



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسةرة -
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان
علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي

الموضوع:

الرياضة المدرسية و علاقتها في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط

❖ دراسة ميدانية على بعض متوسطات مدينة بسةرة

إشراف الدكتور:
مراد خليل

إعداد الطالب:
بن ريانة خالد

السنة الجامعية :
2017/2016

شكر و عرفان

الحمد لله رب العالمين أولاً وأخيراً،

أشكره على نعمه التي لا تعد ولا تحصى، وأحمده على وافر فضله
وواسع جوده وكرمه الذي شملني لأصل إلى هذا اليوم حمداً يوافي
فضله ويكافئ مزيده

كما أتقدم بجزيل شكري وخالص امتناني إلى أستاذي الكريم الدكتور: ميراد خليل
الذي أشرف على طيلة مراحل هذه الدراسة،

وأشكره على صبره معي وسعة صدره وعلى كل ما بذله من نصح وتوجيه لإنجاز هذه
المذكرة،

كما أشكر جميع من قدم لي المساعدة في إطار إنجاز هذه المذكرة
وأخص بالذكر الأستاذ حمزة ترخيني

كما لا يفوتني أن أشكر كل من مدني بيد العون والمساعدة وشجعني ولو بالكلمة،

خصوصاً عمال وأساتذة وتلاميذ المتوسطة أين أجريت هذه الدراسة
وجزيل الشكر والعرفان لقسم التربية البدنية وإدارة، أساتذة وطلبة

إهداء

أهدي ثمرة جهدي الدراسي هذا إلى من قال فيهما ربنا عز وجل:

« وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا »

إليكما أبي وأمي (حفظكما الله وبارك في عمركما)

إلى كل أخوتي وأخواتي وأبنائهم الأغزاء

إلى كل الأصدقاء و زملاء الدراسة في قسم التربية البدنية والرياضية

إلى منابع العلم التي نهلت منها طوال مشواري الدراسي: أساتذتي الكرام

إلى كل من دعاني بالتوفيق حتى وصلت لهذا اليوم

إليكم جميعا أهدي هذا العمل المتواضع.

خالد بن ريانة

محتويات البحث

الصفحة	
ا	شكر وعرافان
ب	الإهداء
ج	مقدمة
	الفصل التمهيدي : الاطار العام للدراسة
4	1. اشكالية البحث
5	2. فرضيات البحث
6	3. اهمية البحث
6	4. اهداف البحث
7	5. اسباب اختيار الموضوع
7	6. تحديد المصطلحات و المفاهيم
9	7. الدراسات السابقة و المشابهة

	الجانب النظري
	الفصل الأول: الرياضة المدرسية
	تمهيد
16	1. الرياضة المدرسية
16	1.1. تعريف الرياضة المدرسية
16	2.1. اهمية التربية الرياضية لمرحلة المتوسط
17	3.1. اهداف التربية الرياضي في مرحلة المتوسط
17	2. الرياضة المدرسية في الجزائر

محتويات البحث

17	1.2 . مميزات وخصائص التلاميذ خلال المراحل المدرسية
17	2.2 . المرحلة المتوسطة (12- 15 سنة)
18	3. المنافسة الرياضية المدرسية
19	1.3 . المنافسة
19	2.3 تعريف المنافسة
19	3.3 نظريات المنافسة
19	1.3.3- المنافسة كشرط إيجابي
20	2.3.3 . المنافسة كوسيلة للمقاربة
20	3.3.3 . المنافسة كمهمة متبادلة
20	4. أهداف المنافسات الرياضية المدرسية
20	1.4 . من الجانب النفسي
21	2.4 . من الجانب الإجتماعي
21	3.4 . من الجانب العقلي
21	4.4 . من الجانب الخلقى
21	5. النشاط الرياضي اللاصفي
22	1.5 . النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
22	2.5 ماهية النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
23	3.5. أهمية النشاط اللاصفي الداخلي
24	4.5. أنواع النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
24	5.5. واجبات الأستاذ اتجاه النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
25	6.5. تنظيم و إدارة النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
25	7.5. ميزانية النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي

محتويات البحث

25	85. الوقت المناسب لمزاولة النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
26	95. شروط الاشتراك في برنامج النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
26	105. برنامج النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
27	6. مفهوم وتنظيم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر
27	1.6. الفرق الرياضية المدرسية
27	1.1.6. الغرض من إنشاء وإعداد الفرق المدرسية
28	2.1.6 طرق اختيار الفرق المدرسية
28	7. الإدارة والتسيير للرياضة المدرسية
28	1.7.. هياكل الدعم والتوجيه والمتابعة
28	1.1.7. الهياكل الإدارية التابعة لوزارة التربية الوطنية
29	2.1.7.. هياكل التنظيم والتسيير
29	2.7.. مهام الهياكل
29	1.2.7. مكتب النشاط الرياضي بالوزارة
30	2.2.7. مكتب النشاط الثقافي والرياضي بمديرية التربية
31	3.2.7. مدير المؤسسة التعليمية
32	4.2.7. لجنة التنسيق الوطنية المشتركة
32	8. بعض الصعوبات التي تعيق النشاط الرياضي
32	1.8. على صعيد الوسائل البشرية
32	2.8. على صعيد الوسائل المادية (الهياكل الأساسية والتجهيز
33	3.8. على صعيد الوسائل القانونية والتنظيمية في مجال التأطير الفني
33	4.8. في مجال تأطير التنظيم الإداري والتقني
33	9. التمويل
	. خلاصة

محتويات البحث

الفصل الثاني : المراهقة	
	تمهيد
38	1. مفهوم المراهقة
38	1.1 تعريف المراهقة
40	1-2- التحديد لفترة المراهقة
43	1.3. خصائص النمو في مرحلة المراهقة
44	1.3.1. النمو الفيزيولوجي (الأعضاء الداخلية)
44	1.3.2. النمو العضوي (الأعضاء الخارجية) :
46	1-3-3- النمو الحركي
46	1-3-4- النمو الجنسي
48	1-3-5- النمو النفسي
49	1-3-6- النمو الانفعالي
50	1-3-7- النمو الاجتماعي
51	1-3-8- النمو الديني
52	2- أنواع وحاجات ومشكلات المراهقة
52	2-1- أنواع المراهقة
54	2-2- الحاجات
54	2-2-1- الحاجة إلى الغذاء والصحة
55	2-2-2- الحاجة إلى الاستقلال
56	2-2-3- الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية
57	2-2-4- الحاجة إلى القيم
57	2-2-5- الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق

محتويات البحث

58	2-2-6 الحاجة إلى أنواع النشاط
58	3- الاتجاهات الأساسية المفسرة لظاهرة المراهقة
59	3-1- الاتجاه البيولوجي أو العضوي
60	3-1-2 الحاجة إلى الاستقلال
61	3-2- الاتجاه النفسي (السيكولوجي)
61	3-3- الاتجاه الاجتماعي
63	3-4- الاتجاه التكاملي
65	4- علاقة الأستاذ المربي بالمراهق
66	4-1- علاقة المراهقة بالممارسة الرياضية
66	4-1-1- الدوافع المباشرة
66	4-1-2- الدوافع الغير مباشرة
67	4-2- الممارسة الرياضية و أثرها على الفترة العمرية (15-12 سنة)
	خلاصة

	الفصل الثالث : التكيف الاجتماعي
	تمهيد
71	1. تعريف التكيف الاجتماعي
72	2. اتجاهات التكيف الاجتماعي
72	1.2. الاتجاه النفسي
73	2.2. الاتجاه الاجتماعي
73	2.3. الاتجاه التكاملي (النفسي - الاجتماعي)
74	3. أنواع التكيف الاجتماعي
74	1.3. التكيف الذاتي

محتويات البحث

75	2.3. التكيف النفسي
75	3.3. التكيف الإجتماعي
76	4.3. التكيف البيولوجي
76	4. شروط التكيف الإجتماعي
76	1.4. الراحة النفسية
77	2.4. مفهوم الذات
77	3.4. تقبل الذات و تقبل الآخرين
77	4.4. القدرة على ضبط الذات و تحمل المسؤولية
78	5.4. القدرة على النصيحة و خدمة الآخرين
78	6.4. إتخاذ أهداف واقعية
78	7.4. إكتساب عادات و مهارات سليمة
79	8.4. المسايرة
79	5. أشكال التكيف الإجتماعي
79	6. عوامل التكيف الإجتماعي
80	7. أهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الإجتماعي
81	8. نظريات التكيف
81	1.8. النظرية البيولوجية الطيبة
81	2.8. النظريات النفسية
81	1.2.8. نظرية التحليل النفسي
82	2.2.8. النظرية السلوكية
82	3.2.8. النظرية الإنسانية
83	3.8. النظرية الاجتماعية
84	9. معايير التكيف
84	1.9. المعيار الإحصائي

محتويات البحث

85	2.9. المعيار المثالي
85	3.9. المعيار الطبيعي
85	4.9. المعيار الحضاري
85	5.9. المعيار النفسي
86	6.9. المعيار الإكلينيكي
86	10. التكيف وسوء التكيف
	خلاصة

	الجانب التطبيقي
	الفصل الرابع : منهجية الدراسة
	تمهيد
91	1. الدراسة الإستطلاعية
92	2. المنهج المتبع
92	3. مجتمع و عينة البحث
92	3-1 مجتمع الدراسة و البحث
93	4. العينة الإحصائية و كيفية إختيارها
93	5. ادوات البحث
93	5-1 مقياس التكيف الاجتماعي
94	5-2 الهدف من المقياس
94	5-3 الاستبيان
96	6. تحديد متغيرات الدراسة
96	7. خطوات جمع المعلومات
97	8. مجالات البحث

محتويات البحث

97	9. صدق الأداة
98	10. مرحلة تجريب و ضبط الاداة -الصدق و الثبات
101	11- اجراء الاختبار
101	12-الوسائل الاحصائية المستخدمة في معالجة النتائج النهائية
	الفصل الخامس: عرض وتحليل نتائج
104	عرض و تحليل النتائج
105	1-مناقشة الفرضيات
105	1-1 مناقشة الفرضية الأولى موقف التلاميذ من الرياضة المدرسية
106	1-2 مناقشة الفرضية الثانية موقف التلاميذ مع زملائهم
107	1-3 مناقشة الفرضية الثالثة موقف التلاميذ مع المدرسين
108	1-4 مناقشة الفرضية الرابعة موقف التلاميذ مع المدرسة و ادارتها
109	1-5 مناقشة الفرضية الخامسة موقف التلاميذ من النشاطات المدرسية
112	2- قياس العلاقة ما بين الرياضة المدرسية و مواقف التكيف الاجتماعي
114	الاستنتاج العام
115	الاقتراحات و التوصيات
د	خاتمة
	قائمة المراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
98	المتوسط الحسابي و النحرف المعياري للاختبار القبلي و الاختبار البعدي	01
99	معاملات الثبات و دلالتها لمقياس التكيف الاجتماعي	02
100	معاملات الصدق و دلالتها لمقياس التكيف الاجتماعي	03
105	يمثل موقف التلاميذ من الرياضة المدرسية	04
106	موقف التلميذ مع زملائه	05
107	موقف التلميذ مع المدرسين	06
108	موقف التلميذ مع المدرسة و إدارتها	07
109	موقف التلميذ من النشاطات المدرسية	08
110	يمثل الجنس	09
111	يمثل المستوى	10
112	قياس العلاقة ما بين الرياضة المدرسية و مواقف التكيف الاجتماعي	11

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
110	شكل يمثل الجنس	01
111	شكل يمثل المستوى	02

مقدمة :

إن طبيعة الحياة تدفع الإنسان للحركة بصفة غير مقصودة وكونه يتميز بمجموعة من الخصائص الميكانيكية المتوافقة والمرنة وذات صفة حركية تجعله في حاجة لتدريبها وخاصة في المراحل الأولى ليتفتح تفتحاً كاملاً

مع تطور العصور أصبحت هذه الحركات كأنواع من النشاط الرياضي، وفي عصرنا هذا لا سبيل لإشباع هذه الطبيعة الحركية إلا عن طريق ممارسة ما يسمى بالرياضة

وإذا ما رجعت إلى الوراء قليلاً وإلى التاريخ فإننا نجد أن الإنسان البدائي كان يمارسها تلقائياً ضماناً لإشباع حاجاته الأولية ويظهر ذلك جلياً في الرسوم والنقوش التي تمثل المصريين القدامى إذ كانت نمطاً من أنماط الحياة والبقاء، فالاستمرارية تبنى على منهج الاستعداد للقتال و الدفاع و اللذان يستلزمان إعداداً بدنياً متكاملاً وهذا ما كان في عهد الإغريق وبابل و الفرس وغيرهم من الحضارات القديمة

أما في عصرنا هذا فإن الممارسة الرياضية تعتبر فرصة لأطفال وشباب العالم للتعارف بالإضافة إلى ذلك فهي تساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل الجهد فهي تعد عاملاً من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني

وانطلاقاً من الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة على تعديل وتغيير سلوكه بما يتناسب و احتياجات المجتمع، ومنه فإن الرياضة المدرسة التي تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي والرياضة المدرسية تتجه أساساً نحو تلاميذ المدارس والمتوسطات حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح في المستقبل رياضياً بارزاً ومشهوراً وعليه يقوم ببناء المنتخبات المدرسية الوطنية، ويساهم في تمثيل بلاده في المحافل الدولية والإقليمية أحسن تمثيل

ومن المعروف أن المراهقة مشكلة حساسة شغلت العديد من الباحثين والمربين، حيث اختلفت وجهات النظر والآراء حول هذه الرحلة فالتغيرات المفاجئة التي تطرأ على المراهق في هذه المرحلة خاصة منها الفيزيولوجية العقلية والمورفولوجية الاجتماعية والنفسية من شأنها أن تؤثر سلباً على توازنه وتكيفه الاجتماعي، وهذا ما يخلف الصراع بينه وبين غيره، إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، ومما لا شك فيه أن عدم التكيف الاجتماعي يجعل الفرد غير متزن في انفعالاته.

الجانبة

التفصيلي

1 - الإشكالية:

لا شك أن النشاط الرياضي له دور كبير و مهم في إعداد شخصية الفرد التي يبدأ تشكيلها خلال مراحلها الدراسية المختلفة، ولهذا خصصت لهذا العلم كليات أطلق عليها التربية البدنية والرياضية و هذه الأخيرة هي ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق من الناحية البدنية و النفسية و الإجتماعية و ذلك من خلال ممارسة أنواع الأنشطة الرياضية.

ومن أجل ذلك تعتبر التربية البدنية والرياضية عامة والرياضة المدرسية خاصة بأهدافها النبيلة وبرامجها المتنوعة من العوامل والعناصر الأساسية التي تبنى عليها المجتمعات المتطورة والحديثة¹ فالرياضة المدرسية تسعى إلى تحقيق أفراد صالحين ومعافين جسميا وعقليا، و محاولة إدماجهم في المجتمع لكن هناك بعض العوائق والمشاكل التي يتأثر بها الفرد تحول دون تحقيق الهدف المنشود، ويرى علماء النفس والاجتماع أن أكثر المراحل صعوبة وحساسية في حياة الإنسان هي مرحلة المراهقة من الجانب النفسي والاجتماعي لما تمر به من تقلبات مزاجية وصراعات نفسية واجتماعية وجسمية وانفعالية ونخص بالذكر تلميذ مرحلة المتوسط والذي قد يخرج عن دوره ويفقد اتزانه ويمارس الكثير من الضروب السلوكية الشاذة بمجرد التعبير والإفصاح عن انفعالاته وميولاته الاجتماعية التي تنعكس على الأسرة والمدرسة والمجتمع الذي يعيش فيه وانطلاقا من ايجابيات الرياضة المدرسية ذات الطابع التنافسي وتأثيرها على شخصية التلميذ الممارس للرياضة المدرسية من الناحية الذاتية والاجتماعية التي قد تساهم في إحداث علاقات اجتماعية تجعل منه فردا صالحا يتأثر ويؤثر في المجتمع أدى بنا ذلك إلى طرح الإشكالية التالية: هل للرياضة المدرسية علاقة في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة

المتوسط ؟

وزارة الشبيبة و الرياضة للجمهورية الجزائرية ، قانون التربية البدنية و الرياضة ، المؤرخ في : 23 أكتوبر 1976 .¹

التساؤل العام :

هل للرياضة المدرسية علاقة في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.؟

التساؤلات الجزئية :

1. هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع زملائه .
2. هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع المدرسين .
3. هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع المدرسة و اداراتها.
4. هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع النشاطات المدرسية .

02- الفرضيات:

1-2- الفرضية العامة:

لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

2-2- الفرضيات الجزئية:

1. لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع زملائه .
2. لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع المدرسين .
3. لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع المدرسة و اداراتها
4. لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع النشاطات المدرسية .

03- أهمية البحث:

إن الرياضة المدرسية تلعب دورا فعالا وبارزا في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة على تعديل وتغيير سلوكه يتناسب واحتياجات المجتمع، لذلك أصبحت الرياضة المدرسية عاملا أساسيا في تكوين الشخصية المتكاملة للفرد من خلال البرامج الهادفة التي تعمل على تأهيل وإعداد وعلاج التلاميذ عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية العالية بالإضافة إلى ما تحققة الرياضة المدرسية من مردود صحي وجسمي ونفسي للتلميذ

- إن البطولات والممارسات الرياضية التي تقام سواء كانت داخلية أو خارجية تتيح للتلاميذ فرصة التكيف الاجتماعي مع أقرانهم ومع الأسرة والمجتمع وفرصة للتطور والارتقاء بمواهبهم وقدراتهم الرياضية والفكرية تكمن أهمية الدراسة في التأكيد على علاقة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط والذي قد يعاني من ضغوطات اجتماعية ونفسية إضافة إلى مختلف الأسباب الضاغطة التي تؤثر عليه وتشمل تفكيره وخاصة في أصعب مرحلة فمن المهم معرفة نجاعة ودور ممارسة الرياضة المدرسية ومدى تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط.

04- أهداف البحث :

إن الهدف الرئيسي من إجراء هذا البحث هو:

- 1- توضيح وتبيان علاقة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط
- 2- إظهار العلاقة التي تربط ممارس الرياضة المدرسية وبناء شخصية سليمة ومنتزعة ومتكيفة مع المشاكل الاجتماعية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط
- 3- معرفة بعض خصائص طبيعة التكيف الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للرياضة المدرسية

مدى تأثير ممارسة الرياضة المدرسية على التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط

5- اسباب اختيار الموضوع:

- قلة الدراسات و البحوث العلمية حول هذا الموضوع
- الاهمية الكبرى التي تكتسبها هذه الدراسة كونها تعالج ظاهرة مهمة في المجتمع
- المساهمة في تحقيق التكيف الاجتماعي
- الرغبة في افادة الاخرين بهذه الدراسة

06- تحديد المصطلحات والمفاهيم:

1.6- الرياضة المدرسية: تعتبر الرياضة المدرسية بالجزائر من الركائز الأساسية التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات¹

التعريف الاصطلاحي :

هي مجموع العمليات و الطرق البيداغوجية العلمية، الطبية، الصحية و الرياضية التي يأتباعها يكسب الجسم الصحة و القوة و الرشاقة و اعتدال القوام.

التعريف الاجرائي :

تعرف الرياضة المدرسية أيضا بأنها امتداد للحصص التعليمية و تدخل في إطار النوادي الرياضية و الثقافية للمؤسسة، متكونة من فرق رياضية مختصة (تنافسية) تابعة للمؤسسة التربوية، و تندرج تحت النشاط اللاصفي الخارجي.

2.6- التكيف الاجتماعي:

يعرفه أحمد زكي بدوي أن التكيف الاجتماعي هو عملية اجتماعية تتضمن نشاط الأفراد والجماعات وسلوكه التحرري الملائمة والانسجام بين جملة الأفراد وبين الجماعات ومن الضروري أن يتكيف الأفراد لما يسود مجتمعهم من عادات وأذواق وآراء واتجاهات حتى تسير جوانب الحياة الاجتماعية في توافق.²

1- إبراهيم محمد سلامة ، " اللياقة البدنية للإختبارات و التدريب ، ط2 ، دار المعارف ، القاهرة 1980 ، ص 129.

2 - أحمد زكي بدوي ، معجم مصطلحات العلوم الإجتماعية ، مكتبة لبنان بيروت ، السنة 1979، ص380

التعريف الاصطلاحي :

هو مجموعه من الاستجابات وردود الافعال التي يعدل بها الفرد سلوكه وتكوينه النفسي او بيئته الخارجية لكي يحدث الانسجام المطلوب بحيث يشبع حاجاته ويلبي متطلبات بيئته الاجتماعية والطبيعية.

التعريف الاجرائي : هو عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته . ويتضمن هذا التوازن إشباع حاجات الفرد ، وتحقيق متطلبات البيئة.

المراهقة:

كلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم و بذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم راهق بمعنى اقترب من الحلم أو دنى منه إذن فالمراهقة تعنى الفترة الزمنية التي ينطلق منها النمو حتى يصل إلى تمام النضج (1)

التعريف الاصطلاحي: المراهقة هي تلك المرحلة الإنمائية الثالثة التي يمر بها الإنسان في حياته من الطفولة إلى الشيخوخة و هي تتوسط بين الصبا والشباب وتتميز بالنمو السريع في جميع اتجاهات النمو البدني .
النفسي الاجتماعي العقلي .

التعريف الاجرائي : و هي من اعقد المراحل التي يمر بها الجسم حيث يشهد فيها المراهق اضطرابات عنيفة في حياته اليومية و القلق الدائم الذي يواجهه في جميع أحواله

07- الدراسات السابقة والمشاهدة :

من خلال اطلعنا على الدراسات السابقة والمشاهدة هناك بعض الدراسات التي تناولت موضوع علاقة الرياضة المدرسية بالحالات الاجتماعية

1.6- الدراسة الاولى :

مذكرة نيل شهادة ماجستير بعنوان "مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من إعداد الطالب بن عبد الرحمان سيد علي 2008-2009، تتجه أهداف هذه الدراسة إلى عدة نقاط يمكن أن نوجزها فيما يلي :

- تهدف الدراسة إلى التحقق من مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي وتحسين المستوى البدني

- إبراز القيمة العلمية والعملية للألعاب الشبه الرياضية

- معرفة مدى تأثير الألعاب الشبه الرياضية في رفع معنويات التلاميذ

- إبراز الدور الذي تلعبه الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق التوافق المطلوب

- معرفة واقع ممارسة الألعاب الشبه الرياضية داخل مؤسساتنا التربوية

كما استخدم الباحث هذه الدراسة " المنهج الوصفي " وذلك لتلاؤمه مع هدف الدراسة ، أما العينة فهي عينة تجريبية تتكون من العينة الأولى وتشكل من 50 تلميذ وتلميذة تم تحديدها بالأفراد الممارسين للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ، أما اللعبة الثانية تتكون من 40 تلميذ وتلميذة تم تحديدهم بالأفراد ، الغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية،

وقد استعمل الباحث استبيان استمارة البيانات الأولية ومقياس الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية
واعطت الدراسة نتائج نذكر منها :

- الألعاب الشبه الرياضية تساعد التلاميذ على تحقيق التوافق مع نفسه ومحيطه أي المجتمع، وتحسين اللياقة
البدنية والحالة النفسية للتلميذ

- نرى أن للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، ولها نتيجة على نفسية
تلاميذ هذه المرحلة

- تعمل الألعاب الشبه الرياضية أيضا على تكوين شخصية التلميذ واكتسابه مختلف الصفات والسمات
السلوكية الحميدة التي تعمل على إعداد المواطن الصالح

- تلعب الألعاب الشبه الرياضية الهادفة الفعالة دورا وأهمية كبيرة في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي

- للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ، إن أحسنا وعرفنا كيفية
استعمالها بوجه صحيح .

وفيما يخص جديد بحثنا هذا بالمقارنة مع البحوث المعروضة فإن بحثنا أو دراستنا

تناولت الرياضة المدرسية ودورها في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية عكس الدراسة
الأولى التي قامت بدراسة الممارسة الرياضية في أقسام " الرياضة ودراسة وأثرها على التفاعل الاجتماعي عند
تلاميذ المرحلة الثانوية " .

فاهتمت هذه الدراسة بالرياضة في أقسام وأثرها على التفاعل الاجتماعي أما الدراسة الثانية قامت بدراسة " مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة " .

ويهتم هذا البحث بدراسة الألعاب الشبه الرياضية والتوافق النفسي الاجتماعي وقد بين دور الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية من خلال ممارستها ويكمن جديد بحثنا في تطرقنا للدور الفعال الذي تلعبه الرياضة المدرسية في تنمية وإنشاء فرد صالح واجتماعي ومعافا جسميا وعقليا ومحاولة إدماجهم وتكليفهم مع الجماعة والأسرة والمحيط وتمثل أهمية بحثنا في :

- التأكيد على أهمية الدراسة و التأكيد على دور الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية والذي قد يعاني من ضغوطات اجتماعية ونفسية إضافة إلى مختلف الأسباب الضاغطة التي تؤثر عليه وتشل تفكيره وخاصة وأنه في أصعب مرحلة فمن المهم معرفة نجاعة ودور مما رسة الرياضة المدرسية ومدى تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي .

6-2 الدراسة الثانية :

-مذكرة نيل شهادة ماجي ستر بعنوان الممارسة الرياضية في أقسام " رياضة ودراسة " وأثرها على التفاعل الاجتماعي عند التلاميذ من إعداد الطالب:سعودان مخلوف 2008-2009، تسمح لنا هذه الدراسة بمعرفة خصائص طبيعية التفاعل الاجتماعي في هذه الاقسام ، وذلك من خلال دراسة مدى تأثير الممارسة الرياضية على التفاعل الاجتماعي داخل هذه الأقسام ، ومعرفة مدى الفروق التي تحدثها هذه الأقسام المستحدثة بين تلاميذها وتلاميذ الأقسام العادية ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة ،

فالدراسة الوصفية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالاعتماد على جميع الحقائق وتفسيرها وتحليلها واستخلاص دلالاتها .

عينة تجريبية تتكون من 08 أقسام وعينة المشاهدة تتكون من قسم أو قسمين من كل مؤسسة بما قسم " رياضة ودراسة " لدراسة الفروق الموجودة ومحاولة تسهيل المقارنة بين النتج المحصل عليها بين العنتين، واستعمل الباحث استمارة البيانات الأولية ومقياس المناخ النفسي. كما اعطت الدراسة النتائج التالية :

- تساهم الرياضة في مد جسور التواصل وتقريب العلاقات بين الأفراد مما سهل تمرير المعلومة
- للممارسة الرياضية دور فعال في النهوض بالتلاميذ على مستوى تقديرهم لذاتهم الاجتماعية والذي يتجلى من خلال تحقيق الطموحات الفردية التي تجعل الفرد راضيا عن نفسه والدور الذي يلعبه
- الممارسة الرياضية تنعكس بالإيجاب على عملية التفاعل الاجتماعي .

البياتج الاول

الجانب

النظري

الفصل الأول

الرياضة المدرسية

تمهيد:

تعتبر الرياضة المدرسية في أي بلد من بلدان العالم المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي ، كما أنها من أهم الدعائم للحركة الرياضية ، و الرياضة المدرسية تتجه أساسا نحو تلاميذ المدارس و الثانويات حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح في المستقبل رياضيا بارزا و مشهورا وعليه يقوم بناء المنتخبات الوطنية ، ويساهم في تمثيل بلاده بالمخافل الدولية أو القارية أو الإقليمية أحسن تمثيل .

كما يجب أن نعلم أن الإهتمام بالرياضة المدرسية ، ليست مسؤولية جهات محددة دون أخرى ، بل هي مسؤولية الجميع أو كل فرد يسعى إلى الإلتحاق بالركب الحضاري .

1- الرياضة المدرسية

1-1 تعريف الرياضة المدرسية:

هي مجموع العمليات و الطرق البيداغوجية العلمية ، الطبية ، الصحية ، الرياضية التي يأتباعها يكسب الجسم الصحة و القوة و الرشاقة و إعتدال القوام.¹

وهي عبارة عن أنشطة منظمة و مختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية و على كل المستويات.² وما أعطى نفسا جديدا للممارسة المدرسية هو العملية المشتركة بين وزارة التربية الوطنية و وزارة الشباب و الرياضة ، حيث قررت وزارة التربية الوطنية في مقالها " إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية بحسب التعليم رقم 95 / 09 بتاريخ 25 / 02 / 1995 من خلال المادتين 5 و 6 و هي ما أكدته وزارة الشباب و الرياضة .³

1-2- أهمية التربية الرياضية لمرحلة المتوسط:

تعتبر التربية الرياضية للمرحلة الاساسية او مرحلة المتوسط بمدلولها الحديث ليست مجرد مادة من مواد المنهاج المدرسي او مجرد هدف في حد ذاته ولا شك ان التربية الرياضية تعتبر مظهرا من مظاهر العملية الكلية للتربية لهذا فهي تهتم بالنشاط البدني وما يتصل به من امنيات و مما لا شك فيه ان التربية الرياضية تؤثر تأثيرا مباشرا على حياة الطفل منذ الولادة ولهذا فهي جزء اساسي و مكمل للعملية التربوية و على كل مدرس ان يدرك اهميتها و فائدتها المباشرة على جسم هذا الطفل .

ولهذا فالمرحلة الاساسية لها مكانة خاصة بالنسبة لبقية المراحل فهي تعتبر المرحلة الحرجة في حياة الطفل اذ تتشكل من خلالها خبراته و معلوماته التي ينظم في دراستها أكبر مجموعة من ابناء المجتمع لهذا وجب علينا كمنحططين ان نبذل اقصى عناية لاعذاذ و تنفيذ البرامج و المناهج و طرق التدريس التي توفر لهذا التلميذ البيئة التعليمية و الصحية و الرياضية حتى يكون هذا الطفل مزودا في المعارف و المعلومات و الخبرات التي يحتاج اليها و حتي يستمر نموه المعرفي و النفسي و الوجداني.

¹ - إبراهيم محمد سلامة ، " اللياقة البدنية للإختبارات و التدريب ، ط2 ، دار المعارف ، القاهرة 1980 ، ص 129 .

² جريدة الخبر الصادرة بتاريخ : 25 نوفمبر 1996 ، " إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية " ، ص 24 .

3-1- اهداف التربية الرياضية في مرحلة المتوسط:

التربية الرياضية وان كانت جسمية في مظهرها الا انها عقلية واجتماعية ووجدانية وخلقية في اهدافها واغراضها وللتربية الرياضية قيم بدنية واجتماعية ونفسية وعقلية لاتتحقق بمجرد اشتراك الطفل في اللعب بل تتطلب توجيهها معينا واختيارا للمناهج واستخداما لطرق تدريس التي تسهل عملية اكتساب الاطفال للخبرات التعليمية .
ذلك كان من الواجب علينا اختيار اهداف واضحة للتربية الرياضية تحدد للموجه والمدرس الاتجاه الذي يسير فيه مثل اختيار خبرات المنهج واختيار الوحدات التعليمية، وطرق التدريس المناسبة وتوفير الادوات والاجهزة اللازمة وانسجاما مع ذلك فان احداث التربية الرياضية في المرحلة الاساسية تنحصر بما يلي :

- ❖ تنمية الصفات البدنية والنفسية لدا الاطفال وتقوية اجهزة الجسم الحيوية بما يتناسب مع الخصائص السنية للطفل .

- ❖ تنمية المهارات الحركية الاولية التي تؤهل الطفل للاشتراك في الانشطة الرياضية الاولية .

- ❖ تثقيف الاطفال رياضيا لتنمية الكفاءة العقلية والذهنية عندهم .

- ❖ اكساب الطفل المهارات الاجتماعية عن طريق تحقيق النمو الاجتماعي والروحي والاخلاقي.¹

2- مميزات وخصائص التلاميذ خلال المراحل المدرسية:

لما أن بحثنا يتعلق بالرياضة المدرسية من الواجب دراسة مميزات وخصائص التلميذ في كل مرحلة من المراحل الدراسية.

2-1- المرحلة المتوسطة (12 - 15 سنة):

تسمى مرحلة المراهقة وهي التي تتأثر فيها حياة الناشئ بعوامل فيزيولوجية تختلف مميزات مرحلة المراهقة باختلاف الأجناس، وبيئاتهم كما يتأثر بعوامل كثيرة منها:

- الوراثة.

- المناخ وطبيعة الغدد النفسية.

من مميزات التلاميذ في هذه المرحلة مايلي:

1 - د.علي الديري، طرق تدريس التربية الرياضية في المرحلة الاساسية : (التربية الحركية)،مؤسسة حمادة للدراسات الجامعية والنشر والتوزيع ،الاردن، 2014،ص3-6

تصل البنات إلى المراهقة قبل البنين عادة، وتتميز هذه المرحلة بتغيرات عقلية وأخرى جسمانية لها أثرها وأهميتها في تربية النشأ، فهي تتميز بالنمو السريع غير المنظم، وقلة التوافق العضلي العصبي، ونقل الحركات وعدم اتزانها ويقل كذلك عنصر الرشاقة لدى التلاميذ وتظهر عليهم علامات التعب بسرعة.¹

- عدم الدقة في الحركة.

- الحاجة إلى البحث عن الحقيقة وكذلك المعرفة.

- البحث عن صورته في المجتمع.

- حيرة المراهق لعلاقاته مع الآخرين أو التوقع حول نفسه.

- البحث عن الحوار مع الكبار والمجموعة التي تعتبر ركيزة أساسية لإبراز نفسه.

- تجاوز المصالح العائلية والمدرسية والتفتح على الحياة الاجتماعية.

- ظهور النضج الجنسي ويقظة العواطف يجعل التلميذ سريع التأثر والانفعال.

- تكون القدرة على العمل المترن ضئيلة، لأن نمو العظام في الطول والسمك والكثافة بغير النظام الميكانيكي للجسم كله.²

تعتبر المرحلة المتوسطة أحسن مرحلة فيما يخص الاعتناء باعتدال القامة وتقوية العضلات الجذع، خاصة عند ممارسة العدو، ولكن ليس لمسافات طويلة، كذلك في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم وكرة السلة، الطفل يميل إلى العمل من أجل الفريق ويتعد عن الأنانية والفردية وهو ما يسمح بتشكيل فرق في مختلف النشاطات حسب اختصاصات وقدرات التلاميذ وعامل المنافسة هنا أهميته تبقى غير بارزة.³

3- المنافسة الرياضية المدرسية:

إن الرياضة المدرسية هي الأخرى تحتوي على منافسات سواء جماعية أو فردية هناك منافسات أو تصفيات تقوم بها الفيدرالية الجزائرية للرياضة المدرسية والتي تسعى من خلالها اختيار أبطال في الفردي أو الفرق وذلك من أجل تنظيم بطولة وطنية مصغرة والتي معظمها تجرى في العطل الشتوية أو العطل الربيعية ثم يليها البطولة ولذلك الرياضة المدرسية كغيرها من الرياضات تنظم منافسات لترفيه المواهب الشابة وإعطاء نفسا جديدا للحركة

¹ محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، مرجع سابق، ص 144.

² محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، المرجع نفسه، ص 141.

³ حسن معوض، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، مرجع سابق، ص 62.

الرياضية وقبل أن نعطي مفهوم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر وكيفية تنظيمها سنعطي مفهوم المنافسات ونظرياتها بصفة عامة.

3-1- المنافسة:

إن المنافسة موجود في الحياة اليومية وهي متواجدة أساسا في الحياة الاقتصادية الاجتماعية الفنية والسياسية وبصفة عامة المنافسة هي صراع بين أشخاص أو بين مجموعة كمنى الأشخاص للوصول إلى الهدف المنشود إليه لإيجاد نتيجة ما والرياضة هي الميدان الوحيد الذي سترى أكثر معلوماتنا حول المنافسة.

3-2- تعريف المنافسة:

كلمة المنافسة هي كلمة لاتينية وتعني البحث المتواصل من طرف عدة أشخاص لنفس المنصب ونفس الصفحة، وحسب كتاب روبرت الرياضة الذي يعرف المنافسة على أنها كل شكل مزاحمة تهدف للبحث عن النصر في مقابلة رياضية، ويأتي ما اتفق ليكمل هذا التعريف بقوله: "هو النشاط الذي يحصل داخل إطار مسابقة مثقفة في إطار أو نمط استعدادات معروفة وثانية بالمقارنة مع الثقة القصوى."

وحسب ردا لدرمان المنافسة هي صراع بين عدة أشخاص للوصول إلى هدف منشود أو نتيجة ما وحسب فير نوندر فيعرف المنافسة بقوله المنافسة هي كل حالة يتواجد فيها إثنان أو عدد كبير من الأشخاص من صراع للأخذ بالجزء الهام أو النصيب الأكبر.

وحتى في علم النفس اهتم بدوره بالمنافسة ويعطي لها التعريف التالي: "نفهم المنافسة كمحاكمة للغير أو عند المحيط الطبيعي، الهدف نصر الأشخاص أو جماعات لكن كلمة المزاحمة هي اقرب معنى لمنافسة في ميدان الرياضة لأن هذه الأخيرة تخص محاكمة بين أشخاص من أجل أحسن لحظة ولأحسن مستوى¹.

3-3- نظريات المنافسة:

للمنافسة نظريات منها مايلي:

3-3-1- المنافسة كشرط إيجابي:

حسب ردا ردمان المنافسة هي حافز يسمح للشخص بالتطور وحسب بركس دورسن المنحة هي دائما التي تدفع أو تعقد من حد المنافسة، إذن المنافسة هي إحدى الدوافع التي تسمح للشخص أن يصل إلى نتيجة مشرفة بذلك.¹

¹ محمد عادل خطاب، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، القاهرة، 1965، ص 67.

3-3-2- المنافسة كوسيلة للمقاربة:

حالة الشخص في المنافسة يمكنها أن تكون متعلقة لما يحيط به إذن سلوكيات ومعاملات الفرد يمكن أن تتغير حسب معاملات رفاقه، مدربيه، منافسيه، ومتفرجيه... الخ.

3-3-3- المنافسة كمهمة متبادلة:

بين الرغبة في تحسين القدرات والرغبة في تقييمها، **الدرمان** يعيد قوله النفساني فيذكر أن التصرفات في المنافسة هي نتيجة للراغبين في المنافسة للأشخاص، والرغبة في تحسين قدراتهم والرغبة في تقسيمها وبهذا نصل لقولنا أن كلما كانت الرغبة في تحسين القدرات كبيرة، كلما كانت الرغبة في تقييمها أكبر، وكلما كان الشخص في احتياج التقدير والتقييم لقدراته بالمنافسة.²

3- أهداف المنافسات الرياضية المدرسية:

إن المنافسات الرياضية المدرسية من أهم الوسائل المساعدة على اتزان العدد نفسيا واجتماعيا فهي لكسب الجسم الحيوية والرشاقة والقوام اعتدالا وجمالا، مما تجنب الفرد الممارس لكل والخمول كما تمنحه نموا صحيا جيدا، حيث تجعله أقل عرضة لأمراض التي تصيبه، لأنه يصبح عال على مجتمعه، ويعتقد البعض أنها تختص بتكوين الفرد في وحدة متكاملة بين جميع النواحي يؤثر ويتأثر بسائر النواحي الباقية، فالعقل مثلا يؤثر على مجهود الجسم ومن هنا يتضح لنا علاقة العقل بالجسم إذن فلا يقتصر دور على تنمية الجسم فقط بل يشمل كل نواحي الجسم ، و فيما يلي سوف نوضح أهداف الرياضة المدرسية .³

1-3- من الجانب النفسي :

إن الرياضة المدرسية كغيرها من الرياضات تحرر الفرد من المكبوت و تغمره بالسرور و الإبتهاج ، زد إلى هذا فهي تهدف إلى إشباع الميول العدوانية و العنف لدى بعض المراهقين عن طريق الألعاب التنافسية العنيفة كالملاكمة مثلا فعند تسديد الملامك ضربا للخصم فإنه في هذه الحالة يعبر عن دوافعه المكبوتة بطريقة مقبولة و مفيدة ، إذا الحل السليم للتخلص من العبارات و الإندفاعات الغير مناسبة هو كبتها في اللاشعور ، و وضعها في السلوك المقبول .

¹ لكحل حبيب وآخرون، مرجع سابق، ص 53.

² لكحل حبيب وآخرون، نفس المرجع، ص 54.

³ - محمد عادل خطاب ، التربية الوطنية للخدمة الإجتماعية ، ط2 ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، مصر 1965 م ، ص 67 .

2-3- من الجانب الإجتماعي :

إن الرياضة المدرسية هدف إجتماعي ، يتمثل في خلق جو التعاون ، فكل فرد يقوم بدوره عن طريق مساهمته بما عنده ، بالتنازل عن بعض الحقوق في سبيل القدوة و المثل من أجل تحقيق هدف إجتماعي تعود فوائده على الجميع ، فلا يتحقق هذا التعاون إلا عن طريق الجماعة و التنافس .

3-3 من الجانب العقلي :

إن الرياضة المدرسية تلمس كل الجوانب ، حتى الجانب العقلي ، فهي تفيد الناحية البدنية و العقلية و حتى يتحقق التفكير و إكتساب المعارف المختلفة دلت بطبيعة المنافسة الرياضية المدرسة كتاريخ اللعبة التي تمارس فوائدها .¹

4-3- من الجانب الخلقى :

تعتبر الرياضة المدرسية عملية تربية خلقية ، مظرا لما توفره النشاطات المدرسة من سلوك أخلاقي ، و هذا بالنظر إلى الحماس التي تكسبه الرياضة المدرسية وسط التلاميذ و الخوف من الهزيمة و الهجوم و تسجيل النتائج الجيدة ، و لهذا فإن الرياضة المدرسية تهتم بسلوك التلميذ و تهديته ، و توضح ما يجب و ما لا يجب القيام به في النشاطات الرياضية المدرسية ، و هذا ما يساعد التلميذ على القيام بالعمل الصالح و الثقة في النفس و الإخاء و الصداقة .²

4.النشاط الرياضي اللاصفي:

4.1.النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

إن النشاط الرياضي الداخلي هو عبارة عن نشاط رياضي خارج ساعات الدوام الرسمي للبرنامج المدرسي، ومن أهدافه إعطاء الفرصة للتلاميذ البارزين في تحسين مستوياتهم وكذلك ذوي الميول والرغبات إلى المزيد من المزاولة الرياضية.³

1 - د . محمد بسيوني ، فيصل ياسين الشطي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضة ، ط2 ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر 1992 م ، ص 17 .

2 - محمد عادل خطاب ، مرجع سابق الذكر ، سنة 1965 ، ص 67 .

3عباس أحمد السمراي - طرق تدريس التربية الرياضية - جامعة بغداد - 1984 - بغداد-ص60.

4-2. ماهية النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

تتسم حصة التربية البدنية والرياضية بالطابع التعليمي والتربوي. فمن خلال لها يكتسب التلاميذ المعارف والمهارات والاتجاهات والميول، ولكن نظرا لضيق وقت الحصة علي مستوى حصة أو حتى على مستوى حصتين في الأسبوع، فان الوقت المخصص للممارسة التطبيقية للمهارة المتعلمة غير كافية من خلال الحصة، وتنظيم برامج النشاط الداخلي في المدرسة يتيح للتلاميذ فرصة ممارسة ما تعلموه وتطبيقه على مستوى المنافسات بين الفصول أو داخل الفصل الواحد، وتوقيت النشاط الداخلي ينبغي إلا يتعارض مع الجدول الدراسي بالمدرسة، فيمكن أن ينفذ في فترة ما قبل طابور الصباح، أو الفسحة أو عقب الدراسة، وحتى في العصر، وقد قدر الخبراء أن نسبة المشتركين في النشاط الداخلي تقدر بحوالي (60-70%) من مجموع التلاميذ بالمدرسة و تختلف برامج الأنشطة الرياضية الداخلية من مدرسة لأخرى.¹

والنشاط الداخلي يحتوي على الأنشطة الفردية والجماعية المتوفرة بالمدرسة، والتي يتم ممارستها عادة في أوقات الراحة الطويلة والقصيرة في اليوم الدراسي، تحت إشراف التلميذ والأستاذ اللذين يجدون فرصة لتعلم أدق النشاط الرياضي. وكذلك التحكيم، وبشكل عام هذا النشاط يتيح الفرصة للتلميذ بالتدريب على المهارات والألعاب الرياضية خارج أوقات الحصة.²

يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية الاهتمام بالنشاط الداخلي الذي يتم داخل المدرسة، حيث يؤدي هذا النشاط إلى إتاحة الفرصة لكل المتعلمين للممارسة نوع من أنواع الأنشطة التي يميلون إليها، وكذلك إتاحة الفرصة للكشف عن قدراتهم الحركية.

وبرنامج النشاط الداخلي يعتبر امتداد لحصة التربية البدنية والرياضية، ويتميز عنها بالمزيد من حرية اختيار المتعلم لما يمارسه من أنواع مختلفة من النشاط داخل المدرسة.

¹ أمين أنور الخولي و آخرون-التربية الرياضية المدرسية: دليل معتم الفصل وطالب التربية العلمية-ط4 -دار الفكر العربي - 1998-القاهرة- ص 119-120.

² إبراهيم عبد السلامة -الاختبارات والقياس في التربية البدنية- دار المعارف - 1980 - القاهرة-ص130.

ولكي يعمل الأستاذ علي رفع شأن برنامج هذا النشاط، يجب أن يضع في تفكيره ما يلي:

- أن هناك جزء من ميزانية التربية البدنية والرياضية يخصص لنشاط الداخلي .
- عدم جمعا لأموال من أفراد الفرق المشتركة في النشاط الداخلي تحت بند شراء الجوائز .
- أن يشارك في النشاط الداخلي من 40 إلى 60 من عدد المتعلمين بالمدرسة .
- أن تتناسب المسابقات والمباريات التي سوف تقام في النشاط الداخلي مع الزمان المخصص للفسحة وكذلك مع الإمكانيات المتاحة .
- يمكن ممارسة النشاط الداخلي قبل او بعد الانتهاء من اليوم الدراسي .
- دور المعلم في النشاط الداخلي يتمثل في توجيه اللجان والقيادة و تحديد طرق تنظيم الدورات الرياضية .
- أن النشاط الداخلي يعتبر امتدادا لخصبة التربية البدنية والرياضية .
- إن أشكال النشاط الداخلي تتمثل في مباريات ومسابقات بين الفصول أو الأسر المدرسية أو بين المعلمين والمتعلمين .
- أن هناك شروطا لاشتراك المتعلمين في النشاط الداخلي منها ما يلي:
 - ❖ كل من يفصل من المدرسة لسوء سلوكه يحرم من الاشتراك .
 - ❖ لا يحق للمتعلم الاشتراك في أكثر من لعبة جماعية أو فردية .
 - ❖ لا يسمح للمتعلم أن يشترك في أكثر من فريق .
 - ❖ أن هناك بطاقات تسجيل تأخذ نفس شكل البطاقات القانونية مع إجراء بعض التعديلات عليها لكي تتمشى مع شروط تحكيم مباريات ومسابقات النشاط الداخلي .
- أن توضح خطة سنوية للنشاط الداخلي مع تحديد الوحدات الأساسية لكل فترة.¹

3-4 أهمية النشاط اللاصفي الداخلي:

إن النشاط الداخلي بالمؤسسة التربوية يعد نشاطا تربويا متكاملًا خارج أوقات الدراسة، والغاية منه هو إتاحة الفرصة لكل تلميذ في المؤسسة للاشتراك في جانب أو أكثر من هوايته الرياضية، وهو يعتبر أحد الأجزاء المكملة لبرنامج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، فهو حقل خصب لتنمية المهارات التي تعلمها التلاميذ من

¹مكارم حلمي أبو هرجة و محمد سعد زغلول-مناهج التربية البدنية والرياضية - مركز الكتاب للنشر - 1999 - القاهرة-ص ص103-

خلال حصص التربية البدنية والرياضية، فالتلميذ يعمل جاهدا على تحقيق بعض الأهداف التربوية بطريقة راشدة.¹

- تحقيق أهداف منهج التربية البدنية والرياضية .
- رفع مستويات المتعلمين في الأنشطة المختلفة.
- تدعيم روح التعاون والحب بالمدرسة .
- تقوية الولاء للمدرسة .
- الكشف عن المواهب الرياضية لدى المتعلمين.
- التعرف على ميول ورغبات المتعلمين لتحديد أنواع الأنشطة التي التركيز عليها.
- استثمار وقت الفراغ للمتعلمين.
- تشجيع المتعلم على الاختيار الذاتي .
- تنمية الصفات البدنية والحركية .
- تدعيم القيم الخلقية والاجتماعية لدى المتعلمين.
- التقارب بين الأسرة والمدرسة وأولياء التلاميذ
- تنمية الشخصية (الاستقلالية الذاتية).²
- **4-4. أنواع النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:**
- منافسات في الألعاب الجماعية المختلفة (كرة الطائرة، كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد....) بين الفصول والسنوات المختلفة .
- منافسات في الأنشطة الجماعية الاجتماعية (ألعاب صغيرة) بين هيئة التدريس والتلاميذ وأولياء الأمور.
- منافسات في الأنشطة الفردية (تنس الطاولة، جمباز عروض رياضية للمتمرنات بين الأقسام المختلفة).³
- **4-5. واجبات الأستاذ اتجاه النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:**
- وضع الجدول الزمني للمنافسات والمباريات في مكان واضح بالمدرسة .
- اختيار الأنشطة وفق رغبات و ميول وخصائص التلاميذ.
- اشتراك تلاميذ المدرسة أو هيئة التدريس في تخطيط وتنظيم وتنفيذ برامج النشاط.
- تناسب النشطة مع الإمكانيات المادية بالمدرسة.

¹حسن شلتوت و حسن معوض -التنظيم والإدارة في التربية الرياضية- - دار المعارف والنشر-1998- القاهرة-ص55.

²مكارم حلمي أبو هرجة و محمد سعد زغلول-مناهج التربية البدنية والرياضية- مرجع سابق-ص 104-105.

³ناهد محمود سعد و نيللي رمزي فهيم -مرجع سابق-ص240.

● مراعاة أن تكون برامج النشاط الداخلي مكتملة لمنهاج الدروس اليومية.

4-6. تنظيم و إدارة النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

إن التنظيم المثالي هو أن يكون هناك قسم قائم بذاته للنشاط الداخلي، وقد يكون قسم بمدرسة ثانوية كبيرة وقد يكون مكتبا فقط، ولكن المهم أن يكون هناك تنظيم لهذا النشاط الذي تشرف عليه هيئة معروفة ويجب أن يكون على رأس هذه الهيئة شخص مؤهل يمكنه القيام بأعباء هذا التنظيم، وقد يكون هذا الشخص متفرغا إن كان القسم كبيرا، ولكن من الناحية العلمية ينذر أن يكون هناك قسم يحتاج لمثل هذا الشخص المتفرغ، وفي الغالب يكون مدير هذا القسم مسؤولا عن نواحي أخرى بالمدرسة، وفي العادة يكون أستاذ هذا القسم باعتباره أقرب الأساتذة للتلميذ بطبيعته، وقد يري بعض المربين أن يتولى أمر هذا القسم لجنة مكونة من الطلبة فقط لتدريبهم على الحكم الذاتي والقيادة.¹

4-7. ميزانية النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

إن أوجه النشاط الداخلي غير غالية التكاليف خصوصا و أن المساحات والأدوات والأجهزة المطلوبة غالبا ما تكون بالمدرسة، وقد تكون نفس الإمكانيات المستعملة في حصص التربية البدنية والرياضية، وعلى كل حال لو احتاج الأمر إلى ميزانية خاصة بهذا النشاط فيجب أن يكون ذلك عن طريق إدارة المدرسة، فإن رأت المدرسة جمع مساهمة بسيطة من طرف التلاميذ أو رأت أن تقوم هي بإعداد النشاط بما يحتاجه، فهذا أمر إداري يخص المدرسة وإدارتها، وقد يلزم أن تقوم الوحدات المشتركة بدفع رسم الاشتراك خصوصا إذا كانت الأنشطة التي تكلف أكثر من غيرها كالتنس مثلا.²

4-8. الوقت المناسب لمزاولة النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

بعد دراسات كثيرة في هذا الموضوع اتضح أن أنسب الأوقات لتنفيذ هذا البرنامج يكون بعد انتهاء اليوم الدراسي بعد الظهر، على أن تخصص ساعات تدريب معينة لهذا التدريب، بحيث لا تؤدي إلى تعطيل التلميذ عن المذاكرة والقيام بواجباتهم المدرسية، ومن الأوقات المناسبة الصباح المبكر قبل بدأ الدرس الأول، أو أثناء

¹ إبراهيم مروان عبد المجيد-الإدارة و التنظيم في التربية الرياضية- دار الفكر للطباعة و النشر-1999- ليبيا- ص260.

² حسن شلتوت و حسن معوض-التنظيم والإدارة في التربية الرياضية-مرجع سابق -ص132.

فسحة الظهر إذا كانت طويلة وتكفي لهذا الغرض، وقد يختار البعض أيام الجمعة إذ أن التلاميذ لا يكونون مشغولين بالدراسة ولا بالواجبات المدرسية.

أما اختيار المساء فغالبا ما يكون غير مناسب فقد يلجأ إليه البعض إذا كانت مساحة الملاعب ضيقة لا تكفي لتدريب الفرق المدرسية، وبعض فرق النشاط الداخلي في نفس الوقت ولكن ما يؤخذ على اختيار هذا الوقت هو أنه مع أداء التلاميذ للواجبات المنزلية، كما أنه يتضمن رحلة أخرى من المنزل إلى المدرسة وبعد أن يكون قد استقر في منزله.¹

4-9. شروط الاشتراك في برنامج النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي :

يجب أن تكون هناك عوائق لاشتراك أي تلميذ في هذا النشاط إلا في أضيق الحدود الضرورية كما يجب ألا يكون موقف التلميذ الدراسي كرسوبه في مادة أو ضعفه في مادة أخرى مانعا له من مزاوله هذا النشاط ولكن من المعقول أن توضع شروط لهذا النشاط كالأتي:

- يجب على كل مشترك أن يخضع للفحص الطبي المدرسي قبل أن يسمح له بالاشتراك.
- لا يسمح لأي تلميذ غير مقيم بالمدرسة بالاشتراك في النشاط الداخلي.
- كل من تصدر ضده قرارات تمس الروح الرياضية يحرم من الاشتراك في البرنامج.
- لا يحق للتلميذ أن ينتمي لأكثر من هيئة واحدة مشتركة في النشاط.
- إذا اشترك تلميذ لاحق له الاشتراك مع فريق في مباراة فان هذا الفريق يعتبر مقصي من المنافسة.²

4-10. برنامج النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

عند وضع برنامج النشاط يجب ملاحظة أن يكون جزءا كبيرا منه امتدادا لبرنامج التربية البدنية والرياضية الذي يدرس بالحصص، وبهذا الطريق يصبح البرنامج متكاملان ويصبح الجدول المدرسي بمثابة القاعدة التي يبنى النشاط الداخلي عليها، فيتعلم التلميذ المهارات الأولية الأساسية في حصة التربية البدنية والرياضية، ثم يوالي ممارستها في النشاط الداخلي، فمثلا يتعلم التلميذ المبادئ الأساسية لكرة السلة بحصة التربية البدنية³ والرياضية ثم يمارس التدريب علي كرة السلة في النشاط الداخلي، فيكون الجدول المدرسي أساسا لنشاط الداخلي، وينمي

¹ إبراهيم مروان عبد المجيد - الإدارة و التنظيم في التربية الرياضية - مرجع سابق - ص 265 .

² مكارم حلمي أبو هرجة و محمد سعد زغلول - مناهج التربية البدنية و الرياضية - مرجع سابق ص 104-105 .

³ إبراهيم مروان عبد المجيد - الإدارة و التنظيم في التربية الرياضية - مرجع سابق ص 262 .

النشاط الداخلي المهارات المختلفة وبذلك يرتفع المستوى للحصة بالمدرسة، وبذلك يتكامل البرنامج المدرسي وبرنامج النشاط الداخلي.

ويختلف برنامج النشاط من مدرسة لأخرى تبعا لعوامل كثيرة منها الإمكانيات الموجودة وحجم المدرسة، وحجم قسم النشاط الداخلي وطبيعة الطقس وغير ذلك من العوامل.

5- مفهوم وتنظيم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر:

إن المنافسات الرياضية المدرسية كغيرها من المنافسات تمر عبر مراحل من التصنيفات مات بين الأقسام الولائية، الجهوية ثم الوطنية وأخيرا الدولية وفي كل مستوى هناك هيئات تعمل لهذه المنافسات وبدورها هذه الأخيرة تنقسم إلى نوعين من المنافسات الفردية والجماعية ولكلا الجنسين وفي كل الأصناف.¹

5-1- الفرق الرياضية المدرسية:

5-1-1- الغرض من إنشاء وإعداد الفرق المدرسية:

كل مؤسسة تربوية يجب أن تنشئ جمعية رياضية تتكفل بإعداد الطلاب الرياضيين وكذلك التفوق للمنافسات مع المؤسسات التربوية الأخرى.

وقد أقرت النصوص إجبارية إنشاء الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية حيث نصت المادة 05 أنه يتم إنشاء الجمعية الثقافية والرياضية المدرسية بالضرورة على مستوى كل مؤسسة تعليمية في قطاع التربية الوطنية.

وسيكون الإنضمام إلى الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية على النحو التالي: تكون الجمعية المنشأة على مستوى الثانوية ملف اعتماد وتضعه لدى الرابطة الولائية للرياضة المدرسية حيث يتكون ملف الاعتماد من:

- طلب الإنضمام.
- قائمة اللجنة المديرة بأسماء وعناوين ومناصب الأعضاء.
- ثلاث نسخ من اعتماد الجمعية ومحضر الجمعية العامة.
- اللجنة المديرة هي المسؤولة أمام الرابطة والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية.

¹ وثيقة من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، ص 05.

- الرابطة الولائية الرياضية المدرسية ترد على الانضمام أي جمعية في كل 15 يوم التي تلي والاتحادية تحدد كل موسم مصاريف الإنضمام، البطاقات، التأمينات، تصب كل النفقات إلى الرابطة.¹

5-1-2 طرق اختيار الفرق المدرسية:

توكل مهمة الاختيار إلى الجمعية الرياضية على مستوى كل مؤسسة تربوية ومن بين أعضاء هذه الجمعية أساتذة التربية البدنية والرياضية في الثانوية الذين تستند إليهم مهمة اختيار الفرق الرياضية وتشكيلها، وفي الغالب يقع الاختيار على الطلاب الرياضيين المتفوقين في دروس التربية البدنية والرياضية المنهجية المقررة والإجبارية.

ويرى الدكتور **قاسم المندلاوي** وآخرون أن طريقة اختيار وانتقاء الفرق الرياضية المدرسية تكون كمايلي:

يقوم مدرس التربية الرياضية باختيار أعضاء الفريق من الطلاب ذوي الاستعدادات الخاصة وكذلك الممتازين منهم وذلك من واقع الأنشطة الرياضية المختلفة لدرس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي، يتم تنفيذ ما سبق بإعلان عن موعد تصفية الراغبين في الإنضمام لكل فريق ثم يقوم بإجراء بعض الاختيارات لقياس مستوى اللاعبين وقدراتهم، وينجر لكل طالب استمارة أحوال شخصية ومستواه ومدى استعداده ومواضبه وبعد الانتهاء من اختيار الفرق الرياضية المدرسية وقبل الشروع التدريبي يجب على كل طالب إحضار رسالة من ولي أمره بالموافقة على الاشتراك في الفريق الرياضي لمدرسة، وبعد هذه الخطوة يتقدم الطالب للكشف الطبي لإثبات لياقته الصحية حيث يوقع ويختتم الطبيب على ظهر الرخصة لمشاركة الطالب في الفريق المدرسي.²

وبالنسبة لهذا النوع الأخير من الممارسة، ثمة نظام انتقاء يسمح لأحسن الفرق المشاركة في البطولات الوطنية بعد تأهيلها خلال المراحل التصفوية المختلفة التي تتم على مستوى الدائرة، الولاية، المنطقة والجهة.

6- الإدارة والتسيير للرياضة المدرسية:

يتولى إدارة وتسيير النشاط الرياضي المدرسي والإشراف عليه نوعان من الهياكل.

6-1- هياكل الدعم والتوجيه والمتابعة:

ويتمثل في:

6-1-1 الهياكل الإدارية التابعة لوزارة التربية الوطنية:

¹ القانون العام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، الانضمام والتأهيل، المادة 02.

² قاسم المندلاوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية في التربية الرياضية، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في الت ب ر (مذكرة غير منشورة)، الجزائر، ص 56.

- مديرية الأنشطة الثقافية والرياضية.
- المديرية الفرعية للنشاط الرياضي والصحة المدرسية.
- مكتب النشاط الرياضي بمديريات التربية بالولايات.
- إدارة المؤسسات التعليمية (مدير المؤسسة).
- هيكل التنسيق المشتركة بين وزارتي التربية والرياضة.
- لجنة التنسيق الوطنية المشتركة.
- لجنة التنسيق الولائية المشتركة.

6-1-2- هياكل التنظيم والتسيير :

تنظيمات جمعوية تتمثل في: الاتحاديات الجزائرية للرياضة المدرسية، الرابطة الولائية للرياضة المدرسية، الجمعيات الثقافية والرياضية المدرسية.

6-2- مهام الهياكل:

6-2-1- مكتب النشاط الرياضي بالوزارة:

انطلاقا من المهام المنوطة بوزارة التربية الوطنية في مجال تنمية الرياضة التربوية ومن توجيهات لجنة التنسيق الوطنية المشتركة بتكفل المكتب.

العمل على تنمية وتعميم النشاط الرياضي المدرسي وتوجيهه من خلال رسم الخطوط الكبرى وتحديد المبادئ الأساسية بوضع المخططات والبرامج الولائية والمتمثلة في:

- تنشيط أكبر عدد ممكن من التلاميذ لأطول فترة ممكنة خلال الموسم الدراسي.
- تلاؤم نوع النشاط مع خصوصيات الولايات (الرفعة، المسافات بين المؤسسات، المنشآت الرياضية والوسائل المالية المتوفرة).

- حسن استعمال الموارد البشرية لا سيما إطارات الشبيبة والرياضة المعنيين بقطاع التربية.

- الحرص على أن تتوفر لكل مؤسسة تعليمية منشآتها الرياضية عن طريق:

الفصل الاول : الرياضة المدرسية

- احترام برامج إنجاز المؤسسات الجديدة (تسليم المؤسسات بجميع المنشآت والمرافق الرياضية المدرجة في مخطط الإنجاز).

- تنفيذ برامج تهيئة ملاعب داخل المؤسسات عند توفر المساحات الكافية.

- التدخل لدى الجماعات المحلية بمصالح الشبيبة والرياضة لاستغلال المنشآت التابعة لها طبقا لتوصيات لجنة التنسيق المشتركة.

- متابعة عمليات تزويد المؤسسات التعليمية بالتجهيزات والعتاد الرياضي بالتنسيق مع مديرية التخطيط ومركز التموين بالتجهيزات والوسائل التعليمية وصيانتها.

- البحث عن طرق تمويل النشاط الرياضي وترشيد استعماله.

- إيجاد مصادر تمويل النشاط الرياضي المدرسي (الدولة، الجماعات المحلية، الممارسون، الرعاية... الخ).

● مراقبة المداحيل والإيرادات المالية وطرق إنفاقها:

- على مستوى الرابطة.

- على مستوى الجمعيات.

- السهر على تعيين النصوص القانونية والتنظيمية المتعلقة بتسيير النشاط الرياضي المدرسي وتنظيمه.

- حث مديريات التربية على وضع وتنفيذ برامج تكوين معلمي المدارس الابتدائية في مجال التنشيط الرياضي.

- متابعة سير الرياضي المدرسي في مختلف جوانبه وإعداد حصائل وتقديمها للجهات المعنية.

- السهر بالتنسيق مع الهياكل المسؤولة على الصحة المدرسية على ضرورة إجراء الفحوص الطبية للتأهيل لممارسة الرياضة والتربية البدنية والرياضية.¹

6-2-2-2- مكتب النشاط الثقافي والرياضي بمديرية التربية:

إن الدور الأساسي لهذا المكتب هو مساعدة الرابطة الولائية للرياضة المدرسية في تحقيق أهداف هذا النشاط لذلك فهو مطالب بـ:

- القيام بالتنسيق مع الرابطة، بوضع مخطط لتنمية وتعميم النشاط الرياضي المدرسي على مستوى الولاية طبقا لتوجيهات الوزارة ولخصوصيات الولاية.

¹ وزارة التربية الوطنية، لحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 1-2.

الفصل الاول : الرياضة المدرسية

- تنفيذ برامج بناء المؤسسات الجديدة والحرص على وجود المنشآت الرياضية والقيام بالتنسيق مع مصلحة البرمجة والمتابعة بإعداد برنامج ولائي خاص لإنجاز منشآت رياضية وملاعب في المؤسسات التي تفتقر لها وذلك حسب نوع المؤسسة والمساحة المتوفرة.
- وضع وبالتنسيق مع مصلحة البرمجة والمتابعة، برامج تزويد المؤسسات بالتجهيزات والعتاد الرياضي طبقا للإحتياجات ونوع المنشآت الموجودة بالمؤسسات.
- التدخل لدى الجماعات المحلية والصندوق الولائي لترفيه مبادرات الشباب لتدعيم من اجل الحصول على الدعم المالي لرابطة والجمعيات المدرسية.
- السهر على تنفيذ المنشور المتعلق بنفقات التمدرس ومتابعة صب المبالغ المستحقة الرابطة في الوقت المناسب.
- مراقبة مداخيل الرابطة والجمعيات أي كان مصدرها (وزارة التربية، وزارة الشبيبة والرياضة، الجماعات المحلية وغيرها) طبقا لقانون الجمعيات.
- السهر على التزود بالنصوص القانونية والتنظيمية الخاصة بتسيير النشاط الرياضي واستنتاجها وتوزيعها.
- وضع بالتنسيق مع مصلحة التكوين، برنامج تكوين معلمي المدارس الابتدائية في مجال التنشيط الرياضي ومتابعة تنفيذه مع المفتشين.
- إعداد الحصائل الخاصة بتنمية النشاط الرياضي وتسيير ومتابعته.
- السهر على إلزامية وجود الحجم الساعي الخاص بالنشاط الرياضي في التوقيت الأسبوعي لأساتذة التربية البدنية ومعلمي المدارس الابتدائية.

ويمكن لرئيس مكتب النشاط الرياضي المشاركة في أشغال المكتب التنفيذي للرابطة.¹

6-2-3- مدير المؤسسة التعليمية:

يقوم مدير المؤسسة التعليمية بصفته رئيسا للجمعية الثقافية والرياضية المدرسية والمحرك الأساسي لها بالسهر على تطبيق القوانين الأساسية والتعليمات الصادرة على الوزارة في مجال النشاطات الثقافية والرياضية والعمل على تدعيم هذه النشاطات بالمؤسسة وتجنيد الأساتذة والأعوان لتأطير مختلف الفروع والنادي التي تقام في إطار الجمعية ويأمر بكل المصاريف التي يقرها مكتب الجمعية في حدود الصلاحيات المحولة له في هذا الإطار.²

¹ وزارة التربية الوطنية، لحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 3-4.

² وزارة التربية الوطنية، لحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 5.

6-2-4- لجنة التنسيق الوطنية المشتركة:

وتتمثل في:

- تحديد إستراتيجية مشتركة قصد إعادة المحتويات والمناهج والبرامج المرتبطة بتطوير وترفيه الممارسات البدنية والرياضية وبالأنشطة الثقافية والعلمية والترفيهية في الوسط المدرسي.
- إعداد برامج التكوين والبحث في ميدان الأنشطة الشبانية والرياضية.
- دراسة واقتراح كل الأعمال المرتبطة بتمويل أنشطة الشبيبة والرياضة في الوسط التربوي.
- دراسة وضبط التخصصات والشروط الخاصة بإنجاز واستعمال المنشآت والتجهيزات والعتاد الضروري لتزفيه أنشطة الشبيبة والرياضة في الوسط المدرسي.¹

7- بعض الصعوبات التي تعيق النشاط الرياضي:

7-1- على صعيد الوسائل البشرية:

يتمثل المشكل المطروح في نقص التأطير على مستوى المرحلة الابتدائية بسبب عدم حصول المعلمين على أي تكوين في التربية البدنية والنشاط الرياضي المدرسي، كما أن محاولة سد هذا النقص باستعمال إطارات الشبيبة والرياضة لم تحقق النمو المطلوب نتيجة لإنعدام وسائل العمل بصفة خاصة (المنشآت والتجهيز) وبعض المشاكل الأخرى التي طرحها في الميدان واستعمال هؤلاء الإطارات والتي سنبنينا لاحقاً.

7-2- على صعيد الوسائل المادية (الهياكل الأساسية والتجهيز):

إن المنشآت الموجودة قليلة جداً وغير خاصة في المرحلة الابتدائية حيث أن الساحات لا تصلح في غالب المجالات لممارسة الرياضة بل أن استعمالها يشكل خطراً على التلاميذ.

أما بالنسبة للمنشآت التابعة للدولة والبلديات فإن استعمالها من طرف النوادي المدرسية، محدود جداً بسبب الصعوبات المختلفة (قله هذه المنشآت، استعمالها من طرف النوادي مبدئياً في الأوقات المخصصة للرياضة المدرسية، مطالبة بعض البلديات بدفع مبالغ مالية مقابل الاستعمال).

وبالنسبة لتجهيز الرياضي ثقيلًا كان أم خفيفًا، هو الآخر وعلى غرار المنشآت الرياضية التي هو مرتبط بها، يعد منعداً على مستوى العديد من المؤسسات.

على صعيد الوسائل المالية:

نقص الموارد المالية هو الآخر من أهم المشاكل التي يواجهها النشاط الرياضي المدرسي وقد تم التأكيد بشدة في التقارير على ضعف المبالغ المخصصة من ميزانية الدولة وعدم قدرة الرابطات على مواجهة الارتفاع المتزايد، النقل والإطعام ومصاريف التنظيم المختلفة.

7-3- على صعيد الوسائل القانونية والتنظيمية في مجال التأطير الفني:

المشكل المطروح في هذا الصدد يتمثل في عدم وجود نصوص تسمح بإدراج حجم ساعي ضمن النصاب الأسبوعي لبعض معلمي التعليم الأساسي الذين يتولون مهمة تأطير الفرق التابعة لمؤسساتهم كما هو الشأن بالنسبة لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

7-4- في مجال تأطير التنظيم الإداري والتقني:

وضعية الموظفين والإداريين والتقنيين الموضوعين تحت تصرف الرابطات وعدم وجود نصوص واضحة تستند إليها أيضا من بين المشاكل التي أكدت عدة الرابطات على ضرورة إيجاد حل لها.

8- التمويل:

يستفيد النشاط الرياضي المدرسي من موارد مالية مختلفة المصادر (وزارة الشبيبة والرياضة، الجماعات المحلية ومشاركة التلاميذ)، لكنه يسير أساسا بفضل الإعانات الآتية من ميزانية وزارة التربية ومن مشاركة التلاميذ.

غير أن الإعتمادات التي ترصد حاليا للنشاط الرياضي المدرسي ضمن ميزانية الوزارة هي في الواقع بالقيمة المطلقة، أدنى بثلاث مرات عما كانت عليه في السنوات السابقة نتيجة الارتفاع المتزايد لأسعار النقل والإطعام والإيواء وبذلك فهي غير متلائمة ومع إرادة تطوير ودعم وتوسيع النشاط الرياضي المدرسي.¹

وزارة التربية الوطنية، لحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 1.6

خلاصة:

من خلال تطرقنا إلى الرياضة المدرسية في الجزائر وإلى المفهوم والأهداف وكذا مميزات وخصائص التلاميذ في مختلف المراحل المدرسية كذلك بالنظر إلى تعريفنا للمنافسة وتطبيقاتها والأهداف المرجوة من المنافسات الرياضية المدرسية وإلى كيفية إنشاء الفرق الرياضية وتكلمنا في الأخير عن التنظيم والتسيير للرياضة المدرسية لمختلف الهياكل ثم تكلمنا عن معوقات الرياضة المدرسية.

نستخلص أن السلطات الجزائرية حاولت بقدر الإمكان الاعتناء بالرياضة المدرسية وأرادت أن تعطي لها مكانتها المرموقة وذلك حتى تكون وسيلة من الوسائل التي ستساهم في تطوير وإزدهار الرياضة الوطنية بصفة عامة.

الفصل الثاني

المراهقة

الفصل الثاني: المراهقة

تمهيد:

يمر الفرد منذ ولادته بمراحل متعددة، بدءاً بالطفولة، فالمراهقة، فالرشد، فالشيخوخة إلى أن ينتهي به العمر، لقوله تعالى: " الله الذي خلقكم من ضعف ثم جعل من بعد ضعف قوة ثم جعل من بعد قوة ضعفاً وشيبة يخلق ما يشاء وهو العليم القدير"¹ ولكل مرحلة عمرية خصائصها التي تميزها عن غيرها من مراحل النمو وخلال هذا النمو فإن استعدادات الفرد تتفاعل مع البيئة الاجتماعية وبفضل هذا التفاعل يصبح الفرد شخصية فاعلة في المجتمع إذا ما وجدت تنشئة سليمة.

وتعد مرحلة المراهقة واحدة من مراحل النمو التي يجتازها الفرد والتي يطلق عليها العلماء مرحلة الميلاد الجديد، لما لها من خصوصيات ومطالب تنفرد بها عن باقي المراحل ففيها ينفرد النمو بوتيرة سريعة تؤدي إلى إحداث تغيير عام على المستوى الجسدي والعقلي والجنسي والنفسي والانفعالي الاجتماعي وحتى على المستوى الخلقى والديني، ونظراً لما تتميز به هذه المرحلة فلقد تناولنا في هذا الفصل ثلاث مباحث، وكل مبحث ينقسم إلى ثلاث مطالب، ففي المبحث الأول تطرقنا إلى تعريف المراهقة وتحديد الفترة لها وإلى خصائص النمو التي تتميز بها وكذلك إلى الأزمة التي يعاني منها، أما في المبحث الثاني فقد تناولنا أنواع وحاجات ومشكلات المراهقة، وفي المبحث الأخير تناولنا الاتجاهات الأساسية المفسرة لظاهرة المراهقة.

¹¹ - سورة الروم، الآية 54.

الفصل الثاني: المراهقة

1- مفهوم المراهقة

1-1 تعريف المراهقة:

التعريف اللغوي: المراهقة هي لفظ وصفي يرجع إلى الفعل العربي (راهق) الذي يعني الاقتراب والمعنى يشير إلى الاقتراب من النضج والرشد، كما جاء في لسان العرب لابن منظور، راهق الغلام أي بلغ مبلغ الرجال فهو مراهق، وراهق الغلام فهو مراهق إذ قارب الاحتلام، والمراهق هو الغلام الذي قد قارب الحلم¹

أما في اللغة اللاتينية: فكلمة مراهقة adolescence مشتقة من الفعل اللاتيني adolescer ويشير إلى التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي².

مفهوم المراهقة في القرآن الكريم: لقد تكرر وورد كلمة " راهق " مجردا ومزيذا بالهمزة في أوله في القرآن الكريم في نحو ثمانية مواضع، وتكرر ورود مضارع " رهاق " الثلاثي المجرد في نحو سبعة مواضع³.

جاء في سورة ونس " للذين أحسنوا الحسنى وزيادة ولا يرهق وجوههم قتر ولا ذلة أولئك أصحاب الجنة هم فيها خالدون "⁴ وقد جاء في تفسير هذه الآية أي للذين أحسنوا بالإيمان والعمل الصالح لهم الجنة والنظر إلى وجهه الكريم " ولا يرهق وجوههم قتر " أي لا يغطي وجوههم غبار ولا سواد كما يعتري وجوه أهل النار " ولا ذلة " أي هوان وصغار.⁵

1 - أبو الفضل جمال الدين ابن منظور، لسان العرب، المجلد 12 دار الطباعة والنشر بيروت سنة 1956 ص 103

2 - كمال الدسوقي: النمو التربوي للطفل والمراهق، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1979، ص100.

3 - محمد السيد الزعبلاوي: تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس ، ط3، مؤسسة الكتب الثقافية، بيروت ، 1997، ص16.

4 - سورة يونس، الآية 26.

5 - محمد علي الصابوني، صفوت التفاسير ، ط5، مكتب الشهاب للطباعة والنشر، الجزائر، 1990، ص571.

الفصل الثاني: المراهقة

وقوله سبحانه وتعالى ".... وأنه كان رجال من الإنس يعوذون برجال من الجن فزادوهم رهقا" ¹ وجاء في تفسير هذه الآية أيضا " أي الجن " كما نرى أن لنا فضلا عن الإنس لأنهم كانوا يعوذون بنا إذ نزلوا واديا أو مكانا موحشا من البراري وغيرهم (...). فلما رأَت الجن أن الإنسان يعوذون بهم من خوفهم منهم زادوهم رهقا، أي خوفا وإرهاقا وذعرا كما قال قتادة " فزادهم رهقا " أي، إنما ازدادت الجن عليهم بذلك جراءة².

وعليه فلفظة المراهقة، هي مصدر الفعل الثلاثي المزيد بالآلاف فلم ترد في القرآن الكريم، ومجمل القول فيما ذكره المفسرون وعلماء اللغة من أن الفعل رهق وما تصرف منه يعني السفه والكذب وغشيان المحارم وركوب المخاطر (...). وكل هذه المعاني تجتمع في المراهق تجتمع في المراهق الذي تسوء تربيته³ فالمراهقة إذن فترة تستوجب بذل جهد تربوي مضاعف يتماشى مع خصائص هذه الفترة النمائية.

أما اصطلاحا: فلقد اختلف العلماء حول تحديد مفهوم المراهقة وإبراز خصائصها فيذهب البعض إلى أن الانتقال إلى سن الرشد يعرف باللحظة التي يبدأ فيها الفرد في الاستقلال عن أسرته حيث يقول فاخر عاقل: " بان المراهقة هي الفترة التي يرغب فيها المراهق الاستقلال عن أسرته والى أن يصبح مستقلا عنها"⁴.

كما نجد معجم المصطلحات في العلوم الاجتماعية بان المراهقة هي " مرحلة النمو التي تبدأ من سن البلوغ أي سن الثالثة عشر تقريبا وتنتهي في سن النضج أي حوالي الثامنة عشر أو العشرين من العمر وهي سن النضج العقلي والانفعالي والاجتماعي"¹.

1 - سورة الجن الآية 6

2 - الحافظ عماد الدين ابن كثير، تفسير القرآن الكريم العظيم، ج4 دار المعرفة، لبنان، 1982، ص 424.

3 - محمد السيد الزعبلوي، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس مصدر سبق ذكره ص 19.

4 فاخر العقل: علم النفس التربوي، ط2، دار العلم للملايين، بيروت 1985، ص 123.

الفصل الثاني: المراهقة

ويعرفها فؤاد البهي السيد بأنها " وبالمعنى العام لها هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، وهي بهذه عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها"².

كما وصفها البعض الآخر بأنها مرحلة ممتدة من الغموض وأنها مرحلة معقدة نسبيا حيث يقول إيركسون " بان المراهقة هي فترة تبدأ بالبلوغ وتمتد بين 12 و 18 سنة واهم ما يميزها هي أزمة هوية وهي تنتهي أما بتكوين شخصية سوية أو شخصية مضطربة، وان تلك الأزمة تبدأ بعدة تساؤلات عن هويته وقيمه وعاداته وتقاليده"³.

ويعرفها البعض على أنها " الاقتراب من الحلم والنضج " وفي الواقع أن الكل يجمع على أن المراهقة هي مرحلة من مراحل النمو التي يمر بها الفرد وتبدأ بنهاية الطفولة وتنتهي ببداية فترة النضج والرشد وتعتبر هذه المرحلة من أهم مراحل النمو في حياة الفرد، أن لم تكن أهمها على الإطلاق

1-2- التحديد لفترة المراهقة:

لقد اختلف العلماء في تحديد فترة المراهقة : متى تبدأ؟ كم تدوم؟ ومتى تنتهي؟.

وفي الواقع ان تحديد مرحلة المراهقة لا يعدو ان يكون أمرا تقريبا وذلك لأنه من الصعب تحديد بداية هذه المرحلة ونهايتها تحديدا زمنيا دقيقا وذلك للعوامل الآتية :

أ/ ان تقسيم الفرد إلى مراحل متعددة يعد في الواقع تقسيما اصطلاحيا فقط، ومن اجل دراسة المرحلة والتعمق فيها أكثر، فالمرحلة التي يمر بها الفرد لا تخضع لتقسيم محدد وخال من التدخل، لان حياة الفرد تعتبر وحدة متصلة ومتكاملة لا يمكن فصل مرحلة عن سابقتها أو التي تليها.

¹ احمد زكي بدوي: معجم المصطلحات العلوم الاجتماعية، مكتب لبنان، بيروت، 1993 ص 9.

² - فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975، ص 277.

³ - مصطفى عشوي، مدخل إلى علم النفس المعاصر، ديوان المطبوعات الجامعية، 1994 ص 53.

الفصل الثاني: المراهقة

ب/ كما ان الفروق الفردية تلعب دورا هاما في تحديد بداية أي مرحلة من مراحل النمو ونهايتها ولعل هذه الفروق ترجع في عمومها إلى عوامل وراثية وأخرى مكتسبة من البيئة وقد تكون أحيانا مرضية، وبهذا نجد ان بداية مرحلة المراهقة ونهايتها يختلفان من فرد إلى آخر.

ج/ كما ان طول فترة المراهقة أو قصرها يختلف باختلاف الثقافات والمناخات والظروف والاجتماعية والاقتصادية والحضارية لأي مجتمع فالمراهقة تمتد في مداها الزمني أو تتقلص تبعا للمعايير الاجتماعية والمقاييس الحضارية التي يحيا في إجرائها المراهق.1

قد اختلف علماء النفس في تحديد بداية ونهاية المراهقة ويرون ان هذه الفترة يمكن ان تضم إليها الفترة التي تسبق البلوغ وهم بذلك يعتبرونها بين العاشرة والحادية والعشرون (10-21) بينما يحصرها بعض العلماء بين الثالثة عشر والتاسعة عشر (13-19) سنة وهناك تقسيمات أخرى

التقسيم الأول:

هناك من قسم مرحلة المراهقة إلى تقسيم أو مرحلة واحدة أمثال " أريكسون " الذي يرى ان البلوغ هو بداية فترة المراهقة التي تمتد من الثاني عشر إلى الثامنة عشر (12-18) سنة¹. وهناك من يذهب إلى القول بان مدة المراهقة هي الواقعة بين البلوغ والنضج وأنها تقع بالتقريب بين سن تسع سنوات وتسع عشر سنة (9-19) سنة.

التقسيم الثاني:

يذهب أصحاب هذا التقسيم إلى اعتبار مرحلة المراهقة مرحلة تضم بين جوانبها ثلاثة مراحل أخرى. حيث قسم ويلرد ولسن (w.wellson) مراحل الفرد إلى تسع مراحل من بينها مرحلة المراهقة.

1 - نفس المصدر، ص 36.

الفصل الثاني: المراهقة

أ/ مرحلة ظاهرة البلوغ: ومتوسطها للبنات 12 سنة وللأولاد 14 سنة، مع تفاوت بين الأفراد حسب النمو الجسمي يتراوح ما بين 12 و2 شهرا.

ب/ مرحلة المراهقة الأولى: من 13 إلى 14 إلى 15 إلى 16 سنة.

ج/ مرحلة المراهقة الثانية: من 15 إلى 16 إلى 20 سنة¹.

وهناك من قسمها أيضا إلى ثلاثة مراحل:

أ/ مرحلة ما قبل المراهقة: وتسمى أيضا ما قبل البلوغ ويطلق على هذه المرحلة مرحلة التحفز والمقاومة وهذه المرحلة تقع بين سن (10 و 18) سنة.

ب/ مرحلة المراهقة المبكرة: بين سن (13-16) سنة وهي تمتد منذ بدأ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ.

ج/ مرحلة المراهقة المتأخرة: تقع بين سن (17-21) سنة وقد قسمها أكرم رضا إلى ثلاثة مراحل أيضا.

أ/ مرحلة المراهقة المبكرة: من (12-15) سنة التعلم الإعدادي.

ب/ مرحلة المراهقة المتوسطة: من (15-18) سنة التعلم الثانوي.

ج/ مرحلة المراهقة المتأخرة: من (18-21) سنة التعلم الجامعي

التقسيم الثالث:

وقد قسم الدكتور احمد فؤاد الشرييني فترة المراهقة في نظره إلى أربعة مراحل وهي:

¹ - كمال الدسوقي: النمو التربوي للطفل والمراهق، دار الفكر العربي، مصر دن ، 1979.

الفصل الثاني: المراهقة

أ/ مرحلة المراهقة: وهي التي تمتد من سن 12 إلى 15 سنة وتتميز بسرعة النمو البدني وظهور الأعراض الجنسية الثانوية وما يصطحبها من تغيرات في إفراز الهرمونات الجنسية وباقي الهرمونات الأخرى.

ب/ مرحلة اليافوخ: وهي المرحلة التي تشمل الفترة من 18 إلى 21 سنة من العمر والتي يستمر فيها النمو البدني.

ج/ مرحلة الشباب المبكر: وهي المرحلة التي تشمل الفترة من 18 إلى 21 سنة من العمر، والتي يأخذ فيها النمو البدني اتجاهها وظيفيا وتتجه فيها التغيرات العاطفية نحو الاستقرار ويمد فيها النمو العقلي مداده.

د/ مرحلة السباب البالغ: وهي المرحلة التي تمتد من 21 إلى 25 سنة من العمر والتي يحقق فيها الفرد قمة النضج والتأقلم مع الحياة¹، وتتجه الدراسات النفسية اليوم إلى اعتبار المراهقة فترة تطول أو تنقص حسب الحضارة والقيم والثقافة التي ينتمي إليها.

وهناك العديد من التقسيمات التي لا تعد ولا تحصى، وبذلك فإن الكثير من الدراسات التي أجريت على المراهقين تدل على ان تقسيم فترة المراهقة إلى مراحل لا يعني الفصل التام بين هذه المراحل وإنما يبقى الأمر على المستوى النظري فقط ومن خلال هذه التقسيمات والتي حدد فيها العمر الزمني للمراهق، والذي كان الاختلاف فيه متفاوتا بين العلماء.

1-3- خصائص النمو في مرحلة المراهقة:

ويقصد بالنمو التغير الذي يحدث للكائن الحي في نظام معين وفي مدة زمنية معينة وبما ان النمو يمر بمراحل متعددة فكل مرحلة تؤثر في لاحقتها كما تؤثر في سابقتها²، ويعتبر النمو الجسمي من أهم مظاهر نمو المراهق وتبدو مظاهر

1 - عمر محمد التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية برعاية الشباب، الجامعة المفتوحة، ليبيا، 1987 ص 35.

2 - توما جورج خوري: علم النفس التربوي، ط2، المؤسسة الجامعية للدراسات بيروت، 1989 ص 55.

الفصل الثاني: المراهقة

هذا النمو مع بداية النمو الوظيفي للغدد ويشتمل هذا النمو الجسمي على مظهرين أساسيين وهما النمو الفيزيولوجي (الأعضاء الداخلية) والنمو العضوي (الأعضاء الخارجية)، ولما كانت مرحلة المراهقة مرحلة نمائية سريعة لذا فهي تشمل جميع جوانب المراهق الداخلية والخارجية وتسير بسرعة منتظمة ليتم التناسق بين جميع هذه المكونات، ويعتبر النمو الجسمي احد مظاهر النمو الفيزيولوجي.

1-3-1 النمو الفيزيولوجي (الأعضاء الداخلية):

ويقصد بالنمو الفيزيولوجي " نمو وظائف أعضاء الجسم الداخلية المختلفة مثل نمو الجهاز العصبي وضربات القلب وضغط الدم والتنفس والهضم والإخراج والنوم والتغذية والغدد الصماء التي تؤثر إفرازاتها في النمو، وعليه فان النمو الفيزيولوجي هو مجموعة من العمليات الحيوية التي لا تخضع للمشاهدة البصرية والتي تحدث داخل جسم المراهق وتنعكس بذلك على المظهر الخارجي حيث تبدأ الغدد الصماء في إفراز بعض الهرمونات التي تساعد الفرد على الانتقال من فترة الفتوة والصبي إلى مرحلة البلوغ، ويصبح بذلك مستعداً للإنباج أي بروز الخصائص الثانوية الأولية للجنس، وتتلخص أهم هذه التغيرات الفيزيولوجية التي تطرأ على المراهق فيما يلي:

نمو الغدة القلب ونمو الغدد الجنسية ونمو الغدد النخامية كذلك نمو الغدد الصماء والغدد الدرقية.

1-3-2 النمو العضوي (الأعضاء الخارجية):

ويقصد بالنمو العضوي " النمو الميكلي، نمو الطول ونمو الوزن إضافة إلى التغيرات في أنسجة وأعضاء الجسم، صفات الجسم الخاصة حسب الجسم ولون البشرة والشعر.....¹ الخ. ولذا فالمرهق مع بداية هذه المرحلة تنصب

الفصل الثاني: المراهقة

اهتماماته حول التغيرات التي تطرأ على الجسم بشكل عام، حيث يؤثر في النمو الجسمي عاملان " احدهما داخلي وهو الوراثة والأخر خارجي وهو البيئة ولا يمكن فصل العاملين احدهما عن الأخر¹

ولما كان النمو الجسمي للمراهق سريع فان هذه المرحلة تعتبر مرحلة طفرة من درجة سرعة النمو، ليفوقها في النمو إلا مرحلة ما قبل الميلاد وتبدأ فترة النمو فيها بين سن 10-19 سنة عند الإناث ومن 12-15 سنة عند الذكور ويستمر النمو حتى سن 18 سنة عند الإناث وسن العشرين عند الذكور.

ولعله من الأمور الهامة في النمو الجسمي الانسجام بين الطول والوزن بحيث يصبح جسم المراهق مقبولا إلى حد بعيد (...). ويسير النمو في هذه المرحلة وفق معايير وقوانين التي سار عليها خلال فترة الطفولة السابقة من حيث النمو الطولي والعرضي والتتابع والاستمرار ونحو ذلك، ولكن الزيادة والسرعة التي يتصف بها النمو الجسمي في فترة من 12-18 سنة تقريبا تجعل لهذه المراحل طابع خاص مميذا يجعلها جديرة بالدراسة المستقلة (...). وكل مراهق يمر بهذه المرحلة كغيرها من المراحل يعتبر وحدة مستقلة له سرعته الخاصة وتكوينه الخاص ومزاجه وبيئته النفسية والاجتماعية الخاصة².

ولعل من أهم التغيرات التي تلاحظ عن المراهق نجد النمو الطولي وزيادة الوزن.

1 - الشيخ كمال محمد عويطة: علم النفس النمو، ط، 1 دار الكتب العلمية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، 1996 ص 121.

2 - محمد الزعبلوي، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس، مرجع سبق ذكره، ص42.

الفصل الثاني: المراهقة

1-3-3 النمو الحركي:

جاء تعريف أكاديمية النمو الحركي المنبثق عن الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية عام 1980، بما يفيد

المعنى السابق للنمو الحركي، حيث قدم تعريفا مفاده ان النمو الحركي عبارة عن التغيرات في السلوك الحركي خلال

حياة الإنسان، والعمليات المسؤولة عن هذه التغيرات¹، ونظرا للتغيرات الجسمية التي يتعرض لها المراهق من زيادة في

الطول والوزن وزيادة القوة العضلية فان هذا سيؤدي حتما إلى وجود تناسق في النمو الحركي للمراهق، وهذا ما

نلخصه من خلال الزيادة الكبيرة في القوة العضلية بدءا بالطفولة المتأخرة إلى مرحلة المراهقة، فلقد أوضحت

الدراسات (...) ان القوة الجسمية يكتسبها الإنسان فيما بين سن الحادية عشر والثامنة عشر من العمر كما تزداد

قابلية وسرعة التنسيق الحركي عند المراهقين بنفس الوقت حيث يصل المراهق ذروة قدرته الجسمية إلى جانب وصوله

ذروة الفعالية الحركية، لذا فان التنسيق والانسجام والتوافق الحركي بالنسبة للمراهق خاصة لأولئك الذين تستهولهم

الفعاليات الرياضية، وقد أوضحت إحدى الدراسات بان قدرة الذكور الحركية تستمر بالتحسن خلال فترة المراهقة²

وانه وبالمقارنة مع الإناث فانه لم يتم تسجيل أي اختلاف بينهم حتى سن الثالثة عشر حيث يبدأ الذكور بالتفوق

السرير على الإناث.

1-3-4 النمو الجنسي:

يلعب الدافع الجنسي دورا هاما في حياتنا الاجتماعية والنفسية ويبدأ هذا الدور مع فترة المراهقة، حيث يشعر هذا

المراهق بقوة الدافع والرغبة في الاتصال الجنسي وينشأ هذا الشعور نتيجة نشاط يحدث في الغدد الجنسية وظهور هذا

الدافع لا يعني بالضرورة ان الفرد قد اكتمل نضجه بما فيه الكفاية وأصبح قادرا على تأسيس بيت وإنجاب أطفال.

1 - أسامة كامل راتب: مدخل للنمو المتكامل الطفل المراهق، دار الفكر العربي، للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1999 ص 38.

2 - محمد زعبلاوي، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس مرجع سبق ذكره، ص 50.

الفصل الثاني: المراهقة

فالجنس إذن طاقة حيوية في كيان الإنسان خلقه الله ليعمل ورتب له وهي من المشاعر والأفكار في داخل النفس ما يوائم ويواكب الطاقة الجسدية ليسيرا معا متوازنين متساندين متلاقين كما يحدث في كل المسائل الحيوية الأخرى ثم رتب له من التنظيمات والتوجيهات والتشريعات ما يحقق أهدافه في اسلم وأنظف وضع¹.

ولقد نادي الكثير من العلماء وعلى رأسهم فرويد وأتباعه من علماء النفس التحليلي بان حرمان هذه الحاجة الأساسية يعتبر من العلل الرئيسية لسوء توافق الشخصية إلا ان هذه النظرية تم الاعتراض عليها من قبل الكثير من العلماء، إلا ان الأمر المهم هنا كيف تساعد هذا المراهق على إشباع هذه الحاجة العضوية في وقت تؤخر فيه إمكانية القدرة على الزواج وكذلك إتيانه بطريق غير شرعية.

ان الدين وهو يدعو إلى تلبية الدافع الجنسي بالطريقة المشروعة لا لتلبية لذاته وإنما لغاية أسمى وهي إقامة أسرة وإنجاب أطفال وتنشئتهم تنشئة صالحة وهذه الغاية لا تتم تلقائيا بل بنظام معين وهو نظام الأبوة والأمومة.

إن من واجب الأسرة ان تهتم بالمراهق وهذه القضية مسلمة لاختلاف فيها بين علماء الشريعة والتربية والنفس والاجتماع، فالجميع يقدر حاجة المراهق إلى الملاحظة والمتابعة والتوحيد بالأسلوب المناسب لسنة ومستواه النهائي وخاصة من الناحية الجنسية، فقد يقع المراهق سواء كان ذكرا أو أنثى فريسة لصحبة منحرفة فيظلمونهم أو قد يلجأ المراهق إلى مصادر خفية متنوعة يلتمس منها المعرفة وقد تكون هذه المراجع أو المصادر غير صادقة قد تؤدي به إلى انحرافات جنسية و"تشير بعض البحوث إلى ان أكثر المراهقين ممارسة للعادة السرية هم الأطفال للمضطهدون أو المهملون أو المنبوذون مما لا يحضون برعاية الأسرة"².

1 - محمد قطب: منهج التربية الإسلامية ، ط15 ، دار الشروق للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية، ، 2001، ص 574.

2 - خليل ميخائيل معوض، مرجع سابق ص 288.

الفصل الثاني: المراهقة

ويكتسب أغلب المراهقين الأفكار الجنسية المنحرفة من مراهقين فقدوا التربية والتوحيد داخل الأسرة، فيزيدون غيرهم بالأفكار والممارسات المنحرفة التي تقع دون وعي من المراهق أو إدراك وهو في الوقت نفسه لا يجد توجيهها مناسباً من الوالد أو المدرس أو المرشد ليعرفه بأسلوب علمي راق عن طبيعة الوظائف الفطرية للأعضاء التناسلية ليقوده لمعالجة صحية لفاعلية الدوافع الجنسية في هذه المرحلة حتى لا يتورط في الانحرافات الجنسية السلوكية التي تؤثر على نفسيته وعلى سلوكه الاجتماعي¹، ولذا وجب عن الأسرة ان تكون في استعداد ويقظة دائمين في مراقبة وتوجيه هذا المراهق، فكل المسؤولية تقع على عاتق الأسرة في حالة وقوع أي انحراف جنسي.

1-3-5 النمو النفسي:

إن الملاحظ والمتبع للسلوك في هذه الفترة يثير انتباهه الاتجاه نحو الذات الذي يصل عند بعض المراهقين إلى حد التمركز حول الذات، لكنه يختلف في مضمونه عن تمركز الطفل حول ذاته، لان المراهق يكون قد بلغ من النمو العقلي والنضج الاجتماعي ما يؤهله للتمييز بين ذاته والذاتيات الأخرى، ويهدف من خلال هذا المظهر السلوكي إلى معرفة أسباب التحولات التي يتعرض لها، ويأخذ شعور المراهق بذاته صوراً كثيرة حيث نجده يعتني بمظهره الخارجي وملبسه وعلاقاته مع الآخرين، كما انه يعقد المقارنات بينه وبين غيره ممن هم في سنه مما يشعره بالقلق، إذا شعر ان ذاته الجسمية ليس كما يتصورها ولذا فمن الطبيعي ان يتأثر المراهق بنظرائه من نفس فئته العمرية لدرجة تجعله يقلدهم في الحديث والملبس وفي كثير من جوانب سلوكهم كما قد يؤثر الأصدقاء أحياناً عن سمات واتجاهات أخرى (...). ويبدو من ارتباط المراهق برفاقه وكان مشاكل المراهقين ترجع برمتها إلى محاولة الآباء السيطرة وتوجيههم والحد من نشاطاتهم².

1 - الشيخ خالد عبد الرحمن عك، تربية الأبناء البنات في ضوء الكتاب والسنة، دار المعرفة للطباعة والنشر والتوزيع بيروت 1999 ص 374.

2 - رمضان محمد ألقذافي، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2000 ص 360.

الفصل الثاني: المراهقة

ومن مظاهر نمو الذات لدى المراهق، تفادي مشاركة الآخرين اهتماماتهم ومشاكلهم وعدم إفشاء أسرارهم والتذمر والضيق كتعبير عن عدم الرضا من معاملة الكبار له الذين يراهم غير متفهمين له وغير شاعرين بمشاكله وانشغالاته، وكثرة انتقاده لأساليب المعاملة الأسرية المنقصة من قيمته كشخص بالغ وفعال.

1-3-6 النمو الانفعالي:

ويعتبر من احد الخصائص التي يلاحظ نموها عند المراهق، يمكن القول بان معظم المراهقين تظهر عليهم أعراض النمو الانفعالي على غرار الراشدين الذين يمكن لهم كتم انفعالاتهم¹ حيث انه لا يمكن تطور انفعال إنسان مستقل عن تفكيره أو علاقاته الاجتماعية أو حتى نموه الجسمي، إذ ان الانفعالات التي تعيشها جميعا تكون في العادة ضمن موقف معين تعيشه في الغالب هو موقف اجتماعي كالنجاح والفشل والكراهية والإحباط والصراع كلها تترتب عليها ردة فعل معين، فإذا أردنا الحديث عن الانفعالات عند الطفل فهي قصيرة المدة والتنوع وشفافة، بحيث لا يستطيع ان يكتفم ما يعانينه من فرح أو حزن أو إحباط، وهذا على خلاف الكبار الذين قد يكون بإمكانهم القيام بذلك في مواقف متعددة².

كما ذكر الدكتور رمضان محمد ان عدم الاستقرار النفسي والانفعالي يكون عرفة للقلق والتوتر، كما ان المراهق يبدي الغضب المباشر من الأوامر المقيدة لسلوكياته اليومية على الدخول والخروج من البيت وكذلك في حال تلبية حاجاته³.

1 - انتصار يونس، السلوك الإنساني، المكتبة الجامعية، للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية 2000، ص 123.

2 - عبد الكريم قريشي: مشكلات التوافق لدى المراهق الجزائري في المدرسة الثانوية، رسالة دكتوراه دولة في علم النفس التربوي، غير منشورة، معهد علوم النفس جامعة قسنطينة 1999-2000 ص 32.

3 - رمضان محمد القذافي، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة مصدرسبق ذكره، ص 349

الفصل الثاني: المراهقة

كما ان أهم خاصية نفسية تظهر في مرحلة المراهقة في تغيير اتجاهات المراهق التي ألفها عند والديه وذلك محاولة منه لبناء اتجاهات خاصة له فيلاحظ عليه نقد الوضع المحيط به والرغبة لحاجة في تغييره¹

ولعل أهم مظاهر للنمو الانفعالي البارزة في هذه المرحلة نجد الخوف الغضب، العدوان، الغيرة....الخ.

1-3-7 النمو الاجتماعي:

إن النمو الاجتماعي هو ذلك التغيير الذي يطرأ على عادات الفرد وقيمه واتجاهاته الاجتماعية وعلاقاته وتصرفاته مع الآخرين في هذه المرحلة، فهو يتصل بسلوك الفرد الاجتماعي يطرق تعامله مع الآخرين، وأساليب تصرفه في المواقف الاجتماعية وبمركزه ودوره أو أدواره في المجتمع².

إن هذه التغييرات أو التبديلات التي تحدث للفرد على الصعيد الاجتماعي لا تتم بمعزل عن تغييرات تحدث على المستوى الجسمي والعقلي والانفعالي، فكلها تتصل ببعضها تمام الاتصال وتؤثر في بعضها إضافة إلى تأثير البيئة الاجتماعية والثقافية التي يحي في كنفها، ولعل ما يميز النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة انه أكثر تمايزا واتساعا وشمولا عند مرحلة الطفولة لنمو الفرد إذ تزداد وتتسع أفاق علاقاته الاجتماعية مع الآخرين ويصبح بحاجة أكثر إلى خيارات الآخرين المحيطين به، فحسب مصطفى زيدان " ان علاقات المراهق الاجتماعية تتسع لتشمل الجيران، الأقارب، الأقران، والمجتمع ككل بعد ان كانت تقتصر على الأسرة والمدرسة"³.

ولعل من ابرز خصائص النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة هي تأكيد الذات والولاء لجماعة الرفاق والميل للجنس الأخر والرغبة في مساعدة الآخرين والميل إلى الزعامة....الخ.

1 - مصباح عامر: التنشئة الاجتماعية والسلوك الأخرافي لتلميذ المدرسة الثانوية ، ط1، دار الأمة، الجزائر 2003 ص 40-42

2 - عمر محمد تومي الشيبان عمر محمد التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية برعاية الشباب، الجامعة المفتوحة، ليبيا، 1987 ص 111

3 - زيدان محمد مصطفى، النمو النفسي للطفل والمراهق، دار الشروق جدة 1980 ص 171

الفصل الثاني: المراهقة

1-3-8 النمو الديني:

تعتبر العقيدة هي الأساس الفكري والتصوري عن الوجود وهي ما يقوم عليه بناء مجتمع فليس هناك مجتمع على وجه الأرض بدون عقيدة وثيقة الصلة ببنائه الاستماعي، وهي ما يسميها علماء الغرب بالإيديولوجية فإيديولوجية الفرد ما هي إلا أساس لسلوكه الخلقي وسعيه ومناهجة في الحياة من حيث أنها تحدد له الهدف من الوجود¹ ونفس الأمر ينطلق على المجتمع الذي يؤمن أفراده بعقيدة مشتركة ولعلا بدايات رسوخ هذه العقيدة في قلب المجتمعات تبدأ من الطفولة، فيتعلم الصبي من خلال التنشئة الأسرية بعض الأمور العقائدية البسيطة لان قدراته العقلية لا تقوى على إدراك المجرد من الأشياء كالخير والشر والصالح والتقوى، لكنه يدرك الأمور الحسية فقط التي تقع في مستوى نظره، ومع بداية المراهقة تظهر لديه ما يسمى باليقظة أو الإحساس الديني الفياض حيث يبدأ بمراجعة كل ما تعلمه من الطفولة من قيم ومبادئ² فيبدأ المراهق في مناقشة القيم الدينية متحررا من مفهوماته الخيالية الساذجة مدركا القيم الاجتماعية للدين ومدركا أيضا لفكرة الثواب والعقاب (...). ونجد ان المراهق يلجا إلى الدين كملاذ أو خلاص من الواقع ولاسيما المضايقات النفسية كالشعور بالذنب والخوف من الفشل².

ويتأثر الاتجاه الديني في المراهقة بما تلقاه في المراحل السابقة من تعاليم دينه، ولعل من ابرز مظاهر اليقظة الدينية في مرحلة المراهقة كما يعبر عنها علماء النفس نجد الشك الديني فالشك من مظاهر اليقظة الدينية ويأتي في أعقاب النضج العقلي ونلاحظ ان العنصر العقلي يسيطر على الشعور الديني في أواخر مراهقته³.

¹ فاروق الدسوقي: مقومات المجتمع المسلم، ط2، مكتبة الإسلامية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت 1986 ص 164.

² - عبد الرحمن عيسوي، النمو الروحي والخلقي، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت 1996 ص 140

³ - عبد المنعم المليجي حلمي المليجي، النمو النفسي، ط5، دار النهضة للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت 1971 ص 345.

الفصل الثاني: المراهقة

ومن مظاهر اليقظة الإلحاد " ويقصد به الإنكار التام لوجود الله وإحلال إيمان آخر محل الإيمان به أو اتخاذ موقف إنكاري على الإطلاق لكن بالتحليل البسيط ينكشف لنا أن الإلحاد تعبير عن رغبته في التحرر والاستقلال وعدوان على مجمع بمهاجمة مقدساته وإنكار الله"¹.

إن هذه الكتابات وغيرها والتي تدور معظمها حول اليقظة أو الشك الديني في مرحلة المراهقة، تجعلنا نتساءل كيف للمراهق تربي وترعرع في أسرة تعلمه المبادئ والقيم والشعائر الدينية الصحيحة وليقع له بعد ذلك شك في تلك المبادئ العقائدية التي ترسخت منذ الصبا في قلبه، وعليه يمكن القول بأن مرحلة المراهقة هي مرحلة نشاط وحيوية ومحاولة لفهم الأمور الدينية.

2- أنواع وحاجات ومشكلات المراهقة:

2-1- أنواع المراهقة:

في الواقع انه ليس هناك نوع واحد من المراهقة فلكل فرد نوع خاص به حسب ظروفه الجسمية والاجتماعية والنفسية والمادية وحسب استعداداته الطبيعية، فالمراهقة إذا تختلف من فرد إلى آخر ومن بيئة إلى أخرى ومن سلالة إلى سلالة، كذلك باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق، فهي في المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر كذلك تختلف في المجتمع المدينة عنها في المجتمع الريفي كما تختلف في المجتمع المتزمت الذي يفرض الكثير من القيود والاعلال على نشاط المراهق، عنها في المجتمع الحر الذي يتيح للمراهق فرص العمل والنشاط، وفرص إشباع الحاجات والدوافع المختلفة.

¹ - نفس المصدر ص 346.

الفصل الثاني: المراهقة

والجدير بالذكر أن النمو الجنسي الذي يحدث في المراهقة ليس من شأنه ان يؤدي بالضرورة إلى أزمات للمراهقين ، ولكن دلت التجارب على ان النظم الاجتماعية الحديثة التي يعيش فيها المراهق هي المسؤولة عن حدوث أزمة المراهقة. فلقد دلت الأبحاث التي أجرتها مارغريت ميد (وهي من علماء الانثروبولوجيا الاجتماعية) في المجتمعات البدائية ان المجتمع هناك يرحب بظهور النضج الجنسي، وبمجرد ظهوره يقام حفل تقليدي ينتقل الطفل بعده من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرجولة مباشرة، ويترك فورا السلوك الطفيلي ويتسم سلوكه بالرجولة، كما يعهد إليه المجتمع بكل بساطة مسؤوليات الرجال، ويشاركهم فيمت يقومون به صيد ورعي وبذلك يحقق استقلالاً اقتصادياً واجتماعياً وفوق كل هذا يسمح له فورا بالزواج وتكوين الأسرة ومن ثم يتمكن من إشباع الدافع الجنسي بطريقة طبيعية. وبذلك تختفي مرحلة المراهقة في هذه المجتمعات البدائية الخالية من الصراعات التي يقاسي منها المراهق في المجتمعات المتحضرة. فالانتقال من الطفولة إلى الرجولة في المجتمعات البدائية انتقال مباشر.

أما في المجتمعات المتحضرة فقد أسفرت الأبحاث عن ان المراهقة قد تتخذ أشكالاً مختلفة حسب الظروف الاجتماعية والثقافية التي يعيش في وسطها المراهق وعلى ذلك فهناك أشكال مختلفة للمراهقة منها:¹

1- مراهقة سوية خالية من المشكلات والصعوبات.

2- مراهقة انسحابية: حيث ينسحب من مجتمع الأسرة ومن مجتمع الأقران ويفضل الانعزال والانفراد بنفسه حيث يتأمل ذاته ومشكلاته.

3- مراهقة عدوانية: حيث يتسم سلوك المراهق فيها بالعدوان على نفسه وعلى غيره من الناس والأشياء.

¹ - عبد الرحمان محمد العيسوي، تصميم البحوث النفسية والاجتماعية والتربوية، ط1 ، دراسات في تفسير السلوك الإنساني، ، دار راتب الجامعية ، بيروت، 1999 ص 107-108.

الفصل الثاني: المراهقة

2-2- الحاجات:

الحاجة أمر فطري في الفرد أودعها الله عوجل فيه ليحقق مطالبه ورغباته ومن أجل أن يحقق توازنه النفسي والاجتماعي ويحقق لنفسه مكانة وسط جماعته، وفي الوقت نفسه تعتبر الحاجة قوة دافعة بالفرد على العمل والجد والنشاط وبذل جهد وعدم إشباعها يوقع الفرد في العديد من المشاكل، وعليه فالحاجة تولد مع الفرد وتستمر معه إلى وفاته وتتنوع وتختلف من فرد إلى آخر ومن مرحلة زمنية لأخرى، وعلى الرغم من تنوع حاجات الفرد إلا أنها تتداخل فيما بينها فلا يمكن فصل المراحل العمرية فان لمرحلة المراهقة حاجات يمكننا توضيح بعضها فيم يلي:

2-2-1 الحاجة إلى الغذاء والصحة:

إن النمو الجسمي المتكامل يضمن نمو متكاملًا متزنًا في جميع جوانب شخصية الفرد، ولذا فان الحاجة إلى الغذاء ذات تأثير مباشر على جمع الحاجات النفسية والاجتماعية والعقلية ولاسيما في فترة المراهقة حيث ترتبط حياة المراهق وصحته بالغذاء الذي يتناوله ولذا يجب على الأسرة ان تحاول إشباع حاجاته للطعام والشراب وإتباع القواعد الصحية السليمة لأنها السبيل الوحيد لضمان الصحة الجيدة" وعلم الصحة يحدد كميات المواد الغذائية التي يحتاج إليها الإنسان من ذلك، مثلا ان الغذاء الكامل للشخص البالغ يجب ان يشمل على 450 غ مواد كربوهيدراتية، 70 غ مواد دهنية حيوانية نباتية و100 غ مواد بروتينية، أما المشروبات فأفضلها الماء النقي وهو الذي يحتوي على بعض الأملاح المعدنية والتي لاغني عنها حياة الإنسان ويجب دائما ان يكون تناول المرطبات باعتدال"¹.

ولما كانت مرحلة المراهقة مرحلة نمائية سريعة فان هذا النمو يحتاج إلى كميات كبيرة ومتنوعة من الطعام لضمان صحة جيدة والذي لا بد على الأسرة ان تامة للمراهق غير ان هذا لا يعني ان جميع الأسر في العالم الثالث تعيش حالة من

¹ - موسوعة التغذية وعناصرها، الشركة الشرقية للمطبوعات، بيروت 1982 ص 38.

الفصل الثاني: المراهقة

انخفاض مستوى دخل رب الأسرة وعدم كفايته لحاجيتها اليومية إضافة إلى ارتفاع عدد أفراد الأسرة وانخفاض الوعي الصحي والبيئي، كل هذا شأنه ان يجعل المراهق يعيش مشكلات عديدة.

2-2-2 الحاجة إلى الاستقلال:

يعد المراهق في الشريعة رجلاً أو امرأة مكلفين حيث مع بداية البلوغ الجنسي والعقلي إلا وتبدأ معه مسؤولية الشرعية فيحاسب على كل أمر يقترفه فيدخل المراهق بذلك زمرة المكلفين وهذا الأمر بالذات يساعد المراهق على الشعور بالمسؤولية اتجاه نفسه وغيره كما يساعده ذلك على تقبل دور الاجتماعي المناسب لنموه ولعل من أبرز مظاهر الحياة اليومية النفسية في فترة المراهقة الرغبة في الاستقلال عن الأسرة وميله نحو الاعتماد على نفسه ويعد الاستقلال من الصفات التي يناشدها المراهق بدرجة كبيرة " ولكن المجتمع الذي نعيش فيه يحفل بالكثير من الأمور التي تتناقض مع هذا الاستقلال المبكر وأول العقبات في هذا السبيل الناحية الاقتصادية"¹ ولهذا نجد المراهق في هذه الفترة بالذات يسعى للاعتماد على نفسه من خلال البحث عن العمل يضمن له دخلاً خاصاً به وذلك من أجل تلبية حاجاته ورغباته الملحة ليحقق بذلك شيئاً من الاستقلال الاقتصادي، هذا ليدعم استقلاله المنشود والذي يسعى إليه دائماً في هذا، يقول فاخر عاقل " حريص على تحمل مسؤولياته التي تظهره بمظهرة المستقل الذي يمكن الاعتماد عليه من حيث القدرة والنضج"².

وبذلك نجد ان الاستقلال الذي يناشده الفرد في هذه المرحلة هو استقلال جزئي أو ظاهري فقط، لأنه ما دام مرتبطاً مادياً بالوالدين فيبقى الاستقلال ظاهرياً أما الاستقلال الذي يحلم به المراهق اليوم وخصوصاً في الدول العربية هو ان يكون حراً ويفعل ما يشاء، الأمر الذي أدى بالدكتور السيد شخص إلى القول " بان الشباب اليوم ولاسيما العربي

¹ - زيدان محمد مصطفى، النمو النفسي للطفل والمراهق مصدر سبق ذكره ، ص 58-59.

² - فاخر عاقل، علم النفس التربوي، ط2 ، دار العلم للملايين ، بيروت 1985، ص 123.

الفصل الثاني: المراهقة

منه قد أدى به سوء فهم الاستقلال إلى الفوضى والتمرد الذي يصل إلى حد الخروج عن الأدب أحيانا، لقد فهم

الكثير من الشباب الحرية على أنها فوضى والخروج عن العرف والعادات والتقاليد والتحرر من كل قيد"¹.

وهكذا يتبين لنا النزعة للاستقلال التي تبرز للمراهق تعتبر شيئا فطريا وخطوة هامة نحو النضج الاجتماعي والعلائقي،

ومن ثم وجب على الآباء تشجيعهم عليه لكن في إطار موجه سليم وصحيح بدلا من كبته.

2-2-3 الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية:

إن شعور المراهق وإحساسه بالتقدير من طرف جماعته، وان أسرته ومجتمعه يويه مكانة اجتماعية مناسبة للنمو ذات

تأثير كبير على شخصيته وعل سلوكه، فهذا الأمر ينمي فيه قدرة دافعة على صرف كل قدرته وطاقته لصالح أسرته

ومجتمعه، ولذلك تبرز حاجاته إلى التقدير والمكانة الاجتماعية.

فالمراهق يريد ان يكون شخصا هاما في جماعته وان يعترف به كشخص ذي قيمة يتوق إلى أن يكون له مكانة بين

الراشدين وأن يتخلى على موضعه كطفل ولذلك فليس غريب ان نرى ان المراهق (...). يقوم بالأعمال

التي يقوم بها الراشدون متبعا طرق وأساليبهم"². ان مرحلة المراهقة مرحلة مذخورة بالطاقات التي تحتاج إلى توجيه

جيد ولذا فالأسرة الحكيمة والمجتمع السليم هو الذي يعرف كيف يوجه هذه الطاقات لصالحه ويستثمرها أحسن

استثمار.

1 - عبد العربي السيد شخص، علم النفس الاجتماعي، دار القاهرة للكتب والطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة 2001 ص 162.

2 - فاخر عاقل، علم النفس التربوي، مصدر سبق ذكره، ص 125.

الفصل الثاني: المراهقة

2-2-4 الحاجة إلى القيم:

تعتبر القيم عماد الأمة وسنام نظامه، وإذا ما حدث أي خروج عن هذه القيم سوف تحتل الشخصية الفردية ويختل المجتمع بأكمله، والمراهق كفرد يحتاج إلى القيم والمبادئ التي يتمسك بها حتى لا يحد عن الطريق السوي، فكثير ما تصطدم حالات المراهق ورغباته بالقيم والتقاليد والأعراف الاجتماعية، ولعل أهم ما يستولي على تفكير المراهق في هذه المرحلة الرغبة الجنسية وهو دافع ملح وقوي ولعل ما يزيد هذا الدافع قوة " وسائل الإعلام، السينما، الإذاعة، والتلفزيون والكتب والمجلات الخليعة ودورها في إثارة لدوافع الجنسية، ويتضح أمامنا خطر انتشار أفلام الإثارة والإغواء التي تلعب بمشاعر الشباب وتوقظها وهي منتبهة يقظة، وهي أفلام يدور الكثير منها حول الجنس دون الالتجاء إلى فكرة أو موضوع هادف¹.

وهنا بالذات تشتد حاجة المراهق إلى القيم فيسبب التناقض بين المبادئ الدينية الخليقة التي ان بها منذ الصغر وبين ما يراه الآن ممارسا بواسطة الكبار من حوله"². ان الدافع الجنسي أمر ضروري لكل فرد ولاسيما في فترة المراهقة ولا نظن ان هناك شيء أودع في فطرة الفرد تؤدي به مشاكل واضطرابات وعقد نفسية كما يدعي فرويد وإتباعه، لان الله سبحانه وتعالى قد شرع الزواج كحل أساسي لهذا الدافع وعلى هذا الأساس فان المراهق محتاج إلى قيم أصيلة ليواجه بها الدافع وغيرها من الدوافع الأخرى حتى لا يلجأ إلى الممارسات المنحرفة واللامشروعة.

2-2-5 الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق:

من مميزات مرحلة المراهقة النمو العقلي كما ذكرنا سابقا حيث تفتتح القدرات العقلية من ذكاء وتخيل وتفكير وغيرها ولهذا تزداد حاجة المراهق إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق، فيميل المراهق إلى التفكير والنظر في الكائنات وحوله

¹ - ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن والريف دار المعارف ، مصر 1971.

² - السيد زعبلاوي، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس ، مرجع سبق ذكره ، ص 414.

الفصل الثاني: المراهقة

وجمع الظواهر الاجتماعية المحيطة به التي تستدعي اهتمامه وانتباهه فتكثر تساؤلاته واستفساراته عن بعض القضايا التي تستعص على عقله حينها يطيل التفكير فيها، وفي نفس الوقت يريد إجابات على أسئلته إذا من واجب الأسرة ان تلبى هذه الحاجة وذلك من اجل ان تنمي تفكيره بطريقة سليمة وتُجيب على أسئلته دونما أي تردد¹.

2-2-6 الحاجة إلى أنواع النشاط:

" يحتاج المراهق إلى أنواع النشاط المختلفة والتي تضم الإعداد من الجماهير، كالحفلات، الرحلات، المعسكرات والمباريات كما أنهم يحتاجون إلى التفرد الذي توفره جماعات الصداقة الصغيرة من جهة ومن جهة أخرى يحتاجون إلى الفرص التي توفرها نشاطات التجمعات الكبيرة للهروب ولفترة معينة من الصراعات الداخلية، كما يحتاجون إلى معونة الجماعات الصغيرة في مواجهة الواقع"².

كما يحتاج المراهق لمختلف أنواع النشاط الرياضي الثقافي والترفيهي الذي يجد فيه متنفسا لمشكلاته خاصة ان المراهق يتميز في هذه الفترة بطاقة وشحنة هائلة يريد تفريغها، وتكون مختلف هذه النشاطات وسيلة في ذلك كما انه في هذه المرحلة يتميز بالانطلاق الفكري، ويريد ان ينهل من كل شيء حتى يشبع فضوله وتسمح له النشاطات المختلفة وخاصة منها الجماعية في التعرف على نفسه في علاقته بالمجتمع ولقد تبين من خلال دراستنا ان أغلبية المراهقين يقضون أوقات فراغهم في الشارع.

3- الاتجاهات الأساسية المفسرة لظاهرة المراهقة:

تعددت الدراسات حول تفسير ظاهرة المراهقة في محاولة إطارا نظريا لدراسة هذه المرحلة من النمو، فلقد كان الاعتماد من قبل على المذكرات الخاصة وبعض المؤلفات الأدبية والأعمال الفنية، ولكن هذه المعرفة كانت مجرد

1 - - ميخائيل إبراهيم أسعد ، مشكلة الطفولة و المراهقة ، دار المعرف ، مصر ، 1971 .

2 - محمود حسن ، مقدمة في علم الاجتماع ، ط2 ، منشورات ذات السلاسل القوية ، د ت ، ص 283 .

الفصل الثاني: المراهقة

تأويلات يفتقد إلى الدقة، إلا ان أول عمل علمي حول موضوع المراهقة يعود إلى براير (PREYER) عام

1881 م وهو بعنوان "روح الطفل" ويليه كتاب (BRENHAM) "دراسة المراهقة

(STADY OF ADOLESCENCE) وفي هذه الأثناء كان العلماء يعتبرون المراهقة الفصل الأخير من

الطفولة، لكن سرعان ما راحوا يفرّدون لها فصلاً خاصاً لاسيما مع ستانلي هول (stanley hall) في كتابه

"المراهقة" الذي تأثر بأفكار داروين و لامارك حول التطور ثم تبعه تلاميذه من بعده (...). حتى أصبح للمراهقة

اهتمام عالمي فأصبح للمراهق اهتمام عالمي فأصبح علما قائما بذاته يدعى (hebelogie)¹.

وعلى هذا الأساس تعدد الآراء والأفكار والتعارف والاتجاهات في دراسة المراهق، لدرجة أصبح من العسير اعتماد

تعريف دقيق لهذه المرحلة يؤخذ كمجال للدراسة، وهذا ما أدى إلى ظهور بعض الاتجاهات التي اهتم كل منها بجانب

من جوانب هذه المرحلة.

3-1- الاتجاه البيولوجي أو العضوي:

لقد برز فرع من علوم النفس المراهقة كفرع من فروع علم النفس (...). على يد العالم الأمريكي ستانلي هول حوالي

سنة 1882م². ويذهب أصحاب هذا الاتجاه إلى ربط سلوك المراهق بمختلف التغيرات الفيزيولوجية التي تطرأ عليه

خلال مرحلة المراهق وعليه فان الدراسات التي ظهرت فيما بعد تعتبر المراهقة حلقة من الحلقات المتصلة بنمو الكائن

البشري بشكل عام، وبهذا فلقد انطلقت الدراسات البيولوجية للمراهقة في أمريكا مع كل من العالمين ستانلي هول

وحيزل (gesell) مركزة على عمليات النمو الجسمية والجنسية إلى جانب الملاحظات الطبية معتبرة ان الحياة

1 - عبد الغني ديدني، التحليل النفسي للمراهقة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت 1995 ص 17.

2 - مريم سليم، علم النفس النمو، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت ص 379.

الفصل الثاني: المراهقة

النفسية عند المراهقين يحددها النمو البيولوجي¹ حيث يقول ستالي هول " ان التغيرات السلوكية التي تحدث خلال فترة المراهقة تخضع كلية لسلسلة من العوامل الفيزيولوجية التي تحدث نتيجة إفراز الغدد"² وهناك من وضعها بأنها " فترة التحول الفيزيقي نحو النضج وتقع بين بداية سن النضج وبداية مرحلة البلوغ"³.

الازدياد المفاجئ في أبعاد الجسم من حيث الطول والوزن وخصوصيات عند الذكور الذين يشعرون بأنهم أصبحوا راشدين.

ظهور الخصائص الجنسية الثانوية بعد استكمال الخصائص الجنسية الأولية، وبهذا يصبح النضج عاما لدى جميع أفراد الجنس البشري، فهو محرك النمو الداخلي الذي تحدده الخلايا التناسلية⁴، وكان من اشد إتباع نظرية "هول" عالم النفس الأمريكي "جيزل" الذي أكد على أهمية النضج البيولوجي في النمو.

3 -2- الاتجاه النفسي (السيكولوجي):

يرجع الاتجاه النفسي سلوك المراهق وكل ما ترتب عنه من ردود أفعال أساسا إلى النمو الجنسي فقد استرعى الفرويديون وسواهم الانتباه إلى ان الطفل قد يكون لديه إلهام وفضول جنسيان، وبلوغ الطفل سن المراهقة فان الحاجات تقوي وتزداد والتغيرات التي تحصل في الفترة المراهقة لها آثارها النفسية على الذكور وعلى الإناث على حد سواء وهذه التغيرات هي الحاصلة على مستوى الجسم وما يترتب عنها من انعكاسات على شخصية المراهق، وتذهب مدرسة الاتجاه النفسي إلى المشكلات الجنسية بأنواعها المختلفة مرتبطة بنمو الفرد الجنسي وعلاقته بالبيئة التي نشأ فيها، وان أهم هذه المشكلات هي مشكلات التكيف التي يتعرض لها المراهق في حياته اليومية والتي تحول

1 - نفس المصدر ص 379.

2 - زيدان محمد مصطفى، النمو النفسي للطفل والمراهق، مرجع سبق ذكره، ص 157.

3 - محمد عاطف غيث، المشاكل الاجتماعية والسلوك الأخرابي، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية دت ن ص 18.

4 - مريم سليم، علم النفس النمو مصدر سبق ذكره.

الفصل الثاني: المراهقة

بينه وبين التكيف السليم، وخاصة علاقته بالراشدين وخصوصا الآباء ومكافحة التحرر من سلطتهم بقدر الوصول إلى مستوى الكبار من حيث المركز والاستقلال، وهنا يزيد الصراع لان رغباته ليست نفسية فقط وإنما هي دوافع حسية لا يمكن إشباعها، فيحاول المراهق بقدر الإمكان تجنبها أو بالأحرى رفضها لأنه غير مستعد لها نفسيا وجسديا، وكل محاولاته لإشباع الجنسي لا يؤدي به للمتعة بل إلى التوتر نتيجة كبت هذه النزعات في أعماق نفسه، وهذه النزاعات ما هي إلا نتيجة البلوغ الجنسي.

كما أن أصحاب الاتجاه النفسي يرجعون كل المشكلات والنزاعات التي تحصل للمراهق، وكل سلوك يصدر عنه أو ردة فعل فمرده إلى عمليات جنسية مستمرة منذ الطفولة وعقدة أوديب والصورة الأبوية فكل هذه العوامل تنتج إشكالات عديدة في تحديد الشخصية، ولقد وصف المراهق من قبل العلماء وأصحاب هذا الاتجاه "بأنها فترة ولادة جديدة لما تطرأ على تفكير المراهق من تأمل (...). وهو يمر بمرحلة بيولوجية لها أثارها البارزة في تكوينه الجسمي وعلى هذا الأساس يبنى أصحاب الاتجاه السيكولوجي أفكارهم وآراءهم واعتبروا مرحلة المراهقة هي مرحلة للتحويلات النفسية.¹

3 -3- الاتجاه الاجتماعي:

ويقوم هذا الاتجاه على فكرة الاختلاف في الأنماط الثقافية والتنشئة الاجتماعية الحضارات المختلفة. فإذا كان الاتجاه الايدولوجي يرجع سلوك المراهق إلى التغيرات الفيزيولوجية ويرجعها الاتجاه النفسي لأسباب نفسية، فان الاتجاه الاجتماعي عن أهمية البيئة الثقافية في تحديد دوافع السلوك ولقد ذهب علماء الاجتماع في تعريفهم لمفهوم المراهقة على أنها "فترة تختلف في تشكيلها ومضمونها ووحدها من مجتمع إلى آخر ومن حضارة لأخرى".

1 - عبد الغني ديدى، التحليل النفسي للمراهقة، مصدر سبق ذكره ص 198.

الفصل الثاني: المراهقة

ومن خلال هذا التعريف استطاع أصحاب الاتجاه الاجتماعي إبراز قيمة واثر البيئة الاجتماعية والحضارية على شخصية المراهق، فالمرهق كفرد يمر على ظروف اجتماعية وحضارية وثقافية هي التي تؤثر على شخصيته بشكل مباشر.

وهم بذلك لا يرجعون ما يمر به المراهق من قلق واضطراب وصراع داخلي إلى التغيرات التي تحدث على المستوى الفيزيقي الخارجي وإنما مرد ذلك يعود إلى درجة التعقيد التي يعيش في كنفها المراهق داخل مجتمعه، ولعل هذا ما دعي بالجسماني إلى وصف المراهقة " بأنها ظاهرة حضارية يرجع إلى طبيعة الاهتمام بها، اهتماما اتخذ طابع التركيز والتخصص لتفانقهما وفق منطلقات جديدة وفي ضوء معايير لم تكن مألوفا في القرون الخالية وإذا ما نعتت المراهقة أحيانا بأنها فترة الأزمنة النفسية فما مر هذا النعت إلا انه يقيسها بمستويات الظواهر الحضارية التي يجي المراهق في ظلها، وضمن إطارها حينما تدعو الحال إلى ان يمر المراهق هذا بمراحل إعداد طويلة (...). ليصبح مؤهلا للإسهام في التنمية والاطلاع بمسؤولياته الاجتماعية"¹. وحسب آراء المفكرين المستخلصة من الدراسات والبحوث الاجتماعية للمجتمعات المختلفة فان النظر إلى هذه المرحلة ومدتها يختلف باختلاف طبيعة المجتمع، ففي المجتمعات البدائية مثلا تتميز بالبساطة وقلة التعقيد فيما يخص شكلية علاقاتها الاجتماعية يستطيع المراهق الاندماج والتوافق بكل سهولة مع وسطه الاجتماعي فهو غالب ما يتحمل المسؤولية مبكرا من حيث العمل والزواج وتكوين الأسرة وتحمل الأعباء مما يجعل مدة هذه المراهقة اقل نسبيا من المراهقة في المجتمعات الحديثة والمتقدمة والتي تتميز عموما بالتعقيد الشيء الذي يتطلب من المراهقة أعدادا علميا وماديا للحصول على مكانة اجتماعية مقبولة تؤهله لتحمل أعباء الحياة، ولعل هذا ما أكده أصحاب الاتجاه الاجتماعي في وصفهم للمراهقة بأنها ظاهرة حضارية والثقافية التي يعيشها.

1 - نفس المصدر ص 198 .

الفصل الثاني: المراهقة

3-4- الاتجاه التكاملي:

يعتبر هذا الاتجاه اتجاها تكامليا لأنه يجمع بين الاتجاهات الثلاثة السابقة الذكر وهي الاتجاه العضوي والنفسي والاجتماعي حيث اعتم بجميع الاتساق أو الجوانب التي تحدث تغييرا في حياة المراهق فهذا الاتجاه لم يركز على جانب من الجوانب السابقة الذكر كما انه لم يهمل أي جانب أيضا ومن أهم هذه التعارف ما يلي:

المراهقة" تحديدا هي مجموعة من التغيرات النفسية والجسدية والاجتماعية التي تحصل بين نهاية الطفولة الثانية وبين الرشد"¹.

والمراهقة أيضا " هي مرحلة النضج العقلي والانفعالي والاجتماعي "².

ومن خلال هذين التعريفين للمراهقة - نظرا لتعددتها وكثرتها - نجد أن هناك تباينا واضحا بين آراء واتجاهات العلماء والدارسين فيما يخص نظرتهم لمفهوم المراهقة، فمن العلماء من ركز في تعريفهم في مفهوم المراهقة على الجانب البيولوجي الفيزيقي، بحيث لم تفرق هذه الفئة بين فترة البلوغ وفترة المراهقة وبذلك اعتبارهما مترادفتان، أو ذات معنى واحد، ولاسيما أصحاب الاتجاه الأول، غير انه في حقيقة الأمر هناك فرق بين المفهومين، ويكمن الفرق بينهما في ان البلوغ هو مرحلة من مراحل النمو الفيزيولوجي العضوي التي تسبق المراهقة وتحدد نشاطاتها وفيها يتحول الفرد من كائن لا حسي إلى كائن حسي³.

¹ نفس المصدر، ص 7.

² - عبد الرحمان العيسوي، التربية النفسية للطفل والمراهق، دار الراتب الجامعية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، 2000 ص 63.

³ - محمد فؤاد البهي، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي القاهرة 1975 ص 270

الفصل الثاني: المراهقة

وهناك من دعم هذا القول وذكر بان البلوغ " هو الذي يركز على الإبعاد الفيزيولوجية والجسمية والصفات الجنسية والثانوية¹ ولقد تم التفريق بين هذين المفهومين من طرف د ميخائيل معوض قال " البلوغ يقتصر معناه على النمو الفيزيولوجي والجنسي وهي مرحلة على التناسل تسبق المراهقة وفيها تنضج الغدد التناسلية ويصبح الفرد قادرا على التناسل والمحافظة على نوعه واستمرار رسالته"² وعليه فإننا نستخلص الفرق الواضح والجلي بين البلوغ والمراهقة وعلى الرغم من وجود بعض الآراء التي تجعلها مفهوما واحدا، فان هذا الاعتقاد يكون صحيحا من الناحية النظرية حيث يشير المفهومان تقريبا إلى مرحلة زمنية واحدة متقاربة لا يمكن الفصل بينهما، لأنهما متداخلان ومتصلان ومتقاطعان في بعض الأحيان، إذ لا تستطيع عند رؤية أي فرد، ان تميز بين بلوغه ومراهقته غير ان البلوغ تحدده مؤشرات، تظهر في الناحية الجسمية والجنسية في حين نجد ان المراهقة مرحلة لا يمكن ضبطها لأنها مرحلة سلوكية نفسية اجتماعية. أما أصحاب الاتجاه النفسي فيركزون على المفاهيم النفسية فهي إضافة إلى التغيرات البيولوجية فإنها تؤكد على التغيرات النفسية أكثر، فهذه المفاهيم تؤكد على ما ينتاب المراهق من اضطرابات نفسية وضغوط وقلق وتمرد يعيشه المراهق داخل أسرته نجده سعيدا متفائلا أحيانا فينقلب فجأة إلى فرد يعيش متشائم، نجده كريما في إحدى اللحظات وأنانيا في اللحظة الموالية، الأمر الذي جعل أصحاب الاتجاه النفسي يركزون على هذا الجانب.

إن هذه المظاهر السلوكية والانفعالية التي تنتاب الفرد أبان هذه المرحلة قد يعود جزء منها إلى التغيرات التي تحصل على المستوى الفيزيولوجي الداخلي، والتي تنشأ من خلال وقوع خلل واضطراب في عمل الغدد الصماء وتوازنها، وبالتالي يؤدي إلى حدوث بعض الانفعالات، أما الجزء الأخر من الانفعالات فيعود إلى وجود اضطراب وخلل في تنشئة المراهق وعدم فهم المحيطين به لخصائص هذه المرحلة ومتطلباتها فبعدها كان الفتى أو الفتاة يعيشان في كنف الأسرة مدللين تتمركز حولها الأعين، تتغير فجأة ودون سابق إنذار الحياة من حوليهما، فيصبح الفتى رجلا بالغاً يافعا

1 - عبد الغني الديدي، التحليل النفسي للمراهقة ، مصدر سبق ذكره ، ص 11.

2 - ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن والريف دار المعارف ، مصر 1971 ص 329.

الفصل الثاني: المراهقة

والفتاة امرأة مسئولة، وبذلك يصبح كل منهما مسئولا شرعا وقانونا عن أفعاله، ويقف الاثنان موقف حيرة من نفسيهما لا هما بالأطفال ولا بالراشدين، وتنهال عليهما فجأة الأوامر والنواهي.

أما المفهوم الاجتماعي للمراهقة والذي سيركز بصفة أساسية على تأثير البيئة الاجتماعية والحضارية على الفرد، وان المراهقة ما هي إلا انعكاس لكل ما في المجتمع من قيم على الشخصية، وان التعريف التي أوردتها أصحاب هذا الاتجاه والتي لم يذكر فيها كل من التغيرات البيولوجية والنفسية التي تحصل في هذه الفترة، وتتغير فيه ملامح الطفولة غالى شكل أكثر نضجا إذ انه وبدخوله إلى مرحلة جديدة توحى بأنه قد أصبح في طور أكثر قدرة على مجابهة المواقف الصحية، فكيف لنا ان نميز ونفرق بين بلوغ الفرد ومراهقته من عدمها ما لم يطرأ تغير على شكله الخارجي ويبرز هنا دور الأسرة في تنشئة المراهق وإبلاغه ان بلوغ الفرد يعني ان فكرة وفهمه للحياة يجب أن يناسب سنه.

أما المجموعة الرابعة فضمت مجموعة من التعاريف التي تعتبر تكاملية في مجملها لأنها جمعت تقريبا بين الاتجاهات الثلاثة والتي وان كانت صائبة في مجملها إلا أنها لم تستوف الغرض المطلوب.

5 - علاقة الأستاذ المربي بالمراهق :

علاقة الأستاذ بالتلميذ تلعب دورا أساسيا في بناء شخصية المراهق بدرجة يمكن اعتبارها المفتاح للوصول إلى نجاح تعليمي أو فشله إذ يعتب التلميذ مرآة تعكس تأثره و إقتدائه به ، فعلاقة الأستاذ بالتلميذ يجب أن تكون مبنية على أساس الإحترام و المحبة لا على أساس السلطة و السيادة فالمعلم الناجح عليه أن يكون قادرا على التأثير بصفة بناءه في حياة التلميذ

و من الطبيعي أن يؤدي الأستاذ دوره في توجيه المسار النهائي و يساعده على إكتشاف قدراته العقلية و تحقيقها و مساعدته على الصمود أمام العراقيل و المشاكل في حياته الخاصة .

الفصل الثاني: المراهقة

1-5 - علاقة المراهقة بالممارسة الرياضية :

لكل فرد في المجتمع دوافع و أسباب واضحة للقيام بعمل ما و لقد حدد الباحث " " أهم الدوافع

المرتبطة بالنشاط الرياضي و قسمها إلى نوعين أساسين :

1-1-5 - الدوافع المباشرة :

* المتعة الجمالية بسبب الرشاقة و جمال الحركات كما في الجنباز و التزلج.

* الإحساس بالرضا و الإشباع بعد نشاط عضلي يتطلب جهدا وقتا خاصة عند تحقيق النجاح .

* الشعور بالإرتياح كنتيجة للتعب من جراء التدريبات الصعبة و الشاقة و التي تتطلب المزيد من الشجاعة و الإرادة

* الإشتراك في المنافسات الرياضية و التي تعتبر ركن من أركان النشاط الرياضي .

2-1-5 - الدوافع الغير مباشرة :

* محاولة اكتساب الصحة و اللياقة البدنية عند ممارسة النشاط الرياضي .

* ممارسة النشاط البدني لإسهام في رفع قدرات الفرد على العمل و الإنتاجية .

* الوعي بالشعور الإجتماعي الذي تقوم به الرياضة إذ يرى الفرد بإنتمائه إلى النوادي الرياضية إذ يمثلها رياضيا و

إجتماعيا

كما قام المفكر محمد حسن علاوي بتعرف على النشاط الرياضي للأصحاب المستويات العالمية من الذكور و الإناث

فختار عينة عشوائية من اللاعبين و اللاعبات تمثلت دوافعهم فيمايلي :

الفصل الثاني: المراهقة

* نمو الشخصية .

* تحسين المستوى الرياضي و البدني و إكتساب نواحي عقلية و نفسية¹ .

*1 إكتساب السمات الخلقية .

* التشجيع الخارجي .

5-2 الممارسة الرياضية و أثرها على الفترة العمرية (12-15 سنة) :

تمتاز هذه المرحلة بمرحلة الإتقان وزيادة سرعة الزمن الفاصل ما بين المثير و الإستجابة مما يجعل قابلية التعلم للمراهق كبيرة و تزداد المهارات الحسية الحركية بصفة عامة ، وهذا ما يجعل تنمية بعض القدرات البدنية ضرورة ملحة كالقوة البدنية و التحمل فالممارسة الرياضية المستمرة تجعل المراهق يسعى من أجل تحسين أدائه وهو دافع مباشر لأفراد هذه المرحلة بحيث يصبح النشاط البدني الرياضي المقترح من طرف الأستاذ يجب أن يعتني بجوانب عدة من بينها إشباع غريزة الإجتماع لدى التلاميذ من المشاركة في إعداد الحصة و إختيار النشاط و الجماعة التي تناسبه ، فتنمي له روح المبادرة و الأخذ بزمام الأمور و تحمل الأمور و تحمل المسؤولية²

¹ - محمد حسن ،علاوي علم النفس الرياضي ، ط8 ، دار المعارف القاهرة ، 1994

² - جوادي خالد ، العلاقات الإجتماعية داخل حصة التربية البدنية و الرياضية للمرحلة ما بين 17-20 سنة ،رسالة ماجستير ، الجزائر ، 2001-200 .

الفصل الثاني: المراهقة

خلاصة:

المراهقة فترة حرجة في حياة الكثير من الأفراد، تعصف بهم في تيارات فكرية متضاربة، ويتعارضون فيها لنوازع وخواطر متباينة، وهي في طبيعتها عنيفة ومؤلمة، يتعرض فيها المراهق لنوع من الضعف والشك والارتباك والتناقض.

ومما سبق نجد ان فترة المراهقة قد استدعت انتباه الكثير من العلماء والباحثين من علماء نفس وتربية واجتماع... الخ، ومهما كانت تفسيراتهم فثمة اتفاق على أنها مرحلة يتحول فيها الفرد من عالم الطفولة الذي يمثل عالما من جميع الجوانب إلى عالم أكثر خصوصية هو عالم راشد ليكون له بذلك دورا بارزا داخل مجتمعه.

فهي مرحلة للنمو والارتقاء من جميع الجوانب لاسيما الجسمية منها والجنسية والعاطفية والعقلية وآلاف عالية والاجتماعية والدينية فيحدث تغير في تكوينه الجسمي وما يصاحب ذلك من اتساع مداركه العقلية وفترة للتقلبات الوجدانية العاطفية والتحويلات العلائقية والاجتماعية ليرز بذلك دوره ومكانته داخل مجتمعه وجماعته وفترة روحية لان المراهق أصبح بذلك مكلف أمام خالقه بأي فعل يقوم به.

وكلها عوامل متداخلة ومؤثرة في بعضها البعض ليشكل بذلك كيان المراهق وشخصيته وهي فترة يحتاج فيها المراهق للكثير من الحاجات وتؤرقه الكثير من المشاكل والعوائق.

الفصل الثالث

التكيف الاجتماعي

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

تمهيد :

إن الإنسان قد يظن وهما و هو يعيش بمفرده ، إنه بهذا السلوك ينشد الراحة ، فتراه يحاول الانتصار على العقاب من أجل الظفر بالسكينة و الهدوء و لكنه ما يكاد يتغلب على الصعاب ، حتى يصبح السكون بالنسبة إليه أمرا عسيرا لا سبيل إلى إحتماله ، لأن الإنسان ما يكاد يخلد إلى الراحة حتى يشرع بالإمتداد ببصره إلى ما ينتظره من الآلام و المخاطر ، حتى إذا أحس بأنه في مأمن من كل المخاطر فسرعان ما يجد نفسه

ولا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية ، الروحية و الحاجات النفسية و الإجتماعية للوصول إلى مستوى مقبول من التكيف و ما ينتج عنه من راحة نفسية و إجتماعية إلا إذا إستطاع تحقيق أكبر إشباع لحاجاته الفطرية و المكتسبة على حد سواء ، و مستوى مقبول من التكيف الإجتماعي .

و مما لا شك فيه أن عدم التكيف الإجتماعي ، يجعل الفرد غير متزن في إنفعالاته و تفكيره و آرائه و معتقداته .

و من هنا قد يسلك سلوكا إجتماعيا غير سوي ، و ينتقد مبادئ و معايير و أهداف المجتمع .

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

1. تعريف التكيف الإجتماعي :

التكيف الإجتماعي هو عبارة عن مفهوم بيولوجي ، حيث يثير إلى العمليات التي بواسطتها يتكيف الكائن الحي¹.

التكيف الإجتماعي هو عملية ديناميكية مستمرة يهدف به الشخص إلى التغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه و بين البيئة ، و بناء على ذلك نستطيع أن نعرف هذه المظاهر بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء و بيئته².

كما يعرف " يوسف مراد " أنه سلوك الفرد كي ينسجم مع غيره من الأفراد خاصة بإتباع التقاليد و الخضوع للإلتزامات الإجتماعية ، أما عندما يواجه الفرد شكله خلقية ، أو يعاني صراعا نفسيا تقتضي معالجته آن يغير الفرد من عاداته و إتجاهاته الجماعية التي كان فيها³ ، و محاولة الفرد إحداث نوع من التوازن بينه و بين بيئته المادية و الإجتماعية و يكون ذلك عن طريق الإمتثال للبيئة و التحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه و بينها⁴.

1 - محمد عاطف نجيب ، " قاموس علم النفس " ، دار المعرفة ، الإسكندرية ، سنة 1989 ، ص 51 .

2 - مصطفى فهمي ، " الصحة النفسية " ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 3 ، 1958 ، ص 329 .

3 - يوسف مراد ، دراسات في التكامل النفسي ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 3 ، 1958 ، ص 329 .

4 - أحمد عزة راجح ، " أصول علم النفس " ، مكتبة الأنجلومصرية ، ط 01 ، سنة 1975 ، ص 29 .

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

و لكن هناك من يرى بأن مفهوم التكيف الإجتماعي و التوافق لها نفس المعنى و يمكن أن يستعمل أحديهما كمرادف للآخر و منهم " مصطفى فهمي " أن العلم النفسي إستعار مفهوم البيولوجي للتكيف و الذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح الهوائية و إستخدم في المجال النفسي و الإجتماعي تحت مصطلح التكيف الإجتماعي أو التوافق.¹

2. إتجاهات التكيف الإجتماعي :

2-1. الإتجاه النفسي :

إن الإتجاه النفسي يؤمن بأن التكيف لا يكون إلا بواسطة إشباع الفرد لحاجاته النفسية و الإجتماعية و الجسمية ، و حسب " شافولورانس " إن الحياة سلسلة من عملية التكيف العجتماعي التي يعدل فيها الفرد سلوكه في سبيل الإستجابة للمواقف المركب الذي ينتج عن حاجاته و قدراته على إشباع هذه الحاجات ، و لكي يكون الإنسان سويا ينبغي أن توافقه مرنا ، و ينبغي أن تكون له القدرة على إستجابات متنوعة تلائم المواقف المختلفة و ينتج في تحقيق دوافعه.²

و كذلك شافر وشوبن " و هما من مؤيدي هذا الإتجاه ، أن الكائن الحي يحاول في البداية إشباع دوافعه بأسهل الطرق فإذا لم يتسنى له ذلك فإنه يبحث عن أشكال جديدة للإستجابة ، إما بإحداث تعديل في البيئة أو تغيير دوافعه ذاتها ، و بهذا تكون الحياه عبارة معن عملية توافق مستمر بالنسبة للكائن الحي .

¹ - مصطفى فهمي ، مرجع سبق ذكره ، سنة 1979 ، ص 10.

² - شافولورانس ، " علم النفس المرضي " ، ترجمة صبري جرجس ، فصل منشور في كتاب ميادين علم النفس ، المجلد الأول ، أشرف على الترجمة " يوسف مراد " ، دار المعارف القاهرة ، 1966 ، ص 36.

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

2-2. الإتجاه الإجتماعي :

يعرف التكيف ضمن هذا الإتجاه أنه " تلك العملة لمعايير التي يقتبس فيها الفرد السلوك الملائم للبيئة أو المتغيرات ، البيئة و بالنسبة لسلوك الفرد هو التغيير الذي يطرأ تبعاً لضرورات التفاعل الإجتماعي و إستجابة لحاجة المرء إلى الإنسجام مع مجتمعه و مسايرة العادات و التقاليد الإجتماعية التي تسود في المجتمع.¹

كما يدعم هذا الإتجاه " كرو كرو / I.D.CROW.ACROW " حيث أشار في كتابيهما أن التكيف يشير إلى مدى قدرة الموضوع " الفرد " على التلاؤم مع الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه في الوقت الذي يستطيع فيه أن يقيم علاقات منسجمة و سوية مع الظروف و الأشخاص الذين يكونون البيئة المحيطة²

2-3. الإتجاه التكاملي (النفسي - الإجتماعي) :

فاتكيف لا يحدث في هذا الإتجاه إلا بالتكامل و تفاعل الفرد و محيطه الإجتماعي ففي هذا المجال يرى البعض أن التوافق يمثل عملية دينامية تتناول السلوك و البيئة الطبيعية الإجتماعية بالتغيير و التعديل حتى يحدث توازن بين الفرد و بيئته .³

كما ترى في هذا الصدد " سمية أحمد فهمي " أن التكيف يتضمن تفاعل مستمر بين الشخص و بيئته فالشخص حاجات و البيئة مطالب ، و كل منهما يفرض مطالبه على الآخر ، ويتم التكيف أحيانا عندما يوضح الشخص إمكانياته البناء فيعدل الظروف البيئية التي تقف في سبيل تحقيق أهدافه و في أغلب الأحيان يكون التكيف حلاً وسيطاً بين هذين الطرفين ، و ينشأ سوء التكيف عندما يفشل الشخص في

1 - أسعد زروق . موسوعة علم النفس . بيروت . المؤسسة العربية للنشر والطبع . بيروت 1974 ص 29

2 - محمد عاطف غيث . قاموس علم الإجتماع . دار المعرفة الجامعية . الإسكندرية 1989 ص 17

3 - كمال دسوقي . علم النفس ودراسة التوافق . دار النهضة العربية للطباعة والنشر . بيروت 1974 ص 29

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

تحقيق مثل هذا الحل الوسيط ، فتسوء صحته النفسية لأن مفهوم الصحة النفسية عند البعض يتمثل في قدرة الشخص على التوافق بين رغباته و أهدافه من جهة ، و بين الحقائق و المادية و الإجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى .¹

3. أنواع التكيف الإجتماعي :

3-1. التكيف الذاتي :

و يقصد بذلك قدرة الفرد على التوفيق بين متطلباته و أدواره الإجتماعية المتصارعة مع الدوافع للوصول إلى الرضا و الإبتعاد عن الصراع ، إذا دور التكيف الإجتماعي الذاتي يمكن في التنسيق بين القوى الشخصية المختلفة لكي تعمل كوحدة لتحقيق أهداف الفرد و لذلك يعتبر الفرد من الصراعات الداخلية ، و من سمات الفرد الغير متكيف ذاتيا التعب النفسي و الجسمي ، و قلة الصبر و سرعة الغضب ، الأمر الذي يؤدي إلى سوء علاقات الفرد الإجتماعية بالآخرين و لعل المدرسة الرواقية من الإتجاهات الفلسفية التي تنادي به التكيف الإجتماعي .

يقول " زينون " بأنه على الإنسان أن يعيش بمقتضى العقل في وفاق مع الطبيعة و خير مثال على التكيف الذاتي هو فبول الطبيب على أن يعمل كمررض في المستشفى إذا لم يستطع إيجاد عمل له كطبيب .²

¹ - سمية أحمد فهمي . مجالات الصحة النفسية في المدرسة . حولية كلية البيئات . جامعة عين الشمس . القاهرة . طبعة عين الشمس العدد 3 . القاهرة 1962 ص 80

² - سعيد عبد العزيز . جودات عزت عطوي التوجيه المدرسي . دار الثقافة للنشر و التوزيع عمان ط سنة 2004 ص 330

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

3-2. التكيف النفسي :

يلجأ الفرد للتكيف النفسي إذا ما شعر باختلال توازن ه النفسي أما لعدم إشباع حاجاته أو تحقيق أهدافه بهدف إعادة التوازن المفقود إلى ما كان عليه حاله من قبل ، و تمر عليه التكيف النفسي في مراحل منها وجود دوافع تدفع الإنسان إلى هدف خاص يسعى إليه و مرحلة وجود عائق يمنعه من الوصول إلى تحقيق ذلك الهدف ، فإذا نجح في ذلك فإنه سيصل إلى الرضا ، أما إذا لم يستطع في ذلك فإنه يلجأ إلى آليات الدفاع مثل أحلام اليقظة أو تعاطي المخدرات أو الكحول .

إن السعادة تنتج من الداخل ثم تنعكس بعد ذلك على بيئته الخارجية .¹

3-3. التكيف الإجتماعي :

يقصد بالتكيف الإجتماعي قدرة الفرد على التكيف مع نفسه الخارجية من أهل و أصدقاء و أبناء الوطن ، و بكل ما يحيط به من عوامل كالطقس و وسائل المواصلات و أجهزة و آلت و قيم و عادات و تقاليد و دين و علاقات إجتماعية و نظم سياسية و تعليمية و إقتصادية .. إلخ ، الذكر بأن الخارجية بيئة متغيرة من حين لآخر ، الأمر الذي يخلق للفرد القلق و الصراع ، التي تعتبر سلوكاته وفقاً لهذه التغيرات ، فإذا إستطاع ذلك أشعر و أحس بالسعادة ، و إذا فشل شعر بالإحباط لذلك فإن التكيف الذاتي و الإجتماعي يتمثل في شعبي الفرد و قدرته على تكوين علاقات إجتماعية سليمة تقوم على الحب و التسامح و الإيثار و الإحترام في جو بعيد عن العدوان و الشك و الإشكال على الآخرين و تجاهل حقوق الآخرين و مشاعرهم

1 - سعيد عبد العزيز . جودات عطوي . نفس المرجع ص331

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

، و هي عملية توافق و يتقارب أدائهم و أفكارهم ، و أن التكيف الإجتماعي يؤدي إلى القضاء على المشاحنات في الجماعات ¹.

3-4. التكيف البيولوجي :

من أمثلة التكيف البيولوجي إطلاق حيوان الحبار (الأخطبوط) أكبر حول نفسه ليضلل عدوه و يساعد نفسه على تجنب الخطر و عدم إفتراسه و تعبير لون الحرب gelas لكي تنجو بنفسها من خطر الموت ، حيث يتغير لونها حسب العشب و الصخور التي تعيش بينها ².

4. شروط التكيف الإجتماعي :

4-1. الراحة النفسية :

إن عدم الراحة النفسية و في أي جانب من جوانب حياة الفرد تحيل حياته إلى جحيم لا يطاق و من أمثلة عدم الراحة النفسية حالات الإكتئاب و القلق الشديد أو مشاعر الذنب أو الأفكار المتسلطة و عدم الإقبال للحياة و التحمي لها ، و لكن ليست معنى الراحة النفسية أنه لا يصادف الفرد أي عقبات أو موانع تقف طريق إشباع حاجاته المختلفة في تحقيق أهدافه في الحيات ، فكثيرا ما يصادف الفرد في حياته اليومية و إنما الشخص المتمتع بالصحة النفسية أو التكيف نفسيا هو الذي يستطيع مواجهة هذه العقبات و حل المشكلات بطريقة ترضاها نفسه و يقرها المجتمع ³.

1 - حسن شحاتة سدافان . أسمى علم الاجتماع . دار النهضة العربية . القاهرة 1956 ص 256

2 - سعيد عبد العزيز . جودات عطوي مرجع سابق الذكر ص 230

3 - مصطفى فهمي " الصحة النفسية " ، دراسات في سيكولوجية التكيف . الناشر مكتبة الخانجي . القاهرة ط2 سنة 1987 . ص 45

4-2. مفهوم الذات :

فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته كما أنها عامل أساس في التكيف الشخصي و الإجتماعي ، فاذات هي فكرة الشخص عن الوظائف النفسية التي تتحكم في السلوك الذي يقوم به و هي نظرة الشخص إلى نفسه بإعتباره مصدر الفعل .

4-3. تقبل الذات و تقبل الآخرين :

يرتبط تقبل الآخرين بتقبل الذات فالشخص الذي لديه الثقة بنفسه و يثق بالآخرين يعتبر أكثر إهتماما و رغبة للإنطلاق و الأخذ بيد غيره كما يكون شديد الرغبة في أن يدع الآخرين يقودونه إلى عوالمهم و يعرضون عليه مشاكلهم الخاصة و يكون على قادرا التفاعل الإيجابي البناء مع الآخرين على الأخذ و العطاء معهم و بهذه الطريقة تكمل الدورة نفسها و يحدث التكيف¹.

4-4. القدرة على ضبط الذات و تحمل المسؤولية :

إن الشخص المتكيف هو الذي يستطيع التحكم في رغباته و يكون قادرا على إرجاء إشباع الحاجات و أن يتنازل عن الذات قريبة عاجلة في سبيل ثوابت ذات أبعد أكثر و أكثر دوما ، فهو الذي يعتبر نفسه مسؤولا عن أعماله و يتحمل هذه المسؤولية عن خاطر طيب و هذه إحدى السمات الهامة في الشخصية المتكاملة و منه التكيف .

- مصطفى فهمي، نفس المرجع، ص48 ص¹49

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

4-5. القدرة على النصيحة و خدمة الآخرين :

من أهم سمات الشخص المتمتع بالصحة النفسية (متكيف نفسيا) ، قدرته على أن يمنح كما أن يأخذ من أي كان من طبقات المجتمع ، فالشخصية السوية و المتكيفة هي التي تساهم في خدمة الإنسانية عامة و تفعل ذلك في حدود إمكانياتها بالطبع.¹

4-6. إتخاذ أهداف واقعية :

إن الشخص المتصف بالصحة النفسية المتكيفة هو الذي يضع أمام نفسه أهدافا و مستويات للطموح و يسعى للوصول إليها حتى لو كانت تبدو له في غالب الأحيان بعيدة المنال فالتكيف المتكامل و السليم ليس معناه تحقيق الكمال ، بل يعني بذل الجهد و العمل المستمر في سبيل تحقيق الأهداف ، لكي يتحقق هذا يجب ألا يكون البعد شاسعا بين فكرة الشخص عن نفسه و بين الأهداف المسطرة لنفسه.²

4-7. إكتساب عادات و مهارات سليمة :

و هي ما يساعد الفرد على إشباع حاجاته من تدريب و إكتساب مهارات مثل الإتصال و التواصل و المهارات الإجتماعية و مهارات حل المشكلات و ضبط الذات و و تأكيدها كلها مهارات تساعد الفرد على التكوين السليم .

¹ - مصطفى فهمي، مرجع سابق الذكر ، ص 49 ص 50

² - سعيد عبد العزيز ، عزت عطوي ، التوجه المدرسي ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، طبعة 01، سنة 2004 ، ص 232.

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

4-8. المسايرة :

تعني مسايرة الفرد للمعايير الإجتماعية في بيئته ، و لقيمته ، و أخلاق العشيرة ، و هي إحدى مظاهر التكيف مع المحيط ، فقد دفع الكثير من الفلاسفة والمفكرين حياتهم ثمنا لمعتقداتهم و مسايرتهم للأفكار التي كانت سائدة في عصرهم و منهم " سقراط " ، و " كوبرنيس " ، و بهذا المعنى فإن التكيف يعني الإستسلام للوصول إلى السلامة و بالتالي التكيف ¹.

5. أشكال التكيف الإجتماعي :

يأخذ التكيف الإجتماعي بعض الإشكال التالية :

- التكيف في مجال الأسرة .
- التكيف في مجال العمل .
- التكيف الروحي .
- التكيف في مجال الدراسة .
- التكيف مع الأصدقاء ².

6. عوامل التكيف الإجتماعي :

إن التكيف عملية ديناميكية مستمرة ، ذات حساسية بالغة إتجاه المؤثرات النابعة من الفرد نفسه ، أو المؤثرات الخارجية و مختلف الحاجات التي تتعلق بكونه إنسانا ، أو لكونه عنصرا في المجتمع الذي يعيش فيه ، حيث دوافع و مطالب الإنسان متواصلة حتى تحقيق أهداف و غايات تختلف من إنسان لآخر ، لكن

¹ - سعيد عبد العزيز ، عزت عطوي ، مرجع سابق الذكر ، ص 233

² - محمد مصطفى أحمد ، التكيف والمشكلة المدرسية من منظور الخدمة الاجتماعية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، طبعة 01،

سنة 1985، ص 11-12

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

تزيد الأمور صعوبة و تعقد مع المراهقين في تكيفهم نظرا لطبيعتهم المتقلبة و مطالبهم المتشعبة ، و أهم العوامل التي تساعد على التكيف الإجتماعي و هي كما يلي :

1- إشباع الحاجات الأولية و الحاجات الشخصية و يتوقف ذلك على أمرين :

أ. أن يكون بلشخص قادرا على توجيه حياته توجيها ناجحا بحيث يشبع حاجاته المختلفة .

ب. أن يشبع الشخص حاجاته بطريقة لا تفرق إشباع الحاجات المشروعة للآخرين .

2- أن يتوفر لدى الفرد العادات والمهارات التي تيسر له إشباع الحاجات الملحة ، و هذه العادات

تكون في المراحل المبكرة في حياة الفرد ، و لذلك فالتكيف هو في الواقع محصلة لما جربه الفرد في

خبرات و تجارب أثرت في تعلمه للطرق المختلفة التي يشبع بها حاجاته .¹

7. أهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الإجتماعي:

يرى " سيبيل Sippel " أن تأثير النشاط الرياضي يكون واضحا على السلوك الإجتماعي لدى المراهق و

هذا من خلال الملاحظة في كيفية تعامله مع الجماعات الممارسة معه للنشاط الرياضي و كذلك إستدعاء

والديه و إجراء حوار معهما حول سلوك إنهمل في المنزل مع الأسرة و مع زملائه المجاورين له و إحتكاكه

مع الآخرين في النادي الرياضي و إستنتاج " سيبيل Sippel " : ممارسة النشاط الرياضي له أهمية بالغة و

دور فعال من حيث مساعدة المراهق في تعلم أحسن السلوك و بلوغ أعلى المستويات للتكيف الإجتماعي.

وقد أكد العالم " روسنبورغ " على وجود علاقة إيجابية بين التمرينات الرياضية و البدنية بالقدرات العقلية و

الحالة النفسية و الإجتماعية التي تساهم في تحسين عملية التكيف النفسي و الإجتماعي للمراهق .

1- سعد جلال و محمد علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة 1992 ص 471

8. نظريات التكيف :

هناك الكثير من النظريات التي وضعت لتفسير التكيف لدى الأفراد، و بطبيعة الحال يصعب سردها بأسرها، و يمكننا أن نشير إلى أهمها:

8-1.. النظرية البيولوجية الطبية:

" و يشير روادها أن جميع أشكال الفشل في التكيف تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم، خاصة المخ، و مثل هذه الأمراض يمكن توارثها أو اكتسابها من خلال الحياة عن طريق الإصابات و الجروح و العدوى أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد، و ترجع اللبنة الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من داروين، مندل و جالتون، كالمان، وغيرهم¹

8.2. النظريات النفسية:

8.2.1. نظرية التحليل النفسي:

" يشير - فرويد أن السمات الأساسية للشخصية المتكيفة و المتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب، أما س-يونغ، **C.yung** فيعتقد أن مفتاح التكيف و الصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف، كما أشار أن التكيف السوي يتطلب التوازن أو الموازنة بين ميولنا الإنطوائية و ميولنا الانبساطية، و هذا يتطلب ضرورة التكامل بين العمليات الأساسية في تغيير الحياة، و العالم الخارجي، وهي الإحساس، الإدراك، التفكير...

أما- فروم **Fromm** فيعتقد أن الشخصية هي التي لديها تنظيم موجه في الحياة، ولديها القدرة على التحمل و الثقة.

أما اريكسون **Erikson** فقد أشار إلى أن الشخصية المتكيفة لا بد و أن تتسم بالثقة والاستقلالية، و التوجه نحو الهدف، الإحساس الواضح بالهوية، القدرة على الألفة و الحب

2.2.8. النظرية السلوكية:

" يشير رواد النظرية السلوكية إلى أن التكيف عملية مكتسبة عن طريق التعلم والخبرات التي يمر بها الفرد، والسلوك التكيفي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة والتي سوف تقابل بالتعزيز أو التدعيم، ولقد اعتقد واطسون **Watson** وسكنر **Skinner** أن عملية التكيف الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري ولكن تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة أو اثاباتها، وأوضح كل من يولمان **L. Ulman** و كراسنر **L. Krasner** أنه عندما يجد الأفراد أن علاقاتهم مع الآخرين غير مثابة أو لا تعود عليهم بالإثابة، فإنهم قد ينسلخون عن الآخرين ويبدون اهتماما أقل فيما يتعلق بالتلميحات الاجتماعية وينتج عن ذلك أن يأخذ هذا السلوك شكلا شادا أو غير متكيف

" ولقد رفض باندورا **Bandura** التفسير السلوكي الكلاسيكي والذي يقول بتشكيل طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية، حيث أكد بأن السلوك وسمات الشخصية نتاج للتفاعل المتبادل بين ثلاثة عوامل هي المثبرات وخاصة الاجتماعية منها والسلوك الإنساني والعمليات العقلية والشخصية، كما أعطى وزنا كبيرا للتعلم عن طريق التقليد ولمشاعر الكفاية الذاتية، حيث يعتقد أن لمشاعر الكفاية أثرها المباشر في تكوين السمات التكيفية وغير التكيفية "

3.2.8. النظرية الإنسانية:

" إن التكيف يعني كمال الفعالية وتحقيق الذات في حين أن سوء التكيف ينتج عن شعور الفرد بعدم القدرة وتكوين مفهوم سالب عن ذاته، وتمثل نظريتي روجرز و ماسلو أهم النظريات في هذا المجال، حيث يربطان إجمالا التكيف بتحقيق الذات، أو بلغة روجرز في كتاباته الأخيرة الشخص كامل الفعالية¹

" و يشير روجرز أن سوء التكيف النفسي يمكن أن يستمر إذا ما حاول الأفراد الاحتفاظ ببعض الخبرات الانفعالية بعيدا عن مجال الإدراك و الوعي، مما ينتج عنه استحالة تنظيم هذه الخبرات نظرا لافتقاد الفرد قبوله لذاته، فيحس الفرد بأنه مهدد، فيدفعه هذا الأمر لاستخدام ميكانيزمات الدفاع في سلوكاته، أما التكيف

¹ (عبد الحميد محمد شاذلي، 2001، ص 200).

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

فهو يحدث عندما يكون هناك تطابق بين الصورة التي تكون الذات، و خبرات الكائن الحقيقية، و بهذا يصبح يفكر بواقعية دون أن يشعر بالتهديد و القلق، و يرى روجرز أن معايير التكيف تكمن في الإحساس بالحرية، الانفتاح على الخبرة و الثقة بالمشاعر الذاتية "

" وقام ماسلو **Maslow** بوضع عدة معايير للتكيف تتلخص فيما يلي:

الإدراك الفعال للواقع، قبول الذات، التلقائية، التمرکز حول المشكلات المهمة، الاهتمام الاجتماعي القوي و العلاقات الاجتماعية السوية، الشعور باللاعداوة تجاه الإنسان" كما يؤكد بيرلز **F.Perls** على أهمية الوعي بالذات و تقبلها و الوعي بالعالم المحيط وتقبله، و منه فالشخص المتكيف هو من يتقبل المسؤوليات و يحملها على عاتقه دون القذف بها إلى الآخرين "

3.8. النظرية الاجتماعية:

" و يشير أصحابها أن هناك علاقة بين الثقافة و أنماط التكيف، ويؤكد أصحاب هذه النظرية أن الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر في التكيف، حيث صاغ أرباب الطبقات الاجتماعية الدنيا مشاكلهم بطابع فيزيقي، كما أظهروا ميلا قليلا لعلاج المعوقات النفسية، في حين قام ذووا الطبقات الاجتماعية العليا و الراقية بصياغة مشاكلاتهم بطابع نفسي، وأظهروا ميلا أقل لمعالجة المعوقات الفيزيقيية، و من أشهر أصحاب هذه النظرية نجد: فيرز، دنهام، هولجنزهيد، ردليك "

ومن أبرز العلماء والباحثين الذين كتبوا حول التكيف نجد على رأسهم لازاروس، حيث بين **Koull** (1978) أن هذا العالم عندما بحث في موضوع التكيف أكد أنه لا بد أن تتوفر معايير معينة مع الشخص حتى يكون متكيفا ومن بينها الارتياح النفسي والبعد عن القلق والضغوطات، الكفاءة في العمل، الابتعاد وتجنب الأمراض، ثم القبول الاجتماعي من خلال العلاقات والسلوكات الجيدة واليجابية .

" كما نجد أن بيل وهو من بين الأوائل الذين اهتموا بموضوع التكيف، وذلك كما بينه كل من مدحت عبد اللطيف وعباس محمود عوض، حيث وضع مقياسا في هذا المجال والذي من خلاله بين مجالات التكيف

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

الأساسية والتي هي كالتالي: التكيف المنزلي، التكيف الصحي، التكيف الاجتماعي، التكيف الانفعالي، التكيف المهني، والتكيف العام¹.

و نخلص إلى أن كل هذه المحاولات التي بذلت من أجل التنظير لتفسير ظاهرة التكيف يجب أن ننظر إليها بنظرة تكاملية تضم كل النظريات، أو وجهات النظر المختلفة، بمعنى أنه لا يجب أن يخضع تفسير سوء التكيف أو حسنه إلى إحدى النظريات فقط، فالإنسان هو محصلة تفاعل بين العديد من القوى، فالتكيف البشري ليس من السهولة بالقدر الذي يجعلنا نفسره من زاوية دون أخرى سواء كان ذلك في سوءه أو سوائه.

9. معايير التكيف:

رغم الاعتراف بالحاجة إلى عدة معايير لتقييم التكيف، إلا أن هناك عدم اتفاق جماعي حول تحديد المعايير الأكثر صلاحية، و صعوبة ذلك هو أن معايير أو مقاييس السلوك المتوافق تختلف باختلاف الزمان و المكان و الظروف و الثقافة و خصائص الفرد، فلا يوجد نمط حياة واحد يصلح لكل البشر، و بالرغم من هذه الاختلافات يوجد عدد من المعايير وضحت الخصائص الرئيسية للتكيف الإيجابي ومن أهم هذه المعايير:

1.9. المعيار الإحصائي:

" وهو نظرة موضوعية، لا تصدر أحكاما قيمية على السواء أو الشذوذ، الشخص السوي هو المتوسط الذي يمثل الشطر الأكبر من مجموعة الناس وفق المنحنى الاعتدالي، وبعبارة أخرى فإن الشخص السوي حسب هذا المعيار من لا ينحرف عن المتوسط أو الشائع، ويتطلب هذا المعيار أن تكون الأدوات التي نقيس بها التكيف أدوات موضوعية وموثوق بها حتى يمكننا من تصنيف الأشخاص إحصائيا، كما أن هذا المعيار يصلح لتقديم الأشياء المحسوبة كالطول مثلا، بينما يصعب عليه قياس بعض سمات الشخصية أو بعض الاتجاهات وما إلى ذلك².

¹ (عباس محمود عوض، 1996، ص93).

² " (أحمد عزت راجح، 1976، ص541).

2.9. المعيار المثالي:

" وهو عبارة عن أحكام قيمة تطلق على الأشخاص ويستمد أصوله من الأديان المختلفة، سواء حسب هذا المعيار هو الاقتراب من كل ما هو مثالي، والشذوذ هو الانحراف عن المثل العليا، ومن الصعوبة الاعتماد على هذا المعيار في أحكامنا، وذلك أن المثالية ليست محددة تحديدا دقيقا، كما أننا كأشخاص لسنا بالمثاليين حسب هذا المعيار .

3.9. المعيار الطبيعي:

" تبعا لهذا المعيار، فإننا نسمي سويا كل ما نعتبره طبيعيا من الناحية الفيزيقية أو الاجتماعية، و بالتالي نعتبر سويا أن يكون الذكور مسيطرين و الإناث خاضعات، و أن تكون الجنسية الغيرية سوية، بينما تكون الجنسية المثلية شاذة، فالاعتقاد السائد أن الطبيعة البيولوجية خلقت الرجال و النساء ليتصرفوا بطريقة معينة، و بالتالي فإن السلوك الذي يتفق مع هذه الأهداف يعتبر سويا، بينما السلوك الذي يتناقض معها يعتبر شاذا

4.9. المعيار الحضاري:

" يرى هذا المعيار أن السوي هو المتوافق مع المجتمع ، أي من استطاع أن يجاري قيم المجتمع و قوانينه و معايير و أهدافه، و بالتالي فإن أي خروج عن هذه القوانين التي تحكم المجتمع يعتبر دليلا على شخصية شاذة، و في ضوء هذا المفهوم فإن أشكالا كثيرة من السلوك الشاذ ينظر إليها على أنها سوية، و أشكالا أخرى من السلوك السوي على أنها شاذة باختلاف الوسط الحضاري .

5.9. المعيار النفسي:

" يعد الشخص متوافقا حسب المعيار النفسي عندما يكون هناك اتساق و رضا مع النفس والثقة بها، و الإحساس بقيمتها، وإشباع الدوافع و الحاجات، و التمتع بالحرية و الأمن النفسي، كما تتسم حياة الفرد النفسية بالخلو من التوترات و الصراعات .

6.9. المعيار الإكلينيكي :

" يتحدد مفهوم التوافق أو الصحة النفسية في ضوء المعايير الإكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية، فالصحة النفسية تتحدد على أساس غياب للأعراض و الخلو من مظاهر المرض (كالمخاوف المرضية و الهلاوس و السلوكات المضادة للمجتمع...) ويرى البعض أن هذا المعيار أصلح في تحديد السواء و الشذوذ بالنسبة للاضطرابات الانفعالية و الانحرافات السلوكية، و إذا كان ينقصه تحديد الدرجة التي ينبغي أن يصل إليها الاضطراب الانفعالي أو الانحراف السلوكي حتى يعد شاذاً، كما ينقصه أيضاً الاتفاق على تحديد جامع للأعراض المرضية¹.

و من خلال استعراضنا لمعايير تحديد السواء و الشذوذ نرى أن مفهوم السواء نسبي يختلف من معيار إلى آخر، و يلاحظ أن معياراً يكون أصلح من غيره في تحديد معنى السواء بالنسبة لجانب سلوكي معين، و نفس المعيار لا يكون صالحاً لجانب سلوكي آخر، و منه نستخدم المعيار الإحصائي لتحديد سمات الطول و الوزن، و المعيار المثالي لتحديد مفهوم السواء و عدمه في جوانب الصحة البدنية، أو النفسية، غير أنه من الملاحظ أن المعيارين المثالي و الإحصائي يعتبران أهم المعايير المستخدمة، و أشملها في وصف السواء و الشذوذ و أكثرها استخداماً في الحياة العملية.

10. التكيف وسوء التكيف:

" نستنتج مما سبق أن التكيف يعني التغلب على الاحباطات وتحقيق الأهداف وإشباع الدوافع والحاجات بطريقة يقبلها الآخرون وتقبلها القيم الاجتماعية من جانب، وتحقيق الانسجام والتوافق بين الدوافع والحاجات وانعدام الصراع النفسي من جانب آخر، فإذا تحقق ذلك أصبح الفرد متكيف تكيفاً حسناً " ويشير الهابط إلى أن عجز الفرد عن تحقيق دوافعه وإشباع حاجاته نظراً لضغوط اجتماعية أو عجز عن التنسيق بين هذه الدوافع أو تم إشباعها بشكل يتناقض مع القيم الاجتماعية ولا يرضي من حوله يؤدي إلى سوء التكيف ويتعرض الفرد لاضطرابات نفسية .

1 أحمد محمد حسن صالح و آخرون. 2000. ص 18).

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

" ويشير راجح إلى أن لسوء التكيف مظاهر متعددة ومختلفة، فقد يظهر سوء التكيف في شكل مشكلات سلوكية كالسرقة والهرب وغيرها، أو ما يعترض المراهقين من مشكلات كالتمرد والانطواء، وقد يشتد ويصبح أكثر خطورة إذا ما وصل إلى درجة الأمراض النفسية والانحرافات المهنية والاضطرابات العقلية .

الفصل الثالث : التكيف الإجتماعي

خلاصة :

إن التكيف الإجتماعي هو مدى قدرة الفرد على التكيف و الإنسجام بين إشباع حاجاته المتعددة و إمكانياته الذاتية و العقلية الحقيقية و ظروف الواقع المعاش ، فهدف إقامة الإنسان علاقات إجتماعية مع الغير هو التكيف مع الوسط الإجتماعي ، فإذا حدثت العلاقة و لم يتحقق التكيف كانت النتيجة ظهور السلوكات السلبية مثل الإنطواء ، العدوان ، و تختلف مظاهر التكيف الإجتماعي باختلاف الفروق الفردية و الإجتماعية من فرد لآخر إن التكيف الإجتماعي موضوع إنشغال الكثير من العلماء ، حيث أقروا أن التكيف لا يستطيع أن يتحقق إلا بممارسة النشاط البدني و الرياضي و تلقي التوجيهات و الإرشادات يختلف أحسن التلاميذ في الوسط الإجتماعي .

الجزء الثاني

الجزء

التطبيقي

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية و

الميدانية للدراسة

تمهيد

بعد محاولتنا لتغطية الجانب النظري لهذه الدراسة سنحاول في هذا الجزء ان نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي بالقيام بدراسة ميدانية و ذلك عن طريق توزيع المقياس و هو مقياس التكيف الاجتماعي على تلاميذ المرحلة المتوسطة و لقد تمحور اساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها ومن تقديم مناقشة و تحليل للنتائج المتوصل اليها من خلال المقياس و في الاخير نقوم بعرض الاستنتاج و سنحاول في توضيح مدى صدق الفرضيات التي تضمنتها هذه الدراسة ومدى تحقق هذه الفرضيات .

1- دراسة إستطلاعية :

ان الغرض من الدراسة الاستطلاعية: هو معرفة مدى وضوح العبارات الخاصة بالمقياس و الاستبيان و ملائمتها بحيث يمكن المجيب من الإجابة دون الحاجة إلى أي تفسير، حيث قمنا بتوزيع المقياس على عينة من أفراد الدراسة الاستطلاعية وبلغ عددها 110 تلميذ، لقياس صدق وثبات المقاس.¹

2- وفقا أهداف وفرضيات البحث.

- فالدراسة الاستطلاعية إذ هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها ، وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني ، كما تساعد البحث على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق .
- وبناء على هذا قمنا قبل المباشرة بإجراء الدراسة الميدانية بدراسة استطلاعية كان الغرض منها مايلي:
- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه
- التأكد من صلاحية أداة البحث الاستبيان وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية :
- أ- وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة وخصائصها
- ب- التأكد من وضوح التعليمات
- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية وبالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنه أن يواجهها .

1- محي الدين مختار بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر سنة 1995، ص47

3- المنهج المتبع :

بالنظر للمشكلة التي طرحناها ، و طبيعة الموضوع المقترح ، لجانا إلى المنهج الوصفي ، وذلك لتلائمه مع موضوعنا هذا ، و هو عبارة عن بحث عن أوصاف دقيقة للأنشطة و الأشياء و العمليات و الأشخاص بتصويرهم للوضع الراهن في بعض الأحيان ، كما يحددون العلاقات التي توجد بين التظاهرات أو التيارات التي تبدو في عملية نموه ، و من حين لآخر يحاولون وضع تنبؤات عن الأحداث المقبلة .¹

تعريفه : عبارة عن إستقصاء في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها ، و كشف جوانبها ، و تحديد العلاقات بين عناصرها .²

4- مجتمع و عينة البحث :

3-1 مجتمع الدراسة و البحث :

و هي المجموعة الكلية للأفراد الذين يريد إجراء الباحث دراسته عليهم ، و بما أن بحثنا يركز حول دراسة أثر ممارسة الرياضة المدرسية و دورها في تحقيق التكيف الإحنماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، فتمحور مجتمع بحثنا حول تلاميذ المرحلة المتوسطة بمتوسطات يوسف العمودي و زاغر جلول و محمد زين بن مداني ، والتي يبلغ عددها ثلاث متوسطات و عددهم 110 تلميذ.

1 - د. حسن احمد الشافعي مبادئ البحث في التربية البدنية والرياضية ، منشأة المعارف الإسكندرية ، سنة 1994 ، ص 46.

2 - رابع تركي ، مناهج البحث في علو التربية ، دارالفكر العربية ، 1984 ، ص 105.

- إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين باهي ، طرق البحث العلمي و التحليل الإحصائي ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، سنة 2000 ، ص 129 .

5- العينة الإحصائية و كيفية إختيارها :

إن الهدف من إختيار العينة الحصول على معلومات من المجتمع الأصلي للبحث ، فالعينة إذا هي إنتقاء عدد الأفراد لدراسة معينة تجعل النتائج منهم ممثلين لمجتمع الدراسة ، فالإختبار الجديد للعينة يجعل النتائج قابلة للتعميم على المجتمع ، حيث تكون نتائجها صادقة .

لقد حددنا عينة لهذه الدراسة ، تكون أكثر تمثيلا للمجتمع الأصلي ، هذا ما يحول لنا الحصول على نتائج يمكن تعميمها و لو بصورة نسبية ، و من ثم الخروج بنتائج تلازم الحقيقة و تعطي صورة حقيقية للميدان المدرس ، شملت عينة البحث تلاميذ المرحلة المتوسطة متوسطة مدينة بسكرة ، ونظرا لقدرة الباحث على التطبيق تم اختيار عينة قصدية عشوائية متكونة من 110 تلميذ

5- ادوات البحث و كيفية و مراحل بنائها و تصميمها :

ان اداة البحث وسيلة نستطيع من خلالها الاجابة عن مشكلة بحثنا بالاعتماد عليها و بالنسبة لمجال البحث و من اجل جمع البيانات و كيف يتم بنائها و تصميمها وقد استخدمنا في هذه الدراسة اداة و هي متمثلة في (مقياس التكيف الاجتماعي)

5-1 مقياس التكيف الاجتماعي :

لغرض قياس مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لعينة البحث من تلاميذ المرحلة المتوسطة لجما الباحث الى استخدام مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي الذي تم اعداده من قبل الدكتور (محمود مطر) حيث وضع هذا المقباس في رسالة ماجستير 2004 بعنوان (دراسة مقارنة في التكيف الاجتماعي المدرسي بين

الفصل الرابع : الأسس المنهجية للدراسة الميدانية

الممارسين و الغير ممارسين للنشاط الرياضي و علاقته ببعض المتغيرات النفسية و البدنية لتلاميذ المرحلة المتوسطة 12-15 سنة و لهذا المقياس اربعة محاور:

-المحور الاول (موقف التلميذ مع زملائه) يتكون من 24 عبارة

-المحور الثاني (موقف التلميذ مع المدرسين) يتكون من 25 عبارة

-المحور الثالث (موقف التلميذ مع المدرسة و ادارتها) يتكون من 23 عبارة

-المحور الثالث (موقف التلميذ مع النشاطات المدرسية) 16 عبارة

حيث ان العدد الاجمالي لعبارات المقياس (87 عبارة)

و تكون الاجابة على العبارات وفق البدائل (نعم.لا.لا ادري) مع اعطاء الاوزان (3.1.2)

5-2 الهدف من المقياس :

يهدف هذا المقياس الى قياس مستوى فعاليات الفرد المختلفة في مواجهة مطالب بيئته المادية و الطبيعية و السلوكية و الاجتماعية وهو مخصص لتلاميذ المرحلة المتوسطة و ايضا معرفة الممارسين هل لديهم تكييف اجتماعي مدرسي كما يعتبر هذا المقياس من اوسع المقاييس على الاطلاق للحصول و الوصول على نتائج واسعة و كافية .

5-3 الاستبيان :

هو وسيلة للحصول على إجابات لعدد من من الأسئلة المكتوبة على نموذج وضع لهذا الغرض و يقوم المحييب بملئ الإستمارة .

- أنواع الأسئلة الموجودة في الإستبيان :

1- الأسئلة المغلقة : هي الاسئلة التي تتضمن أجوبة محددة (الإجابة بنعم أو لا)

خصائصها :

*التقليل من الخطأ على تفسير المعلومات .

*عدم حاجته للوقت و الجهد المطلوبين للأسئلة المفتوحة .

*تسهيل عمل الباحث على تلخيص النتائج و تحليلها

2- الأسئلة النصف المغلقة (نصف مفتوحة) : هي الاسئلة التي تتضمن مزيج من الاسئلة المغلقة و

المفتوحة و هي الأكثر شيوعا

اخصائصها :

*مساعدة الباحث في الحصول على معلومات بطرق مختلفة

*تعطي الفرصة للمستجوب في التعبير عن رايه بوضوح

*العوامل الرئيسية التي تدخل في إختيار الإستبيان :

* الثبات

* الصدق

* الموضوعية

6-تحديد متغيرات الدراسة :

إن إشكالية فرضيات كل دراسة تصاغ على شكل متغيرات يؤثر إحداها على الآخر ، بالإعتماد على

مفاهيم و مصطلحات و أوجب علينا تحديد هذه المتغيرات و هي كالاتي :

- المتغير المستقل: هو العلاقة بين السبب و النتيجة أي العامل المستعمل نريد من خلاله قياس النواتج .

- المتغير التابع : هو الذي يوضح الناتج أو الجواب لأنه يحدد الظاهرة التي نحن بصدد محاولة شرحها و

هي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث إلى قياسها ، و هي تتأثر بالمتغير المستقل .¹

1. المتغير المستقل : الرياضة المدرسية .

2. المتغير التابع : التكيف الإجتماعي .

7-خطوات جمع المعلومات :

في بداية الأمر قمنا بجمع المواد التي لها علاقة وطيدة بموضوع بحثنا و الإتصال بالمختصين في المجال ، من

أجل توفير المعطيات اللازمة و الإلمام بالموضوع من جميع النواحي .

و بعد الدراسة النظرية و محاولة الإلمام بالنقاط و العناصر الأساسية للموضوع تطرقنا إلى الجانب الميداني

الذي قواعده مبنية على المعطيات السالفة الذكر ، حيث قمنا بتوزيع المقياس على التلاميذ لمدة زمنية

محدودة .

و بعد جمع كل الإستمارات الموزعة على التلاميذ قمنا بترجمة النتائج المتحصل عليها عن طريق تبويبها في

جداول إحصائية .

1 - سامي عريف و آخرون ، مرجع سابق ص 70

8-مجالات البحث :

1المجال المكاني : أجري هذا البحث في مدينة بسكرة ، و على مستوى ثلاث (03) متوسطات و هي

كالتالي :

- زاغز جلول
- احمد زيد
- يوسف العمودي

2-المجال الزماني :تحدد هذه الدراسة في السنة الدراسية من شهر اكتوبر الى شهر ماي

حيث اجرى الباحث من خلال هذه الدراسة التي قام باختيار صنفين (ذكور و اناث) و قد اجريت الدراسة على 110 تلميذ وتشتمل الدراسة كافة المستويات في المتوسطة قد سلط الباحث على مستوى اولى متوسط ثانية متوسط و الثالثة متوسط و الرابعة متوسط

9-صدق الأداة :

1- الصدق الظاهري (صدق المحكمين) :

لقد قمنا بعرض أداة البحث " مقياس التكيف الاجتماعي " على عدد من المحكمين ، وقد تم إرفاق

المقياس بموضوع البحث و عنوان البحث و الإشكالية المراد حلها ، و الفرضية العامة الموضوعية

كمشروع للبحث ، و الفرضيات الجزئية كحلول مؤقتة .

و تهدف كل الخطوات السابقة لإبراز و إستطلاع آراء المحكمين حول مدى وضوح صياغة كل عبارة

من عبارات المقياس ، و مدى أهمية كل عبارة و مناسبتها للمحور الذي تنتمي إليه (درجة ملائمة

الفصل الرابع : الأسس المنهجية للدراسة الميدانية

العبارات للفرضيات الجزئية الموضوعية ، و مدى ملائمة الفرضيات المصاغة للموضوع المدروس) ، و بالتالي إثبات بأن المقياس صالح لدراسة موضوع البحث .

و في ضوء التوجيهات التي أبدتها المحكمون فقد تم تصحيح ما ينبغي تصحيحه حتى تزداد العبارات وضوحا و ملائمة للفرضيات التي وضعت من أجلها .

10-مرحلة تجريب و ضبط الاداة -الصدق و الثبات :

يقصد بالثبات مدى الدقة او الاتساق الذي يقيسه الاختبار في سمة ما

وهو محافظة الاختبار على نتائجه اذ ما اعيد على نفس العينة

ولغرض التعرف على قبات المقياس ثم تطبيقه على عينة الثبات المكونة من (110) تلميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية و بعد مرور اسبوعين تم اعادة تطبيق الاختبار على نفس العينة .

اذا ان اختبار الورقة و القلم يجب ان لا تقل الفترة الزمنية بين الاختبارين عن اسبوعين

و قد تمت البرهنة على صدق الاختبار و ثباته باستعمال المقارنة الطرفية حيث قمنا بحساب معامل الارتباط بيرسون و كانت النتائج كما يلي :

جدول رقم 01 يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري .

للاختبار القبلي و الاختبار البعدي :

الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
1.23	1.21	المتوسط الحسابي

الفصل الرابع : الأسس المنهجية للدراسة الميدانية

النحرف المعياري	0.37	0.40
-----------------	------	------

حيث كان معامل الثبات كالتالي :

جدول رقم 02 : يوضح معاملات الثبات و دلالتها لمقياس التكيف الاجتماعي

الرقم	المحاور	معامل الثبات	مستوى الدلالة عند
			0.01
01	موقف التلميذ مع زملائه	0.32	دال
02	موقف التلميذ مع المدرسين	0.51	دال
03	موقف التلميذ مع المدرسة و ادارتها	0.52	دال
04	موقف التلميذ مع النشاطات المدرسية	0.37	دال
المجموع	مقياس التكيف الاجتماعي	0.43	دال

نلاحظ خلال الجدول رقم 02 ثبات مقياس التكيف الاجتماعي حيث ان كل لمعاملات الثبات عند

0.05 ذات دلالة احصائية و تتراوح ما بين 0.32 و 0.52 حيث كل معدل ثبات المقياس 0.43 هو

ذو دلالة احصائية

و هو معامل ارتباط متوسط و يمكن للباحث تطبيقه على عينة الدراسة .

الفصل الرابع : الأسس المنهجية للدراسة الميدانية

و يعتبر الصدق اهم شروط الاختبار الذي يدل على مدى تحقيق الاختبار للغرض الذي وضع من اجله و بعد الاختبار صادقا اذا كان يقيس سلوكا ما اعد لقياسه فقط اما اذا اعد لقياس سلوك ما و قاس غيره لا ينطبق عليه صفة الصدق .

و قد استعنا في بحثنا على الصدق الذاتي باعتباره اصدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية و الذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات .

الجدول التالي يوضح صدق مقياس التكيف الاجتماعي :

جدول رقم 03 يوضح معاملات الصدق و دلالتها لمقياس التكيف الاجتماعي.

الرقم	المحاور	معامل الصدق	مستوى الدلالة عند
01	موقف التلميذ مع زملائه	0.56	دال
02	موقف التلميذ مع المدرسين	0.71	دال
03	موقف التلميذ مع المدرسة و ادارتها	0.72	دال
04	موقف التلميذ مع النشاطات المدرسية	0.60	دال
المجموع	مقياس التكيف الاجتماعي	0.64	دال

من خلال الجدول رقم 03 يتبين لنا ان النتائج ذات دلالة احصائية في كل محور حيث بلغ صدق المقياس

0.64 و هذا ما يدل على صدق مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي .

11- اجراء الاختبار :

تم وضع خطة لاجراء الاختبار و قسمنا عملنا الى مرحلتين اساسيتين هما :

أ- المرحلة الاولى : شرح المقياس و الهدف منه و كيفية اجرائه و التعرف على افراد العينة و تحديد الزمن الذي يجري فيه الاختبار.

ب - المرحلة الثانية : اجرينا في هذه المرحلة الاختبار بصفة عادية و لم يحدث اي غموض بالنسبة للتلاميذ و بمساعدة اساتذة التربية البدنية و الرياضية حيث كانت الاجابة في وقت يقرب 20 دقيقة بالنسبة لكل تلميذ.

12- الوسائل الاحصائية المستخدمة في معالجة النتائج النهائية :

حساب معامل الفا كرونباخ لقياس درجة ثبات الاستبيان

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,704	107

يتضح لنا من خلال الجدول التالي ان معامل الفا كرونباخ قد قدر بـ 0.704 أي ما يعادل 70.4 % وهي نسبة

ممتازة لأغراض الدراسة .

المتوسط الحسابي : يرمز له ب : (م)

م = مج س / ن

حيث ان : مج = المجموع

الفصل الرابع : الأسس المنهجية للدراسة الميدانية

س = قيم المشاهدات

ن = عدد المشاهدات

الانحراف المعياري : يرمز له ب : ع

$$ع = \sqrt{(س - 1) \times 2} \div ن$$

$$\frac{عدد التكرارات \times 100}{مجموع العينة} = نسبة مئوية$$

الفصل الخامس

عرض و تحليل

ومناقشة نتائج

الدراسة

عرض و تحليل النتائج

نحاول التطرق الى العناصر الإحصائية التالية :

1- حساب معامل الفا كرونباخ لقياس درجة ثبات الاستبيان

2- حساب المقاييس الإحصائية الوصفية (متوسط الحسابي والانحراف المعياري)

3- حساب معامل الارتباط R بين الأسئلة لعينة الدراسة

4- تحليل البيانات الأولية لعينة الدراسة (الجنس والمستوى التعليمي مع الاعمدة البيانية للتوضيح)

5- تم اعتماد على مخرجات برنامج Sps 22

أ. معامل الفا كرونباخ

معامل الفا كرونباخ

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,704	107

يتضح لنا من خلال الجدول التالي ان معامل الفا كرونباخ قد قدر بـ 0.704 أي ما يعادل 70.4 % وهي نسبة ممتازة

لأغراض الدراسة .

ب. المقاييس الإحصائية الوصفية

المقاييس الإحصائية الوصفية : للرياضة المدرسية

	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أسئلة الموقف الأول	110	1,77	,864
	110	1,69	,787
الرياضة المدرسية	110	1,86	,862
	110	1,60	,757
	110	1,45	,786
	110	1,74	,750
	110	1,58	,709
	110	1,55	,750
	110	1,45	,644
	110	1,31	,554
	110	1,26	,519
	110	1,33	,471
	110	1,72	,847
	110	1,44	,684
	110	1,54	,673
	110	1,42	,612
	110	1,38	,574
	110	1,45	,600
	110	1,49	,617
	110	1,45	,584
N valide (liste)	110		

المصدر : من اعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

جدول رقم (04) يمثل موقف الرياضة المدرسية من التلاميذ

يوضح الجدول السابق ذكره نسبة المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لاسئلة الموقف الرياضية المدرسية الذي

يتعلق بتلاميذ مع الرياضة داخل المؤسسات التربوية (المتوسطات) حيث يتناول هذا الموقف 20 سؤال موزعة على

عينة الدراسة المقدرة ب 110 تلميذ حيث قدرة المتوسط الحسابي في السؤال الاول 1,77 مما يقابله ففي الانحراف

المعياري 0.86

المقاييس الإحصائية الوصفية : موقف التلاميذ مع زملائهم

	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الموقف الثاني	110	1,05	,209
الموقف أسئلة	110	1,01	,095
موقف التلاميذ مع زملائهم	110	1,08	,275
	110	1,04	,188
	110	1,00	,000
	110	1,12	,444
	110	1,16	,498
	110	1,09	,289
	110	1,09	,289
	110	1,15	,354
	110	1,10	,301
	110	1,08	,275
	110	1,15	,403
	110	1,15	,354
	110	1,03	,164
	110	1,13	,451
	110	1,75	,837
	110	1,40	,594
	110	1,75	,804
	110	1,38	,558
	110	1,86	,862
	110	1,61	,755
	110	1,47	,798
	110	1,73	,741
اجمالي العينة	110		

المصدر : من اعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

جدول رقم (05) يمثل موقف التلاميذ مع زملائهم

يوضح الجدول السابق ذكره نسبة المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لاسئلة الموقف التلاميذ مع زملائهم

داخل المؤسسات التربوية (المتوسطات) حيث يتناول هذا الموقف 24 سؤال موزعة على عينة الدراسة المقدرة ب

110 تلميذ حيث قدرة المتوسط الحسابي في السؤال الرابع 1.04 مما يقابله في الانحراف المعياري 0.18

المقاييس الإحصائية الوصفية موقف تلاميذ مع المدرسين

	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	110	1,57	,710
الثالث	110	1,08	,275
الموقف	110	1,05	,209
اسئلة	110	1,01	,095
موقف التلاميذ مع المدرسين	110	1,45	,600
	110	1,49	,617
	110	1,45	,584
	110	1,05	,209
	110	1,01	,095
	110	1,08	,275
	110	1,05	,209
	110	1,01	,095
	110	1,08	,275
	110	1,38	,574
	110	1,45	,600
	110	1,49	,617
	110	1,45	,584
	110	1,05	,209
	110	1,01	,095
	110	1,08	,275
	110	1,38	,574
	110	1,45	,600
	110	1,49	,617
	110	1,45	,584
اجمالي العينة	110		

المصدر : من اعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

جدول رقم (06) يمثل موقف التلاميذ مع المدرسين

يوضح الجدول السابق ذكره نسبة المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لاسئلة موقف التلاميذ مع المدرسين داخل المؤسسات التربوية (المتوسطات) حيث يتناول هذا الموقف 24 سؤال موزعة على عينة الدراسة المقدرة ب 110 تلميذ حيث قدرة المتوسط الحسابي في السؤال السادس 1.49 مما يقابله ففي الانحراف المعياري 0.61

المقاييس الإحصائية الوصفية موقف تلاميذ مع الإدارة

	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نوع الموقف أسئلة	110	1,05	,209
موقف التلاميذ مع الإدارة	110	1,01	,095
	110	1,08	,275
	110	1,38	,574
	110	1,45	,600
	110	1,49	,617
	110	1,45	,584
	110	1,05	,209
	110	1,01	,095
	110	1,08	,275
	110	1,38	,574
	110	1,45	,600
	110	1,49	,617
	110	1,45	,584
	110	1,05	,209
	110	1,01	,095
	110	1,08	,275
	110	1,38	,574
	110	1,46	,601
	110	1,49	,617
	110	1,44	,583
110	1,05	,209	
110	1,02	,191	
اجمالي العينة	110		

المصدر : من اعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

جدول رقم (07) يمثل موقف التلاميذ مع الإدارة

يوضح الجدول السابق ذكره نسبة المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لاسئلة موقف التلاميذ مع الإدارة داخل المؤسسات التربوية (المتوسطات) حيث يتناول هذا الموقف 23 سؤال موزعة على عينة الدراسة المقدره ب 110 تلميذ حيث قدرة المتوسط الحسابي في السؤال العاشر 1.08 مما يقابله ففي الانحراف المعياري 0.27

الفصل الخامس : تحليل ومناقشة النتائج

المقاييس الإحصائية الوصفية موقف تلاميذ مع النشاطات المدرسية

	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
السنة الخامسة	110	1,09	,289
موقف التلاميذ مع النشاطات المدرسية	110	1,21	,409
	110	1,11	,313
	110	1,44	,784
	110	1,53	,726
	110	1,11	,313
	110	1,35	,481
	110	1,29	,548
	110	1,35	,582
	110	1,21	,509
	110	1,56	,671
	110	1,10	,301
	110	1,08	,275
	110	1,45	,584
	110	1,05	,209
	110	1,01	,095
اجمالي العينة	110		

المصدر : من اعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

جدول رقم (08) يمثل موقف التلاميذ مع النشاطات المدرسية

يوضح الجدول السابق ذكره نسبة المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لاسئلة موقف التلاميذ مع الادارة داخل المؤسسات التربوية (المتوسطات) حيث يتناول هذا الموقف 16 سؤال موزعة على عينة الدراسة المقدره ب 110 تلميذ حيث قدرة المتوسط الحسابي في السؤال السادس عشر 1.01 مما يقابله ففي الانحراف المعياري 0.095

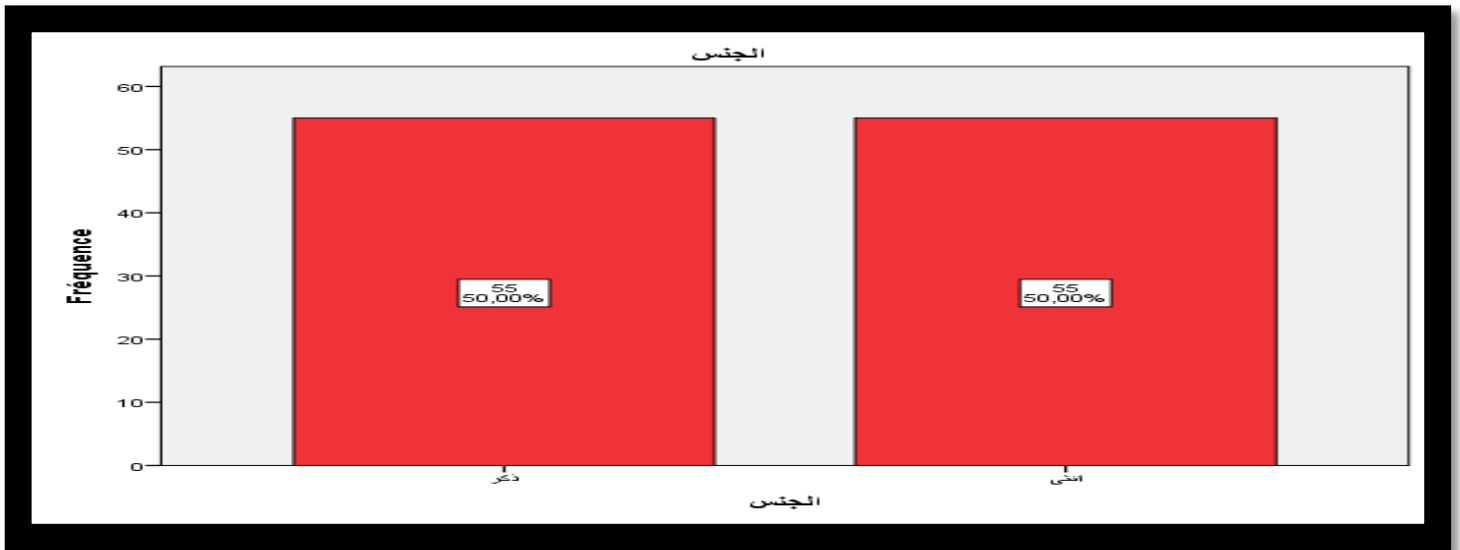
ت. تحليل البيانات الأولية لعينة الدراسة (الجنس، المستوى التعليمي)

الجنس

	التكرارات	النسبة المئوية
Valide ذكر	55	50,0
انثى	55	50,0
Total	110	100,0

المصدر : من اعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

جدول رقم (09) يمثل الجنس



شكل رقم (01) يمثل الجنس

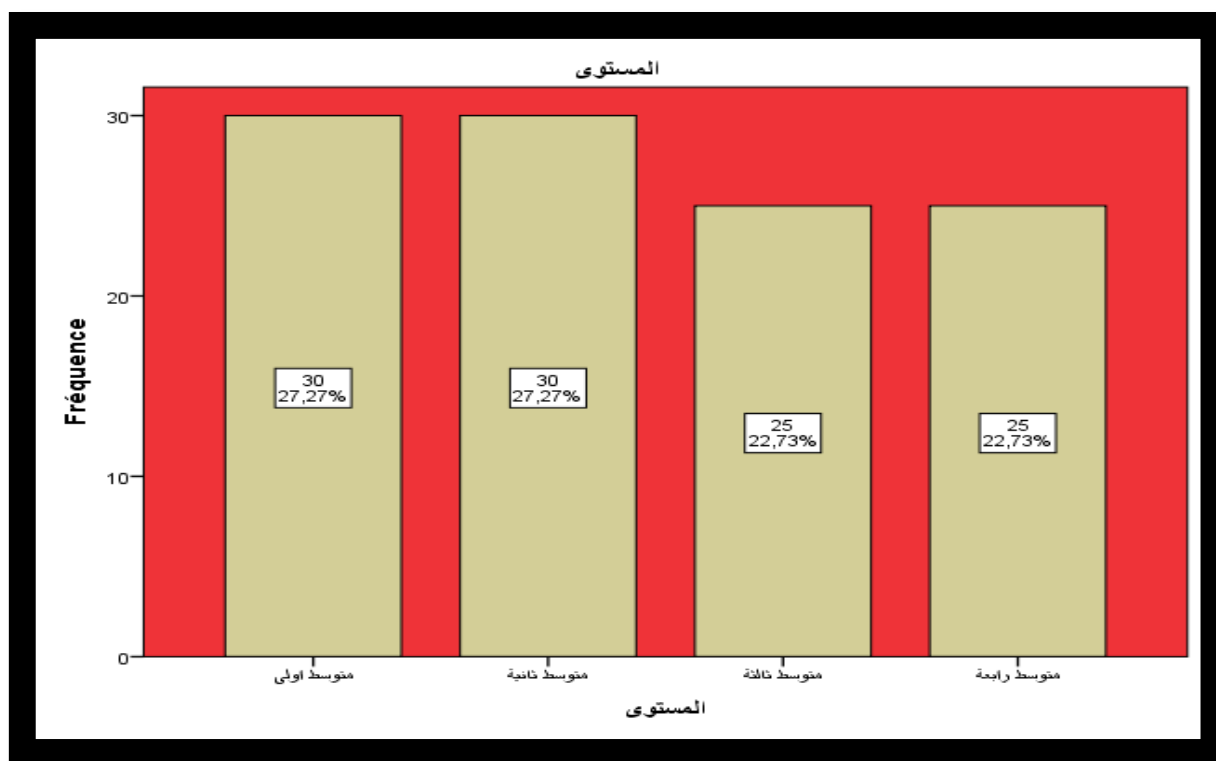
بالنسبة لبيانات الاولية لعينة الدراسة حيث يوضح الجدول المتعلق ب المتغير الجنس حيث قدرة قيمة الذكور ب 55 تلميذ بنسبة 50 % و اما نسبة الاناث فكانت 55 تلميذة بنسبة 50 % ايضا

المستوى

	التكرارات	النسبة المئوية
Valide	اولى متوسط	30
	ثانية متوسط	30
	ثالثة متوسط	25
	رابعة متوسط	25
Total	110	100,0

المصدر : من اعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

جدول رقم (10) يمثل المستوى



شكل رقم (02) يمثل المستوى

بالنسبة للبيانات الاولية لعينة الدراسة حيث يوضح الجدول المتعلق ب المتغيرالمستوي الدراسي حيث قدرة قيمة التلاميذ اولى متوسط ب30 تلميذ و نسبة 27.3 % و نسبة ثانية متوسطة ب 30 تلميذ بنسبة 27.3 % اما الثالثة متوسط فقددر عدد التلاميذ ب 25 تلميذ بنسبة 22.7 % و اما الرابعة متوسطة قدر عدد التلاميذ ب 25 تلميذ بنسبة 22.7 %

ث. معامل الارتباط بين الرياضة المدرسية ومختلف المواقف لعينة الدراسة

معامل الارتباط (بيرسون)

		رياضة_مدرسية	موقف_زملاء	موقف_مدرسين	موقف_الادارة	موقف_النشاطات
رياضة_مدرسية	Corrélation de Pearson	1	,152	,367	,298	,061
	Sig. (bilatérale)		,112	,000	,002	,527
	N	110	110	110	110	110
موقف_زملاء	Corrélation de Pearson	,152	1	,082	,138	,317
	Sig. (bilatérale)	,112		,395	,149	,001
	N	110	110	110	110	110
موقف_مدرسين	Corrélation de Pearson	,367**	,082	1	,934	,215
	Sig. (bilatérale)	,000	,395		,000	,024
	N	110	110	110	110	110
موقف_الادارة	Corrélation de Pearson	,298**	,138	,934	1	,271
	Sig. (bilatérale)	,002	,149	,000		,004
	N	110	110	110	110	110
موقف_النشاطات	Corrélation de Pearson	,061	,317	,215	,271	1
	Sig. (bilatérale)	,527	,001	,024	,004	
	N	110	110	110	110	110

المصدر : من اعداد الطالب بالاعتماد على برنامج SPSS

جدول رقم (11) قياس العلاقة ما بين الرياضة المدرسية و مواقف التكيف الاجتماعي

1- علاقة الارتباط بين الرياضة المدرسية وموقف التلاميذ مع زملائهم :

نلاحظ من خلال الجدول رقم () ان علاقة الارتباط بين الرياضة المدرسية و موقف التلاميذ مع زملائهم تقدر ب 15.2 % حسب معامل الارتباط بيرسون و هي علاقة ارتباط موجبة و بما انها اقل من 40 % فهي علاقة ضئيلة و هذا ما يدل على ان ممارسة الرياضة المدرسية تساهم ب نسبة صغيرة في تكيف التلاميذ مع بعضهم البعض .

2- علاقة الارتباط بين الرياضة المدرسية و موقف التلميذ مع المدرسين :

نلاحظ من خلال الجدول رقم () ان علاقة الارتباط بين الرياضة المدرسية و موقف التلاميذ مع المدرسين تقدر ب 36 % حسب معامل الارتباط بيرسون و هي علاقة ارتباط موجبة و بما انها اقل من 40 % فهي علاقة ضئيلة و هذا ما يدل على ان ممارسة الرياضة المدرسية تساهم ب نسبة صغيرة في تكيف التلاميذ مع الأساتذة .

3- علاقة الارتباط بين الرياضة المدرسية وموقف التلاميذ مع الادارة :

نلاحظ من خلال الجدول رقم () ان علاقة الارتباط بين الرياضة المدرسية و موقف التلاميذ مع الادارة تقدر ب 29.8 % حسب معامل الارتباط بيرسون و هي علاقة ارتباط موجبة و بما انها اقل من 40 % فهي علاقة ضئيلة و هذا ما يدل على ان ممارسة الرياضة المدرسية تساهم ب نسبة صغيرة في تكيف التلاميذ مع الادارة .

4- علاقة الارتباط بين الرياضة المدرسية والنشاطات:

5- نلاحظ من خلال الجدول رقم () ان علاقة الارتباط بين الرياضة المدرسية و موقف التلاميذ تقدر ب 6 % حسب معامل الارتباط بيرسون و هي علاقة ارتباط موجبة و بما انها اقل من 40 % فهي علاقة ضئيلة و هذا ما يدل على ان ممارسة الرياضة المدرسية تساهم ب نسبة صغيرة في تكيف التلاميذ مع النشاطات المدرسية.

الاستنتاج العام:

بناء على العلاقة بين الجانب النظري والتطبيقي الوطيدة و التكاملية وبحثنا على علاقة ممارسة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، و بعد تحليل المقياس الخاص بالتلاميذ توصلنا إلى النتائج التالية : إن ممارسة النشاط البدني و الرياضي من طرف التلاميذ في المرحلة المتوسطة نستخلص مدى وعيهم وإدراكهم بالدور المنوط الذي يلعبه هذا الأخير في تحقيق التكيف الاجتماعي ، وذلك عن طريق تمكين العلاقات الاجتماعية ما بين الأفراد و التخفيف من المشاكل النفسية الاجتماعية للمراهقين وخلق روح التعاون بين الزملاء لاكتساب أصدقاء بالإضافة إلى إدراكهم بفائدة النشاط البدني و الرياضي و الرياضة المدرسية بصفة خاصة ، وهذا الفهم الجيد لهذا الدور الحيوي يؤدي إلى الإقبال عليه و زيادة الحيوية عند ممارسته كما يساهم في إبعادهم عن بعض الانحرافات الاجتماعية مثل الآفات الاجتماعية الخطيرة ومن هنا نكون قد وصلنا إلى نتيجة أن ممارسة الرياضة المدرسية لها دور إيجابي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، كما يساعد الفرد على التفاعل مع أفراد بيئته والإحساس بالقيم والمثل التي يؤمن بها المجتمع و تمسكه بها على نحو يرضي بيه نفسه و الآخرين واكتساب الثقة بالنفس و الاستقلالية وتكوين صورة ذاتية واقعية و الإحساس بالتكيف الاجتماعي وإشباع حاجاته وتوجيهاته إلى الطريق الأنسب لتحقيق التوافق الاجتماعي ، كما يتيح له أيضا فهم العلاقات الاجتماعية و التكيف معها واكتساب المعايير والقيم و الاتجاهات الإيجابية والشعور بالمسؤولية وبذلك يحيي حياة اجتماعية مستقرة تتجه هي نحو تحسين سلوكيه الاجتماعي ، وبالتالي تكوين شخصية متكاملة و متوازنة من جميع النواحي الاجتماعية و النفسية و البدنية وعلى المربين الرياضيين،وكذا المختصين في القطاع أن يكون مهيين علميا ومكونين في كل الميادين ليكونوا قدوة حسنة بالنسبة للتلاميذ المراهقين في هذه العملية النبيلة في إعداد المراهق.

الاقتراحات والتوصيات :

توصلنا من خلال قيامنا لهذا البحث المتواضع والذي يتضمن علاقة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة أن النشاط البدني يجعل التلميذ يزيد في حجم تكيفه مع أفراد المجتمع ويسهم بشكل كبير في زيادة حجم التكيف .

التي تساعد كلا من الأستاذ أو المربي أو المسؤول في تكوين جيل سليم لعدة جوانب نفسية ،عقلية بدنية و المتمثلة فيما يلي : -الاعتناء باتجاهات التلاميذ نحو التربية البدنية و الرياضية وذلك بتعزيز الاتجاهات الايجابية أو تغير الاتجاهات السلبية إعطاء أهمية بالغة لمرحلة المراهقة ، باعتبارها المرحلة الأساسية لترسيخ المكتسبات و الخبرات _ . إعطاء أهمية كبيرة للألعاب الجماعية بتسخير كل اللوازم المادية و المعنوية للمراهقين تغير النظرة للنشاط البدني و الرياضي (الرياضة المدرسية) بأنه سبب للعدوان . يعودهم روح المشاركة و يكسبهم الكثير من المهارات الاجتماعية توجيه المراهقين في حياتهم الاجتماعية و الرياضية و مرافقتهم .

توعية المراهقين بخطورة الصفات السلبية و أثرها على شخصية الفرد .

الحث على ممارسة الرياضة و الحرص على جوهرها و التعاون و الاحترام على الأساتذة الاهتمام بتحسين علاقتهم مع بالتلاميذ لتوليد الرغبة في نفوسهم وبتالي تحقيق النجاح و تعويدهم على روح المشاركة و إكسابهم كثير من المهارات الاجتماعية في التعامل و السلوك محاولة الوقوف بشكل أوسع على الفروق الجنسية في التكيف الاجتماعي و الأسباب التي تؤدي إلى ارتفاعها و انخفاضها .

أصبحت المشاكل الاجتماعية ومنها مشكل التكيف الاجتماعي التي يتخبط فيها المراهق بصفة عامة وتلاميذ المرحلة المتوسطة بصفة خاصة مشكل بالغ الأهمية ، إن مشكل التكيف الاجتماعي موضوع انشغال كثير من العلماء حيث أقروا أن التكيف الاجتماعي لا يستطيع أن يتحقق إلا بممارسة الرياضة وتلقي التوجيهات والإرشادات وتخلق أحسن العلاقات بين التلاميذ في الوسط الاجتماعي ومما دعانا لكتابة بحث خاص درسنا فيه وسيلة من وسائل معالجة هذا المشكل ، ألا وهي أثر ممارسة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي ، فحاولنا في بحثنا هذا أن نوضح التأثيرات الإيجابية والدور الكبير التي تقدمها الرياضة المدرسية للمراهق ومساهمتها في تحقيق التكيف الاجتماعي عن طريق تكيف التلميذ مع

بيئته الاجتماعية والانسجام بين إشباع حاجاته المتعددة وإمكانياته الأدائية والعقلية الحقيقية وظروف الواقع المعاش . وعليه فإن النشاط البدني و الرياضي يساهم في الارتقاء بالعلاقات الاجتماعية بين الفرد وذاته وبين الفرد والجماعة وتنمية لقدرات التلاميذ العقلية وتطوير النضج الفكري وتعلم قيم الروح الرياضية والتنافسية مما يعمل على إنشاء جيل صحيح البنية الجسمية ، قوي الشخصية ذو أفكار بناءة ويعمل على النهوض بالرياضة الوطنية وتمثيلها أحسن تمثيل كما يعتبر وسيلة هامة في إنشاء علاقات أخوية وصدقات متينة في وسط اجتماعي . ومن خلال هذا كله تبين لنا أن الرياضة المدرسية دور في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .

الخاتمة :

أصبحت المشاكل الاجتماعية ومنها مشكل التكيف الاجتماعي التي يتخبط فيها المراهق بصفة عامة وتلميذ المرحلة المتوسطة بصفة خاصة مشكل بالغ الأهمية ، إن المشكل التكيف الاجتماعي موضوع انشغال كثير من العلماء حيث أقرّوا أن التكيف الاجتماعي لا يستطيع أن يتحقق إلا بممارسة النشاط البدني والرياضي وتلقي التوجيهات والإرشادات وبما تختلف أحسن العلاقات بين التلاميذ في الوسط الاجتماعي ومما دعانا لكتابة بحث خاص درسنا فيه وسيلة من وسائل معالجة هذا المشكل ، ألا وهي أثر ممارسة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي ، فحاولنا في بحثنا هذا أن نوضح التأثيرات الإيجابية والدور الكبير التي تقدمها الرياضة المدرسية للمراهق ومساهمتها في تحقيق التكيف الاجتماعي عن طريق تكيف التلميذ مع بيئته. الاجتماعية والانسجام بين إشباع حاجاته المتعددة وإمكانياته الأدائية والعقلية الحقيقية وظروف الواقع المعاش وعليه فإن الرياضة المدرسية تساهم في الارتقاء بالعلاقات الاجتماعية بين الفرد وذاته وبين الفرد والجماعة وتنمية لقدرات التلاميذ العقلية وتطوير النضج الفكري وتعلم قيم الروح الرياضية والتنافسية مما تعمل على إنشاء جيل صحيح البنية الجسمية ، قوي الشخصية ذو أفكار بناءة ويعمل على النهوض بالرياضة الوطنية وتمثيلها أحسن تمثيل كما تعتبر وسيلة هامة في إنشاء علاقات أخوية وصدقات متينة في وسط اجتماعي .

ومن خلال هذا كله تبين لنا أن للرياضة المدرسية علاقة في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

قائمة المراجع

قائمة المصادر :

- 1- - سورة يونس، الآية 26.
 - 2- سورة الجن الآية 6
 - 3- سورة الروم، الآية 54.
- قائمة الكتب و المذكرات:
- 1- وزارة الشبيبة و الرياضة للجمهورية الجزائرية ، قانون التربية البدنية و الرياضة
 - 2- أحمد زكي بدوي ، معجم مصطلحات العلوم الإجتماعية ، مكتبة لبنان بيروت ، السنة 1979،
 - 3- إبراهيم محمد سلامة ، " اللياقة البدنية للإختبارات و التدريب ، ط2 ، دار المعارف ، القاهرة 1980
 - 4- جريدة الخبر الصادرة بتاريخ : 25 نوفمبر 1996 ، " إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية " ،
 - 5- د.علي الديري، طرق تدريس التربية الرياضية في المرحلة الاساسية : (التربية الحركية)، مؤسسة حمادة للدراسات الجامعية والنشر والتوزيع ،الاردن، 2014،
 - 6- جريدة الخبر، تاريخ 26 نوفمبر 1996، إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية
 - 7- لكحل حبيب الله وآخرون، مكانة الرياضة المدرسية ودورها في انتقاء المواهب، مذكرة لنيل شهادة ليسانس قسم التربية البدنية والرياضية، الجزائر،
 - 8- محمد عادل خطاب، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، القاهرة، 1965،
 - 9- محمد عادل خطاب ، التربية الوطنية للخدمة الإجتماعية ، ط2 ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، مصر 1965
 - 10- د . محمد بسيوني ، فيصل ياسين الشطي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضة ، ط2 ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر 1992 م .

- 11- عباس أحمد السمراني - طرق تدريس التربية الرياضية - جامعة بغداد - 1984 - بغداد.
- 12- أمين أنور الخولي و آخرون-التربية الرياضية المدرسية: دليل معتم الفصل وطالب التربية العلمية-ط4 -دار الفكر العربي - 1998-القاهرة .
- 13- إبراهيم عبد السلامة -الاختبارات والقياس في التربية البدنية - دار المعارف - 1980- القاهرة-ص130.
- 14- مكارم حلمي أبو هريرة و محمد سعد زغلول-مناهج التربية البدنية والرياضية - مركز الكتاب للنشر - 1999- القاهرة
- 15- حسن شلتوت و حسن معوض-التنظيم والإدارة في التربية الرياضية- - دار المعارف والنشر-1998- القاهرة
- 16- مكارم حلمي أبو هريرة و محمد سعد زغلول-مناهج التربية البدنية والرياضية.
- 17- وثيقة من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية
- 18- القانون العام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، الانضمام والتأهيل، المادة 02.
- 19- قاسم المنديلاوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية في التربية الرياضية،
- 20- مذكرة لنيل شهادة ليسانس في الت ب ر (مذكرة غير منشورة)، الجزائر
- 21- وزارة التربية الوطنية، لحة عامة عن النشاط المدرسي،
- 22- وزارة التربية الوطنية، لحة عامة عن النشاط المدرسي
- 23- وزارة التربية الوطنية، لحة عامة عن النشاط المدرسي
- 24- وزارة التربية الوطنية، لحة عامة عن النشاط المدرسي
- 25- محمد عاطف نجيب ، " قاموس علم النفس " ، دار المعرفة ، الإسكندرية ، سنة 1989 ،
- 26- مصطفى فهمي ، " الصحة النفسية " ، دار المعارف ، القاهرة ، ط3 ، 1958،
- 27- يوسف مراد ، دراسات في التكامل النفسي ، دار المعارف ، القاهرة ، ط3 ، 1958
- 28- أحمد عزة راجح ، " أصول علم النفس " ، مكتبة الأنجلومصرية ، ط 01 ، سنة 1975

- 29- شافولورانس ، " علم النفس المرضي " ، ترجمة صبري جرجس ، فصل منشور في كتاب ميادين علم النفس ، المجلد الأول ، أشرف على الترجمة " يوسف مراد " ، دار المعارف القاهرة ، 1966.
- 30- أسعد رزوق . موسوعة علم النفس . بيروت . المؤسسة العربية للنشر والطبع . بيروت 1974
- 31- محمد عاطف غيث . قاموس علم الاجتماع . دار المعرفة الجامعية . الإسكندرية 1989
- 32- كمال دسوقي . علم النفس ودراسة التوافق . دار النهضة العربية للطباعة والنشر . بيروت 1974
- 33- سمية أحمد فهمي . مجالات الصحة النفسية في المدرسة . حولية كلية البيئات . جامعة عين الشمس . القاهرة . طبعة عين الشمس العدد 3 . القاهرة 1962 .
- 34- سعيد عبد العزيز . جودات عزت عطوي التوجيه المدرسي . دار الثقافة للنشر و التوزيع عمان ط سنة 2004
- 35- حسن شحاتة سدфан . أسمى علم الاجتماع . دار النهضة العربية . القاهرة 1956
- 36- مصطفى فهمي " الصحة النفسية " ، دراسات في سيكولوجية التكيف . الناشر مكتبة الخانجي . القاهرة ط 2 سنة 1987 .
- 37- سعيد عبد العزيز ، عزت عطوي ، التوجه المدرسي ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، طبعة 01، سنة 2004.
- 38- محمد مصطفى أحمد ، التكيف والمشكلة المدرسية من منظور الخدمة الاجتماعية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، طبعة 01، سنة 1985،
- 39- سعد جلال ومحمد علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة 1992
- 40- مدحت عبد الحميد عبد اللطيف . 1990 .
- 41- " (عبد الحميد محمد شاذلي ، 2001 ،
- 42- أحمد محمد حسن صالح و آخرون . 2000 ..
- 43- أبو الفضل جمال الدين ابن منظور، لسان العرب، المجلد 12 دار الطباعة والنشر بيروت سنة 1956

- 44- كمال الدسوقي: النمو التربوي للطفل والمراهق، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1979.
- 45- محمد السيد الزعبلوي: تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس ،، ط3، مؤسسة الكتب الثقافية، بيروت ، 1997
- 46- محمد علي الصابوني، صفوت التفاسير ، ط5، مكتب الشهاب للطباعة والنشر، الجزائر، 1990،
- 47- الحافظ عماد الدين ابن كثير، تفسير القرآن الكريم العظيم، ج4 دار المعرفة، لبنان، 1982،
- 48- فخر العقل: علم النفس التربوي ، ط2، دار العلم للملايين، بيروت1985،.
- 49- احمد زكي بدوي: معجم المصطلحات العلوم الاجتماعية، مكتب لبنان، بيروت، 1993.
- 50- فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975،
- 51- مصطفى عشوي، مدخل إلى علم النفس المعاصر، ديوان المطبوعات الجامعية، 1994 .
- 52- كمال الدسوقي: النمو التربوي للطفل والمراهق، دار الفكر العربي ، مصر دن ، 1979.
- 53- عمر محمد التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية برعاية الشباب، الجامعة المفتوحة، ليبيا، 1987.
- 54- توما جورج خوري: علم النفس التربوي، ط2، المؤسسة الجامعية للدراسات بيروت، 1989
- 55- الشيخ كمال محمد عويطة: علم النفس النمو، ط1، دار الكتب العلمية للطباعة والنشر والتوزيع ،بيروت، 1996
- 56- أسامة كامل راتب: مدخل للنمو المتكامل الطفل المراهق، دار الفكر العربي، للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1999.
- 57- محمد قطب: منهج التربية الإسلامية ، ط15 ، دار الشروق للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية، ، 2001.
- 58- الشيخ خالد عبد الرحمان عك، تربية الأبناء البنات في ضوء الكتاب والسنة، دار المعرفة للطباعة والنشر والتوزيع بيروت 1999
- 59- رمضان محمد ألقذافي، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2000.

- 60- انتصار يونس، السلوك الإنساني، المكتبة الجامعية، للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية 2000،
- 61- عبد الكريم قريشي: مشكلات التوافق لدى المراهق الجزائري في المدرسة الثانوية، رسالة دكتوراه دولة في علم النفس التربوي، غير منشورة، معهد علوم النفس جامعة قسنطينة 1999-2000.
- 62- مصباح عامر: التنشئة الاجتماعية والسلوك الانحرافي لتلميذ المدرسة الثانوية، ط1، دار الأمة، الجزائر 2003
- 63- عمر محمد تومي الشيبان عمر محمد التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية برعاية الشباب، الجامعة المفتوحة، ليبيا، 1987
- 64- زيدان محمد مصطفى، النمو النفسي للطفل والمراهق، دار الشروق جدة 1980
- 65- فاروق الدسوقي: مقومات المجتمع المسلم، ط2، مكتبة الإسلامية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت 1986،
- 66- عبد الرحمن عيسوي، النمو الروحي والخلقي، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت 1996
- 67- عبد المنعم المليجي حلمي المليجي، النمو النفسي، ط5، دار النهضة للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت 1971
- 68- عبد الرحمان محمد العيسوي، تصميم البحوث النفسية والاجتماعية والتربوية، ط1، دراسات في تفسير السلوك الإنساني، دار راتب الجامعية، بيروت، 1999.
- 69- موسوعة التغذية وعناصرها، الشركة الشرقية للمطبوعات، بيروت 1982..
- 70- فاخر عاقل، علم النفس التربوي، ط2، دار العلام للملايين، بيروت 1985،.
- 71- عبد العربي السيد شخص، علم النفس الاجتماعي، دار القاهرة للكتب والطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة 2001.
- 72- ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن والريف دار المعارف، مصر 1971.
- 73- ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلة الطفولة و المراهقة، دار المعارف، مصر، 1971.
- 74- محمود حسن، مقدمة في علم الاجتماع، ط2، منشورات ذات السلاسل القوية، دت،.

- 75- عبد الغني ديدي، التحليل النفسي للمراهقة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت 1995
- 76- مريم سليم، علم النفس النمو، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت محمد عاطف غيث، المشاكل الاجتماعية والسلوك الانحرافي، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية دت ن 18.
- 77- عبد الرحمان العيسوي، التربية النفسية للطفل والمراهق ، دار الراتب الجامعية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، 2000
- 78- محمد فؤاد البهي، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي القاهرة 1975
- 79- ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن والريف دار المعارف ، مصر 1971.
- 80- محمد حسن ،علاوي علم النفس الرياضي ، ط8 ، دار المعارف القاهرة ، 1994
- 81- جوادى خالد ، العلاقات الإجتماعية داخل حصة التربية البدنية و الرياضية للمرحلة ما بين 17-20 سنة ،رسالة ماجستيرغ ، الجزائر ، 200-2001.
- 82- محي الدين مختار بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر سنة 1995 ،
- 83- د. حسن احمد الشافعي مبادئ البحث في التربية البدنية والرياضية ، منشأة المعارف الإسكندرية ، سنة 1994
- 84- رابع تركي ، مناهج البحث في علو التربية ، دارالفكر العربية ، 1984.
- 85- إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين باهي ، طرق البحث العلمي و التحليل الإحصائي ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، سنة 2000 .

الملاحق



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة -
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان
علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي

الموضوع:

❖ الرياضة المدرسية و علاقتها في تحقيق التكيف
الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط
❖ دراسة ميدانية لبعض متوسطات مدينة بسكرة

نوجه لكم هذه الاستمارة و نطلب منكم الاجابة على هذه الاسئلة بكل موضوعية و ذلك بوضع
علامة (x) في الاطار المخصص للاجابة المختارة
علما ان مساهمتكم هاته ستحضى بطابع الامانة و السرية التامة و شكرا.

البيانات العامة:

الجنس: ذكر انثى
المستوى: اولى متوسط ثانية متوسط ثالثة متوسط رابعة متوسط

السنة الدراسية: 2016-2017

المقياس

لغرض قياس مستوى التكيف الاجتماعي لدى عينة البحث من تلاميذ المتوسطة لجأ الباحث إلى استخدام مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي الذي تم إعداده من قبل الباحث محمود مطر والمقياس مخصص لطلبة المدارس المتوسطة ولغرض تطبيقه على عينة الدراسة، قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من السادة الخبراء من ذوي الخبرة والاختصاص والذي تم إقراره من قبلهم وبذلك تحقق الصدق الظاهري للمقياس ويحتوي المقياس على أربعة محاور وهي :

المحور الأول : علاقة التلميذ بزملائه .

المحور الثاني : علاقة التلميذ بالمدرسين .

المحور الثالث : علاقة التلميذ بالمدرس وإدارتها .

المحور الرابع : موقف التلميذ من النشاطات المدرسية .

. واستناداً إلى كل ما سبق تم أعداد (87) فقرة لاعتمادها في التعرف على مستوى

التكيف الاجتماعي المدرسي لعينة البحث حيث توزعت فقرات المقياس على (24) فقرة

ضمن المحور الأول و (24) فقرة ضمن المحور الثاني و (23) فقرة ضمن المحور الثالث و

(16) فقرة ضمن المحور الرابع والمقياس ثلاثي الأبعاد.

المحور الأول : موقف التلميذ مع زملائه .				
ت	الفقرات	نعم	لا	لا ادري
1	أكون صداقات بسهولة مع زملائي في المتوسطة			
2	الزملاء يسخرون مني في المتوسطة			
3	يكرهني الزملاء			
4	أغار من زملائي واحسداهم			
5	احتاج من أبوح له بمتاعبي			
6	لي أصدقاء كثيرون في المتوسطة			
7	يهمني أن ينجح زملائي في المتوسطة			
8	كثيراً ما يجرح الزملاء شعوري في المتوسطة			
9	اشعر أن زملائي يهتمون بالأشياء التي اهتم بها			
10	ارغب في تقديم المساعدة لزملائي في المتوسطة			
11	اشعر بالسعادة عندما يتخاصم زملائي في المتوسطة			
12	أجد صعوبة في الاندماج مع زملائي في عمل مشترك			
13	اشعر أن زملائي يتهامسون ضدي			
14	اشعر أن لي مكانه حسنة بين زملائي في المتوسطة			
15	يسعدني التحدث مع زملائي في ممرات المتوسطة			
16	استمتع بمجرد وجودي مع تلاميذ صفي			
17	ينفذ صبري بسهولة عند مناقشة زملائي في المتوسطة			
18	أميل الى الجلوس بعيداً عن زملائي في المتوسطة			
19	في كثير من الأحيان أكون مفيداً لزملائي			
20	اشعر بالسعادة عندما يفرح أصدقائي			
21	أحاول دائماً ان أصلح بين أصدقائي المتخاصمين			
22	كثيراً ما يسمع التلاميذ مقترحاتي			
23	اقنع زملائي بوجهة نظري بسهولة			
24	كثيراً ما اختلف مع زملائي في المتوسطة			

المحور الثاني : موقف التلميذ مع المدرسين .				
ت	الفقرات	نعم	لا	لا ادري
1	اجد صعوبة في فهم بعض المواد الدراسية التي يطرحها المدرسون خلال الدرس			
2	اشعر بالارتياح بوجود المدرس معنا في الصف			
3	مدرسون يجعلون مادة الدرس مشوقة لنا			
4	احصل على مساعدة شخصية من بعض المدرسين			
5	المدرسون يراعون شعوري كثيرا			
6	مدرسون عادلون بتعاملهم			
7	اجد صعوبة في كسب حب وتقدير المدرسين			
8	اشعر بالخجل عندما أتحدث مع المدرسين			
9	اشعر ان المدرسين يمنحوني الثقة بالنفس			
10	أحب المدرسين في متوسطتي واحترمهم			
11	مدرسون يراعون ظروفنا الخاصة			
12	اشعر ان بعض المدرسين يحطمون نفسياتي			
13	المدرسون يشجعون المناقشات داخل الصف			
14	بعض المدرسين يستخدمون أساليب حديثة في التدريس			
15	بعض المدرسين يحثونا على الدراسة			
16	اشعر أن معظم المدرسين يحبونني			
17	يسامحني المدرسين عندما اخطأ			
18	لا أتردد في استشارة بعض المدرسين في موضوع كان			
19	اشعر بان المدرسين لا يفهمونني			
20	اسأل المدرسين كثيراً			
21	اشعر بالارتياح عندما يكلفني المدرسين ببعض الأعمال			
22	حريص على تهنئة المدرسين في الأعياد والمناسبات			
23	عندما أغيب يسأل عني المدرسون			
24	يعجبني الاستماع الى المدرسين			

المحور الثالث : موقف التلميذ مع المدرسة و ادارتها .				
ت	الفقرات	نعم	لا	لا ادري
1	أريد أن اترك المتوسطة			
2	أقوم بأعمال كثيرة في المتوسطة			
3	اكتب أحيانا ما يخطر بالي على جدران المتوسطة			
4	أحب النظام المدرسي واحترمه			
5	اشعر بالسعادة عندما اقضي اكبر وقت ممكن في المتوسطة			
6	الإدارة تعاملنا معاملة حسنة			
7	أحب الحفلات والمهرجانات التي تقيمها المتوسطة			
8	بعجني مشاركة الطلبة في تزيين المتوسطة			
9	اشعر بالحسرة عند انتهاء العطلة الصيفية			
10	الإدارة غير مهتمة أمور ومشاكل التلاميذ في المتوسطة			
11	اشعر بالفخر حين أكلف بعمل من قبل الإدارة			
12	اشعر برغبة في مخالفة أنظمة الإدارة أحيانا			
13	المتوسطة تساعدني على حل المشكلات التي تواجهني خارجها			
14	تتحاز إدارة المتوسطة بعض التلاميذ			
15	أتوقع العقوبة دوما من إدارة المتوسطة			
16	إدارة المتوسطة لا تقدر ظروفنا عندما نتأخر			
17	اشعر بالسعادة عند الاصطفاف الصباحي			
18	يويخنا المدير كثيراً			
19	لا ارغب في ذهاب ولي أمري الى اجتماع الآباء في المتوسطة			
20	تهتم ادارة المدرسة بالتلميذ الذي يصاب او يمرض في المتوسطة			
21	إدارة المتوسطة تكلفنا بأمور لا تليق بنا			
22	انا احب المدير . او المدير شخصيته محوبة			
23	احب ان يزورنا المدير الى الصفوف			

المحور الرابع : موقف التلميذ من النشاطات المدرسية .				
ت	الفقرات	نعم	لا	لا ادري
1	اشعر بالسعادة والارتياح في الحفلات والمهرجانات			
2	احرص على متابعة النشاطات الاجتماعية المتنوعة في متوسطتي			
3	اشعر بالسعادة عندما أشارك في الرحلات			
4	أفكر دوما في التخطيط للنشاطات الاجتماعية			
5	النشاطات الاجتماعية في المتوسطة مخطط لها شكل جيد			
6	ابذل أقصى جهدي من اجل فوز متوسطتي في السباقات الرياضية			
7	لا يهمني التعب عندما اعمل في لجنة من لجان النشاط المدرسي			
8	اشعر بالسعادة عندما اقوم بعمل يخدم النشاطات الاجتماعية المدرسية			
9	يعجبني التلميذ الذي يشارك في النشاطات المدرسية			
10	اشعر بالخجل عندما أقوم بدور تمثيلي في المتوسطة			
11	لا امتلك الجرأة على ممارسة النشاط الاجتماعي المدرسي			
12	اشعر بالسعادة عندما أشارك في عمل جماعي في المتوسطة			
13	اشعر بالملل اذا خلت المتوسطة من النشاطات الاجتماعية المدرسية			
14	احرص على عمل النشرات وجلب وسائل الإيضاح			
15	احرص على المشاركة في أي نشاط داخل المتوسطة			
16	يعجبني المشاركة في تحية العلم			

إستمارة إستبيان

أعزائي التلاميذ :

يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة للإجابة على ماورد فيها من أسئلة ، وكلّي ثقة فيكم وفي إجابتكم وبذلك تكونون قد ساهمتم في إنجاح هذا البحث الذي أنا بصدد إنجازه والذي موضوعه :

" ممارسة الرياضة المدرسية وعلاقتها في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسط " .

ملاحظة : من فضلك ضع علامة x في سؤال حول الجنس و المستوى و الأرقام 1-2-3 في باقي

الاسئلة على الإجابة المختارة

2- الجنس - ذكر

- أنثى

3- المستوى - الأولى متوسط

- الثانية متوسط

- الثالثة متوسط

- الرابعة متوسط

1- هل ممارسة الرياضة المدرسية تساعد على كسب بسهولة أصدقاء جدد ؟

نعم لا لا أدري

2- هل الرياضة المدرسية تساعدك على إزالة الشعور بعدم الراحة في وجود الآخرين؟

نعم لا أدري لا

3- هل ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك تشعر بالمتعة في مساعدة الآخرين؟

نعم لا لا أدري

4- هل ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك تشترك أكثر في المناسبات الاجتماعية عندما

تسمح لك الفرصة ؟

نعم لا لا أدري

5- هل ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك تفضل العمل كعضو في الجماعة ؟

نعم لا لا أدري

6- هل الرياضة المدرسية تساعدك على نسيان الخلاف مع زملائك في سبيل الحفاظ

على علاقتك الطيبة معهم ؟

نعم لا أدري لا

7- هل ممارسة الرياضة المدرسية تشعرك بأنك شخص اجتماعي ؟

نعم لا لا أدري

8- هل الرياضة المدرسية تساعدك على الإحتكاك والميول أكثر إلى زملائك؟

نعم لا لا أدري

9- هل تستمتع بممارستك الرياضة المدرسية ؟

نعم لا أدري لا

10- هل ممارسة الرياضة المدرسية تشعرك بأنك على وفاق مع من حولك من الناس ؟

نعم لا أدري لا

11- هل ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك شخص منطلق ومتفتح ؟

نعم لا لا أدري

12- هل للرياضة المدرسية دور في جعلك تشارك زملائك اهتماماتهم وأفكارهم ؟

نعم لا أدري لا

13- هل ممارسة الرياضة المدرسية تشعرك بأنك عضو في جماعة من الأصدقاء ؟

نعم لا أدري لا

14- هل للرياضة المدرسية دور في جعل علاقتك بزملائك تدوم لفترة طويلة؟

نعم لا أدري لا

15- هل تضمن أن ممارسة الرياضة المدرسية لها دور في إزالة الشور بالخجل لديك ؟

نعم لا أدري لا

16- هل ممارسة الرياضة المدرسية تشعرك بأنك إنسان محبوب لدى زملائك؟

نعم لا أدري لا

17- هل الرياضة المدرسية تساعدك على تقبل نواحي أو نقاط الضعف الخاصة بك ؟

نعم لا لا أدري

18- هل للرياضة المدرسية دور في جعلك تعبر عن مشاعرك لزملائك حتى ولو أدى

ذلك إلى نتائج سلبية ؟

نعم لا لا أدري

19- هل للرياضة المدرسية دور في جعلك تعبر عن رأيك بجدية دون تردد أو خوف ؟

نعم لا لا أدري

20- في رأيك هل ممارسة الرياضة المدرسية تشعرك بأنك مسؤول عن مساعدة زملائك؟

نعم لا لا أدري

ملخص البحث

العنوان : الرياضة المدرسية و علاقتها بتحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

- أهداف البحث

1- توضيح وتبيان علاقة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.

2- إظهار العلاقة التي تربط ممارسة الرياضة المدرسية وبناء شخصية سليمة ومرتنة ومتكيفة مع المشاكل

الاجتماعية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط

مشكلة الدراسة: هل للرياضة المدرسية علاقة في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.؟

فرضيات الدراسة:- لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي

لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

1. لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع زملائه .

2. لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع المدرسين .

3. لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع المدرسة وادارتها

4. لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية للرياضة المدرسية في تكيف التلميذ مع النشاطات المدرسية

اجراءات الدراسة: العينة: عينة قصدية عشوائية تتكون من 110 تلميذ ممارسة للرياضة المدرسية

المجال المكاني : 3 متوسطات. زاغز جلول. احمد زيد يوسف العمودي

المجال الزمني: تتحدد هذه الدراسة في السنة الدراسية من شهر اكتوبر الى شهر ماي .

المنهج المتبع: المنهج الوصفي الذي يتم بواسطته المعرفة الدقيقة والتفصيلية لعناصر مشكلة أو ظاهرة ما .

الأدوات المستعملة:المقياس. الاستبيان

الأساليب الإحصائية المستعملة:المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري .النسبة المئوية، معامل الارتباط بيرسون.

النتائج المتوصل إليها : من النتائج التي توصلنا إليها في هذه الدراسة هي:

-إن ممارسة النشاط البدني و الرياضي من طرف التلاميذ في المرحلة المتوسطة نستخلص مدى وعيهم

وإدراكهم بالدور المنوط الذي يلعبه هذا الأخير في تحقيق التكيف الاجتماعي

-كما يتيح له أيضا فهم العلاقات الاجتماعية و التكيف معها واكتساب المعايير والقيم و الاتجاهات

الإيجابية والشعور بالمسؤولية وبذلك يحبي حياة اجتماعية مستقرة تتجه هي نحو تحسين سلوكيه الاجتماعي

الاقتراحات: الاعتناء باتجاهات التلاميذ نحو التربية البدنية و الرياضية وذلك بتعزيز الاتجاهات الإيجابية أو

تغيير الاتجاهات السلبية إعطاء أهمية بالغة لمرحلة المراهقة

- إعطاء أهمية كبيرة للألعاب الجماعية بتسخير كل اللوازم المادية و المعنوية للمراهقين تغيير النظرة للنشاط

البدني و الرياضي (الرياضة المدرسية) بأنه سبب للعدوان.