



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم التربية الحركية



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية

العنوان:

معوقات نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية في  
المرحلة الثانوية

دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية - باتنة -

إشراف الدكتور :

شتيوي عبد المالك

إعداد الطالب :

- درار عصام

السنة الجامعية : 2016 / 2017 م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

{ وَقُلْ رَبِّي زِدْنِي عِلْمًا }

طه " 114 " .

# شكر و تقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على معلم البشرية وهادي الإنسانية وعلى آله

وصحبة ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين.

أتوجه بالشكر الجزيل لكل من ساهم في إخراج هذا البحث إلى حيز التنفيذ، إلى كل

من كان سببا في تعليمي وتوجيهي و مساعدتي.

إلى الدكتور الفاضل: د- شتيوي عبد المالك .

حيث لم يأل جهدا في إرشادي وتوجيهي أثناء عملي في البحث . كما لم ييخل علي

بنصائحه القيمة وارشاداته المؤطرة.



# قائمة المحتويات

رقم الصفحة	العنوان
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
	مقدمة
	الجانب التمهيدي
4	إشكالية
5	الفرضيات
5	أهمية الدراسة
5	أهداف الدراسة
5	أسباب اختيار الموضوع
6	الدراسات السابقة
7	شرح مصطلحات البحث
	الجانب النظري
	الفصل الأول: حصة التربية البدنية و الرياضية
10	تمهيد
11	1- مفهوم التربية
13	2- علاقة التربية البدنية و الرياضية
14	3- مكانة التربية البدنية و الرياضية في الجزائر
15	4- ماهية و أهمية درس التربية البدنية
16	5- أهداف التربية البدنية و الرياضية
19	6- مهام درس التربية البدنية في المدارس
23	7- تنظيم تعلم درس التربية البدنية و الرياضية
24	8- الأسس العلمية للتربية البدنية و الرياضية
26	خلاصة
	الفصل الثاني: استاذ التربية البدنية و الرياضية
28	تمهيد
29	1- تعريف أستاذ التربية البدنية و الرياضية
29	2- صفات و خصائص أستاذ التربية البدنية و الرياضية
31	3- صفات الأستاذ الناجح
32	4- دور أستاذ التربية البدنية و الرياضية في العملية التعليمية
35	5- واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية
37	6- دور الأستاذ في إعداد درس التربية البدنية و الرياضية
38	7- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية و الرياضية في المدرسة
39	8- طبيعة عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية
39	9- إعداد أستاذ التربية البدنية و الرياضية
40	10- الأستاذ وبرنامج التربية البدنية و الرياضية
41	11- معلومات الأستاذ عن المادة
41	12- العوائق والعراقيل
43	الخلاصة
	الفصل الثالث: مرحلة المراهقة
48	تمهيد
49	1- مفهوم المراهقة
49	2- تعريف المراهقة
50	3- مراحل المراهقة
51	4- خصائص المراهقة المتوسطة
54	5- حاجات المراهق
56	6- أشكال المراهقة

58	7- أهمية المراقبة في التطور الحركي للرياضيين
59	8- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراقبين
59	9- تطور الصفات البدنية والقدرات الحركية أثناء فترة المراقبة
61	10- مشكلات المراقبة
61	11- نصائح عامة لكل مربي لكيفية التعامل مع المراقبين
63	خلاصة
	الجانب التطبيقي
	الفصل الأول: الإجراءات المنهجية للبحث
66	تمهيد
67	1- الدراسة الاستطلاعية
67	2- منهج البحث
67	3- مجتمع الدراسة
68	4- عينة الدراسة
68	5- مجالات البحث
69	6- أدوات البحث
69	7- الأدوات الإحصائية المستعملة
	الفصل الثاني: عرض ومناقشة النتائج
77	1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى
83	2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية
88	3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة
	الفصل الثالث: تفسير وتحليل النتائج
96	1- مناقشة وتفسير الفرضية الأولى
97	2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية
98	3- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة
100	الاستنتاج العام
101	الاقتراحات والتوصيات
103	خاتمة
105	قائمة المراجع
	الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
	يمثل مدى اهتمام التلاميذ بحصة التربية البدنية و الرياضية.	01
	يبين دافع التلاميذ في حصة التربية البدنية و الرياضية.	02
	يبين العلاقة بين الأستاذ مع التلاميذ.	02
	يبين ما إذا كان التلاميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة.	04
	يبين رد فعل التلاميذ أثناء تقديم الأستاذ للعبة في حصة التربية البدنية والرياضية	05
	يبين ما إذا كانت كثرة التلاميذ في القسم الواحد تساعد على إجراء الحصة	06
	يبين ما إذا كان عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية.	07
	يبين حالة ووضعية المنشآت التي توجد في المؤسسة.	08
	يبين ما إذا كانت المنشآت التي تتوفر عليها المؤسسات مجهزة.	09
	يبين ما إذا كانت الوسائل البيداغوجية مناسبة لكي يقوم الأستاذ بعمله.	10
	يبين ما إذا كانت المؤسسة تتوفر على غرف تغيير الملابس.	11
	يبين نظرة مدرسي المواد الأخرى إلى أستاذ التربية البدنية و الرياضية.	12
	يبين ما إذا كانت هناك خلافات بين أستاذ التربية البدنية و أساتذة المواد الأخرى.	13
	يبين إذا كان أساتذة المواد الأخرى يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.	14
	يبين ما إذا كان المدير يقدر عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.	15
	يبين ما إذا كانت إدارة المؤسسة تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية نهاية اليوم الدراسي.	16
	يبين ما إذا كان المدير يمنح الأستاذ السلطة و الحرية للقيام بعمله.	17

## قائمة الاشكال

الصفحة	عنوان الاشكال	الرقم
	يمثل مدى اهتمام التلاميذ بحصة التربية البدنية و الرياضية.	01
	يبين دافع التلاميذ في حصة التربية البدنية و الرياضية.	02
	يبين العلاقة بين الأستاذ مع التلاميذ.	02
	يبين ما إذا كان التلاميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة.	04
	يبين رد فعل التلاميذ أثناء تقديم الأستاذ للعبة في حصة التربية البدنية والرياضية	05
	يبين ما إذا كانت كثرة التلاميذ في القسم الواحد تساعد على إجراء الحصة	06
	يبين ما إذا كان عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية.	07
	يبين حالة ووضعية المنشآت التي توجد في المؤسسة.	08
	يبين ما إذا كانت المنشآت التي تتوفر عليها المؤسسات مجهزة.	09
	يبين ما إذا كانت الوسائل البيداغوجية مناسبة لكي يقوم الأستاذ بعمله.	10
	يبين ما إذا كانت المؤسسة تتوفر على غرف تغيير الملابس.	11
	يبين نظرة مدرسي المواد الأخرى إلى أستاذ التربية البدنية و الرياضية.	12
	يبين ما إذا كانت هناك خلافات بين أستاذ التربية البدنية و أساتذة المواد الأخرى.	13
	يبين إذا كان أساتذة المواد الأخرى يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.	14
	يبين ما إذا كان المدير يقدر عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.	15
	يبين ما إذا كانت إدارة المؤسسة تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية نهاية اليوم الدراسي.	16
	يبين ما إذا كان المدير يمنح الأستاذ السلطة و الحرية للقيام بعمله.	17



## مقدمة:

إن التربية في أبسط مفهوم لها تعني عملية التوافق و التكيف فالتربية حسب هذا المفهوم عبارة عن عملية تفاعل بين الفرد و بيئته الاجتماعية , و ذلك بغرض التوافق أو التكيف بين الإنسان و القيم و الاتجاهات التي دف إلى مساعدة الشخصية الإنسانية على أن \_ تفرضها البيئة، تبعاً لدرجة التطور المادي و الروحي فيها، فالتربية تنمو نمواً انفعالياً اجتماعياً، عقلياً... الخ سليماً يحررها من الحقد و الكراهية و الضغينة<sup>1</sup> .

\_ كما تعد التربية أساس صلاح المجتمعات البشرية وفلاحها ، فالتربية قوة هائلة تستطيع أن تزكي النفوس وتنقيها وترشدها إلى عبادة الخالق، فهي منهج الحياة في تنمية الأفراد وصقل مواهبهم وشحن عقولهم وأفكارهم وتدريب أجسامهم وتقويتها، كما أنها تدفع المجتمع إلى العمل والاجتهاد وتحث الأفراد على التماسك فالتربية هي وسيلة لحل المشكلات والنهوض بالأفراد والرقي بالأمم.

و تعتبر التربية البدنية و الرياضية إحدى فروع التربية الأساسية التي تستمد نظرياً من علوم المختلفة و تستخدم عن طريق النشاط البدني المختار الموجه و المنظم لإعداد الأفراد إعداداً متكاملًا مع ما يتلاءم مع حاجات المجتمع.

ولقد أصبحت التربية البدنية و الرياضية محط اهتمام كل الشعوب، إذ لا يكاد أي مجتمع أن يخلو من شكل من أشكالها، لأنها تشكل بنظمها و قواعدها ميداناً هاماً وواسعاً من ميادين التربية العامة و عنصراً أساسياً لإعداد الفرد في بناء المجتمع لأنها تعبر عن سلوكياته المنظمة بطابعها التربوي التعليمي، و في إطارها التفاعلي داخل الجماعات، كما تساهم في إعداد الفرد فكرياً، عاطفياً و بدنياً عبر أطوار حياته، و تمكنه اجتماعياً من تحقيق الصفات الخلقية كالنظام و الطاعة و الاحترام<sup>2</sup> .

فهي تلعب دوراً هاماً جداً في تحقيق هذه الأغراض، كما تعمل على تطبيع الفرد على الرياضة فينشأ متفهماً، متبنياً اتجاهات إيجابية نحوها، مكتسباً قدرًا ملائمًا من المهارات الحركية التي تكفل له ممارسة رياضية أو ترويحية مفيدة و ممتعة من خلال حياته، مما يساعده على بناء و تكامل التربية العامة التي تهدف إلى إعداد المواطن الذي يتطلع إليه مجتمعنا المسلم<sup>3</sup> .

و هذا كله لا يتحقق إلا بوجود مربٍ كفء يستطيع تكوين جيل قادر على تحمل المسؤولية، و على التكيف السليم ليخدم نفسه و مجتمعه، لان قوة و صلابة المجتمع تقاس اليوم بقوة و صلابة و تكامل شخصية أفرادهِ.

<sup>1</sup> محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية، ط2 ، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1992 ص09

<sup>2</sup> لورنق يوسف، دور التربية البدنية و الرياضية في تفعيل النشاطات اللاصفية، رسالة ماجستير، معهد ت، ب، ر، جامعة الجزائر 2007 -، ص 13

<sup>3</sup> أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح ، عدنان درويش جلون، التربية البدنية و الرياضية، ( ط 2 - دار الفكر العربي، 1996 ، ص19

و لا يخفى على أحد أهمية دور مربّي التربية البدنية و الرياضية و تأثيره الفعال في مختلف السلوكيات التي يقوم بها التلاميذ و ذلك بحكم طبيعة عمله و اتصاله بالتلاميذ من بقية المربين، لذلك نجدهم يقبلون على مادته أكثر من المواد الأخرى، و يرجع ذلك في الكثير من الحالات إلى طبيعة المادة و كفاءة و شخصية المدرس و مدى

التحكم في انفعالاته المختلفة.

و بالعودة إلى الهدف الأساسي لمهنة المربي في التربية البدنية و الرياضية و الذي يكمن في تحقيق التربية الشاملة، و من أجل تكوين فرد صالح لنفسه و مجتمعه و وطنه، كما يعتبر التلاميذ عصب حصة التربية البدنية و الرياضية فهم الذين يبني عليهم المدرس هذه الحصة من خلال ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية، ولكن المدرس في هذه المرحلة يتعامل مع تلاميذ مراهقين و الكل يعلم التغيرات التي تصاحب التلميذ سواء كانت نفسية أو فيزيولوجية، فقد يحاول التلاميذ فرض أنفسهم بطريقة أو بأخرى على زملائهم .

كما أن المراهقة مرحلة أساسية في حياة الإنسان وأصعبها وذلك لما تحمله من عدة متغيرات جسمية و نفسية و عقلية، إذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنظم وكذلك قلة التوافق العضلي العصبي بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل، وعلى هذا الأساس يجب دراسة ما يحدث في جسمه من تغيرات فيزيولوجية و عقلية و انفعالية و عاطفية و نفسية و سلوكية.

وقد جاءت دراستنا هذه لمعرفة العوائق التي تواجه الاستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية، وكانت الدراسة على ثانوية محمد يكن الغسيري اريس -باتنة-.

وقد قسمنا بحثنا هذا إلى مدخل عام تناولنا فيه الإشكالية و الفرضيات و أهداف و أهمية الدراسة و أسباب اختيار البحث إضافة إلى تحديد المفاهيم و المصطلحات و الدراسات السابقة.

ثم الجانب النظري الذي يحتوي على ثلاث فصول:

-الفصل الأول : حصة التربية البدنية و الرياضية.

-الفصل الثاني : أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

-الفصل الثالث :مرحلة المراهقة.

ثم الجانب التطبيقي و قد قسمناه إلى فصلين:

-الفصل الأول لعرض المنهجية المتبعة في الدراسة.

-الفصل الثاني فقد تم فيه عرض و تحليل النتائج للخروج باستنتاج عام، ثم وضع جملة من الاقتراحات و التوصيات التي نراها نخدم الموضوع لنختتم البحث بخاتمة.

الحمد لله الذي  
الذي

## 1- الإشكالية:

تعتبر التربية البدنية و الرياضية كباقي المواد الأخرى، تعمل على تنمية وبلورة شخصية الفرد في جميع النواحي الحركية منها و النفسية و الاجتماعية، معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها، والذي يأخذ مداه من الأنشطة البدنية و الرياضية كدعامة ثقافية واجتماعية، فهي تمنح الفرد المتعلم رصيذا صحيا يضمن له توازنا سليما، وتعايشا منسجما مع المحيط الخارجي منبعه سلوكيات فاضلة تمنحه فرصة الاندماج الفعلي.

فخلال السنوات الأخيرة تفتنت الدولة لأهمية التربية البدنية و الرياضية وذلك بإصلاح المنظومة التربوية (المنهاج ) بإعادة النظر في الكثير من التعليمات سواء المتعلقة بالإعفاءات أو بالمنشآت و الوسائل وكذلك إدراجها في الامتحانات الرسمية (شهادتي التعليم الأساسي و البكالوريا) .

وفي هذا السياق فإن معرفة خصائص النمو واحتياجات التلميذ لها أهمية بالغة خاصة وأن تلاميذ التعليم المتوسط يعيشون مرحلة المراهقة ، والتي أجمع العديد من علماء النفس على أنها مرحلة فاصلة بين الطفولة والرشد يتطلب التعامل معها بكل حذر وبأسلوب علمي .

وفي وسط كل هذا يعتبر أستاذ التربية البدنية و الرياضية بمثابة ركيزة أساسية و عنصرا حساسا وجد هام لتحقيق ما لهذه المادة من أهداف مفروض عليه تحقيقها ، و من اجل ذلك يجب أن تتوفر مجموعة من الشروط الرئيسية للقيام بهذه المهام. إلا أن هذا الأخير لم يصل إلى ما كان يصبوا إليه.

و من هذا طرحنا الإشكالية التالية:

-التساؤل العام:

-هل يواجه أستاذ التربية البدنية و الرياضية عوائق أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

-التساؤلات الفرعية :

-هل عدم اهتمام التلاميذ بحصة التربية البدنية و الرياضية يعيق الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية الرياضية ؟

-هل قلة المرافق و العتاد الرياضي و المنشآت تعيق الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

-هل إهمال الإدارة للأستاذ و نظرة مدرسي المواد الأخرى يعيق الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية؟

## 2-الفرضيات:

### 1-2-الفرضية العامة:

يواجه أستاذ التربية البدنية و الرياضية العديد من العوائق من اجل إنجاح حصة التربية البدنية و الرياضية.

### 2-2-الفرضيات الجزئية:

- 1- لا مبالاة و إهمال التلاميذ يعيق نجاح حصة التربية البدنية والرياضية .
- 2- قلة المرافق و العتاد الرياضي و المنشآت يعيق نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية.
- 3- إهمال الإدارة للأستاذ و نظرة مدرسي المواد الأخرى يعيق نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية.

### 3-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية البحث في إيجاد الحلول المناسبة للعراقيل و العوائق المهنية التي تعيق سير حصة التربية البدنية و الرياضية و أمام كل هذا نحاول الوقوف على الحقائق لنجاح العملية التربوية و بناء خطة الدرس (حصة التربية البدنية و الرياضية).

كما تكمن أهمية البحث من الناحية التطبيقية في تسليط الضوء على أساتذة التربية البدنية و الرياضية وذلك لمعرفة المشاكل التي يواجهونها في حصة التربية البدنية و الرياضية.

### 4-أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى:

- 1- معرفة معوقات نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية.
- 2- التعرف على العوائق التي يواجهها أستاذ التربية البدنية و الرياضية العديد من أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية.
- 3- معرفة المعوقات التي تواجه أستاذ التربية البدنية و الرياضية جراء إهمال الإدارة و نظرة مدرسي المواد الأخرى أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية.

### 5-أسباب اختيار الموضوع:

خلال مدة الدراسة التي قضيتها في قسم التربية البدنية و الرياضية لاحظت الفرق الشاسع بين ما تعلمته و ما تحويه المؤسسات التربوية وهو ما دفعني إلى البحث عن الحقيقة التي يعيشها أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

6-الدراسات السابقة:

نظرا لنقص الرسائل المشابهة لموضوعي هذا و جدت مذكرة واحدة و كانت تحت عنوان:

(الصعوبات التي تواجه الأستاذ في درس التربية البدنية و الرياضية )

من إعداد : بوشارب شريف ضمن متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه بجامعة الحاج لخضر -باتنة-.  
كانت إشكالية بحثه كالتالي:

- ما مدى تأثير الصعوبات التي تواجه أستاذ التربية البدنية و الرياضية على نجاح درس التربية البدنية؟

الفرضية العامة :

- يواجه أستاذ التربية البدنية و الرياضية العديد من الصعوبات في العمل اليومي.

الفرضيات الجزئية:

- عدم اهتمام التلاميذ

- قلة الراتب الشهري

- إصرار المفتش على تطبيق المنهاج .

- إهمال الإدارة بالمدرس

- قلة العتاد الرياضي

عينة البحث:

تم اختيار الثانويات اختيارا عشوائيا عن طريق السحب حيث كانت 25 ثانويات كما تم اختيار معظم مدرسي الثانويات المختارة عشوائيا و الذي كان عددهم 50 مدرس.

الاستنتاجات:

1- المدرسون لا يجدون صعوبات فيما يخص العمل مع التلاميذ.

2- المدرسون يجدون نقص و تقصير في الراتب الشهري مع زيادة المسؤوليات و الواجبات عليه.

3- هناك بعض التقصير فيما يخص الإشراف التربوي و هذا ما يعقد إيجاد تفاعل بين المدرسين و المفتش لتسهيل عمله.

4- هناك عدم اهتمام من قبل الإدارة مما يؤثر سلبا على قابلية المدرس في تحقيق أهداف درس ناجح.

5- معظم المدرسين لديهم نقص في الإمكانيات المادية و الأجهزة داخل الثانوية و هذا يؤثر سلبا على درس التربية البدنية و الرياضية.

## 7- شرح مصطلحات البحث:

### - أستاذ التربية البدنية و الرياضية:

هو الفرد الكفاء القادر على ممارسة عمله التربوي على الوجه الأكمل الرياضي نتيجة بعض أو كل العناصر التالية:

- المؤهل الدراسي الذي حصل عليه الفرد في مجال تخصصه.

- الخبرة العلمية الناتجة عن ممارسة فنية تطبيقية.

- هو الهادئ و المحافظ يميل إلى التخطيط لا ينفعل بسهولة و يساعد التلاميذ على تحقيق تحصيل دراسي جيد<sup>1</sup>.

### التعريف الإجرائي

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية أو المربي الرياضي صاحب الدور الرئيسي في عمليات التعليم والتعلم.

### - التربية البدنية و الرياضية:

تعتبر التربية البدنية و الرياضية جزء من التربية العامة الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدمه الجهاز الحركي لجسم الإنسان و الذي ينتج عنه أن يكتسب الفرد بعض الاتجاهات السلوكية<sup>2</sup>. "

### التعريف الإجرائي:

التربية البدنية والرياضية جزء مكمل للتربية العامة ، تعمل على الحرص أن ينشأ الفرد على أحسن ما ينشأ عليه من قوة جسم وسلامة البدن وحيوية ونشاط عن طريق الأنشطة البدنية المختارة التي تمارس بقيادة وإشراف أساتذة ؛ وهذا بهدف إعداده بصفة لائقة من الجوانب البدنية العقلية والاجتماعية.

### - مرحلة المراهقة:

هي الانتقال من المرحلة الإعدادية إلى المرحلة الثانوية و إطرء الشعور بالنضج و الاستقلال و المراهقة الوسطى هي قلب مرحلة المراهقة و فيها تتضح كل المظاهر المميزة لمرحلة المراهقة بصفة عامة<sup>3</sup>.

### التعريف الإجرائي

هي فترة التحولات التي تطرأ على الجسم و النفس، كما تسمى بالمرحلة الجديدة لعملية التحرر لمختلف أشكال التبعية القديمة، فهي كلمة واسعة ودقيقة، حيث أن المعنى يعطي الانتقال إلى الرشد.

<sup>1</sup> د أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية و الرياضية، مدخل تاريخ فلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998 ص25

<sup>2</sup> تشارلز أبيكور، أسس التربية البدنية، حسن عوض و كمال صالح عبده، القاهرة، 1964 ، ص30

<sup>3</sup> أحمد الأوزي: المراهق و العلاقات المدرسية، منشورات علوم التربية مطبع النجاح الجديدة، الدار البيضاء

**-العوائق و العراقيل:**

هي المعوقات و المشاكل التي تقف أمام الفرد أثناء القيام بعمله<sup>1</sup>.

**التعريف الإجرائي:**

هي جميع المشاكل التي تعيق الأستاذ و تحول دون و صوله إلى الهدف المسطر.

---

<sup>1</sup>المنجد العربي

الحائز على  
اللقب الوطني

# الفصل الأول

## حصّة التربية البدنية و الرياضية

### تمهيد :

إن التربية البدنية و الرياضية بكل ما تحمله من معنى لا يمكن أن نحصرها في مجرد تمارين و ألعاب ترويجية و مسابقات فقط كما يعتقد البعض، ولما كان من المهمان نعطي لهذه الأخيرة قيمتها الحقيقية فقد تطرقنا إليها في هذا الفصل لنضع المفهوم الحقيقي لها وعلاقتها بالتربية العامة ونوضح أهدافها و أهميتها وكذا كل من أهمية درسها ومهامها في المدارس وكذلك تعلم تنظيم الدرس والأسس العلمية التربية البدنية والرياضة، حيث يتمثل دور التربية البدنية العظيم في بناء الإنسان المتكامل من مختلف الجوانب البدنية والصحية والاجتماعية، والقادر على التكيف مع المجتمع بإيجابية واقتدار حتى تستطيع المشاركة في الحياة بطريقة صحيحة . حيث تعتبر التربية البدنية مجالاً خصباً وثرياً بمجموعة من المعلومات والمعارف، والتي لا يمكن الوصول إليها عن طريق الممارسة ولذلك تعتبر عملية بالغة الأهمية ولذلك أدرجت في النظام التربوي.

ولقد مرت التربية البدنية كميدان تربوي حديث ضمن المنظومة التربوية بفترات تاريخية . أطلقت عليها مجموعة من التعاريف و المفاهيم، ولكن يبقى المفهوم الذي يتفق عليه معظم الأشخاص وهو ان التربية البدنية تحقق الصحة للأفراد .

## 1- مفهوم التربية

### 1-1 المفهوم اللغوي

بالعودة إلى معاجم اللغة، نجد أن كلمة تربية في اللغة لها ثلاثة أصول لغوية هي :

الأول: ربا، يربو، ربوا يعني زاد ونما، واربته: نميته قال تعالى: ويربي الصدقات .

الثاني: ربي يربي بمعنى نشأ و ترعرع، قال رسول الله صلى الله عليه و سلم: لك نعمة تربها: أي تراعيها

الثالث: رب، يرب، بمعنى أصلحه و تولى أمره وساسه وقام عليه<sup>1</sup> .

### 1-2 المفهوم الاصطلاحي:

يعني أنها العملية الواعية المقصودة وغير المقصودة، لإحداث نمو وتغير وتكيف مستمر للفرد، من جميع جوانبه الجسمية والعقلية، والوجدانية من زوايا مكونات المجتمع، وإطار ثقافته، وأنشطته المختلفة: الاجتماعية، الاقتصادية والثقافية، والعلمية، على أساس من خبرات الماضي وخصائص الحاضر، واحتمالات المستقبل، فتعمل على تشكيل الأجيال الجديدة في مجتمع إنساني في زمان و مكان معين وتنمية مكونات شخصياتهم المتفردة، وبما يمكنهم من تنميتها إلى أقصى درجة ممكنة من خلال ما يكتسبونه من مهارات ومعارف و اتجاهات، تجعل كل فرد مواطن يحمل ثقافة مجتمعه، متكيفا مع نفسه، ومع بيئته ومواقف الحياة المتغيرة ومنتجا يساهم في احد مجالات العمل والإنتاج، وشاعر بقضايا أمته، والإنسانية جمعاء .

لهذا فإن دور كاييم يرى بان التربية تهدف إلى أن تثير وتنمي لدى الفرد حالات جسمية و عقلية يتطلبها منه مجتمعه المحلي الذي يعده للحياة<sup>2</sup> .

<sup>1</sup> - ابن منظور، مرجع سابق، ص72

<sup>2</sup> - صالح عبد العزيز، مرجع سابق، ص11

### 1-3 تعريف التربية البدنية و الرياضية :

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

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

ومن تشيكوسلوفاكيا (السابقة) يبرز تعريف كوبسكي كوزليك بأن التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفها تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف"

ومن فرنسا وضعت روبرت بوبان بأن التربية البدنية هي: "تلك الأنشطة المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية و النفسية الحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد"

ومن بريطانيا ذكر بيتر ارنولد تعريفا للتربية البدنية حيث يرى بأنها: "ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية،العقلية،الوجدتنية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط المباشر"<sup>1</sup>

كما تعرف(وست بوتشر) المذكورة من طرف الخولي أن التربية البدنية هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختلفة لتحقيق ذلك <sup>2</sup>.

<sup>1</sup>-أمين أنور الخولي،أصول التربية البدنية و الرياضية، ب،ط،دار الفكر العربي،القااهرة،1998،ص،ص35-36

<sup>2</sup> - أمين أنور الخولي،نفس المرجع،ص،ص29،30

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

### 2- علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة :

إن التربية البدنية هي أحد مقاصد التربية لأنها تعتمد على أسس تربوية بالغة الأهمية بالنسبة للفرد و لهذا نجد أنها أصبحت تخصصاً لممارسة أنشطة رياضية داخل المؤسسات التربوية (جامعات، مدارس، رياض الأطفال ... ) وذلك للمساهمة في الرفع من الثقافة والتطبيع الاجتماعي وغيرها من المقاصد التربوية .

حيث توصف هذه العلاقة بأنها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني والتي تنمي وتصون جسم الإنسان فحينما يلعب الإنسان أو يسبح أو يمشي أو يتدرب على الموازي أو يمارس التزحلق على الثلج أو يياشر أي لون من ألوان النشاط البدني التي تساعده على تقوية جسمه و سلامته فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت وهذه التربية قد تجعل حياة الإنسان أكثر رغداً أو بالعكس قد تكون من النوع الهدام<sup>1</sup> .

والتربية البدنية جزء بالغ الأهمية من التربية العامة، وهي ليست (حاشية أو زينة ) تضاف للبرنامج المدرسي كوسيلة لشغل الأطفال لكنها على العكس من ذلك جزء حيوي من التربية وجاء في الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضية الصادر عن اليونسكو في الفصل الثاني بعنوان (التربية البدنية والرياضية تمثلان الركن الأساسي الذي تقوم عليه التربية المستمرة في نظام التربية العامة) ،لذا ينبغي أن ننمي التربية البدنية والرياضية باعتبارهما بعدين أساسيين للتربية و الثقافة حسب قدرات كل إنسان و ننمي كذلك إرادته والتحكم في أهوائه وأن ننمي اندماجه التام في مجتمعه وينبغي ان تضمن استمرارية النشاط و ممارسة الرياضة طوال حياة الإنسان وذلك بواسطة تربية شاملة ودائمة و معممة<sup>2</sup> .

<sup>1</sup>-محمد عوض بيسوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات التربية البدنية والرياضية، الجزائر، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، 1992، ص11

<sup>2</sup>- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، عالم المعرفة، الكويت، 1996، ص151

ومن هذا الأخير نجد ان العلاقة بين التربية البدنية والرياضية والتربية العامة تعتبر قوية جدا ،الشيء الذي جعل الكثير من الباحثين يعرفونها بأنها جزء لا يتجزأ من التربية العامة .

### 3- مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر:

يؤكد ميثاق قانون التربية البدنية والرياضية بأن الشباب بشكل أثنى رأسمال للأمة ،كما تعرف التربية البدنية في الجزائر على أنها نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل<sup>1</sup> .

في 23 أكتوبر 1976 صدر قانون التربية البدنية و الرياضية ،هذه الوثيقة الهامة تعتبر دستورا هاما يحدد الحقوق والواجبات لهذا المجال الهام، في كل المستويات من حيث المبادئ العامة للتربية البدنية والرياضية وتكوين الإطارات ثم تنظيم الحركة الرياضية الوطنية والمجلس الوطني للتربية<sup>2</sup> .

وقد شمل الدستور 6محاور أساسية وهي:

1-القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية في الجزائر.

2-الجزائر تعليم التربية البدنية وتكوين الإطارات.

3-تنظيم الحركة الرياضية الوطنية .

4-التجهيزات والعتاد الرياضي .

5-حماية ممارسي الرياضة.

6-الشروط المالية.

أما الميثاق الوطني لسنة 1986 فقد نص أن التربية البدنية شرط ضروري لصيانة الصحة و تحرير طاقة العمل ورفع القدرة الدفاعية لدى الأمة، وفضلا عن المزايا التي توفرها للفرد تشجع و تطور خصالا معنوية

-خيري سمير،أثر وحدات تعليمية مقترحة لتنمية صفة القوة الانفجارية عند تلاميذ الطور الأساسي للمرحلة العمرية،14-15 سنة،رسالة

<sup>1</sup>ماجستير،جامعة قسنطينة،2001،ص،8

<sup>2</sup> - محمد عوض بيبسوني،فيصل ياسين الشاطي،مرجع سابق،ص7

هامة مثل: الروح الجماعية ، كما تحرس على تكوين الإنسان ، كما أنها عامل تعاوني نفسي و بدني ، تمكن الطلبة من ممارسة مختلف أنواع الرياضة .

### 4- ماهية وأهمية درس التربية البدنية:

يعتبر درس التربية البدنية احد أشكال المواد الأكاديمية مثل: الفيزياء والرياضيات واللغة. ولكنه يختلف عن هذه المواد كونه يمد التلاميذ المهارات و الخبرات الحركية . وكذلك يزودهم بالكثير من المعلومات و المعارف التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى المعارف العلمية المتعلقة بتكوين جسم الإنسان. يتم ذلك من خلال استخدام مختلف الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب الفردية و الجماعية والتي تتم تحت إشراف مربين ذو الكفاءة العالية في هذا الاختصاص هذا ما أوضحه لنا البسيوني والشافعي.

وبذلك نفهم ان درس التربية البدنية يشمل جميع الميادين المتعلقة بالتلاميذ ، فهي تمس المجال الفكري أي تزويد الفكر بالمعلومات المختلفة عن الممارسة الرياضية ، وكذلك تمس الجانب الصحي والبدني المتعلق بتنمية مختلف الصفات البدنية وتحسين القدرات الفيزيولوجية وتنمية الذكاء وتمس كذلك النواحي النفسية الاجتماعية للتلاميذ والمتعلقة بتقدير الذات والاحترام المتبادل بين التلاميذ<sup>1</sup>.

كما جاء أيضا في الخولي والشافعي انه على طريق درس التربية البدنية تتيح الفرصة للتلاميذ للاشتراك في الأنشطة البدنية والمنتقاة بعناية وتتابع منطقي وعبر وسط تربوي منظم ينمي مختلف الجوانب الشخصية والإنسانية وعبر فئات من النشاط كالجماز وألعاب القوى<sup>2</sup>.

وإذا كانت التربية البدنية عرفت بأنها عملية توجيه للنمو البدني والقوام للإنسان، باستخدام التمرينات البدنية والتدابير الصحية و بعض الأساليب الأخرى التي تشترك مع الوسائط التربوية بتنمية النواحي النفسية والاجتماعية و الخلقية . هذا حسب ما جاء في البسيوني والشافعي هذا يعني أن أهم ادوار التربية البدنية ومستوى قدرتهم الحركية . وذلك من خلال الأنشطة البدنية والمعرفة الحركية ، كل هذا يعني التنمية

<sup>1</sup> - محمد عوض بيسوني، فيصل ياسين الشاطي، مرجع سابق، ص. 94  
<sup>2</sup> - أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000، ص27.

الشاملة للتلاميذ ذلك لكي يتحمل مسؤوليتهم نحو أنفسهم وحياتهم الشخصية ، والاجتماعية لينشئوا مواطنين صالحين ينفحون أنفسهم وبوجومها خدمة مصالح وطنهم

### 5-أهداف التربية البدنية والرياضية:

إن التربية البدنية والرياضية في مجال النظام التربوي بها أهداف ما، التي تسعى إليها والمتمثلة في تحسين أداء الأفراد من خلال الأنشطة البدنية المختلفة في مختلف الأوساط التربوية ،والتي تتميز بخصائص تربوية تعليمية هامة

وبذلك أن التربية البدنية تعمل على تطوير الكفاءة البدنية وإكساب المهارات الحركية وإتقانها والعناية باللياقة البدنية من اجل تحسين صحة الأفراد وتشمل أهداف التربية البدنية والرياضية عدة جوانب مختلفة.

### 5-1 التنمية البدنية:

ويشمل ذلك في إسهام التربية في الارتقاء بالقدرات البدنية و الوظيفية للأفراد .فهذا الجانب يتصل بصحة الفرد ولياقته البدنية. فحسب الخولي يشير هذا العنصر إلى تنمية الأجهزة الحيوية بطريقة ملائمة وتشغيلها على نحو مناسب من شأنه أن يضفي الحيوية النشاط على الفرد ويعيون صحته ويجعل أداء أفضل ،خلال التكيف للأجهزة الحيوية مع الجهد المبدول ،وقابلية استعادة الشفاء يعد هذا الجهد ومقاومة التعب و توفير الطاقة <sup>1</sup>.

ومن خلال التنمية يكتسب الفرد السرعة والقوة والعمل الدوري التنفسي تحسين عمل الجهاز القلبي التنفسي والسعة الهوائية و عمل الكليتين و الكبد وهذا ما جاء في جلون آخرون <sup>2</sup>.

<sup>1</sup> - أمين أنور الخولي:مرجع سابق،ص129

<sup>2</sup>جلون وآخرون:التربية الرياضية المدرسية،ط3،دار الفكر العربي،الفاخرة،1998،ص21.

## 5-2 التنمية الحركية:

ويشمل هذا الهدف على مجموعة الواجبات الحركية التي تتمثل في قيم وخبرات ذلك بغرض تنميتها والرفع من مرد وديتها.

ويتجلى ذلك من خلال العمل على توافق وتناسق الجهازين العصبي والعضلي في مختلف الأنشطة مثل المشي والجري ويتبين ذلك من خلال خصائص ومفاهيم الحركة كالاتجاه والمسار والجهد وبذلك تنمو مختلف المهارات الحركية والتي تتمثل في عملية إدارة وتنظيم المعلومات المستقبلية من الحواس ومعالجتها ومن ثمة رد الفعل من خلال سلوك حركي ملاحظ وهذا حسب الخولي .

وكما جاء عند جلون والآخرون ان التنمية الحركية، يستطيع الفرد الانجاز والتحكم في جسمه بصفة عالية وفعالة، ويستطيع توجيه جسمه بصفة سهلة للتكيف مع مختلف المتطلبات و المواقف الجديدة

## 5-3 التنمية المعرفية:

إن الجوانب المعرفية ضرورية لكل ممارس رياضي وذلك من اجل التحكم الدقيق بجميع الجوانب المتعلقة بالنشاطات الرياضية، ويتجلى ذلك بتنمية مختلف المعلومات و المهارات المعرفية كالتحليل بجوانب معرفية مثل: التاريخ بمختلف الألعاب. القوانين، أساليب التدريب، ضبط الوزن، وقواعد التعددية الخاصة بهاو كذلك طرق اللعب والخطط تنمي لدى الأفراد المهارات الذهنية التي من شأنها ان تساعد الأفراد على التفكير وهذا حسب ما جاء في جلون وآخرون .

نستطيع القول أن التنمية المعرفية للممارسين تساعدهم على فهم الواجبات الحركية ومن ثمة تسهل لهم عملية التطبيق في الميدان<sup>1</sup>.

## 5-4-التنمية النفسية:

إن الجانب النفسي يلعب دورا هاما في تكامل الفرد من جميع الجوانب والتنمية ضرورية حتمية لكي يتكيف الأفراد مع كل المعطيات الخاصة بالممارسة الرياضية .

<sup>1</sup> - أمين أنور الخولي:مرجع سابق،صص،151-159

يرى الخولي أن التنمية النفسية تعبر عن مختلف القيم والخبرات والخصال الانفعالية الطيبة والمقبولة التي من الممكن أن تكسبها برامج التربية البدنية بالشمول والتكامل<sup>1</sup>.

وفيما يرى البعض أن القيم النفسية المكتسبة في برامج التربية البدنية تنعكس آثارها داخل اللعب إلى خارجه في سلوكيات مقبولة، منها تحسين مفهوم الذات النفسية و الجسمية، الثقة بالنفس، تأكيد الذات، إشباع الحاجات النفسية الاجتماعية، هذا حسب جلون و آخرون<sup>2</sup>.

نستطيع القول إن التنمية النفسية تنمي لدى الأفراد حاجيات خاصة بهم ترفع من الاتزان الانفعالي اكتساب مستوى رفيع من الكفاية النفسية المرغوب فيها من طرف الممارسين .

### 5-5- التنمية الاجتماعية:

ان النشاط الرياضي بصفة عامة يعتبر كوسط اجتماعي ثري بمختلف العلاقات التي تربط الرياضيين وبذلك فالأنشطة الرياضية تتسم بثناء المناخ الاجتماعي ووفرة التفاعلات الاجتماعية التي من شأنها اكتساب الممارس عددا كبيرا من القيم و الخبرات و الخصال الاجتماعية المرغوب فيها التي تؤثر عن شخصيته و التكيف مع مقتضيات المجتمع و معاييره الاجتماعية و الأخلاقية.

وللنشاط البدني تأثيرات ايجابية عن التكيف الاجتماعي حيث يتيح اللعب فرصا كثيرة وللتعرف على قيم المجتمع ونظمه وبالتدرج ينمو الحس الاجتماعي للطفل فيتعلم تقاليد مجتمعه ويدرك المعاني والرموز الاجتماعية المحيطة به .

ومن هنا نجد أن التربية البدنية والرياضية تتيح فرصا كبيرة للفرد للاحتكاك مع المجتمع والتعبير عن أحاسيسه وقدراته بغرض تكيفه مع الجماعة عن طريق ألوان من النشاط البدني .

وبذلك تعتبر التربية البدنية والرياضية، ضرورة لكل الفئات والأجناس وتحتل مكانة مرموقة في النظام التربوي الوطني، حيث تساعد على التنمية الشاملة لجميع الأفراد من كل النواحي المختلفة والتي شأنها إعداد مواطنين صالحين في المجتمع .

<sup>1</sup> - أمين أنور الخولي:مرجع سابق،ص166

<sup>2</sup> - جلون وآخرون: مرجع سابق،ص23.

إن أهميتها البالغة من حيث كونها احد المقومات الرئيسية لتنشئة وتربية التلاميذ تربية صالحة ولهذا فهي تعتبر مادة دراسية كباقي المواد الأخرى مثل الفيزياء والعلوم، وبذلك التربية البدنية والرياضية كحصة لها مهامها التي تسعى إليها والمتمثلة في تحسين أداء التلاميذ من خلال نشاط بدني في وسط تربوي يتميز بخصائص تعليمية وتربوية هامة .

ولذلك فححص التربية البدنية والرياضية في المدرسة لا تعتبر حصص ترفيهية فقط لكن تكمن مهامها في الاهتمام بصحة التلاميذ وتنمية السمات النفسية والشخصية .

### 6- مهام درس التربية البدنية في المدارس:

إن دروس التربية البدنية بالمدارس لا يمكن اعتبارها فترة للعب الحر أو الترفيه . لكنها فترة موجهة للتعليم بحيث يشترك بها التلاميذ ليتحركوا ويتعلموا الكثير من المبادئ والقيم من خلال النشاطات الحركية المختلفة ولذلك فمن الواجب الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية كحصة في النظام التربوي وذلك من خلال الأنشطة الداخلية والخارجية .

### 6-1 تطوير الجانب التربوي:

إن الجانب التربوي ضروري في كل ممارسة وبدونه لا يرتقي اي نشاط، ومن خلال المنطق نجد أن درس التربية البدنية يؤدي المهمة، يرى (بسيوني والشاطي) إن التلاميذ بوجودهم في جماعة بأن عملية التفاعل تتم بينهم في إطار القيم والمبادئ والروح الرياضية التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية، فهي تعمل على تنمية السمات الأخلاقية كالطاعة وصيانة الملكية العامة والشعور بالصدقة والمثابرة والمواظبة واقتسام الصعوبات مع الزملاء<sup>1</sup> .

ويتمثل هذا الجانب كذلك حسب (جلون و آخرون) تنمية الصفات الخلقية والاجتماعية تنمية صفات القيادة الرشيدة والتبعية الصالحة .

<sup>1</sup>-محمد عوض بيسوني، فيصل ياسين الشاطي، مرجع سابق، ص، 94، 95.

فالجانب التربوي يحظى بمكانة كبيرة في النظام التربوي كونه إحدى الركائز الرئيسية لبلوغ الأهداف التعليمية والقيم الاجتماعية<sup>1</sup>.

## 6-2 تطوير الجانب التعليمي:

يتمثل هذا الجانب في تطوير ثقافة التلاميذ المتعلقة بالممارسة الرياضية فحسب (بسيوني والشاطيء) يشمل هذا الجانب على اكتساب المعلومات و المعارف والحقائق عن أسس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية الفيزيولوجية والبيوميكانيكية .

ويشمل الجانب التعليمي كذلك تنمية التفهم الفني و التقدير الإجمالي للآراء الحركية ومن خلال الممارسة أيضا تنمية مهارات حل المشكلات وربط ما يتعلمه الطفل من مهارات ومعارف واتجاهات ويعبر لنا عن القيم والمبادئ التي يكتسبها الفرد من خلال الممارسة لمختلف الأنشطة الحركية، والمتمثلة في مختلف التقنيات البدنية والخطط والقوانين<sup>2</sup>.

## 6-3 تطوير الجانب البدني:

ويتمثل هذا الجانب في رفع مستوى القدرات البدنية للتلاميذ، وتحسين اللياقة العامة لمختلف الصفات البدنية

ويتمثل هذا الجانب حسب الخولي في تنمية الكفاءة البدنية، وتمكين التلاميذ من الاشتراك في أنشطة بدنية نافعة والارتقاء بالتنمية البدنية وتعليم التلاميذ قيمة المشاركة في النشطة البدنية<sup>2</sup>.

وكما استعرض كذلك (البسيوني والشاطيء) في أن هذا الجانب يساعد على تكامل المهارات والخبرات الحركية، وكذلك المساعدة على التطوير الصفات البدنية مثل: القوة والسرعة، التحمل، المرونة، والرشاقة، فالجانب البدني له دور أساسي في تفوق الرياضيين في مختلف الأنشطة الرياضية .

<sup>1</sup> - جلون وآخرون: مرجع سابق، ص30.

<sup>2</sup> - أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص27

#### 6-4 تطوير الجانب الصحي:

ويتمثل ذلك في كفاءة الوظائف الحيوية للأفراد، وقدرة الجسم على تحمل العمل لمختلف النشاطات الحركية، وقدرة على تنسيق الواجبات الحركية .

ويتمثل ذلك في تطوير هذا الجانب والمساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلاميذ ، كما جاء عند (بسيوني والشاطي) يتم ذلك في تطوير الأساليب لممارسة العادات الصحية السليمة .

حيث انه من خلال الممارسة الرياضية يصبح التلاميذ أكثر تحملا للتعب ويستطيع مواصلة النشاط لمدة طويلة كما تصبح له مقاومة كبيرة ضد الأمراض<sup>1</sup> .

#### 6-5 إكساب الجانب الترفيهي:

يعد الترفيه عملية بالغة الأهمية من خلال المشاركة في حصص تدريبية وبذلك فإن التلاميذ يمارسون مختلف الأنشطة البدنية من أجل المتعة .

وفي هذا السياق يقول (جلون وآخرون) إن المشاركة الرياضية تروحية من خلال الأنشطة البدنية التي تتيح قدرا كبيرا من الخبرات والقيم والمهارات الاجتماعية والجمالية ، التي تثري التلاميذ وتضيف لهم ابعاد البهيجة المشرقة ، والنظرة المتفائلة للحياة ذلك لأنها تمد الفرد بأساليب ووسائل للتكيف مع نفسه ومع المجتمع ، كما أن المشاركة في حصص التربية البدنية تتيح فرص التنفيس عن مشاعر التوتر والشد العصبي من خلال الدروس النظرية التي يتلقوها في الفصل<sup>2</sup> .

وتوفر ايضا فرص اكتساب مهارات الاسترخاء والراحة والاستحمام ويوضح لنا جونس موش المذكور من طرف (فرج) أن القيمة الترفيهية للاعب في حصص التربية البدنية تعتبر كوسيلة لاستعادة نشاط الجسم وحيويته بعد ساعات العمل المجتهد ، ويعمل على إزالة التوتر العصبي والإجهاد العضلي والقلق النفسي .

<sup>1</sup> - محمد عوض بيبسوني، فيصل ياسين الشاطي، مرجع سابق، ص26

<sup>2</sup> - جلون وآخرون: مرجع سابق، ص25

ولذلك فححص التربية البدنية تعمل على ترفيه التلاميذ من خلال مختلف الألعاب حيث يتخلص من خلالها التلميذ على الإجهاد العقلي الذي يحدث أحيانا في الدروس النظرية داخل الفصل<sup>1</sup>.

#### 6-6 تطوير الجانب النفسي والاجتماعي:

ويتمثل هذا الجانب في مجموع التأثيرات التي تطرأ على التلميذ أثناء احتكاكه مع زملائه، ويكون تعبيره موجها لنفسه والى زملائه.

فحسب(الخولي والشافعي) انه يظهر ذلك في تنمية وتأسيس تقدير لذات التلميذ من خلال الثقة بالنفس بدنيا ونفسيا، وعبر صورة ومفهوم جيدين للذات الجسمية .

ومن خلال هذا فإن الحالة الانفعالية تستقر خصوصا عند المراهق كما تبرز شخصيته وتنمو صحته النفسية عامة، أما من الناحية الاجتماعية فنجد ظهور بعض المهارات الاجتماعية كالصداقة، التعاون والشعور بالواجبات المدنية، وتنمية المهارات الاتصالية التي تتيحها الأنشطة البدنية بمختلف أشكالها لتعزيز العلاقات الطيبة بين ابناء المجتمع المحلي وكذلك ربط ما يدرس بالتربية البدنية وبيّن القدرات الثقافية للمجتمع، وخاصة الثقافة البدنية الصحيحة<sup>2</sup>.

#### 6-7 تنمية القدرات العقلية والنفسية:

في إطار درس التربية البدنية فانه تبذل محاولات وجهود تربوية بهدف تربية النشء تربية متزنة متكاملة، ليصبحوا مواطنين صالحين، حيث يعد ذلك احد المطالب الاجتماعية الهامة التي يجب ان توليها كل المنظومة التربوية والأسرة وجميع الهيئات المعنية بالأمر بعنايتها في سبيل التنمية وتطوير القدرات العقلية وتوفير لهم صحة نفسية .

<sup>1</sup> - جلون وآخرون: مرجع سابق،ص26  
<sup>2</sup> - أمين أنور الخولي:مرجع سابق،ص27.

### 6-7-1 تنمية العقل والتفكير:

من بين فوائد الممارسة للتلاميذ في حصص التربية البدنية هو تطوير قدراتهم العقلية حيث يقول (فرج) انه يمكن إكساب التلاميذ القدرات العقلية عن طريق التفكير أثناء ممارسة النشاط وعند تنفيذ خطط اللعب وعند تعلم المهارات الحركية<sup>1</sup>.

كما تساعد الألعاب في حصص التربية البدنية على النمو العقلي للتلاميذ، حيث يشير (فرج) إن التلاميذ يحتاجون إلى التفكير والتفسير المعارف التي يكتسبونها مثل القوانين الميكانيكية، والأداء الحركي والخطط المنتظمة والقدرة على اتخاذ القرار بسرعة تحت ضغط الظروف<sup>2</sup>.

### 6-7-2 تنمية الصحة النفسية:

عن طريق حصص التربية البدنية يمكن أسباب التلاميذ اتجاهات ايجابية نحو التربية البدنية عن طريق إكسابهم معارف ومعلومات من شأنها أن تساعد على تطوير الصحة النفسية، حيث يرى (فرج) انه من خلال الممارسة للتربية البدنية يكتسب التلاميذ العديد من السمات النفسية الإيجابية "الإرادية والخلقية" التي تساهم في تكوين شخصياتهم، كالنظام والطاعة والشجاعة والاستغلال والاعتماد على النفس<sup>3</sup>.

ويمكن أن نقول في الأخير أن محتوى مادة التربية البدنية شاملة وكاملة في تأثيراته وإبعاده في تكوين تلاميذ أصحاب قدرين على مواجهة الحياة بإيجابية واقتدار، فحصول التربية البدنية تعتبر نواة العملية التعليمية في المراحل التعليمية المختلفة.

### 7- تنظيم تعلم درس التربية البدنية والرياضية:

تعد العملية التنظيمية لدرس التربية البدنية والرياضية هامة جدا لنجاح الدرس، فالدرس المنظم تنظيمًا جيدًا لا يساعد فقط على تأكيد النجاح لكنه يضيف إيجابية على جو الدرس ككل، والعلاقة بين المربي والتلميذ وكذلك العلاقة بين التلاميذ في بعضهم البعض وإذا لم تبدي عناية خاصة في تنظيم الدرس فمن

<sup>1</sup>-عنايات محمد أحمد فرج:مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص 16

<sup>2</sup>-إلين وديع فرج:خبرات في الألعاب للصغار والكبار، منسأة المعارف، الاسكندرية، 1996، ص 25

<sup>3</sup>- إلين وديع فرج:نفس المرجع، ص 25

المتوقع ان تقل قدرة التلاميذ على التركيز أثناء الدرس ويؤدي بالتالي إلى عدم انسياب الأداء وضياع الوقت عند ممارسة مختلف الأنشطة في حصص التربية البدنية والرياضية .

ولكل عمل تعليمي وتربوي يتطلب إجراءات تنظيمية والتي تتضمن أساسا الأنشطة الحركية المتعددة والمتنوعة للتلميذ ، والتعبير الدائم للأماكن والانتشار المكاني بالفصل ، وكيفية ضم التلاميذ في مجموعات وتأكيد عوامل الأمن والسلامة للتلاميذ بالإضافة إلى المشكلات المرتبطة بالحمل والراحة كما يتطلب الأمر كذلك إجراءات تمهيدية متعددة مثل الانتقال إلى مكان الدرس وتجهيز الأدوات<sup>1</sup> .

### 8- الأسس العلمية للتربية البدنية و الرياضية:

#### 8-1 الأسس السيكولوجية:

إن تأثير التربية البدنية ليس فقط على مستوى النمو والإعداد البدني ، لكن يمتد أيضا ليشمل الصفات النفسية والإرادية على اختلاف الرياضيات وتنوعها . فانها تتطلب المشاركة في مختلف المنافسات ، والانتظام في عملية التدريب لنوع النشاط الممارس وإعداد طريقة تدريب لهذه الأنشطة ذات الفعالية العالية ، إذ لا يتحقق هذا بدون دراسة وتشخيص لخصائص الشخصية الرياضية كموضوع لهذا النشاط ، وعلى الطالب المقبل إلى معاهد التربية البدنية والرياضية أن يدرك قيمة وأهمية الجانب العلمي ، النفسي ، السيكولوجي في مهنته وتطبيقه على احسن وجه .

#### 8-2 الأسس الاجتماعية:

تلعب التربية البدنية دورا مهما في تحسين أسلوب الحياة اليومية للفرد بصفة خاصة ومجتمعه بصفة عامة ، وبذلك لأنها تحلل حياته اليومية ، وهي مادة علمية وظيفية تساعد الفرد في الإعادة للحياة وتجعله أفضل وأصح ، كما أن التربية البدنية تساعده أيضا على التكيف مع الجماعة ، فما للعب إلا أحد مظاهر التآلف الاجتماعي فمن خلاله تزداد قوة الروابط الاجتماعية والانسانية بين افراد المجتمع .

<sup>1</sup> - عنايات محمد أحمد فرج: مرجع سابق، ص94

### 8-3 الأسس البيولوجية:

نظرا لكون الجسم ذو ميكانيكية معقدة جدا ولا بد أن يكون تركيبه مألوفا لكل مربي .وقد جاء الإقرار من علماء التربية البدنية والرياضية على ان يكون طالب التربية البدنية على معرفة واسعة، وهذا الإلمام لمختلف العلوم الطبية والبيولوجية كعلم التشريح الوظيفي وعلم الكيمياء الحيوية<sup>2</sup> .  
وعلم أجهزة الجسم كالجهاز التنفسي، الدوري العصبي، العظمي وإضافة إلى هذا إعطاء تفسيرات علمية صائبة، أو الحالة الصحية للاعب وتكون هذه التفاسير مبنية على قواعد علمية مستخلصة من تحصيله العلمي<sup>1</sup> .

---

<sup>1</sup> - محمد عوض بيسونوي، فيصل ياسين الشاطي، مرجع سابق، ص30.

خلاصة:

من خلال ما درسناه في الفصل الأول يتجلى لنا المفهوم الصحيح للتربية البدنية والرياضية لكي نزيل النظرة الخاطئة للعديد من الأشخاص عن هذه الأخيرة وكذا يتبين مدى أهمية المادة في النظام التربوي ومدى منافعها في تربية الطفل تربية شاملة ومتكاملة وتوظيف جميع طاقاته النفسية \_ البدنية \_ المعرفية ووعيه بهويته وكيفية التحكم في انفعالاته وهذا ما يجعل من التربية البدنية ذلك الجزء الذي لا يتجزأ من التربوي العامة لها عدة أسس وأهداف تساهم في تنميتها وتحاول الوصول إلى تحقيقها.

## الفصل الثاني

# استاذ التربية البدنية و الرياضية

تمهيد:

تحتاج التربية البدنية بشدة إلى قيادة مؤهلة هي أساس لتحقيق الكثير من إمكانيات التربية البدنية والرياضية ، ولذا فليعلم مربي اليوم أن عليه عبء ثقل يختلف عما كان عليه في الماضي ، فهو لم يعد مجرد حافظ لمعلومات، او معلم مهارات أساسية فقط وإنما فوق ذلك يجب أن يكون مرنا في تفكيره قادرا على ان يتقبل الأفكار الجديدة ويقومها ، وان يكيف نفسه واتجاهاته في ضوء ما فهمه عن المجتمع الذي يعيش فيه ، وبصفة أدق يجب عليه أن يتحلى بالسماة الشخصية اللازمة والكافية ، والتي عن طريقها مجتمعة يتحصل على الكفاءة في التدريس ، سواء كان اكتساب هذه السماة نتيجة للمؤهلات الدراسية أو نتيجة للخبرة العلمية الناتجة عن الممارسة الفنية التطبيقية ، وعليه يجب أن نرفع الصوت عاليا للمسؤولين على هذا المجال ونقول لهم أن هذا النوع من القيادة غير متوفر بالقدر الكافي في الوقت الحاضر ، لذا يجب وضع المستويات التي لا تسمح إلا للأفراد المؤهلين ليصبحوا أعضاء في هذه المهنة التي تعتبر اليوم من أهم المجالات في تربية الأجيال ، كما يجب مواجهة هذه العقبة إذا ما يريد للتربية البدنية أن تصبح مهنة محترمة يمكن أن تؤمن لنا الجماهير وتكون محل ثقتهم .

## 1-تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يعتبر أستاذ التربية البدنية أو المرربي الرياضي صاحب الدور الرئيسي في عمليات التعليم والتعلم ، حيث يقع على عاتقه اختيار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في الدرس و خارجه بحيث يستطيع من خلالها تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وترجمتها وتطبيقها على أرض الواقع.

وللأستاذ دور كبير في انجاز الأعمال الإجرائية في درس التربية البدنية فهو يخطط وينظم ويرشد ويوجه التلاميذ في الدرس ،ومن الضروري أن تكون علاقته مع التلاميذ ايجابية مما يقود نشاطهم بشكل ايجابي ،وهذا من خلال يقتصر مشاركة التلاميذ أفكارهم وطموحاتهم بثقة وصدق ،ويتفهم مشاكلهم ويحترم آراءهم في نفس الوقت ،ولا دور الأستاذ على تقديم أوجه النشاط البدني الرياضي المتعدد ،فهو يعمل على تقديم واجبات تربوية من خلال الأنشطة الرياضية التي تهدف الى تنمية وتشكيل ورع القيم والأخلاق الرفيعة لدى التلاميذ ،مما يساعدهم على اكتساب قدرات بدنية وقوام معتدل وعلاقات اجتماعية ومعارف واتجاهات وميولات ايجابية<sup>1</sup> .

ومما سبق يمكن القول أن الأستاذ هو الفرد الكفاء القادر على ممارسة عمله التربوي على الوجه الأكمل المرضي نتيجة توظيفه لما يلي:

- المؤهل الدراسي الذي حصل عليه في مجال تخصصه
- الخبرة الفعلية العلمية الناجمة عن ممارسة فنية تطبيقية -
- القيام بأبحاث علمية ونشر نتائجها.

## 2- صفات وخصائص أستاذ التربية البدنية والرياضية:

بصفة عامة يجب أن يكون إعداد المدرس في أي مجتمع من المجتمعات أو في أي دولة من الدول محققا للأمر التالية:

- أن يعرف المفاهيم والاتجاهات السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه .

<sup>1</sup>-أكرم زكي خطيبية، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية،دار الفكر للنشر والتوزيع،عمان،1997،صص 173، 174

- أن يلم بالمادة الدراسية بالدرجة الأولى التي تجعل منه موردا صالحا يستمد منه المتعلمون حاجاتهم من المعلومات والخبرات .
  - أن يكون لديه القدرة على توصيل المعلومات .
  - ان يكون واعيا لأهداف المنهج الدراسي وتوجيهاته ومحتوياته.
  - 1- أن يكون على علم بخصائص المتعلمين وحاجاتهم.<sup>2</sup>
- وفي دراسة مجلس المدارس بالبحر، قد وضعت النتائج صفات مدرس التربية البدنية في أعلى الترتيب بين مجموعة المدرسين والمدرسات وجاءت بالترتيب التالي:
- القدرة على كسب واحترام ثقة التلاميذ.
  - القابلية في توصيل الأفكار .
  - التمكن المعرفي للمادة .
  - مستوى عال من الأمانة والاستقامة<sup>2</sup> .
- وفي دراسة كان قد أجراها " حازم النهار " 1993 في الأردن بينت الصفات والسلوكيات التي يفضلها الطلاب أن تتوفر في مدرسي التربية البدنية والرياضية وقد صنفها إلى قسمين مهنية و شخصية
- \*كفايات مهنية:**

- يشجع الطلاب كثيرا على ممارسة الرياضة .
- يشارك في التطبيق الميداني .
- يهتم بآراء الطالب .
- ينضم البطولات الرياضية المدرسية .

<sup>1</sup>- يخلف أحمد، ظاهرة التفاعل الاجتماعي الصفّي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر، 2001، ص88  
<sup>2</sup>- يخلف أحمد، ظاهرة التفاعل الاجتماعي الصفّي، نفس المرجع، ص88

- يوضح فائدة التمرين الجيد
- يشرح المهارة بشكل جيد .
- يحضر الأدوات والأجهزة قبل بداية الدرس<sup>1</sup> .

**\*كفايات شخصية:**

- عادل في إعطاء الدرجات .
- أن يكون مهذب ومرح .
- أن يتفهم ميول حاجات الطالب .
- يساعد التلاميذ على فهم التراث الثقافي .
- أن يساهم بفعالية فيوجه النشاط المدرسي<sup>2</sup> .

**3- صفات الأستاذ الناجح:**

إن المسؤولية الكبيرة لأستاذ التربية البدنية هي تنفيذ المنهج ونجاح العملية التعليمية التربوية وتحقيق الاهداف المنشودة ، وحتى يتم له ذلك الدور الفعال لابد أن يتصف بصفات متعددة ومتنوعة نلخصها فيما يلي :

**3-1 الصفات الشخصية**

- خلوه من العاهات وخاصة في الحواس أو الأعضاء .
- أن يكون كلامه واضحا خاليا من العيوب التعبيرية كتلعثم وحست اللسان
- صحته جيدة ونشاطه واضح، خال من الأمراض المزمنة كالهزال العام والربو وغيرها.
- حسن المظهر دون المبالغة<sup>3</sup> .

<sup>1</sup> - د أمين أنور الخولي: التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، ط2، مصر 1998 ،ص42

<sup>2</sup> - د أمين أنور الخولي: نفس المرجع، ص153

<sup>3</sup> - د عبد الله عمر الفراء، عبد الرحمان عبد السلام جامل، المرشد الحديث، مكتبة دار الثقافة للنشر و التوزيع، الأردن 1999، صص 34، 40

### 3-2 الصفات النفسية:

- الصبر والتحمل وضبط النفس .
- أن يكون حازماً في إرادته لنفسه ولجموعته ولكن حزماً دون قسوة
- المحبة والعطف على التلاميذ .
- القدوة الصالحة وقوة الشخصية .

### 3-3 الصفات العقلية:

- الذكاء ضروري للنجاح في أي مهنة .
- الكفاية العملية أو التمكن العملي ، شرط أساسي لنجاح الأستاذ في عمله .
- الخبرة والمران التدريسي الطويل .
- ثقافة علمية واسعة .

### 3-4 الصفات الاجتماعية:

- المرح في غير ابتذال
  - الود والابتسام وعدم الخلط بين الجد والهزل
  - إظهار ميول قيادي وقوة الإرادة
  - سداد الرأي وعدم الانفعال
  - عدم الاستهزاء بمشاعر الآخرين واحترام خصوصياتهم<sup>1</sup>.
- 4-4 دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في العملية التعليمية :

### 4-1-أستاذ التربية البدنية والرياضية كمربي:

---

<sup>1</sup> - د عبد الله عمر الفراء، عبد الرحمان عبد السلام جامل، مرجع سابق، ص65.

إن وظيفة الأستاذ الأساسية ولا سيما في الأمم النامية هي تربية التلميذ في جميع النواحي الجسمية والعقلية والحركية، ومهمته كمربي هي أن ينمي التلميذ من الحالة الأولى التي يجده عليها، وبذلك يتهيأ له أن يقول انه قاد التلميذ أثناء سنوات الدراسة إلى أحسن حالة متوقعة انطلاقاً من الاستعدادات الفطرية في ذات التلميذ .

المربي الذي يوطن نفسه على القيام بعمل تربوي صالح يؤدي به حتماً إلى الاستفادة من الطاقة التي بداخل التلميذ وتوجيهها نحو الأحسن، كما انه من واجب الأستاذ المربي إمداد التلميذ بكل ما درسه في المعهد وتعلمه وجربه حتى يجهزه للحياة المستقبلية سواء كانت المراحل الدراسية التالية أو النشاطات اللاصفية الخارجية وذلك بحسن المرافقة وحسن الأخذ باليد<sup>1</sup>.

#### 4-2 أستاذ التربية البدنية كقائد للأنشطة والممارسات:

إن استخدام أسلوب بيداغوجي معين يساعد الأستاذ في توجيه عملية التعليم، حيث أن دور الأستاذ لا يكمن في التلقين فقط بل يتعداه إلى المساعدة عن طريق الحضور وتفهم العلاقات، وهذا يتطلب كفاءة وخصائص مهنية مكتسبة من خلال الممارسة، كعملية الحوار الذي يساعد التلاميذ على فهم الهدف والغاية .

فالأستاذ قائد في جماعته يوجه ويعطي التعليمات المفيدة وذلك في نطاق التشاور وتفهم الآخرين، لأن القيادة حالياً ليست ملكاً لفرد بالمفهوم العام، ولكنها مهمة ومسؤولية ووظيفة بان القيادة عملية سلوكية .

#### 4-3 دور الأستاذ في تخطيط وتنظيم وإدارة النشاط في الدرس:

لقد حددت روبرت دريبين للعملية التعليمية أربع جوانب و على الأستاذ مراعاتها وهي:

- طرق تقديم محتوى الموضوع التعليمي واختيار وتنظيم أوجه النشاط التعليمي .
- استشارة دوافع المتعلمين وذلك من اجل حثهم على المشاركة
- ضبط الفصل وذلك من خلال تعويد المتعلمين على حفظ النظام وتعويدهم على ذلك
- استخدام طرق التعليم لإبقائه على المشاركة والتي تدور حول المتعلم<sup>2</sup>

وفي دراسة (لايفوراك دافيس) تم تحديد أربع مهام للمدرس في العملية التعليمية:

<sup>1</sup>- محمد رفعت رمضان، أصول التربية وعلم النفس، دار الفكر العربي، مصر، 1994، ص65.  
<sup>2</sup>- سلمى محمد جمعة، ديناميكيات العمل مع الجماعة، المكتب الجامعي الحديث، مصر، 1998، ص182.

### التخطيط:

وهو يعد عنصرا أساسيا من عناصر الإدارة وله أولوية على جميع عناصر الإدارة الأخرى فالتخطيط يعد مرحلة التفكير التي تسبق التنفيذ والتي في ضوءها يتم اتخاذ القرار

وتكون بالإجابة على بعض التساؤلات منها: ماذا يريد تحقيقه؟ ما هي أفضل الطرق والوسائل؟

ماهي الإمكانيات اللازمة لتحقيق ذلك؟

### التنظيم:

من خلال التنظيم يقوم المدرس بعملية خلق متعمدة لبيئة مناسبة لما يراد تحقيقه من أهداف، وعملية التنظيم

تتضمن:

- ترتيب أجزاء الدرس وفقا للتسلسل الذي سيتبعه في الدرس .
- إعداد وتجهيز الملاعب و الأدوات التي سوف يتم استخدامها .
- توزيع الأدوار القيادية على المتعلمين وتعيين المتعلمين الذين سوف يستعين بهم<sup>1</sup> .

### القيادة و التوجيه:

بعد عمليتي التخطيط والتنظيم للنشاط تاتي مرحلة تنفيذ النشاط ،وهنا يقوم المدرس بترجمة أهداف النشاط إلى سلوك يقوم به المتعلمون وذلك من خلال إرشادات وتوجيهات المدرس، وتعد هذه القدرة إحدى قدرات المدرس وهي تدل على الجهد الذي يبذله من أجل مساعدة المتعلمين والبلوغ إلى الأهداف المرجوة.

### 4-4-أستاذ التربية البدنية كمنشط في بيئة التدريس:

يكون التنشيط بتحريك وتفرغ كل ماهو في نفسية التلاميذ وجعلهم يستغلون و يستثمرون كل ما يملكونه من مواهب تعبيرية وأفكار إبداعية، فيؤثر الواحد في الآخر، وتظهر تجاوبات ايجابية بين أطراف الجماعة التي يمثلها الأستاذ والتلاميذ وذلك من خلال استشارة الدوافع وتوجيه الميولات وإحداث التفاعلات والعلاقات الجيدة التي تمنحهم الإحساس بالتضامن والتكافل ودوره كمنشط يقوم على تقوية وتحديد خصائص مجموعته من خلال

<sup>1</sup>- محمد الحماحمي، أميناتور الخولي: أسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص182.

الأنشطة الرياضية، فيعيش بذلك أفراد جماعته الحركة بمعناها الحقيقي، فالتنشيط يوصل إلى تحقيق التربية المطلوبة وتحقيق الأهداف المرجوة، وهذه مسؤولية ينبغي حفظها والاهتمام بها .

فالتربية والتنشيط عاملان يحققان الفاعلية في التدريس وذلك بإحداث التغيير الموجب في سلوك التلاميذ بدرجة من المهارة .

### 4-5 أستاذ التربية البدنية والرياضية ضابطاً للإجراءات التدريسية:

تتطلب إدارة التعليم وتنفيذه تنفيذاً فاعلاً أن يتمتع الأستاذ بصفة القدرة على الضبط والمراقبة الجيدة، حتى يتسنى له تحقيق أهداف الدرس وغياب عملية الضبط تجعل عملية التدريس خالية من الانتظام .

وعملية الضبط عملية مخططة ومحددة بمعايير توجه حكم الأستاذ ورضاه عن خطوات سيره، وتحقيق الدرجات التي تم تحديدها لقبول أداء التلاميذ كنتاج تعليمي .

وعمليات الضبط عمليات واعية تضمن كفاءة الأستاذ في قدرته على متابعة تقدم سيره نحو النواتج وتحدد هذه النواتج عادة عن طريق مقارنة نقاط البدء بنقاط التحصيل التي حققها التلاميذ في نهاية الموقف<sup>1</sup> .

### 3-5 واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

#### 4-1 الواجبات العامة:

تشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية جزءاً لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المدرسة التي يعمل بها، ولقد أبرزت دراسة أمريكية حسب أمين أنور الخولي، أن مديري المدارس يتوقعون من أستاذ التربية البدنية مايلي:

\_\_ لديه شخصية قوية تتسم بالاتزان الانفعالي .

\_\_ معد إعداداً مهنياً جيداً لتدريس التربية البدنية والرياضية .

\_\_ يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة .

<sup>1</sup> - محمد الحماحمي، أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص183.

- \_\_ مستوجب للمعلومات المتصلة بنمو الأطفال وتطورهم كأساس للتعلم .
  - \_\_ لديه القابلية للنمو المهني الفعال, والعمل الجاد المستمر .
  - \_\_ يفهم فلسفة التربية البدنية والرياضية ومبرراتها وقادرا على توضيحها .
  - \_\_ لديه الرغبة للعمل مع كل التلاميذ بكل صفاتهم .
- وحدد أيضا أكرم زكي خطابية الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:
- معرفة وفهم أهداف التربية البدنية والرياضية مع الأخذ بعين الاعتبار أغراضها مع مراعاة الأمور التالية:
    - . - احتياجات ورغبات التلاميذ
    - . - الميول والفروق الفردية
    - تنوع وتعدد أوجه النشاط
    - تحديد الفترة الزمنية الملائمة لتنفيذ هذه الأنشطة وتحديد حجم الفصل الدراسي
    - الأخذ في الاعتبار المرحلة العمرية
    - . - عدد الأساتذة الموجودين في المدرسة
    - تطوير واختيار المواد والأنشطة المناسبة لتعلم التلميذ .
  - التحضير والتخطيط للوحدة التدريسية ودروسها اليومية مثل تحضير المعلومات التي يجب ان يتعلمها التلاميذ خلال درس او أكثر ثم اختيار طرق التدريس المناسبة لها<sup>1</sup> .
  - الإعداد والتحضير لبيئة درس التربية البدنية والرياضية
  - توفير القيادة الرشيدة والحكيمة التي تساعد على تحقيق أغراض التربية البدنية .
  - استخدام القياس والتقويم لمدى معرفة تحقيق هذه الأغراض .

<sup>1</sup>- د أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص163.

- تحديد الصعوبات والعراقيل التي تواجه عملية تنفيذ المنهج والسعي لحلها .

° إعادة تقويم برامج التربية البدنية والرياضية بصفة دورية من خلال نتائج القياس والتقويم وتحليل هذه النتائج<sup>1</sup> .

## 5-2 الواجبات الخاصة:

إلى جانب الواجبات العامة السابقة الذكر توجد واجبات خاصة به يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بغض المسؤولين الخاصة في المدرسة، وهي في نفس الوقت قد تعتبر احد الجوانب المتكاملة لتقدير عمل الاستاذ منها:

\* حضور اجتماعات هيئة التدريس واجتماعات القسم ولقاءاته.

\* التعاون والتنسيق مع زملاء في نفس القسم.

\* الإشراف على غرفة تبديل الملابس أثناء استخدام التلاميذ لها.

\* القيام بالاسعافات الأولية الضرورية إذا دعت الحاجة.

\* المشاركة في تنظيم وادارة المباريات والمنافسات الرياضية.

\* تقييم الطلاب وفق للخطة الموضوعية<sup>2</sup> .

## 6- دور الأستاذ في إعداد درس التربية البدنية والرياضية:

أستاذ التربية البدنية هو العنصر الأساسي في التخطيط والإعداد للدرس بكل ما يحتويه من أنشطة وخبرات تخص جميع المستويات التعليمية، ولاشك أن هذا يتطلب منه معرفة عميقة بكيفية اختيار المحتوى والوسائل والطرق الجيدة لضمان التنفيذ السليم للدرس، ويأتي في مقدمة ذلك معرفة الطرق والمناهج الحديثة في غخراج الدرس وفق ما تقتضيه طبيعة البيئة التربوية بكل عناصرها ومحاولة تطوير وتحسين النقاىص باستمرار عملية تقويم البرامج والوسائل الموصلة لذلك .

<sup>1</sup>-أكرم زكي خطابية: المناهج المعاصرة في التربية الرياضية،مرجع سابق،ص ص 176 178.

<sup>2</sup>- د أمين أنور الخولي:مرجع سابق،ص ص،164 165.

7-مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية في المدرسة:

وهنا نركز جيدا على كلمة مسؤوليات، فهذا ان دل على شيء إنما يدل على الواجبات التي تنتظر الأستاذ لأداء مهنته، وللقيام بعمله على أحسن وجه، ويمكن تقسيم مسؤوليات الأستاذ كما يلي:

7-1- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه المادة التعليمية:

أستاذ التربية البدنية والرياضية اليوم يحظى بتجربة أكبر في تحديد المنهج وأنواع النشاط التعليمي لتلاميذه، فهم يشاركون كأفراد وجماعات لإعداد خطط العمل للسنة الدراسية، وذلك فيما يتعلق بالمادة التعليمية، هكذا نرى أن الأستاذ لم يصبح غائبا عن ساحة التعليم إن صح التعبير وإنما أتاحت له الفرصة لوضع الخطط التعليمية، والمناهج والطرق العملية انطلاقا من واقع التلاميذ من داخل أو خارج الصف المدرسي ومن واجب الأستاذ الإلمام الجيد بجميع ما يتعلق بالنشاط الرياضي المدرسي من مهارات رياضية، وطرق التدريس، وأساليب حديثة في التعليم، من المستحب في العملية التربوية أن يكون الأستاذ مشاركا في نوع من أنواع النشاط المدرسي، كرئاسة جمعية من الجمعيات، أو رئاسة الفصل أي أن يكون رائدا له وهذا النشاط كثيرا ما يكون خبرة سارة تتطلب جهدا ومهارة وتفكيراً تربويا سليما، وهذه التجربة والمبادرة الجميلة تسمح للتلاميذ من اكتشاف جوانب عديدة من حياة الأستاذ كان يجربها أثناء القيام بالدروس، كما يمكن لهذا الأخير أن يكتشف جوانب عديدة من حياة تلاميذه<sup>1</sup>.

7-2- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقويم:

إن عملية التقويم هي عملية دقيقة وهامة جدا، ولكي تسير بصفة صحيحة يجب أن يكون الأستاذ يفهم بوضوح تقدم تلاميذه ، وللتقويم الجيد يجب استعمال الوسائل اللازمة لتسجيل نتائجها، وللقياس الصحيح لنمو التلاميذ يجب الاستعانة بأخصائيين في عمل الاختبارات وغيرها من أدوات القياس، وعلى عكس الأستاذ في التربية التقليدية ، فان الأستاذ في المدرسة الحديثة قد أعد إعدادا سليما حيث تعلم ان يقوم النمو في الاتجاهات والمثل والعادات والاهتمامات ، كما انه قادر على الكشف عن نواحي ضعف المتعلم و إعداده بالمواد والأساليب العلاجية، والتقويم هي المرحلة الأخيرة وفيها يتم التأكيد من انه تم تنفيذ أو ما يتم تنفيذه من نشاط يكون مطابقا لما يراد تحقيقه من أهداف في إطار الخطة المقررة<sup>2</sup>، ويراعى عند وضع البرامج ضرورة تعدد أوجه النشاط، وهناك عدة عوامل تدخل في تحديد الوقت الذي يخصص لكل من هذه الأنشطة ، كذلك يجب أن يأخذ بعين الاعتبار

<sup>1</sup> - د أمين أنور الخولي:مرجع سابق،ص165.

<sup>2</sup>-حمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد:تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية،مكتبة الاشعاع الفنية،ط1،المعمورة،البحرين،2001،ص20.

عدد المدرسين ،الأدوات عدد التلاميذ والأحوال المناخية ، كذلك يجب مراعاة القدرات العقلية والجسمية للمشاركين التلاميذ وتوفير عامل الأمان والسلامة، ومن البديهي أن يتناسب البرنامج مع المراحل التعليمية المختلفة<sup>1</sup>

### 8- طبيعة عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية في قطاعات التعليم المختلفة من الدور الأكثر عمقا وإثراء للتربية عن سائر مجالات العمل المهني في إطار التربية البدنية بمختلف تخصصاتها، وأستاذ التربية البدنية الذي يحقق أدوارا مثالية في علاقتها بالثقافة والمجتمع والمدرسة ومجال التربية البدنية والرياضية، يتوقف على هذا يدير أستاذ التربية البدنية والرياضية يحقق أهداف وتمثل أدواره كما يدركها هو شخصا وليس كما تصبح هذه الأهداف والأدوار في أذهان المسؤولين التربويين، لأنه الشخص الذي يعمل في خط الواجهة المباشرة مع التلاميذ في الثانويات، فهو يعكس القيم والأهداف التي يتمسك بها، ونجد لديه قناعة شخصية ومهنية خاصة بتلك التي تربط بالسلوك والتعليم وتشكل شخصية التلاميذ.

والبيئة المعرفية في التربية البدنية التي تشق منها المناهج و البرنامج سوف تقرر إلى حد بعيد محتوى الخبرات وتنظيمها وطريقة تدريسها التي تعكس الاهتمامات ونوعية الإسهام المهني في التربية .

واجب الأستاذ الأول يتصل بالتعليم، بالتحديد تنفيذ ومتابعة برامج في التربية البدنية التعليمية، وعليه أن يدرك أهداف التربية البدنية في علاقاتها بالأهداف العامة للتربية في مجتمعه ، وهذا الإدراك يعبر عن التقويم المستمر للتلاميذ من مختلف الجوانب السلوكية، كذلك تقييم جوانب البرامج وطرق التدريس في ضوء الأهداف الموضوعية للبرامج<sup>2</sup>.

### 9- إعداد أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يعتبر إعداد الأستاذ من الأسس الهامة التي تقوم عليها السياسة التعليمية ،تلك السياسة التي يعنى الأستاذ بتنفيذها وتمثل في إعداد المتعلم للحياة في المجتمع الذي يعيش فيه وفقا للفلسفة التي ارتضاها المجتمع لنفسه

<sup>1</sup> - أمين أنور الخولي:مرجع سابق،ص154.

<sup>2</sup> - أمين أنور الخولي:نفس مرجع ،ص138.

وللعملية التعليمية أبعادها وركائزها، ومن أهمية إعداد الأستاذ يقول " تشارلز ميرل " لا يسمح لأحد بممارسة مهنة التعليم ما لم يعد إعدادا أكاديميا خاصا بها .

حيث انها تتطلب من القائمين عليها التخصص الدقيق في المادة العلمية والإلمام التام بأساليب وطرق تدريسها ، كما ينبغي أن يكون خبيرا بالأسس النفسية والاجتماعية التي تهتم بحاجيات التلاميذ ودوافعهم وميولهم، حتى تتمكن من التعامل معهم وإرشادهم وتوجيههم، وحيث أنه لأستاذ التربية البدنية دور هام في إعداد التلميذ ، لهذا يكون من الضروري إعداد هذا التلميذ إعدادا مهنيا ،أكاديميا،ثقافيا و علميا .

### 10-الأستاذ وبرنامج التربية البدنية والرياضية:

يتمثل دور الأستاذ التربوي فيما يتصل ببرنامج التربية البدنية في المؤسسة خلال أربعة جوانب هي :

#### 10-1- تدريس التربية البدنية:

وذلك من خلال دروس التربية المقررة في المؤسسة حسب كل صف مدرسي .

#### 10-2- إدارة النشاط الداخلي:

وهي الأنشطة التربوية المكتملة للدرس وهي ذات طابع تطبيقي وتتم داخل اسوار المؤسسة

#### 10-3-إدارة النشاط الخارجي:

وهي أنشطة ذات طابع تنافسي ،حيث تمثل فرق المؤسسة ومنتخباتها في المسابقات خارج المؤسسة.

#### 10-4- إدارة البرامج الخاصة:

وهي أنشطة تتعهد حالات الإعاقة بأنواعها بما يناسبها، كما أنها على الجانب الآخر تتعهد حالات التفوق والامتياز الرياضي مما يعمل على استمرارية الارتقاء به <sup>1</sup> .

<sup>1</sup>-د محمد سعيد عزمي:أساليب تطوير درس التربية البدنية و الرياضية،منشأة المعارف، الاسكندرية،مصر1996،ص21.

## 11- معلومات الأستاذ عن المادة:

تعتبر معلومات الأستاذ عن المادة التي يدرسها هامة جدا ، وأن العملية التعليمية تقوم على أساس هذه المعرفة وللعملية التعليمية أبعادها وركائزها ويأتي الأستاذ في مقدمة هذه الأبعاد و الركائز ،ومن هذا تظهر أهمية هذه المعارف .

فيقول "شارليز ميريف" لا يسمح لأحد ممارسة مهنة التعليم ، ما لم يعد إعدادا أكاديميا خاصا بهذا التخصص الدقيق في المادة التعليمية والإلمام التام بأساليب وطرق تدريسها كما ينبغي أن يكون خبيراً بالأسس النفسية والاجتماعية التي تهتم بحاجيات التلاميذ ودوافعهم وميولهم وإرشادهم وتوجيههم . وحتى يصل أستاذ التربية البدنية إلى أهدافها ، يحتاج إلى معرفة متكاملة ومعارف كثيرة لاكتساب النواحي التربوية والخبرات الفنية التي تساعد على مواجهة مشاكل التلاميذ وحلها. كما أن شخصية الأستاذ وكفاءته تؤثران كثيرا على النجاح ، وأيضاً لا يمكن أن ننسى تأثير بعض المواد كعلم النفس الذي يزوده بالإلمام بطبيعة التعليم و التعلم معا ونظريتهما و ادسسهما ووسائل التقويم والقياس.

كما يعد التدريب العلمي أو التطبيقي ،تنفيذا لهذه الدراسات النظرية والمعلومات الفكرية ،فهي لب أو جوهر العملية التعليمية ، وإعداد الأستاذ مهنيا عن طريق تطوير سلوكه المهني البدني خاصة، وذلك باكتسابه لمختلف الخبرات الحركية، وكفاءته البدنية والأنماط اللازمة لرفع مستواه المهني لتكوين وحدة إنتاجية شاملة قادرة على مواجهة المهنة، فتعطي سلوكا تربويا ناجحا.

## 12- العوائق والعراقيل:

يمكن تقسيم هذه العوائق إلى عدة جوانب وهي:

### 12-1- الجوانب الإدارية:

1- النظرة غير الشاملة والموضوعية إلى التربية البدنية من قبل المدرسة وإدارتها.

2- كثرة نصاب المعلم من الحصص.

3- عدم توافر البدائل عن الصالات والملاعب المغطاة بسبب حرارة الجو.

### 12-2- الجوانب الفنية:

1- قلة التأهيل من دورات تدريبية مهنية وإعادة النظر بمحتوى التربية البدنية والرياضية.

2- قلة الموجهين\* المشرفين\*

3- تدخل بعض الموجهين التربويين في الجوانب الفنية مما يؤثر سلبا على التدريس.

### 12-3- الجوانب المنهجية:

1- عدم مناسبة بعض محتويات المنهج مع طبيعة التلاميذ وكذلك الغدوات والأجهزة

2- عدم وضوح وفهم تقويم أهداف المنهج باعتباره المحصلة للدروس.

3- عدم تنفيذ منهاج التربية البدنية تبعا للخطة السنوية الدراسية .

4- نقص في المنافسات الرياضية.

### 12-4- الجوانب الخاصة بالتلميذ:

1- عدم ارتداء الزي الرياضي لعدد كبير من التلاميذ.

2- عزوف بعض التلاميذ لممارسة النشاط الرياضي.

3- عدم الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية لكونها مادة غير اساسية.

4- شعور التلاميذ بحرارة الجو يقلل من إقبالهم على ممارسة التربية الرياضية .

5- هناك بعض الأنشطة لا تتناسب مع ميول التلاميذ.

### 12-5- الجوانب الخاصة بالإمكانيات:

1- عدم توفر وتناسب الإمكانيات الحالية من ملاعب وأدوات ومنشآت رياضية لعدد التلاميذ.

2- قلة الميزانية المخصصة للتربية البدنية والرياضية<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص147.

الخلاصة:

كما سبق ذكره يتضح لنا جليا أن لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور مهم وفعال لا يستهان به، شأنه شأن المواد الأخرى في تربية النشء في جميع النواحي المعرفية والخلقية والبدنية... الخ.

ولاحظنا كذلك أن نجاح درس التربية البدنية والرياضية مرتبط بكيفية تعامل الأستاذ مع التلاميذ خاصة في مثل هذه المرحلة (مرحلة المراهقة) إلا أن هناك بعض المشاكل التي يواجهها الأستاذ خاصة نقص الإمكانيات الرياضية والمرافق و العتاد الرياضي .

# الفصل الثالث مرحلة المراهقة

### تمهيد :

يعتبر موضوع المراهقة من أكثر المواضيع التي شغلت بال الفلاسفة وعلماء علم النفس الحديث والقديم فقد اعتبر الكثير من العلماء أن فترة المراهقة مرحلة مستقلة بذاتها تمتاز بالتمرد والثورة. وهناك آخرون يعتبرونها مرحلة مكملة من مراحل النمو الأخرى ومرحلة انتقالية من الطفولة إلى النضج والتي تتضمن تدرجا في نمو النضج البدني والعقلي والجسمي والانفعالي،ولو تمكن الفرد من اجتياز هذه المرحلة بنجاح سهل عليه مشوار حياته. و تعتبر من أهم مراحل النمو التي تظهر فيها السمات الأولية لشخصية الفرد، ويكتمل فيها النضج البدني و الجنسي والعقلي والنفسي.

## 1- مفهوم المراهقة:

إن المراهقة مصطلح ، وصفي لفترة أو مرحلة من العمر ، والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ، ويكون قد اقترب من النضج العقلي، والجسدي، والبدني وهي الفترة التي تقع بين مرحلة الطفولة، وبداية الرشد.

وبذلك المراهق لاطفلا، ولا راشدا إنما يقع في تداخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها (عبد الله الجسماني) "بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات"<sup>(1)</sup>

## 2- تعريف المراهقة:

### 2-1- لغة:

جاء على لسان العرب لابن منظور، راهق الغلام أي بلغ الرجال فهو مراهق ، وراهق الغلام إذ قارب الاحتلام، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم ، ويقال جارية راهقت وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر.<sup>(2)</sup>

إن المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء الفقه هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنى من الحلم، فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم، واكتمال النضج.<sup>(3)</sup>

### 2-2- اصطلاحا:

هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا ل وجسمانيا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة.<sup>(4)</sup> إن كلمة المراهقة **ADOLESCENCE** مشتقة من فعل لاتيني **ADOLESCERE** معناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي، والانفعالي، والعقلي، وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة، وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية الجنسية فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية، واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج.<sup>(5)</sup>

(1) - عبد العالي الجسماني: سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحفانها الأساسية، دار البيضاء، لبنان، 1994، ص195.

(2) - أبو الفصل جمال الدين ابن منظور: لسان العرب، دار الطباعة والنشر، ب ط، ج3، 1997، لبنان، ص430.

(3) - فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، مصر، 1956، ص254.

(4) - محمد الحممامي و أمين الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1998.

(5) - مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار المعارف الجديدة، 1986، ص189.

### 3- مراحل المراهقة:

هناك العديد من تقسيمات المراهقة ، وبذلك فإن كثير من الدراسات التي أجريت مع المرهقين تدل على أن تقسيم المراهقة يكون إلى مراحل هذا لا يعني الفصل التام بين هذه المراحل وإنما يبقى الأمر على المستوى النظري فقط، ومن خلال التقسيمات والتي حدد فيها العمر الزمني للمراهق ، والذي كان الاختلاف فيه متفاوتا بين العلماء إلا إننا نعتبر هذا التقسيم الذي وضعه أكرم رضاً والذي قسم فيه المراهقة إلى ثلاث مراحل:

### 3-1- المراهقة المبكرة:

يعيش الطفل الذي يتراوح عمره ما بين ( 12 - 15 سنة ) تغيرات واضحة على المستوى الجسمي، والفيزيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي. (1)

فنجد من يتقبلها بالحيرة والقلق وآخرون يلتمونها، وهناك من يتقبلها بفخر واعتزاز وإعجاب فنجد المراهق في هذه المرحلة يسعى إلى التحرر من سلطة أبويه عليه بتحكم في أموره ووضع القرارات بنفسه والتحرر أيضا من السلطة المدرسية (المعلمين والمدرسين والأعضاء الإداريين) ، فهو يرغب دائما من التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساسه بذاته وكيانه.

### 3-2- المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة):

تعتبر المرحلة الوسطى من أهم مراحل المراهقة، حيث ينتقل فيها المراهق من المرحلة الأساسية إلى المرحلة الثانوية، بحيث يكتسب فيها الشعور بالنضج والاستقلال والميل إلى تكوين عاطفة مع حنين آخر وفي هذه المرحلة يتم النضج المتمثل في النمو الجنسي، العقلي، الاجتماعي، الانفعالي والفيزيولوجي والنفسي، لهذا فهي تسمى قلب المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة.

فالمراهقون والمراهقات في هذه المرحلة يعلقون أهمية كبيرة على النمو الجنسي والاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي وكذا الصحة الجسمية وهذا ما نجده واضحا عند تلاميذ الثانوية باختلاف سنهم، كما تتميز بسرعة نمو الذكاء، لتصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما وملائمة. (2)

(1)-منى فياض: " الطفل والتربية المدرسية في الفضاء الأسري والثقافي "، المركز الثقافي العربي، ط1، لبنان، 2004، ص 216.  
(2) - حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو- الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، ب ط، بدون بلد، 1982، ص 252-253-262-289-263.

### 3-3- المراهقة المتأخرة (18 إلى 21 سنة):

هذه المرحلة هي مرحلة التعليم العالي ، حيث يصل المراهق في هذه المرحلة إلى النضج الجنسي في نهايته ويزداد الطول زيادة طفيفة عند كل من الجنسين فسيحاول المراهق أن يكيف نفسه مع المجتمع وقيمه التي يعيش في كنفها لكي يوفق بين المشاعر الجديدة التي اكتسبها، وظروف البيئة الاجتماعية والعمل الذي يسعى إليه. كما يكتسب المراهق المهارات العقلية والمفاهيم الخاصة بالمواظبة ويزداد إدراكه ، للمفاهيم والقيم الأخلاقية والمثل العليا فتزداد القدرة على التحصيل والسرعة في القراءة على جميع المعلومات والاتجاه نحو الاستقرار في المهنة المناسبة له.

### 4- خصائص المراهقة المتوسطة :

### 4-1- خصائص القدرات الحركية:

في هذه المرحلة نجد تطورا في كل من القوة العظمى والقوة المميزة بالسرعة حيث يظهر ذلك بوضوح في كثير من المهارات الأساسية كالعدو والوثب، بينما يلازم ذلك تباطؤ نسبي في حمل تحمل القوة بالنسبة للمراهقين. إن تطور عنصر القوة بالنسبة للذراعين في هذه المرحلة لا يحظى بتقدم يذكر وبالرغم من ذلك كله تعتبر تلك المرحلة وخصوصا نهايتها أحسن مرحلة تشهد تطورا في مجال القوة العضلية، وهذا ما نلاحظه على مستويات لاعبين فئة الأواسط (المراهقين).<sup>(1)</sup>

أما بالنسبة لعنصر السرعة فسيتم تطوره والذي يبلغ أوجه في المرحلة السابقة (مرحلة المراهقة المبكرة) حيث يرى "فنتر 1979" أن الفروق ليست جوهرية بين الأولاد والبنات بالنسبة لهذا العنصر في هذه المرحلة، وإن كان لصالح الأولاد قليل حيث يرجع السبب في ذلك على تساوي طول الخطوة للجنسين وليس في زيادة ترددها. بالنسبة للتحمل فيرى "ايفانوف 1965" أن تطورا كبيرا يحدث لهذا العنصر ويعود ذلك إلى تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي.

أما بالنسبة لعنصر الرشاقة، فتتميز هذه المرحلة بتحسن نسبي في المستوى، حيث يظهر ذلك من خلال أداء اللاعبين في هذه المرحلة لحركات دقيقة ومتقنة والتي تتطلب قدرا كبيرا من الرشاقة، وبالنسبة للقدرات التوافقية الخاصة بلاعبين هذه المرحلة نرى تحسنا ملحوظا في كل من ديناميكية وثبات ومرونة وتوقع الحركة.<sup>(2)</sup>

(1) - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، ط1، دار الفكر العربي، 1996، ص182-183.

(2) - حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو - الطفولة والمراهقة، ط5، عالم الكتب، 1999، ص370-371.

#### 4-2- الخصائص الفيزيولوجية:

تتأثر الأجهزة الدموية والعصبية والهضمية بالمظاهر الأساسية للنمو في هذه المرحلة وتفسر بمعالم الظاهرة لنمو هذه الأجهزة عن التباين الشديد الذي يؤدي إلى اختلاف حياة الفرد في بعض نواحيها. وتنمو كذلك المعدة وتزداد سعتها خلال هذه المرحلة زيادة كبيرة، وتنعكس آثار هذه الزيادة على رغبة الفرد الملحة في الطعام لحاجته إلى كمية كبيرة من الغذاء، وهذا يختلف نمو الجهاز العصبي عن نمو الأجهزة الأخرى في بعض النواحي وذلك لأن الخلايا العصبية التي تكون هذا الجهاز تولد مع الطفل مكتملة في عددها، ولا تؤثر في النمو بمراحله المختلفة، هذا بالإضافة إلى توازن عددي مميز الذي يلعب دورا كبيرا في التكامل بين الوظائف الفيزيولوجية الحركية الحسية والانفعالية للفرد .

أما بالنسبة لكل من النبض وضغط الدم فنلاحظ هبوط نسبيا ملحوظا في النبض الطبيعي مع زيادته بعد مجهودات قصوى، دليل على تحسن ملحوظ في التحمل الدوري التنفسي، مع ارتفاع قليل جدا في ضغط الدم، مما يؤكد تحسن التحمل في هذه المرحلة وهو انخفاض نسبة استهلاك الأكسجين عند الجنسين مع وجود فارق كبير لصالح الأولاد. (1)

#### 4-3- الخصائص المورفولوجية:

من الخصائص المورفولوجية للمراهقين ازدياد الطول والوزن، وكذلك ازدياد الحواس دقة وإرهافا كاللمس والذوق، والسمع، كما تتميز هذه المرحلة بتحسن الحالة الصحية للفرد . إن الطول يزداد بدرجة واضحة جدا عند الذكر وحتى سن 19 سنة تقريبا، كما يزداد الوزن بدرجة أوضح كذلك، كما تتحدد الملامح النهائية والأنماط الجسمية المميزة للفرد في هذه المرحلة التي تتعدد حيث يأخذ الجسم بصفة عامة والوجه بصفة خاصة تشكيلها المميز. (2)

#### 4-4- الخصائص الفيزيولوجية:

تتأثر الأجهزة الدموية والعصبية والهضمية بالمظاهر الأساسية للنمو في هذه المرحلة وتفسر بمعالم الظاهرة لنمو هذه الأجهزة عن التباين الشديد الذي يؤدي إلى اختلاف حياة الفرد في بعض نواحيها. وتنمو كذلك المعدة وتزداد سعتها خلال هذه المرحلة زيادة كبيرة، وتنعكس آثار هذه الزيادة على رغبة الفرد الملحة في الطعام لحاجته إلى كمية كبيرة من الغذاء، وهذا يختلف نمو الجهاز العصبي عن نمو الأجهزة الأخرى في بعض النواحي وذلك لأن الخلايا العصبية التي تكون هذا الجهاز تولد مع الطفل مكتملة في عددها، ولا تؤثر في النمو

(1) - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 182.

(2) - المرجع نفسه ص 183 .

بمراحله المختلفة، هذا بالإضافة إلى توازن غددى مميز الذي يلعب دورا كبيرا في التكامل بين الوظائف الفيزيولوجية الحركية الحسية والانفعالية للفرد.

أما بالنسبة لكل من النبض وضغط الدم فنلاحظ هبوط نسبيا ملحوظا في النبض الطبيعي مع زيادته بعد مجهودات قصوى، دليل على تحسن ملحوظ في التحمل الدورى التنفسي، مع ارتفاع قليل جدا في ضغط الدم، مما يؤكد تحسن التحمل في هذه المرحلة وهو انخفاض نسبة استهلاك الأوكسجين عند الجنسين مع وجود فارق كبير لصالح الأولاد. (1)

### 4-5- الخصائص الاجتماعية:

بالنسبة للجو السائد في الأسرة فالفرد يتأثر نموه الاجتماعى بالجو النفسى المهيمن على أسرته، والعلاقات القائمة بين أهله، ويكتسب اتجاهاته النفسية بتقليده لأبيه وأهله وذويه، بتكرار خبراته العائلية الأولى وتعميمها، وبانفعالاته الحادة التي تسيطر على الجو الذي يحيط به، أما بالنسبة للبيئة الاجتماعية والمدرسية فهي أكثر تباينا وتوسعا من البيئة المنزلية، وأشد خضوعا لتطورات المجتمع الخارجى من البيت وأسرع تأثيرا واستجابة لهذه التطورات، فهي لا تترك آثارها القوية على اتجاهات الأجيال المقبلة وعاداتهم وأرائهم، ذلك لأنها الجسر الذي يعبر الأجيال من المنزل إلى المجتمع الواسع، وتكفل المدرسة للمراهق ألوان مختلفة من النشاط الاجتماعى الذي يساعد على سرعة النمو واكتمال النضج، فهي تجمع بينه وبين أقرانه وأترابه.

كما يتأثر المراهق في نموه الاجتماعى بعلاقته بمدرسه، ويمدى نفوره منهم أو حبه لهم، وتصطبب هذه العلاقات بألوان مختلفة وترجع في جوهرها إلى شخصية المدرس ونلاحظ على المراهق اهتمامه باختيار الأصدقاء والميل إلى الانضمام على جماعات مختلطة من الجنسين، ويحدث تغيير كبير للأصدقاء بقصد الوصول إلى أفضل وسط اجتماعى، ويميل الفرد إلى اختيار أصدقائه من بين هؤلاء الذين يشبعون حاجاتهم الشخصية والاجتماعية ويشبهونه في السمات والميول، ويكملون نواحي القوة والضعف لديه، ويزداد ولاء الفرد لجماعة الأصدقاء ويتمسك بالصحبة بدرجة ملحوظة، ولا يرضى المراهق أن توجه إليه الأوامر والنواهي والنصائح أمام رفاقه.

### 4-6- الخصائص الفكرية:

تتباطئ سرعة الذكاء في المراهقة حتى تقف نهايتها، ويزداد التباين والتمايز القائم بين القدرات العقلية المختلفة، ويسرع النمو ببعض العمليات العقلية في نواحيها وآفاقها المعنوية ويتغير بذلك إدراك الفرد للعالم المحيط به نتيجة لها النمو العقلي في أبعاده المتباينة، وتتأثر استجاباته فهو قادر في مراهقته على أن يفهم استجابات الأفراد الآخرين فهو مختلف في مستواه ومداربه عن فهم طفولته، وهو قادر على أن يخفي بعض استجاباته لأمر في نفسه يسعى لتحقيقه، وهكذا ينعطف في مسالك ودروب تحول بينه وبين إعلان خيبة نفس. (2)

(1) - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 182.

(2) - فؤاد بهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، مرجع سابق، ص 283-285.

كما إن الفرد يميل إلى الجدل ومحاولة الفهم والإقناع كذلك ينظر إلى نفسه على انه دخل عالم الكبار، كما يمكنه التخطيط فيما يرتبط بتنفيذ الأهداف الطويلة المدى والتواريخ والوقت يصبح عموماً لديه ، كما يكتسب الفكر الاستقلالي والإبتكاري.

يرى "جيلفورد1959م" أن الابتكار يتضمن الوصول إلى النتائج عن طريق مختلف الطرق المطروحة ويتضمن الابتكار الإبداع، والتنوع، والغنى في الأفكار والنظرة الجديدة للأشياء والاستجابات الجديدة.<sup>(1)</sup>

#### 4-7- الخصائص الانفعالية:

الخصائص الانفعالية التي تؤثر في سائر مظاهر النمو في كل جانب من الجوانب التي تتعلق بالشخصية، مشاعر الحب تتطور ويظهر الميل نحو الجنس الآخر، ويفهم المراهق الفرح والسعادة عندما يكون مقبولاً، والتوافق الاجتماعي يهمله كثيراً، ويسعده أيضاً إشباع حاجاته إلى الحب، وكذلك النجاح الدراسي والتوافق الانفعالي، ويصب تركيزه الابتعاد عن الملل والروتين، وغالباً ما يستطيع المراهق التحكم في مظاهره الخارجية الانفعالية، وهذا راجع لعدم التوافق مع البيئة الحيطية ( الأسرة، المدرسة، المجتمع ) وهذا ناتج عن إدراكه أن معاملة الآخرين لا تناسب التغيرات والنضج الذي طرأ عليه فيفسر مساعدة الآخرين على أنها تدخل في شؤونه وتقلل من شأنه وهذا ما يعرف بالحساسية الانفعالية، وهذه الأخيرة ترجع أيضاً إلى العجز المالي للمراهق الذي يحول دون تحقيق رغباته. ثنائية المشاعر أو التناقض الوجداني قد يصل بالمراهق أن يشعر بالتمزق بين الكراهية وبين الانجذاب والنفور لنفس الأشياء والمواقف.

كما تظهر حالات الاكتئاب، اليأس، القنوط، الانطواء، الحزن، الآلام النفسية نتيجة الإحباط والصراع بين تقاليد المجتمع والدوافع، وكذلك خضوعه للمجتمع الخارجي واستقلاله بنفسه.

أيضاً نلاحظ على المراهق القلق والسلوك العصبي بصفة عامة وتفكك الشخصية واضطراب عقلي . ونلاحظ على المراهق مشاعر الغضب والثورة والتمرد وكذلك الخوف، وهذا تبعاً لعدة عوامل تحدد درجة هذه الانفعالية كمصادر السلطة في الأسرة والمجتمع والشعور بالظلم، قوة تضغط عليه أو مراقبة سلوكه وعدم قدرته على الاستقلال بنفسه.<sup>(2)</sup>

#### 5- حاجات المراهق:

الحاجة أمر فطري في الفرد أودعها الله عز وجل فيه ليحقق مطالبه ورغباته، ومن أجل أن يحقق توازنه النفسي و الاجتماعي، ويحقق لنفسه مكانة وسط جماعته، و في الوقت نفسه تعتبر الحاجة قوة دافعة تدفع الفرد للعمل و الجد و النشاط و بذل الجهد و عدم إشباعها يوقع الفرد في عديد من المشاكل. وعليه فالحاجة تولد مع الفرد و تستمر معه إلى و فاته، وتتنوع و تختلف من فرد لآخر و من مرحلة زمنية لأخرى، وعلى الرغم من تنوع الحاجات إلا أنها

(1) - أمين فواز الخولي وجمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط1، دار الفكر العربي، 2000، ص220.

(2) - حامد عبد السلام الزهران: علم نفس النمو - الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص383-384.

تتداخل فيما بينها فلا يمكن الفصل بين الحسية، النفسية، الاجتماعية والعقلية، ولما كانت الحاجة تختلف باختلاف المراحل العمرية فإن مرحلة المراهقة حاجات يمكن أن نوضح بعضها فيما يلي:

### 5-1- الحاجة إلى الغذاء والصحة:

الحاجة إلى الغذاء ذات تأثير مباشر على جميع الحاجات النفسية والاجتماعية والعقلية، ولا سيما في فترة المراهقة، حيث ترتبط حياة المراهق وصحته بالغذاء الذي يتناوله، ولذا يجب على الأسرة أن تحاول إشباع حاجته إلى الطعام والشراب وإتباع القواعد الصحية السليمة لأنها السبيل الوحيد لضمان الصحة الجيدة، وعلم الصحة يحدد كميات المواد الغذائية التي يحتاج إليها الإنسان من ذلك، مثلاً أن الغذاء الكامل للشخص البالغ يجب أن يشمل على (450 غ) مواد كربوهيدراتية، (70 غ) مواد دهنية حيوانية ونباتية، و(100 غ) مواد بروتينية. ولما كانت مرحلة المراهقة مرحلة النمائية السريعة، فإن هذا النمو يحتاج إلى كميات كبيرة ومتنوعة من الطعام لضمان الصحة الجيدة<sup>(1)</sup>.

### 5-2- الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية:

إن شعور المراهق وإحساسه وبالتقدير من طرف جماعته، وأسرته، ومجتمعته يوثقه مكانة اجتماعية مناسبة للنمو ذات تأثير كبير على شخصيته وعلى سلوكه. فالمرهق يرد أن يكون شخصاً هاماً في جماعته، وأن يعترف به كشخص ذا قيمة، إنه يتوق إلى أن تكون له مكانة بين الراشدين، وأن يتخلى على موضوعه كطفل، فليس غريباً أن نرى أن المراهق يقوم بما الراشدين متبعاً طرائقهم وأساليبهم<sup>(2)</sup>.

إن مرحلة المراهقة مرحلة زاخرة بالطاقات التي تحتاج إلى توجيه جيد، لذا فالأسرة الحكيمة والمجتمع السليم هو الذي يعرف كيف يوجه هذه الطاقات لصالحه ويستثمرها أحسن استثمار.

### 5-3- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:

وتتضمن الحاجة إلى الابتكار وتوسيع القاعدة الفكر السلوك، وكذا تحصيل الحقائق وتحليلها وتفسيرها. وبهذا يصبح المراهق بحاجة كبيرة إلى الخبرات الجديدة والمتنوعة، فيصبح بحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل والنجاح والتقدم الدراسي، ويتم هذا عن طريق إشباع حاجاته إلى التعبير عن النفس والحاجة إلى المعلومات والتركيز ونمو القدرات.

### 5-4- الحاجة إلى تحقيق الذات وتأكيدها:

(1) - موسوعة: "التغذية وعناصرها" الشركة الشرقية للطبوعات، ب ط، لبنان، 1982، ص38.  
(2) - فاخر عقلة: علم النفس التربوي، دار الملايين للطباعة والنشر والتوزيع، ط3، لبنان، ب س، ص38.

إن المراهق كائن حي اجتماعي وثقافي ، وهو بذلك ذات تفرض وجودها في الحياة حيثما وجدت خاصة في حياة الراشدين ، فلكي يحقق المراهق ذاته فهو بحاجة إلى النمو السليم ، يساعد في تحقيق ذاته وتوجيهها توجيهها صحيحا،ومن اجل بناء شخصية متكاملة وسليمة للمراهقين يجب علينا إشباع حاجياتهم المختلفة ، والمتنوعة فقدان هذا الإشباع معناه اكتساب المراهقين لشخصية ضعيفة عاجزة عن تحقيق التوافق مع المحيط الذي يعيش فيه.

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

من مميزات مرحلة المراهقة النمو العقلي كما ذكرنا، حيث تنفتح القدرات العقلية من ذكاء والانتباه والتخيل وتفكير وغيرها،وبهذا تزداد حاجة المراهق إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق. فيميل المراهق إلى التأمل والنظر في الكائنات من حوله وجميع الظواهر الاجتماعية المحيطة به، التي تستدعي اهتمامه فتكثر تساؤلاته واستفساراته عن بعض القضايا التي يستعصى عليه فهمها، حينما يطيل التفكير فيها، وفي نفس الوقت يريد إجابات عن أسئلته،لذا من واجب الأسرة أن تلي هذه الحاجة ، وذلك من اجل أن تنمي تفكيره بطريقة سليمة ،وتجيب عن أسئلته دوغما تردد.<sup>(1)</sup>

### 6 - أشكال المراهقة:

توجد 4 أنواع من المراهقة:

### 6-1- المراهقة المتوافقة:

ومن سماتها:

- الاعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار.
- الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات والاتزان العاطفي
- الخلو من العنف والتوترات الانفعالية الحادة.
- لتوافق مع الوالدين والأسرة،فالعلاقات الأسرية القائمة على أساس التفاهم والوحدة لها أهمية كبيرة في حياة الأطفال ، فالأسرة تنمي الذات وتحافظ على توازنها في المواقف المتنوعة في الحياة.<sup>(2)</sup>

### 6-1-1- العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة :

- معاملة الأسرة السليمة التي تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق وعدم تدخل الأسرة في شؤونه الخاصة،وعدم تقييده بالقيود التي تحد من حريته ، فهي تساعد في تعلم السلوك الصحيح والاجتماعي السليم ولغة مجتمعه وثقافته وتشبع حاجاته الأساسية.<sup>(3)</sup>
- توفير جو من الصراحة بين الوالدين والمراهق.

(1) - حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو-الطفولة والمراهقة، مرجع سابق،ص435-436.

(2)- محمود حسن: الأسرة ومشكلاتها، دار النهضة العربية، ب ط، لبنان، 1981، ص24.

(3) - رابع تركي: أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1990، ص137.

- شعور المراهق بتقدير الوالدين واعتزازهم به والشعور بالتقدير أقرانه وأصدقائه ومدرسيه وأهله، وسير حال الأسرة وارتفاع مستوى الثقافي والاقتصادي والاجتماعي للأسرة.
- الشغل وقت الفراغ من النشاط الاجتماعي والرياضي وسلامة الصحة العامة، زد على ذلك الراحة النفسية والرضا عن النفس.

### 6-2- المراهقة المنطوية:

ومن سماتها ما يلي:

- الانطواء وهو تعبير عن النقص في التكيف للموقف أو إحساس من جانب الشخص أنه غير جدير لمواجهة الواقع، لكن الخجل والانطواء يحدثان بسبب عدم الألفة بموقف جديد أو بسبب مجابهة أشخاص غرباء، أو بسبب خبرات سابقة مؤلمة مشابهة للموقف الحالي الذي يحدث للشخص خجلاً وانطواء.
- التفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظام الاجتماعي.
- الاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة والاعتراف بالجنسية الذاتية.
- محاولة النجاح المدرسي على شرعية الوالدين .

### 6-2-1- العوامل المؤثرة فيها:

- اضطراب الجو الأسري: الأخطاء الأسرية التي فيها، تسلط وسيطرة الوالدين، الحماية الزائدة، التدليل، العقاب القاسي. الخ.
- تركيز الأسرة حول النجاح مما يثير قلق الأسرة والمراهق .
- عدم الإشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسؤولية والجذب العاطفي .<sup>(1)</sup>

### 6-3- المراهقة العدوانية:

(المتمردة) من سماتها:

- التمرد و الثورة ضد المدرسة، الأسرة والمجتمع.
- العداوة المتواصلة والانحرافات الجنسية: ممارستها باعتبارها تحقق له الراحة واللذة الذاتية مثل: اللواط، العادة السرية الشذوذ، المتعة الجنسية الخ.<sup>(1)</sup>

<sup>(1)</sup> - يوسف ميخائيل أسعد: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة والنشر، ط، ب، بلد، ب، س، ص 160.

<sup>(2)</sup> - عبد الغني الإيدي: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة والنشر، ط، ب، بلد، ب، س، ص 160.

- العناد: هو الإصرار على مواقف والتمسك بفكرة أو اتجاه غير مصوغ والعناد حالة مصحوبة بشحنة انفعالية مضادة للآخرين الذين يرغبون في شيء ، والمراهق يقوم بالعناد بغية الانتقام من الوالدين وغيرها من الأفراد، ويظهر ذلك في شكل إصرار على تكرار تصرف بالذات.

### 6-4- المراهقة المنحرفة:

من سماتها ما يلي:

- الانحلال الخلقي التام والجنوح والسلوك المضاد للمجتمع.
- الاعتماد على النفس الشامل والانحرافات الجنسية والإدمان على المخدرات .
- بلوغ الذروة في سوء التوافق .
- البعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك .

### 8-4-1- العوامل المؤثرة فيها :

- المرور بخبرات حادة ومبررة وصدمات عاطفية عنيفة وقصور في الرقابة الأسرية .
  - القسوة الشديدة في المعاملة وتجاهل الأسرة لحاجات هذا المراهق الجسمية والنفسية والاجتماعية الخ.
  - الصحبة المنحرفة أو رفاق السوء وهذا من أهم العوامل المؤثرة.
  - الفشل الدراسي الدائم والمتراكم وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة .
- هذا أن أشكال المراهقة تتغير بتغير ظروفها والعوامل المؤثرة فيها، وإن هذه تكاد تكون هي القاعدة، وكذلك تؤكد هذه الدراسة أن السلوك الإنساني مرن مرونة تسمح بتعديله.
- وأخيرا فإنها تؤكد قيمة التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي في تعديل شكل المراهقة المنحرف نحو التوافق و  
السواء. (2)

### 7- أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين:

- تتضح أهمية المراهقة كمرحلة كمال النضج والنمو الحركي حيث يبدأ مجالها بالدراسة في الجامعة، الندي الرياض، فالمنتخبات القومية ن وتكتسي المراهقة أهمية كونها:
- أعلى مرحلة تنضج فيها الفروق الفردية في المستويات، ليس فقط بين الجنسين بل بين الجنس الواحد أيضا وبدرجة كبيرة.
- مرحلة انفراج سريعة للوصول بالمستوى إلى البطولة "رياضة المستويات العالية".
- مرحلة أداء متميز خالي من الحركات الشاذة والتي تتميز بالدقة والإيقاع الجيد.
- لا تعتبر مرحلة تعلم بقدر اعتبارها مرحلة تطور وتثبيت في المستوى للقدرات والمهارات الحركية.

(1) - حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو-الطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص440

- مرحلة لإثبات الذات عن طريق إظهار ما لدى المراهق من قدرات فنية ومهارات حركية.
- مرحلة تعتمد تمرينات المنافسة كصفة مميزة لها، والتي تساعد على إظهار مواهب وقدرات المراهقين بالإضافة إلى انتقاء الموهوبين.

### 8- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين:

إن الرياضة عملية تسلية، و ترويح لكلا الجنسين: هذا حيث أنها تحضر المراهق فكريا، و بدنيا كما تزوده من المهارات، و الخبرات الحركية من أجل التعبير عن الأحاسيس، و المشاعر النفسية المكتنزة التي تؤدي إلى اضطرابات نفسية، و عصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المقيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل مواهب الرياضي، و قدراته من أجل شغل وقت الفراغ الذي تحس فيه الرياضي بالقلق، و الملل، و بعد الرياضة يتعب المراهق عضليا ، وفكريا فيستسلم حتما للراحة، و النمو بدلا من أن يستسلم للكسل، و الخمول.

و يضيع وقته فيما لا يرضي الله، و لا النفس، و لا المجتمع، و عند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية، و النوادي الثقافية من أجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية، فإن هذا يتوقف على ما يحس به عن طريق التغيرات الجسمية، و النفسية، و العقلية التي يمر بها .

\*إعطاء المراهق نوعا من الحرية، و تحميله بعض المسؤولية التي تتناسب مع قدراته، و استعداداته كحرية اختيار أماكن اللعب مثلا.

\*التقليل من الأوامر و النواهي.

\*مساعدة المراهق على اكتساب المهارات، و الخبرات المختلفة في الميادين الثقافية، و الرياضية لتوفير الوسائل، و الإمكانيات، والجو الذي يلائم ميول المراهق فهو دائما في حاجة ماسة إلى النصح، والإرشاد والثقة، والتشجيع، فعلى المدرب أداء دوره في إرشاد، وتوجيه، و بث الثقة في حياة المراهقين طوال مشوارهم الرياضي. (1)

### 9- تطور الصفات البدنية و القدرات الحركية أثناء فترة المراهقة:

#### 9-1- القدرات الحركية:

بالنسبة للنمو الحركي يظهر لاتزان التدريجي في مجال الأداء الحركي، و يستطيع الفرد أن يصل في مرحلة أداء العديد من المهارات الحركية الرياضية إلى الإتقان ، كما يلاحظ ارتفاع مستوى التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة و يشير العديد من الباحثين إلى أن هذه المرحلة يمكن اعتبارها دورة جديدة للنمو الحركي، و منها يستطيع الفتى، و الفتاة اكتساب، و تعلم مختلف المهارات الحركية بسرعة ، هذا بالإضافة إلى زيادة عامل مرونة العضلات للفتيات يعد من النواحي الهامة التي تساعد على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية المعينة التي تحتاج لها الصفة أما بالنسبة للفتيان فإن عامل زيادة القوة العضلية في هذه المرحلة يعد من النواحي الهامة التي تساعد على إمكانية ممارسة أنواع

(1) - معروف رزيق: خطايا المراهقة، دار الفكر، دمشق، ط1986، ص2، ص15.

متعدد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية و في هذه المرحلة يستطيع الفرد أن يصل إلى أعلى المستويات الرياضية العالية في بعض الأنشطة الرياضية مثل السباحة، الجمباز التمرينات الفنية.<sup>(2)</sup> و بذلك نرى تحسن في المستوى في بداية مرحلة المراهقة، و ثباتا، و استقرارا تآزرا حركيا في نهايتها بين الخصائص التقويمية المختلفة للحركة، وعلية فالحركات بشكل عام تتميز بالإنسانية، و الدقة، و الإيقاع الجميل المتقن، و الموزون، حيث تخلو المهارات من الحركات الزائدة، و الزوايا الحادة.

و يعزي "شانيل 1978، و فنتر 1979" تقدم هذا المستوى إلى القدرة الفائقة في التحصيل، و الاكتساب المميز للمهارات العقلية، و التي تميز هذه المرحلة، و يضيف "حامد زهران 1982" أن قدرة المراهق في تلك المرحلة تزداد في أخذ القرار، و التفكير السليم، و الاختياري، و الثقة بالنفس، و الاستقلالية في التفكير، و الحرية في الاكتشاف، حيث يؤثر ذلك كله ليس فقط على شخصية اللاعب الحركية فحسب بل على شخصيته المتكاملة.<sup>(1)</sup>

بالإضافة إلى هذا فإن قدرات التنسيق العضلي يزيد بصورة ملحوظة في هذه المرحلة، كما أن تطوير في القيادة الحركة يكون في حالة ثبات بشكل عام، و نلاحظ كذلك تحسن في قدرات المراقبة الحركية و قدرات لتأقلم و إعادة التأقلم، و الجمع بينهما، و بشكل عام فإن هذه المرحلة يكون فيها المعلم الحركي جيد، و يكون بشكل أكثر فعالية لدى الذكور منه لدى الإناث.<sup>(2)</sup>

## 9-2- تطور الصفات البدنية:

### 9-2-1- القوة:

خلال مرحلة المراهقة توجد أحسن الفرص، و انسب الأوقات للتدريب على القوة لأنه، و بشكل عام فإن النمو يكون موجه في هذه المرحلة أساسا من الناحية العرضية، وعلية نلاحظ زيادة في حجم العضلات مع العلم بوجود اختلافات بين مختلف المجموعات العضلية، و في الحين بين مستوي التطور، فالبنات يصلون إلى القوة العضلية القصوى، و عموماً في سن 15 إلى 17 سنة بينما الذكور ففي سن 18 إلى 22 سنة خلال هذه المرحلة الحملات، و طرق التدريب المستعملة يمكن أن تكون على قاعدة الكبار مع الأخذ بعين الاعتبار الرفع التدريجي للحمولة، و هو مبدأ هام لتدريب القوة، و خاصة هذه المرحلة الحساسة.<sup>(3)</sup>

### 9-2-2- السرعة:

بالنسبة لهاته الصفة فيستمر تطورها، و يبلغ أوجها في مرحلة المراهقة، حيث يستمر هذا التطور بنفس النسبة حتى سن 14 إلى 15 سنة حيث يرى " فنتر 1979" أن الفروق ليست جوهرية بين الأولاد و البنات لهذا

(2) - عنايات محمد أحمد فرج: مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، 1998، ص 74.

(1) - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 184.

(2) - GUNJEN WEINC BIOLOGIE DU SPORT, EDITION VIGOT, PARIS, 1992, P341-353.

(3) - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 184-185.

العنصر، و أن كان لصالح الأولاد قليلاً حيث يرجع السبب في ذلك ليس في زيادة الخطوة بل تساوي طولها للجنسين.<sup>(4)</sup>

يذكر "إيفانوف 1965" أن تطور كبير لهذه الصفة البدنية، ويعزو ذلك إلى تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي، و تطوراً واضحاً بهذا الأخير حيث نرى فروقاً جوهريّة بين مستوى التحمل بين الجنسين ابتداءً من سن 12 إلى 14 سنة، ويزداد بشكل واضح حتى نهاية المرحلة.

### 9-2-3- المرونة:

تتميز هذه المرحلة بتحسّن نسبي في المستوى حيث يظهر ذلك واضحاً من خلال أداء تلاميذ تلك المرحلة لحركات الجمباز، و الحركات الدقيقة الأخرى، و التي تتطلب قدراً كبيراً من الرشاقة حيث نرى تحسناً ملحوظاً في كل من ديناميكية، و ثبات، و مرونة الحركات مع مستوى متميز من التكيف، و يلاحظ كذلك العمود الفقري يكون تقريباً قد اكتمل، والنمو، والزيادة في الطول هي الأخرى قد اكتملت في حوالي 18 إلى 22 سنة.<sup>(1)</sup>

### 10 - مشكلات المراهقة:

لاشك أن مشكلة المراهقة ظاهرة طبيعية، و أساسية في حياة الفرد، و الشباب هي فترة المشكلات و الهموم، و المراهق يحتاج إلى كثير من المساعدات حتى يصبح راشداً متوافقاً في حياته، لأن المراهقة حالة نفسية، و جسدية كامنة في كل منا تدفع الإنسان إلى التصرف الخاطئ، و يحتاج إلى رقابة مستمرة من الأهل تدعوا إلى إتباع الأوامر الإلهية التي تنص على عدم الاختلاط، و المراهقة أيضاً تحتاج إلى قيم دينية يفترض تزويد الإنسان بها لتحصن من الوقوع في الرذيلة.

و من أهم المشكلات التي يتعرض لها المراهق:

\* النضج المبكر أو المتأخر (البلوغ).

\* الكافية الاجتماعية.

\* مشكلة الفراغ.

\* القلق، و الحيرة الخ<sup>(1)</sup>.

### 11- نصائح عامة لكل مربي لكيفية التعامل مع المراهقين:

لكي يكون هناك توافق بين هذه المرحلة الحساسة، و مراحل النمو فيها، و الوحدات التعليمية يجب أن يراعي ما يلي:

\* يجب دراسة ميول، ورغبات المراهقين قبل وضع أي برنامج.

\* الإكثار من الأنشطة التي تنمي شخصية المراهق، و تربي استقلاله، و تكسبه ذاته.

(4)- GUNJEN WEINC BIOLOGIE DU SPORT, EDITION VIGOT, PARIS, 1992, P341-353.

(1) - عصام نور: سيكولوجية المراهقة، الإسكندرية، 2004، ص 26-29.

- \* يجب تنمية وعي الأفراد لخلق قاعدة عريضة متعددة الجوانب للانطلاق نحو رياضة المستوى العالي.
- \* يجب إعطاء المراهق جانب من الحرية، و تحميله بعض المسؤوليات مع إشعاره بأنه موضع ثقة .
- \* يجب منح المراهق فرصة الإفصاح عن آرائه، و عدم فرض النصائح عليه .
- \* إعطاء الحرية تصحيح أخطائه بنفسه بقدر الإمكان لأن لجوء المرء إلى استعمال أساليب مناسبة خلال الممارسة الرياضة يساهم بشكل كبير في قدرة السيطرة على المراهق، و جعله يتبع المسار الصحيح للنمو المتكامل، وتجنبه الأزمات النفسية، و الاجتماعية، والتي قد تعرقل هذا النمو. (1)

---

(1) - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص184.

### خلاصة:

من خلال ما سبق نستنتج أن فترة المراهقة أزمة نفسية ومرحلة انفرادية حرة ولا يمكن حصرها في طبقة اجتماعية معينة أو مجتمع خاص فهي مرحلة تنشط من مرحلة البلوغ إلى مرحلة الرشد. ولهذا من الضروري متابعة ومراقبة المراهق حتى يتم نموه ويكتمل نضجه اكتمالا سليما وصحيحا ومن هنا يجب على الأسرة تفهم حالته ومحاولة الأخذ بيده ليتجاوز هذه المرحلة، كما يأتي دور المدرسة باعتبارها الأسرة الثانية لتبرز أهمية الأنشطة الرياضية وما يحتويه من أهداف اجتماعية ونفسية وصحية، كمتنفس للمراهقين .



# الفصل الأول الاجراءات المنهجية للبحث

### تمهيد:

يعتبر الإطار المنهجي للبحث أحد الجوانب الهامة ، بحيث لا يمكن لأي باحث أن يتخلى عنه ، وهناك علاقة وطيدة بين موضوع البحث ومنهجه ، فلكي يتم تأسيس عمل منهجي منظم لا بد من توضيح جميع الجوانب والإجراءات التي يتم القيام بها أثناء عملية الدراسة لكي يكون البحث موضوعي ، وتيسر للمطلع فهم وتفسير النتائج على ضوء المعلومات الواردة فيه .

وقد جاء هذا الفصل ليوضح الخطوات المنهجية المتبعة في موضوع الدراسة وذلك من خلال عرض طبيعة المنهج المتبع فيها ، بالإضافة إلى حدود الدراسة ومجالاتها المتمثلة في المجال الزمني والمكاني ، وكذا الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة.

### 1. الدراسة الاستطلاعية:

هي أول خطوة قمت بها قبل البدء في تسطير الخطوط العريضة للبحث و قبل الشروع في الدراسة الميدانية و تمت عبر مرحلتين:

أ- ما قبل تحديد مشكلة البحث حيث كانت باطلاعي على مختلف المراجع من الكتب، و المجالات و المحاضرات و كان من أجل توسيع قاعدة معرفتي حول الموضوع و التأكد من أهمية البحث .

ب- قمت بزيارة إلى الثانويات و تحاورت مع الأساتذة و التلاميذ لأخذ فكرة مجملة حول الموضوع و أهميته.

### 2. منهج البحث :

يرتبط استخدام الباحث لمنهج دون غيره لطبيعة الموضوع الذي يتطرق إليه وفي دراستنا هذه ولطبيعة المشكلة المطروحة نرى أن المنهج الوصفي يصلح للتعامل مع المعطيات المشتقة من حالات الملاحظة البسيطة سواء كانت قد تم ملاحظتها فعليا وطبيعيا أو قد تم ملاحظتها من خلال الاستبيان أو الفنيات الأخرى. وهو عبارة عن وصف وتفسير ما هو كائن والاهتمام بدراسة العلاقة بين ما هو كائن وبين بعض الأحداث السابقة والتي تكون قد أثرت أو تحكمت في هذه الأحداث والظروف القائمة، فالبحوث الوصفية تحدد الأشياء حيث يتم غالبا جمع بيانات البحوث الوصفية عن طريق الاستبيان أو الملاحظة أو المقابلة.

### 3. مجتمع الدراسة:

إن موضوع الدراسة متعلق بمعوقات نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية وبالتالي فإن مجتمع البحث يمثل أساتذة المرحلة الثانوية لثانويات ولاية -باتنة- البالغ عددهم 26 استاذ.

(1) محمد عوض العابدي: "مناهج البحث"، مركز الكتاب، 2005، ص36

(2) علاوي محمد حسن: علم التدريب الرياضي، ط6، دار المعارف، القاهرة، 1999، ص 217

#### 4. عينة الدراسة:

إن عملية اختيار العينة له ارتباط وثيق بطبيعة المجتمع الذي أخذت منه العينة لأنها "الجزء الذي يمثل المجتمع الأصلي أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله عليه".<sup>(1)</sup>

فالعينة إذا هي "جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله، ووحدات العينة تكون أشخاصا كما تكون أحياء أو شوارعا أو مدن أو غير ذلك".<sup>(2)</sup>

فقد قمنا باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية، وهم أساتذة المرحلة الثانوية لولاية -باتنة- و قد بلغ عددها 20 أستاذ وذلك بعد استبعاد 6 أساتذة.

#### 5. مجالات البحث:

##### - المجال المكاني:

تم إجراء الدراسة الميدانية في ثانويات ولاية -باتنة-.

##### - المجال البشري:

أساتذة المرحلة الثانوية لولاية -باتنة-

##### - المجال الزمني:

يمثل المجال الزمني الوقت الذي تستغرقه الدراسة ولقد كانت الانطلاقة في هذه الدراسة ، وكذا تحديد الموضوع تحديدا دقيقا وطرح الإشكالية وهذا في شهر جانفي 2017 م والذي يتزامن مع مرحلة جمع المعلومات الخاصة بالإطار النظري ، أما مرحلة البحث الميداني فكانت مع أوائل شهر فيفري بعدها جاءت عملية تفرغ البيانات .

(1) وجيه، محبوب: أصول البحث العلمي ومناهجه، المناهج للنشر والتوزيع، بغداد، 2001، ص 163

(2) أحمد الشافعيحسين: مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية، بدون سنة، ص 203

## 6- أدوات البحث:

-الاستبيان:

هو وسيلة لجمع المعلومات تستعمل كثيرا في البحوث العلمية، وعن طريق الاستبيان تستمد المعلومات مباشرة من المصدر الأصلي، ويتمثل في جملة من الأسئلة، والتي تكون بدورها إما مغلقة، مفتوحة، نصف مفتوحة. أو اختيارية ويقوم الباحث بتوزيعها على العينة المختارة، ثم يقوم بجمعها فدراستها وتحليلها ثم استخلاص النتائج منها.

أما بالنسبة للاستمارة الخاصة بالأساتذة فقد شملت على نوعين من الأسئلة و عددها كان 20 سؤالا. وقد قمنا باختيار الاستبيان لكونه يسمح لنا بعملية جمع المعلومات وتحليلها بسهولة ويكون تعريف هذه الأنواع من الأسئلة كما يلي:

- الأسئلة المغلقة:

وهي أسئلة بسيطة في أغلب الأحيان تطرح على شكل استفهام، تكمن خاصيتها في تحديد مسبق للأجوبة من نوع موافقة أو عدم موافقة وقد تتضمن أجوبة محددة وعلى المستجوب اختيار واحد منها.

- الأسئلة نصف مفتوحة:

يحتوي هذا النوع من الأسئلة عن نصفين، النصف الأول يكون مغلقا أي الإجابة فيه تكون مقيدة "نعم" أو "لا" والنصف الثاني تكون فيه الحرية للمستجوبين للإدلاء برأيهم الخاص.

## 7-الأدوات الإحصائية المستعملة:

النسبة المئوية:

يتم تحويل النتائج المتحصل عليها إلى أرقام و نسب مئوية (%) بغية معالجتها بصورة موضوعية و العملية هي على الشكل التالي :

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{العدد الفعال}}{100} \times 100$$

مجموع العينة

# الفصل الثاني

## عرض و تحليل النتائج

1/ عرض و مناقشة نتائج الفرضية الاولى:

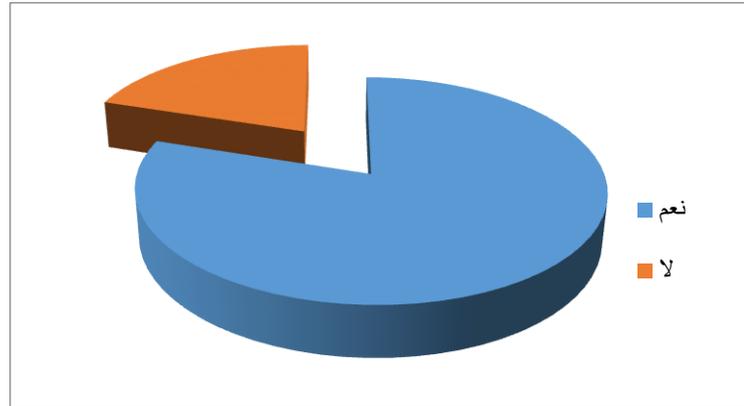
السؤال الأول: هل هناك اهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
الغرض منه: معرفة درجة ميول التلاميذ تجاه الحصة و إذا كان لديهم اهتمام بها.

النسب المئوية	التكرارات	الاجابات
80%	16	نعم
20%	4	لا
100%	100	المجموع

جدول رقم 01: يمثل مدى اهتمام التلاميذ بحصة التربية البدنية و الرياضية.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة 80 % من أساتذة العينة يرون أن التلاميذ يهتمون بحصة التربية البدنية و الرياضية.  
أما نسبة 20 % من أساتذة العينة يرون أن التلاميذ لا يهتمون بحصة التربية البدنية و الرياضية .



الشكل 1- دائرة نسبية تمثل مدى اهتمام التلاميذ بحصة التربية البدنية و الرياضية

الاستنتاج:

من خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن هناك اهتمام من طرف التلاميذ بدرس التربية البدنية و هذا ما يساهم في أن يضبط المدرس النظام الذي يساعده في استغلال جيد لوقت حصته كما تبقى ظاهرة تغيب تلاميذ الأقسام النهائية يسبب الضيق أثناء الحصة ، و هذا يفسر أن معظم التلاميذ يهتمون بحصة التربية البدنية.

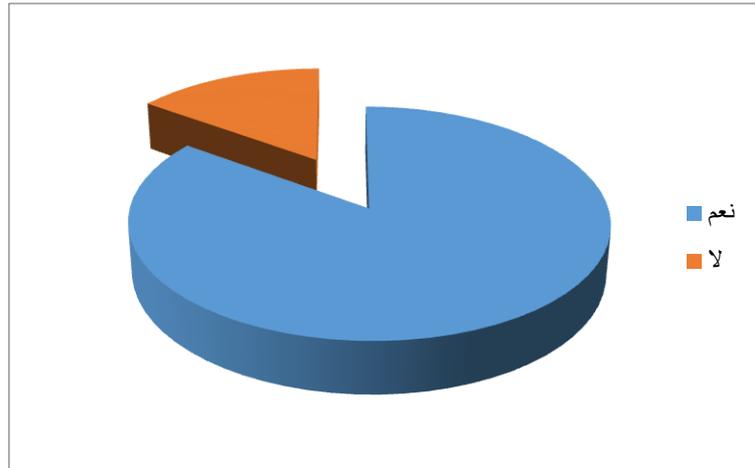
السؤال الثاني: هل التلاميذ لديهم الدافع في حصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
الغرض منه :معرفة ما إذا كان لدى التلاميذ دافع في حصة التربية البدنية و الرياضية.

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	17	85%
لا	3	15%
المجموع	20	100%

جدول رقم : 02 يبين دافع التلاميذ في حصة التربية البدنية و الرياضية.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة (85 %) من أساتذة العينة يرون أن التلاميذ لديهم دافع في حصة التربية البدنية و الرياضية  
أما نسبة (15 %) من أساتذة العينة يرون أن التلاميذ لا يوجد لديهم دافع في حصة التربية البدنية و الرياضية



الشكل 2- دائرة نسبية تبين دافع التلاميذ في حصة التربية البدنية و الرياضية

الاستنتاج:

و منه نستنتج أن جل التلاميذ لديهم دافعية في حصة التربية البدنية و الرياضية كما أنهم يشاركون في حصة التربية البدنية و الرياضية بشكل دائم و منتظم و هذا ما يساعد أستاذ التربية البدنية و الرياضية على تفعيل الحصة بشكل جيد دون أي صعوبات.

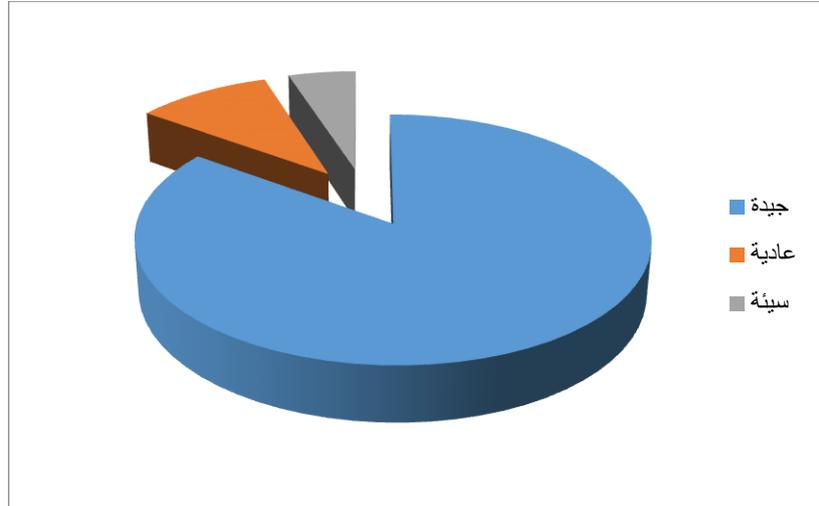
السؤال الثالث: كيف ترى علاقتك مع التلاميذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
الغرض منه :معرفة علاقة الأستاذ مع التلاميذ أثناء تفعيل الحصة

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
جيدة	17	85%
عادية	2	10%
سيئة	1	5%
المجموع	20	100%

جدول رقم : 03 يبين العلاقة بين الأستاذ مع التلاميذ.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة 85% من أساتذة العينة صرحوا أن العلاقة التي تربطهم مع التلاميذ علاقة جيدة.  
ونسبة 10% من أساتذة العينة صرحوا أن العلاقة التي تربطهم مع التلاميذ علاقة عادية .  
ونسبة 5 % من أساتذة العينة صرحوا أن العلاقة التي تربطهم مع التلاميذ علاقة سيئة.



الشكل رقم : 03 دائرة نسبية تبين العلاقة بين الأستاذ مع التلاميذ

الاستنتاج:

و منه نستنتج أن كل التلاميذ تربطهم علاقة جيدة مع الأساتذة و يكونون لهم كل الاحترام و التقدير و هو ما يساعد الأستاذ في القيام بعمله المقرر دون ضغوط أو مشاكل قد تعيق عمله وهذا ما يبين لنا مدى أهمية حصة التربية البدنية و الرياضية لدى التلاميذ و حبهم للأستاذ.

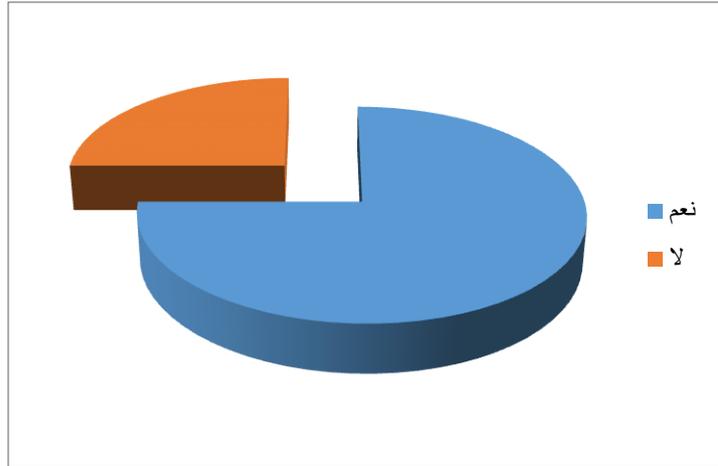
السؤال الرابع: هل يشارك التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة  
الغرض منه: معرفة ما إذا كان التلاميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	15	75%
لا	5	25%
المجموع	20	100%

جدول رقم : 04 يبين ما اذا كان التلاميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة 75% من أساتذة العينة صرحوا أن التلاميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة .  
ونسبة 25% من أساتذة العينة صرحوا أن التلاميذ لا يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة



الشكل رقم : 04 دائرة نسبية تبين ما اذا كان التلاميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة

الاستنتاج:

و منه نستنتج أن معظم التلاميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة و ذلك راجع الى معرفتهم أهمية هذه الألعاب و اهتمامهم بخصه التربية البدنية و الرياضية سواء تعلق الأمر بالدرس أو بالألعاب و المنافسات وهو ما يسهل على الأستاذ التعامل معهم أثناء القيام بدرس التربية البدنية و الرياضية.

السؤال الخامس: كيف يكون رد فعل التلميذ أثناء تقديمكم للحصة في حصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
الغرض منه: معرفة رد فعل التلاميذ أثناء تقديم الأستاذ للعبة في حصة التربية البدنية و الرياضية.

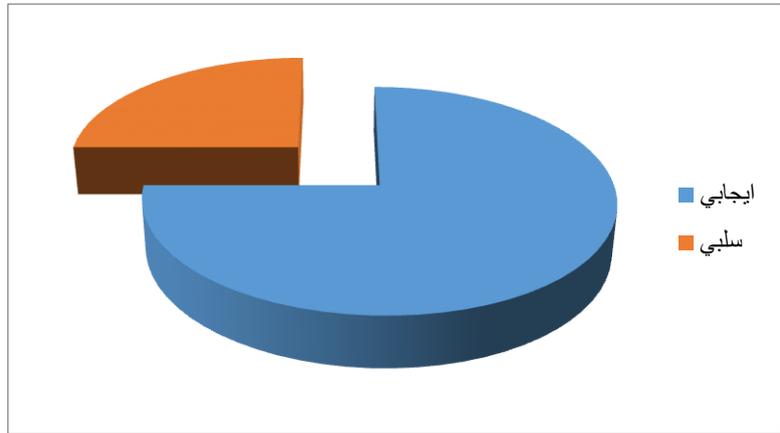
الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
ايجابي	15	75%
سلبي	5	25%
المجموع	20	100%

جدول رقم : 05 يبين رد فعل التلاميذ أثناء تقديم الأستاذ للعبة في حصة التربية البدنية و الرياضية.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

- نسبة 75% من أساتذة العينة يرون أن رد فعل التلاميذ يكون ايجابي أثناء تقديم لعبة في حصة التربية البدنية و الرياضية.

- نسبة 25% من أساتذة العينة يرون أن رد فعل التلاميذ يكون سلبي أثناء تقديم لعبة في حصة التربية البدنية و الرياضية.



الشكل 5- دائرة نسبية تبين رد فعل التلاميذ أثناء تقديم الأستاذ للعبة في حصة التربية البدنية و الرياضية

#### الاستنتاج:

و منه نستنتج أن معظم التلاميذ لديهم رد فعل ايجابي أننا نقدم الأستاذ لحصة التربية البدنية و الرياضية و هذا ما يبين لنا الثقافة الرياضية التي يتمتع بها التلاميذ و تركيزهم أثناء قيام الأستاذ بشرح اللعبة وهو ما يساعد الأستاذ في تقديم الدرس إلا أن بعض التلاميذ يكون لديهم رد سلبي و هو ما يعكس أن بعض التلاميذ لا يهتمون بدراسة التربية البدنية و الرياضية و يركزون على الألعاب التي يعرفونها وهو ما يسبب الضيق للأستاذ أثناء تقديم الدرس.

السؤال السادس: هل كثرة التلاميذ في القسم الواحد يساعد على إجراء حصة التربية البدنية و الرياضية؟  
الغرض منه: معرفة ما إذا كانت كثرة التلاميذ في القسم الواحد تساعد على إجراء الحصة.

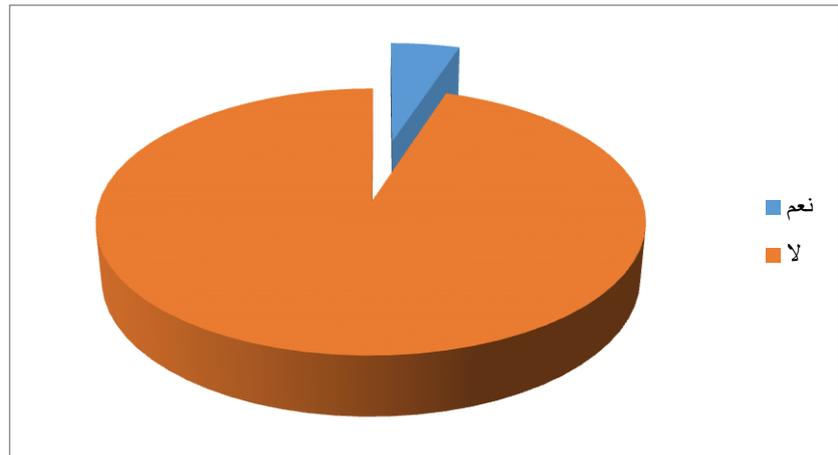
الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	1	5%
لا	19	95%
المجموع	20	100%

جدول رقم : 06 يبين ما إذا كانت كثرة التلاميذ في القسم الواحد تساعد على إجراء الحصة.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة 5% من أساتذة العينة يرون أن كثرة التلاميذ في القسم الواحد لا يساعد على إجراء حصة التربية البدنية و الرياضية.

نسبة 95% من أساتذة العينة يرون أن كثرة التلاميذ في القسم الواحد لا يساعد على إجراء حصة التربية البدنية و الرياضية.



الشكل رقم : 06 دائرة نسبية تبين ما إذا كانت كثرة التلاميذ في القسم الواحد تساعد على إجراء الحصة.

الاستنتاج:

و منه نستنتج أن كثرة التلاميذ في القسم الواحد لا يساعد على إجراء حصة التربية البدنية و الرياضية وهو ما يعيق الأستاذ في عملية ضبط النظام في بداية الحصة ويأخذ وقت كبير مما لا يساعد الأستاذ في إيصال المعلومة

للتلاميذ بطريقة صحيحة و أكثر دقة

2/ عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية

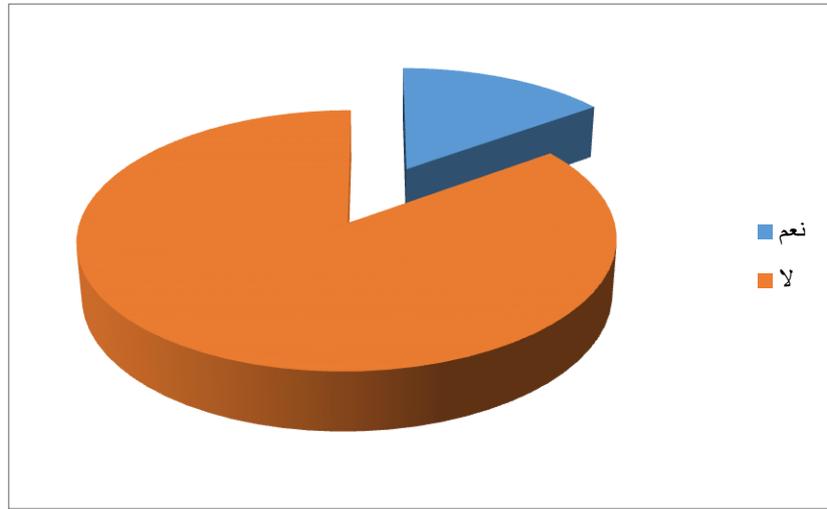
السؤال السابع: هل عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية ؟  
الغرض منه: معرفة ما إذا كان عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية.

النسبة المئوية	التكرارات	الاجابات
15%	3	نعم
85%	17	لا
100%	20	المجموع

جدول رقم : 07 يبين ما إذا كان عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة % 15 من أساتذة العينة يرون أن عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية المتاحة  
أما نسبة % 85 من أساتذة العينة يرون أن عدد التلاميذ لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية المتاحة



الشكل رقم : 07 دائرة نسبية تبين ما إذا كان عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية.

الاستنتاج:

نستنتج أن عدد التلاميذ لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية، كما أن نظام المقارنة بالكفاءات يتطلب إمكانيات كثيرة مما يصعب في العملية التعليمية ونظرا لكثرة التلاميذ في الأقسام فإن الأستاذ يواجه صعوبات من

ناحية الإمكانيات المتاحة و عدد التلاميذ.

**السؤال الثامن:** هل المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها مؤسستكم ؟

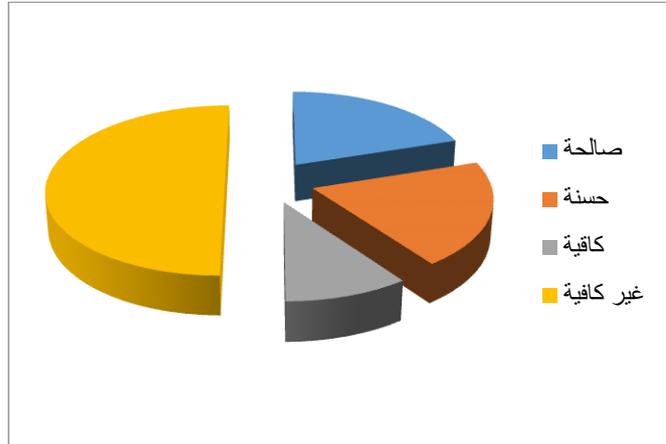
**الغرض منه:** معرفة حالة ووضعية المنشآت التي توجد في المؤسسة.

الاجابات	التكررات	النسبة المئوية
صالحة	04	20%
حسنة	04	20%
كافية	02	10%
غير كافية	10	50%
المجموع	20	100%

**جدول رقم : 08** يبين حالة ووضعية المنشآت التي توجد في المؤسسة.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة 50% من أساتذة العينة يرون أن المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها مؤسستهم غير كافية. و نسبة 20% من أساتذة العينة يرون أن المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها مؤسستهم صالحة. ونسبة 20% من أساتذة العينة يرون أن المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها مؤسستهم حسنة. و نسبة 10% من أساتذة العينة يرون أن المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها مؤسستهم كافية.



**الشكل رقم : 08** دائرة نسبية تبين حالة ووضعية المنشآت التي توجد في المؤسسة.

**الاستنتاج:**

من خلال البيانات في دراسة هذا السؤال نستنتج أن المنشآت الرياضية غير كافية لكي يقوم الأستاذ بعمله المقرر و ذلك كما أكده الأساتذة و ذلك بنسبة % 60 و يترجم ذلك نقص المنشآت الرياضية كما أن نسبة الأساتذة الذين أجابوا بصالحة بنسبة % 25 يعني أن هناك بعض المؤسسات تحتوي على منشآت تساعد لو بقدر بسيط

في تفعيل الحصة، وبنسبة % 15 أجابوا بحسنة و نسبة % 00 أجابوا بكافية ذلك يترجم ذلك نقص المنشآت الرياضية و إهمالها و عدم الاهتمام بها.

السؤال التاسع: هل هذه المنشآت مجهزة ؟

الغرض منه :معرفة ما إذا كانت المنشآت التي تتوفر عليها المؤسسات مجهزة

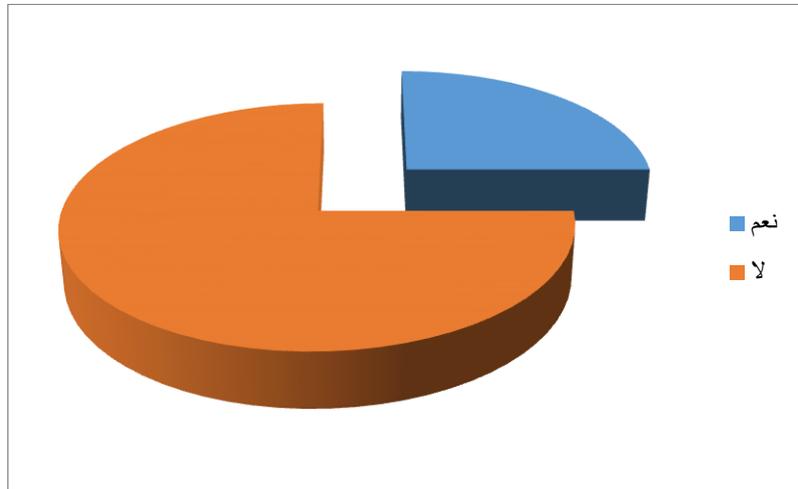
الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	05	25%
لا	15	75%
المجموع	20	100%

جدول رقم : 09 يبين ما إذا كانت المنشآت التي تتوفر عليها المؤسسات مجهزة.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة (% 25 ) من أساتذة العينة يرون أن المنشآت التي تتوفر عليها مؤسساتهم مجهزة

ونسبة (% 75 ) من أساتذة العينة يرون أن المنشآت التي تتوفر عليها مؤسساتهم غير مجهزة.



الشكل رقم : 09 دائرة نسبية تبين ما إذا كانت المنشآت التي تتوفر عليها المؤسسات مجهزة.

الاستنتاج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول نستنتج أن نسبة كبيرة من الأساتذة يرون أن المنشآت المتوفرة عليها المؤسسات غير مجهزة و يرجع ذلك إلى إهمال المسؤولين لهذه المنشآت و كذلك إهمال هذه المادة وجعلهم لأهميتها في المنظومة التربوية، كما أن نسبة قليلة أقرت بان المنشآت مجهزة وهذا يعني أن هناك بعض الجهات المعنية سواء كانت الإدارة أو المسؤولين على أعلى مستوى يهتمون بالتربية البدنية و الرياضية.

**السؤال العاشر:** هل الوسائل البيداغوجية مناسبة لكي تقوم بعملك بشكل جيد ؟  
**الغرض منه:** معرفة ما إذا كانت الوسائل البيداغوجية مناسبة لكي يقوم الأستاذ بعمله.

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	3	15%
لا	5	25%
الى حد ما	12	60%
المجموع	20	100%

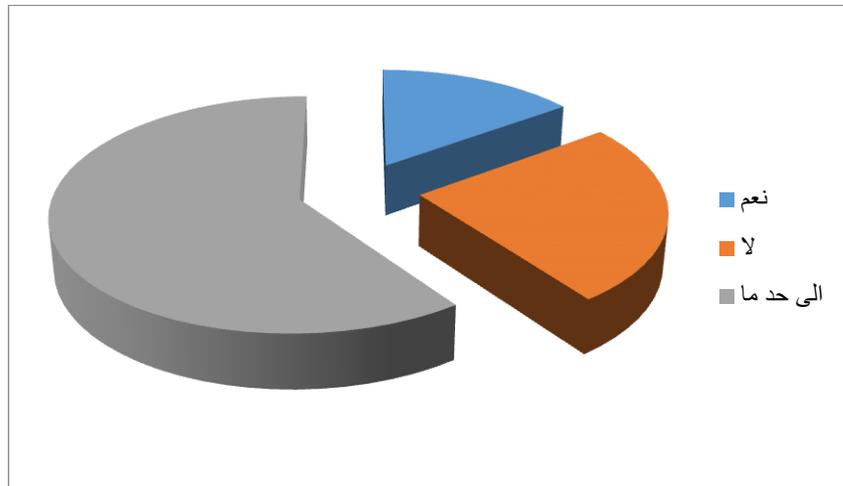
جدول رقم : 10 يبين ما إذا كانت الوسائل البيداغوجية مناسبة لكي يقوم الأستاذ بعمله.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

-نسبة % 15 من أساتذة العينة يرون أن الوسائل البيداغوجية التي تتوفر عليها مؤسساتهم مناسبة للقيام بعملهم بشكل جيد.

-أما نسبة % 25 من أساتذة العينة يرون أن الوسائل البيداغوجية التي تتوفر عليها مؤسساتهم غير مناسبة للقيام بعملهم.

-أما نسبة % 60 من أساتذة العينة يرون أن الوسائل البيداغوجية التي تتوفر عليها مؤسساتهم مناسبة للقيام بعملهم إلى حد ما.



الشكل رقم : 10 دائرة نسبية تبين ما إذا كانت الوسائل البيداغوجية مناسبة لكي يقوم الأستاذ بعمله.  
الاستنتاج:

من خلال إجابات الأساتذة نرى أن نسبة 30 % كانت ب لا -أي أن بعض المؤسسات غير مناسبة لكي يقوم الأستاذ بعمله المقرر و نسبة 15 % يرون أن المنشآت مناسبة و نسبة 55 % يرون أن المنشآت الرياضية تساعد على القيام بالعمل المقرر إلى حد ما أي أن المنشآت الرياضية تشكل عائق أمام الأستاذ.

السؤال الحادي عشر: هل تتوفر مؤسستكم على غرف تبديل الملابس؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كانت المؤسسة تتوفر على غرف تغيير الملابس.

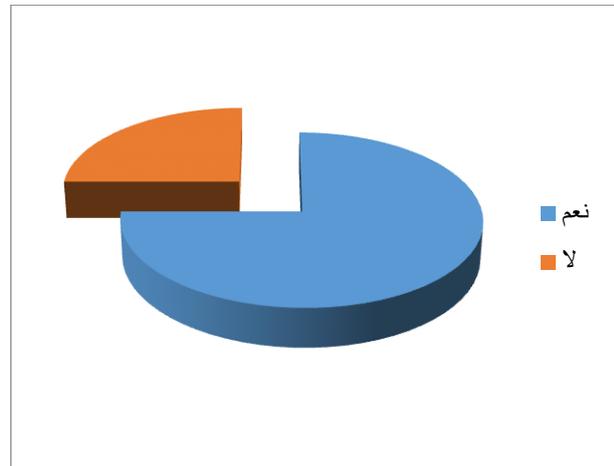
الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	15	75%
لا	5	25%
المجموع	20	100%

جدول رقم : 11 يبين ما إذا كانت المؤسسة تتوفر على غرف تغيير الملابس.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة 75 % من أساتذة العينة صرحوا أن مؤسستهم تتوفر على غرف تغيير الملابس.

أما بنسبة 25 % من أساتذة العينة صرحوا أن مؤسستهم لا تتوفر على غرف تغيير الملابس



الشكل رقم : 11 دائرة نسبية تبين ما إذا كانت المؤسسة تتوفر على غرف تغيير الملابس.

الاستنتاج:

و منه نستنتج أن معظم المؤسسات تحتوي على غرف تغيير الملابس و هو ما يجعل الأستاذ و التلاميذ مرتاحون من هذه الناحية في حين ينفي قلة من المدرسين ذلك و هو ما يقلق التلاميذ و يجعلهم يأتون مرتدين

اللباس الرياضي.

### 3/ عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

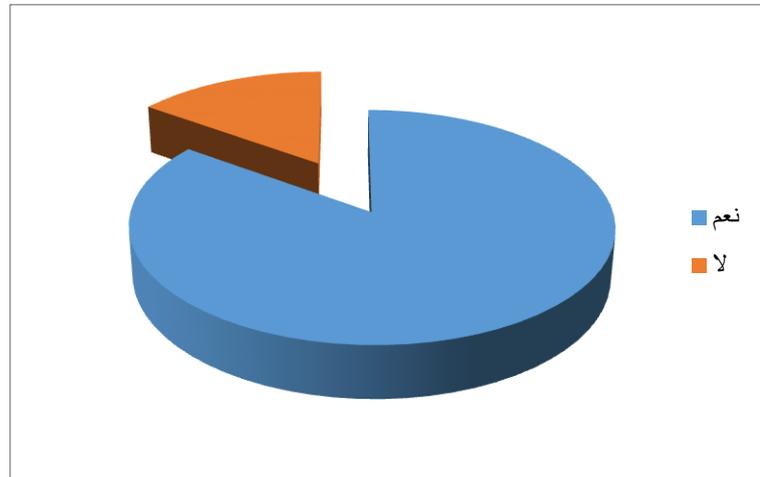
السؤال الثاني عشر: هل نظرة مدرسي المواد الأخرى لمدرسي التربية البدنية و الرياضية عادية؟  
الغرض منه: معرفة نظرة مدرسي المواد الأخرى إلى أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	17	85%
لا	3	15%
المجموع	20	100%

جدول رقم 12 : يبين نظرة مدرسي المواد الأخرى إلى أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

نلاحظ من خلال أن:

نسبة 85% من أساتذة العينة يرون أن نظرة مدرسي المواد الأخرى الى أستاذ التربية البدنية و الرياضية عادية. أما نسبة 15% من أساتذة العينة يرون أن نظرة مدرسي المواد الأخرى الى أستاذ التربية البدنية و الرياضية غير عادية.



الشكل رقم 12 : دائرة نسبية تبين نظرة مدرسي المواد الأخرى إلى أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

#### الاستنتاج:

و منه نستنتج أن نظرة مدرسي المواد الأخرى لأستاذ التربية البدنية و الرياضية عادية وهذا ما يجعل الأستاذ لا يشعر بأي نوع من النقص تجاه أساتذة المواد الأخرى مما يساعده على القيام بعمله المقرر دون التفكير في المشاكل مع أساتذة المواد الأخرى مما يؤدي إلى نوع من التعصب، إلا أن نسبة قليلة جدا من الأساتذة ترى أن نظرة

أساتذة المواد الأخرى نظرة غير عادية ما يشكل نوع من المشاكل.

**السؤال الثالث عشر:** هل مناخ العمل في مؤسستكم يتميز بالخلافات مع مدرسي المواد الأخرى؟

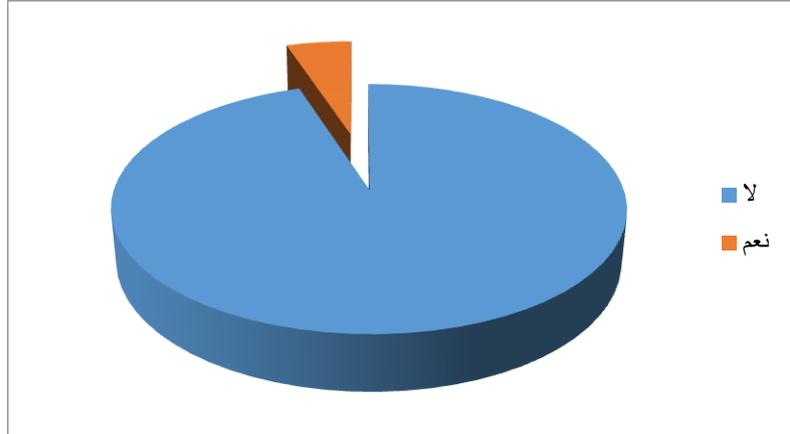
**الغرض منه:** معرفة ما إذا كانت هناك خلافات بين أستاذ التربية البدنية و أساتذة المواد الأخرى

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	1	5%
لا	19	95%
المجموع	20	100%

جدول رقم 13 : يبين ما إذا كانت هناك خلافات بين أستاذ التربية البدنية و أساتذة المواد الأخرى.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة 5 % من أساتذة العينة صرحوا أن مناخ العمل في مؤسستهم يتميز بالخلافات مع مدرسي المواد الأخرى. أما نسبة 95% من أساتذة العينة صرحوا أن مناخ العمل في مؤسستهم لا يتميز بالخلافات مع مدرسي المواد الأخرى.



الشكل رقم 13 : دائرة نسبية تبين ما إذا كانت هناك خلافات بين أستاذ التربية البدنية و أساتذة المواد

**الاستنتاج:**

و منه نستنتج أن مناخ العمل في معظم المؤسسات لا يتميز بالخلافات بين أساتذة التربية البدنية والرياضية مع مدرسي المواد الأخرى مما يساعد الأستاذ على القيام بعمله بشكل جيد ، إلا أن نسبة قليلة من الأساتذة أدلوا بان مناخ العمل في مؤسستهم يتميز بالخلافات مع مدرسي المواد الأخرى مما يعيق الأستاذ في عمله.

السؤال الرابع عشر: هل معظم المدرسين في مؤسستك يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية ؟  
الغرض منه :معرفة إذا كان أساتذة المواد الأخرى يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

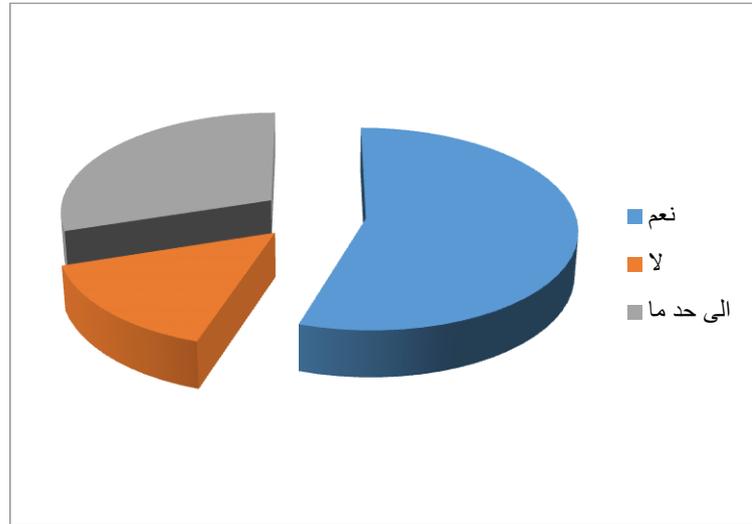
الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	11	55%
لا	03	15%
الى حد ما	06	30%
المجموع	20	100%

جدول رقم 14 : يبين إذا كان أساتذة المواد الأخرى يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة % 55 من أساتذة العينة يرون أن أساتذة المواد الأخرى يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.  
أما نسبة % 15 من أساتذة العينة يرون أن أساتذة المواد الأخرى لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية  
والرياضية.

ونسبة % 30 من أساتذة العينة يرون أن أساتذة المواد الأخرى يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية إلى حد ما.



الشكل رقم 14 : دائرة نسبية تبين إذا كان أساتذة المواد الأخرى يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية  
الاستنتاج:

و منه نستنتج أن معظم الأساتذة يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية مما يساعد الأستاذ ويشجعه على القيام بعمله دون أي ضغوط و ذلك بنسبة كبيرة ، إلا أن نسبة قليلة من الأساتذة يرون بان أساتذة المواد الأخرى لا يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

**السؤال الخامس عشر:** هل يقدر مدير المؤسسة الجهد الذي تقوم به ؟  
**الغرض منه:** معرفة ما إذا كان المدير يقدر عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	16	80%
لا	4	20%
المجموع	20	100%

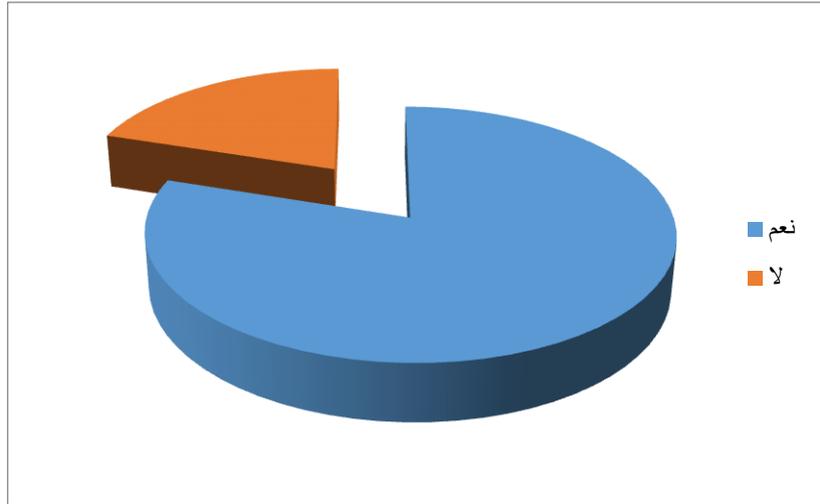
جدول رقم 15 : يبين ما إذا كان المدير يقدر عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة 80%

من أساتذة العينة صرحوا أن مدير المؤسسة يقدر الجهد الذي يقومون به .

أما نسبة 20% من أساتذة العينة صرحوا أن مدير المؤسسة لا يقدر الجهد الذي يقومون به



الشكل 15 : دائرة نسبية تبين ما إذا كان المدير يقدر عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية.

الاستنتاج:

و منه نستنتج أن معظم المدراء يقدرون العمل و الجهد الذي يقوم به أستاذ التربية البدنية و الرياضية مما يدفع بأستاذ التربية البدنية في بذل جهد أكبر أثناء العمل، إلا أن نسبة قليلة من الأساتذة يرون أن المدير لا يقدر عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية مما يجعلهم يهملون و لو بقدر قليل الحصة.

**السؤال السادس عشر:** هل إدارة المؤسسة تدرج معظم حصص ت-ب-ر في نهاية اليوم الدراسي؟  
**الغرض منه:** معرفة ما إذا كانت إدارة المؤسسة تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية في الدراسي.

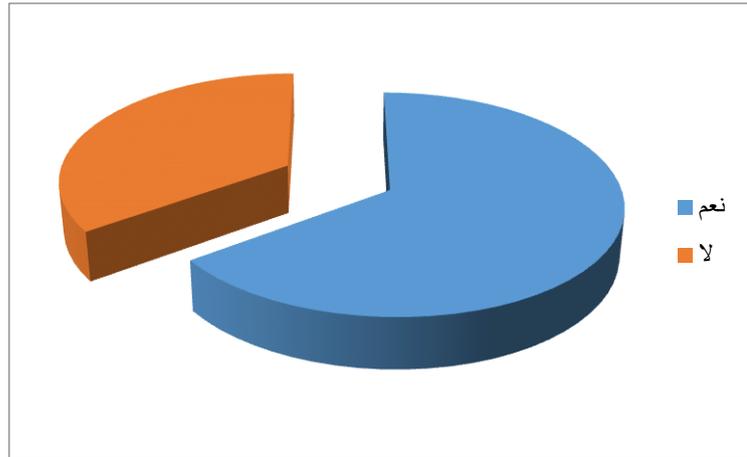
الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	13	65%
لا	7	35%
المجموع	20	100%

الجدول رقم 16 : يبين ما إذا كانت إدارة المؤسسة تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية في نهاية اليوم الدراسي.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة % 65 من أساتذة العينة صرحوا أن إدارة المؤسسة تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية في نهاية اليوم الدراسي.

أما نسبة % 35 من أساتذة العينة صرحوا أن إدارة المؤسسة لا تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية في نهاية اليوم الدراسي .



الشكل رقم 16: دائرة نسبية تبين ما إذا كانت إدارة المؤسسة تدرج معظم حصص التربية البدنية والرياضية الاستنتاج:

و منه نستنتج أن معظم إدارات المؤسسات تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية في نهاية اليوم الدراسي وهذا ما يجعل الأساتذة لا يقومون بجهد إضافي أثناء الحصة و ذلك نتيجة التعب و الإرهاق.

السؤال السابع عشر: هل يمنحك مدير المؤسسة قدرا كبيرا من السلطة و الحرية للقيام بعملك المقرر؟  
الغرض منه: معرفة ما إذا كان المدير يمنح الأستاذ السلطة و الحرية للقيام بعمله.

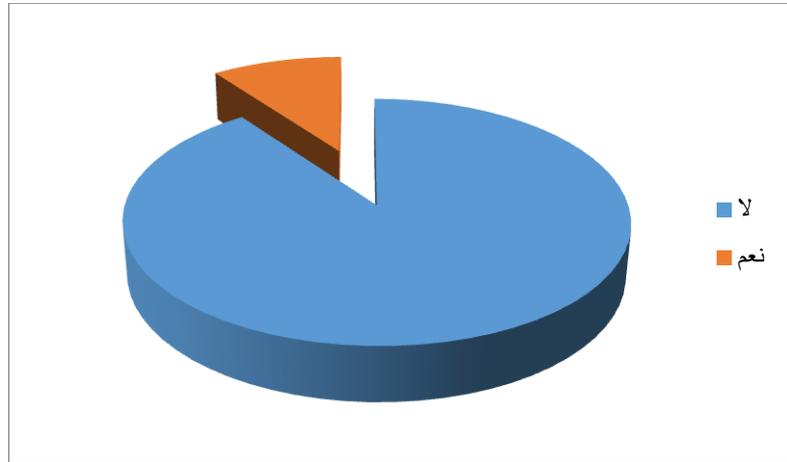
الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	18	90%
لا	2	10%
المجموع	20	100%

جدول رقم 17: يبين ما إذا كان المدير يمنح الأستاذ السلطة و الحرية للقيام بعمله.

نلاحظ من خلال الجدول أن:

نسبة 90% من أساتذة العينة صرحوا أن مدير المؤسسة يمنحهم قدرا كبيرا من السلطة و الحرية للقيام بعملهم المقرر.

أما نسبة 10% من أساتذة العينة صرحوا أن مدير المؤسسة لا يمنحهم قدرا كبيرا من السلطة و الحرية للقيام بعملهم المقرر.



الشكل رقم 17 : دائرة نسبية تبين ما إذا كان المدير يمنح الأستاذ السلطة و الحرية للقيام بعمله الاستنتاج:

و منه نستنتج أن المدير يمنح الأستاذ كامل السلطة و الحرية للقيام بعمله المقرر مما يجعل الأستاذ يقوم بعمله بشكل جيد و الاهتمام بالحصّة و التلاميذ وذلك بعدم تدخل المدير في صلاحيات الأستاذ، إلا أن نسبة قليلة من الأساتذة يرون أن المدير لا يمنحهم كامل الحرية و السلطة في القيام بمهامهم مما يشكل ضغط على الأستاذ.

# الفصل الثالث

## مناقشة و تفسير النتائج

1/ مناقشة و تفسير الفرضية الأولى

الفرضية الأولى: عدم اهتمام التلاميذ و لا مبالاتهم يعيق نجاح حصة التربية البدنية وقد نفت نتائج استمارة الاستبيان صدق هذه الفرضية في الأسئلة التالية:

السؤال الأول:

نسبة % 80 من أساتذة العينة يرون أن التلاميذ يهتمون بحصة التربية البدنية و الرياضية.

السؤال الثاني:

نسبة % 85 من أساتذة العينة يرون أن التلاميذ لديهم دافع في حصة التربية البدنية و الرياضية .

السؤال الثالث:

نسبة % 85 من أساتذة العينة صرحوا أن العلاقة التي تربطهم مع التلاميذ علاقة جيدة.

السؤال الرابع:

نسبة % 75 من أساتذة العينة صرحوا أن التلاميذ يشاركون في الألعاب داخل المؤسسة.

السؤال الخامس:

نسبة % 75 من أساتذة العينة يرون أن رد فعل التلاميذ يكون ايجابي أثناء تقديم لعبة في حصة التربية البدنية و الرياضية.

السؤال السادس:

نسبة % 95 من أساتذة العينة يرون أن كثرة التلاميذ في القسم الواحد لا يساعد على إجراء حصة التربية البدنية و الرياضية.

2/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية

الفرضية الثانية : قلة المرافق و العتاد الرياضي و المنشآت يعيق الأستاذ أثناء تفعيل الحصة، وقد أكدت نتائج استمارة الاستبيان صدق هذه الفرضية في الأسئلة التالية:

السؤال السابع:

نسبة 85% من أساتذة العينة يرون أن عدد التلاميذ لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية المتاحة.

السؤال الثامن:

نسبة 50% من أساتذة العينة يرون أن المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها مؤسساتهم غير كافية.

السؤال التاسع:

نسبة 75% من أساتذة العينة يرون أن المنشآت التي تتوفر عليها مؤسساتهم غير مجهزة.

السؤال العاشر:

نسبة 60% من أساتذة العينة يرون أن الوسائل البيداغوجية التي تتوفر عليها مؤسساتهم مناسبة للقيام بعملهم إلى حد ما.

السؤال الحادي عشر:

نسبة 60% من أساتذة العينة صرحوا أن مؤسساتهم تتوفر على غرف تغيير الملابس.

3/ مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثالثة

الفرضية الثالثة : إهمال الإدارة للأستاذ و نظرة مدرسي المواد الأخرى يعيق الأستاذ أثناء تفعيل الحصّة، وقد نفت نتائج استمارة الاستبيان صدق هذه الفرضية في الأسئلة التالية:

السؤال الثاني عشر:

نسبة 85% من أساتذة العينة يرون أن نظرة مدرسي المواد الأخرى الى أستاذ التربية البدنية و الرياضية عادية.

السؤال الثالث عشر:

نسبة 95% من أساتذة العينة صرحوا أن مناخ العمل في مؤسسا تهم لا يتميز بالخلافات مع مدرسي المواد الأخرى.

السؤال الرابع عشر:

نسبة 55% من أساتذة العينة يرون أن أساتذة المواد الأخرى يقدرّون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية. نسبة 35 % من أساتذة العينة يرون أن أساتذة المواد الأخرى يقدرّون عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية إلى حد ما.

السؤال الخامس عشر:

نسبة 80% من أساتذة العينة صرحوا أن مدير المؤسسة يقدر الجهد الذي يقومون به .

السؤال السادس عشر:

نسبة 65% من أساتذة العينة صرحوا أن إدارة المؤسسة تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية نهاية اليوم الدراسي .

نسبة 83% من أساتذة العينة صرحوا أن إدارة المؤسسة لا تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية في نهاية اليوم الدراسي .

السؤال السابع عشر:

نسبة 90 % من أساتذة العينة صرحوا أن مدير المؤسسة يمنحهم قدرا كبيرا من السلطة و الحرية للقيام بعملهم المقرر.

## استنتاج عام:

- 1- التلاميذ لا يشكلون عائق أمام الأستاذ لأن معظم الأساتذة صرحوا أن التلاميذ لديهم اهتمام بحصة التربية البدنية و الرياضية.
- 2- الأساتذة تربطهم علاقة جيدة مع التلاميذ.
- 3- أساتذة التربية البدنية ينسقون فيما بينهم لتحديد الأهداف في كل المستويات.
- 4- يشارك التلاميذ في جميع الألعاب و المنافسات داخل المدرسة و لديهم رد فعل ايجابي عندما يقوم الأستاذ بشرح أي لعبة داخلية في إطار الرياضة أي حصة التربية البدنية و الرياضية.
- 5- كثرة التلاميذ في القسم الواحد لا يساعد على إجراء حصة التربية البدنية و الرياضية.
- 6- المنشآت و الإمكانيات الرياضية المتاحة تشكل عائق أمام الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية حيث أنها لا تتناسب مع عدد التلاميذ و غير كافية و غير مجهزة و غير مناسبة لكي يقوم الأستاذ بعمله المقرر.
- 7- معظم مدراء المؤسسات يقدرون قيمة أستاذ التربية البدنية و الرياضية و يمنحوه كامل السلطة و الحرية في القيام بعمله المقرر .
- 8- لا يوجد أي مشكل مع أساتذة المواد الأخرى الذين يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية و يكون له كل التقدير والاحترام.

## الاقتراحات و التوصيات:

رغبنا منا في النهوض بحصة التربية البدنية و الرياضية وتحسين الواقع الذي يعيشه أستاذ التربية البدنية و الرياضية بعد الاطلاع على أهم العوائق التي تواجه الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية، و التي تحول دون وصوله إلى تحقيق أهداف التربية البدنية و الرياضية و هذا في المؤسسات التربوية في ولاية -باتنة- خرجنا من بحثنا هذا بمجموعة من الاقتراحات و التوصيات أهمها:

- 1- ضرورة الاهتمام بحصة التربية البدنية و الرياضية من طرف المسؤولين و النظر إليها كمادة أساسية .
- 2- إعادة النظر في تحديد أهداف التربية البدنية و الرياضية وفق الظرف التعديلي الحالي الذي يمس قطاع التربية و التعليم.
- 3- ضرورة تجهيز أي مؤسسة تربوية بالوسائل و المنشآت لممارسة النشاطات البدنية و الرياضية وذلك لتسهيل إجراء عملية التدريس.
- 4- تزويد المؤسسات التربوية بأساتذة مؤهلين.
- 5- زيادة ميزانية النشاطات البدنية و الرياضية داخل المؤسسات التربوية.
- 6- إقلال عدد التلاميذ على مستوى الأقسام.
- 7- شرح و توضيح أهداف التربية البدنية و الرياضية و التي تعود على التلاميذ بالفائدة أثناء ممارستها من الناحية الصحية، العقلية و النفسية... الخ.



خاتمة:

من خلال إجرائنا لهذه الدراسة حولنا الوصول إلى نتائج موضوعية يمكن الوثوق فيها وذلك من خلال إجراء بحث نظري، بالإضافة إلى قيامنا بالدراسة الميدانية من أجل الكشف والتعرف على معوقات نجاح حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.

على هذا الأساس اخترنا المنهج الوصفي وأعدنا أداة لجمع المعلومات تتمثل في استبيان مكون ثلاثة فروع إذ تحققنا من صدقه وثباته من خلال الدراسة الاستطلاعية ، وجمعنا البيانات من العينة المكونة من 20 أستاذ ، من ثانويات ولاية -باتنة- ثم عرضناها على شكل جداول وقمنا بتحليلها إحصائياً، فكانت النتيجة هناك بعض المعوقات لنجاح حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية، من ناحية المرافق و العتاد و المنشآت الرياضية، كما أنه لا يواجه أي صعوبة من جانب التلاميذ و الإدارة و أساتذة المواد الأخرى.

وخلصنا في نهاية الدراسة إلى استنتاجات عامة وإقتراحات وتوصيات لعلها تشكل منطلقاً لدراسات مستقبلية، وفي الأخير فإن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة علمية لتطبيق ما تم مناولته لنا في مشوارنا الدراسي الجامعي في كل ما يخص الجانب النظري.

## قائمة المراجع

- القرآن الكريم.

### المراجع باللغة العربية:

- 1- إبراهيم على إبراهيم عبد ربه، مبادئ علم الإحصاء، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية الإدارة المتزنة، جامعة الإسكندرية ، مصر، 2001.
- 2- أحمد الأوزي: المراهق و العلاقات المدرسية، منشورات علوم التربية مطبع النجاح الجديدة، الدار البيضاء، 1992.
- 3- أكرم زكي خطايبية، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، 1997.
- 4- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح، عدنان درويش جلون، التربية البدنية و الرياضية، ط 2 دار الفكر العربي، 1996.
- 5- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية و الرياضية، مدخل تاريخ فلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1 1998.
- 6- أمين أنور الخولي، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، ط 2، مصر، 1998.
- 7- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية و الرياضية، المهنية الاعداد المهني، النظام الأكاديمي، دار الفكر العربي، مصر، 1996 .
- 8 - أمين أنور الخولي، الرياضة و المجتمع ، دار الفكر العربي مصر، 1998.
- 9- بسطيوس أحمد، أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ط 1، 1996.
- 10- بشير صلاح الرشيدى، مناهج البحث التربوي رؤية تطبيقية بسيطة، ط 1، دار الكتاب الحديث، الكويت، 2000.
- 11- تشارلز أيبكور، حسن عوض و كمال صالح عبده، أسس التربية البدنية، القاهرة، 1964

- 12- حمد سعد زغلول ، مصطفى السايح محمد، تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية، مكتبة الإشعاع الفنية، ط 1، المعمورة، البحرين، 2001.
- 13 - خليل ميخائيل معوض، سيكولوجيا النمو الطفولة والمراهقة، دار الفكر الجامعي، مصر، ط 3، 1994.
- 14- رابع تركي، أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجزائرية، ط 2، الجزائر 1990.
- 15- رجاء وحيد دويدري، البحث العلمي أساسياته النظرية وممارساته العلمية، دار الفكر المعاصر، دمشق سوريا دون سنة.
- 16- رشيد زرواتي، مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط 1، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر، 2007.
- 17- زيدان محمد مصطفى، النمو النفسي للطفل المراهق وأسس الصحة النفسية، الجامعة الليبية، ط 1، 1972.
- 18- سعدية محمد علي جادر، في سيكولوجية المراهقة، دار البحوث العلمية، سنة 1980.
- 19- سلمى محمد جمعة، ديناميكيات العمل مع الجماعة، المكتب الجامعي الحديث، مصر، 1998.
- 20- عاقل فاخر، علم النفس التربوي، دار العلم للملايين، بيروت، ط 9، 1982.
- 21- عبد الجواد بكر، منهج البحث المقارن، بحوث ودراسات، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2002 الإسكندرية.
- 22- عبد الرحمان عيسوي، معالم علم النفس، دار النهضة العربية، 1984.
- 23- عبد الله عمر الفراء، عبد الرحمن عبد السلام جامل، المرشد الحديث، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن، 1999.
- 24- عزيز حنا داوود، التلميذ في التعليم الأساسي، منشأة المعارف الإسكندرية، 1982.
- 25- عنايات محمد أحمد فرج، مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، ملتزم الطبع و النشر، دار الفكر العربي، 1998.

- 26- فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1  
1994.
- 27- فيصل الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 28- مالك سليمان مخول، علم النفس الطفولة و المراهقة، مطابع مؤسسة الوحدة، دمشق، 1981.
- 29- محمد الأفندي، علم النفس الرياضي والأسس التربية البدنية، عالم الكتب، القاهرة، مصر، 1965.
- 30 - محمد الحماحي، أمين أنور الخولي، أسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي القاهرة، 1990.
- 31- محمد رفعت رمضان، أصول التربية وعلم النفس، دار الفكر العربي، مصر، 1994.
- 32- محمد سعيد عزمي، أساليب تطوير درس التربية البدنية و الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية،  
مصر 1996.
- 33- محمد عماد إسماعيل، النمو في مرحلة المراهقة، دار القلم، الكويت، ط 1، 1982.
- 34- محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية، ط 2، ديوان المطبوعات  
الجامعية، الجزائر، 1992.
- 35 - محمود عوض بسيوني، نظريات و طرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية، 1986
- 36- محي الدين ابي فضل السيد محمد مرتضى، تاج العروس من جواهر القاموس دار الفكر بيروت، 1994
- 37- محي الدين مختار، محاضرات علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية.
- 38 . مروان عبد العيد إبراهيم، النمو البدني و التعلم الحركي، الدار العلمية الدولية للنشر و التوزيع،  
الأردن، ط 3، 2002.
- 39- مصطفى غالب، بسيكولوجية الطفولة و المراهقة، منشورات مكتبة الهلال، بيروت، 1973.
- 40- مصطفى فهمي، سيكولوجية الطفولة والمراهق، مكتبة مصر للطباعة، مصر، ط 1، 1974.
- 41- المنجد العربي.
- 42- منهاج التربية البدنية و الرياضية، السنة الأولى ثانوي، وزارة التربية و التعليم، 2005.

## قائمة المذكرات:

- 1- يخلف احمد، ظاهرة التفاعل الاجتماعي الصفّي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية و الرياضية، الجزائر، 2001.
- 2- معيزة مبارك، اتجاهات طلبة قسم التربية البدنية و الرياضية نحو مهنة التدريس، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر، 2001-2002.
- 3- معيزه مبارك، اتجاهات طلبة قسم التربية البدنية و الرياضية نحو مهنة التدريس، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر، 2001-2002.
- 4- لورنق يوسف، دور التربية البدنية و الرياضية في تفعيل النشاطات اللاصفية، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر، 2007.

## المراجع باللغة الفرنسية:

1. Jean Michel science biologie de l'enseignant sportif ;Doin éditeur
2. pierre dneo ; op – cit ; 1988.

الملاحق

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة-

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم التربية الحركية

الموضوع:

استمارة استبائييه موجهة إلى أساتذة التربية البدنية و الرياضية.

في إطار انجاز بحث لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية و الرياضية.

تحت عنوان:

معوقات نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية .

ـ نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بصدق و موضوعية. و أتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه

الاستمارة ستكون سرية و لا تستخدم إلا لأغراض علمية بحتة.

و تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير.

تحت إشراف:

إعداد الطالب:

د. شتيوي عبد المالك

درار عصام

السنة الجامعية : 2016-2017

- 1- هل هناك اهتمام من طرف التلاميذ بحصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
 نعم  لا
- 2- هل التلاميذ لديهم دافعية لاجتياح في حصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
 نعم  لا
- 3- كيف ترى علاقتك مع التلاميذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
 جيدة  عادية  سيئة
- 4- هل يشارك جل التلاميذ في الألعاب داخل المؤسسة ؟  
 نعم  لا
- 5- كيف يكون رد فعل التلميذ أثناء تقديمكم لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
 إيجابي  سلبي
- 6- هل كثرة التلاميذ في القسم الواحد يساعد على إجتياح حصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
 نعم  لا
- 7- هل عدد التلاميذ يتناسب مع الإمكانيات الرياضية ؟  
 نعم  لا
- 8- هل المنشآت الرياضية التي تتوفر عليها المؤسسة صالحة لاجتياح حصة التربية البدنية و الرياضية ؟  
 صالحة  حسنة  كافية  غير كافية
- 9- هل هذه المنشآت مجهزة باوسائل التعليمية و البيداغوجية ؟  
 نعم  لا
- 10- هل الوسائل البيداغوجية مناسبة لكي تقوم بعملك بشكل جيد ؟  
 نعم  لا  إلى حد ما
- 11- هل تتوفر مؤسستكم على غرف تبديل الملابس ؟  
 نعم  لا
- 12- هل نظرة مدرسي المواد الأخرى لمدرسي التربية البدنية و الرياضية عادية ؟  
 نعم  لا
- 13- هل مناخ العمل في مؤسستكم يتميز بالخلافات مع مدرسي المواد الأخرى ؟  
 نعم  لا
- 14- هل معظم المدرسين في مؤسستكم يقدرّون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية ؟

نعم  لا  إلى حد ما

15- هل يقدر مدير المؤسسة الجهد الذي تقوم به ؟

نعم  لا

16- هل إدارة المؤسسة تدرج معظم حصص التربية البدنية و الرياضية في نهاية اليوم الدراسي ؟

نعم  لا

17- هل يمنحك مدير المؤسسة قدرا كبيرا من السلطة و الحرية للقيام بعملك المقرر؟

نعم  لا

## ملخص :

عنوان الدراسة : معوقات نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية  
دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية - باتنة -

هدف الدراسة : معرفة معوقات نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية.

مشكلة الدراسة : -التساؤل العام:

-هل يواجه أستاذ التربية البدنية و الرياضية عوائق أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

-التساؤلات الفرعية :

-هل عدم اهتمام التلاميذ بحصة التربية البدنية و الرياضية يعيق الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية الرياضية ؟.

-هل قلة المرافق و العتاد الرياضي و المنشآت تعيق الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

-هل إهمال الإدارة للأستاذ و نظرة مدرسي المواد الأخرى يعيق الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية

والرياضية؟

الفرضيات:

الفرضية العامة:

يواجه أستاذ التربية البدنية و الرياضية العديد من العوائق من اجل إنجاح حصة التربية البدنية و الرياضية.

الفرضيات الجزئية:

1- لا مبالاة و إهمال التلاميذ يعيق نجاح حصة التربية البدنية والرياضية .

2-قلة المرافق و العتاد الرياضي و المنشآت يعيق نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية.

3-إهمال الإدارة للأستاذ و نظرة مدرسي المواد الأخرى يعيق نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية.

إجراءات الدراسة الميدانية :

العينة : 20 استاذ للتربية البدنية و الرياضية للمرحلة الثانوية في ولاية - باتنة -

المجال الزمني : امتد من اواخر شهر جانفي 2017 إلى غاية اواخر شهر افريل 2017.

المجال المكاني :ثانويات و لاية - باتنة -

المنهج المستخدم : تم استخدام المنهج الوصفي ،وهذا لأنه الأنسب في مثل هذه المواضيع .

الأدوات المستعملة :ومن بين ما استعملناه في دراستنا: استمارة استبيان موجه لاساندة التربية البدنية و الرياضية في

المرحلة الثانوية .

النتائج المتوصل إليها :

الاستنتاجات :

1- التلاميذ لا يشكلون عائق أمام الأستاذ لأن معظم الأساتذة صرحوا أن التلاميذ لديهم اهتمام بحصة التربية

البدنية و الرياضية.

- 2- المنشآت و الإمكانيات الرياضية المتاحة تشكل عائق أمام الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية و الرياضية حيث أنها لا تتناسب مع عدد التلاميذ و غير كافية و غير مجهزة و غير مناسبة لكي يقوم الأستاذ بعمله المقرر.
- 3- معظم مدراء المؤسسات يقدرون قيمة أستاذ التربية البدنية و الرياضية و يمنحوه كامل السلطة و الحرية في القيام بعمله المقرر .
- 4- لا يوجد أي مشكل مع أساتذة المواد الأخرى الذين يقدرون عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية و يكونون له كل التقدير و الاحترام.

#### الاقتراحات و التوصيات:

- 1- ضرورة الاهتمام بحصة التربية البدنية و الرياضية من طرف المسؤولين و النظر إليها كمادة أساسية .
- 2- إعادة النظر في تحديد أهداف التربية البدنية و الرياضية وفق الطرف التعديلي الحالي الذي يمس قطاع التربية و التعليم.
- 3- ضرورة تجهيز أي مؤسسة تربوية بالوسائل و المنشآت لممارسة النشاطات البدنية و الرياضية وذلك لتسهيل إجراء عملية التدريس.
- 4- تزويد المؤسسات التربوية بأساتذة مؤهلين.
- 5- زيادة ميزانية النشاطات البدنية و الرياضية داخل المؤسسات التربوية.
- 6- إقلال عدد التلاميذ على مستوى الأقسام.
- 7- شرح و توضيح أهداف التربية البدنية و الرياضية و التي تعود على التلاميذ بالفائدة أثناء ممارستها من الناحية الصحية، العقلية و النفسية... الخ.