة

جدول رقم (09) يمثل الفروق في الاتجاهات النفسية بين إناث السنة الأولى و الرابعة متوسط

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





الشكل البياني رقم 03: يبين قيمة متوسطي الحسابي لنتائج التلاميذ الإناث مستوى السنة الرابعة و

الأولى متوسط بالنسبة لكل أبعاد لاختبار قياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني

## \* عرض نتائج الجدول :

من خلال الجدول رقم 09 و الذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية للتلميذات الإناث من كلى المستويين الرابعة و الأولى متوسط

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

أما فيما يخص بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة فقد خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 36.16 و بانحراف معياري 04.48 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 19.76 و بانحراف معياري 02.97 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرة ب 17.78 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات

النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي للصحة و اللياقة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للصحة و اللياقة وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط .

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

أما بالنسبة لبعث النشاط البدني كخبرة جمالية فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 36.10 و بانحراف معياري 04.87 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 23.33 و بانحراف معياري 04.59 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدر ب 10.17 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية فرق معنوي و

دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط

أما فيما يتعلق ببعد النشاط البدني لخفض التوتر فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 30.86 و بانحراف معياري 05.42 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 19.13 و بانحراف معياري 04.24 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدر ب 10.12 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط

و من خلال النتائج المحصل عليها الخاصة ببعد النشاط البدني للتفوق الرياضي فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لتلميذات السنة الرابعة قدر ب 25.60 و بانحراف معياري 04.58 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لتلميذات السنة الأولى 18.10 و بانحراف معياري 04.96 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدر ب 06.87 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلميذات الإناث مستوى رابعة و أولى متوسط نحو مفهوم النشاط

البدني للتفوق الرياضي فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 78 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط

### ❖ الاستنتاج :

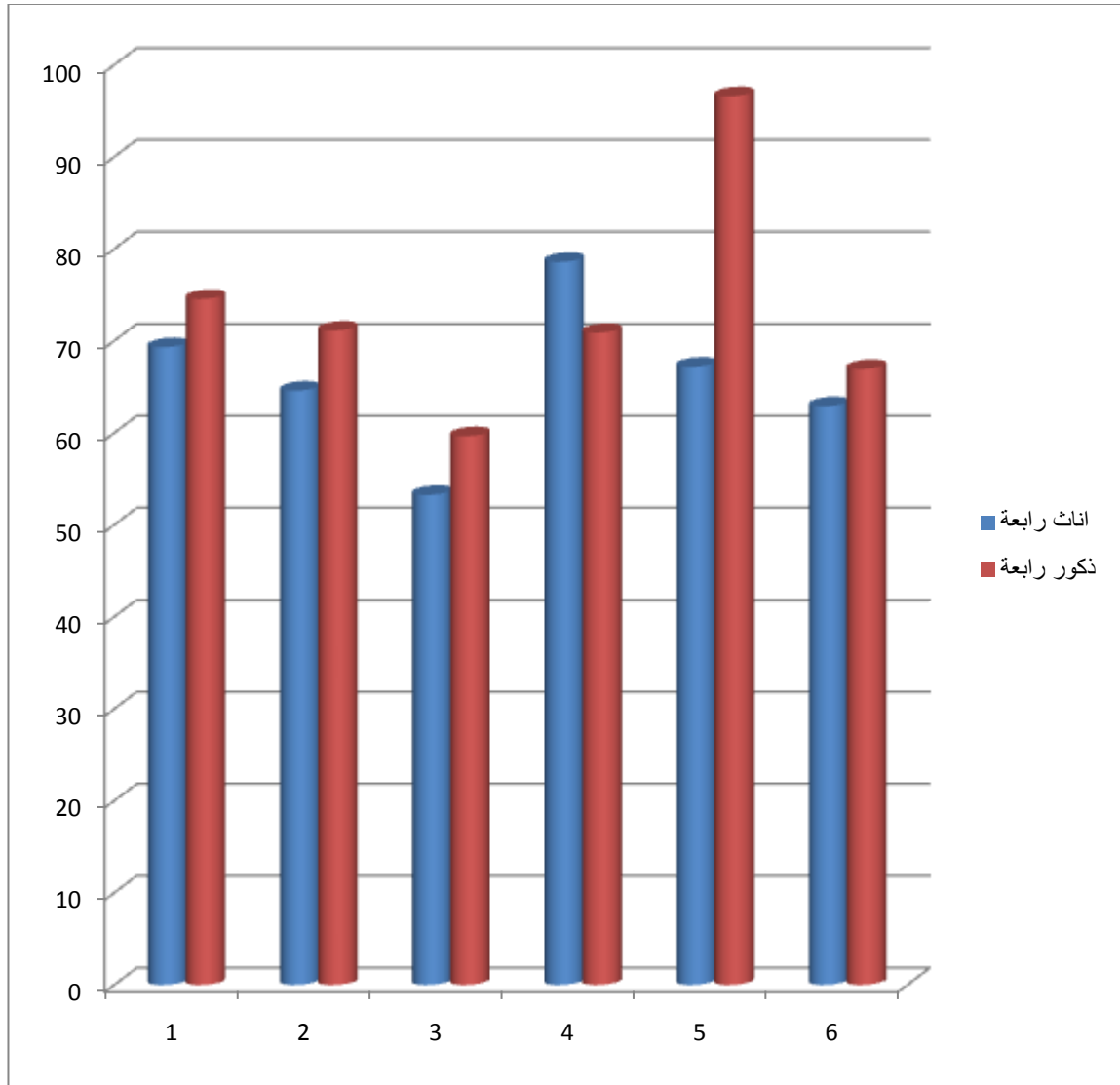
بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها والخاصة بالمجموعتين السنة الرابعة متوسط و الأولى متوسط بالنسبة لكل أبعاد مقياس الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية اتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويين في طبيعة الاتجاهات وهذا لصالح تلاميذ مستوى السنة الرابعة متوسط حيث كانت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

1-2- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية : هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين

الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة.

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

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



الشكل البياني رقم ( 04 ) يمثل درجات ونسب و ترتيب و طبيعة اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة بين الذكور و الإناث نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .

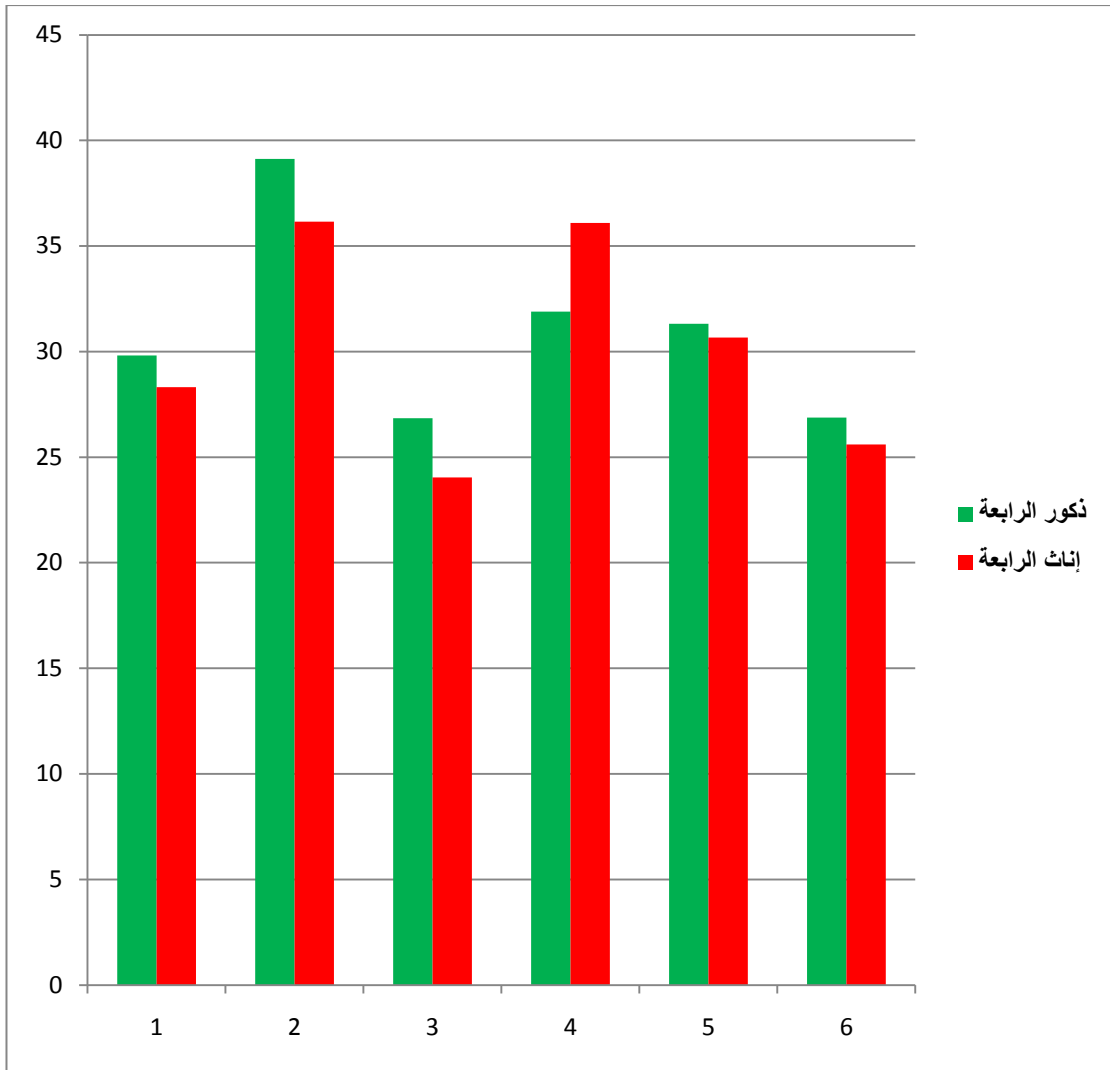
من خلال الجدول رقم 10 و الذي يبين درجات ونسب و ترتيب و شدة استجابة التلاميذ ذكور و إناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية حسب اختبار كينيون ، فإنه يتبين لنا جليا أنه بالنسبة لنتائج الاختبار الكلية جاءت طبيعة استجابة التلاميذ و التلميذات الممارسين للنشاط الرياضي ايجابية وهذا بنسبة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

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



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

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



الشكل البياني رقم 05 يبين قيمتي المتوسط الحسابي لكل من الذكور و الإناث للسنة الرابعة متوسط

بالنسبة لكل أبعاد مقياس كينيون

**\* عرض نتائج الجدول**

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

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

أما فيما يخص بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة فقد خلصنا إلى أن المتوسط الحسابي للتلاميذ الذكور قدر ب 39.12 و بانحراف معياري 02.48 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 36.16 و بانحراف معياري 04.48 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدرة ب 04.08 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدرة ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفروق بين الاتجاهات النفسية للذكور و الإناث

مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي للصحة و اللياقة فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للصحة و اللياقة وهذا لصالح التلاميذ الذكور

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

أما بالنسبة لبعء النشاط البدني كخبرة جمالية فقد توصلنا إلى ان المتوسط الحسابي لذكور السنة الرابعة قدر ب 31.90 و بانحراف معياري 03.60 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث ب 36.10 و بانحراف معياري 04.87 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدر ب 04.31 و هي اكبر من  $t$  الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا

عند درجة حرية المقدر ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وهذا لصالح تلميذات السنة الرابعة متوسط.

أما فيما يتعلق ببعد النشاط البدني لخفض التوتر فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لذكور السنة الرابعة قدر ب 31.32 و بانحراف معياري 04.24 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 30.86 و بانحراف معياري 05.42 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار  $t$  لقياس الفروق بين العينتين الغير متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى  $t$  المحسوبة المقدر ب 0.47 و هي اصغر من  $t$  الجدولية المقدر ب 01.96 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر و غير دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 وهذا يبرز لنا أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر بين الذكور و الإناث

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

فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي بين الذكور و الإناث .

❖ **الاستنتاج:** بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها والخاصة بالمجموعتين

الممثلتين بتلاميذ السنة الرابعة ذكور وإناث ولمقارنة اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية

و الرياضية خلصنا إلى وجود فروق دالة إحصائية في اغلب الأبعاد لصالح التلاميذ الذكور كما

جاءت اتجاهاتهم ايجابية في اغلب أبعاد المقياس

## 2-الاستنتاجات:

من خلال النتائج المتحصل عليها بقياس الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية وفق

مقياس كينيون ،سنحاول الوقوف على الاستنتاجات الهامة التي توصلنا إليها في هذه الدراسة.

➤ الاستنتاجات الخاصة بالتلاميذ ذكور و إناث لمستوى السنة الرابعة متوسط.

1-إن طبيعة الاتجاهات النفسية ايجابية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة

متوسط و هذا يعكس تشبعهم بالثقافة الرياضية .

2-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على تكوين علاقات اجتماعية تمكنهم من الاندماج

الاجتماعي.

3-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على حفظ الصحة و اللياقة البدنية.

4-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على تكامل البناء الجسمي المتزن و المعتدل و المقبول

اجتماعيا.

5-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تقلل من التوترات الناجمة عن الحياة اليومية

و الاجتماعية

6-إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على إبراز القدرات الخاصة التي يمتلكها التلاميذ في مختلف

الأنشطة الرياضية

➤ الاستنتاجات الخاصة بالتلاميذ ذكور و إناث لمستوى السنة الأولى متوسط

1-إن طبيعة الاتجاهات النفسية حيادية نحو مفهوم التربية و الرياضية و هذا يعكس عدم

تشبعهم بالثقافة الرياضية.

2-طبيعة الاتجاهات النفسية حيادية في أبعاد النشاط البدني كخبرة جمالية و للتفوق الرياضي كخبرة

اجتماعية و لخفض التوتر وفق مقياس كينيون لقياس الاتجاهات النفسية نحو النشاط الرياضي

طبيعة الاتجاهات سلبية في بي بعدد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة وللصحة و اللياقة.

### -3- مقارنة النتائج بالفرضيات:

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

البحث.

### ✓ الفرضيات الجزئية:

#### ▪ -الفرضية الأولى:

لقد افترض الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و

الرياضية بين تلاميذ السنة الرابعة و تلاميذ السنة الأولى متوسط

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

و الجداول رقم 06،07،08،09 و التي تقثل نتائج قياس اتجاهات التلاميذ بالنسبة لكل أبعاد المقياس تؤكد بوضوح صحة هذه الفرضية حيث جاءت كل الأبعاد لصالح تلاميذ السنة الرابعة حيث أن طبيعة اتجاهاتهم جاءت ايجابية بالنسبة البعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية هذا ما يؤكد بان التلاميذ في هذه المرحلة اصبحو يميلون أكثر إلى تكوين الجماعات و هذا ما يتجلى من خلال الأنشطة الرياضية ومن خلال المن افسات التي تجرى بينهم و تتكون فيما بينهم علاقات قوية هذا و بالإضافة إلى بعد اللياقة و الصحة حيث اظهروا أنهم أكثر وعيا بفوائد الرياضة على صحتهم و على تحسين لياقتهم البدنية هذا و قد بينت أيضا النتائج بأنهم أي تلاميذ السنة الرابعة هم أكثر إدراكا بتأثير الأ نشطة الرياضية المختلفة على الجانب الانفعالي بحيث تساعد الرياضة في خفض التوترات و على بسط الراحة في نفوسهم إثناء ممارستهم للأنشطة البدنية و على العكس من هذا فقد بينت النتائج بان هناك غموض في إدراك ماهية التربية البدنية بالنسبة لتلاميذ السنة الأولى هذا ما يؤكد أن الفارق في المستوى التعليمي السن له تأثير واضح على تكوين الميول و على ترسيخ ثقافة رياضية لدى التلاميذ و هذا ما أكدته دراسة محمد مصطفى منصور 1998 الذي توصل إلى أن هناك فروق دالة إحصائيا في اتجاهات التلاميذ بوجه عام نحو مفهوم درس التربية الرياضية ولصالح الصف الدراسي الثالث في هذه المرحلة

#### ■ - الفرضية الثانية:

لقد افترض الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة وهذا ما أثبتته نتائج الجد اول رقم



11،10 و هذا ما يعني أن الاتجاهات النفسية للذكور أكثر ايجابية من اتجاهات الإناث و هذا ربما يعود لكون الذكور أكثر تشبعا بالثقافة الرياضية و هذا ما أكدته دراسة كحلي كمال 2008 حيث وصل إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في اتجاهاتهم نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية ولصالح الذكور إلا انه و في بعدي ا لنشاط البدني لخفض التوتر و بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي لم تكن هناك فروق دالة إحصائية بحيث جاءت نتائجهم متقاربة أما بالنسبة لبعده النشاط البدني كخبرة جمالية فقد جاء لصالح الإناث وهذا يعود ربما لكون البنات أكثر اهتماما بالجانب الجمالي فاعلم أوقاتهن تقضيه أمام المرات هذا ما يفسر ميول الإناث في هذه المرحلة على الجانب الجمالي للحركة كما نلاحظ تجنبها للألعاب العنيفة

### الفرضية العامة:

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

و لتأكيد هذه الفرضية يتبين لنا من خلال الجداول رقم 06،07،08،09 أن طبيعة الاتجاهات النفسية ايجابية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مستوى السنة الرابعة متوسط مقارنة مع تلاميذ السنة الأولى التي جاءت غالبيتها حيادية ماعدا في بعد النشاط البدني للصحة فقد جاءت سلبية ويعود هذا الأمر ربما إلى غموض مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ السنة الأولى خاصة وان أغلبية التلاميذ في هذا المستوى قدموا من الطور الابتدائي و الجميع يعلم بغياب حصة التربية البدنية و الرياضية عن مقرراتهم الدراسية هذا عكس تلاميذ الرابعة متوسط و الذين قضوا على الأقل أربع سنوات في ممارسة نشاط التربية البدنية مما سمح لهم بأخذ نظرة واسعة عن أهداف التربية البدنية فقد فهموا قدرة الأنشطة الرياضية في تكوين علاقات اجتماعية متينة بين التلاميذ كما أدركوا أهمية الرياضة على الجانب الصحي

و تأثيرها القوي على خفض التوتر لديهم، وذلك راجع لكون النشاط الرياضي له دور إيجابي في استئارة النواحي الانفعالية نتيجة الحماس الزائد أثناء الممارسة بجانب إنه وسيلة لإخراج الطاقة الكائنة وتفرغ حالات الكبت مما يشعرهم بتحسن وإدخال المرح والسرور على أنفسهم ، كما يستفيد الممارسين للنشاط البدني اللياقة والصحة النفسية والجسمية حيث يكون لها عائد، نفسي وبدني وبالتالي يجعل الممارس للنشاط البدني يتسم بالاتزان النفسي والذهني والبدني ، وبعد هذا هدف أساسي في ممارسة الأنشطة الرياضية ،أما عن تلاميذ السنة الأولى فهم حديثي العهد مع حصة التربية البدنية و بالتالي لم يكونوا بعد نضرة واقية عن مفهوم و أغراض التربية البدنية

## 4- الاستنتاج العام:

لقد سعينا من خلال دراستنا هذه أن نثمن و نكمل مجموعة الدراسات التي انكبت على تشخيص موضوع الاتجاهات النفسية لما لها من أهمية في إثارة و توجيه سلوك الفرد، و يخص بحثنا هذا دراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط وذلك للكشف عنها و معرفة مدى وضوح مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى التلاميذ لكون هذا الأخير يعتبر عامل حاسم في تحقيق ما تصبوا التربية البدنية و الرياضية إليه في مدارسنا و خدمة لأهدافها السامية

لأجل هذه الغاية جاء موضوع بحثنا الذي يهدف إلى الكشف و التعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ كل من مستويي السنة الأولى و الرابعة متوسط

فمن خلال بحثنا هذا خرجنا بعدة نقاط مهمة لا يمكن إغفالها فقد وصلنا إلى كون تلاميذ السنة الرابعة متوسط لديهم نظرة أكثر دقة و شمول تجاه معاني و مفاهيم التربية البدنية و الرياضية و أهدافها حيث أدركوا ماهيتها مقارنة بتلاميذ السنة الأولى متوسط و هذا ما يدعو إلى إعادة النظر في الكثير من النقاط فيما يخص ممارسة التربية البدنية و الرياضية في مؤسسات الطور الابتدائي و الدعوة إلى إدخال هذه المادة ضمن منهاج الطور الابتدائي كون هذه المرحلة أساسية و هذا لغرس ثقافة رياضية لدى التلاميذ مبكرا و لغرس سلوكيات ايجابية فيهم منذ الصغر

## الخاتمة :

ما نستطيع أن نقوله في الأخير هو أننا حاولنا قدر المستطاع الإحاطة ببحثنا هذا ومن كل الجوانب وهذا إدراكا منا على أهمية هذه الدراسة و سعينا إلى الإفادة و لو بالشيء القليل لذا حاولنا أن نعطي نظرة أكثر شمولية حول الاتجاهات النفسية و دورها الكبير في تفعيل الممارسة الرياضية في الطور المتوسط و جعلها أكثر ديناميكية من حيث الاهتمام بجانب مهم للغاية إلى و هو ميول و رغبات التلاميذ من حيث إعطائهم فرصة اكبر في المشاركة في إعداد البرامج و الأنشطة الرياضية حتى

وأن. يكن هذا بطريقة غير مباشرة إلا أن التلميذ عندما يجد نفسه يمارس أنشطة محببة بالنسبة له فإنه لا محال سيبدع و سوف نرى منه أمورا كثيرة ومواهب و طاقات هائلة كانت ربما ستضيع مثلما ضاعت الكثير من المواهب في صمت ولم يسمع بها احد لان مرحلة التعليم المتوسط كما يعلم الجميع مرحلة مهمة جدا و حساسة يتم من خلالها اكتشاف المواهب الصاعدة ومن بعدها توجيهها توجيها سليما قصد صقلها، و لكن و للأسف الشديد هذا الأمر أصبح غير موجود و هذا نسبة إلى تقصير المسؤولين و غياب نظرة شاملة و سوء التخطيط لان واقع الرياضة المدرسية أصبح لا يحتمل أكثر مما هو عليه وفي هذا الإطار يكفي إجراء مقارنة بسيطة بين المؤسسات التي درسنا بها و بين المؤسسات التي تبنى في الوقت الراهن للاحضنا فرقا كبيرا من جانب المنشآت و العتاد و الهياكل الرياضية المتوفرة لان في زمننا هذا أصبحت الأقوال أكثر من الأفعال

## قائمة المصادر و المراجع باللغة العربية:

- 1- إبراهيم أحمد سلامة - الاختبارات و القياسات في التربية البدنية - دار المعارف .- القاهرة 1980 -
- 2- إبراهيم حامد قنديل - برامج و دروس التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية .- مطبعة مخيمر 1998 -
- 3- إبراهيم قشوش - سيكولوجية المراهقة - مكتبة الانجلومصرية - الطبعة الثالثة .- مصر 1989 -
- 4- أحمد أوزري - المراهقة و العلاقات المدرسية - مكتبة النجاح الجديدة - الشركة .المغربية للطباعة و النشر - الدار البيضاء - الطبعة الأولى 1993 -
- 5- أحمد أوزري - سيكولوجية المراهق - دار الفرقان - الطبعة الأولى - الدار .البيضاء - المغرب - 1986
- 6- أحمد زكي صالح - علم النفس التربوي - مكتبة النهضة المصرية - الجزء الثاني - .الطبعة - 10 مصر 1971 -
- 7- أحمد عبد الخالق - علم النفس الاجتماعي - دار الجامعية - بيروت - لبنان 1983.-
- 8- أحمد عزت راجح - أصول علم النفس - المكتب المصري الحديث للطباعة و .النشر- الطبعة - 05 الإسكندرية - مصر 1976 -
- 9- أحمد مختار عضاضة - التربية العلمية التطبيقية في المدارس العراقية - مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة و النشر - الطبعة - 03 بيروت لبنان .بدون سنة طبع
- 10- أرنوف وتيج - مقدمة في علم النفس - ديوان المطبوعات الجامعية . الجزائر 1994 -
- 11- أكرم زكي خطابية - المناهج المعاصرة في التربية الرياضية - دار الفكر .العربي - القاهرة 1997 -
- 12- أمين أنور الخولي - أصول التربية البدنية و الرياضية - دار الفكر العربي - - 1998.مصر - الطبعة

- 13- أمين أنور الخولي - د. جمال الدين الشافعي - مناهج التربية البدنية. المعاصرة - دار الفكر العربي - الطبعة الأولى - مصر 2000 -
- 14- أمين أنور الخولي و أسامة كامل راتب - التربية الحركية - دار الفكر. العربي - مصر 1982 -
- 15- تشارلز بيكو - أسس التربية البدنية - ترجمة حسن معوض و كمال صالح. عبده - المكتبة الانجلومصرية - القاهرة 1994 -
- 16- تشارلز بيوكر ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده - أسس التربية البدنية - دار الفكر العربي - القاهرة - بدون سنة طبع.
- 17- حامد عبد السلام - علم النفس الطفولة و المراهقة - الطبعة الرابعة. القاهرة 1982
- 18- حامد عبد السلام زهران - علم النفس الاجتماعي - عالم الكتب - الطبعة 05 - القاهرة 1985 -
- 18- حامد عبد السلام زهران - علم النفس الاجتماعي - عالم الكتب - الطبعة الرابعة - القاهرة 1977 -
- 19- حسن شلتوت و حسن معوض - الإدارة في التربية البدنية و الرياضية .- دار المعارف 1988 -
- 20- حسن شلتوت و حسن معوض - التنظيم و الادارة في التربية الرياضية .- دار المعارف و النشر - القاهرة 1998 -
- 21- حسين أحمد الشافعي - تاريخ التربية البدنية في المجتمع العربي و الدولي - منشأة المعارف - الإسكندرية - مصر 1998 -
- 22- حسين سيد معوض - طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية - دار الفكر العربي - الطبعة الرابعة - القاهرة 1987 -
- 23- حلمي المليحي - علم النفس المعاصر - دار النهضة العربية - مصر .- الطبعة الثانية 1982 -

- 24- محمد مصطفى زيدان و د.نبيل الملوطي - علم النفس التربوي - دار. الشرق للنشر و التوزيع و الطباعة - الطبعة الثانية - عمان 1985 -
- 25- رمضان محمد القذافي - علم النفس النمو الطفولة و المراهقة - المكتبة. الجامعية - الطبعة الأولى - الإسكندرية 1997 -
- 26- زيدان عبد الباقي - وسائل و أساليب الاتصال - دار الكتب المصرية .- الطبعة الأولى 19974 -
- 27- زين العابدين درويش و آخرون - علم النفس الاجتماعي و أسس تطبيقاته - مطابع زمزم - الطبعة الأولى - القاهرة 1993 -
- 28- - ساري حمدان و آخرون - دليل معلم التربية الرياضية للصفوف- .وزارة التربية و التعليم - الأردن - 1993
- 29- سعد جلال - القياس النفسي و الاختبارات النفسية - دار المعارف - مصر - 1992.
- 30- سعد عبد الرحمان - السلوك الإنساني - مكتبة الفلاح الكويت - الطبعة- 03.1953
- 31- سعد محمد بهادر - سيكولوجية المراهقة - دار البحوث العلمية - دار. مصر للطباعة - القاهرة - مصر - الطبعة الأولى 1980 -
- 32- سعدية محمد بهادر - في علم النفس النمو - دار البحوث العلمية - الطبعة. الأولى - الكويت - 1977
- 33- سهير كامل أحمد - الصحة النفسية و التوافق - مركز الإسكندرية - بدون. طبعة - مصر 1999 -
- 34- .السيد خير الله - مفهوم الذات - دار النهضة العربية - مصر 1984 -
- 35- طلحة حسام الدين و عدلة عيش مطر - مقدمة في الادارة الرياضية .- مركز الكتاب للنشر 1 -
- 36- عباس أحمد السمرائي - طرق تدريس التربية الرياضية - جامعة بغداد 1991

37-عباس أحمد السمراي، بسطويسي أحمد بسطويسي - طرق التدريس في مجال التربية البنية - جامعة بغداد 1984 -

38-عباس محمود عوض - علم النفس الاجتماعي - دار النهضة العربية .- بيروت 1980 -

39-عبد الرحمان العيسوي - دراسات في علم النفس الاجتماعي - دار النهضة العربية للطباعة و النشر - الطبعة الثانية - بيروت 1974 -

40-عبد الرحمان محمد العيسوي - علم النفس الاجتماعي - دار النهضة العربية - مصر 1992 -

41-عبد الرحمان محمد عيسوي - اتجاهات حديثة في علم النفس الحديث - دار النهضة العربية - بيروت 1982 -

42-عبد العالي الجسماني - علم التربية و سيكولوجية الطفل - دار العلوم للعلوم - الطبعة الأولى - بيروت 1994 -

43-عبد الغني الديدي - التحليل النفسي - ظواهر المراهقة و خفاياها - دار الفكر اللبناني - الطبعة الأولى 1998 -

44-عبد الغني الديدي - ظواهر المراهقة مشاكلها و خفاياها - دار الفكر اللبناني - الطبعة الاولى - بيروت - 1985

45-عبد المجيد نشواتي - علم النفس التربوي - دار الفرقان - مؤسسة الرسالة - - 1993.الأردن - الطبعة 06

46-عطوف محمد ياسين - علم النفس العيادي - دار الملايين - الطبعة الأولى -لبنان 1986 -

47-عطوف ياسين محمود - مدخل إلى علم النفس الاجتماعي - دار الملايين .- بيروت 1989 -

48عقيل عبد الله الكاتب و آخرون - الإدارة و التنظيم في التربية الرياضية- بغداد 1968



- 49- علي أحمد مذکور - مناهج التربية الرياضية - أسسها و تطبيقاتها - دار الفكر العربي - مصر -  
1998
- 50- علي الدريدي ،أحمد بطانية - أساليب تدريس التربية الرياضية - دار الأمل - عمان 1987 -
- 51- غسان محمد صادق و آخرون - التربية البدنية و الرياضية - كتاب منهجي - بغداد 1988 -
- 52- فؤاد البهى السيد - سيكولوجية المراهقة - دار الفكر العربي - بدون طبعة - القاهرة 1992 -
- 53- فؤاد البهى السيد - الأسس النفسية للنمو من المراهقة إلى الشيخوخة - دار الفكر العربي - القاهرة -  
مصر 1992 -
- 54- كامل محمد عويضة - علم النفس الاجتماعي - دار الكتاب العلمية .- الطبعة الأولى 1996 -
- 55- لطفي عبد الفتاح - طرق تدريس التربية الرياضية و التعلم الحركي - دار الكتب الجامعية - مصر -  
1974
- 56- ليلي عبد العزيز زهران - المناهج و البرامج في التربية الرياضية - دار زهران - الطبعة الرابعة -  
2003
- 57- محسن محمد حمص - المرشد في تدريس التربية البدنية - منشأة المعارف - الإسكندرية 1997 -
- 58- محمد حسن علاوي - علم النفس الرياضي - دار المعارف - الطبعة - 03 القاهرة 1986 -
- 60- محمد حسن علاوي - علم النفس الرياضي - دار المعارف - الطبعة 08  
مصر 1992 -
- 61- محمد حسن علاوي - موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين - مركز  
الكتاب للنشر - الطبعة الأولى 1998 -
- 62- محمد سعيد عظمي - أساليب تطوير و تنفيذ درس التربية الرياضية -  
منشأة المعارف - الإسكندرية 1996

## -المذكرات و الرسائل:

- 1-أحمد نقازي - علاقة الاتجاهات النفسية بدوافع العمل في إطار نظرية ماسلو - رسالة ماجستير - معهد علم النفس و علو التربية - جامعة الجزائر 1991 -
- 2-بن عبد السلام محمد نمط شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية و علاقته بدافع الانجاز لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي - رسالة ماجستير .- معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة الجزائر 2005 -
- 3-لحمر عبد الحق - مكانة التربية البدنية و الرياضية في الجهاز التربوي الجزائري - رسالة ماجستير - معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة الجزائر 1993 -
- 4-ليلي سيد عبد السلام - اتجاهات الفتاة المصرية نحو التربية الرياضية مفهوما و مهنة- رسالة دكتوراه - كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة .- حلوان - القاهرة 1979 -
- 5-محمد عبد الله الحماحي - مفهوم التربية الرياضية بالمدارس الثانوية بمحافظة القاهرة - رسالة ماجستير - كلية التربية الرياضية للبنين .القاهرة مصر 1979 -
- 6-يوسف حرشاوي - الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ الطور الثانوي - رسالة دكتوراه- معهد التربية البدنية و الرياضية .- جامعة الجزائر 2005 -

## 1-المجالات:

- 1-المجلة الثقافية العلمية – المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم.
- 2-المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية – بحوث مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية – مجلة العدد الثالث – جامعة حلوان – مصر 1996.
- 3-برامج التربية البدنية و الرياضية – مديرية التعليم وكتابة الدولة للتعليم الثانوي و التقني م.و.ك.
- 4-وزارة الشباب و الرياضة – قانون التربية البدنية و الرياضية – مطبعة. جريدة الشعب – الجزائر 1976 –

المصادر باللغة الأجنبية:

- 1- Corbin –C B Aunude Toward-physical Acivity of Champion Woman Basket Ball placers Research document 1995 .
- 2- Drioche .C et col- Les feedback émis par les enseignants lors des situation d’enseignement apprentissage –Reveu S.T.A .P №03vol 14 Paris – 1993.
- 3- Maisonneuve –Introduction en psychologie sociale – edution Colin – France – 1989.
- 4- Marie Piéron Patris Rossi – Elément sychologique sociale – edition Armond Colin – Paris - France - 1999.
- 5- Piéron .M. pédagogie des activités physiques et des sports.o p.cit.
- 6- Sauveur Bankrisp Elis .Sommel – L’adolescence des tempêtes ED .Hochette – Paris - 1990.