



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



رسالة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه ل م د

في النشاط البدني الرياضي التربوي

**أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف
الاجتماعي المدرسي لدي تلاميذ المرحلة الثانوية**

* دراسة ميدانية: على بعض ثانويات مدينة بسكرة *

إشراف الدكتور:

جعفر بوعروري

إعداد الطالب الباحث:

بوزاهر محمد لخضر

السنة الجامعية: 2017/2018

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا
كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا
بِهِ وَأَخْفِ عَنَّا وَانصُرْنَا يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ ﴿٢٨٦﴾
القَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٧﴾

صدق الله العظيم .

(سورة البقرة الآية 286)

شكر وعرفان

الحمد لله الذي بنعمه تتم الصالحات، وبجزيل فضله تتحقق الأمانى و الغايات،

وبعظيم كرمه وتوفيقه حققت أسمى ما كنت أتطلع إليه ووصلت الى هذه اللحظة المباركة،
لأحقق حلما طال انتظاره، فله الفضل و المنة على كل هذا التوفيق.

أبدا تشكراتي بأعلى وأعز ما أملك في هذه الحياة والدي العزيزين الذين قدمى لي أعظم دعم
وتشجيع من اجل ان انجز هذا العمل.

كما اتقدم باسمى عبارات الشكر و الامتتان و التقدير لأستاذي الغالي " الدكتور جعفر
بوعروري" الذي كان و مازال يستقبلني بابتسامته الرائعة و روحه الطيبة طيلة سنوات
الإشراف دون ان يكل او يمل من تقديم النصائح و التوجيهات القيمة فجزاه الله عنى خير
جزاء .

كما اشكر كل اساتذة وعمال معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية كل باسمه
على ما قدموه من نصح و توجيه خاصة الدكتور " عيسى براهيمى و الدكتور " مزروع
السعيد " و كذا الدكتور " سليم بزيو" ولا انسى استاذي العزيز الدكتور "سعيدى مصطفى"
الذي اكن له كل الاحترام و التقدير .

كما لا انسى ان اشكر مهندسى النجاح الذين ساعدوني كثيرا وكانوا نعم السند لي
، رابح، دليلة، سهام، أحمد، محمد الطيب، رامى، لبنى، نور وعلى رأسهم اخى الغالي "
صلاح الدين شيخاوي" الذي ساعدني طيلة مراحل العمل وكان نعم الرفيق ونعم السند.

كما لا يفوتني أن أشكر كل من مدنى بيد العون والمساعدة وشجعني ولو بالكلمة خصوصا
عمال مكتبة المعهد وابدأ بأخي " حكيم " وكل طاقم العمل و كذلك الطاقم الادارى و التربوي
لثانوية برانيس وعلى رأسهم المدير " رضوان عبد القادر" وكذا أساتذة وتلاميذ المؤسسات التي
أجريت فيها هذه الدراسة .

الإهداء

أهدي ثمرة هذا الجهد إلى من ألهماني للوصول إلى ما أنا عليه الآن إلى من قال
فيهما الله عز وجل

"وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا"

إليكما يا من أنارا دربي :أبي العزيز،أمي الغالية (حفظكما الله ورعاكما وبارك
في عمركما)

إلى كل أخوتي وأخواتي

إلى كل الأصدقاء والأحبة و زملاء الدراسة

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

إلى كل من دعا لي بالتوفيق إلى كل من ساعدني حتى وصلت إلى هذا اليوم

إليكم جميعا أهدي هذا العمل المتواضع.

محمد لخضر بوزاهر

فهرس المحتويات

	البسمة
	شكر وعران
	إهداء
	فهرس الجداول
	فهرس الأشكال
أ - ج	مقدمة
الجانب التمهيدى	
الفصل الأول: مدخل عام للدراسة	
05	الإشكالية
07	فرضيات الدراسة
07	أسباب إختيار الموضوع
08	أهداف الدراسة
09	أهمية الدراسة
10	تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
14	الدراسات السابقة والمشابهة
الجانب النظرى	
الفصل الثانى: التربية البدنية والرياضية	
30	تمهيد الفصل
31	أولاً: ماهية التربية
31	أ. مفهوم التربية
33	ب. أهداف التربية
34	ج. علاقة التربية بالتربية البدنية والرياضية
35	ثانياً: ماهية التربية البدنية والرياضية
35	أ. تاريخ التربية البدنية والرياضية

فهرس المحتويات

36	1. تطور التربية الرياضية عبر العصور
42	2. أهم الاعتبارات من تاريخ التربية البدنية والرياضية
43	II. مفهوم التربية البدنية والرياضية
45	III. طبيعة التربية البدنية والرياضية
46	IV. مفهوم ومهام التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية
46	V. المفاهيم الخاطئة للتربية البدنية والرياضية
48	VI. الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية
51	VII. أغراض التربية البدنية والرياضية العامة
53	VIII. الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية
55	ثالثا: درس التربية البدنية والرياضية
55	I. ماهية التدريس
56	II. خصائص التدريس وخطواته
57	III. مراحل التدريس
58	IV. مفاهيم عامة حول درس التربية البدنية والرياضية
58	1. مفهوم درس التربية البدنية والرياضية
59	2. أهمية درس التربية البدنية والرياضية
59	3. أهداف درس التربية البدنية والرياضية
60	4. محتويات (تقسيم) درس التربية البدنية والرياضية
64	V. معايير وأسس اختيار طرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية
64	VI. المهام التربوية لدرس التربية البدنية والرياضية
65	VII. مفهوم طريقة التدريس
65	1. الاعتبارات التربوية في درس التربية البدنية والرياضية
66	2. طرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية
68	3. استراتيجيات تدريس التربية البدنية والرياضية
70	VIII. عوامل الأمن والسلامة في درس التربية البدنية والرياضية

فهرس المحتويات

71	رابعاً: التغذية الراجعة
71	أ. مفهوم التغذية الراجعة
71	ب. أهمية و وظائف التغذية الراجعة
72	ج. المراحل التي يمر بها المعلم قبل إعطاء التغذية الراجعة
72	د. تصنيف التغذية الراجعة
74	خامساً: التقويم في التربية البدنية والرياضية
74	أ. مفهوم التقويم التربوي
74	ب. أهمية التقويم التربوي
75	ج. أهداف تقويم برامج التربية البدنية والرياضية
75	د. مجالات التقويم
76	هـ. تقويم درس التربية البدنية والرياضية
76	و. أهداف التقويم في التربية البدنية والرياضية
78	خلاصة الفصل
الفصل الثالث: مرحلة النمو والمراهقة	
80	تمهيد الفصل
81	أولاً: النمو
81	أ. مفهوم النمو
82	ب. مبادئ النمو
84	ج. مظاهر وجوانب النمو المختلفة
86	1. أهمية دراسة مظاهر النمو في مجال التربية البدنية والرياضية
87	2. العوامل المؤثرة في النمو
89	د. النظريات المفسرة للنمو
93	هـ. مراحل النمو
95	ثانياً: المراهقة
95	أ. مفهوم المراهقة

فهرس المحتويات

97	II. الاهتمام بمرحلة المراهقة
98	III. مشاكل فترة المراهقة
98	1. العوامل المؤدية لظهور المشكلات في المراهقة
99	2. أهمية دراسة مشكلات التلاميذ في مرحلة المراهقة
100	3. مشكلات المراهقة واضطراباتها
104	4. العلاج الوقائي والشافعي من المشكلات النفسية
108	IV. المراحل الزمنية للمراهقة
109	V. أهداف مرحلة المراهقة
111	VI. الاتجاهات الرئيسية في تفسير المراهقة
113	VII. تقويم النظريات
114	VIII. أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق
116	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: التكيف الاجتماعي المدرسي	
118	تمهيد الفصل
119	أولاً: ماهية التكيف
119	I. مفهوم التكيف
123	II. مظاهر التكيف
125	III. معايير التكيف
126	IV. محددات التكيف
127	V. خصائص التكيف
128	VI. العوامل المؤثرة في التكيف
129	VII. أبعاد التكيف ومجالاته
131	VIII. أساليب التكيف
133	IX. مؤشرات التكيف
133	X. النظريات المفسرة للتكيف

فهرس المحتويات

135	ثانيا: التكيف المدرسي
135	I. مفهوم التكيف المدرسي
136	II. مجالات التكيف المدرسي
139	III. متطلبات التكيف المدرسي للتلاميذ في المرحلة الثانوية
140	IV. مركبات التكيف المدرسي
142	V. التكيف المدرسي عند الطفل
142	VI. مظاهر سوء التكيف الاجتماعي للمجتمع
143	VII. مفهوم سوء التكيف
144	VIII. مظاهر سوء التكيف المدرسي
145	IX. العوامل المؤثرة في التكيف المدرسي
148	خلاصة الفصل
الجانب التطبيقي	
الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة	
150	تمهيد الفصل
151	أولاً: الدراسة الاستطلاعية
151	I. عينة الدراسة الاستطلاعية
152	II. المجال الزمني للعينة الاستطلاعية
152	ثانيا: المنهج المستخدم
153	ثالثاً: أدوات جمع بيانات الدراسة
153	I. مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي
154	II. تقنين (تكييف) المقياس
155	III. الخصائص السيكومترية للمقياس
165	رابعاً: مجتمع وعينة الدراسة
165	I. مجتمع الدراسة
166	II. عينة الدراسة

فهرس المحتويات

187	III. خصائص عينة الدراسة
170	IV. حدود الدراسة
171	V. الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة
	الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج
173	تمهيد الفصل
174	I. عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
177	II. عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
180	III. عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
184	IV. عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
187	V. عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس
191	VI. عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال السادس
195	VII. استنتاج عام
197	VIII. اقتراحات وتوصيات
199	الخاتمة
202	ملخص الدراسة
207	قائمة المراجع
	الملاحق

فهرس الجدول

الصفحة	العنوان	الرقم
63	تقسيم ومحتوى درس التربية البدنية والرياضية	01
85	مظاهر وجوانب النمو المختلفة	02
92	مراحل النمو النفسي والاجتماعي لإيركسون	03
94	مراحل النمو الانساني	04
110	أهداف مرحلة المراهقة	05
157	ارتباط فقرات البعد الأول مع الدرجة الكلية لمقياس التكيف الاجتماعي	06
158	ارتباط فقرات البعد الثاني مع الدرجة الكلية لمقياس التكيف الاجتماعي	07
159	ارتباط فقرات البعد الثالث مع الدرجة الكلية لمقياس التكيف الاجتماعي	08
160	ارتباط فقرات البعد الرابع مع الدرجة الكلية لمقياس التكيف الاجتماعي	09
161	ارتباط درجات أبعاد مقياس التكيف الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمقياس	10
162	نتائج الصدق التمييزي لمقياس التكيف الاجتماعي المدرسي	11
163	معامل ثبات بطريق التطبيق وإعادة التطبيق لمقياس التكيف الاجتماعي	12
164	التجزئة النصفية لمقياس التكيف الاجتماعي المدرسي	13
164	معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس التكيف المدرسي	14
165	مجتمع الدراسة	15
167	توزيع عينة الدراسة	16
167	توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس	17

فهرس الجداول

168	توزيع العينة حسب متغير المستوى التعليمي	18
169	توزيع العينة حسب متغير التخصص	19
175	مستوى التكيف المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية	20
178	مستوى التكيف المدرسي لدى التلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية	21
181	دلالة الفروق في التكيف الاجتماعي المدرسي تبعا لنمط الممارس وغير الممارس	22
185	دلالة الفروق في التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة ت ب ر تبعا لمتغير الجنس	23
188	دلالة الفروق في التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة ت ب ر تبعا لمتغير التخصص العلمي	24
192	تحليل التباين البسيط للمقارنة بين المجموعات (F test) لحساب الفروق بين متوسطات إجابات عينة الدراسة على مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي	25
193	نتائج الاختبار البعدي شيفيه Scheffe للفروق في استجابات أفراد العينة حول مستوى التكيف الاجتماعي الدراسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي	26

فهرس الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
73	تصنيف التغذية الراجعة	01
86	مظاهر النمو	02
131	كيفية تحقيق التكيف	03
168	توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس	04
169	توزيع أفراد العينة حسب متغير المستوى التعليمي	05
170	توزيع أفراد العينة حسب متغير التخصص	06

مقدمة جامعة

عرف الإنسان منذ القديم العديد من العلوم وقام بتطويرها على مر الأزمان والعصور وقد ساهمت هذه العلوم في تطوره وازدهاره، وقد بلغ هذا التطور ذروته في عصرنا الحالي نتيجة لما يعرفه العالم من ثورة تكنولوجية في شتى المجالات وفي مختلف العلوم والتخصصات، وهذا ما أدى بالإنسان للوصول إلى أعلى مستويات الرقي الحضاري والنبوغ الثقافي.

وبما أن الرياضة عبارة عن نشاط عضلي وذهني صاحب حياة الإنسان منذ نشأته، ومع مرور الزمن وما شهده الإنسان من تطور، لم تعد الرياضة ذلك النشاط العبيث المفرغ من كل فائدة إلا للهو وقتل الوقت، بل أصبحت علما قائما بذاته يعمل على النمو بالإنسان في شتى المجالات الجسمية والذهنية وكذا النفسية الاجتماعية وزيادة أوصل الأخوة والمحبة في أوساط المجتمعات والشعوب، وترسيخ فكرة تقبل الآخر والتعايش في جو يسوده التنافس الشريف وتؤطره الأخلاق الرياضية الحميدة، ونظرا لما أوحى به واقع المجتمعات البشرية قديمها وحاضرها بأن كل شيء في هذه الحياة إلا وله هدفه وغايته، فالحياة أهداف مسطرة وكذا الشأن بالنسبة لممارسي الرياضة عامة والتربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية خاصة فلهم أهداف مسطرة يسعون لتحقيقها.

وانطلاقا من الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة إلى تغيير وتعديل سلوكه بما يتناسب مع احتياجات المجتمع، فالتربية البدنية والرياضية التي تعتبر المحك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي، لذا يمكن القول أن المقصود بالتربية البدنية الرياضية هي " تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني والرياضي بالاعتماد على تأثير كل معطيات العلوم الحديثة (البيولوجيا، علم الوراثة، علم وظائف الأعضاء الداخلية، علم النفس...) وترمي إلى تكوين الفرد تكوينا متكاملًا من الناحية الحسية الحركية والاجتماعية العاطفية والمعرفية " ¹، وتعد مرحلة التعليم الثانوي أرضية خصبة لاكتشاف الموهوبين فكريا والمبدعين رياضيا في مختلف الاختصاصات لذا كان لزاما الاهتمام بهم خلال هذه المرحلة الحاسمة وتقديم الدعم اللازم واستثمار طاقاتهم خاصة في الجانب الرياضي، وكذا التوجيه المبكر لهذه المواهب من أجل تحقيق إنجازات عالية وتمثيل الجزائر في المستقبل القريب خلال المنافسات والمحافل الدولية أحسن تمثيل و كذا إعداد جيل متكامل جسميا وعقليا ويتمتع بالإشباع النفسي والاجتماعي.

¹ أحمد بوسكرة: **مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي التقني**، دار الخلدونية للنشر والتوزيع، الجزائر، 2005، ص7.

وحصة التربية البدنية والرياضية تعتبر ميدانا اجتماعيا يعمل على تكامل العلاقة بين التلاميذ فيما بينهم وبين مختلف الأفراد المحيطين بهم داخل أصوار المؤسسة ليمتد إلى المحيط الخارجي، وبما أن التلاميذ ينحدرون من بيئة واحدة ويعيشون داخل مجتمع واحد، فهم يتفاعلون مع بعضهم البعض وفق ديناميكية ومتغيرات تؤثر على هذه الجماعة من خلال تبادل الأدوار والخبرات داخل الحصة التي تركز في مضمونها حول العلاقات البيداغوجية وتعمل على تكيف الأفراد اجتماعيا ونفسيا فيما بينهم وبما أن الإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع العيش منفردا الأمر الذي يوجب ضرورة الموازنة بين الاهتمام بالنشاط الرياضي والخبرة الاجتماعية على قدم المساواة في أثناء الممارسة الرياضية.

وبما أن لكل فرد سمات شخصية تميزه عن غيره، فهي تختلف وتتنوع باختلاف الأشخاص وكذا اختلاف البيئات، فمن الأفراد من لديه القدرة على تحمل المسؤولية والأعباء الحياتية والقدرة على الضبط الانفعالي في المواقف المختلفة وفي أماكن متنوعة داخل المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا ما ينتج عنه راحة نفسية واجتماعية تمكنه من التكيف والتوافق النفسي والاجتماعي مع من حوله من الأفراد، وعلى النقيض تماما نجد بعض الأشخاص يفتقرون إلى القدرة على مواجهة الضغوطات اليومية، وينغمسون في المشاكل ولا يستطيعون التكيف معها وهذا ما يؤدي بهم إلى الإحباط وعدم الصمود وكذا التذبذب في نظرتهم إلى غيرهم وكل هذا قد يدفع الفرد إلى أن ينتقد مبادئ ومعايير وأهداف مجتمعه والتمرد على قوانينه وعدم شعوره بالانتماء له وما ينتج عن هذا من اختلال في تماسك المجتمع، مما يحول دون ازدهاره ويساهم في اندثاره وتفككه، إذ أن لتطور الفرد الاجتماعي في مرحلة المراهقة أهمية خاصة إذ تعد فترة التغيير في الانتماء إلى الجماعة الأمر الذي يساعده على نضج أفكاره في مجال القيم الاجتماعية، وتظهر أهمية التكيف من خلال مساعدة التلميذ على الاندماج مع غيره و رغبته في ممارسة مختلف ألوان النشاط الرياضي وإبراز شخصيته ومواهبه وإكسابه رغبة أكبر في منافسة رفاقه رياضيا والتفاعل معهم اجتماعيا وهذا ما ينعكس على بناء شخصيته مستقبلا.

ومن خلال ما تطرقنا إليه يتضح لنا أن للتربية البدنية والرياضية تأثير في تكيف الفرد مع غيره من المحيطين به، ومن هنا كان اهتمامنا بموضوع التكيف الاجتماعي للتلميذ في المرحلة الثانوية من خلال ممارسته لحصة التربية البدنية والرياضية.

وقد ارتأينا البحث والدراسة في موضوع التكيف الاجتماعي المدرسي، ومن أجل معالجة هذا الموضوع تم وضع خطة بحثية تضمنت مايلي:

مدخل عام للدراسة

تم التطرق فيه إلى إشكالية البحث وكانت بشكل منهجي انطلاقاً من العام إلى الخاص وصولاً إلى طرح التساؤل الرئيسي للدراسة متبوعاً ببعض التساؤلات الفرعية، وتحديد فرضيات البحث، ثم بيان أهمية الدراسة وأهدافها مع إبراز أسباب اختيار الموضوع. كما تم التطرق إلى بعض الدراسات السابقة والمماثلة للبحث مع تحديد أهم المفاهيم والمصطلحات الخاصة بالبحث.

الجانب النظري: وتم تقسيمه إلى ثلاث فصول:

الفصل الأول: تم الحديث في بداية الفصل عن مفهوم التربية العامة لغة واصطلاحاً وتبيين أهدافها، مع ذكر العلاقة التي تربطها بالتربية البدنية والرياضية وقيمة هذه الأخيرة في ميدانها ونظامها، ثم تدرجنا إلى الحديث عن تاريخ التربية البدنية والرياضية عبر العصور المختلفة مع توضيح أهميتها وأهدافها والإشارة إلى دورها الفعال في المنظومة التربوية خاصة عند تلاميذ المرحلة الثانوية، وفي نهاية الفصل تم الحديث عن أهم محطات درس التربية البدنية والرياضية.

الفصل الثاني: وفيه تكلمنا عن النمو بصفة عامة وإبراز مظاهره وأهم مراحلها والنظريات والاتجاهات التي تداولته وبعدها انتقلنا لمرحلة المراهقة التي تعد من أهم المراحل العمرية من خلال إبراز مفهومها وأهميتها وأهم مظاهر النمو التي تحدث للتلميذ خلالها، كما بينا علاقتها بالتربية البدنية والرياضية وكذا بالتكيف الاجتماعي.

الفصل الثالث: وتضمن هذا الفصل التكيف من خلال تعريفنا لمفهوم التكيف، مع تحديد أبعاده وعناصره، وذكر مظاهره ومؤثراته وأهم اتجاهاته وتحديد عوامله وأهم نظرياته والمعايير الخاصة بالتكيف، وفي الأخير تطرقنا إلى أهمية التربية البدنية والرياضية في التكيف الاجتماعي المدرسي.

الجانب التطبيقي:

الفصل الأول: ويشمل عرضاً للإطار المنهجي للدراسة، وذلك بتحديد المنهج المتبع في الدراسة، وذكر مجتمع البحث وعينته، وأدوات جمع البيانات المستخدمة، وأساليب المعالجة الإحصائية المتبعة.

الفصل الثاني: وفيه تم عرض وتحليل البيانات والنتائج المتعلقة بالدراسة، كما قمنا بمناقشة نتائج الدراسة المتوصل لها، والوصول إلى استنتاج عام وبعض الاقتراحات ثم خاتمة الدراسة.

الجانب التنفيذي

المفصل الأول

مدخل عام للدراسة

الإشكالية

فرضيات الدراسة

أسباب اختيار الموضوع

أهداف الدراسة

أهمية الدراسة

تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة

الدراسات السابقة والمشابهة

1. الإشكالية

التربية تعمل على إعداد أفراد المجتمع الجدد على الطريقة التي يجب عليهم إتباعها في تصرفاتهم خلال المواقف الحياتية المختلفة، كما أنها تمهد لهم الطريق لتعلم المهارات الاجتماعية التي تمكنهم من التعامل الاجتماعي السليم، " والتربية في أبسط مفهوم لها تعني عملية التوافق والتكيف؛ فالتربية حسب هذا المفهوم عبارة عن عملية بين الفرد وبيئته الاجتماعية، وذلك بغرض التوافق أو التكيف بين الإنسان والقيم والاتجاهات التي تفرضها البيئة، تبعا لدرجة التطور المادي والروحي فيها، فالتربية تهدف إلى مساعدة الشخصية الإنسانية على أن تنمو نموا (انفعاليا، اجتماعيا، عقليا... الخ) سليما تحررها من الحقد والكراهية والضغينة¹. ومن خلال عملية اتصال أفراد المجتمع فيما بينهم وتبادل الأدوار الاجتماعية المختلفة يتحقق التكيف الاجتماعي ومن هنا يكتسب الفرد الجديد أنماط سلوكية متوقعة بصورة مستمرة في كافة المواقف التي يشترك فيها عن طريق التوحد بأدوار الأشخاص الآخرين، أو القيام بأدوارهم، وهذا ما يعزز انتماء الفرد للجماعة وحمايته من الاغتراب الذي يعني الابتعاد النفسي للفرد عن ذاته وعن الجماعة التي ينتمي إليها، فالعلاقات الوثيقة مع الآخرين تصبح من الضروريات كلما زاد نضج الفرد وتقدمه في السن وبالتالي فإن حاجة الفرد إلى من حوله وتكيفه معهم تساهم بشكل كبير في حل مشاكله وإرضاء حاجاته التي لا يستطيع حلها وإرضاءها بمجهوده الخاص، فهم يشعرونه بالأمن ويزيدون من احترامه لذاته.

وبما أن الرياضة ظاهرة اجتماعية ذات تأثير كبير في كافة أطراف المجتمع كان لزاما استعمالها كأداة اجتماعية قوية للمحافظة على تماسك المجتمع وزيادة الترابط وترسيخ بعض القيم بين أفرادها خاصة النشء منهم وانطلاقا من الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية خاصة داخل المؤسسات التربوية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة إلى تعديل وتغيير بعض أنماط سلوكه بما يتلاءم مع بيئته.

إذ تعتبر التربية البدنية والرياضية إحدى المواد الأساسية في الخطة الدراسية لمراحل التعليم العام، أصبح تطوره أو الاهتمام بها ضرورة من ضرورات الحياة وواجبا اجتماعيا مهما فهي عملية مستمرة تساهم في تعديل وتحسين سلوك الفرد بما يتناسب مع البيئة المحيطة به ومع ما يتماشى مع عادات مجتمعه الذي يعيش فيه، كما أنها تعمل على الإلمام بجميع جوانب حياته لأن الفرد عبارة عن وحدة متجانسة

¹ محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطيء: نظريات وطرق ت.ب.ر.، 2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992، ص 09.

تشمل جميع جوانبه الجسمية، والعقلية، والروحية وتحقيق الاتزان فيما بينها، تؤدي إلى صحة الأفراد وسلامة تفكيرهم وحسن ثقافتهم وجميل أخلاقهم، "وتأثير التربية البدنية والرياضية في إطارها التربوي على الحياة الانفعالية للإنسان يتغلغل إلى أعماق مستويات السلوك والخبرة، حيث لا يمكن تجاهل المغزى الرئيسي لجسم الإنسان ودوره في تشكيل سماته النفسية"¹. كما أنها ساهمت في تزويد التلميذ بالمهارات الضرورية والخبرات العالية التي تسمح له بالتكيف مع نفسه ومع غيره.

ويعد التكيف الاجتماعي ضروري لكل فرد في أي مرحلة من مراحل النمو ولكنه في فترة المراهقة أكثر ضرورة لأنها مرحلة تحدث فيها العديد من التغيرات في نمو الفرد الجسدي، والعقلي، والنفسي والاجتماعي، وهي من أصعب المراحل التي يمر بها الإنسان حيث يقول ستانلي هول معبرا عنها " فترة عواصف وتوتر وشدة، تكتنفها الأزمات النفسية، وتسودها المعاناة والإحباط، والصراع، والقلق، والمشكلات وصعوبة التوافق"². ومن هذا المنطلق يعيش المراهق اللاتوازن وحياة مليئة بالتناقضات ويحاول البحث عن مخرج لتخفيف الضغوطات عنه والتفيس عن نفسه ولعل المخرج الأمثل يتمثل في ممارسة النشاط البدني الرياضي الذي يساعده على تخفيف الأعباء وفهم نفسه أكثر.

ونجد داخل مؤسساتنا الثانوية تلاميذ ممارسي للنشاط البدني الرياضي وذلك لطبيعة رغباتهم وميولهم، ومحاولة منا لمعرفة مدى أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية تم طرح التساؤلات التالية:

- ما مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية ؟
- ما مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية ؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي بين تلاميذ المؤسسات الثانوية الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية ؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ؟

¹ روز غازي عمران: علم النفس الرياضي، ط1، دار أمجد للنشر والتوزيع، الأردن، 2015، ص 123.

² عبد المنعم الميلادي: تربية المراهقين ومشكلاتهم، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2015، ص 07.

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير التخصص (أدبي، علمي) ؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير المستوى التعليمي (أولى، ثانية، ثالثة) ؟

II. فرضيات الدراسة

ولقد قام الباحث بصياغة تفسير للأسئلة البحثية سابقة الذكر وذلك من خلال الإجابة عن هذه التساؤلات ويمكن صياغتها كالآتي:

- مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي مرتفع لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية.
- مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي منخفض لدى التلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي بين تلاميذ المدارس الثانوية الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير التخصص (أدبي، علمي).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير المستوى التعليمي (أولى، ثانية، ثالثة).

III. أسباب اختيار الموضوع

يعتبر موضوع التربية البدنية والرياضية وانعكاسه على الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ موضوعا ذا أهمية بالغة كطرح أكاديمي، وممارسة فعلية في حياة الفرد (الاجتماعية والمدرسية) وتأثير هذه على سلوكيات التلاميذ وأنشطتهم داخل المؤسسات التعليمية، وتم اختيار هذا الموضوع لدوافع موضوعية وذاتية تتمثل في الآتي:

- محاولة دراسة أهمية التربية البدنية والرياضية دراسة سيكو رياضية، ومعرفة محددات وأبعاد التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ، ومدى تأثير النشاط الرياضي على الجانب الاجتماعي والنفسي للتلميذ داخل المؤسسات التربوية الجزائرية.
- تسليط الضوء على أهمية التربية البدنية والرياضية ، لأنه أصبح من الضروري أن تركز الإدارة التربوية على هذا الجانب الرياضي كمقاربة تربوية.
- الرغبة الذاتية للطالب الباحث في تقديم أطروحة دكتوراه تشتمل على دراسة موضوع أهمية التربية البدنية والرياضية ذات الطابع التربوي في تحقيق التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- طبيعة عمل الطالب الباحث كأستاذ في المرحلة الثانوية واحتكاكه المباشر بتلاميذ هذه المرحلة.

IV. أهداف الدراسة

- يسهم تحديد أهداف أي دراسة في كونها تساعد الطالب الباحث في رسم المسار المنهجي، بغية الوصول إلى غايات وأهداف محددة، والتي أقيمت من أجلها الدراسة حيث تتمثل أهداف الدراسة في:
- التعرف على مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية.
 - التعرف على الفروق في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي بين تلاميذ المؤسسات الثانوية الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية.
 - التعرف على الفروق في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في جميع أبعاد المقياس وفق متغير الجنس (ذكور، إناث).
 - التعرف على الفروق في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في جميع أبعاد المقياس وفق متغير التخصص (علمي، أدبي).
 - التعرف على الفروق في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في جميع أبعاد المقياس وفق متغير المستوى التعليمي (أولى، ثانية، ثالثة).

٧. أهمية الدراسة

إن موضوع التكيف الاجتماعي المدرسي يعتبر من المواضيع المهمة في دراسة التربية البدنية والرياضية، لأن دراسة علاقات التلاميذ فيما بينهم ومع المحيطين بهم داخل المحيط التربوي (المؤسسات التربوية) يجعلنا نفهم مدى قدرتهم على التواصل مع أفراد المجتمع الآخرين، واكتساب عادات المجتمع والتفاعل المحمود مع نظم المجتمع وقوانينه، والتربية السليمة التي تعود بالفائدة على الفرد في حد ذاته والمجتمع بأكمله، وكذا معرفة كيفية التعامل الأمثل مع اللبنة الجديدة للمجتمع بالطريقة الأنسب حيث أن التركيز على أهمية تربية النشء على العادات السليمة للمجتمع أصبح ضرورة ملحة، ومن هنا تبرز أهمية مادة التربية البدنية والرياضية التي يظهر فيها التلميذ مدى انتمائه إلى الجماعة التي ينتمي إليها ومدى تكيفه مع البيئة المدرسية من خلال ممارسته لمختلف ألوان النشاط البدني، والتعرف على مختلف النشاطات الفردية والجماعية وكذا مشاركته في المنافسات الداخلية والخارجية المختلفة.

ويمكن أن نوجز الأهمية في النقاط التالية:

- أهمية ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للتلاميذ في المنظومة التعليمية ولا سيما في مرحلة التعليم الثانوي.
- إكساب تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال ممارستهم للأنشطة الرياضية الكثير من الصفات الاجتماعية التي تدعم حياتهم وتؤدي بهم إلى التكيف مع باقي أفراد الجماعة.
- تبيين وتوضيح أهمية المدخل الرياضي التربوي ويكون ذلك من خلال الأنشطة التربوية الترويحية التي تنعكس إيجاباً على بناء الشخصي للتلميذ، وهذا من شأنه أن ينمي مهاراته الاجتماعية وقدراته العقلية وينمي معارفه ويزيد من تحصيله ولفت انتباه القائمين على الشأن التربوي إلى الأخذ بعين الاعتبار النشاط الرياضي التربوي في البرامج الدراسية.
- إمكانية أن تساهم نتائج الدراسة في اتخاذ خطوات عملية تزود الأساتذة بآليات فعالة تساعدهم على استخدام الأساليب الجديدة التي تتناسب مع طبيعة التلاميذ باختلاف صفاتهم وأعمارهم وأجناسهم ومحاولة إكسابهم أكبر قدر من التكيف الذاتي والاجتماعي، وذلك من خلال استخدام جميع جوانب الأهداف التربوية المسطرة " معرفية، وجدانية، نفسحركية " .

VI. تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة

نعالج تحت هذا العنوان المفاهيم في الدراسة، الأسلوب المنهجي الذي يفرض نفسه على الباحث، في تحديد المفاهيم والمصطلحات الأساسية، حيث أنه يمثل أهمية كبيرة في الأعمال التي تدرس مجال العلوم الاجتماعية والرياضية، بإعطاء توضيحات وتصورات عن مفاهيم ومتغيرات الدراسة، لأن كل ميدان من العلوم له حقله المعرفي ومصطلحاته الخاصة به، وفيما يلي تعريف لمتغيرات الدراسة:

1. مفهوم التربية

• لغة:

كلمة التربية في اللغة مأخوذة من فعل ربى، أي غذي الولد وجعله ينمو، وربى الولد هذبه، فأصلها ربا يربو أي زاد ونما؛ فهي تعني الزيادة والنمو، قال تعالى: "يمحق الله الربا، ويربي الصدقات..."¹، ومن جعل أصلها "رَبَّ" فلا بد أن يجعل المصدر تربيبا، ويقال رب القوم يربيهم بمعنى ساسهم، ورب النعمة زادها، ورب الولد رباه حتى كبر وأدرك. وعند العرب كلمة التربية تعني إصلاح وتولي الأمر فيقال (ربُّ البيت) أي المصلح والمتولي تصريف أموره.²

• اصطلاحا:

والتربية تفيد التنمية وهي مرتبطة بكل كائن سواء كان حيوان أو نبات أو إنسان فلكل منها طرائق خاصة لتربية الإنسان تستدعي معرفة حقيقية وشاملة ومهمة لشخصيته. "فأفلاطون" كان يقول إن (التربية هي أن تضي على الجسم والنفس كل جمال وكمال ممكن لها). ويرى "جون ديوي" أن (التربية هي الحياة وهي عملية تكيف بين الفرد وبيئته). ويعرفها "تشارلز بيوتشر" بأنها (مجموعة من الخبرات التي تمكن الفرد من فهم الخبرات الجديدة بطريقة أفضل) كما عرفها "أمين الخولي" و"جمال الدين الشافعي" على أنها (تمكن الفرد على استيعاب التجارب الجديدة).³

¹ سورة البقرة الآية 276.

² عطا الله أحمد وآخرون: تدريس التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2009، ص 19.

³ محمد علي عبد المعبود: التربية البدنية الأسس - المفاهيم، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، 2016، ص 49.

2. التربية البدنية والرياضية

يعرفها " روبرت بوبان robertbobin " على أنها (تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسوحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد).

كما يعرفها " بيتر ارنولد peter arnold " بأنها (ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية، العقلية، الاجتماعية، الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني المباشر)¹.

ويمكن تعريفها إجرائيا على أنها:

مجموعة من النشاطات البدنية والرياضية المختارة تهدف إلى نمو التلاميذ نموا سليما في جميع الجوانب (الجسمية، العقلية، النفسية والاجتماعية).

3. درس التربية البدنية والرياضية

وقد عرفه " حسن معوض " أندرس التربية البدنية والرياضية يعد وحدة صغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، وهو حجر الزاوية في كل المناهج، ويتوقف نجاح الخطة وتحقيق الغرض من البرنامج العام للتربية بالمدرسة على حسن تحضير وإعداد وإخراج وتنفيذ الدرس، فالعناية بالدرس تعتبر الخطوة الأولى والمهمة لو أردنا أن نجني الفائدة المرجوة من البرنامج التنفيذي.²

4. التكيف الاجتماعي المدرسي

أ. مفهوم التكيف

• لغة: تكيف: يتكيف، تكيفا الشيء: صار على كيفية من الكيفيات.

تكيف الهواء: تغيرت درجة حرارته فانخفضت في الصيف بمكيف الهواء وارتفعت في الشتاء بمكيف الهواء أيضا.³

• اصطلاحا: التكيف يشير إلى حالة من الانسجام والوئام والرضا بين الإنسان وذاته، وبين

الإنسان والبيئة الاجتماعية والمادية التي يعيش في كنفها، ويؤدي التكيف إلى الشعور بالسعادة

¹ أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص 36.

² أحمد ماهر أنور حسن وآخرون: التدريس في التربية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2007، ص 64.

³ علي بن هادية وآخرون: القاموس الجديد للطلاب، ط5، الشركة التونسية - المؤسسة الجزائرية للكتاب، تونس، الجزائر، 1984، ص 215.

والرضا والتوافق، وإلى الخلو من الأمراض الجسمية والعقلية والنفسية، ومن الصراعات والتوترات، والأزمات، والقلائل، والمشكلات.¹

ويمكن تعريفه إجرائياً على أنه:

توافق الفرد مع نفسه ومع البيئة التي يعيش فيها وتكوين علاقات سليمة مع الأشخاص المحيطين به.

ب. التكيف الاجتماعي المدرسي

ويقصد به قدرة الفرد المتعلم على التكيف والتوافق مع البيئة المدرسية التعليمية بما فيها من مناهج ومواد دراسية مختلفة ومعلمين وزملاء ... الخ، إذا كانت البيئة التعليمية تتفق أساساً مع ميوله ورغباته واتجاهاته، فإنه يشعر بداخلها بالرضا والارتياح والتقبل والاستقرار من خلال الأخذ والعطاء بين أفرادها والتفاعل الاجتماعي، وتقدير الذات واحترامها، والتعبير عنها في المجالات الدراسية المختلفة.²

ويمكن تعريفه إجرائياً:

بأنه قدرة التلميذ على التألف والتوافق مع المحيطين به داخل المحيط المدرسي (تلاميذ، أساتذة، طاقم إداري، عمال مهنيين) واستعمال نوع من السلوك بما يتلاءم مع البيئة المدرسية.

ج. مفهوم التكيف النفسي

عرف " صلاح خيمر " التكيف النفسي بأنه: " عملية ديناميكية، يحدث فيها تغيير أو تعديل في سلوك الفرد، أو في أهدافه وحاجاته أ وفيها جميعاً، ويصاحبها شعور بالارتياح والسرور إذا حقق الفرد ما يريد ووصل إلى أهدافه ومن إشباع حاجاته.³

كما تعرّف عملية التكيف في مجال علم النفس على أنها مجموعة من ردود الفعل التي يعدل بها الفرد بناءه النفسي أو سلوكه ليستجيب لشروط محيطه محدودة أو خبرة جديدة.

ويمكنه تعريفه إجرائياً:

هو عملية ديناميكية تساعد الفرد (المراهق) على تحقيق الاتزان النفسي والانفعالي وذلك من أجل تحقيق التكيف مع نفسه أولاً من خلال فهم متطلباته وقدراته الذاتية، وأن يتكيف مع المطالب والمواقف الحياتية، وتحقيق التوازن بين الدوافع الشخصية والحاجات النفسية، ولكي يتحقق هذا الاتزان والتوافق يجب

¹ عبد الرحمان محمد العيسوي: تكيف الطفل العربي في ظل الظروف الراهنة، ط1، منشورات الحلبي الحقوقية، بيروت، 2011، ص 25.

² نوال محمد عطية: علم النفس والتكيف النفسي الاجتماعي، ط1، دار القاهرة للكتاب، مصر، 2001، ص 23.

³ كمال إبراهيم مرسى: مدخل إلى الصحة النفسية، ط3، دار العلم، الكويت، 1997، ص 90.

على الفرد أن يغير ويعدل نمط سلوكه بما يتماشى مع الفهم السليم للمواقف والمؤثرات التي تساعده على تحقيق الاستقرار النفسي والتكيف الاجتماعي.

د. مفهوم التكيف الاجتماعي

ويقصد بالتكيف الاجتماعي تكيف الفرد مع مجتمعه، أي مع البيئة الخارجية سواء كانت مادية أو اجتماعية؛ فالبيئة الاجتماعية تعني عناصر الثقافة اللامادية مثل القيم، والمعايير، والعادات والتقاليد والعلاقات الاجتماعية.¹

كما أن أغراض التربية تتمثل في تعليم الأطفال كيفية تكيفهم الاجتماعي، المبني على الواقعية الاجتماعية حيث أن هناك عالم موضوعي يجب على الفرد أن يتعلم كيفية مواجهته ولذلك من واجب المدرسة أن تعلمهم كيفية التكيف مع الواقع الاجتماعي.²

ويمكن تعريفه إجرائياً:

هو حالة الاتزان التي يحققها المراهق مع محيطه الخارجي، ويظهر هذا الاتزان في مدى تقبله للآخرين من أفراد أسرته وجماعة رفاقه ومجتمعه بصفة عامة، وكذا الابتعاد على الميول المضاد للمجتمع.

هـ. مفهوم المراهق

• لغة: ترجع كلمة المراهقة للفعل العربي راهق الذي يعني الاقتراب من الشيء، فراهق الغلام فهو مراهق، أي قارب الاحتلام، ورهقت الشيء رهقاً، أي: قربت منه. والمعنى هنا يشير إلى الاقتراب من النضج والرشد.

وكلمة رهق تعني السفه والخف والعجلة وركوب الخطر.

• اصطلاحاً: المراهقة في علم النفس تعني " الاقتراب من النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي، ولكنه ليس النضج نفسه، لأن الفرد في هذه المرحلة يبدأ بالنضج العقلي والجسمي والنفسي والاجتماعي والانفعالي، ولكنه لا يصل إلى اكتمال النضج إلا بعد سنوات عديدة قد تصل إلى عشر سنوات " .³

¹ ثائر احمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة: **التكيف مشكلات وحلول**، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر، عمان، 2010، ص ص 22-24.

² جلال غربول السناد: **علم الاجتماع المدرسي**، ط1، دار الإصدار للنشر والتوزيع، الأردن، 2015، ص 22.

³ عبد النعم الميلاوي: مرجع سابق، ص 07.

المراهقة عبارة عن مرحلة الانتقال التي يصبح فيها المراهق رجلاً وتصبح فيها الفتاة المراهقة امرأة، ويحدث فيها الكثير من التغيرات التي تطرأ على وظائف الغدد الجنسية والعقلية والجسمية، ويحدث هذا النمو في أوقات مختلفة وفي الوظائف المختلفة، ولقد حددت هذه الفترة من 12 سنة - 21 سنة للذكور، ومن 13 سنة - 22 سنة للفتاة المراهقة.¹

ويمكن تعريف فترة المراهقة إجرائياً:

بأنهم التلاميذ الذين يزاولون دراستهم في المؤسسات التربوية الثانوية والذين تتراوح أعمارهم من 15 سنة - 18 سنة.

و. مفهوم مرحلة التعليم الثانوية

يجمع المربون على أن التعليم الثانوي هو على العموم استكمالاً للتعليم الابتدائي أي أنه لا يختلف عن التعليم الابتدائي في جوهره، وإنما يضم وظائفه مكتسبات ذات عمق واسع، فالتعليم الثانوي يرتفع بمستوى النمو الذي توصل إليه التلميذ في المرحلة الابتدائية والإعدادية من النواحي الجسمية والعقلية والروحية ويؤكد المعارف والمهارات والاتجاهات والخبرات التي اكتسبها في تلك المرحلة، ويوفر له المزيد من الفرص لتنميتها وممارستها ليغني رصيده من الثقافة العامة والقيم الأخلاقية والاجتماعية.²

VII. الدراسات السابقة والمثابفة

يؤكد الكثير من الباحثين والأكاديميين على الأهمية الكبيرة للدراسات السابقة في تحديد وتدعيم وتوجيه المسار المنهجي للدراسات البحثية ذات الطابع العلمي الأكاديمي، باعتبارها أحد المصادر التي تساعد في تحديد وضبط الفرضيات والأدوات المناسبة لتحقيق أهداف الدراسة، كما أن الاطلاع على الدراسة السابقة ومراجعتها تساعد الباحث في بلورة المشكلة البحثية الذي هو بصدد دراستها وتحديد أبعادها بشكل أكثر وضوح وتزوده بالأفكار والإجراءات التي تساعد في تصميم أداة مثابفة لأدوات أخرى استخدمت في بحوث أخرى.³

¹ فؤاد إبراهيم السراج: الأسس الفلسفية والمنهجية لعلوم التربية الرياضية، ط1، مكتبة المجمع العربي، عمان (الأردن) ، 2011، ص281.

² المرجع نفسه، ص 330.

³ عامر أبراهيم قنديلجي: منهجية البحث العلمي، ط1، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2012، ص 80.

كما تبين الدراسات السابقة، جهد الآخرين وآرائهم حول النتائج التي تحصلوا عليها في موضوع ما، ولكن هذا لا يعني أن الموضوع غير قابل للبحث بل يمكن تقديم إضافة في الرصيد المعرفي العام للموضوع.¹

ويعرض الباحث أبرز الجهود العلمية التي تناولت موضوع الدراسة والتي استطاع جمعها وهي تتعلق بموضوع أهمية التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالتكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية ذات الطابع الترويبي. وسنتناول فيما يأتي عددا من الدراسات المحلية، والعربية، التي تطرقت إلى متغيرات الدراسة:

1. دراسة بعيط بن جدو 2003/2002

وهي دراسة بعنوان " الممارسة الرياضية في وقت الفراغ وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي ".
وتمثلت إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

• إلى أي مدى يمكن اعتبار الممارسة الرياضية لدى التلاميذ الثانويين نافعة في استغلال وقت الفراغ، وهل يمكن اعتبار هذه الممارسة أداة لتفعيل الروابط الاجتماعية والودية بينهم ؟

وقد جاءت الفرضية العامة للدراسة على النحو التالي:

• تعتبر الممارسة الرياضية في وقت الفراغ إحدى الوسائل التربوية التي تسهل على المراهق الاحتكاك بالجماعة والتكيف معها.

وقد استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي باعتباره أنسب منهج لمثل هذا النوع من الدراسات، بينما استعان بأداة بحث تتمثل في الاختبار السوسيومترى لمورينو 1930 لدراسة الجماعات والعلاقات بين أفرادها، هذا بالإضافة إلى استخدامه لاستمارة الاستفتاء المقيدة لتعزيز الاختبار السوسيومترى.

وقد جاءت نتائج الدراسة على النحو التالي:

• اختلاف الأنشطة المفضلة في وقت الفراغ بين التلاميذ والتلميذات، كما أن تفضيل النشاط الرياضي عند الذكور أكبر منه عند الإناث.

¹ فضيل دليو: دراسات في المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2001، ص 39.

• انعدام الاختيارات المختلطة بين الذكور والإناث، وهذا ما تجسد في نتائج اختيارات التلاميذ لبعضهم.

• ميول التلاميذ للألعاب الجماعية والسباحة وهذا باحتلالهما للمراتب الأولى في نتائج اختيارات التلاميذ والتلميذات بالنسبة للممارسة الرياضية في وقت الفراغ.

2. دراسة سعاد إبراهيمي (2003)

وهي دراسة بعنوان " إدماج المعاق سمعيا بالمدرسة العادية وعلاقته بالتكيف المدرسي (دراسة مقارنة بين الأطفال المعاقين سمعيا المدمجين وغير المدمجين) " .

وتمثلت إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

ما علاقة الإدماج المدرسي للأطفال المعوقين سمعيا بتكيفهم مدرسيا ومدى فعالية الإدماج المدرسي كوسيلة للوصول إلى التكيف النفسي المدرسي والاجتماعي للطفل المعاق سمعيا ؟
أما عن الفرضيات فكانت كالآتي:

الفرضية العامة: الإدماج المدرسي للطفل المعاق سمعيا على تكيفه المدرسي والاجتماعي.

وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على إدماج الطفل المعوق سمعيا بالمدرسة وعلاقته بالتكيف المدرسي والتعرف على الفروق بين الأطفال المعاقين سمعيا المدمجين وغير المدمجين.

أما عن المنهج فقد اتبعت الباحثة المنهج الوصفي لما يوفره من معلومات، وبالنسبة للعينة فكانت ستة تلاميذ معاقين سمعيا تتراوح أعمارهم ما بين 10 و 14 سنة، ثلاثة منهم مدمجون جزئيا بالمدرسة الأساسية التابعة لقطاع التربية الوطنية وثلاثة آخرون يدرسون بمدرسة صغار الصم التابعة لقطاع التشغيل والتضامن الوطني وهذا بولاية الأغواط. ولكي تختبر الباحثة صحة الفرضيات استعانت بالأدوات التالية:

- سلم الكفاءة الاجتماعية (داشنباش dachenbach .t.m) وترجمه وكيفه (فوبون fombnne) على المجتمع الفرنسي.
- رائر رسم العائلة (لويس كورمان louis corman).
- اختبار تحصيلي مادتي الرياضيات وقواعد النحو.

وتوصلت الباحثة إلى تحقيق الفرضية العامة والفرضيتين الجزئيتين الأولى والثانية ونفي الفرضية الثالثة المتعلقة باختلاف درجة التكيف المدرسي والاجتماعي للطفل المعاق سمعياً باختلاف درجة الصمم.

3. دراسة محمود مطر على حاتم البدراني (2004)

وهي دراسة بعنوان "دراسة مقارنة في التكيف الاجتماعي المدرسي بين الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين وعلاقته بعدد من المتغيرات البدنية و النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية".

وتتمحور إشكالية الدراسة حول تساؤلين رئيسيين التاليين:

- هل الطلاب الذين يمارسون الأنشطة الرياضية لديهم تكيف اجتماعي مدرسي يختلف عن الطلاب غير الممارسين؟
- هل للتكيف الاجتماعي المدرسي علاقة مع المتغيرات البدنية والنفسية للطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين؟

أما عن الفرضيات فقد احتوت الدراسة على فرضيتين هما :

- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين وغير الممارسين من طلاب المدارس المتوسطة في التكيف الاجتماعي المدرسي وعدد من المتغيرات البدنية والنفسية ولصالح الرياضيين.
- هناك علاقة ارتباط معنوية بين التكيف الاجتماعي المدرسي وعدد من المتغيرات البدنية والنفسية لدى طلاب الدراسة المتوسطة.

و استنادا إلى ذلك هدفت الدراسة إلى:

- بناء مقياس للتكيف الاجتماعي المدرسي.
 - التعرف على الفروق بين الرياضيين وغير الرياضيين في التكيف الاجتماعي وعدد من المتغيرات.
- أما منهج البحث الذي كان وصفيًا فضلًا عن مجتمع البحث الذي كان طلاب الدراسة المتوسطة واختيرت العينية بطريقة عشوائية والتي تكونت من (1528) طالبًا من الصفوف الثلاثة الأولى والثاني والثالث المتوسط من الرياضيين وغير الرياضيين، واعتمد الباحث مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي وأسفرت الدراسة على النتائج التالية :
- إن مزولة الرياضة لها تأثير إيجابي في التكيف الاجتماعي والذكاء من خلال الفروق المعنوية بين الرياضيين وغير الرياضيين والتي ظهرت لصالح الرياضيين في التكيف الاجتماعي المدرسي والذكاء.

- هناك علاقة ارتباطيه بين التكيف الاجتماعي المدرسي ومتغيرات اللياقة البدنية والذكاء لعينة البحث وكذلك عينة البحث من الرياضيين أما عينة البحث من غير الرياضيين فلم تظهر علاقة ارتباط معنوية بين اللياقة البدنية والتكيف الاجتماعي المدرسي .

- هناك اتساق بين محاور مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي والمقياس مجتمعين من خلال علاقات الارتباط المعنوية بين درجات هذه المحاور والدرجة الكلية للمقياس.

4. دراسة دريادي نور الدين 2008/2007

وهي دراسة بعنوان " تأثير ممارسة التربية البدنية والرياضية على تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المعوقين بصريا المرحلة العمرية بين (9 / 12 سنة)".

و تتمحور إشكالية الدراسة الرئيسية حول التساؤل التالي:

- هل للتربية البدنية والرياضية تأثير ايجابي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المعوقين بصريا من 9 / 12 سنة ؟

أما فرضية الدراسة الرئيسية فجاءت على النحو التالي:

- للتربية البدنية والرياضية تأثير ايجابي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الأطفال المعوقين بصريا من 9 / 12 سنة.

ولقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي باعتباره الأنسب لهذا النوع من الدراسات، وقد استعان في أدوات البحث بمقياس التكيف الاجتماعي من إعداد الدكتور فاروق محمد صادق، المقسم إلى قسمين: الجزء الأول خاص بالمجال الحس حركي ويضم 54 سؤالاً في عشرة بنود، والجزء الثاني خاص بالمجال الاجتماعي العاطفي ويضم 40 سؤالاً في عشرة بنود.

وتوصلت الدراسة في الأخير إلى أن التربية البدنية والرياضية لها تأثير ايجابي على التكيف الاجتماعي للأطفال المعوقين بصريا من 9 / 12 سنة، فممارسة التربية البدنية تزيد من قدرات الطفل الحسية الحركية والاجتماعية العاطفية، ويزيد مهارات الطفل المكفوف وينميها.

5. دراسة ثائر رشيد حسن و عدنان جواد خلف 200

وهي دراسة بعنوان: " تأثير درس التربية الرياضية على السلوك الاجتماعي المدرسي على التلاميذ بطيئي التعلم و الأسواء ".

واستخدم الباحثين المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي ، واشتملت عينة البحث على (62) تلميذا وتلميذة (31) منهم تم اختيارهم عشوائيا من التلاميذ البطيئي التعلم من المدارس المشمولة بالتربية الخاصة في مركز بعقوبة فضلا عن اختيار (31) الباقية من التلاميذ الأسوياء من نفس المدارس التي اختيرت منها عينة بطيئي التعلم لغرض مقارنة تأثير التربية الرياضية على مقياس السلوك الاجتماعي المدرسي مع مراعاة الأسس العلمية للمقياس من حيث الصدق والثبات والموضعية.

وتوصل الباحثان إلى عدة استنتاجات منها أن المنهج الدراسي الحالي المطبق على التلاميذ بطيئي التعلم لم يكن له أثرا ملموسا في تنمية وتحسين سلوكهم الاجتماعي المدرسي مما أدى إلى عزوف التلاميذ من الاشتراك في مجالات الأنشطة المتعددة التي تسهم في تعزيز ثقتهم بأنفسهم لعدم توفر الحوافز التشجيعية وإهمال إنتاجهم فضلا عن وجود فروق ذات دلالة معنوية بين التلاميذ البطيئي التعلم والأسوياء ولصاح التلاميذ الأسوياء على مقياس السلوك الاجتماعي المدرسي، فضلا عن وجود

قصور في فهم معلمي و معلمات التربية الرياضية للتلاميذ البطيئي التعلم وحاجتهم وخصوصيتهم في العملية التعليمية أدى إلى عدم ظهور تهيئة مناخ مناسب لإبراز طاقاتهم وتوجيهها للمسار الصحيح.

6. دراسة عماد يونس 2010

وهي دراسة بعنوان: "تأثير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية على التكيف النفسي الاجتماعي لتلاميذ التعليم المتوسط " .

وتمثلت إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

هل ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تؤثر في التكيف النفسي الاجتماعي للتلاميذ ؟

ويندرج تحت هذا التساؤل التساؤلين التاليين:

1. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي بين تلاميذ المدارس المتوسطة الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية ؟

2. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي بين تلاميذ المدارس المتوسطة الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية الذكور والإناث؟

وللإجابة عن هذا التساؤل قام الباحث بصياغة الفرضية الرئيسية التالية:

- إن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تؤثر في التكيف النفسي الاجتماعي للتلاميذ.

وتدرج تحتها الفرضيتين الجزئيتين التاليتين:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي بين تلاميذ المدارس المتوسطة الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية.

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي بين تلاميذ المدارس المتوسطة الممارسين لحصة التربية البدنية حسب الجنس.

وقد هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية على التكيف النفسي والاجتماعي لتلاميذ التعليم المتوسط، من خلال إجراء مقارنة بين التلاميذ الذين يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية والتلاميذ الذين لا يمارسونها.

واستخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي المقارن باعتباره أنسب منهج. وتمثلت عينة البحث في مجموعة من تلاميذ السنتين الثالثة والرابعة بمتوسطي لبصايرة فاطمة، ومتوسطة احسوني رمضان ببسكرة وقام الباحث باستخدام اختبار الشخصية الذي يقيس بعدي التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي للمراهقين والذي قام محمود عطية هنا بترجمته وتكييفه على البيئة العربية. توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود فروق دالة إحصائية على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي بين تلاميذ التعليم المتوسط الممارسين وغير ممارسين لحصة ت.ب.ر، أي تحقق الفرضية الأولى.

- عدم وجود فروق دالة إحصائية على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي بين تلاميذ التعليم المتوسط الممارسين لحصة ت.ب.ر حسب الجنس، أي عدم تحقق الفرضية الثانية.

- من خلال نتائج الدراسة أكدنا أن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تؤثر في التكيف النفسي الاجتماعي للتلاميذ نحو الأفضل، أي تحققت الفرضية العامة للدراسة.

7. دراسة يونسى كريمة (2012/2011)

وهي دراسة بعنوان: " الاغتراب النفسي و علاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة " .

وتمثلت إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

- هل توجد علاقة بين الاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى طلاب جامعة مولود معمرى؟

أما الفرضية العامة هي:

- لا توجد علاقة ارتباطيه بين الاغتراب النفسي و التكيف الأكاديمي لدى طلاب جامعة مولود معمري.

وقد هدف البحث إلى كشف العلاقة القائمة بين الاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، كما تسعى إلى كشف الفروق بين ظاهرة الاغتراب النفسي ودرجة التكيف الأكاديمي تبعا للمتغيرات التالية: الجنس، مكان الإقامة، نوع الكلية والتخصص.

واعتمدت الباحثة على عينة مكونة من (220) طالبا وطالبة، من جامعة "مولود معمري" بولاية تيزي وزو واستخدمت مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية لـ "سميرة حسن ابكر" واختبار التكيف الأكاديمي لـ "هنري بورو"، وقد أسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين ظاهرة الاغتراب النفسي ودرجة التكيف الأكاديمي، مما يدل على انه كلما زاد الاغتراب النفسي كلما قل التكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة .

أما فيما يخص الفروق بين الاغتراب النفسي ولمتغيرات التالية : الجنس، مكان الإقامة، نوع الكلية والتخصص، فقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الجنس والإقامة، في حين أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الكلية ولصالح طلاب كلية العلوم الاقتصادية والتسيير أما فيما يخص متغير التخصص الأكاديمي فقد أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح طلاب تخصص اللغة الانجليزية.

أما فيما يخص الفروق في التكيف الأكاديمي والمتغيرات التالية : الجنس مكان الإقامة ونوع الكلية والتخصص، فقد أسفرت نتائج البحث عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الجنس ومكان الإقامة، في حين أسفرت النتائج في وجود فروق في كل من متغير الكلية وذلك لصالح طلاب كلية الطب، أما فيما يخص التخصص الأكاديمي فقد أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية و لصالح طلاب تخصص الطب العام.

8. دراسة جاسم علي محمد 2013 / 2014

وهي دراسة بعنوان: " دور النشاط الرياضي في حصول التوافق النفسي بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث " .

وتمثلت إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

- ما مدى تأثير الجو الجامعي على سلوكيات الطالب وحياته العامة وتولد الحاجة لديه إلى خلق سلوكيات واتجاهات جديدة للانسجام مع البيئة الجديدة؟
أما الفرضية العامة هي:

- النشاط الرياضي يساهم في حصول التوافق النفسي بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث.

وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر النشاط الرياضي في التوافق النفسي للطلاب بجامعة ميسان (العراق)، وما مقدار تأثير ممارسة النشاط الرياضي على حصول التوافق النفسي لدى طلاب الجامعات وما أهميتها في تنمية السمات التربوية وتعديل مسارات الطلبة واتجاههم نحو الأفضل، وتكمن مشكلة البحث من خلال بيان تأثير الجو الجامعي على سلوكيات الطالب وحياته العامة وتولد الحاجة لديه إلى خلق سلوكيات واتجاهات جديدة للانسجام مع البيئة الجديدة المختلفة من حيث طبيعة الدراسة وطبيعة الأصدقاء الجدد وهل لممارسة النشاط الرياضي الدور المهم في تحقيق هذا الغرض و يهدف البحث إلى معرفة دور النشاط الرياضي في حصول التوافق النفسي بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي حيث يتم التعرف على التوافق النفسي للطلبة من خلال إجابتهم على مقياس مقنن معد لهذا الغرض واشتمل أيضا على بيان عينة البحث وهي (160) طالب وطالبة من بعض كليات جامعة ميسان وكذلك إجراء التجربة الاستطلاعية والرئيسية، وأهم الاستنتاجات وهي:

- للممارسات الرياضية أثر ايجابي في التوافق النفسي لطلاب الكليات العلمية والإنسانية في جامعة ميسان.

- لا تشكل الممارسات الرياضية أثر في التوافق النفسي لطالبات الكليات العلمية والإنسانية في جامعة ميسان.

9. دراسة شهاب محمد نياز حمادنه

وهي دراسة بعنوان: " التكيف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة في ضوء بعض المتغيرات ".

وتمثلت إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

- ما مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الدراسي؟

أما الفرضية العامة هي:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف الأكاديمي بين طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الدراسي وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الدراسي. وتكونت عينة الدراسة من (280) طالبا وطالبة من المرحلة الثانوية، منهم (152) من الذكور و (128) من الإناث، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية، وشكلت ما نسبته (10%) من مجتمع الدراسة .

ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس التكيف الأكاديمي. توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة كان بدرجة مرتفعة، وأظهرت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق في مستوى التكيف تعزى لمتغير التحصيل الدراسي، وعدم وجود فروق تعزى الجنس. وفي ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج فقد أوصى بضرورة تقديم الرعاية الجيدة من العاملين في المدارس الثانوية للطلبة ذوي التحصيل المنخفض لزيادة مستوى التكيف الأكاديمي بهدف مواجهة المشكلات والصعوبات المستقبلية والتكيف في المراحل اللاحقة من حياتهم. وإجراء المزيد من الدراسات التي تتناول التكيف الأكاديمي في الجامعات ومراحل دراسية مختلفة وفي ضوء متغيرات أخرى.

10. دراسة معتوق خولة 2013/2014

وهي دراسة بعنوان: " الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من التكيف المدرسي ودافعية الانجاز لدى المعاقين سمعيا " .

وتمثلت إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطيه بين كل من الذكاء الوجداني والتكيف المدرسي ودافعية الانجاز لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين؟

أما الفرضية العامة هي:

- توجد علاقة ارتباطيه بين كل من الذكاء الوجداني والتكيف المدرسي ودافعية الانجاز لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين.

وقد هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني وكل من التكيف المدرسي ودافعية الانجاز لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين، إلى جنب الكشف عن الفروق

في متغيرات الدراسة تبعا لمتغيرات (الجنس، التخصص، الخبرة)، بالإضافة إلى التعرف على مستوى كل من الذكاء الوجداني والتكيف المدرسي دافعية الانجاز لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين. وللتحقيق في هذه الأهداف تم تكيف مقياس التكيف المدرسي لفیصل نواف عبد الله (1978) ومقياس الذكاء الوجداني لفاروق السيد عثمان ومحمد عبد السميع رزق (2001)، وتم بناء مقياس دافعية الانجاز الدراسي من إعداد الباحثة. وبعد التأكد من الخصائص السيكومترية أدوات الدراسة تم التطبيق على عينة قوامها (46) معلما، اختيروا بطريقة عشوائية من مدارس المعاقين سمعيا لكل من ولايات (المسيلة، و برج بوعريريج، وباتنة)، وذلك خلال الموسم الدراسي 2013/2012. وأسفرت نتائج الدراسة على مايلي:

- توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الوجداني والتكيف المدرسي لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين.
- توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الوجداني و دافعية الانجاز لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين.
- توجد علاقة ارتباطيه بين التكيف المدرسي الذكاء الوجداني لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين.
- توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في متغيرات الدراسة تعزى إلى الجنس
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين افراد العينة في متغيرات الدراسة تعزى التخصص.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين افراد العينة في متغيرات الدراسة تعزى إلى الخبرة.
- مستوى الذكاء الوجداني متوسط لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين .
- مستوى التكيف المدرسي مرتفع لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين.
- مستوى دافعية الانجاز متوسط لدى المعاقين سمعيا من وجهة نظر المعلمين .

11. دراسة بن عائشة سمية 2015/2014

وهي دراسة بعنوان: "أساليب التفكير وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحلة الثانوية".

وتمثلت إشكالية الدراسة في التساؤلات الرئيسية التالية:

- ما هي أساليب التفكير المفضلة لدى كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحلة الثانوية؟

- ما مستوى التكيف المدرسي لدى كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحل الثانوي؟
أما الفرضيات العامة فتمثل في:

- تخلف أساليب التفكير المفضلة لدى كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحلة الثانوية.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحل الثانوي.

وللإجابة على تساؤلات الدراسة اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وقد شملت عينة الدراسة على (273) تلميذ وتلميذة في المرحلة الثانوية (133) متفوقين في دراستهم و(140) عاديين، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية قصديه عشوائية على أساس مستوى التحصيل الدراسي في المرحلة الثانوية.

وبالنسبة لأدوات الدراسة استخدمت الباحثة كل من مقياس أساليب التفكير لتلاميذ المرحلة الثانوية من إعداد (عبد المنعم احمد الدوير) بعد إحداث بعض التغيرات التحكيمية عليه حتى يلاءم المرحلة الثانوية وهو يقيس سبعة أنواع من التفكير هي (التشريعي، التنفيذي، الحكمي، المتحرر، المحافظ، العالمي، المحلي)، ومقياس التكيف المدرسي لتلاميذ المرحلة الثانوية وهو من إعداد الباحثة ويتكون من أربعة مجالات (المجال البيئي، الاجتماعي، النفسي، والدراسي).

وتمت معالجة البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية (spss) في طبعتها 18 وهذا باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.

نتائج الدراسة

أساليب التفكير المفضلة لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا هي " التشريعي ، المتحرر، الحكمي، التنفيذي، العالمي، المحلي، المحافظ " على الترتيب أما التلاميذ العاديين فأساليب التفكير المفضلة لديهم هي "التنفيذي،العالمي، التشريعي، المحافظ، المحلي، الحكمي، المتحرر" على الترتيب.

▪ يوجد مستوى مرتفع من التكيف المدرسي لدى كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا و العاديين فني المرحلة الثانوية.

▪ توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا عند 0.01 بين أساليب التفكير المدرسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا في المرحلة الثانوية.

- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا عند 0.01 بين أساليب التفكير والتكيف المدرسي لدى التلاميذ العاديين في المرحلة الثانوية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب التفكير بين كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا والعادين في المرحلة الثانوية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند 0.01 في التكيف المدرسي بين التلاميذ المتفوقين دراسيا والعادين في المرحلة الثانوية لصالح المتفوقين دراسيا.

12. الدراسات الأجنبية

دراسة كارلينا و غولوبيس 2016

sports activity as a factor contributing to social adaptation of students

وقد جاءت هذه الدراسة تحت عنوان: "النشاط الرياضي كعامل يسهم في التكيف الاجتماعي للطلاب".

وتساءلت الدراسة عن العوامل الأكثر فاعلية التي تسهم في التكيف الاجتماعي للطلاب مع ظروف التدريب في المدرسة الثانوية وقد هدفت إلى محاولة معرفة دور التربية البدنية والرياضية لتعزيز التكيف الاجتماعي للطلاب خلال النشاط التعليمي في بيئة المدرسة الثانوية وتوصلت الدراسة إلى أن ممارسة النشاط الرياضي يؤدي إلى تكيف نشط للفرد مع ظروف البيئة الاجتماعية، وينبغي اعتبار التعليم في مؤسسة التعليم الثانوي المرحلة الأولية للتكيف المهني أي التكيف الاجتماعي (للطلاب مع بيئة المدرسة الثانوية الجديدة).

ولذلك من خلال مشاركة الطلاب في الحياة العامة، وتطوير خبراتهم في العلاقات الاجتماعية والصفات القيادية، ووصقل مهاراتهم التنظيمية. وهنا يوسعون دائرة اتصالاتهم ويطورون عددا من السمات الشخصية الأخلاقية وتنمية قوية الإرادة مثل الشعور بالهدف والعزم والمسؤولية وما إلى ذلك.

التعقيب على الدراسات السابقة

قام الباحث باستعراض (12دراسة) مابين دراسات محلية وأجنبية وعربية حيث تناولت متغيري الدراسة في عدة جوانب، وكانت تشمل على رسائل ماجستير ودكتوراه، وبحوث علمية، أنجزت في مجال دراستنا. حيث شملت الدراسات السابقة على بعض الدراسات التي لها علاقة مباشرة بمتغير التكيف الاجتماعي المدرسي، وأخرى كانت تتناول النشاط البدني الرياضي وانعكاسه على الجانب الاجتماعي

والنفسى للفرد، ولم نجد دراسة علمية تشمل متغيري وعينة الدراسة معا في -حدود علمنا وبحثنا خلال سنوات البحث-، ومن خلال ما توفر لدى الباحث من دراسات سابقة إلا أنها تتضمن عدة من النقاط التي تخدم وتفيد الدراسة الحالية وسنذكرها وفق التصنيف الآتي:

• الفترة الزمنية:

إن المدة الزمنية التي أجريت فيها هذه الدراسات السابقة، حيث انحصرت بين (2001-2016) حيث كانت أقدم دراسة سنة 2001 وأحدثها 2016 وتم ترتيبها وفق التسلسل الزمني من الأقدم إلى الأحدث، وتتوعدت هذه الدراسات بتنوع واختلاف المجال الزمني الخاص بها، لأن كل زمن تحكمه تغيرات البيئة الاجتماعية والثقافية والاقتصادية والسياسية، كما أن الباحث تعمد التركيز على الدراسات الحديثة في المجال.

• الأهداف:

إن الدراسات السابقة متباينة ومختلفة عن بعضها البعض في تحديد الأهداف الخاصة بكل دراسة، فمن جهة دراسة التكيف المدرسي وشكله وأبعاده على حدى، ودور النشاط التربوي في تحقيق التكيف الاجتماعي المدرسي.

فقد توافقت دراستي مع أهداف بعض الدراسات السابقة كدراسة **عماد يونس (2010)** التي هدفت إلى التعرف على تأثير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي، ودراسة **بعيط بن جدو (2002)** وهدفت إلى التعرف على مساهمة الممارسة الرياضية لدى التلاميذ وانعكاسه على التفاعل الاجتماعي، ودراسة **محمود مطر حاتم (2004)** التي هدفت إلى التعرف على دور النشاط الرياضي في التكيف المدرسي لدى الطلبة، ودراسة **دريادي نور الدين (2008)** التي هدفت إلى التعرف على تأثير النشاط البدني الرياضي في تحقيق التكيف الاجتماعي.

المنهج وأداة الدراسة:

أما من حيث المنهج نلاحظ أن الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي بكل أنواعه (التحليلي، الارتباطي، المقارن)، الذي يتناسب مع الدراسة الحالية. أما فيما يخص أدوات البحث فقد اختلف الباحثين في الاستخدام فمنهم من استخدم عدة مقاييس في بحوثه وتوافقت دراستي مع كل من دراسة **(عماد يونس، محمد مطر حاتم، جاسم علي محمد)** في استخدام استبيان لقياس متغير التكيف الاجتماعي المدرسي الذي أعتمده كأداة بحثية بغية جمع البيانات الخاصة بالتكيف النفسي الاجتماعي.

• العينة:

اختلف حجم العينة وطبيعتها من دراسة إلى أخرى حيث كانت أصغر عينة بحثية هي (62) في دراسة حسن عدنان وجواد خلف، وأكبر عينة (1528) في دراسة محمود مطر علي حاتم البدراني هذا فيما يخص التكيف الاجتماعي المدرسي، ووافقت دراستي كل من دراسة (بعيط بن جدو 2002) ودراسة (عماد يونس 2010) ودراسة (جاسم علي محمد وشهاب محمد دياب حمادنة) في التركيز على التكيف الاجتماعي المدرسي في الوسط المدرسي وبالمرحلة الثانوية بالتحديد، وعلى العموم فتتوزع مجال تطبيق هذه الدراسات كان تطبيقها في المجال الصحي والتربوي.

• النتائج:

توصل الباحثون إلى نتائج متباينة حسب طبيعة الموضوع، والأهداف، والأدوات البحثية المستخدمة، والمجال الذي تم فيه تطبيق الدراسة، ومدى ربط المتغيرات مع بعضها البعض، وقد استفاد الباحث من النتائج في تفسيرها ومناقشتها في ضوء هذه الدراسات السابقة.

الجانب النظري

الفصل الثاني

التربية البدنية والرياضية

تمهيد الفصل

أولاً: ماهية التربية

ثانياً: ماهية التربية البدنية والرياضية

ثالثاً: درس التربية البدنية والرياضية

رابعاً: التغذية الراجعة

خامساً: التقويم في التربية البدنية والرياضية

خلاصة الفصل

تمهيد الفصل

أصبح شعار القرن الواحد والعشرين " اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة " حيث تعتبر التربية البدنية والرياضية من أهم وسائل تحقيق التنمية الاجتماعية والانفعالية للإنسان في المجتمعات الحديثة لكي يكون قادرا على مواجهة متطلبات الحياة، ففي غضون السنوات الأخيرة احتلت التربية البدنية والرياضية مكانها كمادة أساسية ذات أهمية بالغة وجزء لا يتجزأ في البرامج الدراسية للمؤسسات التعليمية التربوية باختلافها وكما ذات شأن كبير ضمن المقررات الدراسية للتلاميذ، وتعد المؤسسات الثانوية بمثابة الوسط التربوي المثالي والركيزة الأساسية لبلوغ ما ترتضيه الأمة وما تسعى لبلوغه الأجيال وقد بدأ إهتمام المسؤولين في قطاع التربية على اختلاف مراكزهم ومستوياتهم بهذه المادة، وأصبحوا يعتمدون عليها اعتمادا كبيرا لتغطية العديد من الجوانب التربوية والأهداف العامة للمنظومة التعليمية التي تعد ترجمة ميدانية للنظم والقيم العامة للمجتمع الجزائري وتطلعاته لغد مشرق، ولا يمكن لأحد أن ينكر الدور الكبير والمؤثر الذي يلعبه أستاذ مادة التربية البدنية والرياضية في حياة تلاميذه، إذ أن أهداف درس التربية البدنية والرياضية لا يقف عند تنمية عضلاتهم، أو الارتقاء بمهاراتهم، وإنما يمتد إلى تربيتهم بكل ما تحمله الكلمة من معان، وذلك من خلال استعمال برنامج علمي متكامل مبني على أساس أهداف مناهج التربية، ويعتمد على طرق ووسائل تدريس حديثة باستعمال التقويم لمعرفة تقدم التدريس ومستعينا بالتغذية الراجعة من أجل تطوير الأداء والوصول إلى درس مثالي يخدم حاجات التلميذ المختلفة في شتى المجالات.

أولاً: ماهية التربية

1. مفهوم التربية

1. التربية لغة

مأخوذة من (رَبَبَ) جاء في مختار الصحاح (رَبَّه) بمعنى رباه .. و(مربي) أيضا من التربية. وجاء في القاموس المحيط: ... والتربيب: التربية: كالربت، وضرب السيد على جنب الصبي قليلا لينام. وجاء فيه أيضا من باب (ربا): ... ربوت في حجره ربا وروا، وربيت ربا وريبا: نشأت. وربيت تربية: غذوته، كتربيته عن خناقه: نفست. فالظاهر أن الأصل في التربية هو التنشئة، وكذا يأتي بمعنى التنفيس عنه.¹

وقال الإمام البيضاوي في تفسيره:

الرب في الأصل بمعنى التربية، وهي تبليغ الشيء إلى كماله شيئا فشيئا، وهو ما ذهب إليه الأصفهاني في كتابه (مفردات الراغب)، مع أن الرب في الأصل التربية، وهو إنشاء الشيء حالا فحالا إلى حد الكمال، كما استخلص عبد الرحمن الألباني من الأصول اللغوية أن التربية تتكون من المفاهيم التالية:²

- المحافظة على فترة الناشئ ورعايتها.
- تنمية الاستعدادات والمواهب المختلفة.
- توجيه الفترة والاستعدادات إلى صلاحها وكمالها.
- التدرج في كل هذه العمليات.

2. التربية اصطلاحا

وهناك مفهوم التربية الذي أبرزه المفكر التربوي "جون ديوي" والذي يرى أن التربية ليست مجرد إعداد للحياة وإنما هي الحياة نفسها ومعاشتها، وهنا تبرز معاني الخبرة المربية التي لا يتوقف اكتسابها على سن معينة، كما يبرز مفهوم التربية المستمرة من خلال تثقيف الفرد مدى الحياة.³

¹ خالد محمد الحشوش: طرق تدريس التربية الرياضية الحديثة، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر، الأردن، 2012، ص ص 82، 83.

² أمين أنور الخولي: الرياضة والحضارة الإسلامية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995، ص129.

³ عفاف عثمان عثمان مصطفى: استراتيجيات التدريس الفعال، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية (مصر)، 2014، ص 180.

فالتربية تعني نقل التراث الثقافي من جيل قديم إلى جيل جديد بعد تعديله وتنقيته وتنقيحه، وقد تكون عملية نقل التراث مقننة كما في الوضع المدرسي حيث تستلزم وضع خبرات التراث الثقافي في إطار تنظيمي كالمناهج، وقد تكون عملية غير مقننة ومفتوحة كما في غير الوضع المدرسي كالنادي والتلفزيون والصحف وجماعة الرفاق والأصدقاء، عندما يتم تناول الرياضة كثقافة أو كجانب ثقافي.¹

كما تعني التربية نقل التراث الثقافي وتنقيته عن طريق انتقائه وتجديده والإضافة إليه، ونقل القيم الخالدة وأنماط السلوك السوي حتى يكتسب المجتمع تماسكه. فللتربية المقننة أطراف محددة، ولكي تتم عملية التربية فلا بد من وجود مربّي ومتربي و وسط يتم فيه العملية التربوية حيث يستلزم وضع خبرات التراث الثقافي في إطار تنظيمي كالمناهج.

ومن هذا المنطلق فإن التربية مجالاً لتربية الفرد جسدياً وعاطفياً ومعرفياً ومهارياً، وقد تكون التربية عملية غير مقننة كما في النادي والتلفزيون والصحف وجماعة الأصدقاء عندما تتناول الرياضة كجانب ثقافي.²

كما أن التربية تعرف على أنها عملية النمو والتطور والتكيف التي تحدث للفرد منذ ولادته خلال مراحل نموه مع البيئة والمجتمع الذي يعيش فيه قال تعالى: " وهو الذي أخرجكم من بطون أمهاتكم لا تعلمون شيئاً وجعل لكم السمع والأبصار والأفئدة لعلكم تشكرون " سورة النحل الآية 87.

والبعض يصفها بأنها مجموعة من الخبرات التي تمكن الفرد من فهم الخبرات الجديدة بطريقة أخرى، والبعض الآخر يعتبرها عملية تدريب تأتي عن طريق التعلم والتعليم، وللتربية هدف عام تسعى إلى تحقيقه وهو تكوين المواطن الصالح لنفسه ومجتمعه.³

ومما سبق نستنتج أن التربية هي تلك العملية الديناميكية المستمرة التي تصاحب نمو الفرد خلال مراحل حياته المختلفة، بغية تنمية جميع جوانب شخصيته، وصقل مهاراته وخبراته النفسية والاجتماعية، وذلك لتنشئته تنشئة صالحة تسهم في رقي المجتمع وتطوره.

¹ أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية المدخل - التاريخ - الفلسفة، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة (مصر)، 2001، ص29.

² نوال إبراهيم شلتوت، مراد محمد نجلة: تاريخ التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة، الإسكندرية، 2007، ص 9.

³ أكرم خطايبة: أسس وبرامج التربية الرياضية، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، الأردن، 2011، ص 21.

3. النظرة القديمة للتربية

كان الهدف الأساسي من التربية قديماً هو تشكيل طبيعة الطفل تشكيلاً يتماشى مع الطريقة التقليدية في التفكير، والتي تتلخص في إلغاء التأثيرات الطبيعية الغريزية للطفل وإحلال محلها بالتأثيرات الصناعية التي تتركز عن الاتجاهات العقلية فقط من خلال عدة أجيال، لذا فإن المربي كان يتحاشى الرغبات الطبيعية التي كانت ترمي التربية إلى كبتها والقضاء عليها ولا يتم الاهتمام بالعمل الذي يحتاج إلى مجهود عقلي كبير، ويكون الحكم على هذا العمل بأنه قيمة تربوية، وبذلك يمكن القول بأن الهدف الأساسي من التربية قديماً هو صب الطفل في قوالب من السلوك غير الطبيعية الذي يرضاه ويحتم وجوده الكبار.¹

4. النظرة الحديثة للتربية

والتربية الحديثة تهدف إلى إعداد الأفراد لمواجهة الحياة وذلك من خلال تنمية الجوانب البدنية، والنفسية، والاجتماعية، والعقلية إذ ينظر للفرد على أنه وحدة متكاملة ولا يمكن الفصل بين العقل والجسم ولذلك تهتم التربية الحديثة بتدريب وتنمية الجسم والروح والخلق، وذلك من إلى جانب اهتمامها وتداول المعرفة والثقافة، وتنجح التربية في تحقيق غاياتها، من خلال مؤسساتها التعليمية والتربوية والاجتماعية ووسائلها المتعددة.²

II. أهداف التربية

يمكن تحديد أهداف التربية بصورة عامة مع التأكيد بأن التربية منظمة اجتماعية ينشئها المجتمع لتحقيق الغايات التي ينشدها في الأفراد ولذلك كان لكل عصر نوع من التربية تصلح له دون سواه.

لذلك فالتربية تتأثر وبشكل قوي بالنظم الاجتماعية السائدة وتؤثر فيها ومن هذه الأهداف:³

- تنمية قدرات الفرد على كسب رزقه.
- حصول الفرد على المعارف والحقائق.
- تثقيف الفرد وتنوير ذهنه.

¹ مكارم حلمي أبو هرجة وآخرون: **مدخل التربية الرياضية**، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2002، ص15.

² عصام الدين متولي عبد الله: **مدخل في أسس وبرايمج التربية الرياضية**، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2011، ص15.

³ دودو بلقاسم: **اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي وانعكاساته على الجوانب النفسية والاجتماعية لديهم**، مذكرة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله، الجزائر، 2008، ص26.

- تحقيق نوع من النمو المنسجم والمتين لجميع القدرات للفرد.
- تنمية خلقه، تكوين ضميره الأخلاقي.
- تنمية كفاءة الفرد الاجتماعية.

.III علاقة التربية بالتربية البدنية والرياضية

إن العلاقة بين التربية والتربية البدنية والرياضية علاقة متأصلة منذ القدم إلا أنها اتخذت العديد من الأشكال المختلفة عبر مختلف العصور والأزمنة وأخذت في التطور والازدهار إلى أن وصلت إلى شكلها الحالي نتيجة التطور العلمي الحاصل وظهور العديد من النظريات والأبحاث في مجال التربية .

” إن التربية والتربية الرياضية مقرونين ببعض تحت عنوان التربية الرياضية وأصبح ارتباطهما واضحاً جلياً متفقين في الغرض والمعنى والمظهر، الذي يحدد تنمية وتطور وتكيف النشء من النواحي الجسمانية والعقلية والاجتماعية والانفعالية، وذلك عن طريق الأنشطة الرياضية المختارة بغرض تحقيق أسمى المثل والقيم والإنسانية تحت إشراف قيادة صالحة ومؤهلة تربية¹.”

ومما سبق يتضح أن هناك علاقة وصلة واضحة بين التربية والتربية البدنية ويمكن إيضاحها فيمايلي:²

- أن سجل تاريخ التربية البدنية يطوي بين صفحاته حقيقة وهي أن أول درس تعلمه الإنسان في الحياة كان على شكل نشاط بدني، فمارس الصيد والتسلق والجري والمشى لإتقاده من الفناء.
- اتفق العلماء على أن التربية تهتم بنمو الفرد من الناحية العقلية – البدنية-الاجتماعية، وإيماناً بأن الفرد وحدة متكاملة كل ما يؤثر في نفسهن يؤثر بالتالي في بدنه وعقله، وهذا الأمر بالنسبة للتربية البدنية التي ارتقت فلسفتها من مجرد وسيلة للترفيه وإكساب القوة البدنية إلى رسالة متكاملة تسهم في تربية الأفراد من جميع الجوانب العقلية – البدنية- الاجتماعية- الانفعالية.
- أجمع علماء التربية وعلم النفس على أن أي عمل أو منهج لابد أن ينبع من ذاتية الأفراد المراد تربيتهم ويتحدد وفقاً لميولهم وحاجاتهم، ولذلك اتجهت التربية الحديثة إلى هذه النظرية.
- التربية البدنية جزء مكمل للتربية الحديثة التي تراعى الميول والحاجات والدوافع الإنسانية؛ فالحركة واللعب تعد من أقوى الأنشطة الذاتية وأهم الميول الفطرية.

¹ محمد خميس أبو نمر، نايف سعادة: التربية الرياضية وطرائق تدريسها، ط1، الشركة العربية المتحدة، مصر، 2008، ص 11.

² نوال إبراهيم شلتوت، مراد محمد نجلة: مرجع سابق، ص 11، 12.

1. قيمة التربية البدنية والرياضية في ميدان التربية

تتمثل قيمة التربية البدنية والرياضية في ميدان التربية فيما يلي:¹

- وضع العلاقة الإنسانية في المكانة الأولى.
- تمكين كل فرد من التمتع بخبرات اجتماعية غنية أثناء اللعب.
- تعليم آداب المجاملة واللعب النظيف والروح الرياضية.
- مساعدة الأفراد على اكتساب بعض الصفات الاجتماعية والتعاون مع الآخرين.
- المساهمة في تحقيق حياة منزلية وعائلية ناجحة.

2. التربية البدنية والرياضية ونظام التربية

هناك اتجاه قديم وتقليدي لكنه أخذ في الانزواء، يرى أن التربية البدنية والرياضية تنتسب إلى النظام الأكاديمي للتربية، لاعتبارات بعضها شكلي وبعضها جوهري، أما الشكلي فكان يبرر ذلك بالمقطع الأول من الاسم تربية بدنية كما أن أغلب التعريفات التقليدية للتربية البدنية كانت تبدأ بتعريفها على أنها ذلك الجزء من التربية).

وأما الاعتبارات الجوهرية فترى أن الواقع المهني يميل إلى الجوانب البيداغوجية (التعليمية) أكثر من غيرها، وأنه الاهتمام الرئيسي للتربية البدنية.²

ثانياً: ماهية التربية البدنية والرياضية

1. تاريخ التربية البدنية والرياضية

لعبت التربية البدنية والرياضية دوراً فاعلاً ومهماً في حياة الإنسان منذ القدم وفي قيام الحضارات وتطورها؛ فالحياة اليومية للإنسان القديم فرضت عليه أن يتعلم استغلال جسمه من أجل توفير لقمة عيشه، فتسلق الأشجار ومطاردة الفرائس والسباحة كلها من أشكال النشاط الرياضي القديم، ومع تلاحق الحضارات تغيرت الأهداف والغايات من التربية البدنية والرياضية فقد تطورت من مجرد وسيلة للبقاء وضمان العيش إلى أن أصبحت مؤشراً على تقدم الأمم والشعوب. كما اهتم العلماء والباحثون بدراسة التغيرات الجسمية والعقلية وكذا النفسية والعقلية الناتجة عن ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية.

¹ ماهر حسن محمود: منهاج التربية الرياضية المطور المقترح، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2005، ص 19.
² أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية المهنة والاعداد المهني والنظام الأكاديمي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002، ص 319.

ومما سبق سنحاول التعرف على هم المحطات التي مرت بها التربية البدنية والرياضية حتى وصلت إلى ما هي عليه الآن.

1. تطور التربية الرياضية عبر العصور

1.1 التربية الرياضية عند الإنسان البدائي

لم تكن هناك برامج الأنشطة الرياضية منظمة عند المجتمعات البدائية، إلا أن النشاط والحركة كانا يشكلان جزءا رئيسا من حياتهم اليومية، فالبحث عن الطعام اتخذ عدة أشكال منها الصيد والتسلق والالتقاط والسباحة، والدفاع عن النفس أيضا تتطلب الجري ومهارة التسلق وقذف الحجارة والرمح، وبتعدد المجتمعات ظهرت الحاجة إلى برامج منظمة في التربية الرياضية، وسنتطرق إلى بعض المجتمعات للتعرف على موقفها من التربية الرياضية.¹

2.1 التربية الرياضية في الحضارة الصينية

تعتبر الحضارة الصينية من أقدم الحضارات وهي أول الحضارات التي عاشت بعيدة عن البدائية، حيث تميزت بالانعزال والتركيز على الحياة الروحية والبدائية وذلك بسبب موقع الصين الجغرافي، بالإضافة إلى وجود سور الصين العظيم، وأن هذا الانعزال أدى إلى شعور الصينيين بالأمان مما دفعهم إلى ممارسة أشكال مختلفة من الرياضة مثل المصارعة الملاكمة والرقص و" الكونغ فو" التي كانت تمارس من أجل التغلب على الأمراض.

3.1 التربية الرياضية في الحضارة الهندية

تعتبر الحضارة الهندية مشابهة للحضارة الصينية، حيث انغمس الشعب الهندي بالحياة الدينية والاهتمام بالنواحي الرياضية، حيث ظهرت تلك الفترة رياضة اليوغا وهي (نظام للتربية البدنية والعقلية يهدف إلى رفع مظهر الجسد عاليا وإكسابه القوام الجيد بعيدا عن المفاهيم الدنيوية)، وهناك بعض الشواهد الموجودة والتي تدل على ممارسة الهنود لبعض ألوان الرياضة مثل المصارعة وسباقات الجري والعربات والملاكمة.²

¹ زين العابدين بن هاني: مبادئ التربية الرياضية، ط1، دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع، عمان، 2016، ص 123.

² صبحي أحمد قبيلان، نايف مفضي الجبور: التربية الرياضية، ط1، مكتبة المجمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، 2014، ص 16.

4.1 التربية في الحضارة اليونانية (الإغريقية)

أبرز المنطلقات للتربية الرياضية في المجتمع الإغريقي فكانت:¹

أ. في العصر الهومييري

كان المنطلق الأساس هو الإعداد البدني لتهيئة مجتمع يعتمد على القوى البدنية القتالية، وكانت منزلة الفرد في المجتمع تحدد على ضوء قوته البدنية وقدرته القتالية.

ب. في إسبرطة

أصبح التدريب البدني أكثر تنظيماً وهدفه اكتساب الفرد مهارات وصفات بدنية تحقق مستوى عالياً لغرض الخدمة العسكرية. وكان البرنامج يشمل الرجال والنساء لتمكين المرأة من تدريب أبنائها وبناتها، ولاعتقادهم أن المرأة الصحيحة القوية تلد أبناء أصحاء أقوىاء.

ج. العصر الأثيني الأول

كان المفهوم الفلسفي لتربية البدنية كان يهدف إلى إيجاد المواطن المتكامل المتوازن بدنياً وعقلياً وروحياً؛ أي اعتبار التربية البدنية جزءاً مكملاً للتربية العامة.

د. العصر الأثيني الثاني

حدثت فيه تغييرات في الفلسفة التربوية وأصبح الفرد يركز على تنمية قدراته وقابليته لتحقيق التقدم الذاتي لإعداده رجلاً حكيماً.

5.1 التربية في الحضارة الرومانية

" استولى الرومان على بلاد اليونان عام 146 قبل الميلاد فامتزج منذ ذلك الحين تاريخ الحضارة اليونانية بالحضارة الرومانية، وحدث نوع من التعايش بين الرياضة اليونانية والرومانية، فلقد ظلت الرياضة الإغريقية تمارس مهرجاناتها مدة أربع قرون في ظل الرومان"²
أما أبرز المنطلقات الفلسفية للتربية الرياضية عند الرومان هي:³

أ. العصر الروماني القديم

• السعي إلى تكوين المثل العليا ذات القيمة العملية في الحياة اليومية والاستعداد للحياة المدنية والعسكرية في آن واحد، إلى جانب احترام الكهنة.

¹ إسماعيل خليل إبراهيم: أسس فلسفة التربية الرياضية على ضوء الفهم الاجتماعي، ط1، دار دجلة، عمان، 2010، ص 62.

² نوال شلتوت، مراد محمد نجلة : مرجع سابق، ص 64.

³ إسماعيل خليل إبراهيم: مرجع سابق، ص 66، 67.

• الاهتمام في المراحل الأولى من تاريخهم بتكوين شباب يتمتع بخلق قويم، ورجال أقوياء، ومحاربين أكفاء لتحقيق الأهداف التوسعية لقادتهم السياسيين والعسكريين.

• التوجه نحو تشكيل نظام تربوي قائم على البرامج الرياضية الموجهة لتحقيق غرض محدد وهو إعداد المحارب العنيف.

ب. العصر الروماني الجديد

• التوجه نحو حياة الخمول والكسل والابتعاد عن التدريب الرياضي إلا لغايات صحية والاستمتاع بأوقات الفراغ،

• عدم احترام مفهوم المنافسة والتفوق البدني، وتركها للمحترفين الرياضيين من العبيد وأسرى الحرب والمجرمون.

• التوجه نحو مشاهدة الألعاب والرياضات الوحشية والدموية التي كان يمارسها المحترفون الرياضيون.

• التوجه نحو الرياضات الترويحية والتي لا تتطلب جهد بدني.

6.1 التربية الرياضية في العصور الوسطى

وإذا انتقلنا من العصور القديمة إلى العصور الوسطى سنجد أن فترة العصور المظلمة قد بدأت بتداعي الدولة الرومانية، ولم تستمر المعرفة إلا في الكنائس وكان الغرض من التربية هو إماتة الشهوات وإهمال الجسم حتى تنمو الروح، وهذا يعني أن الاتجاه الفلسفي كان روحانيا ولم يرتبط باتجاهات التربية عامة المتعلقة بالجانب البدني أو العقلي، وفي العصور الوسطى انتشر النظام الإقطاعي وظهرت طبقة النبلاء وعلى أساسها لعبت التربية الرياضية دورا كبيرا بالنسبة لتربيتهم، خاصة خلال عصر الفروسية في أوروبا. وباستثناء ذلك فقد تأثرت فلسفة التربية ومنها التربية الرياضية بالظروف الاجتماعية حيث أنها هدفت إلى خدمة الرب والكنيسة وأهملت التربية الرياضية إهمالا شاملا.¹

7.1 التربية الرياضية في الحضارة المصرية القديمة

لقد أوضح الأثري " إيرمان " أن المصريين القدماء قد ولعوا بالصيد والقنص وصيد الطيور والأسماك، وكانت أداة الصيد هي الرمح والقوس والسهم، وأحب المصريين رياضة الصيد في الصحراء، وذكر أن "تحتمس" قد صور وبصحبه "أسدان مدربان" استعملهم في الصيد بصحراء منفيس، وأن ابنه "

¹ محسن محمد درويش: الخصائص المهنية لمعلم التربية الرياضية لمدارس الإعدادية والثانوية، ط1، دار الوفاء، الإسكندرية، 2013، ص80.

تحتس الثالث " قد اصطاد وحده أكثر من مئة أسد متوحش، وكان من المألوف إصطحاب كلاب الصيد في رحلات الصيد والقنص.

كما عرف المصريون القدماء الخيل وأحبوها واستخدموها في أغراض كثيرة غير الحرب، منها الرياضة، وبالذات في الصيد بالقوس والنبل أو الحراب، رغم أن الخيل جاءت إلى مصر القديمة متأخرة بالنسبة للحضارات الآسيوية مثلاً، وكان الشكل الأكثر استخداماً في الخيل هو جرها للعبات وليس امتطاء صهوتها.¹

8.1 التربية الرياضية في الحضارة الإسلامية

لقد اعتنى الإسلام بجسم الإنسان عناية فائقة بكل قدراته العقلية والنفسية والجسدية وقد حرص الإسلام على التوازن الدائم بينهما، وهذا التوازن يكون بأن تؤدي كل قدرة من هذه القدرات الثلاث دورها الصحيح فالعقل يدور في فلك العلم، والنفوس تتحرك في أفق العقيدة والسلوك، والجسم يبني بالحماية اليقظة، وكل قدرة تؤثر في غيرها وتتأثر بها وجميعها تعمل في نطاق هذه النظرية. فيعيش الفرد آمناً في نفسه، معافاً في بدنه شاملاً في عقله، يعطي للآخرين ما يراه له حقا عليهم ويظهر في المجتمع المعنى العملي لقوله صلى الله عليه وسلم (مثل المؤمنين في توادهم وتعاطفهم وتراحمهم مثل الجسد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى).²

" تعتبر الرياضة في الإسلام امتداداً للألعاب التي مورست في عصر ما قبل البعثة في الجزيرة العربية، فالإسلام قد جمع في آن واحد بين الجد واللهو البريء، فقد وفق بين مطالب الروح وحاجات الجسد وإصلاح النفوس".³

9.1 التربية الرياضية في عصر النهضة

يعتبر عصر النهضة فترة قيام أوروبا من كبوتها بعد عصورها المظلمة، كما يعتبر أيضاً بدأ العهد الحديث، فقد ازدهرت الفنون والعلوم والآداب مرة ثانية، وبدأت روح جديدة في البحث وانتشرت المبادئ الإنسانية كفلسفة مرغوبة فيها، كما بدأت المعاهد والمدارس تعتنى بتربية أبنائها بالتربية الرياضية وتعتمد في معظم مظاهرها على ما كانت عليه صالات التدريب الإغريقية القديمة، كما نشطت ألوان المهارات

¹ أمين أنور الخولي: الرياضة والحضارة الإسلامية، مرجع سابق، ص ص 28، 29.

² حسني السعود، محمد سليمان عيده: الرياضة والصحة، ط1، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع، الأردن، 2014، ص 103.

³ محمد سعيد عزمي: أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية، ط1، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2004، ص 14.

البدنية والألعاب الترويحية والتدريبات العسكرية على صورة منافسات رياضية تهدف إلى تنمية قوة البدن وزيادة احتماله والإعداد للمهارات الحربية.¹

ومن أهم الأسس والمبادئ التربوية التي نادى بها رواد الفكر في ذلك الوقت هي:²

- الاهتمام بالفرد ونموه حتى يصبح محور التربية، وتوجيهه إلى التقفيم والنمو الذاتي حتى يتمكن من مواجهة أعباء الحياة الاجتماعية.
 - اهتمام التربية بالأدب والشعر والفنون والرسم والتصوير والموسيقى والتربية البدنية، بعدما كانت منعدمة في العصور الوسطى.
 - الاهتمام والاستمتاع بالحياة وتذوق ما بها من جمال وإدراك حقائق النفس البشرية، بعد أن كان الاهتمام في العصور الوسطى بالآخرة والحياة الدنيا.
 - اهتمام التربية بالجانب السلوكي وتنمية الأخلاق بغرض غرس القيم الأخلاقية في نفوس الأفراد.
 - الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية والحرص على اكتساب التلاميذ بعض المهارات الحركية المرتبطة باستخدام السهام، والقوس، والرمح، وركوب الخيل، واللعب بالكرة، بعدما كانت مهملات في العصور الوسطى.
 - اهتمام التربية بتعليم البنات وباعتبار التربية حق لكل فرد.
 - الاهتمام بالمتعلمين ومراعاة ميولهم واتجاهاتهم.
 - اهتمام التربية باختيار مواقع المدارس في الأماكن التي تتميز بالنواحي الجمالية والصحية.
- وبذلك نرى أن هدف التربية في ذلك الوقت كان منصب على بناء وتنمية الإنسان المتكامل من الناحية البدنية والأخلاقية والعقلية.

10.1 التربية الرياضية في العصر الحديث

وتميزت التربية البدنية والرياضية في العصر الحديث باعتمادها على أسس من علمي التشريح ووظائف الأعضاء، كما اهتمت بالوضع تمرينات التسلق، التوازن والسباحة، وبدأ ظهور فكرة ضرورة دخول برامج التربية الرياضية لجميع المدارس والمؤسسات الأكاديمية في جميع بلدان أوروبا وأمريكا.

¹ محمد محمد الشحات: تدريس التربية الرياضية، العلم والإيمان للنشر والتوزيع، مصر، 2007، ص 21.

² نوال إبراهيم شلتوت، مراد محمد نجلة: مرجع سابق، ص 85، 86.

أ. التربية الرياضية في ألمانيا (1759-1858)

حيث أن " فريدريك يان " أحس بحاجة الأمة الألمانية إلى الاتحاد والقوة، فأنشأ جمعيات تمرينات الأجهزة للتدريب على أجهزة الجمباز الأساسية التي عرفت باسم تورمن مما يرجع إليها الفضل في حب الشعب الألماني للجمباز، ثم جاء بعده تلميذه " أدولف سبيس " الذي كان من فلسفته الاهتمام بالتربية الرياضية المدرسية وخاصة تمرينات الجمباز.

ب. التربية الرياضية في الدنمارك (1777-1847)

بدأ الاهتمام بالتربية الرياضية في الدنمارك رغبة من القادة في إعداد الشعب للدفاع عن البلاد ومن أشهر قادتهم " ناختيجال"، الذي درس الطرق الألمانية وقد أدار المعهد الدنماركي للتمرينات البدنية العسكرية، ثم تأثر بعد ذلك بالأفكار السويدية خاصة أفكار " لينج " وتدرجياً تخلص من الروح العسكرية، وعمل " نيلزبوك " على الاعتماد على التمرينات التوقيفية بهدف تنمية الصفات البدنية وتأثيره على القوام¹.

ج. التربية الرياضية السويدية (1776-1839)

" تلتزم غالبية المدارس في السويد بإعطاء دروس في التربية البدنية والرياضية تخصص للألعاب والتمرينات السويدية، كما أصبحت التمرينات السويدية جزءاً من حياة كل سويدي ويقوم عمال كل مصنع بأداء بعض التمرينات لمدة 10 دقائق يومياً تحت إشراف أخصائي في ميدان التربية الرياضية والبدنية.²"

د. التربية الرياضية في الولايات المتحدة الأمريكية

تعتبر الولايات المتحدة الأمريكية مجعاً بشعوب العالم، إذ أن حركة هجرة الأوربيين للقارة الجديدة نتابعت واستوطنت أراضيها، وكان من المنتظر لهذا الخليط من الشعوب والأجناس أن تنتشر جميع طرق التربية الرياضية في بعض الأوقات أو بعض الأنحاء أو كلها في الولايات المتحدة وفي فترة الحرب الأهلية الأمريكية لم تتقدم التربية الرياضية في أمريكا بدرجة ملموسة، وإنما انتشرت بعض الألعاب الأمريكية الجديدة. ثم بعد انتهاء الحرب الأهلية تطورت التربية الرياضية بصورة ملحوظة، فأنشأت الأندية الرياضية وصلات التدريب وحمامات السباحة، وعمت برامج غنية للتمرينات الألمانية والسويدية وألعاب

¹ محسن محمد درويش حمص: مرجع سابق، ص 82.

² عصام الدين متولي عبد الله: مدخل في أسس وبرامج التربية الرياضية والبدنية، مرجع سابق، ص 74، 75.

السباحة، وبعدها تطورت التربية الرياضية لتشمل نوادي المدارس وظاهرة الاحتراف وغيرها، وانتشرت إلى حد كبير وتنوعت إلى ما وصلت إليه الآن.¹

وبعد هذا العرض التاريخي المفصل لتطور التربية البدنية والرياضية على مر العصور، الذي كان الهدف منه معرفة مدى استفادة الأساتذة والتربويين وكذا التلاميذ من هذه المعارف والعمل على تطويرها وتوظيفها من أجل تعديل وتجديد المناهج والبرامج الخاصة بمادة التربية البدنية والرياضة، وذلك لتلبية حاجات الفرد الجزائري المعاصر، وكذا اهتمامات البلاد في مجال التربية البدنية والرياضية وكذا الأهداف العامة للتربية، التي تتأثر أساساً بالفلسفات الحديثة التي تتخذ من دراسة التاريخ منطلقاً للوصول الفرد إلى أحسن توافق وانسجام مع نفسه وأكثر تكيفاً مع أبناء بلده من المحيطين به، وتوفير الاحتياجات الخاصة للتلميذ أو الأستاذ على حد سواء، وتغطية قطاعات المجتمع ككل فتتأثر بهذا الأهداف والأغراض ومحتوى المناهج وطرق التدريس وأساليب التقويم، كما يمكن استخدام التاريخ لتوسيع دائرة معارف التلاميذ حول تطور التربية الرياضية قديماً ومحاولة استخدام كل العلوم والتكنولوجيا المتوفرة للنهوض بهذا المجال الحيوي.

2. أهم الاعتبارات من دراسة تاريخ التربية البدنية والرياضية

كما تهتم التربية البدنية والرياضية بدراسة تاريخ النشاط البدني والرياضي للإنسان للاعتبارات التالية:²

- إستخلاص الدروس والعبر من الماضي والتعرف على الأخطاء وتجنب الوقوع فيها في الحاضر والمستقبل.
- استقراء تأثير المتغيرات والنظم الاجتماعية على نظام الرياضة والتربية الرياضية، وذلك لتوجيه النظام نحو التقدم والاستفادة من هذه التأثيرات.
- دراسة تاريخ الرياضة والألعاب والتربية البدنية كمحركات لتقدير حجم واتجاه التقدم في التربية البدنية المعاصرة.
- الاستفادة من معطيات الإدارة عبر التاريخ لاستخلاص تنظيمات جيدة للرياضة في الحاضر والمستقبل.

¹ محمد محمد الشحات: مرجع سابق، ص 24.

² جمال محمد علي وآخرون: الرياضة والتربية الرياضية في العصر الحديث، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص ص 09، 10.

- دراسة المدارس الفلسفية الكبرى وتأثيرها على الرياضية والتربية البدنية من خلال العصور المختلفة لحضارة الإنسان.
- تكوين اتجاهات مهنية قوية نحو التربية البدنية لدى طلاب التربية البدنية، بالتعرف على إسهامات النظام، الارتقاء بالإنسان عبر الحضارات المختلفة.
- تشجيع البحث العلمي في مجال التربية البدنية والرياضية وخاصة في منطقتنا العربية والتي تفتقر إلى هذه النوعية من البحوث.

II. مفهوم التربية البدنية والرياضية

إن ميدان التربية البدنية والرياضية يزخر بالعديد من التعاريف والمفاهيم وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على السواء، وبذلك يمكن حصر تعريف التربية البدنية والرياضية من خلال المفاهيم التالية:

التربية البدنية هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيلة الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك. وقد تناول هذا التعريف بالتحليل مشيراً إلى أن التربية البدنية والرياضية تشمل على اكتساب وصقل المهارات الحركية، وتطوير اللياقة البدنية والمحافظة عليها من أجل أفضل مستوى صحي، ومن خلال آثار طيبة واكتساب معارف وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني.

وتعرف أيضاً التربية البدنية على أنها العملية الاجتماعية للتعبير عن سلوكيات الكائن البشري الناشئ أساساً عن استثارة اللاعب من خلال أنشطة العضلات وما يرتبط بها من نشاط.¹ والتربية البدنية والرياضية نظام له أهدافه التربوية التي يسعى إلى تحقيقها من خلال الأنشطة البدنية المختارة التي تتميز بخصائص تعليمية وتربوية هامة. وتعمل التربية الرياضية على إكساب المهارات الحركية وإتقانها والعناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل وحياة أكثر نشاطاً.²

1. العناصر المشتركة لمفهوم التربية البدنية والرياضية

وباستعراض مجموعة التعريفات السابقة للتربية البدنية والرياضية نجد أنه يمكن استخراج العناصر المشتركة لمفهوم التربية البدنية والرياضية وهي كالآتي:³

¹ خالد محمد الحشوش: مرجع سابق، ص 84.

² محمد عبد الجبار الخطيب: **مناهج التربية الرياضية**، ط1، دار العلم الإيمان للنشر والتوزيع، مصر، 2015، ص 05.

³ خالد محمد الحشوش: مرجع سابق، ص 86.

- إن الأنشطة الرياضية هي إحدى العمليات التربوية التي تهدف إلى تحسين السلوك الإنساني.
- أنها أهم العمليات التربوية التي يكسب من خلالها الفرد المهارات البدنية، والعقلية، الاجتماعية والأخلاقية.
- إن الحصائل والمكتسبات السلوكية الناتجة عن برامج النشاط البدني لا تثري وتنمي الجانب البدني فقط بل جميع الجوانب الأساسية للشخصية الإنسانية.
- أنها أهم عنصر لاستثارة اللاعب وتفريغ الطاقات الكامنة لدى الإنسان وتحقيق التوافق النفسي.
- أنها أهم مجال لتحقيق التفوق الدراسي والتحصيل الأكاديمي من خلال إثارة دوافع التعلم لدى الإنسان.

2.دمج الرياضة إلى التربية البدنية

وكأي دمج بين عنصرين أو أكثر حدثت عدة تفاعلات، بعضها كان ضد هذا الدمج، ولكن أكثرها كان معهم، إلى أن استقرت الأمور في النظام التربوي الجديد إلى حد ما.

ويعلق فندرزواج على هذا الدمج، بأنه من الواضح أن الرياضة قد وسعت مجال التربية البدنية بطريقة أتاحت مسارات جديدة للتجريب الاجتماعي، فقد أضيفت عليها آفاق رحبة من خلال عنصر المنافسة، الذي يعد أهم الخصائص الاجتماعية للرياضة، والذي قام بدوره في تقديم مناخ الإثارة للعديد من التصورات والأجواء التي اشتقت من مفهوم التربية من خلال البدن.

وأشار خوزيه ماريا كاجيكال **G.M.CAGICAL**، مفكر التربية الإسباني الراحل، إلى أن الرياضة، والتربية البدنية كلمتان متكاملتان، لكنهما غير مترادفتين، وهذا يعني أن مفهومهما مختلف لكنهما متكاملان بأنهما تشتركان في سلوك واحد يجمعهما ألا وهو الحركة لدى الإنسان، لذلك فإن إشكاليات التربية البدنية وقضاياها سرعان ما تنعكس مباشرة على الرياضة - دمج الرياضة مع التربية كان بمثابة إثراء للرياضة وانعاش للتربية البدنية وبرامجها - ¹

¹ أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية المهنة والاعداد المهني والنظام الأكاديمي، مرجع سابق، ص 322، 323.

III. طبيعة التربية البدنية والرياضية

يمكن النظر للتربية البدنية كنظام أكاديمي، وكمهنة، وكبرنامج نشاط.

1. التربية البدنية كنظام أكاديمي

يسعى كل فرع من المعرفة الإنسانية نحو تحديد هوية الأكاديمية، والتربية البدنية والرياضة تهتم بالبحث ودراسة ظاهرة حركة الإنسان والأشكال الثقافية التي اتخذتها هذه الظاهرة كالرياضة، والتمارين، والرقص، وذلك من خلال بنية معرفية آخذة في التنامي تتمركز حول ظاهرة الحركة لدى الإنسان، وتنقسم إلى عدة مباحث وعلوم كعلم وظائف وأعضاء النشاط البدني، وعلم النفس الرياضية، والاجتماع الرياضي والتعلم الحركي وميكانيكا الحيوية، وفلسفة وتاريخ التربية البدنية، ولها أيضا مباحث فنية تربوية تنقل هذه العلوم التربوية إلى التلاميذ والطلاب كطرق تدريس التربية البدنية، مناهج التربية البدنية، والوسائل التعليمية في التربية البدنية.¹

2. التربية البدنية كمهنة

إن الرياضة حق متاح للجميع عبر برامج تربوية وترويحية أجدد الإعداد لها والتخطيط لها من قبل مهنيين لتتناسب الجميع فهذه البرامج استحدثت أخصائيين مهنيين ينادون بهم الإدارة والإشراف والتنظيم والتدريب والتعليم، فأصلحنا نسمع عن أخصائي اللياقة البدنية، والمشرف الرياضي، وأخصائي الإصابات الرياضية، ورائد الترويج الرياضي، ومنسق البرامج ومذيع البرامج الرياضية ومعدّها...إلخ، ناهيك عن الوظائف التقليدية في المهنة كالمدرس والإداري والمدرّب.²

3. التربية البدنية كبرامج

وهو المنظور الأقدم والذي ارتبط بالتربية البدنية منذ القدم ومازال، والذي يعبر عن برامج الأنشطة البدنية التي تتيح الفرصة للتلاميذ للاشتراك في أنشطة بدنية وحركية منتقاة بعناية وتتابع منطقية وعبر وسط تربوي منظم ينمي مختلف جوانب الشخصية الإنسانية، وعبر فئات من النشاط كالجيمباز والألعاب، والسباحة، وألعاب القوى والمنازلات.³

¹ أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000، ص 26.

² أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضة المهنة الإعداد المهني والنظام الأكاديمي، مرجع سابق، ص 29.

³ أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، مرجع سابق، ص 27.

IV. مفهوم ومهام التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية

يؤكد ميثاق أو قانون التربية البدنية والرياضية (1976/81)، أن التربية البدنية والرياضية وهي مندرجة في النظام الشامل للتربية الوطنية وهي حق لجميع المواطنين وواجب عليهم.¹ وينتظر من التربية البدنية والرياضية أن تؤدي في مجال النظام التربوي الشامل ثلاث مهام رئيسية:

1. من الناحية البدنية: تحسين قدرات الفرد الفسيولوجية والنفسية من خلال تحكم أكثر في البدن وتكيف السلوك مع البيئة وذلك بتسهيل تحويلها بواسطة تدخل ناجح منظم تنظيماً عقلياً.
2. من الناحية الاقتصادية: إن تحسين الصحة الفردية وما تكتسبه من ناحية المحرك النفسي أمر يزيد قدرته على مقاومة التعب إذ يمكنه من استخدام القوة المستخدمة في العمل استخداماً محكماً، فإنه يؤدي بذلك إلى زيادة المردودية الفردية والجماعية في عالم الشغل الفكري واليدوي.
3. من الناحية الاجتماعية والثقافية: فإن التربية البدنية والرياضية تجعل القيم الثقافية والخلقية التي توجه أعمال كل مواطن، وتساهم في تعزيز الوثام الوطني مدخرة الظروف الملائمة للفرد كي يتعدى ذاته في العمل، وتنمية روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية. ويقوم تنظيم الحركة الرياضية الوطنية الجزائرية على المبادئ التالية:

- الديمقراطية
- التخطيط
- الشمول
- الهواية والتقييم
- التسيير الاشتراكي
- اللامركزية²

V. المفاهيم الخاطئة للتربية البدنية والرياضية

إن الملاحظ لواقع التربية البدنية والرياضية يعلم أن الكثير من الناس يجهلون أهداف وبرامج التربية البدنية والرياضية، ومن جراء هذا الجهل يصعب عليها تحقيق أهدافها وغاياتها التربوية، وكذا إدراك الدور الكبير الذي تلعبه في حياة الأفراد، الأمر الذي أدى إلى تكوين العديد من المفاهيم الخاطئة التي وجب توضيح الصورة بشأنها ومحاولة تصحيحها لكي تساعد في النهوض بهاته المادة التربوية المهمة.

¹ الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية: العدد 90، الصادرة في 10 نوفمبر 1976، ص 1256.

² أحمد بوسكرة: مرجع سابق، ص 08.

ويمكن إيجازها فيما يلي:¹

- لا يجب أن تحظى التربية البدنية والرياضية بتقدير أكاديمي كبقية المواد الدراسية الأخرى.
- التربية البدنية والرياضية عبارة عن تمارين وألعاب فقط.
- عنصر المعرفة لا ينتمي للتربية البدنية والرياضية.
- دروس التربية البدنية والرياضية هي عبارة عن فترات للعب الحر.
- تقوية العضلات هي الغرض الأساسي للتربية البدنية والرياضية المدرسية.
- برنامج التربية البدنية والرياضية يجب أن يهدف فقط إلى تحدي قدرات التلاميذ المتفوقين.
- درجات التلاميذ في التربية البدنية والرياضية ليس لها قيمة أكاديمية.
- لا يحتاج مدرسي التربية البدنية والرياضية لتحضير دروسهم.
- دروس التربية البدنية والرياضية يجب أن توضع بالجدول الدراسي بعد ما توضع المواد الأخرى.
- كرة القدم هي التربية البدنية والرياضية.

بعض الأسباب التي أدت إلى تكون هذه المفاهيم الخاطئة حول التربية البدنية والرياضية

تتكون هذه المفاهيم نتيجة بعض العوامل المنتشرة داخل المجتمع الذي نعيش فيه وأصبحت متأصلة داخل أذهان البعض، وقد ارتأينا توضيح بعضها لكي نحاول القضاء عليها، ومن بين هذه الأسباب مايلي:

- عدم الاهتمام الكافي من قبل الوصاية بالتربية البدنية والرياضية وعدم توفير الوسائل والتجهيزات لرعايتها والنهوض بها وكذا سوء البرمجة.
- الدور السلبي الذي تلعبه وسائل الإعلام إذ أن التربية البدنية والرياضية لا تحظى بقدر كبير من الاهتمام من قبل هذه الوسائل.
- بعض الثقافات الاجتماعية الخاطئة المنتشرة والتي ترى أن الممارسة الرياضية أمر غير مهم أو ثانوي.

- الاتجاهات السلبية للوالدين نحو التربية البدنية والرياضية.
- عزوف الكثير من الإناث عن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
- الخوف من التعرض للإصابات أثناء ممارسة التربية البدنية والرياضية.

¹ عصام الدين متولي عبد الله: مرجع سابق، ص ص 275، 276.

من خلال ما سبق من عرض المفاهيم الخاطئة المتكونة لدى الأفراد عن التربية البدنية والرياضية التي ترجع في الأساس إلى نقص الثقافة الرياضية في المجتمع، وكذا وجود مفاهيم خاطئة شائعة حول القيم الفلسفية والأكاديمية والتربوية للتربية البدنية والرياضية وجهلهم لأهداف وأغراض التربية البدنية والرياضية، سوف نتناول فيما سيأتي عرض وتوضيح الحقائق التي تصحح تلك المفاهيم الخاطئة من خلال توضيح الأهداف والأغراض العامة للتربية البدنية والرياضية.

VI. الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية

تسعى التربية البدنية والرياضية إلى تنمية جميع الجوانب (العقلية، البدنية، النفسية، الاجتماعية) وبشكل متوازن ومرغوب لحاجات الأفراد من خلال الأهداف العامة التالية:¹

- ترسيخ تعاليم القيم الفاضلة وتنمية الأخلاق الكريمة في نفوس الأفراد.
 - الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم عن طريق رفع اللياقة البدنية للأفراد.
 - إكساب المهارات الحركية للإنسان في مختلف المراحل العمرية للأفراد
 - إدراك الفرد لأهمية الأنشطة البدنية في المدرسة وخارجها.
 - غرس القيم والاتجاهات المرغوب فيها كالروح الرياضية العالية والتسامح.
 - الاهتمام والعناية بالأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة وذلك بوضع برامج خاصة لهم تتناسب مع قدراتهم البدنية.
 - الرقي بالصفات الحميدة لأفراد المجتمع.
 - استثمار الأوقات الحرة بالأنشطة الرياضية المفيدة.
 - الاهتمام بسلامة القوام والعناية بالتشوهات البدنية.
- وبالإجمال فإن التربية البدنية والرياضية تسعى إلى تحقيق:

التنمية البدنية والحركية، والمعرفية والنفسية، والاجتماعية والجمالية، والتدوق الحركي، إضافة إلى الترويج عن النفس بالأنشطة المفيدة في أوقات الفراغ.

ويعتبر "دودي صارجنت" أول من وضع الأهداف لها سنة 1979 وتمثلت في الآتي:²

¹ حسني السعود، محمد سليمان عيدة: مرجع سابق، ص ص 18، 19.

² خالد محمد الحشوش: مرجع سابق، ص ص 89، 90.

أ. من الناحية الصحية

تقدير التناسب الطبيعي لجسم الإنسان، التعرف على تشريح أعضاء الجسم ووظائفها، دراسة المؤشرات الصحية العادية مثل التمرين، التغذية، النمو.

ب. من الناحية التربوية

غرس القدرات العقلية والجسمية وخاصة تلك التي يمكن استخدامها في الوصول إلى مهارات مهنية أو بدنية.

ج. من الناحية الترويحوية

تحديد القوى الحيوية التي تمكن الفرد من استئناف أعماله البدنية لنشاط وتأدية واجباته بسهولة.

د. من الناحية العلاجية

استعادة الوظائف التي تضررت عليها الخلل وإصلاح الأخطاء والعيوب الجسمية.

1. الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية للمرحلة الثانوية

وهي تتم وفق خصائص نمو تلاميذ المرحلة الثانوية ومستوياتهم ومتطلباتهم التربوية وذلك من خلال:¹

- العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ، وتنمية القوام السليم.
- تنمية الصفات البدنية وفقا لخصائص التلاميذ ومستوياتهم وأولوياتهم.
- تعليم وتنمية المهارات الحركية للأنشطة الرياضية المكتسبة.
- التدريب على تطبيق المهارات الفنية والخططية بالدرس وخارجه.
- رعاية النمو النفسي لتلاميذ المرحلة في ضوء السمات النفسية لهم.
- تنمية الجوانب الاجتماعية والخلقية (الروح الرياضية - القيادة - التبعية الواعية - التعاون - الاحترام ..).
- العمل على نشر الثقافة الرياضية والمرتبطة بها (صحية - تنظيمية - تشريرية).
- الاهتمام بالجانب الترويحي من خلال النشاط بالدرس وخارجه.

¹ محسن محمد حمص: المرشد في تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1997، ص 17.

كما تسعى مادة التربية البدنية والرياضية كمادة تعليمية في المرحلة الثانوية على تأكيد المكتسبات الحركية والسلوكيات النفسية والاجتماعية المتناولة في التعليم القاعدي بشقه الابتدائي والمتوسط، وهذا من خلال الأنشطة البدنية والرياضية المتنوعة وثرية، ترمي إلى بلورة شخصية التلميذ.

2. أهداف التربية البدنية والرياضية لذوي الإعاقة

تتمثل أهداف التربية البدنية والرياضية لذوي الإعاقة فيمايلي:¹

- العناية بالقوام وتصحيح الانحرافات القوامية.
- العمل على إكساب اللياقة البدنية للتلاميذ وتنمية التوافق العضلي العصبي.
- تهيئة الفرص للتلاميذ لتنمية مهاراتهم وخبراتهم من خلال الأنشطة الرياضية الترويحية.
- تنمية الروح الرياضية والسلوك القويم.
- تكوين الإحساس لدى ذوي الاحتياجات الخاصة بقيمته مما يعطيه الحافز لزيادة قدراته واستغلالها في الارتقاء بنفسه.
- التقليل من الآثار السلبية المترتبة على وجود الإعاقة سواء كانت آثار نفسية أو اجتماعية.
- تعزيز السلوكيات التي تعين ذوي الإعاقة على أن يكونوا مواطنين صالحين.
- حسن استغلال أوقات الفراغ في الأنشطة والهوايات الرياضية.

3. العوامل التي تساعد التربية البدنية والرياضية في تحقيق أهدافها

إذا نظرنا إلى التربية البدنية والرياضية نجد أن هناك بعض العوامل التي تساعدنا في تحقيق أهدافها وهذه العوامل هي:²

- التخطيط العلمي السليم لبرامجها.
- الإعداد الجيد لمدرسي وموجه التربية البدنية والرياضية.
- ضرورة الكشف الدوري الطبي للتلاميذ المشتركين في الأنشطة الرياضية.
- تعدد الأنشطة وشمولها بحيث تعطى الفرصة لكل فرد بالاشتراك في النشاط الذي يرغبه ويتناسب مع ميوله ورغباته وحاجاته.

¹ خالد محمد الحشوش: مرجع سابق، ص 335.

² مكارم حلمي أبو هرجة وآخرون: مرجع سابق، ص 26.

- الاهتمام بالأنشطة التي تساهم في قضاء وقت الفراغ بطريقة ايجابية.
- الاهتمام بالأنشطة الرياضية التي تساهم في الابتكار والإبداع.
- أن تشمل على الأنشطة الرياضية التي تنمي القيم الخلقية.
- ضرورة الاهتمام بالأنشطة التي تساهم في تنمية القيم الجمالية والاجتماعية.
- اختيار طرق التدريس المناسبة للنشاط الممارس وتراعي النواحي السلوكية للتلميذ.
- عدم إغفال برامج الفئات الخاصة.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة حفاظا على سلامة الممارسين.

VII. أغراض التربية البدنية والرياضية العامة

قام الكثير من التربويين بوضع دراسات غايتهم تحديد أغراض وأهداف التربية البدنية والرياضية، وقد يختلفون في تفاصيلها، ولكنهم في الواقع يتقاربون في وضع الخطوط العريضة لها، فيتفق معظمهم على أن الأغراض العامة من التربية البدنية والرياضية هي:

أ. الغرض الحس- الحركية

تحسين وتطوير مفهوم التلميذ عن حركة الجسم (كيف تعمل أجسامهم)، إضافة إلى اكتساب وامتلاك المهارات الأساسية (الحركات الانتقالية - غير الانتقالية - مهارات المناوبة) والتي تستخدم في الرياضات المختلفة وتعد أساس تحقيق المستويات العالية (تنوع اكتساب الخبرات الحركية).¹

ب. أغراض تنمية الجسم

وهي تشمل زيادة فاعلية عناصر اللياقة البدنية (القوة، السرعة، التحمل، الاتزان، المرونة) وزيادة فاعلية الأجهزة الداخلية مثل الجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي.

وينتج عن تنمية الأشياء المذكورة فوائد جمة منها: تحمل القيام بعمل معين لمدة أطول من الشخص الغير مدرب، تحمل التعب والقدرة على الرجوع للحال الطبيعية بعد القيام بجهد عضلي.

¹ أمر الله أحمد بساطي: التدريس في التربية البدنية والرياضية، جامعة الملك سعود للنشر العلمي والمطابع، السعودية، 2009، ص 09.

ج. الغرض العقلي

هذا الغرض يتعلق بجمع المعرفة وتحصيلها، مع القدرة على ربط وتفسير وتحليل واستعمال هذه المعرفة، مثل معرفة المتغيرات العلمية، الزمن والفراغ، المساحة والحركة والجهد، ومعرفة ميكانيكية وعمل وتركيب الأجهزة الحيوية في الجسم، وهناك أنواع أخرى من المعرفة تتعلق بالنواحي الاجتماعية والنفسية الخاصة بممارسة النشاطات الرياضية.¹

د. الغرض الاجتماعي

أن تأكيد احترام الذات والشعور بالانتماء والتكيف مع الجماعة والمجتمع هي أهداف أساسية تتحقق من خلال وجود قيادة كفؤة ضمن مجالات التربية البدنية والرياضية في مختلف الأنشطة البدنية.²

1. مستويات: أهداف وأغراض التربية البدنية والرياضية

وقد قسمت أهداف وأغراض التربية البدنية والرياضية إلى أربع مستويات وهي:³

- **المستوى الفلسفي:** ويشمل على الهدف الغائي التي تسعى التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه.
- **المستوى الاجتماعي:** ويشمل على التربية الصحية - استثمار الوقت الحر - التربية الخلقية.
- **المستوى البيولوجي:** ويشمل على النمو البدني والنمو العضلي والعصبي - النمو العقلي - النمو الانفعالي .
- **المستوى التربوي:** ويشتمل على النمو الحركي واكتساب معارف رياضية - اكتساب قيم واتجاهات مرغوبة.

2. أغراض التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية

أ. الأغراض الجسمية

- تنمية الكفاءة البدنية والمحافظة عليها.
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.
- ممارسة العادات الصحية السليمة.
- إتاحة الفرصة للناخبين رياضياً من الطلاب للوصول إلى مراتب البطولة.

¹ زين العابدين بني هاني وآخرون: مرجع سابق، ص 53، 54.

² إبراهيم محمد المحاسنة: تعليم التربية الرياضية، ط1، دار جرير، عمان، 2006، ص 16.

³ عصام الدين متولي عبد الله: مدخل في أسس وبرامج التربية الرياضية، مرجع سابق، ص 94.

ب. الأغراض العقلية

- تنمية الحواس.
- تنمية القدرة على دقة التفكير.
- تنمية الثقافة.

ج. الأغراض الخلقية

- تنمية الصفات الخلقية والاجتماعية المنشودة.
- تنمية صفات القيادة الرشيدة والتبعية الصالحة.

د. الأغراض الاجتماعية

- تهيئة الجو الملائم الذي يمكن الطلاب من إظهار التعاون، إنكار الذات والأخوة الصادقة.
- إعداد الطلاب للتكيف بنجاح في المجتمع الصالح.
- إتاحة الفرصة للتعبير عن النفس والابتكار وإشباع الرغبة في المخاطرة حتى ينمو الطالب نموا نفسيا واجتماعيا.¹

VIII. الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية

إن التربية الرياضية علم مبني على أسس علمية سليمة، بحيث توضع برامج التربية الرياضية في ضوء معلومات وحقائق ومبادئ علمية ثابتة وهذه المعلومات تغطي النواحي البيولوجية والسيكولوجية (النفسية) والاجتماعية وغيرها، فالتربية الرياضية تهدف إلى خلق المواطن اللائق لديه الطاقة لأداء واجباته اليومية والاستمتاع بحياة نشطة وسعيدة. ولتحقيق هذه المهمة لابد من معرفة الأسس العلمية التي تستند عليها التربية البدنية والرياضية وهي:

1. الأسس البيولوجية

إن تركيب جسم الإنسان معقدة جدا فلا بد لكل من مدرس التربية الرياضية والطالب معرفة جسم الإنسان والأجهزة المتعددة ولكل جهاز منها له أهمية ووظائف يقوم بها تساعد الإنسان للبقاء على الحياة وأداء متطلبات الحياة اليومية.²

¹ أمين أنور الخولي وآخرون: التربية الرياضية المدرسية، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص ص 29، 30.

² أكرم خطيبية: مرجع سابق، ص 69.

2. الأسس النفسية

لم يقتصر علم النفس الحديث على مجرد التحليل النفسي الذي اشتهر بها العالم "فرويد" بل تعدى ذلك إلى كل مجالات الحياة وليس هذا فقط، بل ذهب علم النفس الحديث إلى دراسة أسس التربية البدنية والرياضية، إذ تأخذ التربية البدنية والرياضية خصوصيات متعددة مختلفة عن خصوصيات المجالات الأخرى، وربما يكون هذا الموضوع من الموضوعات الحديثة لأنها تتعلق بمهنة بناء الإنسان.

أمام هذا التوسع الهائل لعلم النفس وضرورته اليومية لابد من النظر إلى ما في ذخيرة التربية البدنية والرياضية من نظريات وتحليلات نفسية وسلوكية في هذا المجال وتأثير التربية البدنية والرياضية في إطارها التربوي على الحياة الانفعالية للإنسان، يتغلغل إلى أعماق مستويات السلوك والخبرة حيث لا يمكن تجاهل المغزى الرئيسي لجسم الإنسان ودوره في تشكيل سماته النفسية.¹

3. الأسس الاجتماعية

تتأثر التربية البدنية والرياضية بطبيعة المجتمعات من حيث فلسفة المجتمع وثقافته، وآماله وأهدافه التي يسعى إلى تحقيقها. وتختلف المجتمعات بعضها عن بعض، ويختلف المجتمع نفسه من مرحلة زمنية إلى أخرى ونتيجة لزيادة فروع المعرفة والتطور العلمي والتكنولوجي السريع لمختلف المجالات، والذي أدى إلى إحداث تغيرات كثيرة في حياة المجتمعات التي انعكست بشكل كبير على اتجاهاتهم وأفكارهم، والتي بدورها تنعكس على التربية البدنية والرياضية والرياضة في المجتمع، والمؤسسات في الدولة؛ حيث يتم فيها توظيف هذه المبادئ والأفكار والمفاهيم المرتبطة بالتربية البدنية والرياضية، فهي إحدى الميادين التي تعمل على تربية الأفراد بتوجيههم وتعليمهم وتدريبهم وتنقيفهم بطريقة سليمة لتلبية حاجات المجتمع وبلوغه أهدافه العامة، ومن هنا نؤكد على العلاقة التي تربط التربية البدنية والرياضية واتجاهات المجتمع وخصائصه وأهدافه، والظروف، والمشكلات التي يعيشها لذا فمن الضروري مراعاة الأسس الاجتماعية عند التخطيط لوضع برامج التربية الرياضية وتحديد أهدافها ومحتوياتها وطرق تنفيذها وتقويمها.²

¹ محمد علي عبد المعبود: مرجع سابق، ص 110.

² أكرم خطايبي: مرجع سابق، ص ص 84، 85.

ثالثاً: درس التربية البدنية والرياضية

1. ماهية التدريس

1. التدريس لغة

كلمة التدريس وردت بمعنى (مهنة) التعليم أو التدريس، أو مذهب، أو تعاليم وكذلك تعني "إرشاد الإنسان للتعليمات أو المعلومات المتنوعة في المعاهد التعليمية بواسطة المعلم" وكذلك وردت بمعنى "ما يتم تعلمه من المبادئ" ولقد وردت هذه الكلمة ببعض مشتقاتها في القرآن الكريم ستة مرات وذلك في قوله سبحانه وتعالى: " وليقولوا درست " وقيل: درست أي قرأت الكتب على أهل الكتاب، ويقال درس الكتاب إذا أكثر قرأته، وفي قوله تعالى: " ودرسوا ما فيه " وفي الحديث الشريف: **تدارسوا القرآن*** أي اقرؤوه وتعاودوه لئلا تنسوه. والتدريس من درس، فيقال: درس الشيء - يدرسه درسا ودراسة، أي أن كلمة التدريس تعني: يشرح ويبين ويقدم دروسا في مكان ما.¹

2. التدريس اصطلاحا

وعملية تدريس منظومة لها أبعادها ومكوناتها، والتي تتمثل في المعلم والتلميذ، والخبرات التعليمية والأدوات، والتقنيات الحديثة وأساليب التقويم، ومن ثم فهي عملية ديناميكية تبدأ بصياغة الأهداف ووضع السياسة، أو تحديد الاستراتيجيات وطرق وأساليب التدريس ثم التنفيذ والتقويم.²

والتدريس: هو العملية التي تتم فيها معالجة مدخلات التلاميذ والمنهج والمجتمع المدرسي والمحلي والمدرس وإمكاناتها بأسلوب تعليمي محدد، لينتج في النهاية تغيير السلوك للمتعلمين، ويعرفه بأنه هو عملية تفاعلية بين المعلم وطلابه في غرفة الصف وقاعة المحاضرات وتتسم بالأخذ والعطاء والحوار البناء بالمعلومات فيما بينهم.

ويمر التدريس وفق مراحل ثلاث: التخطيط، الإعداد، وصياغة الأهداف، تنفيذ وتطبيق ما تم استنادا إلى تقنيات ووسائل تربوية. التقويم التكويني والشامل والتغذية الراجعة، والحكم على فاعلية النشاط التدريسي.³

¹ عصام الدين متولي عبد الله: طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية والتطبيق، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2011، ص13.

² عفاف عثمان عثمان مصطفى: مرجع سابق، ص 27.

³ إسماعيل عبد زيد، عماد طعمت راضي: أساسيات التدريس في التربية البدنية، دار دجلة، الأردن، 2016، ص ص16، 17.

II. خصائص التدريس وخطواته

نظرا للأهمية البالغة لعملية التدريس في النظام التربوي ومدى مساهمتها في تقديم المساعدة للتلميذ كي يحقق الأهداف التعليمية المنشودة بنفسه، وجب علينا تبيان خصائص التدريس الفعال، وتتمثل فيما يلي:¹

- علم له أصوله وقواعده ومبادئه، ويمكن تعلمه والتدريب عليه وملاحظته وقياسه.
- أنه فن التأثير في الآخرين " التأثير فيه متبادل بين المعلم والتلميذ ".
- يتعامل مع بشر ومن خلال مواقف حية شبيهة بمواقف اللعب الحقيقية.
- يعتمد على التنوع في أساليب التدريس لأن المتعلمين ليسوا سواء.
- يتيح فرصة التفكير والتعبير الحر المبتكر للأداء الحركي.
- تهيئة مناخ تعليمي يسمح للمتعلم كيف يبقى متعلما وممارسا مدى الحياة.

وبعد الاطلاع على بعض خصائص التدريس وجب معرفة أهم الخطوات التي تمر عليها عملية التدريس ومن أجل أن ينجح المدرس في عملية التدريس وجب عليه التقيد بهاته الخطوات، وهي كالاتي:²

- معرفة عملية التدريس.
- معرفة أهداف التدريس.
- معرفة مستوى الطلبة (خصائصهم العمرية، أفكارهم، فروقهم الفردية).
- إعداد الدرس بشكل جيد وجعله ممتعا.
- التدريب على التدريس.
- استخدام الطرائق المناسبة للتدريس.
- الإبتعاد عن الروتين والإبداع في العمل.
- إستثارة دافعية الطلاب وتعليمهم كيف يفكرون.
- التعامل مع الطلبة بشكل شفاف وبموضوعية وتجنب العنف معهم.

¹ محمود عبد الحليم عبد الحكيم: ديناميكية تدريس التربية الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2006، ص 229.

² محمود داود الربيعي، سعيد صالح حمد أمين: طرائق تدريس التربية الرياضية وأساليبها، ط1، دار الكتب العلمية، لبنان، 2011، ص 30.

III. مراحل التدريس

تمر عملية التدريس الجيد عبر مراحل متسلسلة ومتتابعة للوصول إلى تحقيق أغراض وأهداف التدريس النوعي ويمكن تلخيص هذه المراحل في الآتي:¹

أ. مرحلة التخطيط: ومن أهم خصائصها:

- مرحلة منطقية.
- خالية من التفاعل.
- بطيئة الحركة.
- تتسم بالتأمل.
- يغيب فيها التعزيز.

ب. مرحلة التنفيذ: ومن أهم خصائصها:

- مرحلة نفسية.
- مرحلة مليئة بالتفاعل.
- سريعة الإيقاع.
- تتسم بالتنفيذ والأداء.
- يكثر فيها التعزيز.

ج. مرحلة المتابعة: ومن أهم خصائصها:

- مرحلة إسترجاعية.
- التفاعل بها واحد لواحد وقد يكون جماعيا.
- متوسطة الإيقاع.
- تسعى للتوجيه والإرشاد.
- هدفها الرئيس التعزيز.

¹ محمود عبد الحليم عبد الحكيم: مرجع سابق، ص 230.

IV. مفاهيم عامة حول درس التربية البدنية والرياضية

1. مفهوم درس التربية البدنية والرياضية

يعرف درس التربية البدنية والرياضية على أنه " هو ذلك النشاط الحركي الذي يقدم للتلاميذ في وقت محدد، له مكانا في الجدول المدرسي أثناء اليوم الدراسي ويجبر التلاميذ على حضوره إلا من أعفي بسبب يستوجب الإعفاء."

كما أن الدرس اليومي يرمي إلى تحقيق غرض معين للوصول إلى هدف محدد من أهداف المنهج وفق الخطة السنوية الموزعة إلى وحدات شهرية وأسبوعية ووحدات تدريسية يومية.¹

" حيث يعتبر درس التربية البدنية والرياضية حجر الزاوية في برنامج التربية البدنية المدرسي وهو وحدة المنهاج التي تحمل جميع صفاته وخصائصه، وهو يكاد أن يكون الوسيلة الأكثر ضمانا لتوصيل الخبرات التربوية للتلاميذ، فهو جزء للبرنامج الذي يستفيد منه جميع التلاميذ دون تفرقه بخلاف أجزاء البرنامج الأخرى كالنشاط الداخلي أو الخارجي التي قد تعتمد في ممارستها على رغبة التلاميذ واختيارهم، أو ما يجب أن يتمتع به من مستوى رفيع من الأنشطة الرياضية، ومن ثم فإن الدرس يعتبر وجبة إجبارية يتناولها جميع التلاميذ، يجب أن يتوفر فيها جميع الشروط الصحية متكاملة وشاملة".²

ويعرف الباحث درس التربية البدنية والرياضية على أنه أحد أشكال المواد الدراسية الأكاديمية التي تقدم في المؤسسات التربوية، وذلك على شاکلة المواد الدراسية الأخرى كالرياضيات والتاريخ والأدب... الخ، وهو جزء أساسي من منهاج التربية البدنية والرياضية الذي يعمل على تنمية جوانب شخصية التلاميذ وذلك من تهذيب سلوكياتهم وإكسابهم خبرات ومعارف في جميع المجالات الجسمية والعقلية وكذا النفسية والاجتماعية، ويستفيد من درس التربية البدنية والرياضية جميع التلاميذ وجوبا مع اختلاف أجناسهم ومؤهلاتهم، إلا في حالات معينة تقضي إعفاء جزئي أو كلي من ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي.

¹ أحمد ماهر أنور حسن وآخرون: مرجع سابق، ص 64.

² عصام متولي عبد الله: طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية والتطبيق، مرجع سابق، ص 133.

2. أهمية درس التربية البدنية الرياضية

- نظرا للدور الأساسي والكبير الذي تلعبه مادة التربية البدنية والرياضية في إعداد التلاميذ وإكسابهم خبرات تعليمية وجب التطرق لأهمية درس التربية البدنية والرياضية وتتمثل في النقاط الآتية:¹
- تساعد على تحسين الأداء الجسماني للتلميذ وإكسابه المهارات الأساسية، وزيادة قدراته الجسمانية الطبيعية.
 - إن الخبرات الأساسية للممارسة الأنشطة الرياضية تمد التلميذ بالمتعة من خلال الحركات المؤداة في المسابقات والتمرينات التي تتم من خلال تعاون التلميذ مع الآخرين أو منفرد.
 - تسهم المهارات التي يتم التدريب عليها بدون استخدام أو باستخدام أدوات صغيرة وبسيطة أو باستخدام الأجهزة الكبيرة تؤدي إلى اكتساب المهارات التي تعمل على شعور التلميذ بقوة الحركة.

3. أهداف درس التربية البدنية والرياضية

إن معرفة العاملين لمجال التربية البدنية والرياضية بالأهداف يعتبر من الأمور المهمة حيث أنها تساعد على تفهم أفضل لما يحاولون تحقيقه، كما أنها بمثابة المرشد الأمين خلال عملهم، كما أن الأهداف تساعد على فهم دور التربية البدنية والرياضية في التربية وتساعد على اتخاذ القرارات ووضوح هذه يعتبر وضوحا للمهنة ذاتها.

ونتيجة لما سبق نلاحظ أن الأهداف الأساسية لدرس التربية البدنية والرياضية يمكن تحديدها في صورة أهداف تعليمية وأخرى تربوية وتشمل مايلي:²

أ. أهداف مهارية

ترتبط بنمو وتطوير المهارات الحركية الطبيعية منها والمكتسبة والمتعلقة ببرامج التربية البدنية والرياضية، عن طريق اكتساب التلميذ لجوانب الحركة من خلال فهمه وتعلمه وتنفيذه للحركة والسيطرة عليها.

ب. أهداف بدنية

ترتبط بتنمية وتطوير الصفات البدنية متعددة الجوانب والتي يمكن القول أنه باكتساب الفرد لهذه الصفات يستطيع أن يقوم بأعباء نشاطه البدني المرتبط بحياته اليومية بصورة مرضية.

¹ ناهد محمود سعد، نللي رمزي فهميم: طرق التدريس في التربية الرياضية، ط2، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2004، ص 22.
² زينب علي عمر، عادة جلال عبد الحكيم: طرق تدريس التربية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2008، ص ص 21، 22.

ج. أهداف ثقافية

تتعلق بثقافة الفرد العامة والرياضية الخاصة، ومن ثم يمكن عن طريقها أن تنمو قدرة الفرد العقلية والفكرية من خلال تداول المعلومات من جميع النواحي والتي لها ارتباط مباشر بالأنشطة الرياضية الممارسة.

د. أهداف تربوية

لنمو الاجتماعي العاطفي أثناء ممارسة درس التربية البدنية والرياضية عن طريق ممارسة الأنشطة كأفراد وجماعات، ومن خلال تعاونهم ومنافستهم وتدريبهم على القيادة واكتسابهم الصفات الاجتماعية والروح الرياضية المتعلقة باللعب.

4. محتويات (تقسيم) درس التربية البدنية والرياضية

أ. الجزء التمهيدي

ويشمل الإجراءات الإدارية، الاصطفاف وتسجيل الحضور، الإحماء، التمرينات.

➤ **الإجراءات الإدارية:** وتتضمن اصطحاب التلاميذ من الفصول يراعي في ذلك عامل الأمان والسلامة وخاصة في فصول الأدوار العليا، وكذلك النظام وعدم الاندفاع أو المزاح الفردي الذي يؤدي إلى إصابة بعض التلاميذ.

➤ **الاصطفاف وتسجيل الحضور:** ويراعي في ذلك عنصر النظام واستخدام طرق سهلة وسريعة لتوفير الوقت، وذلك باستخدام الأرقام المسلسلة أو وقوف التلاميذ عن علامات مرقمة أو نداء الأستاذ على التلاميذ بالأسماء

➤ **الإحماء:** يعتبر واجهة التدريس لذا يجب أن يتسم بالتشويق والإثارة والمنافسة، مع مراعاة الزيادة المتدرجة في الحمل من التدفئة إلى التهيئة للدورة الدموية والعضلات والأربطة والمفاصل والعمليات البيوكيميائية.

➤ **التمرينات:** ويجب أن تشمل التمرينات جميع أجزاء الجسم في توازن، عملاً على تحسين القوام الذي قد يتعرض لبعض التشوهات نتيجة الجلوس لساعات طويلة في الفصل.¹

¹ عصام الدين متولي عبد الله: طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية والتطبيق، مرجع سابق، ص 142.

ب. الجزء الرئيسي

" وفي الجزء الرئيسي من الحصة يجب تحقيق جميع الواجبات المحددة سلفا من الحصة التي تشمل تنمية الصفات البدنية والأساسية طبقا للمنهاج السنوي وكذلك تنمية المهارات الحركية وتطوير بعض المعارف النظرية للتلاميذ عن طريق التوجيه، الإرشاد، والشرح، وتعلم المهارات الجديدة ثم تعويد التلاميذ على طرق التعامل الصحيحة والعادات التربوية، وهذه الواجبات جميعها يمكن تحقيقها إما كل على حدى أو بشكل مترابط.¹"

يحتوي الجزء التمهيدي على مجموعة من الأهداف الإجرائية التي يعمل الأستاذ على تحقيقها من خلال ترجمتها إلى مواقف تعليمية دقيقة ومضبوطة، حيث وجب البدء بتعليم المهارات التي تتطلب أكبر جهد وانتباه وذلك لأن الحالة الفسيولوجية للتلاميذ تكون مهياة وبعيدة عن التعب وخالية من جميع أنواع الإجهاد الجسدي والعقلي، كما أن الأستاذ في هذا الجزء يبدأ في التدرج في الجهد في حمل تدريب من السهولة إلى الوصول إلى أعلى شدة وفي نهاية هذا الجزء يعود إلى شدة منخفضة تحضيراً للجزء الختامي.

ولهذا ينبغي على الأستاذ من خلال تدريسه لهذا الجزء مراعاة ما يلي:²

- ترتيب النشاط حتى يتناسب مع الهدف المحدد، بحيث ترتفع قدرة التلميذ على انجاز ما يطلب منه.
- تطبيق نظريات التعلم بحيث يصبح التعليم حقيقة واقعة، وذلك بأن يشترك التلميذ ذاتياً بتعليم نفسه مع الأستاذ.
- إتباع خطوات أساسية في التعلم الحركي من تقويم ومعالجة وتثبيت وتطبيق وممارسة.
- إتباع نظريات الحمل والراحة كطريقة للتنفيذ عند تحسين وترقية الصفات البدنية.
- مراعاة سلامة تبادل الحمل والراحة وتقنيتهما، مع استخدام الأساليب والتنظيمات المتعددة مثل: المجموعات مع مهام إضافية، العمل في المحطات، التدريب الدائري.
- إتاحة الفرصة للتلاميذ بالتدريب مع الإصلاح المستمر للأخطاء بهدف الأداء الصحيح للمهارات الحركية.
- إعطاء وقت كاف لقياس مستوى أداء التلاميذ.

¹ ناهد محمود سعد، نللي رمزي فهميم: مرجع سابق، ص 85.

² أحمد ماهر أنور حسن وآخرون: مرجع سابق، ص 75.

ج. الجزء الختامي

هو الجزء الأخير من الدرس، ويرمي إلى تخفيض حمل التدريب، وهذا يعني أن من واجب هذا الجزء تهدئة الجسم فسيولوجيا من حمل التدريب الذي تناوله الجزء الرئيسي، ويتم ذلك من خلال تنويع المادة في هذا الجزء وإعطاء التلاميذ تمارين مهدئة بطيئة التوقيت، أو تمارين استرخاء لتنظيم التنفس وتهدئة الأجهزة العضوية، أو ألعاب صغيرة حيث تعتبر من الأنشطة المشوقة، كما أن جري التتابع والتمارين الإيقاعية لها أثرها الكبير في هذا الجزء من الدرس، بحيث تعود حالة الجسم تدريجيا إلى حالتها الطبيعية على قدر المستطاع، وفي نهاية هذا الجزء يجب أن تعم البهجة والسرور بين التلاميذ سواء كان الحمل بسيطا أو عاليا، هذا بجانب تشجيع الأستاذ للتلاميذ، حتى يسعدوا لما بذلوه من جهد في تخطي الصعوبات وتحقيق أهداف الدرس.¹

¹ زينب علي عمر، عادة جلال عبد الحكيم: مرجع سابق، ص 30.

الجدول رقم (01): يوضح تقسيم ومحتوى درس التربية البدنية والرياضية¹

الأهداف	المحتوى	الأقسام	
<ul style="list-style-type: none"> - إعداد التلاميذ نفسياً وتربوياً - إعداد الأجهزة الحيوية والعضلات والمفاصل والأربطة للعمل وتقبل الحمل - تجنب التلاميذ الإصابة أثناء الأداء 	<ul style="list-style-type: none"> - جوائز موانع - ألعاب مطاردة والصيد - ألعاب صغيرة منظمة باستخدام الأدوات الصغيرة وبدونها - بعض الألعاب الشبه رياضية - مهارات حركية أساسية (مشي، جري، قفز، وثب، ترحلق) 	الإحماء	الجزء التمهيدي
<ul style="list-style-type: none"> - اكتساب وتنمية عناصر اللياقة البدنية - ارتفاع التدريجي بدرجة الحمل. - العناية بالقوام 	تمارين اللياقة البدنية	الإعداد البدني	
<ul style="list-style-type: none"> - اكتساب التوافق البدائي للمهارة - اكتساب المعارف والمعلومات المرتبطة بالمهارة 	تعليم المهارات الحركية الطبيعية وكذا المرتبطة بالأنشطة (الألعاب، ألعاب القوى، الجمباز)	النشاط التعليمي	الجزء الرئيسي
<ul style="list-style-type: none"> - اكتساب التوافق الدقيقة للمهارة - القيادة والتبعية - الشعور بالذات - تحمل المسؤولية - النظام والطاعة - التعاون والانتماء للجماعة 	<ul style="list-style-type: none"> - تطبيق المهارات الحركية التي سبق تعلمها في جزء النشاط التعليمي أو مهارات أخرى سبق تعلمها - تنمية القدرات الحركية 	النشاط التطبيقي	
<ul style="list-style-type: none"> - تهدئة الأجهزة البيولوجية وعودة الجسم لحالته الطبيعية - إدخال البهجة والسرور في نفوس التلاميذ . 	<ul style="list-style-type: none"> - ألعاب صغير منظمة - مسابقات - جري تتابع - تمرينات إيقاعية - تمرينات مهدئة بطيئة التوقيت 	الختم الرياضي	

¹ زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم: المرجع السابق، ص 24. (بتصرف)

٧. معايير وأسس اختيار طرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية

قبل الشروع في الحديث على أهم طرائق تدريس التربية البدنية والرياضية وجب إبراز المعايير التي على أساسها يتم اختيار هذه الطرائق، حيث تشكل معايير اختيار الطرائق التدريسية في النقاط التالية:¹

- نوعية محتوى النشاط التعليمي.
 - المخرجات التعليمية المراد تحقيقها من الدرس.
 - فلسفة الأستاذ وخبراته في العملية التعليمية.
 - طبيعة البيئة التعليمية.
 - المراحل التعليمية للمتعلم.
 - مستوى المتعلمين ونوعيتهم.
- كما أن ملامح وسمات طرائق التدريس تبنى على الأسس التالية:
- إثارة حب الاستطلاع لدى المتعلمين.
 - إعطاء المتعلمين الفرصة لبناء اتجاهات إيجابية نحو الأنشطة العلمية والتكنولوجية.
 - إتاحة الفرص للمتعلمين لتكوين الأفكار العلمية الأساسية وتطويرها نحو الأحسن.
 - الربط بين رغبات المتعلمين وخبراتهم في ضوء مستوياتهم العقلية.
 - مراعاة الفروق الفردية الناتجة عن اختلاف الجنس أو الخلفية الثقافية.
 - مساعدة المتعلمين على فهم عالمهم المحيط بهم.
 - منح المتعلمين الفرصة للعمل الجماعي والتفاهم معهم باستخدام أدوات التفكير.

٧.١ المهام التربوية لدرس التربية البدنية والرياضية

يتحتم على درس التربية البدنية والرياضية تحقيق سلسلة من المهام التربوية التهديبية بجانب التكامل البدني والفسولوجي للفرد، أننا نهدف بهذا تعليم وتدريب صفات الحركة ومهاراتها، وأن تستخدم كافة المعارف النظرية فيما يخص كل نوع من أنواع الرياضة، وكذلك السعي الحثيث من أجل توفير المقومات التي توصل إلى تصرف هادف في المسابقات الرياضية وأخيرا السعي إلى تطوير الدوافع، والصفات الشخصية التي تمت بصلة وثيقة للنشاط الرياضي وتقويم خواص الشخصية، ونجد بعض

¹ مصطفى السايح محمد: أدبيات البحث في تدريس التربية الرياضية، ط1، دار الوفاء لدنيا النشر، الإسكندرية، 2009، ص ص 61، 62.

العلماء المتخصصين من يقول (أن درس التربية البدنية والرياضية يسهم بمهمة تنمية الاحتياجات الحياتية للتلميذ رياضيا، وبصورة منتظمة).

وهناك رأي آخر يقول (أن المهمة التربوية الأساسية توجب على التلاميذ أن يتربوا ويتعودوا على نظام الفرق في درس التربية البدنية والرياضية، وأن يعيروا العمل الجماعي أهمية كبيرة وأن يتفانوا من أجله ويشعروا بمسؤولية انجاز ما يطلب منهم تنفيذه دائما)، ويذهب آخرون (إلى أن لدرس التربية البدنية والرياضية إمكانات عالية في مجال تربية وتهذيب مقومات الشخصية)¹.

VII. مفهوم طريقة التدريس

ويشير " أبو النجا أحمد " : " بأن طرق التدريس هي الكيفية أو الأسلوب الذي يعتمد عليه المعلم في العملية التعليمية وإجراء منظم في استخدام المادة العلمية والمصادر التعليمية وتطبيق ذلك بطريقة تؤدي لتعلم التلاميذ بأيسر السبل، وتختلف باختلاف المادة التعليمية والمصادر التعليمية والموقف التعليمي " .

أما " سهير بدير موسى " فتعرف طريقة التدريس بالخطوات التي يستخدمها المدرس، والتي عن طريقها يكتسب الطلاب النتيجة المطلوبة من المدرس، وهي تشمل مجموعة من الإجراءات التي يتخذها والأنشطة التي يقوم بها لكي يصل إلى الأهداف المرسومة².

1. الاعتبارات التربوية في درس التربية البدنية والرياضية

تعتمد التربية البدنية على طرق تدريس خاصة بها وهذا لاعتبارات تثري العملية التعليمية في التربية البدنية من خلال المواقف التعليمية وأهمها:³

- إيضاح الهدف من التعليم في التربية البدنية والتأكيد على أهمية أجزاء درس التربية البدنية والرياضية.
- ملائمة مادة التعلم للمرحلة السنية وخصائص واحتياجات المرحلة.
- مراعاة الفروق الفردية في الفصل (بدنيا - مهاريا - معرفيا).
- زيادة الدافعية للعمل والممارسة الرياضية الصحيحة.

¹ كامل طه الويس: علم النفس الرياضي في الرياضة المدرسية، ط1، دار الأيام، عمان (الأردن)، 2016، ص 43.

² خالد محمد عبد الجابر الخطيب: مناهج التربية الرياضية في ضوء معايير الجودة، ط1، دار العلم والإيمان للنشر، مصر، 2015، ص 46.

³ عصام الدين متولي عبد الله: طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية والتطبيق، مرجع سابق، ص 187.

- تحليل الحركات واكتشاف الأخطاء يحسن المواقف التعليمية.
- تعليم المهارات .. التدرج .. من السهل إلى الصعب .. ومن المعروف للمجهول.
- توزيع حمل التدريب على أجزاء الدرس وفقا للمادة ومستوى التلاميذ.
- رسم منحنيات للتقدم للمتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية.
- معرفة التلاميذ للنتائج يساهم في رفع مستوى الطموح.
- القضاء على الأخطاء في بداية التعلم للتمرينات والمهارات.

2. طرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية

ربما يتبادر إلى الذهن عن الطريقة المثلى لتدريس التربية البدنية والرياضية، والإجابة عن هذا التساؤل أنه ليس هناك طريقة معينة يمكن أن نعتبرها أحسن طريقة للتدريس في مجال التربية البدنية والرياضية. " وطريقة التدريس التي تكون ناجحة في زمان ومكان معينين ربما لا تصلح إن طبقها بحذافيرها في ظروف مختلفة، فهناك أكثر من طريقة تصلح لتدريس التربية الرياضية وللمدرس حرية الاختيار التي تعتمد بحكم الضرورة على خبرته السابقة وقدرات طلبته وخبراتهم السابقة والمرحلة وفي الحياة، كما تعتمد الطريقة على الوسائل والأدوات التعليمية المتوفرة، وكذلك طبيعة الموضوع الذي يدرس، والأهداف التي يراد تحقيقها، والطريقة الجيدة هي التي تأخذ بعين الاعتبار إمكانات الطلبة الفردية وميولهم وتتلاءم مع سلوكياتهم وتتفاعل ايجابيا معهم، وتهتم بالمستوى التربوي وتمهد أحسن السبل لوضوح الهدف أمامهم لاستغلال دوافعهم للعمل"¹.

ويمكن توضيح بعض أهم الطرق وأكثرها انتشارا والتي يمكن تطبيقها في تعليم المهارات الحركية، والأنشطة الرياضية المتنوعة وهي:

أ. الطريقة الكلية (النموذج أو الإدراك الكلي)

يفضل الكثير من المختصين العاملين في التعليم وخاصة أنصار مدرسة التعليم بالاستبصار، استخدام الطريقة الكلية والتي تتميز بتعليم الطالب المهارة الحركية أو الفاعلية أو التدريب عليها ككل، فهم يرون ضرورة تعلم المهارة الحركية (أو أي مادة يرغبون بتعلمها) كوحدة واحدة ذات وظيفة متكاملة دون تجزئتها إلى وحدات صغيرة إذ أن ذلك يساعد على إدراك العلاقات بين عناصر المهارة الحركية مما يساهم في سرعة تعلمها وإتقانها، إن الصعوبة التي يلاقيها المدرس عندما يقوم بتعليم المهارات بطريقة مجزئة،

¹ محمود داود الربيعي، سعيد صالح حمد أمين: مرجع سابق، ص 203.

هو وجود صعوبة عند جمع هذه الأجزاء لأداء المهارة ككل، لهذا فهم يفضلون تعليم المهارات المختلفة بالطريقة الكلية.

إن هذه الطريقة تتماشى مع الطرق الحديثة للتعلم وتتشابه إلى حد كبير مع طريقة المشروع في تعليم المواد الأخرى.¹

ب. الطريقة الجزئية

تعتمد على تجزئة المحاضرة إلى أجزاء صغيرة بحيث يقوم التلميذ بأداء كل جزء على حدى، ويدرس كل جزء منفصلاً عن الآخر ويتم الانتقال من الجزء الذي تم تعليمه وإتقانه إلى الجزء الذي يليه، حتى ينته المدرس من تعليم جميع أجزاء المهارة ثم يتم ربط الأجزاء ببعضها وتؤدي المهارة متكاملة، وتتناسب هذه الطريقة مع المهارات الصعبة المعقدة والمركبة والتي يمكن تجزئتها، وهي تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين، حيث تتماشى مع قدراتهم وتستثير دوافعهم نتيجة لما يمكن تحقيقه من نجاح في أداء كل جزء من أجزاء المهارة ولكنها تحتاج إلى وقت طويل في التعلم ولا تشبع رغبة التلاميذ في التعلم الذاتي.²

ج. الطريقة الكلية الجزئية

هي مزج بين الطريقتين حيث يلجأ المدرس إلى الطريقة الكلية في الأجزاء البسيطة الغير معقدة وللطريقة الجزئية في الأجزاء الصعبة أو يقوم المدرس بتقسيم المهارة إلى وحدات كبيرة لتعليمها وربطها معاً، وهذه الطريقة تراعي الفروق الفردية بين الطلاب كذلك تقلل الوقت الضائع في التعليم.³

د. طريقة الاستكشاف والتجريب

تعتبر من الطرق المهمة التي توفر للطالب فرص الاستكشاف الحركي والتجريب وتنمية صفات المبادرة والإبداع، وجوهر هذه الطريقة هو العلاقة الخاصة التي تنشأ بين الأستاذ والطالب، حيث إن دور المدرس هنا هو التوجيه والتشجيع وخلق الحوافز والاندفاع عند الطلبة من خلال تنويع الحركات والأنشطة وإفساح المجال أمامهم لتحديد ما يقومون بعملهم بأنفسهم في إطار قواعد عامة يصنعها المدرس.⁴

¹ محمود داود الربيعي، سعيد صالح حمد أمين: المرجع السابق، ص 206.

² عفاف عثمان عثمان مصطفى: مرجع سابق، ص 107.

³ خالد محمد عبد الجابر الخطيب: مرجع سابق، ص 48.

⁴ محمد داود الربيعي، سعيد صالح حمد أمين: مرجع سابق، ص 204.

هـ. طريقة البرنامج

يعتبر أسلوب البرمجة أحدث الأساليب التكنولوجية الحديثة في مجال التعليم وقد اهتمت التربية البدنية الرياضية بالتعليم المبرمج حيث يعتبر طريقة من طرق التدريس الفردية التي يمكن الاستفادة منها في تعليم المهارات الحركية المختلفة ما يساعد على توفير وقت وجهد المدرس أثناء شرح هذه المهارات في دروس التربية البدنية والرياضية، كما يساعد على تقدم التلاميذ بأنفسهم دون حاجة مستمرة لمدرس التربية الرياضية والتعليم المبرمج نوع من أنواع التعليم الذاتي وهو برنامج يقوم المدرس بإعداده بأسلوب خاص ويتم عرضه من خلال كتاب مبرمج يتألف من مجموعة من الأطر، ويتكون كل إطار من خطوات صغيرة تبدأ من الأعمال البسيطة السهلة وتندرج في صعوبتها بعد ذلك، ومن خلال معرفة التلميذ للأخطاء التي يقع فيها، يستطيع أن يقوم بتصحيحها مما يعزز بالتالي استجابته الصحيحة وعلى ذلك فان كل إطار يتضمن مثير واستجابة وتعزيزا¹.

3. استراتيجيات تدريس التربية البدنية والرياضية

تعرف استراتيجية التدريس بأنها: " مجموعة من إجراءات التدريس المختارة سلفا من قبل المعلم أو مصمم التدريس، والتي يخطط لاستخدامها أثناء تنفيذ التدريس بما يحقق الأهداف التدريسية المرجوة بأقصى فاعلية ممكنة، وفي ضوء الإمكانيات المتاحة ".
وتعرف أيضا بأنها: " إجراءات التدريس التي يخططها القائم بالتدريس مسبقا بحيث تعينه على تنفيذ التدريس في ضوء الإمكانيات المتاحة لتحقيق الأهداف التدريسية لمنظومة التدريس التي يبنها، وبأقصى فاعلية ممكنة ".

وهي أيضا " مجموعة القرارات التي يتخذها المعلم بشأن التحركات المتتابعة والتي يؤديها في أثناء تنفيذ مهامه التدريسية، بغية تحقيق أهداف تعليمية محددة سلفا "².

¹ خالد محمد الحشوش: مرجع سابق، ص ص 23، 24.

² حسن شحاتة: المجمع في التدريس والتقييم، ط1، دار العالم العربي، القاهرة، 2013، ص 29.

أ. أهداف إستراتيجية تدريس التربية البدنية والرياضية

وتهدف الإستراتيجية إلى إحداث تغير إيجابي وشامل لمكونات التربية البدنية والرياضية، وانطلاقاً من الواقع سعياً لتحقيق فلسفة وتطلعات المستقبل، فإنه يمكن تحديد الأهداف الإستراتيجية للتربية البدنية والرياضية فيما يلي:¹

- تطوير أهداف التربية البدنية والرياضية.
- وضع إطار عام لتطوير محتوى ومناهج التربية البدنية الرياضية متضمنة توصيفاً دقيقاً لهذا المحتوى.
- وضع الأسس الخاصة بتطوير برامج وإعداد وتأهيل المعلمين وتدريبهم.
- وضع أسس وتطوير تحديث الإمكانيات والتسهيلات اللازمة لتنفيذ هذه البرامج، توظيف نتائج التخطيط المتوقعة لخدمة المتعلم بما يحقق الوفاء باحتياجات المجتمع.

ب. تقسيمات إستراتيجيات تدريس التربية البدنية والرياضية

توجد عدة إستراتيجيات تعتمد في التدريس عموماً، وفي تدريس التربية البدنية والرياضية ويمكن أن نذكرها بإيجاز فيما يلي:²

- إستراتيجيات مبنية على الشرح: وهي التي يعتمد فيها المعلم على شرحه للمعرفة وتلقينها للمتعلمين.
- إستراتيجيات مبنية على الاستكشاف: وهي التي يعتمد فيها المعلم على اكتشاف المتعلمين للمعرفة أنفسهم.
- إستراتيجيات التدريس المباشرة: وهي تعتمد على تعليم المهارة على شكل تلقى مباشر من المعلم أو من مصادر المعرفة الأخرى ثم يتم تدريب المتعلمين عليها حتى يحفظها.
- إستراتيجيات التدريس غير المباشرة: وهي تعتمد على تعلم الطلاب المعرفة والمهارات من خلال ممارستهم لأنشطة التعلم الذاتي.
- إستراتيجيات التدريس المتمركزة حول دور المعلم: حيث يكون دور المعلم فيها هو الدور الأساسي فهو الموجه والمرشد للعملية التدريسية من بدايتها حتى نهايتها.

¹ زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم: مرجع سابق، ص 129.

² خالد محمد الحشوش: مرجع سابق، ص 109.

➤ إستراتيجيات التدريس الغير متمركزة على المعلم: حيث يكون دور المتعلم فيها هو المشار إليه في الغالب وهو يختار ما يتعلمه بالطريقة والأسلوب الذي يراه. والجدير بالذكر أنه لا يمكن استخدام إستراتيجية تدريسية دائماً، وإنما في الحقيقة لا يمكن أن تتم كثير من المهمات التعليمية دون استخدام العديد من الإستراتيجيات في وقت واحد أو متتابع.

VIII. عوامل الأمن والسلامة في درس التربية البدنية والرياضية

لقد زاد الإهتمام بالإصابات الرياضية من قبل الخبراء في التدريب الرياضي وعلم التشريح وعلم الحركة والطب الرياضي، فأجرى الأبحاث المتعددة للكشف عن الأسباب والعوامل التي تعمل على حدوث الإصابات الرياضية والخروج بتوصيات وإرشادات من شأنها الوقاية والحد من وقوع الإصابات في الملاعب وفي دروس التربية البدنية والرياضية، والأخذ بالوسائل والإحتياطات من قبل المسؤولين في النشاط الرياضي ومدرس التربية البدنية والرياضية، بهدف المحافظة على اللاعبين والطلبة من وقوع حوادث وإصابات لديهم أثناء ممارسة النشاط أو درس التربية البدنية والرياضية، وأهم الإحتياطات الواجب إتخاذها بهذا الخصوص وبصفة عامة هي:¹

- تقديم المعلومات والإرشادات للتلاميذ عن الإصابات الرياضية وأسباب حدوثها للوقاية منها.
- العناية الصحية بالتلاميذ وذلك بالكشف الطبي الدوري والفحوص الطبية الدورية.
- غرس العادات الصحية التي تتعلق بالنظافة والتغذية والراحة والاسترخاء في نفوس التلاميذ
- الملاحظة الدقيقة من قبل الأستاذ للتلاميذ وعدم السماح للتلميذ الغير مهياً بدنياً ونفسياً بالإشتراك في اللعب.
- إختيار الوقت المناسب لدروس التربية البدنية والرياضية والإبتعاد عن الوقت الذي يكون فيه الجو شديد الحرارة.
- توفير الشروط الصحية في مكان اللعب كالتهووية الجيدة وخلو الملعب من الأتربة والغبار.
- ملائمة مكان اللعب للنشاط الممارس كمارسة لعبة كرة القدم وبأعداد كبيرة في مكان ضيق يؤدي إلى حدوث الإصطدامات و وقوع إصابات بين التلاميذ.
- ضرورة توفير مساحة أو فضاء حول الأجهزة التي يمارس عليها التلاميذ المهارات الرياضية وعدم وجود ما يعيق التلاميذ أثناء الأداء.

¹ أكرم خطايبة: مرجع سابق، ص ص 247، 248.

- إرتداء الملابس والأحذية الرياضية المناسبة لقوانين اللعبة والطقس.

رابعاً: التغذية الراجعة

1. مفهوم التغذية الراجعة

" التغذية الراجعة عملية ذات أهمية بالغة في ميدان التربية البدنية والرياضية حيث أن ممارسة الأنشطة الرياضية قادرة على إحداث تنظيم داخلي بين الأعصاب الحسية والحركية، وذلك نتيجة للتربية المرتدة وهذا التنظيم يساعد على ضبط السلوك، لذلك فإن مفهوم التربية الراجعة يرتبط أساساً بتقييم المتعلم لسلوكه وأدائه، وهي إحدى العمليات التي تسهل عملية التعلم. والتي تلعب دوراً فعالاً فيها، - يعني عملية التعلم الحركي - لأنها تزود المتعلم بمعلومات عن الأداء سواء كان أدائه شخصياً أم أداء أمثل في محاولاته المتكررة لتعلم المهارة، لكي يتعرف على مدى تقدمه أثناء أو بعد الإستجابة".¹

II. أهمية و وظائف التغذية الراجعة

من الواضح دور وأهمية التغذية الراجعة في العملية التعليمية والتعلم الحركي خاصة، ولهذا يجب الإهتمام بالتغذية الراجعة في العملية التعليمية ومعرفة كيفية إعطاء التغذية الراجعة للمتعلم، لأنه كلما كانت التغذية الراجعة غير دقيقة تكون المادة العلمية صعبة هذا ما يؤكد " داريل صايد نتوب" أن دقة التغذية الراجعة تعتمد على المعلومات التي تحتويها وعلى مدى إرتباطها بالعمل المراد تعلمه ". وبهذا يمكننا أن نقول إذا كان العمل المراد تعلمه، أو التغذية الراجعة غير دقيقة فإن التعلم سيكون صعباً وغير ذي جدوى، ومن خلال كل ما تقدم يرى الباحث أن وظائف التغذية الراجعة المرتبطة تكون متنوعة ومتعددة على النحو التالي:²

- تمدنا بالمعلومات اللازمة للقيام بالعمل المطلوب.
- تجعلنا نقوم بالفعل (الحركة لانجاز العمل).
- الإخطارات، والتي تكون مرتبطة بالمعلومات عن نتائج العمل.
- مقارنة آثار الحركة المؤداة بالهدف المطلوب.
- إعادة توجيه الحركة إذا لم تحقق الهدف أو الثواب، والتعزيز إذا حقق الهدف المطلوب.

¹ مروان عبد المجيد إبراهيم: التعلم الحركي والنمو البدني في التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الرضوان للنشر، عمان، 2014، ص 190.

² عطا الله أحمد: أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية، ط1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2006، ص 191.

- التحرك النفسي عند المؤدي من أجل الدفع بالعمل والاستمرارية.
- وفي الأخير تصبح كحافز قوي وتكون كشرط قوي للتعلم وإعادة التعلم.

III. المراحل التي يمر بها المعلم قبل إعطاء التغذية الراجعة

- ملاحظة الانجاز وجمع المعلومات.
- مقارنة الانجاز مع الهدف والمعيار.
- الوصول إلى ملخص إذا ما كان الإنجاز صحيحا أو خطأ.
- إعطاء التغذية الراجعة.¹

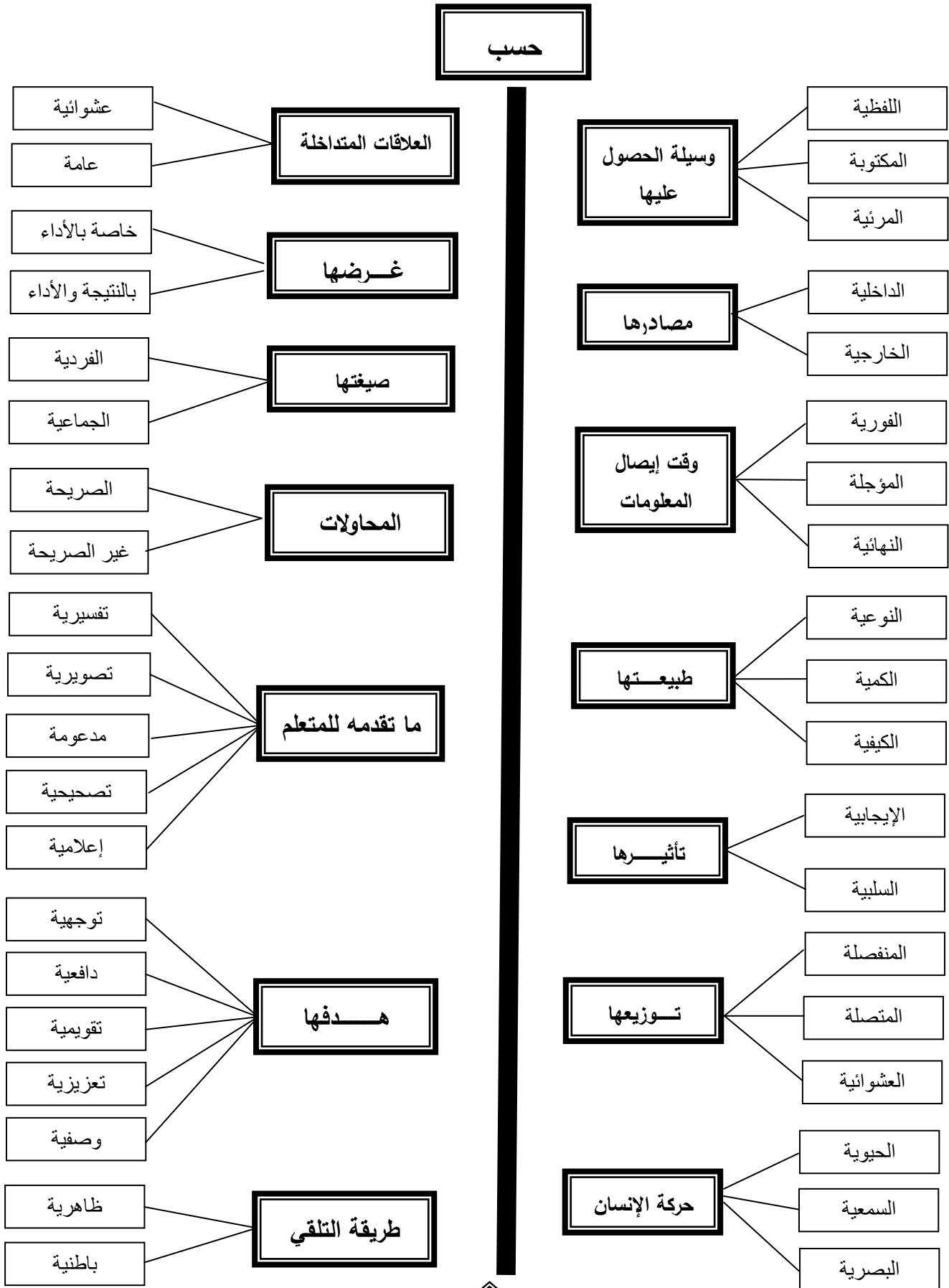
IV. تصنيف التغذية الراجعة

تصنف التغذية الراجعة إلى العديد من التصنيفات والتي لها أهمية بالغة في العملية التدريسية وكلما زاد إلمام الأستاذ بهذه التصنيفات المختلفة للتغذية الراجعة كلما انعكس ذلك على نجاعة أدائه، وكان مردوده التعليمي أفضل، فهذه الأخيرة تؤثر تأثيرا مباشرا على الفاعلية التدريسية للأستاذ، ولتقريب الصورة للقارئ حاول الباحث جمع التصنيفات وتوضيحها من خلال الشكل التوضيحي التالي:²

¹ مروان عبد المجيد إبراهيم: مرجع سابق، ص 223.

² محمود داود الربيعي، سعيد صالح حمد أمين: مرجع سابق، ص 303.

الشكل رقم (01): يوضح تصنيف التغذية الراجعة



خامسا: التقويم في التربية البدنية والرياضية

1. مفهوم التقويم التربوي

أصبح التقويم وبرامجه في العصر الحديث قرين لكل العمليات التربوية التي تضطلع بها المؤسسات التربوية، وذلك لأنه وبدونه لا نستطيع معرفة أسباب ما نحققه من نجاح أو ما نقابله من معوقات، وبالتالي لا نستطيع القيام بتطوير النظم التعليمية.

والتقويم الرياضي حسب ليلي فرحات " هو عملية الهدف منها تقدير قيمة الأشياء باستخدام وسائل القياس المناسبة لجمع البيانات وإصدار الأحكام".¹

كما يعرفه عطاء الله أحمد " عملية يقوم بها الفرد أو الجماعة بمعرفة ما يتضمنه أي عمل من الأعمال من نقاط القوة والضعف، ومن عوامل النجاح أو الفشل في تحقيق غاياته المنشودة منه وذلك باستعمال كل أنواع القياس على أحسن وجه".²

ومنه نستنتج أن التقويم يشتمل على دراسات شاملة ومستمرة لنمو التلاميذ ولأوجه النشاط التي يمارسها التلاميذ المدرجة في البرنامج، وكذا كل ما يحيط بالعملية التعليمية للتلميذ من طرق وأساليب ومدى ملاءمتها لقدراتهم وإستعداداتهم وحاجاتهم المختلفة، وبهذا يصبح التقويم عملية تقدير مستمر لكل جوانب البرنامج.

II. أهمية التقويم

- التقويم ركن مهم من أركان التخطيط لأنه يتصل اتصالا وثيقا بمتابعة النتائج، وقد يكشف التقويم عن قصور المناهج والطرائق والأساليب التدريسية والوسائل فضلا عن القصور في الأهداف التربوية، فينتهي إلى نتائج وتوصيات تعرض على تخطيط ثم تأخذ سبيلها للتنفيذ.
- لم يعد التقويم مقصورا على قياس التحصيل الدراسي للمواد الدراسية بل تعداه إلى قياس مقومات شخصيات الطلبة من شتى جوانبها وبذلك اتسعت مجالاته وتنوع طرائقه وأساليبه.
- أصبح التقويم في عصرنا الحاضر من أهم عوامل الكشف عن المواهب وتميز أصحاب الاستعدادات والميول الخاصة وذوي المهارات والقدرات الممتازة.

¹ ليلي سيد فرحات: القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط3، مركز الكتاب، مصر، 2005، ص 75.

² عطا الله أحمد وآخرون: مرجع سابق، ص 93.

- يساعد التقويم كل من المدرس والطالب على معرفة مدى التقدم في العمل المدرسي نحو بلوغ أهدافه وعلى بيان العوامل التي تؤدي إلى تقدم وتحول دونه، ثم على دراسته ما يلزم عمله للتحسن والتطوير، لذا فالتقويم عملية تشخيصية علاجية لواقع العملية التربوية التعليمية.¹

III. أهداف تقويم برامج التربية البدنية والرياضية

ويعتقد "دوتري، لوييز" أن أهداف تقويم البرامج التربوية البدنية والرياضية هي:

- تحسين البرامج.
- تقدير الإنجازات الإدارية.
- معاونة المدرس في تقويم مختلف مراحل التعليم.
- معاونة المدرس في تقويم أداء التلاميذ.
- تيسير التقويم الذاتي للتلاميذ.
- تصنيف التلاميذ لاعتبارات تربوية.

فالتقويم لا يقف عند حد جمع البيانات وتقدير النتائج وتحليلها وتفسيرها، بل يستمر إلى ما هو أبعد من ذلك وهو اقتراح التعديلات اللازمة في الوسائل، ربما في الأهداف إذا تطلب الأمر ذلك، وفقا لنتائج التقويم وذلك كله قد لا يتحقق إلا إذا كان التقويم قائما على أساس الأسلوب العلمي، فالتقويم يتطلب استخدام المعايير أو المستويات أو المحكات لإصدار أحكام موضوعية عن البرنامج وجوانبه المتعددة.²

IV. مجالات التقويم

كان التقويم في الماضي ينصب على نقطة واحدة وهي مدى استيعاب التلاميذ للمعلومات وكانت وسيلته المتبعة في ذلك مجموعة من الإختبارات المتنوعة التي تقيس تحصيل التلاميذ في هذه المعلومات. أما التقويم بمفهومه الحديث فهو ينصب على جميع جوانب النمو لدى التلاميذ كما يتعرض أيضا إلى جميع جوانب العملية التربوية والعوامل المؤثرة فيمتد إلى الأهداف التربوية، المنهج (المقررات، الكتب، الطرق، الوسائل، الأنشطة، الامتحانات) التلميذ، المعلم، التوجيه الفني، المباني المدرسية الخ.³

¹ محمد حميد مهدي المسعودي وآخرون: مناهج وطرائق التدريس في ميزان التدريس، ط1، دار الرضوان، عمان، 2015، ص ص 134، 135.

² محمد الحماحمي، أمين الخولي: أسس بناء برامج التربية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 2016، ص ص 119، 120.

³ حلمي أحمد الوكيل، محمد أمين المفتي: أسس بناء المناهج وتنظيمها، ط8، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2015، ص 151.

٧. تقويم درس التربية البدنية والرياضية

يقوم الأستاذ بعملية التدريس في التربية البدنية والرياضية وكذا جميع العمليات التعليمية من تخطيط وتنفيذ وإخراج للدرس، ويؤثر الدرس في التلميذ من خلال جوانب عديدة لذا وجب على الأستاذ أن يكون ملماً بكل الخبرات والتفاصيل الدقيقة للدرس وأن يكون ذو مستوى عال لقيادة هذه العملية المعقدة والبالغة الأهمية.

إن عملية تقويم درس التربية البدنية والرياضية يمكن أن يتم في اتجاهات عديدة ولقضايا متنوعة، وفي الغالب من أجل تحقيق هدف تربوي لحالة اعتيادية من أجل تعريف الاختصاصي على خبرة المدرس الناجح، وفي هذه الحالة يمكن أن تجري عملية التقويم من قبل المدير أو المشرف التربوي، أما إذا كانت من أجل هدف علمي لدراسة معينة لإحدى فعاليات التربية العملية، ففي هذه الحالة يجب أن يتم التقويم بشكل خاص لأسلوب تجريبي تظهر من خلاله نتائج أو يكون لموضوع بحث لأحد مهام عمل المدرس التربوي أو لدراسة الظروف التي تتم فيها عملية التعليم وكذلك علاقة الطلبة مع برامج التعليم ومحتواها وغيرها.¹

٧.١ أهداف التقويم في التربية البدنية والرياضية

إن تقسيم " بلوم" للأهداف الخاضعة للتقويم لا يزال من أكثر التصنيفات شيوعاً، وفائدة في مجال الأهداف التعليمية وتحديدها يكفل إيضاح نواتج التعلم الممكنة التي يتوقع أن يحدثها التعلم ويقوم هذا التصنيف على افتراض أساسي يجعل وصف ناتج التعلم في صورة تغيرات معينة في سلوك التلميذ ممكنة، مما يتيح للمعلمين صياغة أهدافهم في عبارات سلوكية واضحة ويتكون تصنيف بلوم من ثلاث مجالات:

1. **المجال المعرفي:** ويشمل الأهداف التي تتناول تذكر المعرفة أو إدراكها وتطوير المهارات والقدرات الذهنية.
2. **المجال الوجداني:** ويتضمن الميول والاتجاهات والقيم والقدرة على التدوق ويتم من خلال ما يأتي (الاستقبال، الاستجابة، الحكم القيمي، التنظيم القيمي، التميز القيمي) وتدرج هذه المستويات الوجدانية وفقاً لصعوبة عملية التفاعل، فتبدأ بالاستقبال وتنتهي بتميز القيمة.

¹ محمود داود سلمان الربيعي: الإشراف والتقويم في التربية الرياضية، ط1، دار المناهج للنشر والتوزيع، الأردن، 2001، ص 52.

3. المجال نفسحركي: ويتضمن المهارات الحركية: ويتطلب التنسيق والتآزر بين العقل والحركات التي يؤديها أجزاء الجسم المختلفة، وتكتسب هذه المهارات في صورة مجموعة من (المحاكاة والتناول، المعالجة، الدقة، الترابط).¹

¹ محمود داود الربيعي، سعيد صالح حمد أمين: المرجع السابق، ص 340.

خلاصة الفصل

ومما سبق تناوله في هذا الفصل يمكننا استخلاص أهمية التربية البدنية والرياضية في الوسط التربوي المدرسي، فهي تساهم في بناء الإنسان المتكامل من جميع الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية والصحية، ولقد أضحى الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية مطلب أساسي، إذ أن المنظمات والهيئات القائمة على الشأن التربوي تسعى جاهدة بكل الوسائل والطرائق لتجسد وخلق مناخ ملائم وبيئة معرفية تزود الطلاب بالمعارف والمهارات الكافية التي تحقق الأهداف التربوية المنشودة في المجال الرياضي وكل هذا لا يتأتى إلا من خلال إعداد جيد لكوادر مؤهلة تقوم بالعملية التدريسية.

إذ يعتبر درس التربية البدنية والرياضية حجر الأساس في الجانب التربوي الرياضي لما له من أهمية بالغة في تعليم الطلاب المهارات الحركية والمعارف المتخصصة في المجال الرياضي، حيث أن تدريس مادة التربية البدنية والرياضية يتميز عن باقي المواد الدراسية الأخرى، كونها تدرس في بيئة مفتوحة تحمل العديد من المظاهر الاجتماعية، والثقافية، والسلوكية، والمعرفية التي يتوجب علينا التعامل معها بدرجة عالية من الكفاءة في الأداء التدريسي للأستاذ وذلك بغية توجيه المتدربين لامتلاك المهارات والقدرات بصفة تسمح لهم أن يصلوا إلى المستوى المطلوب، وذلك من أجل إعداد جيل من المعلمين لخدمة العملية التعليمية والارتقاء بمستوى التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي.

فالتربية البدنية والرياضية تلعب دورا هام جدا في تحقيق المبادئ الأساسية لعملية التعليم في المؤسسات الثانوية، فهي تنعكس على البناء التكويني لشخصية التلميذ في الوسط المدرسي، فهي تهدف أساسا إلى ضبط وتعديل السلوك الإنساني لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للفرد، وأن يكون هذا الأخير متكيفا مع ذاته ومع محيطه الاجتماعي الذي يحيا به.

وفي هذا السياق نستنتج أن التربية البدنية والرياضية هي تربية عن طريق الجسم فهي تعود بالفائدة على الصحة والمهارات الحركية الأساسية التي تؤدي إلى الحياة السعيدة، وتساهم في صقل الجانب الخلقى للتلميذ من خلال تقوية الخلق القويم وتعزيز العلاقات الإنسانية التي تجعل منه فردا متكيفا في حياته الاجتماعية بصورة أفضل، ولا يمكن أن تحقق التربية الرياضية أهدافها إلا من خلال نخبة علمية تساهم في بناء وتدريب التلميذ بطرائق تدريسية تعتمد على مقاربات إستراتيجية حديثة تساهم بشكل مباشر في مساعدة التلميذ على التوافق النفسي والاجتماعي.

الفصل الثالث

مرحلة النمو والمراقبة

تمهيد الفصل

أولاً: النمو

ثانياً: المراقبة

خلاصة الفصل

تمهيد الفصل

يمر الإنسان خلال فترة حياته بعمليات نمو وتطور مستمرة تشمل جميع جوانب حياته، وتتسم بالسرعة خاصة في المراحل الأولى منها ويكون هذا التطور سواء في أعضاء الجسم الفسيولوجية أو في مختلف جوانبه النفسية والوجدانية، وتتفاعل هذه التطورات إلى أن تصل إلى مرحلة النضج أو الرشد، وللوصول إلى هذه المرحلة يتدرج الإنسان على فترات نمو متتابعة ومختلفة وكل فترة تكمل الأخرى، ولا يمكن الانتقال من مرحلة إلى أخرى إلا إذا أكمل المرحلة التي قبلها؛ فعملية النمو تسير نحو الأمام لا نحو الخلف للوصول إلى تكوين شخصية سوية متكاملة الجوانب، ومن أهم المحطات التي يسير إليها النمو هي مرحلة المراهقة التي لازلت تستحوذ على اهتمام كثير من الناس سواء العوام أو غيرهم من العلماء والمربين، كما أنها تهم المراهق في حد ذاته لأنها وببساطة تساعد الجميع في فهم هذا الكائن المليئة بالتناقضات وكثير المفاجآت، المتخبط في الصراعات الداخلية والخارجية سواء النفسية أو الاجتماعية، الباحث عن هويته المحاول أن يستقل عن سلطة أسرته، الراغب في حجز مكان له بين جماعة الكبار والبالغين؛ فالمراهقة مرحلة تغير كلي وشامل وليست أزمة نمو، فهي تنقل الفرد من فترة الطفولة إلى مرحلة الشباب والنضج وتشمل تغيرات كبيرة في كافة الجوانب.

ومن خلال ما تقدم ذكره سنحاول في هذا الفصل التطرق لأهم العناصر الأساسية التي يمر عليها الإنسان في طريق نموه وصولاً إلى أصعب مراحل النمو (المراهقة) والتوقف قليلاً عندها للتعريف بها وبأهم خصائصها والمراحل الأساسية التي تمر بها، وأبرز أهدافها والتطرق إلى أهم المقاربات والنظريات المفسرة لها لتوضيح الرؤية وإجلاء اللبس عن الطريق التي يسلكها الفرد للوصول إلى نضج سليم وخالي من الإختلالات والشوائب.

أولاً: النمو

1. مفهوم النمو

1.1. النمو لغة

وقد جاء في لسان العرب نما، ينمي، نميا ونماء. وقالوا ينمو نموا بمعنى زادا أو كثر. أنميت الشيء ونميته جعلته ناميا.¹

وورد في معجم الطلاب نَمَى، ينمو، نموا: زاد، ارتفع، انتشر.

النمو: ازداد حجم الجسم بشكل طبيعي.

نمي، ينمي، نميا ونماء، زاد، ارتفع.²

2. النمو اصطلاحاً

يعرف النمو على أنه جميع التغيرات النوعية والكمية التي تطرأ على الإنسان منذ لحظة تكوين الزيجوت (البيضة الملقحة) حتى الموت، والناجمة من تفاعل عاملي النضج والتعلم. ويشير مفهوم النضج إلى جميع التغيرات التي تحدث بشكل متزامن في الأجهزة الجسمية والحسية والعصبية وفقاً لمخطط وراثي بيولوجي دون أن يكون للعوامل البيئية أثراً فيها. أما التعلم فيشير إلى جميع التغيرات التي تطرأ على سلوكيات الأفراد بفعل التفاعل مع البيئة، وتشمل الجوانب المعرفية والمهارات الحركية والاجتماعية والأخلاقية، وبهذا فإنه يمكن النظر إلى النمو على أنها حصيلة تفاعل عامل النضج مع الخبرة والتعلم.

النمو = النضج x التعلم (التدريب والممارسة).³

وهناك مفاهيم للنمو من عدة جوانب تتمثل في:

➤ النمو من منظور سيكولوجي

يشير مصطلح النمو بمعناه السيكولوجي العام إلى تغيرات معينة تحدث في الإنسان أو (الحيوان) بين الحمل والوفاة ولا ينطبق المصطلح على جميع التغيرات، وإنما على تلك التي تظهر بطرق مرتبة وتضلل مدة زمنية معقولة، فالتغيرات الوقتية التي يسببها المرض العارض مثلاً لا تعد جزءاً من النمو، كما أن علماء النفس التربوي يستندون إلى أحكام قيمة في تحديد أي التغيرات يصلح لأن يكون نمواً.

¹ محمد بن مكرم ابن منظور: لسان العرب، المجلد 13، دار صادر، بيروت، ص 215.

² يوسف شكري فرحات، إميل بديع يعقوب: معجم الطلاب، دار الكتب العلمية، بيروت، 2001، ص 607.

³ عماد عبد الرحمان الزغول: ميادئ علم النفس التربوي، ط6، دار الميسرة، عمان، 2015، ص 82.

والتغيرات التي تحدث على الأقل في الحياة الباكرة يفترض بعامة أن تكون أفضل وينتج عنها سلوك أكثر تكيفا، وتنظيما، وفاعلية وتعقدا.¹

➤ النمو من منظور بيولوجي

النمو اصطلاح بيولوجي يختص بالزيادة الجسمية الملحوظة في حجم أو تركيب الكائن الحي في فترة من الزمن.

➤ النمو من منظور سلوكي

أما في العلوم السلوكية فإن كلمة نمو تعني التغيرات المستمرة في الوظائف التكيفية المرتبطة بالزمن. وبعض الباحثين يستخدم كلمة النضج للدلالة على النمو العضوي، في حين أن كلمة النمو تتعلق بالنمو الاجتماعي والنفسي، والنمو بهذا المعنى يدل على تكامل التغيرات البنائية والوظيفية والسلوكية التي تكون الشخصية الفردية.²

II. مبادئ النمو

إن دراسة مبادئ النمو مهمة بالنسبة للآباء والمربين حتى يسهل عليهم التعامل مع الاتجاه الطبيعي للنمو بدلا من العمل في اتجاه مضاد له، كما تفيد دراسة هذه المبادئ في عملية التربية وتوجيه السلوك والتنبؤ به، كما تفيد في العلاج والإرشاد النفسي. ويخضع النمو لعدة مبادئ أساسية منها:

1. النمو يسير في مراحل

إن عملية النمو هي عملية متصلة لأن حياة الفرد تكون وحدة واحدة، إلا أن هذا النمو يمكن أن يقسم إلى مراحل يتميز كل منها بخصائص وسمات واضحة، وحيث أن هذه المراحل متداخلة فإنه من الصعب تحديد بداية ونهاية كل مرحلة، ولكن الفروق بين المراحل المتتالية تكون واضحة إذا قارنا بين منتصف كل مرحلة والمرحلة السابقة والمرحلة اللاحقة، وعموما فإن كل مرحلة من مراحل النمو لها خصائصها الخاصة فلا يمكن أن نتعامل مع الطفل على أنه رجل صغير كما لا يمكن التعامل مع الرجل على أنه طفل كبير فكل سيكولوجيته الخاصة التي تميزه عن الآخر.

¹ أنيتا وولفولك: ترجمة صلاح الدين محمود علام، علم النفس التربوي، ط1، دار الفكر، عمان، 2010، ص107.

² سامي محمد ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الانسان، ط3، دار الفكر، عمان، 2014، ص 52.

2. سرعة النمو ليست مطردة

إن معدل النمو في المرحلة السنوية الواحدة يختلف من صغير لآخر، وهذا يعني أن بعض الناشئين ينمون مبكرين عن أقرانهم وآخرين يكونون متأخرين عنهم، كما أن الاختلاف بين الصغار لا يكون فقط في معدل النمو ولكن يكون أيضا في اختلاف تناسب هذا النمو بينهم وبين بعضهم البعض والذي يمكن أن يؤثر في القدرة على الأداء.¹

3. ذو اتجاه خاص

يأخذ النمو اتجاه خاص به فهو يسير من العام إلى الخاص ومن المركز إلى الأطراف ومن الحركات العشوائية العامة إلى الأهداف الهادفة، فنمو الرأس يتم قبل الأطراف، حيث يستطيع الطفل التحكم في الرأس قبل الأطراف، كما أن حركات الطفل تكون في البداية عامة وعشوائية وتتجه لتكون أكثر تركيزا وأكثر تخصصا، ونلاحظ أيضا أن الأطفال يكونون أكثر ميلا للتعميم في المراحل المبكرة، ثم تأخذ استجاباتهم بالتمايز ويصبحون قادرين على التمييز بين الأشياء والاستجابة لها بطرق مختلفة، وعلى المستوى الاجتماعي يتجه نمو الأطفال من حالة التمرکز حول الذات إلى توسيع الأطر الاجتماعية.²

4. النمو عملية معقدة وجميع مظاهره متداخلة

إن نمو الإنسان عام ومعقد والمظاهر الجزئية فيه متداخلة ومرتبطة فلا يمكن فهم أي مظهر من مظاهر النمو إلا عن طريق دراسته في علاقاته مع المظاهر الأخرى، فالنمو الانفعالي مثلا يرتبط ارتباطا وثيقا بالنمو العقلي والجسمي والاجتماعي فإذا تساوت الظروف الأخرى فإن الطفل الذي يتجاوز نموه الانفعالي المتوسط العام يميل إلى أن يكون كذلك من حيث النمو الجسمي والعقلي والاجتماعي وعلى ذلك فإننا يجب أن ننظر إلى الفرد على أنه جزء لا يتجزأ وأن الفصل في مظاهر نموه لا يتم إلا لأغراض الدراسة.³

5. يشتمل النمو على جانبين رئيسيين

ويتضمن الجانب الكمي والنوعي أو الوظيفي

¹ مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي للجنسين، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 1996، ص 113.

² عماد عبد الرحيم الزغول: مرجع سابق، ص 87.

³ فاطمة عبد الرحيم النوايسة: أساسيات علم النفس، ط1، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، 2014، ص 124.

➤ **الجانب الكمي:** يشير إلى جميع التغيرات الكمية التي تطرأ على الفرد، وتتمثل في الطول والحجم والوزن والعدد؛ فمن خلال عملية النمو يزداد طول الجسم ووزنه وحجمه لدى الفرد، كذلك يزداد عدد أسنانه ومفرداته اللغوية وخبراته المعرفية وعلاقاته الاجتماعية.

➤ **الجانب الوظيفي:** يشير إلى تغير في وظائف الأعضاء الجسمية مثل تعدد استخدامات اليد أو تغير وظائف الأعضاء الجنسية إضافة إلى تغير في استخدام الخبرات المعرفية والاجتماعية وأساليب وأنماط الإدراك والتفكير.

فعلى سبيل المثال يصبح الفرد قادراً على إدراك المعاني المتعددة للمفردة الواحدة ويستخدمها في أكثر من سياق ويصبح أيضاً قادراً على التفكير في الشيء بأكثر من طريقة، كما أن نظرتة للعالم وتفسيره للقيم ونوعية العلاقات الاجتماعية تتغير من مرحلة إلى مرحلة أخرى مع عملية النمو.¹

6. الكلية

ينمو الكائن الحي نمواً كلياً، إذ لا ينمو جزء من أجزاء الجسم ثم لا يعقبه جزء آخر، ومن ناحية أخرى لا يبدأ النمو الجسمي ثم يعقبه النمو الحركي ثم يليه النمو العقلي، بل يحدث النمو بطريقة كلية أي يحدث النمو في معظم المظاهر النفسية ككل في آن واحد.

7. الاستمرارية

النمو وحدة متصلة، أي أن كل مرحلة من مراحل النمو تعتبر ممهدة للمرحلة التي تليها وعنصراً حيوياً لها، ولا توجد حدود فاصلة بين مرحلة معينة من النمو والمرحلة التي تليها، إذ تتداخل المراحل، وما التقسيم إلى مراحل إلا عملية يقصد بها سهولة الدراسة.²

III. مظاهر وجوانب النمو المختلفة

ويتضمن النمو مظاهر عديدة ومختلفة منها النمو الجسمي، الفسيولوجي، الحركي، الحسي، العقلي، اللغوي، الانفعالي، الاجتماعي، الجنسي، وبذلك يتضمن النمو العديد من الجوانب لشخصية الفرد، وقد اختلف العلماء والباحثين في تصنيف هذه المظاهر، وسنحاول من خلال الجدول التالي توضيح مظاهر النمو المختلفة وجوانب النمو العديدة التي تشملها هاته المظاهر والتي نرى أن دراستها ذات أهمية للمربين والآباء ولمصممي ومنفذي برامج التربية البدنية والرياضية.

¹ عماد عبد الرحيم الزغول: مرجع سابق، ص 87.

² محمد حسن علاوي: **سيكولوجية النمو للمربي الرياضي**، ط1، مركز الكتاب للنشر، مصر الجديدة، 1998، ص ص 17، 18.

الجدول رقم (02): يوضح مظاهر وجوانب النمو المختلفة¹

مظاهر النمو	جوانب النمو
النمو الجسمي	النمو الهيكلي - نمو الطول والوزن - التغيرات في أنسجة وأعضاء الجسم - صفات الجسم الخاصة بنسب الجسم - القدرات الخاصة - العجز الجسمي الخاص .
النمو الفسيولوجي	نمو وظائف أعضاء أجهزة الجسم المختلفة مثل نمو الجهاز العصبي وضربات القلب وضغط الدم والتنفس والهضم والإخراج النوم - التغذية - الغدد الصماء التي تؤثر إفرازاتها في النمو .
النمو الحركي	نمو حركة الجسم وانتقاله - المهارات الحركية - الطلاقة الحركية
النمو الحسي	نمو الحواس المختلفة
النمو العقلي	نمو الوظائف العقلية مثل الذكاء العام والقدرات العقلية المختلفة العمليات العقلية العليا كالإدراك والتذكر والانتباه والتخيل والتفكير والتحصي .
النمو الانفعالي	نمو الانفعالات المختلفة وتطور ظهورها .
النمو الاجتماعي	نمو عملية التنشئة والتطبيع الاجتماعي، المعايير الاجتماعية - القيم والاتجاهات الاجتماعية - التفاعل الاجتماعي - القيادة التبعية .

أما (أسامة راتب) فحددها بمظهرين رئيسيين هما:²

➤ النمو التكويني

وهو نمو الطفل في البناء والشكل الجسماني ومن حيث الوزن والطول والعرض والمحيطات، فالطفل ينمو ككل في مظهره الخارجي العام وينمو داخليا تبعا لنمو أعضائه المختلفة.

➤ النمو الوظيفي

هو نمو الوظائف الجسمية والعقلية والاجتماعية لتساير تطور حياة الطفل واتساع نطاق بيئته.

¹ محمد الحماحمي، أمين الخولي: مرجع سابق، ص 55، 56.

² أسامة كامل راتب: النمو الحركي مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999، ص 27.

الشكل رقم (02): يوضح مظاهر النمو

الجانب الوظيفي	الجانب التكويني
نمو الوظائف التي يستطيع أن يقوم بها الطفل، عقلية مثل: التذكر والإدراك والتفكير أو اللعب والجري	الطول، العرض، المحيط، الوزن، الشكل، الأعضاء الداخلية والخارجية كالعضلات وأجهزة المعدة

المصدر: محمود داود الربيعي، سعيد صالح حمد أمين: طرائق تدريس التربية الرياضية وأساليبها، ط1، دار الكتب العلمية، لبنان، 2011، ص 284.

1. أهمية دراسة مظاهر النمو في مجال التربية البدنية والرياضية

- وقد أدت بحوث وتجارب علم النفس والتربية إلى نتائج هامة عن أهمية دراسة خصائص مراحل النمو في بناء المناهج الدراسية، فهذه الدراسات تفيد مجال التربية البدنية والرياضية في:¹
- مراعاة أن تتغير درجة صعوبة المهارات الحركية مع مستوى نضج التلاميذ حتى يمكن للعملية التعليمية أن تحقق النجاح المرجو منها.
 - مراعاة استعدادات وقدرات التلاميذ والعمل على تنميتها.
 - مراعاة تحدي المهارات لقدرات التلاميذ، دون إنهاك القوى المتعلمة ذلك يحفزهم لإثبات ذاته وبالتالي يحاول اكتساب مهارات لتحقيق نجاح يزهو به.
 - إشباع حاجات التلاميذ مع مراعاة أن لا يتعارض ذلك مع حاجات المجتمع.
 - ربط الخبرات بحاجات التلاميذ وذلك حتى تكون الخبرات التي يمرون بها مناسبة له وتفيدهم في الواقع.
 - مراعاة تنويع النشاط حتى يجد التلاميذ الفرصة لإشباع ميولهم.
 - الكشف عن الميول واحتياجاتهم وتنمية الميول المرغوب فيها.
 - الاهتمام بالفروق بين الممارسين، فإنه من الصعب وجود تشابه كامل بين شخصين فلكل منا له شخصيته التي تختلف عن الآخر.

¹ محمد محمد الشحات: مرجع سابق، ص 58.

- تفهم دوافع التلاميذ والعمل على استثارة دوافعهم للتعلم والنشاط.
- اختيار أنواع النشاط المناسبة للمرحلة السنية للتلاميذ.
- اختيار طرق التدريس والإشراف المناسب للمرحلة السنية للتلاميذ.
- اختيار الوسائل التعليمية المناسبة لنضج التلاميذ.
- اختيار وسائل التقويم التي تتماشى مع خصائص نمو التلاميذ.

2. العوامل المؤثرة في النمو

يتأثر في مظاهره المختلفة بالعديد من العوامل وسنحاول إيجازها فيما يلي:

أ. الوراثة

يظهر أثر العوامل الوراثية في النمو من خلال الخصائص الجسمية والعقلية والنفسية وكذلك النمو الاجتماعي فيكون أثرها على النحو التالي:

- **وراثة الخصائص الجسدية:** تختلف صفات الفرد اختلافاً بينا في مدى تأثرها بتلك العوامل المختلفة فالصفات التي لا تكاد تتأثر بالبيئة تسعى بالصفات الوراثية الأصلية أهمها لون العين نوع الشعر صبغا كان أو جعدا، نوع الدم ، هيئة الوجه ومعالمه وشكل الجسم.¹
- **وراثة الخصائص الفسيولوجية:** تلعب الوراثة دورا هاما في تقرير الخصائص الفسيولوجية كمعدل ضغط الدم ومعدل النبض وغيرها الكثير تحدها الوراثة إلى حد كبير.
- **وراثة الخصائص العقلية:** تلعب الوراثة الدور الكبير في تحديد القدرات العقلية للفرد، كمظاهر النمو العقلي المتمثلة في الذكاء والتذكر والتخيل والتفكير والقدرات الإبداعية.
- **وراثة الأمراض الجسمية والنفسية والعقلية:** لقد أشار العلماء إلى أنه يوجد هناك أمراض تنتقل عن طريق الوراثة مثل (السكري، ضغط الدم، عمى الألوان) كما أكدوا أن بعض الأمراض النفسية تتأثر بالوراثة فالقلق النفسي ينتشر في التوائم المتطابقة وكذلك الاكتئاب الذهني، والصرع وغيرها من الاضطرابات النفسية.
- **وراثة النوع الاجتماعي:** (ذكر أو أنثى)

¹ عبد الفتاح دويرار: **سيكولوجية النمو والارتقاء**، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، 1993، ص 45.

➤ وراثه سمات الشخصية والنمو الاجتماعي والانفعالي: حيث تلعب الوراثة دورا غير مباشر في النمو الانفعالي والاجتماعي للفرد وفي تحديد بعض سمات شخصيته.¹

ب. البيئة

عبارة عن ناتج كلي لجميع المؤشرات التي تؤثر في الفرد من بداية الحمل إلى الوفاة، فالإنسان ابن بيئته فهي التي ربتة ورعتة كما وجهت أفكاره وغيرت من ألوانه وأشكاله ونشاطاته، الأمر الذي يقتضي أن نركز ونشدد على تأثير البيئة القوي، لأن الفرد يولد وهو مزود بقدرات ومهارات وإمكانات واستعدادات لا بد من صقله وبلورتها واستغلالها عن طريق العوامل البيئية المختلفة المحيطة بها.²

كما يعرفها البعض الآخر بأنها كل ما ينتجه المجتمع من نواحي مادية كتعبير عن قدرة الإنسان على التحكم في الطبيعة، وكذلك كل النظم والمؤسسات الإنسانية التي تخدم تطوير وتنمية مختلف قدرات ومهارات الفرد البدنية والعقلية والاجتماعية وغيرها.

والثقافة من صنع الجماعة كما أنها الميراث الاجتماعي الذي يولد الفرد وينشأ فيه ويتعلمه، والتنشئة الاجتماعية تبعا لذلك تشكل الفرد عن طريق ثقافته حتى يتمكن من الحياة في هذه الثقافة.³

ج. تأثير الوراثة والبيئة معا في عملية النمو

ولقد أدت دراسة أثر البيئة والوراثة في النمو إلى جدل كبير بين العلماء استمر وقتا طويلا، ولقد بدأ هذا الجدل بإيمان بعض العلماء بأن الوراثة هي العامل الحاسم في تكوين الشخصية وتطويرها، بينما آمن البعض الآخر بأهمية وأثر البيئة في ذلك، ولقد كان لكل فريق حججه وإثباتاته ومع ذلك لم يتمكن أي من الفريقين تجاهل أثر العامل الآخر، وعلى ذلك أصبح من المؤكد تأثير العاملين البيئة والوراثة في عملية النمو وتكوين الشخصية وبالتالي في نوع السلوك.⁴

تتفاعل العوامل الوراثية المختلفة مع عوامل البيئة عضوية كانت أو غذائية، أو نفسية، أم عقلية اجتماعية أم غير ذلك من الألوان المختلفة للبيئة، في تحديد صفات الفرد وفي تباين نموه ومسالك حياته ومستويات نضجه ومدى تكيفه وشدوذه....، والصفات التي ترجع في جوهرها إلى الوراثة وتتأثر في البيئة تأثيرا يتفاوت في مداه بين الضعف والشدة، تسمى صفات وراثية بيئية أو استعدادات فطرية تعتمد على

¹ فاطمة عبد الرحيم النوايسة: مرجع سابق، ص 129.

² مروان عبد المجيد إبراهيم: مرجع سابق، ص 243.

³ محمد حسن علاوي: مرجع سابق، ص 21 .

⁴ أحمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2008، ص ص 44، 45.

البيئة في نضجها وتتأثر بها في قصورها وعجزها عن بلوغ هذا النضج، ولعل أهم هذه الصفات هو لون البشرة وذلك لتفاوت تأثير أشعة الشمس في هذا اللون، والذكاء والمواهب العقلية المختلفة، وسمات الشخصية، والتحصيل المدرسي.¹

كما أن هناك عدة عوامل أخرى تؤثر على عملية النمو الإنساني نوجزها فيما يلي:²

➤ **الغذاء:** هو أصل تكوين ومصدر طاقة وبناء الجسم وخاصة نمو الخلايا الجديدة.

➤ **النضج:** هو عملية داخلية فلسفية تشريحية دون إرادة الإنسان يظهر من الناحية الخارجة كالطول والوزن وبعض الصفات الأخرى.

➤ **التعلم:** وهو نشاط يقوم به الفرد من أجل بنائه العقلي ويعد نتيجة الخبرة والمران.

IV. النظريات المفسرة للنمو

نظر للتعقيدات الكبيرة والعمليات والمؤثرات التي تتطوي عليها عملية النمو والتطور الإنساني، فقد اختلفت الآراء والأطر المرجعية لدراستها فنتج عن ذلك ظهور العديد من النظريات التي حاولت دراسة النمو الإنساني فبعضها ذات أصول نفسية، في حين كان البعض الآخر ذا أصول اجتماعية أو بيولوجية أو ثقافية، وعلى أي حال سوف نحاول من خلال هذا العنصر إلقاء الضوء على بعض من أهم هذه النظريات المفسرة لعملية النمو، وقد اخترنا أكثرها شمولية وفائدة في تفسير هذه الظاهرة المعقدة المعروفة باسم النمو الإنساني، سيتم التطرق إلى النظريات حسب الجوانب المختلفة للنمو "العضوي، الجسمي، النفسي، الاجتماعي، المعرفي".

1. نظرية ميكانيزمات النضج العضوي (أرنولد جيزل 1961-1880 م)

كان جيزل من بين الأوائل الذين حققوا انجازا في الدراسة الكمية للنمو الإنساني من الميلاد إلى المراهقة، مركزا بحثه على الدراسة الطولية الممتدة لعدد صغير من الأطفال واستنتج من دراساته أن النمو الجسمي والنمو العقلي لدى الرضع والأطفال المراهقين عمليتان منظمتان متطابقتان. ولقد أنتج جيزل جداول إنمائية يطلق عليها جداول جيزل النمائية التي استخدمت مع الأطفال بين عمر أربع أسابيع وستة سنوات من العمر.

¹ عبد الفتاح دويرار: مرجع سابق، ص 45. (بتصرف)

² محمود داود الربيع، سعيد صالح حمد أمين: مرجع سابق، ص 281.

تضمنت المجالات المعيارية للمواقف ابتداء من الحالة الولادية كميًا وكيفيًا، واشتملت على تأكيدات على المجالات الخاصة بالنمو الحركي، والنمو اللغوي والسلوك التكيفي، والسلوك الشخصي والاجتماعي وتم التعبير عن نتائج الاختبار بالعمر النمائي (DA) والتي تحولت بعد ذلك إلى النسبة النمائية (DQ) (Quotient Developmental) اعتمادًا إلى قسمت النمو السوي (العادي) الذي يظهر في أي عمر ويتم الحصول على نسب نمائية واسعة من كل الوظائف التي بني عليها المقياس.

إضافة على ذلك فقد تحدث جيزل عن التغيرات المنتظمة في سلوك الفرد والتي تكون مستقلة استقلالًا نسبيًا عن أي تدريب أو خبرة سابقة مما يشير إلى وجود أنماط سلوكية نتيجة عملية نمو داخلية لا علاقة لها بالتدريب أو أي عامل خارجي، ولذلك فان:¹

- نمو الجنين رهن بسلامة البيئة في رحم الأم.
- النمو يسير في مراحل متعاقبة دون أن يتأثر إلا قليلاً بالمؤثرات البيئية طالما أن البيئة توفر قدرًا كافيًا من الظروف اللازمة واستمرار النمو.
- يؤكد جيزل وأتباعه على أهمية العوامل الداخلية العضوية بالنسبة للنضج.

2. نظرية النمو الخلفي (لورنس كولبرج 1927-1987)

تعتبر من أحدث نظريات النمو الخلفي ونمو التفكير الخلفي بشكل خاص، كما أنها تعتبر أكثر النظريات ثراءً من حيث استنارتها للبحث في التفكير الخلفي، وقد طور كولبرجتصور بياجيه عن نوعي الأخلاقية وقدم تصوره الخاص من ست مراحل لنمو التفكير الخلفي يمكن تصنيفها إلى ثلاث مستويات، تبدأ من منظور التمركز حول الذات. ثم المنظور الاجتماعي وأخيراً المنظور الإنساني العالمي، كما سعى إلى تقديم استبصار أكبر بأثر القوى الاجتماعية والخبرة على النمو الخلفي.²

3. نظرية النمو الجسمي والتعلم الاجتماعي (روبرت سيرز 1908)

اهتم بنظرية التعلم واقتنع بدلالة العلاقات بين الطفل وأبويه في الطفولة المبكرة وركز على المظاهر السلوكية الواضحة في النمو والتي يمكن قياسها، وهو يرى أن الشخصية يمكن قياسها من خلال السلوك ومن خلال التفاعل الاجتماعي، وهو ينظر إلى النمو باعتباره عملية مستمرة أو أنه سلسلة متصلة من

¹ سامي محمد ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الإنسان، مرجع سابق، ص 119، 120.

² سامي محمد ملحم: الإرشاد النفسي عبر مراحل العمر المختلفة، ط1، دار الاصدار العلمي، الأردن، 2015، ص 32.

الأحداث تضاف إلى الإكتسابات السابقة، فكل لحظة من حياة الطفل يقضيها متصل بوالديه لها بعض التأثير على سلوكه الحاضر وعلى قدراته الفعلية في المستقبل.

ويرى سيرز أن الطفل الوليد له احتياجات بيولوجية متعددة تؤدي الدوافع الأولية كالجوع والعطش والنوم والحاجة للنشاط والتخلص من الفضلات والمحافظة على درجة الحرارة الأنسب، وكلها ترتبط فيما بينها مع الدوافع الأولية وهذه الدوافع تكون عقدة وتحفز على التعلم الاجتماعي.¹

4. نظرية التحليل النفسي (سيقموند فرويد)

جاءت هذه النظرية محصلة لأعمال فرويد الطبية والنفسية والعقلية، ويرتكز اهتمام فرويد على الدوافع الجنسية، خاصة على نزعة " اللبيدو " وهي الطاقة الأساسية الغريزية والمسماة بالرغبة الجنسية، وعملية النمو حسب هذه النظرية تتم خلال تفاعل ديناميكي بين الحاجات والدوافع الفطرية عند الفرد متمثلة بالجنس والعدوان والحياة من ناحية وبين النواحي الاجتماعية من ناحية أخرى، حيث يرى فرويد أن الشخصية الإنسانية تتكون من ثلاث قوى أساسية، وأن تفاعل هذه القوى الثلاثة تشكل تلك الشخصية في مجملها القوى المكونة للشخصية حسب نظرية فرويد، وهاته القوى هي:²

- أ. **الهو Id**: هو مصدر الطاقة الغريزية، وطبيعتها لا شعورية ويسيطر عليه مبدأ اللذة.
- ب. **الأنا Ego**: وهو نتاج جميع الوظائف العقلية المطابقة للواقع الذي يعيش فيه الفرد في المجتمع وينمو من خلال اكتساب عادات وتقاليده المجتمع وتفاعلها مع التربية السائدة والدين.
- ج. **الأنا الأعلى super Ego**: ويمثل الضمير، وحسب النظرية فإن الضمير يرى النور في المراحل المتأخرة من الطفولة وذلك لتأخر تشكل القوى التي يتكون منها الضمير كما أن الأنا الأعلى هنا يتكون من امتزاج الضمير والذات المثالية.

5. نظرية النمو النفسي والاجتماعي (ايركسون 1902-1994)

قدم إيركسون في كتابه الطفولة والمجتمع سنة 1963 م إطارا أساسيا لفهم حاجات الشباب بالنسبة للمجتمع الذي يكبرون فيه، ويتعلمون، ثم يسهمون فيه بعد ذلك. ووسعت كتبه في موضوعات الشباب والأزمة سنة 1968 م، الهوية ودورة الحياة سنة 1980 م، هذه الفكرة وأكدت النظرية النفسية الاجتماعية

¹ سامي محمد ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الإنسان، مرجع سابق، ص 122.

² فاطمة عبد الرحيم النوايسية: مرجع سابق، ص 142.

لإيركسون عن ظهور الذات والبحث عن الهوية وعلاقات الفرد مع الآخرين ودور الثقافة عبر الحياة، وربما تكون تجاربه في التنقل والعيش في دول مختلفة كثيراً، وثقافات علمته أهمية الدور المركزي للثقافة، والمجتمع في نمو الإنسان.¹

وقد أكدت نظرية إيركسون إنبثاق الذات، والبحث عن الهوية، وعلاقة الفرد بالآخرين، ودورة الثقافة وقد نظر إيركسون - مثل بياجيه - إلى النمو على أنه المرور من خلال سلسلات من المراحل، لكل منها أغراضها، اهتماماتها، وإنجازاتها، ومخاطرها، والمراحل مترابطة: فالإنجازات في المراحل المتقدمة تعتمد على الكيفية التي تحل بها التعارضات في الأعوام السابقة عليها.²

وسننظر باختصار إلى المراحل الثمانية في نظرية إيركسون، حيث يقدم الجدول التالي توضيحات على المراحل بشكل مختصر³

الجدول رقم (03): يوضح مراحل النمو النفسي والاجتماعي لإيركسون

العمر	الأزمة الاجتماعية النفسية	مصادر الهامة للصراع النفسي والاجتماعي
0 - عام واحد	الثقة في مقابل عدم الثقة	الأم
2 - 3 عام	الاستقلال في مقابل الخجل والشك	كلا الوالدين
3 - 6 أعوام	المبادأة في مقابل الشعور بالذنب	أعضاء الأسرة
7 - 12 عام	المثابرة في مقابل الإحساس بالنقص	الجيران والمدرسة
12 - 18 عام	الهوية في مقابل اضطراب أو غموض الدور	جماعة الأقران، مجموعات أكبر بعيدة عنهم ، نماذج القيادة .
20 عام	الألفة في مقابل العزلة	التعاون مع الشريك في الصداقة والأنشطة الترويحية والإنتاج والجنس .
20 - 50 عام	الإنتاجية في مقابل الركود	المشاركة في تربية الطفل ، تقسيم العمل ، مسؤوليات الأسرة .
50 عام - فما بعدها	تكامل الهوية في مقابل اليأس	إيجاد ذات المرء داخل الإنسانية ، وضمن المدنية والحضارة وعبر الأجيال

¹ أنيتا ولفولك، نانسي بيرري: ترجمة معاوية محمود أبوغزال، فرحاتي السيد محمود: نمو الطفل المراهق، ط1، دار الفكر العربي، الأردن، 2015، ص84.

² أنيتا ولفولك: ترجمة صلاح الدين محمود علام: مرجع سابق، ص196.

³ أنيتا ولفولك، نانسي بيرري: مرجع سابق، ص 85.

6. نظرية النمو المعرفي

أشار علماء النفس أن الوليد يملك الخبرة الحسية والعمليات الإدراكية لاكتساب المعرفة لبيئته ولكن يبدو أن الحواس البصرية والسمعية واللمسية والشمية والتذوقية، تعمل بدرجات متفاوتة في الطفولة المبكرة وتزداد حدة مع تقدم السن والخبرة، ومن أجل ذلك يناقش علماء النفس كيف يقوم الطفل بتطوير هذه التكوينات أو كيف تؤثر هذه التغيرات النمائية في المعرفة والعمليات المعرفية وكيف تؤثر على الأداء في عدد من الواجبات.

ومن بين العديد من أصحاب النظريات المعرفية سوف نتحدث عن أعمال " جيرو برونر " و "هانز وأرنر " وجان بياجيه " الذين جمعت بينهم افتراضات أساسية حول اكتساب المعرفة لدى الفرد .

- يتضمن اكتساب المعرفة وجود متعلم نشط يعمل مع وجود استجابة للبيئة وتنتج المعرفة من تفاعل متطلبات البيئة مع قدرات المتعلم.
- يطرد النمو من استجابات منعكسية بدائية غالبا ما تكون مرتبطة بمثير إلى مستويات متزايدة من التمثيل والتجريد.
- يحدث النمو بطريقة مرحلية هرمية تسيطر فيها المرحلة العليا التالية على المراحل السابقة لها ولكنها في نفس الوقت تعتمد على هذه المراحل.
- للسلوك بعض السوابق البيولوجية التي لا يمكن تحقيقها دون إثارة بيئية مناسبة.¹

7. مراحل النمو

إن الدارس في عملية النمو يجد أن العلماء اختلفوا في تقسيم مراحل النمو كل حسب رأيه، وذلك لأن عملية النمو لا يحكمها معيار معين ويصعب التمييز بين بداية مرحلة ونهايتها، لأن النمو في حد ذاته يختلف بين الأشخاص، والاختلاف في الأصل ينتج لعدم وجود مقاييس معينة. لذا لا يمكننا الجزم أي التقسيمات أصدق وأدق لذا إرتبنا أن نستخدم هذا التقسيم المبسط.

¹ محمد سامي ملحم: الإرشاد النفسي عبر مراحل العمر، مرجع سابق، ص 29.

الجدول رقم (04): يوضح مراحل النمو الإنساني

المرحلة	الفترة
المرحلة الأولى	ما قبل الميلاد
المرحلة الثانية	الطفولة المبكرة وتشمل سني المهد والطفولة المبكرة
المرحلة الثالثة	الطفولة المتأخرة وتشمل الطفولة الوسطى والمتأخرة
المرحلة الرابعة	المراهقة
المرحلة الخامسة	الشباب

ومن الأمور التي يجب مراعاتها من أجل تحقيق المهمات النمائية ما يلي:¹

- من واجب الآباء الاهتمام بغذاء الطفل الذي يساعده على النمو السليم وتعويده من العادات الصحية وأصول النظافة الجسمية.
- من واجب الآباء والمعلمين تكليف الطفل باستخدام عضلاته الدقيقة في وقت غير مناسب العمر، فمثلاً لا يجوز إجبار الطفل على الكتابة بيده اليمنى إذا كان يكتب بيده اليسرى، حتى لا يؤدي ذلك إلى اضطراب نفسي عنده في المستقبل.
- ومن واجب المعلمين تنظيم ألعاب للأطفال الذين يظهرون شيئاً ومن التكاسل وثقل الحركة.
- على الآباء والمعلمين غرس الثقة في نفس الطفل وتقبل ذاته.
- من واجب الآباء والمعلمين تعليم الطفل أصول الأخذ والعطاء التي تقوم عليها الحياة الاجتماعية بين رفاق السن، وتعلم الأصدقاء والتعامل مع الأعداء.

إستنتاج:

- النمو يشير إلى أنماط التغيرات في القابليات الإنسانية التي تبدأ، منذ لحظة الإخصاب وتستمر طول الحياة.
- النمو الإنساني ظاهرة معقدة لأنها نتاج عمليات متعددة ومتفاعلة تسير وفق مبادئ محددة وله مسار مبرمج يتبعه.
- ثمة قضايا خلافية بين علماء علم النفس النمو حول مدخل " دور الحياة التقليل من هذا الاختلاف "

¹ فاطمة عبد الرحيم النوايسة: مرجع سابق، ص 127.

- يبدأ النمو منذ لحظة الإخصاب حيث يتقرر النمط الوراثي والنمط الظاهري وقابليات المشروع الإنساني (البويضة الملقحة)، وفي لحظة الميلاد يكون الوليد قادرا على أداء سلوكيات مطبوعة (أفعال منعكسة) وحركة وإشارات وصراخ ورضاعة.
- مرحلة الرضاع تشهد تطور الأفعال المنعكسة، وظهور بعض العمليات المعرفية كالتذكر والإدراك الحسي، والمعالجة الأولية للمدركات، والإرادة واتخاذ القرار، والتجربة والتأمل العقلي كما تظهر ظاهرة التعلق والثقة والطاعة، ويبيدي الطفل القدرة على التعلم السلوكي.
- مع اكتمال السنة السادسة من عمر الطفل يكون قد امتلك الكفاية اللغوية وتخلص من التفكير الخرافي والإحيائية وأمتلك التفكير الحدسي، تخلص من الحوار الذاتي وامتلك القدرة على الحوار الجمعي، وكون نظرية العقل، ووعي ذاته وإدراك مصلحته.
- تشهد بداية المراهقة طفرة النمو الجسمي طولا ووزنا وحجما وطفرة في نمو الدماغ خاصة حيث ينضج الفص الأمامي مما يجعل الطفل أقدر على إنتاج الأحكام الصائبة وضبط الدفعات العصبية والتخطيط طويل المدى وحل المشكلات.
- يمتاز النمو في الأربعين سنة التالية بالثبات والإنتاج ومع بدايات الشيخوخة يبدأ النمو بالانحدار.¹

ثانيا: المراهقة

1. مفهوم المراهقة

1. المراهقة من منظور الطب النفسي

يعرف الزين عباس عمارة المراهقة بأنها : " مرحلة زمنية من العمر تقع ما بين الثانية عشرة وحتى العشرين وتنقضي أو تزيد لعام أو عامين بين حالة وأخرى، ولا تعني أكثر من قنطرة عبور من الطفولة للرشد ولها مميزات خاصة ومشاكل خاصة، وإذا كانت الولادة تاريخ بداية الطفولة فإن المراهقة تاريخ بداية الرجولة عند الذكر أو الأنوثة عند المرأة ولها خصائص تظهر في: التغيرات العضوية والفيسيولوجية، التغيرات النفسية والانفعالية، والتغيرات الاجتماعية والفكرية ".²

¹ محمد عودة الريماوي وآخرون: علم النفس العام، ط4، دار المسيرة، عمان، 2011، ص 449.

² محمد أحمد خطاب: التحليل النفسي للعنف لدى المراهقين، ط1، المكتب العربي للمعارف، القاهرة، 2014، ص ص 31، 32.

2. المراهقة حسب دوبيس

يرى دوبيس أن المراهقة " تعتبر عادة مجموعة من التحولات الجسمية والنفسية، التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد ".¹

وبالنسبة لدوبيس فإن المراهقة، مرحلة انتقالية تحدث فيها التغيرات من جانبين أساسيين ألا وهما:¹

أ. التغيرات الجسمية:

تتمثل في النضج الفسيولوجي الذي يبلغ ذروته في هذه المرحلة، إذ يكتمل نمو الأعضاء الداخلية والخارجية، بحكم هذه التغيرات المورفولوجية التي تطرأ على المراهق، يميل هذا الأخير إلى العزلة والانطواء .

ب. التغيرات النفسية:

تتميز بتجديد النشاط الجنسي ونضجه، إلى جانب نمو القدرات العقلية كالقدرة على التفكير المنطقي والتجريد والتخيل، كما تكتنف المراهقة الأزمات والقلق والتوتر، باعتبارها مرحلة الانبثاق الوجداني وفترة التحولات النفسية العميقة، التي تؤدي بالمراهق إلى السعي في هذه المرحلة، إلى التخلص من رباط التعلق الطفل بوالديه، راجبا في التحرر وتأكيد الذات.

3. المراهقة اصطلاحا

المراهقة مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرشد، وهي مجموعة من التغيرات في نمو الفرد الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي، فهي مرحلة الانتقال التي يصبح فيها المراهق رجلا، والمراهقة مرآة.² المراهقة هي فترة ممتدة من البلوغ وتحقق النضج التناسلي الكامل، وهي دلالة على الكبر والنمو إلى تمام النضج حتى سن الرشد، حيث تشهد فترة المراهقة طفرة تتميز بالزيادة والسرعة في معدلات الطول والوزن، وتسبق البنات البنين في هذه الطفرة بسنتين، ويستمر نمو الطول لدى البنين حتى 18 سنة بينما يتوقف سن البنات في 16 سنة.³

كما تحدث في فترة المراهقة تغيرات سريعة في كافة جوانب النمو، حيث يصبح المراهق نتيجة لهذه التغيرات السريعة حساسا بشكل كبير، فهناك مواقف جديدة تحدث في حياته دون أن تكون لديه الخبرة

¹ نادية شرادي: التكيف المدرسي للطفل والمراهق على ضوء التنظيم العقلي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2006، ص 235.

² عبد المنعم الميلادي: مرجع سابق، ص 10.

³ أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مرجع سابق، ص 223.

الكافية لمواجهتها، كما أن التغيرات الجسمية تسبب له أحيانا الحرج. وفي هذه المرحلة تزداد أحلام اليقظة لديه لدرجة قد تعيق درجة التوافق النفسي والاجتماعي، ويعاني أحيانا من القلق، ومن الانحرافات المزاجية، وتنوع اهتماماته، ويزداد تفكيره بمستقبله المهني والدراسي ويتطلع بشغف للمستقبل المنشود تدفعه في ذلك أماله وطموحاته لما يريد أن يكون عليه كما هو الحال بالنسبة للكبار المحيطين به.¹

ومن خلال ما سبق نستنتج أن المراهقة عبارة عن فترة يحاول الطفل فيها كسر شرنقة الطفولة والسلطة الأبوية للوصول إلى الحياة الخارجية بحثا عن ذاته وزيادة تحرره، إضافة إلى العديد من التقلبات والاضطرابات والتغيرات السريعة في كافة جوانب النمو التي يشوبها القلق والتوتر والضغوطات والأزمات النفسية وتحديات الاندماج الاجتماعي ومحاولة فرض ذاته داخل أوصار المجتمع الذي ينتمي إليه.

II. الاهتمام بمرحلة المراهقة

تعتبر مرحلة المراهقة من أكثر المراحل اضطرابا، لما لها من أهمية في حياة الإنسان، وأن جميع المشكلات والصعوبات التي يمر بها تترك أثرا عميقا في شخصيته في المراحل اللاحقة، أن أسباب أو سبب تعرض المراهق إلى المشكلات بهذه الصورة هي أن النمو السريع يطرأ على الجسم المراهق وقدرته العقلية والنفسية وعلاقاته الاجتماعية، كما أنها مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرجولة.²

ولقد حددت الأمم المتحدة المؤسسات الدولية مجموعة من الأهداف العالمية العامة التي يتصل البعض منها بالمراهقين لا سيما في مجال السياسية والإسكان والصحة والإنجابية وإصلاح نظم التعليم وإلغاء كافة أشكال التمييز ضد المرأة وسد الهوة بين الذكور والإناث في السلوكيات الأسرية والاجتماعية والتعليم وغيرها من جوانب الحياة وتشكل هذه الأهداف أولويات بالنسبة للعاملين في مجال التنمية، ولا سيما في الدول العربية التي تعتبر من أكثر دول العالم فتوة في توزيع الفئات العمرية، حيث يشكل المراهقون الذين تتراوح أعمارهم بين سن البلوغ وسن الرشد القانوني المحدد ب 18 عام حوالي (20%) من السكان في الوطن العربي.³

كما أن المراهقين يودون ان يعاملوا كالكبار وأن يمنحوا خصوصية واستقلالية أكبر وخصوصا في المجتمعات الغربية وتبقى المعاملة الوالدية الحازمة أو المسؤولة والتأديب التقني أساليب فاعلة

¹ عبد الكريم عطا كريم: الضغوط النفسية لدى المراهقين ومفهوم ذاته، ط1، دار الحامد للنشر، عمان، 2014، ص 31.

² فؤاد إبراهيم السراج: مرجع سابق، ص 284.

³ صالح أحمد أبو جادو: علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة، ط3، دار الميسرة، الأردن، 2011، ص 406.

للمعاملة الوالدية، ويميل المراهقون الذين يجربون الدفء ودعم الاستقلال والهيكلة الأسرية، إلى أن يكونوا مسؤولين وواثقين بأنفسهم وناجحين في المدرسة"¹، لذا يجب على الوالدين أن يتعاملوا مع المراهق بطريقة حذرة وذكية وأن يكونوا ملمين بأساليب حديثة في التربية وأن يساهموا في بناء هذا الفرد الجديد في المجتمع.

واعترافاً بأهمية هذه المرحلة فقد بادرت العديد من المؤسسات الإقليمية والوطنية إلى إدراج موضوع المراهقة في صلب اهتماماتها المستجدة ومثال ذلك مشروع المسح العربي لصحة الأسرة الذي أنجزته جامعة الدول العربية وبرنامج الخليج العربي لدعم منظمات الأمم المتحدة بالتعاون مع جهات أخرى، وقد أفرد هذا المسح قسم خاص بالمراهقين وهذا دليل على الاهتمام الزائدة بمرحلة المراهقة، وتتطلب هذا الاهتمام بتنسيق الجهود البحثية والتدخلات من أجل بلورة أفضل الاستراتيجيات التي تسهم في تنمية أوضاع المراهقين وتطوير مشاركتهم الفاعلة في صنع حاضرهم ومستقبلهم.²

III. مشاكل فترة المراهقة

يعيش مراهقو هذا العصر أزمات نفسية واجتماعية ويتخذون مواقف رافضة لكل مجالات الكبار، كما يعيش المربون من آباء وأساتذة ودعاة، حيرة تجاه أزمة المراهقين ويرغبون رغبة عميقة في فهم ومعالجة هذه الاضطرابات والمشاكل والكيفيات المناسبة لحلها والطرق المثلى من أجل التخفيف من هاته الأزمات والمشاكل، وقبل التعرف على هاته المشكلات يجب التطرق إلى العوامل والظروف التي تؤدي إلى ظهور هاته المشاكل.

1. العوامل المؤدية لظهور المشكلات في المراهقة

هناك العديد من الأسباب والعوامل التي تجعل من المراهق يواجه العديد من المشكلات وتجعل هذه المرحلة بالنسبة له مرحلة حرجة، ومن بين هذه الأسباب والعوامل مايلي:³

أ. عدم الاستغلال الاقتصادي

يلاحظ على الفرد في مرحلة المراهقة اعتماده على والديه وغيرهم من الكبار خاصة ما يتعلق منه بالجوانب المالية، ولم يحصل بعد على الاستغلال الاقتصادي الذي يساعده في حل كثيرا من مشكلاته.

¹ أنيتا ولفولك، نانسي بيبي: مرجع سابق، ص 915.

² صالح أحمد أبو جادو: مرجع سابق، ص 407.

³ سامي محمد ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الإنسان، مرجع سابق، ص 399.

ب. الصراعات الداخلية

وهي تلك الصراعات التي تطرأ من انتقال المراهق من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة وبالرغم من محاولات المراهق المستمرة في تحقيق استقلاليتة وتحمل المسؤولية إلا انه يبقى محتاجا إلى مساعدة الآخرين له، ويستمر في طلب المساعدة من أجل تحقيق أمنه وطمأنينته.

ج. الضغوط الاجتماعية

المراهق في هذه الفترة عليه أن يفكر لنفسه، ويختار ويحقق لذاته، ضمن سلوكيات الجماعة ومعاييرها، والمراهق في هذه المرحلة يسعى إلى تحقيق ميوله وإشباع حاجاته ضمن هذه المعايير.

د. الاختيارات والقرارات

على المراهق أن يتخذ القرارات الحيوية التي تحدد مستقبل حياته خاصة القرارات التي ترتبط بتعليمه، أو اختيار مهنته، أو ما يتعلق بالزواج وتكوين الأسرة أو ممارسة بعض الهويات وتكوين صداقاته... الخ.

هـ. عدم الوضوح

فالغموض الذي يكتنف الكبار من آباء والمربين حول عدد من المفاهيم التي يسعى المراهق لتحقيقها في مثل هذه المرحلة مثل السلطة والحرية والطاعة والديمقراطية وغيرها، وعدم قدرة هؤلاء الكبار إيصالها إلى أبنائهم مما يحدث تشويشا واختلافا واضحا في وجهات نظر الطرفين (الكبار وأبنائهم).

2. أهمية دراسة مشكلات التلاميذ في مرحلة المراهقة

إن الاهتمام بمشكلات التلاميذ خاصة في فترة المراهقة أمر حتمي للأسباب الآتية:¹

- عادة ما يواجه التلاميذ مشكلات من السهل حلها، ولكن إذا تركت هذه المشكلات فترة طويلة دون التصدي لها فإنها قد تؤدي إلى انحراف بعض التلاميذ ومما لا شك فيه أن الانحراف له آثار مدمرة ليس فقط على دراسة التلميذ وإنما أيضا على مستقبله.
- إن التلميذ الذي يعاني من بعض المشكلات من الصعب عليه أن يتابع الدراسة بانتظام وتقل درجة تركيز انتباهه أثناء شرح المدرس وعند استذكار دروسه.

¹ حلمي أحمد الوكيل، محمد أمين المفتي: مرجع سابق، ص ص 56، 57.

- مساهمة المدرسة في حل مشكلات التلاميذ تجعلهم يشعرون باهتمامها بهم ورعايتها لهم ولذلك أثر كبير في حب التلاميذ لمدرسته وزيادة تكيفهم مع حياتهم الدراسية وإقبالهم على الدراسة بجهد متواصل وحماس مستمر .
- ثبت علمياً أن التدريب على حل المشكلات العامة يساهم مساهمة فعالة في تنمية مهارة التفكير العلمي، ومتى اكتسب التلاميذ هذه المهارة وبعد تخرجهم وتحملهم المسؤولية الاجتماعية فإنهم بدورهم يستغلون هذه المهارة في حل مشكلات البيئة والمجتمع، نستخلص من ذلك أنه:
 - في بداية الأمر تنمو قدرة التلميذ على التفكير العلمي عن طريق حل المشكلات.
 - في نهاية الأمر يساهم المواطنون في حل مشكلات بيئتهم ومجتمعهم بالأسلوب العلمي الذي اكتسبوه أثناء فترة الدراسة.
- إن الأنشطة التي يقوم بها التلاميذ من أجل إشباع حاجاتهم وحل مشكلاتهم تعمل على تحقيق أهداف تربوية ذات أهمية بالغة للفرد والمجتمع وهي تتمثل في تنمية القدرة على العمل الجماعي والتعاوني .
- تنمية القدرة على التخطيط.
- حرية التعبير والنقد.
- احترام رأي الآخرين.

3. مشكلات المراهقة واضطراباتها

كثيرة هي المشكلات التي يواجهها المراهقون في هذه المرحلة ولا يمكن بطبيعة الحال أن نحصي أو نتطرق إلى كل هذه المشكلات نظراً لكثرتها واتساع مدى تأثيرها وتباينها بشكل كبير من ثقافة إلى أخرى، وسنذكر أهم المشكلات فيما يلي:

أ. مشكلات صحية

ونعني بها تلك المشكلات التي تتعلق بالحالة الصحية للمراهق والاضطرابات التي قد يتعرض لها، ومدى تقبله للتغيرات الجسمية والتي تحدث له في هذه المرحلة، وتشير الدراسات إلى أن المشكلات الصحية والجسمية تحتل مركزاً هاماً من بين المشكلات التي يتعرض لها المراهق والتي تتمثل في:¹

- التعب الشديد.

¹ محمد سامي ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الإنسان، مرجع سابق، ص 400.

- الصداع الشديد.
- العيوب الجسمية مثل حب الشباب وتظهر المشكلات كاهتمام المراهق بجسده وصورة جسمه، وأن رد فعل المراهق إزاء هذه العيوب تتمثل في التوتر والقلق واضطراب العلاقات بينه وبين أقرانه.
- الاهتمام الشديد بتقوية الجسم وقيام الألعاب الرياضية والتي تحقق له ذلك، فرغبة المراهق في بناء جسمه وتقويته تصبح في هذه المرحلة مصدر اهتمامه.
- عدم فهم المراهق للتغيرات الجسمية والفسولوجية التي تحدث له في المراهقة، وأن الجهل ببعض التغيرات الجسمية والفسولوجية وعدم معرفته وفهمه لها تسبب قلقا وتوتر لديه.

ب. المشكلات الغذائية

تظهر في هذه المرحلة التي لها علاقة بالغذاء والتغذية إما كأثار ناتجة عن التغذية أو كعامل يؤثر على الوضع الغذائي للشباب أو الشابة في هذه الفترة من العمر ومن بين أبرز المشاكل في هذه الفترة:

السمنة:

إن ظهور السمنة في هذه الفترة يكون أقل حدوثا منها في فترة سن المدرسة، فكثير من المراهقين يمتازون بالسمنة منذ طفولتهم، أما المراهقون الذي يزيد وزنهم عن الطبيعي فهم غالبا غير نشطين ولا يمارسون أي نوع من النشاط وفي الحقيقة هناك اعتقاد بأن السبب في السمنة في مرحلة المراهقة هو قلة استهلاك الطاقة وليس زيادة تناول السعرات الحرارية وأن السمنة في هذه الفترة غالبا ما تؤدي إلى عدد من المشاكل النفسية والاجتماعية، فقد تؤدي إلى الإحساس بالإحباط وعدم الثقة بالنفس وعدم الاقتناع بالمظهر الشخصي، وهناك اعتقاد بأن بعض الفتيات البدنية يشعرن أن مظهرهن البدين له تأثير على الطريقة التي يعاملهن بها الناس والمراهقون في بعض الأحيان ذوي إحساس مرهف بالنسبة لمظهرهم فيؤدي هذا إلى انسحابهم من بعض المناسبات والنشاطات الاجتماعية.¹

ج. المشكلات الاجتماعية للمراهق

يقف المراهق أيضا موقف الثورة والنقد للمجتمع بنظمه وتقاليده وعاداته وقيمه الأخلاقية والدينية، فالمراهق يبحث عن نواحي النقص والعيوب السائدة في المجتمع ويحاول أن ينقدها، أما في مذكراته الخاصة أو صفحات مجلاته المدرسية أو يجاهر بذلك عندما تتاح له فرصة المناقشة. فدعوة المراهق

¹ محمد نجاتي الغزالي، تغذية الاطفال والمراهقين والمسنين، ط1، عالم الكتب، القاهرة، 2015، ص ص 131-133.

ونقد المجتمع ومطالبته بإصلاحه وعلاجه تأتي نتيجة رغبته تأكيداً لرجولته وأحقيته للانضمام لمجتمع الرجال ورغبته أيضاً في تقديم الخدمة للمجتمع الذي يعيش فيه.

كذلك قد يكون سبب نقد المراهق للمجتمع عندما تقابله معارضة من البيئة تتعلق بأمانيه وطموحه. وعندما لا يتوفر له تحقيق مطامحه في رحلة بعيدة إلى الخارج أو عدم تمكنه من الحصول على مطالب مالية، فتثور تآثرته ويحنق على المجتمع بأسره باعتباره مسؤولاً عما يكابده من حرمان.¹

د. المشكلات الأسرية للمراهق

مثل عدم تعاون أولياء الأمور مع إدارة المدرسة في تذليل العقبات والمشكلات التي تقابل سيرة تعليم أبنائهم، وسوء معاملة الوالدين للمراهق كالقسوة أو حب السيطرة أو التدليل، وقد تنبثق من المشكلات المتعلقة بالأسرة مشكلات اقتصادية ترجع لسوء الحالة الاقتصادية وعجز الموارد المالية مما يتسبب عنه الكثير من المشكلات التي يعاني منه تلميذ المرحلة الثانوية.

هـ. المشكلات التي تتعلق بالسلطة المدرسية

من أمثلتها مايلي:²

- التأخر الدراسي.
- الهرب من المدرسة والحصص.
- عدم منح تلميذ المرحلة الثانوية حرية الاختيار الأكاديمي لمسايرة ميوله وقدراته لتحقيق أعلى قدر من التحصيل العلمي والمهني ولعل من أهم الأسباب التي تنتج عنها المشكلات المدرسية بالإضافة إلى تعنت المدرسة وعدم فهمها لطبيعة مرحلة المراهقة مايلي :
- إن المدرسين لا يراعون شعور التلاميذ أثناء تدريسهم المواد الدراسية بحيث لا يراعون خصائص التلاميذ في هذه المرحلة ولا يدركون ميولهم ولا يعملون على مساعدتهم باكتشاف مشكلاتهم ومن ثم التغلب عليها.
- أن التلاميذ يشعرون بعدم كفاءة الكثير من المدرسين الأكاديمية والتربوية.
- أن المدرسين لا يعطون علامات عادلة للتلاميذ.
- انعدام الثقة والتعاون بين المدرسين وتلاميذ المرحلة الثانوية مما يخلق جواً من عدم التوافق والتكيف المدرسي.

¹ عبد الفتاح دويرار: مرجع سابق، ص 275.

² عبد اللطيف حسين فرج: التعليم الثانوي رؤية جديدة، ط1، دار الحامد، عمان، 2008، ص ص 51، 52.

➤ الخوف من الامتحانات الغير مقننة والتي لا تكشف عن المستوى الحقيقي للتلاميذ.

و. المشكلات النفسية للمراهق

تؤثر الصحة النفسية إلى حد بعيد لأنماط السلوك عند البلوغ ومن الأمراض الشائعة عند المراهقين الاضطرابات المتمثلة في نقص الانتباه والاضطرابات الشخصية والمعاندة واضطراب التصرف والاضطرابات الوجدانية مثل تقلب المزاج والقلق، والاكتئاب، الاضطراب المعرفي، والتخليط، الاضطرابات الجسدية، الصرع، اضطرابات النوم، فقدان الشهية والقلق السياسي.¹

وتمثل المشكلات النفسية التالية أكثر المشكلات شيوعاً بين المراهقين:²

- حساسية للنقد والتجريح.
- الشعور بالندم لأفعال يقوم بها اثناء غضبه.
- عدم تمكن المراهق من السيطرة على أحلام اليقظة.
- الخشية من ارتكاب الأخطاء.
- الشعور بالحزن والضيق دون سبب.

ز. العوامل المؤثرة على المراهقين بصفة عامة

تتمثل في النقاط التالية:³

- القيم الثقافية والدينية
- بنية الأسرة تتمثل في: (الدخل الأسرى، تعليم الأسرة، التمسك بالعادات والتقاليد، الحوار بين الوالدين والأطفال، الهجرة، فقد أحد الوالدين، الطلاق).
- مؤثرات داخلية: (النضج البيولوجي الجنسي، التطور النفسي الاجتماعي).
- البيئة الخارجية: خارج العائلة (الحيران، الرفاق، المدرسة، المجتمع، التحضر، نظام الصحة).
- مصادر حديثة: (الإعلام، الصناعة، الترويج، الجنس).
- النزعات السياسية: (ضغط الأصدقاء وتأثير وسائل الإعلام).

¹ عبد المنعم الميلادي: مرجع سابق، ص 50.

² سامي محمد ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الانسان، مرجع سابق، ص 404.

³ عبد المنعم الميلادي: مرجع سابق، ص 51.

4. العلاج الوقائي والشافي من المشكلات النفسية

أ. الوقاية

لا شك في أن وقاية الشباب من الوقوع في المشكلات خير من العلاج ولذلك يجب مراعاة تنفيذ التطبيقات التربوية ونذكر منها هنا على سبيل المثال لا الحصر ضرورة بذل الجهود لتهيئة البيئة الصالحة التي ينمو فيها المراهق، وإتاحة الجو النفسي لنمو الشخصية السوية وضرب المثال الصالح والقُدوة الحسنة أمام الشباب، ومساعدة الشاب على فهم نفسه وتقبل ذاته وتقبل التغيرات التي تطرأ في مرحلة المراهقة، وتحسين علاقة المراهق بأسرته ومعهدته العلمي وأقرانه .. وتحمل المسؤولية بخصوص تنمية مفهوم موجب للذات لدى الشباب والاهتمام بالإرشاد العلاجي والتربوي والمهني وإرشاد الشباب خاصة في المدارس الإعدادية والثانوية والجامعات.¹

ب. العلاج

تتعدد مشكلات المراهقين وتتنوع سواء كانت نفسية أو اجتماعية أو أسرية أو غيرها من المشكلات ولإيجاد حلول لها وجب على المربين والأباء معرفة هذه المشكلات وفهمها فهما دقيقا، وكذا أن يكونوا ملمين بخصائص النمو ومتطلبات ذلك النمو والكيفية التربوية الصحيحة للتعامل معها، ونقترح بعض الحلول التي يمكن أن تساعد المربين في التخفيف من مشكلات المراهقين وهي:

- اكتشاف المشكلات العامة التي يعاني منها الشباب ومعرفة أسبابها والعمل على إزالة هذه الأسباب أو التخفيف من حدتها والاستعانة بالأخصائيين النفسيين واستشارتهم ضمانا لنجاح علاج مشكلات الشباب.
- مساعدة المراهقين على أن يتعلم الشيء الكثير عن أجسامهم ومشكلات النمو الجسمي وكيفية علاجها، ومساعدتهم على تنمية المهارات التي تحول اهتمامهم عن مظهرهم، وتوفير الرعاية الصحية وتشجيع المراهقين على أن يتناول غذاء متناسبا متوازنا، وتشجيعهم على أن يعرضوا أنفسهم على الفحص الطبي والنفسي.
- علاج مخاوف الشباب والاضطرابات العصبية التي يعانون منها وكل ما ينغص حياتهم الانفعالية وعدم نقد المراهق والسخرية منه.

¹ عبد الفتاح دويرار: مرجع سابق، ص 281.

- توجيه الشباب إلى التعود على نسيان الإساءة بسرعة واستخدام النشاط المتولد عن الغضب في عمل ناجح واستخدام العواطف بحكمة.
 - ضرورة الامام بكل التغييرات التي يمر بها المراهق خلال هاته الفترة الحرجة من قبل المحيطين به من أهل ومربين.
 - التربية الاجتماعية السليمة الخالية من جميع الشوائب وكذا تعليم المراهق المثل العليا للبلاد والمعايير السلوكية السليمة.
 - إبعاد المراهق عن الانحراف وذلك بتهيئة وسط سليم واختيار رفاق جيدين يكونون سندا له ويساهمون في حمايته من الآفات الاجتماعية.
- وبعد فإننا نرى إن مشكلات الشباب في الحياة اليومية تحتاج إلى بذل كل جهد مخلص لحلها حتى يتحقق لشبابنا أفضل مستوى من النمو النفسي والصحة النفسية.¹

ج. حاجيات المراهقين ومطالبهم

من المعلوم أن للإنسان حاجات ومطالب لا بد من تحقيقها، فهو يجوع ويطلب الطعام ويغترب ويطلب الاجتماع ويخطئ فيطلب الغفران والمراهق ليس بعيدا من ذلك، حيث يفاجئ بتغيرات في شخصيته، تلح في طلب الإشباع وبتحولات في قدراته تتطلب الاستغلال وزيادة الطاقات لا تستريح حتى يتم التنفيس عنها وتفريغها، ولا بد من المربي البسيط بهذه المطالب الذي يجيد التعامل السوي مع تلك الحاجات المتشعبة للمراهقين وكيفية تحقيقها تحقيقا سليما يعود بالخير على المراهق ومن حوله.²

ولتوضيح الرؤية أكثر وجب تبين مفهوم أو معنى الحاجة: " هي موقف يجعل الكائن الحي في حالة نشاط قلق غير مستقر ويحفزه إلى بذل الجهد لتحقيق هدف معين".

ومن بين أهم حاجات المراهق التي تشكل عبئا عليه في هاته المرحلة نذكر مايلي:

➤ الحاجة إلى التقدير والتقبل والمكانة الاجتماعية

إن التقبل الاجتماعي والتقدير الملائم لنفسية الفرد هي حاجة نفسية قد تؤدي إلى الانحراف، فالذين يوضعون في مكانهم الملائم وتبرز أسمائهم في صفحة الاجتماعيات وينالون الابتسامة والتقدير من قبل

¹ عبد الفتاح دويرار، المرجع السابق، ص 282.

² محمد نجاتي الغزالي: مرجع سابق، ص 93.

المدرسين والآباء، يتحقق لهم الرضا عن مكانتهم، وتمثل الحاجة لتقدير وتقبل الحاجة السائدة المتمثلة في وضع الفرد وشعوره بالانتماء إلى أسرته ووضعه الاجتماعي المرغوب.¹

➤ الحاجة إلى المعرفة

وتعني حب الاطلاع الذي ينمو بشكل متسارع بسبب التفتح العقلي للمراهق، ويعزز هذا الدافع القدرات الجديدة المتفتحة كالقدرة على الفهم المجرد، دون الرجوع إلى المحسوسات فيرجع المراهق إلى القراءة الموسعة في مجالات متعددة فيطرده نمو الذكاء وتزداد القدرات العقلية دقة في التعبير مثل القدرة اللفظية والقدرة العديدة، وتزداد سرعة التحصيل وينمو الإدراك والانتباه والتذكر والتخيلي، وبالتالي ينمو التفكير المجرد وتزداد القدرة على الاستنتاج والتحليل والتركيب وتزداد القدرة على التعميم والتجريد وفي المراهقة الوسطى تتضح الميول التعليمية عند المراهق ويظهر اهتمام المراهق جدياً بمستقبله التربوي والمهني .

➤ الحاجة إلى الأمن

وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسدي الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، الحاجة إلى الحماية من عند الحرمان من إشباع الدوافع، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية.²

➤ الحاجة إلى الرفاق

وهذه من أقوى حاجات المراهق، تتبلور بشكل ملفت للانتباه، ويتعذر منع الشاب المراهق عن الرفقة، أو فرض العزلة عليه وهو أمر يصطدم مع طبع الإنسان وجبليته ويحرم من حاجة نفسية مهمة، ولذلك كان السجن الانفرادي عقاب قاسي لأنه يعزل الإنسان عن حاجة من حاجاته المهمة ويحرمه من الاجتماع بالناس، والاختلاط بهم وبث همومه وأحزانه وأشجانه إليهم، ويتجه المراهقون إلى أقرانهم وزملائهم المقربين لهم في السن ليكونوا رفقة واحدة تشترك في أشياء كثيرة منها التحولات الجسدية النفسية والعقلية والاجتماعية، والتشابه في المعاناة والمشكلات والتشابه في الموقف من الكبار، هذا إلى جانب الاقتران في المرحلة الدراسية ونوع العمل أو السكن، وبهذا تعد طبقة الأقران أحد المصادر المهمة

¹ عبد اللطيف حسين فرج: مرجع سابق، ص 46.

² عيسى براهيمى: دور وأهمية الصحف الرياضية في تنمية الثقافة البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، معهد سيدي عبدالله، جامعة الجزائر، الجزائر، 2008، ص6.

والمفضلة عند المراهقين للاقتداء واستقاء الآراء والأفكار وتعد الأكثر تقبلاً من بين سائر طبقات المجتمع ومجموعة الأقران مرحلة حتمية في حياة المراهق.¹

➤ الحاجة إلى الاستقلال

كما سبق وقلنا أن الإنسان بطبعه اجتماعي إلا أنه يسعى لكي يتمتع بفرديته فهو يحتاج إلى قدر من الحرية، حرية العمل واتخاذ القرارات وحرية الرأي والإرادة والحركة هذه الحاجة نلاحظها عند المراهقات إذ تعاني كثير منهن نتيجة رفض الآباء أن يعاملوهن كراشديات وإشباع حاجاتهن للاستقلال والحرية.

➤ الحاجة للنجاح

لكل إنسان في حياته فترة عمرية بحاجة إلى أن يحقق لنفسه قدراً من النجاح وتحقيق الذات ولا يقدر قيمة النجاح في حياة الفرد إلا إذا تصورنا حالة الشخص الناجح والغير ناجح في جوانب كثيرة في حياته.

➤ الحاجة إلى الحب والمحبة

إن حاجة المراهق إلى الحب والمحبة هي حاجة شديدة وهي من البديهيات جداً أن يشعر المراهق أنه في حاجة إلى الشعور بأنه محبوب وأن الأصدقاء والوالدين والإخوة يبادلونه المحبة وهو في أمس الحاجة إلى العدالة في المعاملة وعدم التفرقة بينه وبين إخوته والى احترامه أمام إخوته ومن هم أصغر منه.²

وهذا التقسيم لا يعني الفصل بين هذه الحاجات المختلفة، بقدر ما يعني التيسير لفهم هذه الحاجات والطريقة الصحيحة والمثلى للتعامل معها، والإنسان كل لا يتجزأ فالنفس تؤثر بعضها في بعض، والأفكار والمشاعر والانفعالات تتداخل فيما بينها كما أننا نتفاعل مع البيئة والمجتمع ككل، فالمراهق قد تتصاحب عنده هذه الحاجات أو أكثرها في وقت واحد.

فحاجاته إلى الحب والاستقرار والأمن والشعور برجولته والاستقلال عن والديه تظهر في مزيج مختلط متماسك بحيث لا ينقطع أحدها، فالحاجات النفسية الاجتماعية ملتصقة بذات الإنسان ممتزجة بها كامتزاج الروح بالجسد، ولذلك فإن هذه الحاجات يرتبط بعضها ببعض ويهيئ بعضها بعض وتتعاون في مجموعها في بناء شخصية المراهق وإكمال نموه وجعله إنسان سوي.

¹ عبد المنعم ميلادي: مرجع سابق، ص 40.

² عبد اللطيف حسين فرج: مرجع سابق، ص ص 49، 50.

وهنا يظهر دور الآباء والمربين والمجتمع ككل إلى ضرورة الإلمام بهاته الحاجات ومعرفة الطريقة المثلى للتعامل معها ولتوفيرها، إذ أن التربية في هذه المرحلة يجب أن تكون كاملة وتشمل على جميع الجوانب التي يحتاجها المراهق في هاته المرحلة، إذ أن تحقيق بعض حاجات المراهق يتطلب تحقيق حاجات أخرى مرتبطة ببعضها البعض ولا يمكن فصلها عن بعضها، وأن أي فصل يؤدي بالضرورة إلى مجموعة من الإختلالات التي تصيب توازن نمو المراهق.

IV. المراحل الزمنية للمراهقة

يختلف المدى الزمني لفترة المراهقة بين الطول والقصر باختلاف المجتمعات وباختلاف المستوى الاقتصادي والثقافي للأسرة، بل أن مداها يختلف في المجتمع الواحد من وقت إلى آخر حسب الظروف التي يعيشها المجتمع، هذا فضلا عن الاختلافات الناتجة عن الفروق الفردية بين الأفراد فيما بينهم، يضاف إلى ذلك الفروق الموجودة بين جنس الذكور والإناث، حيث من المعروف أن الإناث يبلغن قبل الذكور بحوالي سنة أو سنتين تقريبا، وهكذا فإن أي تحديد زمني يتم إعطائه لبداية المراهقة ونهايتها يكون نوعا من التعميم الذي لا يمكن أن يصدق على جميع المراهقين، ولكن إذا راعينا الاختلافات بين الأفراد بحسب العوامل المذكورة فإنه يمكن تقديم تحديدات نسبية كمؤشرات للانطلاق أكثر من كونها تحديدات نهائية تصدق على كل مراهق ومراهقة..

وإذا كانت بداية المراهقة تحدد بالبلوغ، فإن نهايتها لا تحدد بمؤشر معين، وإن كان البعض يميل إلى تحديد هذه النهاية بمشاركة الفرد في الحياة الاجتماعية وامتدانه مهنة معينة وحصوله على الحقوق المدنية، والزواج وتكوين الأسرة..... الخ.

ومع ذلك وتسهيلا لمقاربة مشاكل وخصائص النمو المتعلقة بكل مرحلة فلقد تم تقسيم مرحلة المراهقة إلى فترات زمنية مختلفة للأخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية والعوامل الوراثية والبيئية، واختلاف المجتمعات وفي مقدمتها النوعين التاليين:¹

¹ عبد الكريم عطا كريم: مرجع سابق، ص 33.

1. التقسيمات الثنائية

أ. المراهقة المبكرة: وتمتد من سن الثانية إلى سن الخامسة عشر أو السادس عشر حيث يصاحبها نمو سريع، ويتميز سلوك المراهق في هذه المرحلة بالسعي نحو الاستقلال والرغبة في التخلص من القيود.

ب. المراهقة المتأخرة: وتمتد من سن السابعة عشر إلى سن الحادي والعشرين، ويتميز سلوك المراهق في هذه المرحلة بالترافق مع المجتمع الذي يعيش فيه والابتعاد عن العزلة والانخراط في نشاطات اجتماعية مختلفة.

2. التقسيمات الثلاثية

أ. مرحلة المراهقة المبكرة: التي تمتد من سن الثانية عشر إلى الرابعة عشر وتقابل المرحلة الإعدادية.

ب. مرحلة المراهقة الوسطى: التي تمتد من سن الخامسة عشر إلى السابعة عشر وتقابل المرحلة الثانوي.

ج. مرحلة المراهقة المتأخرة: التي تمتد من الثامنة عشرة إلى الواحد والعشرين سنة وتقابل المرحلة الجامعية.¹

7. أهداف مرحلة المراهقة

تتلخص أهم أهداف مرحلة المراهقة في الجدول رقم (05) كما يلي:

¹ عبد الكريم عطا كريم: المرجع السابق، ص 34.

الجدول رقم (05): يوضح أهداف مرحلة المراهقة¹

نمو من	نمو إلى	
<ul style="list-style-type: none"> - الاهتمام بأعضاء نفس الجنس. - خبرات مع رفاق كثيرين. - الوعد الكامل بالنمو الجنسي. 	<ul style="list-style-type: none"> - الاهتمام بأعضاء الجنس الآخر. - اختيار رفيق واحد. - قبول النضج الجنسي. 	النضج الجنسي
<ul style="list-style-type: none"> - الشعور بعدم التأكد من قبول الآخرين له - الارتباك اجتماعيا - التقليد المباشر للأفراد . 	<ul style="list-style-type: none"> - الشعور بالأمن وقبول الآخرين له . - التسامح اجتماعيا. - التحرر من التقليد المباشر للأقران. 	النضج الاجتماعي
<ul style="list-style-type: none"> - ضبط الوالدين التام. - الاعتماد على الوالدين من أجل الأمن. - التوحد مع الوالدين كمثال ونموذج. 	<ul style="list-style-type: none"> - ضبط الذات. - الاعتماد على النفس من أجل الأمن. - الاتجاه نحو الوالدين كأصدقاء . 	التخفيف من سلطة الأسرة
<ul style="list-style-type: none"> - قبول الحقيقة على أساس أنها صادرة من سلطة أو مصدر ثقة. - الرغبة في الحقائق. - اهتمامات وميول جديدة وكثيرة. 	<ul style="list-style-type: none"> - طلب الدليل قبل القبول. - الرغبة في تفسير الحقائق. - ميول ثابتة وقليلة . 	النضج العقلي
<ul style="list-style-type: none"> - التعبير الانفعالي غير الناضج. - التفسير الذاتي للمواقف. - المخاوف الطفلية. - عادات الهروب من الصراعات. 	<ul style="list-style-type: none"> - التعبير الانفعالي البناء. - التفسير الموضوعي للمواقف. - المثبرات الناضجة للانفعالات. - عادات مواجهة وحل الصراعات 	النضج الانفعالي
<ul style="list-style-type: none"> - الاهتمام بالمهن البراقة. - الاهتمام بمهن كثيرة. - زيادة أو قلة تقدير قدرات الفرد. - عدم مناسبة الميول والقدرات. 	<ul style="list-style-type: none"> - الاهتمام بالمهن العملية. - الاهتمام بمهنة واحدة. - التقدير الدقيق لقدرات الفرد. - مناسبة الميول للقدرات. 	اختيار المهنة
<ul style="list-style-type: none"> - الاهتمام بالألعاب النشطة غير المنظمة. - الاهتمام بالنجاح الفردي - الاشتراك في العديد من الأندية. 	<ul style="list-style-type: none"> - الاهتمام بالألعاب الجماعية. - الاهتمام بنجاح الفريق. - الاهتمام بمشاهدة الألعاب. - الاهتمام بهواية أو إثنين. - الاشتراك في أندية قليلة. 	استخدام وقت الفراغ

¹ محمد سامي ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الانسان، مرجع سابق، ص 354.

<p>- الاهتمام بالمبادئ العامة وفهمها - قيام السلوك على أساس المبادئ الأخلاقية العامة. - قيام السلوك على أساس الضمير الواجب.</p>	<p>- اللامبالاة بخصوص المبادئ العامة. - اعتماد السلوك على العادات الخاصة المتعلمة. - قيام السلوك على أساس تحقيق السرور وتخفيف الألم.</p>	<p>فلسفة الحياة</p>
<p>- إدراك دقيق نسبيا للذات. - فكرة جيدة عن إدراك الآخرين للذات. - توحد الذات مع أهداف ممكنة.</p>	<p>- إدراك قليل الذات. - فكرة بسيطة عن إدراك الآخرين للذات. - توحد الذات مع أهداف شبه مستحيلة.</p>	<p>توحد الذات</p>

VI. الاتجاهات الرئيسية في تفسير المراهقة

المراهقة - كما يشير إليها المنظرون - ميلاد نفسي للفرد وهي الوجودي للعالم الجنسي، وبراها آخرون أنها الميلاد الحقيقي للفرد كذات منفردة. وهي مزاج من شيء في سبيله إلى الخلع والانتهاه وهو الطفولة.

ولقد ظهرت تفسيرات واتجاهات متعددة في تفسير المراهقة حيث يرى كل فريق تفسيراً للمراهقة من زاوية تختلف عن باقي الفرق وذلك يرجع الى توجهات العلماء المختلفة ومن ابرز هاته الاتجاهات نجد:

1. الاتجاه الأثنوبولوجي

تزعم هذا الاتجاه " بندكت " و " ميد " وركز على المحددات الخارجية للسلوك " المحددات الاجتماعية والثقافية والقيم المكتسبة "، ومن خلال الدراسات المستفيضة التي قامت بها " ميد " والتي حاولت بها توضيح ما إذا كان سلوك المراهق سلوكاً عاماً وشائعاً لدى المراهقين أم انعكاساً لظروف بيئية وخبرات معينة، فقد أكدت على أن المراهقة تتكون وتتشكل بالبيئة الاجتماعية، وعلى أهمية التنشئة الاجتماعية في اشتداد مشكلات المراهقة، موضحة على أن المراهقين في المجتمعات البدائية يجتازون هذه المرحلة دون صراعات تذكر، على عكس مراهقي المجتمعات المتقدمة كالمجتمع الأمريكي مثلاً.

هذا وقد أوضحت الدراسات الأثنوبولوجية عدداً من الحقائق تمثلت في الآتي:¹

- إن المراهقة تمثل مرحلة نمو اعتيادي وليس بالضرورة أزمة في كل المجتمعات.
- إن سلوكيات المراهق وتصرفاته واتجاهاته تعكس بالضرورة البيئة الاجتماعية التي نشأ فيها.

¹ سامي محمد ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الانسان ، مرجع سابق، ص ص 350، 351.

- إن المراهقة لا تتخذ نمط عاما أو شكلا واحدا بل قد تتخذ أشكالا مختلفة وأنماط متعددة باختلاف البيئة المحيطة بالمراهق. وان للبيئة الاجتماعية دورا فاعلا في أشكال المراهقة وتعددها بكل ما تشتمله من إحباطات وصراعات .
- إن فترة المراهقة فترة نسبية ديناميكية يصعب معها وضع نظريات عامة لتفسير جميع جوانب المراهقة في أي من المجتمعات.

2. اتجاه التعلم الاجتماعي

تشير العديد من الدراسات إلى أن لدى الأطفال والمراهقين ميلا لتقليد النماذج التي يرونها متشابهة مع أنفسهم أكثر من النماذج التي تختلف عنهم، فليس مستغربا أن تتشابه سلوكيات الأطفال مع آبائهم من نفس الجنس أكثر وأكثر كلما نما الأطفال عبر الزمن، كما تتعزز المحاكاة من خلال الراشدين الذين يصدرون أحكاما مثل: "إنها تشبه أمها تماما" أو "يشبه أباه كثيرا"¹.

كما ينظر أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي إلى سلوك المراهقين على أساس الثقافة السائدة والتوقعات الاجتماعية ويفترضون أن هذا السلوك هو نتيجة تربية الطفل الذي تعلم أدوار معينة. لهذا فان عملية التنشئة الاجتماعية هي مسؤولية عن نمو الفرد السوي أو غير السوي، كما ذهب أقطاب هذه النظرية إلى التأكيد على أهمية التغيرات النظرية لمرحلة المراهقة، فالمراهق من وجهة نظر "بندورة" معرض للاضطراب والتوتر والضغط والقلق ويكون مجبرا على التوافق مع المواقف الاجتماعية غير المهيأ لها.

3. الاتجاه البيو ثقافي

حيث يعتبر النمو في مرحلة المراهقة ناتج عن التفاعل بين التأثيرات البيولوجية والثقافية والاجتماعية، ولهذا هناك تغيرات يميزان هذه المرحلة: الأول تغير بيولوجي، والثاني تغير اجتماعي. وقد حاولت "أوزيل" أن تقدم صورة متكاملة للتأثيرات البيولوجية والثقافية في نمو المراهق، من خلال فكرته عن ذاته التي تتكون أثناء التنشئة الاجتماعية، وكل المحاولات التي يبذلها لتحقيق استقلاله وتكوين صورة صحيحة عن نفسه؛ فالتنشئة الاجتماعية تمثل السيورة التي تساهم في اكتساب الشخصية

¹ محمد عودة الريمائي وآخرون: مرجع سابق، ص 460.

مجموعة من القيم والمعايير وأنماط السلوك والاتجاهات وبالتالي إمدادها بمقومات وسمات الشخصية السوية المقبولة اجتماعيا.¹

حيث ركز أصحاب هذه النظرية على الجوانب الثقافية وتفاعلها مع الجوانب البيولوجية خلال عملية التنشئة الاجتماعية وما ينتج عنها من عوامل تدخل في إعداد الشخصية. "ونجد أن الثقافة ترادف المعرفة والمهارة والمعتقدات والقيم التي توجه سلوك جماعة معينة من الناس وكذلك الفن، والأشياء من صنع الإنسان التي ينتجها وينقلها إلى الجيل التالي".²

4. الاتجاه المجالي

يعتبر عالم النفس " كيرت ليفين " رائد هذه النظرية، التي تشير إلى تحليل وتفسير العلاقات السببية، فهو يركز في تفسيره النفسي للسلوك على الغايات التي تحدد هذا السلوك، إذ يؤكد على ضرورة تعامل الفرد مع ما هو كائن في الناحية النفسية.

بالإضافة إلى ذلك يؤكد ليفين على " المجال النفسي" الذي يشكل الهيكل الأساسي الأكثر أهمية في هذه النظرية، ويرى أنه لا مغزى من تفسير سلوك الإنسان دون الإشارة إلى كل من الشخص وبيئته حيث تتحدد حياة الإنسان وتتميز بالابتعاد عن الواقع، وبقدرته على رؤية الأشياء بعلاقتها الصحيحة، وبعدد المناطق التي يحي فيها، وبطريقة تنظيمها فهناك فروق فردية وتكوينية وتنموية وثقافية في هذه المناطق المختلفة التي يقع الفرد تحت تأثيرها.

ويرى ليفين أن الصراعات والتوترات والضغطات النفسية يجب أن تعلق استنادا إلى صفات المجال المتوافر في الوقت الذي يقع فيه التوتر والضغط، ويؤكد بأن الحوادث الماضية سيكون لها دورها من الناحية التاريخية فقط.³

VII. تقويم النظريات

من خلال استعراضنا لبعض الاتجاهات التي تناولت وعالجت موضوع المراهقة يمكننا القول أن الواقع يثبت أنه لم يسلم أيا منها من النقد والمؤاخذه نظر لنسبيتها وعدم شموليتها، إلا أنه يمكن أن نتجاوز معظم القصور والنواقص التي وقعت فيها الاتجاهات السابقة باعتماد التصور السيكو معرفي والذي يتخذ

¹ عبد الكريم عطا كريم: مرجع سابق، ص 42.

² انيتا وولفول: ترجمة صلاح الدين محمود: مرجع سابق، ص 394.

³ عبد الكريم عطا كريم: مرجع سابق، ص 43.

المراهقة كقنطرة عبور بين الطفولة والرشد وبالتالي كمرحلة نمائية تطويرية يمر بها كل إنسان ويتحدد من خلالها المسار الذي يتبعه المراهق في المستقبل ويجتازه بأمن وأمان رغم كل المشاكل والصعوبات. وحظي الاتجاه السيكو معرفي بقبول واسع بين علماء علم النفس بسبب شموليته، إذ أنها تقدم وجهة نظر متوازنة وتطور المراهقة تتمثل في أخذها للوجهتين الاجتماعية والمعرفية في فهم هذا التطور.¹

VIII. أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق

تظهر أهمية التربية البدنية والرياضية كمادة مساعدة ومنتشطة ومكيفة لشخصية ونفسية المراهق لكي تحقق له فرصة اكتساب الخبرات والمهارات الحركية التي تزيد رغبة وتفاعلا في الحياة، فتجعله يتحصل على القيم النبيلة التي يعجز المنزل على توفيرها له، وتقوم بصقل مواهبه وقدراته البدنية والعقلية بما يتماشى مع متطلبات هذا العصر أن الممارسة الرياضية تكسب المراهق المميزات والقدرات العقلية والنفسية، والتي تلعب دورا هام في عملية اندماج واحتكاك مع الجماعة وهذا ما يسمح له اكتساب التوازن النفسي والاجتماعي.

ويتفق "ريتشارد أدلمان" مع " فرويد" في اعتبار أن اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للقلق والتوتر الذي هو وليد الإحباط، فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحول بصفة مقبولة، وبفضل اللعب والنشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقويم وتقييم إمكانياته الفكرية والعاطفية والبدنية، ومحاولة تطويرها باستمرار.²

حسب العالمان " فزاز يارون، صاك " أن التلاميذ يتفوقون من حيث القوة البدنية من نفس السن، هم أكثر ديناميكية من حيث النشاط الرياضي والتحصيل الدراسي، كما لاحظ الباحث النفساني (روتر) أن التلاميذ الذين يتحصلون على نتائج دراسية جيدة يتمتعون بنمو بدني جيد ونفس الملاحظة أثبتت على تلاميذ مراهقين في إحدى المدارس الألمانية في مدينة بون، ويتفق " ريتشارد أدلمان " مع "فرويد" في اعتبار أن اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للقلق والتوتر الذي هو وليد الإحباط، وبفضل اللعب والنشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقويم وتقييم إمكانياته الفكرية والعاطفية والبدنية ومحاولة تطويرها باستمرار.

¹ محمد عودة الريماوي: مرجع سابق، ص 464.

² براهيم عيسى: مرجع سابق، ص 68.

بفضل ممارسة التربية البدنية والرياضية يخفف المراهق الضغوطات الداخلية ذات المنشأ الفيزيولوجي، ويعبر عن مشاكله وطموحاته، كما تجله يعطي صورة حسنة لكيونته الشخصية وحضوره الجسدي إلى غاية تحقيق رغبة التفوق والهيمنة، وذلك بغرض إثبات صورة أنه المثالية على الآخرين.¹

كما تساعد التربية البدنية والرياضية المراهق على التعرف عن قدرته البدنية والعقلية، ويكشف من خلالها عن مواهب بالإضافة إلى اكتساب السلوك السوي حيث أن ممارسة النشاط البدني الرياضي المدرسي وسيلة تربوية لها تأثير ايجابي على سلوك التلاميذ في مرحلة المراهقة من حيث اكتساب القيم الأخلاقية (الروح الرياضية، قيمة اللعب النظيف، الالتزام بتطبيق القوانين وقواعد اللعب، تحمل المسؤولية، التنافس في سياق تعاوني) لذا يجب أن يهتم المربي الرياضي بتقديم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربوية تؤكد على إظهار الجوانب الايجابية للسلوك واكتساب القيم الأخلاقية.²

¹ موهوبي عيسى: الإصابات الرياضية التي يتعرض لها التلاميذ أثناء إجراء امتحان التربية البدنية والرياضية، مذكرة ماجستير (غير منشورة)،

معهد التربية البدنية والراضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2007/2006، ص 62.

² أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربة خليفة: النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1999، ص127.

خلاصة الفصل

تعد مرحلة المراهقة من أصعب فترات النمو للإنسان إذ يستولي عليها القلق وعدم الاستقرار وذلك لما يحدث فيها من تغيرات فسيولوجية ونفسية تؤثر بصفة بالغة على الفرد في المراحل التالية من عمره، إذ تعتبر المرحلة التي تسبب الكثير من التعب للمربين والآباء وفيها يحاول المراهق الوصول للتوافق النفسي والاجتماعي والاندماج قصد تحقيق الذات والحصول على مكانة اجتماعية وذلك بالتحرك الاقتصادي على الأسرة، ومحاولة تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس، والبحث عن مجموعة من الرفاق ينتمي إليها ويبرز فيها مواهبه وقدراته.

واستخلصنا أن مواجهة هذه التغيرات والصعوبات والتخفيف من حدتها لا يتأتى إلا عن طريق ممارسة مختلف أنواع الأنشطة البدنية والرياضية ذات الطابع التربوي، ويظهر ذلك جليا من خلال الدور التي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في مساعدة التلاميذ على ضبط انفعالاتهم، وعن فهم التطورات النمائية السريعة والمتعاقبة التي يمرون بها، وذلك بإشراك المراهقين في مختلف الأنشطة والألعاب الفردية والجماعية التي تتناسب مع طبيعة نموهم وتمنحهم قدرا أكبر من الإحساس بأبعاد أجسامهم، وضبط انفعالاتهم والتحكم في عواطفهم الجياشة.

ومن خلال ما تم التطرق إليه في هذا الفصل من توضيح الجوانب المختلفة للنمو والتي من أبرز محطاتها فترة المراهقة خاصة في مؤسسات التعليم الثانوي، تبين لنا أن هذه الفترة تحتاج إلى فهم دقيق وتقبل للذات ومن قبل الآخرين مثل الآباء والمربين والمجتمع ككل لرعاية المراهق والآخذ بيده للوصول إلى بر الأمان وتجاوز هذه الفترة الحرجة من مراحل النمو.

الفصل الرابع

التكيف الاجتماعي المدرسي

تمهيد الفصل

أولاً: ماهية التكيف

ثانياً: التكيف المدرسي

خلاصة الفصل

تمهيد الفصل

يصادف الإنسان في حياته اليومية العديد من المواقف الحياتية والظروف الاجتماعية، والضغوطات النفسية المختلفة، فالإنسان يشعر بالمتعة والسرور حين يصل إلى إشباع حاجاته، كما يشعر بالضيق أو الضغط النفسي إذا منع من إشباع تلك الحاجات وتحقيق تلك الرغبات. إلا أن الواقع المعاش يفرض على الفرد أن يقوم بأشياء لا يرغب بها كما أنه لا يمكن لإنسان تحقيق كل ما يتمناه وأن يعيش بدون مشاكل أو صدمات ومن هنا يتولد لديه القلق والحزن. وللوصول إلى إشباع هذه الحاجات وتذليل تلك الصعوبات كان لزاماً على الإنسان أن يتكيف مع ذاته النفسية ويتفاعل مع بيئته الاجتماعية التي يعيش فيها وفقاً للشروط الطبيعية التي تحيط به وتؤثر عليه وعلى ميولاته واتجاهاته.

وسنحاول من خلال هذا الفصل أن نتطرق إلى كل جوانب التكيف بأشكاله المختلفة وأنواعه العديدة، وهذا التكيف الذي أصبح ضرورة حتمية لكل الأعمار وفي كل المستويات لما يبعثه من راحة واطمئنان في النفوس، إلى أن تصبح الحاجة إليه ملحة خلال فترة المراهقة التي تعد من أصعب فترات العمر والتي يحتاج فيها المراهق أن يتوافق مع نفسه وأن يتكيف مع غيره من المحيطين به، وهذا التكيف الذي سيظهر في المراحل اللاحقة من حياته ويؤثر عليها سواء إيجاباً أو سلباً، ومن أجل هذا كله ارتأينا أن نركز على التكيف داخل المؤسسات التعليمية، والتي يقضي فيها المراهق أغلب أوقات يومه وعن العلاقة بين التلميذ وبين المحيط المدرسي من (زملاء وأساتذة وإداريين) وهذا ما يطلق عليه التكيف المدرسي. وكذا تبيان أهميته وأحدث استراتيجياته المتبعة لتنمية المراهق نمواً سليماً يتمتع بأعلى درجة تكيف وصحة نفسية.

أولاً: ماهية التكيف

1. مفهوم التكيف

1. التكيف لغة

قد جاء في منجد اللغة والأعلام كَيْف الشيء جعل له كيفية معلومة.

وتكَيْف: صار على كيفية من الكيفيات.¹

وورد أيضاً رجل سهل التكيف: أي تكيف مع الظروف.

وتكيف الهواء: تغيرت درجة حرارته لتلائم الجو الخارجي.²

2. التكيف اصطلاحاً

يعتبر مفهوم التكيف من المفاهيم الهامة التي شاع استخدامها إلا أنه لم يستقر بعد على تعريف محدد له، فقد استخدم بمعان متعددة كالتوافق في المجال البيولوجي أو التوافق في مجال الصحة النفسية والعقلية، ويمكن القول أن هذا التعدد في هذا المفهوم يرجع إلى تباين فكر ورؤية البعض له مع زيادة وكثرة استخدامه في العديد من ميادين الفكر الإنساني.³

والحقيقة أن هناك عدة معاني مختلفة لماهية التكيف، فقد اختلف الباحثين في تحديد معنى محدد للتكيف، فكل واحد ينظر إليه من زاوية معينة، وسنحاول التطرق إلى معنى التكيف من عدة اتجاهات نوجزها فيما يلي:

أ. التكيف بالمعنى البيولوجي

والتكيف مفهوم مستمد أساساً من علم البيولوجيا على النحو ما حددته نظرية (تشارلس داروين) المعروفة بنظرية النشوء والارتقاء (1859) ويشير هذا المفهوم عادة إلى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذي يعيش فيه محاولة منه من أجل البقاء. وعندما حدد "أبرت" مفهوم التكيف سنة (1860) كان يعني به ما يحدث لحديقة العين من تغير نتيجة شدة الضوء الذي يقع عليها.

¹ كرم البستاني وآخرون: المنجد في اللغة والإعلام، ط21، دار المشرق للنشر والتوزيع، بيروت، 1973، ص705.

² أحمد مختار عمر وآخرون: المعجم العربي الأساس (لاروس)، المنظمة العربية للثقافة والتربية والعلوم، بيروت، 1989، ص106.

³ محمد مصطفى أحمد: التكيف والمشكلات المدرسية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1996، ص08.

ثم أصبح هذا المفهوم يصف سلوك الانسان كردود أفعال لعدد من المطالب والضغوط البيئية التي يعيش فيها كالمناخ وغيره من عناصر البيئة الطبيعية.¹

ويقوم هذا التوجه ذو الصبغة البيولوجية على أساس تفسير عضوي، مرتبط بآليات التكيف مع الوسط الطبيعي الذي يعيش فيه وذلك كي يستطيع أن يتواءم مع متطلبات البيئة الطبيعية.

ب. التكيف في علم الاجتماع

كثيرا ما نستعمل كلمة التكيف في علم الاجتماع حين دراسة تكون العصابات والزمير، وعلاقات الأفراد مع الجماعة، أو علاقة الجماعات الصغيرة مع بعضها أو الجماعات الكبيرة، فقبول الأفراد أو الجماعات (قبول الراضي أو قبول الخاضع) ما تقول به الجماعة الكبيرة أو تشير به هو عملية تكيف، وقبول الطفل تدريجيا ما يطلب منه في البيت أو المدرسة تكيف وكذلك في تكيف المهاجر من بيئة اجتماعية إلى بيئة اجتماعية أخرى جديدة عليه، وأن عدد غير قليل من الدراسات الاجتماعية قد جعل من هذا التكيف موضوعا له حين اهتم بدراسة اللاجئين أو دراسة التميز العنصري.²

وركز هذا المنظور الاجتماعي إلى مدى إدراك العلاقات الاجتماعية البيئية وكذا مجموعة المكتسبات الاجتماعية والوفاء للجماعة والحفاظ على المكانة الاجتماعية.³

ج. التكيف في علم النفس

المقصود منه التأقلم والتوافق الشخصي النفسي مع ظروف البيئة التي يعيش فيها، ذلك قصد التغلب على مشكلات وضغوط البيئة، فهو القدرة على التعامل مع التغير الداخلي والخارجي دون اضطراب الأنا للدلالة على التلائم والتوافق مع الظروف الداخلية أو الخارجية بتعديلها أو التحكم فيها.⁴

وينظر علم النفس بصورة عامة، إلى موضوع التكيف من زاويتين أساسيتين هما:

➤ دراسة الوظائف النفسية المختلفة التي تظهر لدى الإنسان، فهو يدرس هنا مثلا:

الإحساسات والدوافع، والعواطف، والتعلم، والتخيل، والإدراك، والتذكر والنسيان، دراسة تحليلية يقصد منها الوصول إلى القوانين أو المبادئ العامة، التي تضبط تفسير سير كل منها.

¹ عبد الحميد محمد الشادلي: التوافق النفسي للمسنين، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2001، ص25.

² نائر أحمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة: التكيف مشكلات وحلول، ط1، مكتبة المجتمع العربي، عمان، 2010، ص 21.

³ نسيمه مزاو، عبد العزيز شيخي: " استراتيجيات التكيف النفسي وصدمة الفيضان"، مجلة الواحات للبحوث والدراسات، العدد15، جامعة غرداية، الجزائر، 2011، ص312.

⁴ عبد الرحمان الوافي: أسئلة وأجوبة في مواضيع علم النفس، ط1، زاد للنشر، الجزائر، 2016، ص 137.

➤ دراسة الإنسان من حيث هو كل يعمل، أنها دراسة الإنسان من حيث هو شخصية فريدة تعمل في شروط المحيط، ولا تكون دراسة العناصر التي ينطوي عليها شخصية إلا نوعاً من التجريد أو العزل المقصود يذهب إليه الباحث بغية الكشف عن جوانب الإنسان المختلفة علماً بأن هذه العناصر لا توجد أبداً وحدها وإنما تكون دائماً في تعاون مستمرة فيما بينها ضمن وحدة الشخصية، إذ أردنا أن نستعير من العلوم البيولوجية تفسيراً لعملية التلاؤم، فإننا نستطيع في علم النفس تغيير سلوك الفرد على أساس أنه في رحلة تكيف مع العديد من المطالب والضرورات التي تضغط عليه، والتوازن بين الدوافع الشخصية والحاجات النفسية ومطالب العالم الاجتماعي.¹

كما يعرف على أنه " القدرة على تعديل والتغيير والسعي نحوهما وهما يشملان التعديل الداخلي أو الخارجي للفرد من حيث يشترط سلوك الفاعل المؤثر للفرد باعتباره المعنى بالدرجة الأولى بعملية التكيف والتعامل مع المشكلات سواء كانت نابعة من الداخل أم من الخارج، وعندما يتم التعامل مع المشكلات بنجاح فإننا نتحدث عن التكيف الناجح...".²

ويعرف التكيف على أنه يشير إلى حالة من الانسجام والوئام والرضا بين الإنسان وذاته، وبين الإنسان والبيئة الاجتماعية والمادية التي يعيش في كنفها، ويؤدي التكيف إلى الشعور بالسعادة والرضا والتوافق والى الخلو من الأمراض الجسمية والعقلية والنفسية، ومن الصراعات والتوترات والأزمات والقلق، والمشكلات.³

ومن خلال التعريفات السابقة يمكن أن نعرف التكيف بأنه مجموعة من ردود الأفعال التي يستعملها الفرد من أجل تعديل سلوكه بغية تحقيق توافقه النفسي والتلاؤم مع البيئة والمحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه.

د. التكيف والمفاهيم ذات الصلة

ارتبط مفهوم التكيف ببعض المفاهيم المشابهة والمتحاولة معه في الحقل العلمي، إلى درجة الخلط والالتباس بينهما وهذا الأخير ناتج أساساً عن التشابه الاصطلاحي لهذه المفاهيم وارتباط بعضها ببعض ومن بين المفاهيم ذات الصلة بالتكيف نذكر ما يلي:

¹ نائر أحمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة: مرجع سابق، ص 21.

² سامي محمد ملحم: الإرشاد النفسي عبر مراحل العمر، مرجع سابق، ص 316.

³ عبد الرحمان محمد العيسوي: تكيف الطفل العربي في ظل الظروف الراهنة، ط1، منشورات الحلبي الحقوقية، بيروت، 2011، ص 25.

➤ الصحة النفسية

حيث عرف "مصطفى فهمي" الصحة النفسية على أنها "علم التكيف أو التوافق النفسي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية ووحدها، وتقبل الفرد لذاته وتقبل الآخرين له، حيث يترتب على هذا كله شعوره بالسعادة والراحة النفسية".¹

وهناك من الباحثين من يرى أن الصحة النفسية هي "تكيف الفرد مع نفسه ومع مجتمعه الخارجي، تكيفا يؤدي إلى أقصى ما يمكن من الطفاية والسعادة لكل فرد من الأفراد والمجتمع الذي ينتمي إليه هذا الفرد".²

➤ التوافق

ويشير مفهوم التوافق إلى "وجود علاقة منسجمة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية وعلى ذلك يتضمن التوافق كل التباينات والتغيرات والسلوك والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إطار العلاقة المنسجمة مع البيئة".³

وقد أشار الباحثين إلى الخلط الحاصل بين مفهوم التكيف بعض المفاهيم ففي الإنجليزية، نجد كل من كلمات (**Adaptation- Conformity- Accomodation- Adjustment**) وبالرجوع إلى اللغة العربية نجد أن كل من كلمات التالية: "توافق، تكيف، تلاؤم مسايرة، مجارة" تأتي في سياق واحد ويمكن أن نوضح الفرق بين المفاهيم السابقة اعتمادا على الآتي:⁴

- **التلاؤم (Accomodation)**: هو مصطلح اجتماعي يستخدم باعتباره عملية اجتماعية وظيفتها تقبل أو تجنب الصراع بين الجماعة.
- **المسايرة (Conformity)**: وهو مصطلح اجتماعي يعني الامتثال للمعايير والتوقعات الشائعة في الجماعة.
- **التكيف (Adaptation)**: وهو مصطلح بيولوجي يعني قدرة الكائن الحي على أن يعدل من نفسه ويغير من بيئته إذا كان له أن يستمر في البقاء.

¹ مصطفى فهمي: الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف، ط 3، مكتبة الخانجي، القاهرة، 1998، ص 18.

² محمد السيد الهابط: التكيف والصحة النفسية، ط3، المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية، 2003، ص 30.

³ عبد الحميد محمد الشاذلي: الواجبات المدرسية والتوافق النفسي، ط1، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2001، ص55.

⁴ حامد عبد السلام زهران: علم النفس، ط1، عالم الكتب، القاهرة، 1987، ص 10.

- **التوافق (stmentAdju):** ويعرف بأنه عملية ديناميكية مستمرة تتناول سلوك الفرد والبيئة بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد والبيئة التي يعيش فيها. وهو اصطلاح نفسي اجتماعي والذي يشير إلى أن التوافق عملية فردية تبدأ وتنتهي بالفرد. وأنه عملية اجتماعية تقوم على الانصياح للمجتمع؛ أي التوفيق بين ما هو فردي واجتماعي.¹

II. مظاهر التكيف

1. الراحة النفسية

" من المعروف أن الاكتئاب والقلق والإحباط والصراع أو مشاعر الذنب أو الوسواس كلها مظاهر تؤدي إلى سوء التكيف والراحة النفسية، ولذلك من سمات الفرد المتكيف قدرته على الصمود تجاه المواقف والمشكلات التي تؤدي إلى سوء تكيفه، ولذلك متى شعرنا بأن الفرد قد حقق لنفسه الراحة النفسية كان ذلك دليلاً على تكيفه".²

2. النظرة الواقعية للحياة

" كثيراً ما نلاحظ بعض الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل الواقع المعاشي، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين تعساء رافضين كل شيء، وهذا ما يشير إلى سوء التوافق أو اختلال في الصحة النفسية، وفي المقابل نجد أشخاصاً يقبلون عن الحياة كل ما فيها من أفراح وأحزان، واقعيين في تعاملهم مع الآخرين متفائلين ومقبلين الحياة بسعادة، ويشير هذا إلى توافق هؤلاء الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي ينخرطون فيه".³

3. المرونة والاستفادة من الخبرات السابقة

" الشخص السوي لديه القدرة على التكيف والتعديل والتغيير بما يتناسب مع الموقف حتى يحقق التوافق، وقد يحدث التعديل نتيجة لتغير طراً على حاجات الفرد أو أهدافه أو بيئته، كما أنه يعدل من سلوكه بناءً على الخبرات السابقة، ولا يكرر أي سلوك فاشل لا معنى له".⁴

¹ عبد الحميد محمد الشاذلي: التوافق النفسي للمسنين، مرجع سابق، ص 26.

² فوزي محمد جبل: الصحة النفسية وبيولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2000، ص 73.

³ صالح حسن الداهري، ناظم هاشم العبيدي: الشخصية والصحة النفسية، ط1، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، 1999، ص 56.

⁴ سهير كامل أحمد: بيولوجية الأطفال ذوي الحاجات الخاصة، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر، 1998، ص 29.

4. مدى نجاح الفرد في عمله ورضاه عن نفسه (الكفاية في العمل)

" ... فالفرد الناجح في عمله يشعر بالسعادة والرضا عن ذاته، فيقبل ذاته، وما بها من عيوب، وَيَنْفُذُ نفسه ويحاسبها باستمرار، وهذا دائما يجلب له الرضا بخلاف الفرد الذي يحلم بأكثر ما يستطيع، فلا يشعر بالسعادة، يكون في حالة إحباط دائما، وبالتالي يشعر بعدم الرضا، إذن فأفضل طريقة وأفضل وسيلة لتحقيق الاستقرار النفسي أن يحقق الفرد أهدافا تتفق مع ميوله وإمكاناته المادية والمعنوية".¹

5. القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية

" إن الشخص السوي هو الذي يستطيع ضبط ذاته، وأن يتحكم فيها وفي انفعالاته تجاه المواقف المختلفة، وأن يتحكم أيضا في حاجاته ورغباته، فيختار من هذه الحاجات تلك التي يستطيع إشباعها، فيؤجل أو يلغي تلك الحاجات التي يرى استحالة تحقيقها، فهو لذلك يستطيع أن يوجه سلوكه الوجهة الصحيحة طبقا لخطة مستقبلية يصفها لنفسه على أساس ما يتوقعه من نجاح".²

6. الإحساس بإشباع الحاجات النفسية

" حتى يتكيف الفرد مع نفسه، ومع الآخرين، فإن أحد مؤشرات ذلك أن يحس بأن حاجاته مشبعة، ويتمثل ذلك في إحساسه بالأمن، وبالقدرة على الإنجاز، وبالحرية والانتماء، وإذا ما أحس الفرد بعدم الإشباع حتى ولو كان ذلك وهما، فإنه يقترب من سوء التكيف".³

7. العلاقات الاجتماعية

" من المؤشرات التي تدل على تكيف الإنسان هي علاقاته الاجتماعية مع الآخرين، وسعيه في مساعدتهم، والعمل من أجل المصلحة العامة، وأن العلاقة بينه وبين الآخرين وثيقة الصلة، يتفاعل معهم يتحمل المسؤولية الاجتماعية ويحقق التعاون البناء، كما أنه يحظى بحب الناس له، وحبه إليهم، لأن الانطواء والانعزال، والبعد عن الناس دلالة قاطعة عن عدم التكيف والتوافق السليم، وهي سمة الإنسان اللاسوي".⁴

¹ أحمد محمد حسن صالح وآخرون: الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية، ط1، الجزء1، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، 2000، ص 15.

² مصطفى فهمي: التكيف النفسي، دار مصر للطباعة، مصر، 1978، ص 109.

³ محمد عبد الظاهر الطيب: مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1994، ص 33.

⁴ فوزي محمد جبل: مرجع سابق، ص 77.

8. الامتثال والتمسك بالأخلاق الكريمة

" فالفرد المتكيف والمتمتع بالصحة النفسية يجب أن يتحلى بمجموعة من قيم متمثلة في الأمانة والصدق والوفاء والإخلاص، وتظهر في سلوكه وتصرفاته اليومية، وفي تعامله مع الآخرين، وهذه القيم والأخلاق الفاضلة تعتبر سمة هامة من سمات الشخصية المتوافقة " ¹.

9. الاتزان الانفعالي

" ونعني به قدرة الفرد على السيطرة على انفعالاته المختلفة والتعبير عنها بحسب ما تقتضيه الظروف، وبشكل يتناسب مع المواقف التي تستدعي هذه الانفعالات، كما أن ثبات الاستجابة الانفعالية في المواقف المتشابهة هو علامة الصحة النفسية، والاستقرار الانفعالي، ذلك أن تباين الانفعالات في هذه الحالة دليل على الاضطراب الانفعالي " ².

10. مفهوم الذات

" تعد هذه السمة من السمات التي تشير إلى تكيف الفرد أو عدم تكيفه، فإذا كان مفهوم الذات يتطابق مع واقعه كما يدركه الآخرون كان متكيفاً، وإذا كان مفهوم الذات لديه متضخماً أدى به إلى الغرور والتعالي، مما يفقده التكيف مع الآخرين، كما قد يتسم فرد ما بمفهوم ذات متدني عن الواقع أو عن إدراك الآخرين له، وهنا يتسم سلوكه بالدونية ويتضخم ذوات الآخرين، ويؤدي به هذا أيضاً إلى سوء التكيف " ³.

III. معايير التكيف

دفع الاهتمام بدراسة تكيف الشخصية إلى وضع معايير لقياس التكيف، على الرغم من اختلاف العاملين في هذا المجال في التعبير والصياغة لهذه المعايير الإجرائية، وتوضيح طريقة تطبيقها إلا أنهم متفقون من حيث مضمونها، ويعتبر ما قدمه لازاروس (Lazarus) معايير لتقييم كفاية التكيف وهي:

1. **الراحة النفسية:** ويعني غيابها إحدى العلامات الدالة على سوء التكيف ومن أمثلتها حالات الاكتئاب والشعور القاهر بالذنب أو الخوف من المرض أو الموت.

¹ أحمد محمد حسن صالح وآخرون: مرجع سابق، ص 15.

² سهير كامل أحمد: **الصحة النفسية والتوافق**، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، 1999، ص 22.

³ صالح حسن الداهري، ناظم هاشم العبيدي: مرجع سابق، ص 05.

2. **الكفاية في العمل:** فمن العلامات الدالة على وجود صعوبات تحول بين الشخص وبين تكيفه السوي هو عجز الشخص عن استغلال استعداداته ومهاراته المهنية والاجتماعية وقد يكون سبباً للفشل الدراسي، أو التحصيل المتدني أو أن يكون إنتاجه أقل مما تنتبأ به قدراته.¹

3. **المعيار الثقافي:** إن المجتمع وثقافته يمثلان محددات رئيسية لبناء الشخصية الإنسانية بصفة عامة وانعكاسها للواقع الثقافي الذي يعيشه، فلأفراد الذين يتكيفون مع ثقافة مجتمعهم هم الأشخاص المتكيفون.²

4. **الأعراض الجسمية:** إذ يكون الدليل الوحيد على وجود نقص في التكيف هو إصابة عضو من أعضاء الجسم، وقد نشأ الطب النفسي الجسدي بعد ملاحظة الأطباء من أن الإصابة يمكن أن تحدث سوء التكيف النفسي كصعوبات الهضم.

5. **التقبل الاجتماعي:** من أهم أدلة كفاية التكيف أن تكون الصورة التي يتخذها تكيف الشخص مقبولة اجتماعياً، ويتحقق ذلك بكون سلوكه التكيفي سلوكاً يقره المجتمع، وهناك مجموعة من الخطوات تتم خلال عملية التكيف بوجه عام وهي: وجود مثير للسلوك نتيجة دافع معين وشعور بوجود عائق يعيق استجابته كوجود ظرف جديد ولكن لا يوجد في خبرات الفرد الماضية جواب جاهز على هذا الوضع الجديد.

ومحاولة الفرد الوصول إلى الاستجابة الصحيحة وذلك بقيامه بعدة محاولات للوصول إلى مخرج من الوضع الجديد حتى يحصل تفاعل اجتماعي جيد ويصبح الفرد مهيباً للتواصل الاجتماعي.³

IV. محددات التكيف

ويمكن تحديد التكيف ضمن المحددات التالية:

1. المحددات البيولوجية

وهي ما يرثه الفرد من البنية الوراثية المنفردة من الناحية البيولوجية التي تحدد إمكانيات الفرد وقدراته، وتصل بهذا المحدد الحاجات البيولوجية التي تتمثل في :

- الحاجة إلى الطعام والماء والأكسجين والنوم والإخراج.

¹ الرفاعي، نعيم: **الصحة النفسية دراسة في سايكولوجية التكيف**، ط6، المطبعة التعاونية، دمشق، 1982، ص 76.

² عبد الحميد محمد شاذلي: **التوافق النفسي للمسنين**، مرجع سابق، ص 29.

³ الرفاعي، نعيمص 76.

- الحاجة لبقاء النوع .
- الإحساس والحركة.
- تحقيق السلامة.

وذلك أن هذه الحاجات هي التي تولد الدافعية اللازمة للسلوك الإنساني.

2. المحددات الثقافية

وهي تلك التي تسمح للفرد بأن يحقق التكيف وتتمثل في :

- بناء الأسرة.
- التربية المدرسية.
- النظام الاجتماعي.
- الولاء الاجتماعي والشعور بالانتماء.
- الظروف الاقتصادية والاجتماعية.
- الدين والعقيدة.

وترتبط هذه المكونات بعملية التنشئة الاجتماعية التي يخضع لها الفرد.¹

7. خصائص التكيف

يتسم التكيف بجملة من الخصائص يمكن تناولها فيما يلي :

- الفرد مسؤول على التكيف مع نفسه وبيئته، أي أنها تتم بإرادة ورغبة الفرد، عدا تكيف واحد ليس للإنسان دخل فيه وهو التكيف البيولوجي الذي يتم بطريقة آلية دون إرادة الكائن الحي.²
- تغير سلوك ما عند الفرد وتعديله كأن يغير الفرد من عاداته التي لا تتناسب مع المجتمع الذي يعيش فيه ليشعر بالرضا.
- إن التكيف يكون واضحا كلما واجه الفرد عوائق وعقبات شديدة أو جديدة.
- تتأثر عملية التكيف بالعوامل الوراثية، فالمعاق عقليا غير قادر على التكيف.
- إن التكيف عملية مستمرة باستمرار حياة الإنسان أو أي كائن آخر.

¹ تائر أحمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة: مرجع سابق، ص 28.

² فوزي محمد جبل: مرجع سابق، ص 78.

• إن التكيف يعتبر مؤشرا على صحة الفرد النفسية فالفرد القادر على تحمل الإحباط يعتبر شخصا يتسم بسمات الصحة النفسية السوية.

• إن التكيف يتسم بسمة خفض التوتر عند الفرد وإشباع حاجاته.¹

VI. العوامل المؤثرة في التكيف

إن عملية التكيف تتأثر بعدة عوامل تجعل الفرد قادرا على تحقيق التكيف، سنذكر أهم هذه العوامل وهي:

1. إشباع الحاجات الأولية (البيولوجية)

تتسم الحاجات الفطرية البيولوجية أنها وظيفية حيوية تعمل على حفظ بقاء الفرد، حيث ترتبط بالتكوين الفسيولوجي العضوي له مثل: الحاجة إلى الطعام والشراب، الملبس، المسكن، الجنس، النوم.

2. إشباع الحاجات الثانوية المكتسبة

وهي حاجات تكتسب وتتعلم من البيئة وتتأثر بنوعية التنشئة الاجتماعية، وإن كانت مبنية على أسس فطرية، فهي تعتبر حاجات اجتماعية نفسية حيث أنها عوامل ضرورية في حدوث عملية التكيف بين الفرد وبيئته. كما أنها ذات وظيفة هامة إذ تنظم إشباع الحاجات البيولوجية وتضبطها مثل: الحاجة إلى الحنو، الحاجة إلى الأمن والاستقرار، الحاجة للانتماء، الحاجة للحرية، والحاجة إلى النجاح وتقدير النفس واحترام الآخرين، والحاجة إلى إثبات أو تحقيق الذات والحاجة إلى اكتساب المعارف والخبرات.²

3. المرونة

تعتبر المرونة استجابة مناسبة يقوم بها الفرد نحو المؤشرات الجديدة، فالشخص الجامد والمتحجر لا يتقبل التغيير، لذل فإن تكيفه وعلاقاته مع محيطه سوف تتسم بالاضطراب، بعكس الشخص المرن الذي يقبل المواقف الجديدة ويتوافق معها، وقد يتكيف الفرد مع البيئة الجديدة دون أن يغير من طبيعته وشخصيته إذا كان يتسم بالقوة، أما إذا اتسم الفرد بالضعف فإن قبوله بالمرونة يكون على حساب نكران شخصيته الأصلية الجديدة.³

¹ سعيد عبد العزيز، جودت عزت عطوي: التوجيه المدرسي، ط1، مكتبة دار الثقافة، عمان، 2004، ص 231.

² نوال محمد عطية: مرجع سابق، ص12.

³ سعيد عبد العزيز، جودت عزت عطوي: مرجع سابق، ص 233.

4. التقبل والرضا الذاتي

إن التقبل والرضا الذاتي من أهم العوامل التي تؤثر في سلوك الفرد ففكر الفرد عن نفسه إذا كانت طيبة يتخللها الرضا، وكانت دافعا له اتجاه العمل والتوافق مع الآخرين. والسير والانجاز في مجالات تتفق مع قدراته وإمكانياته والعكس صحيح: الفرد لا يتقبل نفسه ولا يشعر بالرضا يكون معرضا للمواقف الإحباطية والتي يشعر من خلالها بالفشل وعدم التكيف الاجتماعي ويدفعه ذلك إما إلى الانطواء أو إلى العدوان.

5. اكتساب إعدادات والمهارات بالكيفية الملائمة

ذلك من شأنه أن يؤدي إلى حدوث التكيف والذي هو في الواقع، محصلة ما مر به الفرد من تجارب وخبرات أثرت فيه بطريقة أو بأخرى وأدت به إلى كيفية وطرق إشباع حاجاته وتعاونه مع غيره من الأفراد في مجال مجتمعه.¹

6. المسايرة (المسالمة)

إن مسايرة الفرد للمعايير الاجتماعية السائدة في بيئته وقيمه وأخلاق العشيرة على سبيل المثال هي إحدى مظاهر تكيفه مع المحيط، أما إذا ما دخل الفرد في صراعات مع أصحاب هذه القيم فإنه سوف يدفع الثمن وهو الإحباط والفشل وتحمل العدوان والبغض والكرهية، فلقد دفع الكثير من الفلاسفة والمفكرين حياتهم ثمنا لمعتقداتهم لعدم مسايرتهم للأفكار التي كانت سائدة في عصرهم وبهذا المعنى فإن التكيف يعني الاستسلام للوصول إلى السلامة.²

7. الجوانب النمائية

وهي الأشياء التي يتطلبها النمو النفسي للفرد والتي يتعلمها حتى يعيش بسعادة واطمئنان، ويعبر مرحلة النمو بسلام ولكل مرحلة من مراحل النمو مطالب خاصة بها (الطفولة، المراهقة، الرشد، الشيخوخة) مطالب خاصة بها وكلما حقق الفرد مطالب المرحلة الأولى السابقة سهل عليها تحقيق مطالب النمو الثاني وهكذا فإن عدم تحقيق مطالب النمو يؤدي إلى سوء التكيف.

VII. أبعاد التكيف و مجالاته

يمكن النظر إلى التكيف من خلال أبعاده و مجالاته المختلفة، كما يلي:

¹ نوال محمد عطية: مرجع سابق، ص 14.

² سعيد عبد العزيز: مرجع سابق، ص 233.

1. **التكيف الشخصي (الانفعالي):** ويشمل السعادة مع النفس والرضا عنها، وإشباع الدوافع الأولية (الجوع، والعطش، والجنس، والراحة، والأمومة) والثانوية المكتسبة (الأمن، والحب، والتقدير، والاستقلال) وانسجامها وحل صراعاتها، وتناسب قدرات الفرد وإمكاناته مع مستوى طموحه وأهدافه.

2. **التكيف الاجتماعي:** ويشمل السعادة مع الآخرين والالتزام بقوانين المجتمع وقيمه والتفاعل الاجتماعي السوي، والعمل للخير وللسعادة الزوجية، والراحة المهنية، ويظهر هذا النوع من التكيف في المجالات التالية:¹

أ. في الدراسة

تلعب المدرسة دوراً أساسياً في تحقيق التكيف والصحة النفسية لطلابها، والتفاعل الاجتماعي الجيد يحقق التلاؤم الجيد للتلاميذ أساسه التكيف وتكوين اتجاهات سوية نحو المدرسة.²

ب. في الأسرة

ويطلق عليه اسم التكيف الأسري، وهو أن يسود الوفاق بين الزوجين، وإن تكون العلاقة قائمة على المودة والمحبة والتعاون، ويتضمن هذا التكيف في البداية ما يسمى بالتوافق الزوجي المتعلقة أساساً باختيار الشريك، وتجانس مستوياتهما الفكرية والثقافية والاجتماعية والعمرية.

ج. في العمل

ويطلق عليه اسم التوافق المهني ويتضمن اختيار الشخص للمهنة أو العمل الذي يناسب قدراته واستعداداته، وتقبله، رضاه عنها، ومحاولاته المستمرة لتطويرها والإبداع فيها وشعوره بالسعادة والرضا أيضاً.³

3. **التكيف المطلق والتكيف النسبي:** يشير التكيف المطلق إلى حالة غير موجودة في الواقع إذ يعني خلو الإنسان تماماً من كافة الأمراض والاضطرابات والعلل الجسمية والعقلية والنفسية والأخلاقية ومن كافة مظاهر الشذوذ، كما يعني التكيف المطلق أن تكون جميع حاجات الفرد الجسمية والعقلية والنفسية والمعنوية والاجتماعية مشبعة تماماً، كما يشير هذا النمط النظري من التكيف إلى أعضاء الجسم التي تؤدي وظائفها على الوجه الأكمل، ومثل هذا التكيف المطلق غير موجود في عالم الحقيقة والواقع إذ

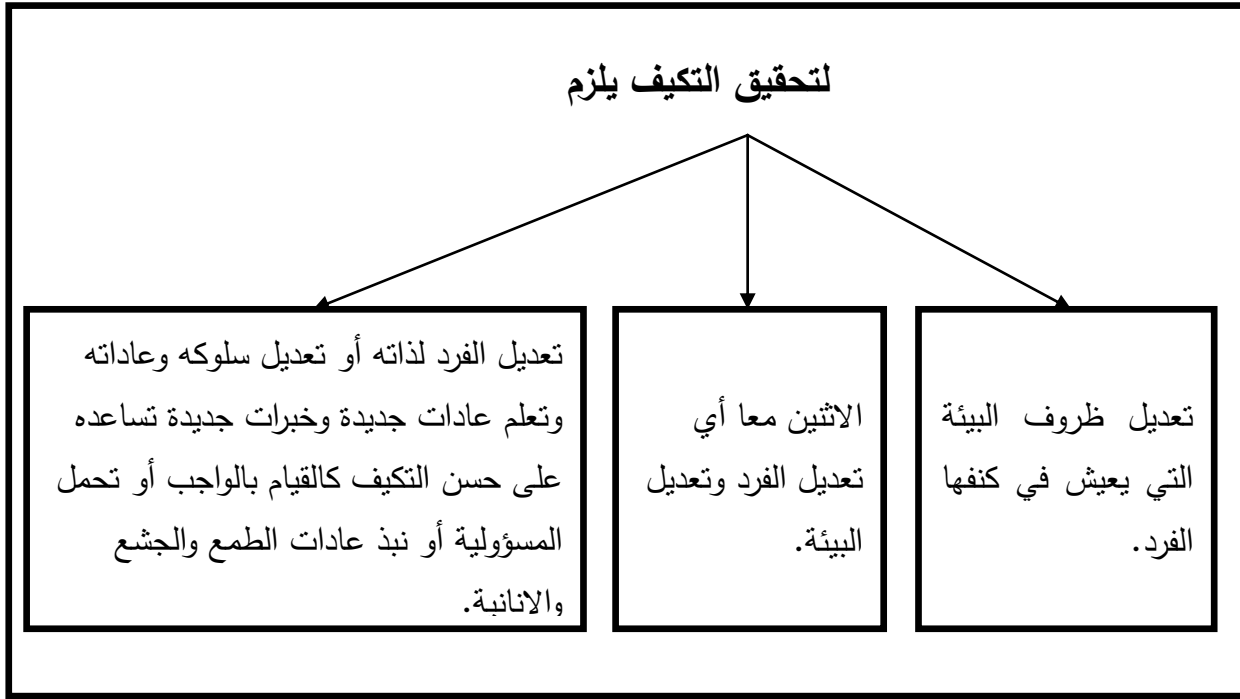
¹ بطرس حافظ بطرس: مرجع سابق، ص 103.

² ثائر أحمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة: مرجع سابق، ص 54.

³ بطرس حافظ بطرس: مرجع سابق، ص 103.

لا يوجد إنسان خالي تماماً من كافة الأمراض وان جميع حاجاته مشبعة وأن جميع أعضائه تؤدي وظائفها على الوجه الأكمل. ومثل هذا التكيف المطلق غير موجود وأن جميع حاجاته مشبعة وأن جميع أعضائه تؤدي وظائفها على الوجه الأكمل. إنما كل ما يوجد وكل ما تطمح إليه هو التكيف النسبي أو الجزئي فقط. بحيث يتمتع الإنسان بقدر معقول من الصحة والسعادة والسلامة، وأن تشبع حاجاته وأن تؤدي أعضاؤه وظائفها فقط بصورة معتدلة.¹

الشكل رقم (03): يوضح كيفية تحقيق التكيف



المصدر: عبد الرحمان محمد العيسوي: تكيف الطفل العربي في ظل الظروف الراهنة، ط1، منشورات الحلبي الحقوقية، بيروت، 2011، ص 28.

VIII. أساليب التكيف

تؤدي الضغوط النفسية المختلفة سواء في الأسرة أو تلك الناتجة عن ضغوط العمل أو غيرها من الضغوط التي يواجهها الفرد في حياته إلى آثار جسدية وسلوكية ونفسية يمكن أن تؤثر على حياته، وتحدد ايجابية أو سلبية هذه النتائج عدة عوامل: أهمها أساليب التكيف التي يتبعها الفرد في التعامل مع

¹ عبد الرحمان محمد العيسوي: مرجع سابق، ص 26 .

هذه الضغوط، وقبل الخوض في أساليب التكيف وجب علينا النظر إلى مجموعة من المتغيرات والعوامل كما يرى " ميناغان (1983)" أن هناك ثلاث متغيرات هامة في أساليب التكيف وهي:¹

1. **مصادر التكيف:** هي عبارة عن نظرة الفرد وتقديره لذاته وللعالم من حوله، وإحساسه بالتماسك، وثقته بقدراته في السيطرة على المواقف التي يمر به، وقدراته العقلية، ونجاحه في إنشاء علاقات اجتماعية مع الآخرين .

2. **جهود التكيف:** هي ردود فعل الفرد الداخلية والخارجية في محاولة التعامل مع الضغوط النفسية، كأساليب حل المشكلات، وطلب المساعدة من الآخرين.

3. **أساليب التكيف:** هي تميز الفرد بنمط خاص به في التكيف مثل ميله إلى الانسحاب من الموقف الضاغط أو مواجهته بالعدوان المباشر .

كما هناك عدة أساليب لمواجهة الضغوط النفسية وهي:

أ. **أساليب المواجهة:** وتشتمل على التعامل النشط، التخطيط، التمهّل.

ب. **أساليب التماس العون:** ويكون فيها اللجوء الى الدين ، والدعم الاجتماعي للعمل.²

ج. **أساليب سلوكية نشطة:** وتشتمل السلوكيات الظاهرة التي تعكس محاولة التعامل المباشر مع المشكلة أو مصدر الضغوط النفسية.

د. **أساليب معرفية:** وتتضمن ما يقوم به الفرد من مجهود عقلي لتقدير أبعاد مصادر الضغوط النفسية ودرجة خطورتها ومدتها.

هـ. **أساليب الإحجام أو الكف:** وتعكس محاولة تجنب المشكلة، وعدم التعامل المباشر مع مصادر الضغوط النفسية. فربما حاول الفرد هنا الحد من التأثير الانفعالي السيئ الناتج عن الضغوط النفسية بطريقة غير مباشرة.³

¹ أحمد عيد مطيع الشخاينة : **التكيف مع الضغوط النفسية**، ط1، دار الحامد للنشر والتوزيع ، عمان، 2010، ص ص 36، 37.

² نشوة كرم دردير : **الاختراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ، ب) وعلاقته بأساليب مواجهتها**، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية ،جامعة الفيوم، مصر، 2007، ص 63.

³ أحمد عيد مطيع الشخاينة: مرجع سابق، ص ص 36، 37.

IX. مؤشرات التكيف

أن من أبرز مؤشرات تكيف المراهق هو في مدى تقبله للحقائق المتعلقة بقدراته وإمكاناته. ومدى استمتاعه بالعلاقات الاجتماعية، وكفاءته في مواجهة مشكلات الحياة اليومية وتنوع نشاطه وفضوله. ذلك أن هناك فرقا كبيرا أن تكون اهتمامات الفرد ضيقة ومحدودة وبين أن تتسع اهتماماته وميوله لتشمل نواحي الحياة المختلفة.

وتحرك المراهق في كل مرحل من مراحل حياته دوافع وحاجات بعض هذه الحاجات حاجات فسيولوجية، نفسية واجتماعية، وإشباع هذه الحاجات والدوافع من الضرورات الأساسية بالنسبة للفرد. من أجل تحقيق التكيف والشخصية السوية والصحة النفسية السليمة.

ولا يتحقق ثبات واتجاهات الفرد ومواقفه إلا مع توافق خطي فكري واضح وخلفية فلسفية عميقة تصدر عنها أحكام الفرد وتصرفاته المختلفة ذلك أن تكوين فلسفة واضحة في الحياة ليس أمرا سهلا، وإنما هي عملية تدريجية تتأثر بما يكونه الفرد من قيم خلال حياته وخبراته المتنوعة في الأسرة والعمل والدراسة.

ومن خلال اتصالاته الاجتماعية، كما تتأثر أيضا بثقافة الفرد وما يبذله من جهد في حياته، ومن خلال اتصالات يقوم بها.

ولا شك في أن قدرة الفرد على تحمل مسؤولية أفعاله وما يتخذه من قرارات هو إحدى علامات التكامل والصحة النفسية في آن واحد. كما أن التهرب من المسؤولية هو دلالة على عدم تفاعل النضج الانفعالي، وأن المسؤولية ترتبط ارتباطا وثيقا بالنضج والرشد، مما يعني افتقار المراهق إليها، وأنه لم يصل إلى النضج الوجداني الكافي، وأن هناك خطأ ما أو قصور في تنشئته وفي تطبيعته الاجتماعي.¹

X. النظريات المفسرة للتكيف

يختلف تفسير ماهية التكيف باختلاف المدارس والاتجاهات النظرية، ونظرة كل منها إلى الإنسان والحياة وطبيعة العلاقات الإنسانية، وظهرت عدة نظريات تناولت التكيف الإنساني ومنها:

¹ سامي محمد ملحم: الإرشاد النفسي عبر مراحل العمر، مرجع سابق، ص 317.

1. التكيف من منظور مدرسة التحليل النفسي

يرى "سيغموند فرويد" مؤسس هذه النظرية أن الفرد يولد مزودا بغرائز ودوافع وان الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات يعقبها إشباع للحاجات أو إحباطات، وعليه فان الفرد في صراع بين دوافعه الشخصية التي لا يقبلها المجتمع من جهة والمطالب الاجتماعية من جهة أخرى، وعليه يتم التكيف إلا إذا استطاعت (الأنا) التي تعمل وفق مبدأ الواقع على تحقيق التوازن بين متطلبات (الهو) وتحذيرات (الأنا الأعلى) ومقتضيات الواقع، أي حل الصراع بين (الهو) و (الأنا الأعلى).¹

2. التكيف من منظور المدرسة السلوكية

يرى أصحاب الاتجاه السلوكي أن مفهوم التكيف عند السلوكيين هو اكتساب الفرد مجموعة من العادات المناسبة والفعالة في معاملات الآخرين والتي سبق أن تعلمها الفرد وأدت إلى خفض التوتر عنده أو أشبعت دوافعه وحاجاته وبذلك تدعمت وأصبحت سلوكا يستدعيه الفرد كلما وقف في نفس الموقف مرة أخرى.²

ومن وجهة نظر السلوكية فن التكيف يتحقق من خلال:³

- زيادة إدراك الفرد لجميع الظروف التي تؤدي إلى حدوث السلوك الشاذ أو التي تمنع السلوك المطلوب من أن يحدث.
- مكافأة السلوك الناجح والتوصل إلى معلومات جديدة حول الحاجات الأخرى.

3. التكيف من منظور المدرسة الإنسانية

يعد مفهوم الذات مفهوما محوريا في بناء الشخصي وكذا التكيف النفسي، ومفهوم الذات الايجابية يعبر عن الصحة النفسي والتكيف النفسي، وان تقبل الذات يرتبط موجبا يتقبل وقبول الآخرين، ويعد تقبل الذات عاملا أساسيا في تحقيق التكيف، في حين أن مفهوم الذات السلبي يعبر عن عدم التكيف لدى الفرد، كما أن تطابق مفهوم الذات الواقعية مع مفهوم الذات المثالية لدى الفرد يؤدي إلى التكيف فالصحة النفسية وعدم التطابق يؤدي إلى القلق والتوتر وسوء التكيف.

¹ يونسى كريمة: الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ، مذكرة ماجستير في علم النفس المدرسي (غير منشورة) ، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة تيزي وزو، 2012، ص99.

² عثمان حمدين عثمان: التوافق النفسي والاجتماعي لدى النازحين الشباب، مذكرة ماجستير في قسم علم النفس، جامعة الخرطوم، 2005، ص31.

³ عرين عبد القادر باجس المحالي: العلاقة بين الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية وبين كل من العزو والسببي التحصيلي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي للطلبة الموهبين والتفوقين بدولة الإمارات المتحدة، أطروحة دكتوراه، جامعة عمان، كلية علوم التربية، 2006، ص46.

وفي ضوء وجهة نظر "ماسلو" في أن الشخص المحقق لذاته قد يكون أنجز مستوى عاليا من التكيف الشخصي.¹

4. التكيف من منظور النظرية الاجتماعي

" ويشير أصحابها أن هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التكيف، ويؤكد أصحاب هذه النظرية أن الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر في التكيف، حيث صاغ أرباب الطبقات الاجتماعية الدنيا مشاكلهم بطابع فيزيقي، كما أظهروا ميلا قليلا لعلاج المعوقات النفسية، في حين قام ذووا الطبقات الاجتماعية العليا والراقية بصياغة مشكلاتهم بطابع نفسي، وأظهروا ميلا أقل لمعالجة المعوقات الفيزيائية، ومن أشهر أصحاب هذه النظرية نجد: فيرز، دنهام، هولنجنزهد، رديك".²

"ومن أبرز العلماء والباحثين الذين كتبوا حول التكيف نجد على رأسهم لازاروس، حيث بين Koul (1978) أن هذا العالم عندما بحث في موضوع التكيف أكد أنه لا بد أن تتوفر معايير معينة مع الشخص حتى يكون متكيفا ومن بينها الارتياح النفسي والبعد عن القلق والضغوطات، الكفاءة في العمل، الابتعاد وتجنب الأمراض، ثم القبول الاجتماعي من خلال العلاقات والسلوكيات الجيدة والايجابية. كما نجد أن بيل وهو من بين الأوائل الذين اهتموا بموضوع التكيف، وذلك كما بينه كل من مدحت عبد اللطيف وعباس محمود عوض، حيث وضع مقياسا في هذا المجال والذي من خلاله بين مجالات التكيف الأساسية والتي هي كالتالي: التكيف المنزلي، التكيف الصحي، التكيف الاجتماعي، التكيف الانفعالي، التكيف المهني، والتكيف العام.³

ثانيا: التكيف المدرسي

1. مفهوم التكيف المدرسي

إنه مما لا شك فيه، أن الفرد المتعلم يمكن أن يتكيف أو يتوافق مع البيئة المدرسية التعليمية، بما فيها من مناهج ومواد دراسية مختلفة، ومعلمين وزملاء.. الخ. إذا كانت هذه البيئة التعليمية تتفق - أساسا - مع ميوله ورغباته واتجاهاته. ويشعر بداخلها بالرضا والارتياح والتقبل والاستقرار من خلال الأخذ والعطاء

¹ يونسى كريمة: مرجع سابق، ص100.

² مدحت عبد الحميد عبد اللطيف، الصحة النفسية والتفوق الدراسي، ط1، دار النهضة للنشر، مصر، 1990، ص39.

³ إبراهيم أحمد أبو زيد: سيكولوجية الذات و التوافق، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1987، ص 63.

بين أفرادها، والتفاعل الاجتماعي وتقدير الذات واحترامها والثقة بالذات والتعبير عنها في مجالات الدراسة المختلفة .

ترى المدرسة الحديثة أن التكيف الاجتماعي المدرسي هو " اندماج التلميذ في الجماعة المدرسية لكي يصبح عنصرا حيا وعضوا عاملا في جماعة تساعد على تحقيق ذاتيته جسمانيا وعقليا واجتماعيا وعاطفيا، لكي يأخذ مكان بين بقية أعضاء هذه الأسرة وأن يشعر بالتضامن معهم، حتى يتمكن من تنمية استعداداته وقدراته إلى أقصى حد مستطاع وازدهار شخصيته إلى أبعد حد ممكن.¹

فالتلميذ المتكيف اجتماعيا ومدرسيا يخرج وكله ثقة في نفسه وزملائه وأساتذتهم وعلى استعداد للتعاون معهم والمساهمة بكل ما أوتي من قوة في الخير العام الذي يعود عليه وعلى غيره.²

II. مجالات التكيف المدرسي

تلعب المدرسة دورا أساسيا لتحقيق التكيف والصحة النفسية لطلابها، والمدرسة مكانا يقضي فيه التلاميذ معظم وقتهم ويتعرض لقوانين وأنظمة انضباطية خلال فترة وجودهم فيها، ويتاح لهم فيها ظروف خاصة من التفاعل الاجتماعي فيما بينهم، وفي إطار قدرة المدرسة على تحقيق التلاؤم الجيد للتلاميذ أساسه التكيف للجميع وتكوين اتجاهات سوية وإتاحة الفرصة للتلاميذ للتفاعل مع نظم المدرسة وتوفير المجال لهم للمبادرة بالمحافظة أو تحسين أو تطوير علاقاتهم بجوانب البيئة المدرسية ويمكن أن نذكر أهم المجالات وهي :

1. التكوين المادي للمدرسة

إن المدرسة ينبغي أن يتوفر عند تصميمها، اختيار الموقع الملائم للبناء الذي يحقق حرية حركة التلاميذ وانسيابيتهم وعدم التكدس في مكان واحد، فضلا عن توفر القاعات والمكتبات والملاعب الكافية واللازمة للتعبير عن الطاقات الفكرية والحركية والفنية، ويراعي أيضا في صفوف الدراسة الظروف الصحية من حيث التهوية والإضاءة ووضع المقاعد والأجهزة وغير ذلك مما يجعل المدرسة مثيرة وباعثا عن السرور والبهجة ويعمل على تكوين اتجاه نحوها، فيقبل عليها الطلبة وهم في حب لها وتقبل لبرامجها

¹ محمد جمال الصقر: الاتجاهات في التربية والتعليم، دار المعارف، القاهرة، 1965، ص 83.

² سلوى عثمان الصديقي: الممارسة المهنية لطريقة خدمة الفرد، ط1، المكتب الجامعي للحديث، القاهرة، (مصر)، 2002، ص 115 .

ومناهجها لكي يقودهم هذا الإقبال والتقبل إلى حياة نفسية خالية من الأمراض والمشكلات أساسها السواء والتكيف.¹

فلقد تحدث الكثير من التربويين على أهمية المبنى الدراسي ولقد أفاضوا في ذلك بالتفصيل ويمكن تلخيص أهمية المبنى المدرسي في أنه أحد الأركان الأساسية التي تعتمد عليها العملية التعليمية بمكوناتها الأربعة : المنهج، المعلم والتلميذ والوسيلة التعليمية.²

2. النظم واللوائح المدرسية

وبهذا الموضوع يطلب من المدرسة العمل على تكوين اتجاه ايجابي نحو نظمها ولوائحها بعيد عن خلق الأجواء المخيفة التي ترهب التلاميذ، وتشيع بينهم حالة من الفوضى والإرباك عن طريق ما تسنه من قواعد يصعب تقبلها ويصعب الالتزام به، بل إن من واجب المدرسة أن تعمل أولاً وقبل كل شيء على توعية التلاميذ وتوعيتهم أن القوانين واللوائح والنظم المدرسية، إنما وضعت لحمايتهم وليس الحد من حريتهم، وأن المدرسة ملك للجميع، ويساعد على تكوين الاتجاهات الايجابية للقوانين ولوائح المدرسة، قدرة الإدارة على تطبيق هذه اللوائح بعدالة مع كل التلاميذ دون استثناء كي يصبح لها معان أخرى ترتبط بمفاهيم بعيدة عن القهر والتسلط والعنف والتخلص من يوم مدرسي كريه.³

3. التفاعل الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية

تعتبر العلاقات الاجتماعية نتاج التفاعل الاجتماعي الذي يحدث بين أفراد المجتمع وتحدث بين أفراد المجتمع، إذ تحدث العلاقات الاجتماعية في المؤسسات التربوية وتلعب المشاكل النفسية والاجتماعية دورا كبيرا في درجة تكيف الفرد مع رفاقه وزملائه في النادي والمدرسة وغيرها من مواقع التجمع.⁴ ويتأثر سلوك التلميذ داخل المدرسة بشبكة معقد من العلاقات الشخصية فمن خلال تعامله مع الجامعة يتشكل سلوكه وتنمو شخصيته سلبا أو إيجابا، وقد يصبح التلميذ جراء هذه العلاقات المتفاعلة شرسا يتميز بالقوة والعدوان أو يصبح كبش فداء أو يكون زعيم للجماعة أو منعزل عنها، إن السلوك الجماعي وعملية التفاعل التي تحدث داخل الجماعة عنصر مهم في المناخ الدراسي للمدرسة، حيث تنمو لدى التلميذ (الأنا الجمعي) داخل الجماعة وبخاصة عندما يشعر أنه مقبول من جماعته وأن سلوكه

¹ أحمد ثائر غباري، خالد محمد أبو شعيرة: مرجع سابق، ص 54.

² غادة بنت عبد الله أحمد الطاهر: مبانى مدارس التعليم العام دراسة تقويمية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم الإدارة التربوية، كلية التربية، جامعة الملك سعود، السعودية، 2007، ص 09.

³ أحمد ثائر غباري، خالد محمد أبو شعيرة: مرجع سابق، ص 54، 55.

⁴ محمد محمد الشحات: تدريس التربية الرياضية، مرجع سابق، ص 46.

وتفاعله الاجتماعي مع أقرانه من التلاميذ أدى إلى تقوية معنوياته ووفر لهم الطمأنينة والشعور بالثقة بالنفس وروح الانتماء للجماعة وجميع هذه السمات تقود إلى السوية والتكيف وتكامل الشخصية.¹

ولقد ركز الباحثين في علم الاجتماع الرياضي على " الأفعال والعلاقات وفقا للظروف الاجتماعية والبيئية الثقافية التي يمارس فيها الأفراد حياتهم".²

وبناء على ما سبق يمكننا أن نستج أهمية العلاقات الاجتماعية في الوسط المدرسي وخاصة علاقة التلميذ بزملائه والتي تعتبر كمؤشر على تكيف التلميذ.

4. التكيف والمدرس

يعد المدرس حجر الزاوية في تحقيق التكيف عند التلاميذ، فهو البديل الحقيقي للوالدين، وهو المكلف الرسمي برعاية التلاميذ علميا ونفسيا، وهذا لن يتم بسهولة ما لم يمتلك المدرس الكفاءة المهنية التي تؤهله لبناء علاقات مع التلاميذ تنعكس على تصرفاتهم وسلوكياتهم الفردية والجماعة وتؤثر في مدى تمتعهم بالتكيف والصحة النفسية، بمعنى آخر فإنه لا يمكن أن نتصور مدرس يفتر إلى جوانب التكيف ويستطيع أن يوفر تحقيق التكيف لتلاميذه أن فاقد الشيء لا يعطيه، وهذا ما يعدو أي الاعتقاد بأن الجانبين العلمي والنفسي للمدرس أمر ضروري لا ينبغي التهاون فيها، كما ينبغي أن تتوفر في المدرسة خصائص مهمة لكي يستطيع التأثير في التكيف النفسي للتلاميذ وهذه الخصائص هي:

- أن يكون على قدر من التكيف سعيدا في حياته الخاصة وله علاقاته الاجتماعية الناضجة.
 - أن يؤمن بالقيمة الإنسانية لكل تلميذ وأن يحاول أن يكون صديقا للجميع .
 - أن يكون على درجة كبيرة من المرونة وأن تتطابق بشخصيته في داخل غرفة الصف مع شخصيته خارجها .
 - ان يكون مدركا للنزعات الاستغلالية لتلاميذه وبخاصة المراهقين منه ، فلا يسئ تفسير سلوكهم.
- ويمكننا أن نقول إن للمدرس دورا إرشاديا يساعد التلاميذ في تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي والمدرسي من خلال ما يقدمه له من نصائح ومعارف بيداغوجية تنمي خبراتهم التي تساعدهم على مواجهة الصعوبات والتحديات المعاصرة .

¹ أحمد ثائر غباري: مرجع سابق، ص ص 55، 56.

² عبد الحكيم رزق عبد الحكيم: المظاهر الاجتماعية للرياضة، ط1، مؤسسة عالم الرياضة ودار الوفاء للطباعة، الإسكندرية، 2015، ص 24.

5. المناهج والتكيف

يعد المنهاج بمفهومه المعاصر أحد ركائز البناء النفسي للشخصية، ومن خلال وفي إطاره نتوقع أن يتم نمو التلاميذ عقليا ونفسيا فالمنهج الذي يكون قاصدا على احتواء مختلف العناصر التي تفيد نمو التلاميذ في مراحلهم المختلفة أو إذا كانت محتويات المنهج مما يتخم العقل، أو إذا كان محتوى هذا المنهج لا يعجبه أو لا يتذوقه التلميذ أو لا يحس بطعم، أو إذا كان المنهج مهما علت قيمته يقدم قصرا وقهرا للتلاميذ، إذا تصف المنهج بأي من تلك الصفات فقد معناه وأصبح مضمونه ومحتواه غير ذي فائدة، وبدون معنى، بل سيكون مردوده على عقول التلاميذ ونفوسهم سلبيا، فانه لا يقدم لهم أي شيئا يخدم صحتهم النفسية بل من المحتمل أن يزيد من تفاقم الحالة النفسية إذ لم يكن سلبيا في بذر بذور المرض واللاسواء ويقود إلى سوء التوافق النفسي بين صفوف التلاميذ.¹

III. متطلبات التكيف المدرسي للتلاميذ في المرحلة الثانوية

تعتبر المرحلة الثانوية من أكثر المراحل التعليمية أهمية بالنسبة للتلاميذ من مختلف المجتمعات نظرا للتحديات الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والسياسية التي يعيشونها، وكونها تعبر عن الجسر الذي يمكنهم من خلاله الوصول إلى تحقيق هويتهم وأهدافهم .

ويمكن لنا أن نذكر أهم المتطلبات الضرورية لتحقيق التكيف المدرسي كالتالي:

1. متطلبات بيئية

ويقصد بها كل المتطلبات التي يصادفها التلميذ في وسطه المدرسي والتي لا بد له من التعرف عليها، وهي المهام والالتزامات والحقوق الواجبات نحو النشاطات المدرسية ومرافقتها، لضبط سلوكه وضمان النظام فيها.

2. متطلبات اجتماعية

يعيش التلميذ في الثانوية وسط من العلاقات الاجتماعية والإنسانية والتي يتفاعل معها وتساهم في تكوين شخصيته معرفيا، وانفعاليا وشخصيا واجتماعيا وتكون هذه العلاقات تنحصر بين التلميذ وزملائه

¹ ثائر أحمد غيار، خالد محمد أبو شعيرة: مرجع سابق ، ص ص 55، 56.

وأساتذته والطاقم الإداري، ولتحقيق التكيف مع المطلب لابد أن تتوفر هذه العلاقات عنصر المحبة والتقدير والاحترام والمشاركة والأمن والطمأنينة.¹

3. متطلبات نفسية

يعد توفر مطالب النمو النفسي السوي في جميع مراحلها وبمخالف مظاهره الانفعالية والجسمية من أهم عوامل تحقيق التكيف وينظر إلى البناء النفسي المتوازن أنه يساهم في تحقيق السعادة.²

4. متطلبات دراسية

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة التغيرات نفسية وفسولوجية تطراً على التلميذ هذه التغيرات وقد ينجم عنها مشكلات، وأن من بين التغيرات هي التغيرات المعرفية بحيث أنه يعتبر مرحلة متطورة جداً من التفكير المنطقي والنضج لذا فهو يحتاج إلى إشباع حاجاته المعرفية، وتعمل الثانوية على توفير المطلب من خلال إكسابه أساليب تعلم جديدة تتوافق مع ميوله ورغباته وطموحاته، ومن شأنها أن تزيد من دافعيته نحو تحقيق النجاح الدراسي.³

IV. مركبات التكيف المدرسي

يتعلق تكيف التلميذ مع المدرسة بعوامل متعددة ويتفاعلها الثابت يكون بعض هذه العوامل داخل الطفل، وبعضها ملتصقة بمختلف الأوساط التي يتطور فيها أو يتوجب عليه مواجهتها هي القاعدة الرئيسية لبناء شخصية، والمدرسة هي مكان تفتح ونمو إمكانياته الفكرية والعاطفية والاجتماعية ومكان اكتساب المعارف التي يتطلبها المجتمع، وسنتناول هذه الأطراف بشيء من التفصيل وهي:

1. التلميذ

إن سن السادسة هي عمر الدخول إلى المدرسة، والتي يرغب فيها الطفل ويخشى منها في نفس الوقت، وبلوغ هذه السن والدخول إلى المدرسة يعنيان تطوراً هائلاً، ومرحلة فاصلة في نفسية الطفل أو التلميذ، حيث ينخرط مع أقران له ورفقاء له دون مساعدة حب والديه، ويتخلى عن نوازه الفضولية من أجل الحساب والقراءة والتنافس المدرسي محل الغيرة واكتساب المعارف محل الاستفراق بالأشياء.⁴

¹ بن عائشة سمية: أساليب التفكير المدرسي وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسياً والعادين في المرحلة الثانوية، مذكرة ماجستير في علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة باتنة، الجزائر، 2014/2015، ص 85.

² محمد ساعد الجعيد: الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة جامعة تيوك، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم علم النفس، همادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، السعودية، 2011، ص 16.

³ بن عائشة سمية: مرجع سابق، ص 85.

⁴ فرانسوا هاغيت: ترجمة شاهين لطفي، علم النفس المدرسي، ط1، الدار العلمية ودار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان (الأردن)، 2000، ص 19.

2. العائلة

إن العوامل التي تساهم في بناء شخصية الطفل والتي لها الدور الأكبر في حياته وهي الأسرة، إذ تعد الخلية الاجتماعية الأولى التي تحتضن الطفل منذ ولادته فيتربى في جوها ويتأثر بمحيطها، فتزرع فيه خصاله وعاداته، ترى ميوله وتنمي استعداداته، باختصار أنها حاضنة وحامية لطفولته، فالطفولة هي المرحلة الأساس في حياة الإنسان ويقدر ما يكون هذا الأساس قويا وسويا يكون الإنسان الراشد فاعلا ويتحمل مسؤولياته بثقة وجدارة.

3. الكيان الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للعائلة

لقد لاحظ بالي " P.Paillet " التأثير الحاسم للعوامل الاقتصادية والاجتماعية في العائلة على النجاح المدرسي، حيث أن النتائج المدرسية للتلميذ في آخر السنة الأولى من المدرسة الابتدائية تحمل بصمات الخصائص الثقافية العائلية.

4. المدرسة

في السنوات الأخيرة ظهرت أبحاث كثيرة وفي بلدان مختلفة في محاولة لإيجاد وإدراك دور المدرسة في المصاعب التي يمكن وحدها أو مشتركة في أصل إعادة الصفوف والرسوب المدرسي الذي نلاحظه.

أ. الشروط التربوية

غالبا ما يكون عدد التلاميذ في الصف الواحد كبيرا فلا يسمح بإجراء تعليم مفرد p فالتائج تكون بالغة الضرر بشكل خاص، وقد دلت الدراسة الفارقية للتدرج المدرسي وفق نوع الدراسة التي قادها زاروا ودابو (1954) على وجود نسبة منخفضة جدا من إعادة الصفوف (2 إلى 3) عند التلاميذ الذين يستطيعون الاستفادة من تجهيزات تربوية وفيرة وذات نوعية، ومن دعم تربوي أكثر فاعلية.¹

ب. البرامج

لقد أظهرت الأبحاث النفسية التربوية وخاصة تلك التي أجريت من أبحاث جان بياجيه " jan piaget " على مراحل النمو المعرفي المتفاوت والتي تتضمن أن عمليات التفكير لدى الطفل ليست هي نفسها عند الراشدين والنمو ليس ببساطة عبارة عن مهارات كمية متراكمة بل هو عبارة عن سلسلة من

¹ معتوق خولة: الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من التكيف المدرسي ودافعية الانجاز لدى المعاقين سمعيا، رسالة ماجستير (غير منشورة)، تخصص تربوية علاجية، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، المسيلة، 2014، ص111.

إعادة التركيب الكيفي، وهذه المراحل متتالية وتظهر وفق نظام ثابت من التسلسل لأن كل واحدة منها ضرورية في تكوين التي تليها.

ج. الطرق

هناك كتاب عديدون (ناتاسون (1976) "J. Natanson" فايل (1977) "G, Vail"، كرايزس (1981) "Gresas") فضحوا التفاوت الموجود بين الممارسات المدرسية الراهنة والطرق التي ينتهجها علم نفس الطفل والأبحاث النفسية التربوية، التي أفضت إلى ضرورة إرساء الطرق التربوية في المدرسة الابتدائية على الملاحظة والاختبار الذين يقوم بهما التلاميذ.¹

٧. التكيف المدرسي عند الطفل

إن خصوصيات التكيف أو عدم التكيف المدرسي في جميع المستويات الدراسية، يكون وفق محورين أساسيين وهما:

- إعداد العلاقة مع الموضوع.
- الإعدادات الدفاعية لتصدي للقلق .

إن تحديد إمكانية التكيف أو عدم التكيف المدرسي، يرتبط بنوعية الإمكانيات الدفاعية المكونة من خلال مراحل النمو، والتي في الأصل ترتبط بنوعية العناية الأموية من خلال طريقتها في تقديم الأشياء لطفلها، باعتبار أن المواد الدراسية تتطلب استثمارا من نوع خاص، يضع التلميذ أمام توظيف نفسي وعقلي يمكنه من القدرة على إرضان ذلك بصفة مقبولة، ليعد متكيفا، وإلا اعتبر غير متكيف أي أن نوعية التوازن السيكوسوماتي لطفل عامل أساسي لتكيفه أو انعدامه اتجاه مجابهة المواد الدراسية.²

٧١. مظاهر سوء التكيف الاجتماعي للمجتمع

تعد مشكلة سوء التكيف الاجتماعي بين أفراد المجتمع في الوقت الحاضر من أهم الظواهر الاجتماعية المعقدة في معظم المجتمعات، ومظاهر مشكلات سوء التكيف الاجتماعي متعددة ومتنوعة وهي تتراوح ما بين ارتباك بعض الأحداث والشبان أنماط معينة من السلوك المنحرف والتسكع في الشوارع وتناول الحبوب المخدرة وما إلى ذلك، وكذلك ارتباك بعض السرقات قليلة الأهمية، ومنها ما يصدر من

¹ معتوق خولة: المرجع السابق، ص 112.

² DEBRAY (R) " Equilibre psychosomatique de l'age scolaire", in E.M.C.Psychiatrie, 1986, P.4.

الطلاب في المدارس والمؤسسات التعليمية كالمعاهد والكليات، حيث نجد الاستهتار بالقواعد والأنظمة المتبعة فيها، وعدم الاكتراث بها أو عدم الحرص على إتباعها .

ويجب أن نميز أو نفرق بين التكيف وبين القدرة على التكيف ويلاحظ أن حالات عدم القدرة على التكيف الاجتماعي أو سوء التكيف الاجتماعي غير السوي يمكن أن تنقسم إلى مجموعتين أو فئتين :
أولاً هي الحالات التي تندرج تحت حالات أو ظواهر ما تسمى (الإحباط الاجتماعي)، حيث نجد صغار السن من الشباب أو في أعمار معينة - وهم يحاولون الحصول على فرص التعبير عن أنفسهم، وفرض أو تعزيز مكانتهم وإظهار مدى تأثيرهم، فضلاً عن محاولتهم تحقيق اعتراف المجتمع لهم وتقديرهم، نجدهم يحاولون بوسائلهم الخاصة غير متجانسة لتحقيق هذه الأهداف.
ولكن نجد في ذات الوقت أن هذه الوسائل الخاصة التي يتبعونها قد لا تلقى قبولا من المجتمع الذي يعيشون فيه.

ومن ثم يجد هؤلاء الشباب وهم في أعمار صغيرة من المعوقات ما يقف حائلاً دون تحقيق الأهداف التي يتطلعون إليها؛ أي أنهم يواجهون عدم القدرة على التكيف الاجتماعي.

(أما المجموعة الثانية) فتتسم هذه الحالات أو المجموعات بمظاهر السلو الفردي المضطرب وغير المتزن التي تنشأ بالضرورة من اضطراب الدوافع الشخصية، فالطفل أو الحدث إذا تكيف إزاء هذه المواقف أو المظاهر الإنسانية ويفعل ذلك بصورة آلية وغريزية. وعندما يضطرب هذا الشعور أو الإحساس الغريزي أم يكبت، فأننا نواجه في هذه الحالة مشكلات سوء التكيف الفردي.¹

VII. مفهوم سوء التكيف

عند استئارة هذا المفهوم يظهر لنا للوهلة الأولى أن سوء التكيف نقيض مفهوم التكيف، واستعمل سوء التكيف خاصة في المجلس الفرنسي التقني للطفولة المعاق والأطفال الذين هم في فطر معنوي، واستعير هذا المفهوم لتعين عينة من الأطفال الذين هم بحاجة إلى علاج طبي نفسي أو تربوي وحسب "la fon" غير المتكيف هو الفرد الذي يعاني من نقص في الكفاءة أو من عيب أو خلل في الطبع كل ذلك من شأنه خلق صراعات مع حقيقة المجتمع، إذا فسوء التكيف نحدده عند مجموعة الأطفال الذين يثبتون مقاييس تربوية مختلفة عن أغلبية الأطفال الآخرين.²

¹ بطرس حافظ بطرس، مرجع سابق ، ص ص 107 - 109.

² فياض منى: الطفل والتربية المدرسية في الفضاء الأسري والثقافي، ط1، الدار البيضاء، المغرب، 2004، ص190.

VIII. مظاهر سوء التكيف المدرسي

1. عدم الانتباه

هو عدم القدرة على توزيع الفاعلية النفسية على مواضعها في الزمان والمكان والتلميذ الذي يعاني من ضعف الانتباه يجد صعوبة لا يستطيع التغلب عليها، فهو لا يهتم بدروسه ويجد صعوبة في تتبع التمارين المدرسية كما نجد التلميذ غير قادر على التركيز لاستيعاب الدروس في المدرسة.¹

2. عدم القيام بالواجبات المدرسية

إن مسألة التمارين التي تعطى للتلاميذ في البيت مسألة هامة جدا وكثير ما تطلب المدرسة من الأولياء أن يساعدوا التلميذ في فروضه المنزلية، ولكن عدم فهم التلميذ للغاية من التمرينات، يجعل من العسير قيام الأولياء بدورهم المقصود منها، وقد يرجع السبب في ذلك أن هذه الواجبات المدرسية تفرض على التلميذ دون فهم لقيمتها ودون مشاركة في تعينها لان المشاركة في العمل المدرسي أمر ضروري وهام لفهم أهميته، أن التلميذ وإقبال عليه واهتمام وعدم اعتباره أمرا تعسفيا فبنسبة للتلميذ يرى أن هذه الفروض تحرمه من الراحة واللعب مع أصدقائه لذا فهو لا يبالي بها.²

3. الانطواء وعدم المشاركة

إن الانطواء والانسحاب من نشاط القسم والمؤسسة التعليمية ككل، قد يرجع أساسا إلى الإحساس بالنقص وعدم الأمن ومثل هذا التلميذ الذي يفقد القدرة على المشاركة الجماعية في نشاطها، لا يستطيع التكيف مع المواقف الجديدة.

4. ضعف الثقة بالنفس

إن شخصية الطفل تتكون في السنوات الأولى، فقد تكون سوية حينما يكون الجو الأسري سويا مما يساعده على التكيف النفسي والاجتماعي، أما إذا كان الجو الأسري مضطربا فشخصيته تكون متفككة وتظهر لديه اضطرابات في السلوك وانعقاد اللسان والخجل وعدم القدرة على التفكير السليم وعدم الجرأة وكل هذه الصفات يسمونها عادة الشعور بالنقص وضعف الثقة بالنفس.³

وتتمثل هذه الصفة (ضعف الثقة بالنفس) في:

• التردد.

¹ محمد جمال صقر: مرجع سابق، ص 85.

² عبد العزيز القوسي: أسس الصحة النفسية، ط4، مكتبة النهضة المصرية، مصر، 1975، ص 327.

³ مصطفى فهمي: التكيف والمشكلات المدرسية، مرجع سابق، ص 230.

- انعقاد اللسان .
- اللججة .
- الخجل .
- عدم القدرة في التفكير في المستقبل.
- عدم الجرأة وزيادة الخوف والتهاون.

5. الغياب وعدم الانتظار في الدراسة

يعتبر الغياب والتأخر عن الدراسة علامات سوء التكيف ومن المشكلات التي تتطلب التوجيه، وتنتشر هذه المظاهر بين التلاميذ الذين هم على مشارف المراهقة، في مرحلة التعليم الثانوي أكثر تحديدا لأنها مرحلة تقرير المصير بالنسبة للتلاميذ، وقد يكون الهروب من المدرسة كلها أو بعض الحصص، كما أن هنا مشكلات سلوكية نفسية يكثر انتشارها بين تلاميذ المرحلة الثانوية أي أنها تكثر بين المراهقين يمكن اعتبارها من مظاهر سوء التكيف المدرسي لعل من أبرزها: السلوك العدواني كالمشاغبة في القسم، الاحتكاك بالأساتذة وعدم احترامهم، الانحراف الجنسي، إدمان المخدرات.¹

IX. العوامل المؤثرة في التكيف المدرسي

التكيف المدرسي يُعتبر واحداً من أهم الاتجاهات في التكيف الاجتماعي، فنحن ندرس العوامل المسببة للنجاح أو الفشل في هذا النوع من التكيف ومن أبرز هذه العوامل:

- تأثير الثقافة على المسارات اللغوية (اللغة الأم، ازدواجية اللغة).
- تأثير الثقافة على السياقات الإدراكية والتدرجات لمفاتيح المراحل في الحياة المدرسية.
- تعبير عَرَضِي لصعوبات التكيف المدرسي (اضطراب بدني، كبت، تقلب المزاج، عقبة أو مانع ما، اضطراب اللغة الشفهية والكتابية) وتوضع هذه الأعراض في علاقة مع الديناميكية النفسية.
- دور عالم النفس (المرشد النفسي) في تكيف الطفل في المدرسة من أجل تدارك الفشل المدرسي ومن أهم عوامل النجاح التركيز على دور المعلم، من خلال برامج التدريب الفعالة قبل الخدمة وفي أثنائها، لتهيئته للتعامل الصحيح مع مشكلات الطلبة النفسية في مراحلها المبكرة.

ويتم ذلك من خلال تعزيز الممارسات الإيجابية للصحة النفسية في المدرسة. وعندما يكون الفرد ذا صحة نفسية سليمة، فإنه لن يعاني من أعراض تعيقه عن التكيف، كالتوتر النفسي الشديد، أو القلق، أو

¹ عبد العزيز القوسي: المرجع نفسه، ص 327.

الاكتئاب، أو غيرها من الصراعات النفسية الخطيرة التي تحول بينه وبين أن يكون على وفاقٍ مع نفسه ومع بيئته.¹

1. التلميذ

فقدرات الطالب وصفاته الشخصية الخاصة، كالحالة الصحية، والجنس، والسن، ومستوى التعليم، والسمات المزاجية، والعادات الشخصية، ومستوى طموحه، وعوامل التنشئة الاجتماعية والخبرات التي يمر بها من خلال انتمائه إلى جماعات متعددة، كلّها عوامل تهدف إلى إيجاد التوافق بين حاجاته الشخصية ومطالب المجتمع، وإلى إيجاد نوع من السلوك يحقق رغبات الأفراد ويرضى عنه الآخرون.²

كما أنّ حضوره المنتظم في المدرسة، وقدرته على التواصل الإيجابي مع المدرسين، وتحصيله الدراسي الجيد، وحبّه للمدرسة، وطموحاته المستقبلية، وثقته بنفسه، والمشاركة في النشاطات المدرسية، وعدم وجود مشكلات أسرية مدرسية... كل ذلك يؤدي إلى تكيف مدرسي سليم له.

أما الطلبة الذين لم يتمتعوا بقدر وافٍ من المعاملة الحسنة من قبل الوالدين، والذين يتعرضون للنقد المستمر من مدرسيهم، ويتعرضون لاحتكاكات متكررة... كل ذلك يؤدي إلى سوء التكيف المدرسي لديه.

2. الزملاء أو جماعة الأقران

تبدأ عملية تحوّل الطفل من علاقاته الاجتماعية الأسرية إلى العلاقات الاجتماعية الخارجية والارتباط بالقرناء في فترة مبكرة من حياته على شكل زيارات خاطفة للأقارب أو نزهات يومية عابرة يتحرر فيها من قيود الأسرة، إلا أنّ هذا التحوّل يأخذ شكلاً فعلياً عندما يلتحق الطفل بالمدرسة. ويبدأ هذا التحوّل بالتطور مع مرور الزمن، حيث يكون أفراد البيئة المدرسية أكبر عدداً من أعضاء الأسرة مما يستدعي بذل الكثير من الجهد من قبل الطالب نتيجة المنافسة وبغية تحقيق التكيف مع أكبر عدد من الزملاء، وإثبات الجدارة في تحقيق المكانة الاجتماعية.

3. المدرسة

تواجه المؤسسات التربوية ومنها المدرسة اليوم تحديات عديدة أفرزتها متغيرات متعددة في عالم سريع التغير، وفي الحقيقة فإن دور المدرسة ووظيفتها في التغيير السليم ليس هو في حد ذاته ما يقصد به التغيير الحاصل في المناهج وأساليب التعلم ومؤهلات العاملين والمبنى المدرسي الجديد بقدر ما يكون

¹ أماني محمد ناصر: التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيلاً في مادة اللغة الفرنسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي في هذه المادة، مذكرة ماجستير، قسم التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا، 2006/2005، ص 17.

² صالح مصلح أحمد: التكيف الاجتماعي والتحصيل الدراسي، دار الفيصل الثقافية، الرياض، 1996، ص 62.

العمل على إكساب العادات والقيم الفكرية والاجتماعية، ومدى التغيير الذي تتجح في تحقيقه في سلوك الأفراد ومعلوماتهم الثقافية والاجتماعية والعلمية والأخلاقية بما يساعدهم على التكيف الصحيح وتفاعلهم معه بل ويساعدهم على التقدم في هذا المجتمع.

وليست المدرسة مكاناً يتجمع فيه الطلبة للتحصيل الدراسي فقط، بل هي مجتمع صغير يتفاعلون فيه "يتأثرون ويؤثرون" حيث يتم اتصال بعضهم ببعض الآخر، ويشعرون بانتماء بعضهم إلى البعض، ويهتمون بأهداف مشتركة لمدرستهم، كل ذلك يؤدي إلى خلق الروح المدرسية عندهم، والجو المناسب لنموهم الفردي والاجتماعي.

كما أن المدرسة ليست مجتمعاً مغلقاً يتفاعل الطلبة داخله بمعزل عن المجتمع الذي أنشأ هذه المدرسة، بل هي تعمل على تقوية ارتباط الطلبة بمجتمعهم وبيئتهم، وتنمية الشعور بالمسؤولية تجاه هذا المجتمع وتلك البيئة وتعتبر العلاقة بين الطلبة والمدرسين من العلاقات الهامة فيما يتعلق بالتكيف المدرسي ومن خلال هذه العلاقة تتجح أو تفشل العملية التعليمية، كما تلعب هذه العلاقة دوراً رئيسياً في حل كثير من المشكلات التعليمية والنفسية والاجتماعية، ذلك أن طلبة المرحلة الثانوية، بحكم سنهم، يمرون بكثير من المشكلات الناتجة عن خصائص المرحلة التي يمرون بها، فضلاً عما تضعه الدراسة نفسها من ضغوط على الطلبة وما تمارسه الأسرة من ضغوط بشأن توقعاتها منه.¹

ويرى صالح مصلح، أن "العديد من البحوث ركزت على أهمية العلاقة بين الطالب والمدرس، فقد ذكر معظم الطلبة أن أهم الصفات التي يحبون أن يتصف بها المدرس هي أن يقوم تجاههم بدور المرشد والأب والإنسان والمعلم، وأن يظهر في علاقته مع الطلبة الود والصدقة والتعاطف، ويهتم بمستقبلهم وحل مشكلاتهم ويشاركهم أنشطتهم".²

¹ أماني محمد ناصر: مرجع سابق، ص 17.

² صالح مصلح أحمد: مرجع سابق، ص 73.

خلاصة الفصل

بما أن الإنسان كائن اجتماعي يعيش وسط الجماعة وبما أن الجماعة وحدة اجتماعية تتكون من مجموعة من الأفراد بينهم تفاعل اجتماعي متبادل ولكل فرد دوره ومكانته الاجتماعية الخاصة فالأفراد يختلفون فيما بينهم في العديد من المستويات على غرار المستوى الاجتماعي والاقتصادي الخ، وهذا ما أوجب على الأفراد أن يتكيفوا مع هذه الفروقات والاختلافات الموجودة.

إن التكيف عملية إنسانية شاملة ومستمرة، وتمتد خلال مراحل العمر المختلفة ويجسدها الإنسان في مختلفة أدواره الاجتماعية إلا أن التكيف يكون مطلباً أساسياً خلال مراحل العمر الأولى التي يبحث فيها الفرد عن ذاته وعن مكانة له بين المحيطين به، وكلما زادت قدرة الفرد على التكيف كلما اكتسب الشعور بالطمأنينة والسعادة وراحة البال، وذلك يعمل على زيادة الانسجام والتوافق بين مختلف شرائح المجتمع، وبما أن المدرسة تعتبر من أهم المؤسسات الاجتماعية التي تساهم في تكوين الأجيال الجديدة، والتي يقضي فيها أفراد المجتمع الجدد أغلب وقتهم باختلاف أجناسهم وقدراتهم وصفاتهم مما ينشئ عنه نوع من الصراع بين هذه الفئات المختلفة، وهذا ما يتطلب تكيف الفرد مع كل هاته الاختلافات والفوارق الفردية داخل أوصار المدرسة .

فالتكيف مع الحياة عموماً ومع متطلبات الحياة المدرسية خصوصاً يعتبر مطلباً أساسياً لنجاح التلميذ واستمرارهم في الدراسة بحكم أن التكيف الاجتماعي المدرسي للتلميذ في المدرسة يعتبر واحد من أقوى احد المؤشرات المتعلقة بالصحة النفسية فتكيف التلميذ من عدم تكيفه يتأثر مع الحياة المدرسية وبناء على ذلك يجب أن تكون المعاملة بين التلميذ والأساتذة وإدارة المؤسسة مبنية على الود والاحترام، وان كان ذلك يعتبر من أصعب الأمور داخل المؤسسة التربوية التوفيق بين الحرية والنظام فتوفير الحرية من ناحية وحفظ النظام العام شرطان أساسيان لكي لا تتحول المؤسسات التعليمية إلى فوضى، لذا من الضروري التوفيق بين هذان العاملين الأساسيين داخل المؤسسة بغية تحقيق التكيف للتلميذ مع الوسط المدرسي .

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد الفصل

أولاً: الدراسة الاستطلاعية

ثانياً: المنهج المستخدم

ثالثاً: أدوات جمع بيانات الدراسة

رابعاً: مجتمع وعينة الدراسة

تمهيد الفصل

يعتبر الإطار المنهجي للبحث أحد أهم الجوانب للدراسة بحيث لا يمكن للباحث أن يتخلى عنه أو يهمله، وهناك علاقة وطيدة بين موضوع البحث ومنهجه، فعملية التفكير في تأسيس عمل منهجي منظم بإمكانه أن يترجم معظم أهداف البحث، ويمكن إرجاع هذه الأهمية إلى المنهج الذي تم الاعتماد عليه والعينة التي تنصب عليها الدراسة ونوع الأدوات التي سنجمع من خلالها المعلومات من الميدان.

وقد جاء هذا الفصل ليوضح الخطوات المنهجية المتبعة في بحثنا هذا من خلال معالجة تقنيات البحث وإجراءاته المنهجية من خلال عرض طبيعة المنهج بالإضافة إلى حدود الدراسة ومجالاتها المتمثلة في المجال المكاني، الزماني، والبشري، وكذا أدوات جمع المعلومات والبيانات والأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة .

أولاً: الدراسة الاستطلاعية

تعد الدراسة الاستطلاعية حجر الأساس الذي يعتمد عليه الباحث في الشروع في دراسته الميدانية حيث هي " دراسة علمية كشفية، تهدف إلى التعرف على المشكلة وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث، عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق التطرق إليها، وعندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة".¹

كما أنها عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل البحث لمعرفة صلاحيتها، وكذا صدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية، وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني المتمثل في توزيع الاستمارات البحثية (استبيان ، مقياس)، ولهذا قمنا بزيارة المؤسسات التربوية الثانوية لمعاينة الميدان الذي سنجري فيه الدراسة، حيث تم ذلك بعد سحب رخصة تسهيل المهمة من إدارة المعهد والتي عن طريقها تحصلنا على رخصة زيارة ميدانية من طرف مديرية التربية بولاية بسكرة .

و بناء على هذا قمنا قبل المباشرة بإجراء الدراسة الميدانية بدراسة استطلاعية كان الغرض منها ما يلي:

• التقرب من المؤسسات التي ستنتم فيها الدراسة من أجل الوقوف على ما تتوفر عليه من منشآت ووسائل و تجهيزات ومدى صلاحيتها.

• معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه .

• التأكد من صلاحية أداة البحث وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية :

أ. وضوح البنود وملاءمتها لمستوى العينة وخصائصها.

ب. التأكد من وضوح التعليمات.

ج. المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، وبالتالي تفادي الصعوبات و العراقيل

التي من شأنها أن تواجهنا.

I. عينة الدراسة الاستطلاعية

تتميز العينة الاستطلاعية بالصغر النسبي و يكون أفرادها من المجتمع الأصلي الذي نقوم بدراسته ويتوفر فيها ما يتوفر في المجتمع الأصلي الذي نقوم بدراسته من خصائص مميزة وهذه أمور تتيح لنا فرصة تعميم النتائج التي نصل إليها من دراسة هذه العينة المحددة على المجتمع الأصلي.²

¹ وليد شلبي: دور الولاء في تنمية سلوك المواطنة، ط1، دار التعليم الجامعي، الإسكندرية، مصر، 2017، ص 106.

² عباس محمود عوض: القياس النفسي بين النظرية والتطبيق، ط1، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية (مصر)، 2006، ص69.

وفي دراستنا هذه قام الباحث بالتوجه إلى (ثانوية بوصبيعات محمد) قصد تطبيق مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي على عينة تجريبية تكونت من (40) تلميذ وتلميذة من أجل الوقوف على مدى ملائمة المقياس لعينة الدراسة وذلك للتشابه في البيئة الدراسية بينها وبين باقي المؤسسات التي ستجري فيها الدراسة الأصلية.

II. المجال الزمني للعينة الاستطلاعية

تم تطبيق مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي على عينة الدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة بين 10 جانفي 2016 و 10 مارس 2016 بثانوية "بوصبيعات محمد" بحيث تراوحت مدة الدراسة الاستطلاعية حوالي شهرين وهذه المدة كانت كافية لتكوين نظرة عامة بالجانب الميداني و ظروف تطبيق أداة الدراسة على عينة الدراسة .

ثانيا: المنهج المستخدم

نظرا لطبيعة موضوعنا والمتمثل في "أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"، ومن أجل تشخيص الظاهرة وكشف جوانبها، اعتمدنا على المنهج الوصفي المقارن والذي نراه مناسباً لهذا النوع من الدراسة. وللحديث عن المنهج المتبع في هذه الدراسة والذي يعرفه بلقاسم سلاطونية وحسان الجلاني " هو جملة القواعد والمبادئ التي يجب إتباعها من ألف البحث إلى يائه، بغية الكشف عن العلاقات العامة والجوهرية التي تخضع لها ظواهر موضوع الدراسة"¹ كما أن "البحث الوصفي لا يقتصر على جمع البيانات والحقائق وتصنيفها وتبويبها، بالإضافة إلى تحليلها التحليل الكافي الدقيق المتعمق بل يتضمن أيضا قدرا من التفسير لهذه النتائج، لذلك كثيرا ما يقترن الوصف بالمقارنة بالإضافة إلى استخدام أساليب القياس والتصنيف والتفسير بهدف استخراج الاستنتاجات ذات الدلالة، ثم الوصول إلى تعميمات بشأن الظاهرة موضوع الدراسة."²

واستخدم الباحث المنهج الوصفي الذي لا يقتصر عن وصف الظاهرة وصفا كميا وكيفيا بل يتعداه إلى تحليل وتفسير أبعاد الظاهرة والربط بين مدلولاتها للوصول إلى استنتاجات تفيد في الفهم الواقعي والحقيقي للدراسة، إذ يعتبر هذا الأخير من أفضل المناهج التي تتسم بقدر عالي من الموضوعية، حيث

¹ بلقاسم سلاطونية، وحسان الجلاني: منهجية العلوم الاجتماعية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2004، ص 27.

² فاطمة عوض صابر، ومرفت علي خفاجة: أسس مبادئ البحث العلمي، ط1، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، 2002، ص 287.

أنه يتيح للمستجوبين حرية كافية للتعبير عن آرائهم وزيادة عن ذلك فطبيعة موضوعنا تتطلب مثل هذا المنهج الأمر الذي دفعنا إلى اعتماده.

ثالثاً: أدوات جمع بيانات الدراسة

لكل دراسة بحثية مجموعة من الأدوات التي يعتمد عليها المنهج البحثي للوصول إلى نتائج حقيقية وبيانات واقعية بقدر كاف يفيد موضوع الدراسة وتساعد الباحث في الإجابة على ما أثاره من تساؤلات، والتحقق من الفروض المصاغة وصولاً إلى النتائج المتعلقة بمشكلة دراسته وللإجابة عن الأسئلة التي تحددت بها مشكلة البحث .

ويحتاج الباحث إلى البيانات المختلفة لإتمام بحثه، ولا بد له أن يختار الأدوات المناسبة لجمع البيانات سواء كانت ثانوية أو أولية، علماً أنه يوجد العديد من أدوات جمع البيانات التي يمكن أن يختار منها الباحث ما يناسب بحثه، كما يمكن أن يستخدم أكثر من طريقة في آن واحد.¹

حيث أن البحث العلمي يسعى بصفة أساسية للإجابة عن التساؤلات التي يطرحها الباحث، أو الفروق المحددة سلفاً، والمتعلقة بمختلف جوانب البحث. فإن ذلك لا يتم، أو يتيسر إلا عن طريق جمع البيانات، ومعلومات معينة بهدف التعرف على الحقائق المرتبطة بموضوع البحث، ثم معالجة هذه المعلومات والحقائق بأسلوب علمي للخروج بالنتائج المنطقية التي يسعى الباحث الوصول إليه.²

وبغرض الكشف عن أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية تم اللجوء إلى استخدام مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي.

I. مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي

1. التعريف بالمقياس

لغرض قياس مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لعينة البحث من أفراد الدراسة لجأ الباحث إلى استخدام مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي الذي تم إعداده من قبل الباحث **محمود مطر علي حاتم البدراني سنة (2004)** والمقياس مخصص لطلبة المدارس الإعدادية في العراق ويحتوي المقياس على أربعة محاور وهي :

- المحور الأول : علاقة الطالب بزملائه .
- المحور الثاني: علاقة الطالب بالمدرسين .

¹ فايز جمعة النجار، وآخرون : أساليب البحث العلمي من منظور تطبيقي ، ط3، دار الحامد، الأردن ، 2013 ، ص 77.

² محمد جلال الغندور: البحث العلمي بين النظرية التطبيقية، ط1 ، دار الجوهرة، القاهرة ، 2015 ، ص 38.

- المحور الثالث: علاقة الطالب بالمدرسة وإدارتها .
- المحور الرابع: موقف الطالب من النشاطات المدرسية .

ويحتوي المقياس (87) فقرة لاعتمادها في التعرف على مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لعينة البحث حيث توزعت فقرات المقياس على (24) فقرة ضمن المحور الأول و (24) فقرة ضمن المحور الثاني و (23) فقرة ضمن المحور الثالث و (16) فقرة ضمن المحور الرابع والمقياس ثلاثي الأبعاد.

2. كيفية تصحيح المقياس

يمكن الحصول على درجة المقياس بإتباع الخطوات التالية :

- العبارات الإيجابية: إذا أجاب عنها بـ " نعم " نعطيه ثلاث نقاط (3) وإذا أجاب بـ " لا ادري " نعطيه نقطتين (2) ، وإذا أجاب بـ " لا " نعطيه نقطة واحدة (1).
- العبارات السلبية : إذا أجاب عنها بـ " نعم " نعطيه نقطة واحدة (1)، أما إذا أجاب بـ " لا ادري " نعطيه نقطتين (2) ، أما إذا أجاب " لا " نعطيه (3)

II. تقنين (تكيف) المقياس

إن عملية التقنين وسيلة يتأكد بها الباحث على مدى توافر صلاحية الاختبار وسلامة أسلوب الصياغة وتناسب الألفاظ المستخدمة في بناء جمل الاختبار وتناسبها مع مستوى، المختبرين الثقافي والعقلي، وسلامة الصياغة وتكون الأسئلة قصيرة ومؤدية للغرض.¹ وعليه فمن الضروري على كل باحث يريد استعمال أو استخدام استبيانات أو مقاييس مطبقة في بيئات أجنبية عن بيئته أن يقوم بتكييف هذا المقياس من خلال حذف المفردات والعبارات التي لا تتفق مع ثقافة المجتمع الذي يبحث فيه ويستبدلها بمفردات وعبارات التي تتفق مع البيئة التي سوف يجمع البيانات منها.²

وفي بحثنا هذا قمنا بتطبيق مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي في البيئة الجزائرية على عدد من تلاميذ المرحلة الثانوية وذلك بعد تعديل العبارات الواردة في المقياس الأصلي مما جعلها أكثر وضوحاً للتلاميذ أكثر ملاءمة للثقافة التي يعيشون في جوها، كما قام الباحث بتغيير بدائل الإجابة من النمط الثلاثي (نعم ، لا ، لا ادري) إلى الخماسي (بدرجة ضعيفة جداً، بدرجة ضعيفة، متوسطة، كبيرة، كبيرة جداً) مع المحافظة على العدد الأصلي للعبارات وحساب الخصائص السيكومترية للمقياس.

¹ عباس محمود عوض: مرجع سابق، ص 69 .

² بشير معمريّة: أساسيات القياس النفسي و صميم أدواته ، دار الخلدونية للنشر والتوزيع، الجزائر، 2012، ص 137 .

III. الخصائص السيكومترية للمقياس

1. صدق المقياس

ويقصد بصدق المقياس مدى صلاحية الاختبار لقياس ما وضع لقياسه فإذا أردنا أن نعد اختبار يقيس صفة الذكاء فإنه يجب أن نعرف وأن نتأكد من أن هذا الاختبار يقيس فعلا صفة الذكاء وليس صفة أخرى، ويعتبر صدق الاختبار شرطا ضروريا ينبغي توافره في الاختبار وإلا فقد الاختبار قيمته كوسيلة لقياس الخاصية التي نريد قياسها به.¹

أ. صدق المحتوى " الظاهري "

"ويهدف هذا النمط من الصدق إلى التعرف على مدى توافر جوانب السمة في أسئلة الاختبار وهذا النوع من الصدق يتطلب تحليلا منطقيا لبنود الاختبار وفقراته وذلك بهدف تحديد الوظائف والجوانب والمستويات الممثلة في الاختبار"²، وبناءا على ما تم ذكره فقد عرض الباحث المقياس على مجموعة من الأساتذة المحكمين من ذوي الخبرة في مجال البحث العلمي في كل من جامعة (بسكرة، المسيلة، الجلفة، الأغوط، برج بوعريبيج، الجزائر) وقد بلغ عددهم (11 محكم) وهم الواردة أسماؤهم في الملحق (انظر الملحق رقم 03) بهدف إبداء الرأي حول صلاحية المقياس وملاءمته من حيث :

- مدى ملاءمة أبعاد المقياس لقياس السمة المقصودة .
- مدى انتماء الفقرات لكل بعد .
- مدى تناسب بدائل الإجابة مع الفقرات .
- جودة البناء الصياغي واللغوي من حيث البساطة والوضوح في شكل الفقرات.

ب. صدق الاتساق الداخلي

للتأكد أكثر من مدى صدق نجاح مقياس التكيف الاجتماعي في القياس تم اللجوء إلى حساب طريقة الاتساق الداخلي والتي تعرف بأنها الدرجة التقديرية لمعامل ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه.

ويتحقق صدق الاتساق الداخلي باستخدام معامل الارتباط بين درجة كل عبارة بالبعد الذي تنتمي له هذا من جهة، ومن جهة ثانية حساب معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس.³

¹ عبد الحفيظ مقدم : الإحصاء والقياس النفسي و لثريوي ، ط3، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2011، ص146 .

² عباس محمود عوض: مرجع سابق، ص61 .

³ ليلى السيد فرحات: القياس والاختبارات في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، عمان، 2001، ص122.

أي أن الاتساق الداخلي هو دراسة معامل الارتباط بين كل سؤال من أسئلة الاختبار والدرجة الكلية فيه.¹ يسعى الباحث في هذه الخطوة إلى بحث الدرجة التقديرية لمعامل ارتباط كل بند من بنود مقياس التكيف الاجتماعي مع بعدها الذي يحتويها .

¹ عبد الحفيظ مقدم: مرجع سابق، ص 150 .

الجدول رقم (06): ارتباط فقرات البعد الأول مع الدرجة الكلية لمقياس التكيف الاجتماعي

الأبعاد	رقم البند	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الأول علاقة التلميذ بزملائه	01	أكون صداقات بسهولة مع زملائي في المؤسسة	**0.422	0.007
	02	الزملاء يسخرون مني في المؤسسة	**0.53	0.003
	03	اشعر أن زملائي يكونون لي بعض الكره	**0.57	0.000
	04	أغار من زملائي واحسداهم	*0.31	0.04
	05	احتاج لمن اطرح عليه مشاكلتي وانشغالاتي	**0.55	0.00
	06	لدي أصدقاء كثيرون داخل المؤسسة	*0.40	0.01
	07	اهتم بنجاح زملائي في المؤسسة	**0.62	0.00
	08	كثيراً ما يجرح الزملاء شعوري في المؤسسة	**0.65	0.00
	09	لدي نفس الاهتمام انا و زملائي	**0.46	0.00
	10	أقدم المساعدة لزملائي في المؤسسة	**0.56	0.00
	11	استمتع عندما يتخاصم زملائي في المؤسسة	**0.52	0.00
	12	أجد صعوبة في الاندماج مع زملائي في عمل مشترك	*0.32	0.04
	13	اشعر أن زملائي يتهمسون ضدي	**0.47	0.02
	14	اشعر أن لي مكانه حسنة بين زملائي في المؤسسة	**0.55	0.00
	15	استمتع بالحديث مع زملائي في فضاء المؤسسة	**0.42	0.02
	16	استمتع بمجرد وجودي مع زملائي في القسم	**0.76	0.00
	17	لا أتحدى بالصبر عند مناقشة زملائي في المؤسسة	*0.32	0.03
	18	أجد راحتي في الجلوس بعيداً عن زملائي في المؤسسة	**0.54	0.00
	19	في كثير من الأحيان أكون مفيداً لزملائي	**0.56	0.00
	20	اشعر بالسعادة عندما يفرح زملائي	**0.63	0.00
	21	أحاول دائماً أن أصلح بين زملائي المتخاصمين	**0.61	0.00
	22	كثيراً ما يسمع زملائي اقتراحاتي	**0.53	0.00
	23	أجد سهولة في إقناع زملائي بوجهة نظري	**0.53	0.00
	24	كثيراً ما اختلف مع زملائي في المؤسسة	**0.47	0.00

يتضح من خلال الجدول رقم (06) أن معاملات ارتباط درجة كل عبارة بمحورها " البعد " في مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي جاءت محصورة للبعد الأول بين (0.31 - 0.76) وهي قيمة مرتفعة تدل على ارتباط وثيق بين البند والدرجة الكلية للبعد وأن جميع البنود لهم قيمة ومرتفعة للمعاملات الارتباط وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة *0.05،**0.01.

الجدول رقم(07): ارتباط فقرات البعد الثاني مع الدرجة الكلية لمقياس التكيف الاجتماعي

الأبعاد	رقم البند	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الثاني علاقة التلميذ بأساتذته	25	اجد صعوبة في فهم بعض الدروس التي يقدمها الاساتذة	**0.48	0.00
	26	اشعر بالارتياح بوجود الاستاذ معنا في القسم	**0.48	0.00
	27	الاساتذة يجعلون الدروس مشوقة	**0.45	0.00
	28	احصل على مساعدة شخصية من بعض الاساتذة	**0.62	0.00
	29	الاساتذة يراعون شعوري كثيرا	**0.62	0.00
	30	الاساتذة عادلون بتعاملهم	*0.38	0.01
	31	اجد صعوبة في كسب حب وتقدير الاساتذة	**0.46	0.00
	32	اشعر بالخجل عندما أتحدث مع الاساتذة	*0.39	0.01
	33	اساتذتي يمنحونني الثقة بالنفس	*0.37	0.02
	34	أحب و احترم الاساتذة في مؤسستي	**0.42	0.00
	35	اساتذتي يراعون ظروفى الخاصة	**0.54	0.00
	36	اشعر ان بعض الاساتذة يحطمون نفسيتي	**0.46	0.00
	37	الاساتذة يشجعون المناقشات داخل القسم	*0.34	0.00
	38	بعض الاساتذة يستخدمون أساليب حديثة في التدريس	*0.36	0.00
	39	بعض الاساتذة يحثوننا على الدراسة	**0.60	0.00
	40	معظم الاساتذة يبدون حبهم اتجاهى	**0.71	0.00
	41	يسامحنى الاساتذة عندما اخطأ	**0.55	0.00
	42	لا أتردد في استشارة الاساتذة في مختلف المواضيع	*0.38	0.01
	43	اشعر بان الاساتذة لا يفهموننى	**0.47	0.00
	44	اطرح الكثير من الاسئلة	**0.58	0.00
	45	اشعر بالارتياح عندما يكلفنى الاساتذة ببعض الأعمال	**0.58	0.00
	46	احرص على تهنئة الاساتذة في الأعياد والمناسبات	*0.36	0.02
	47	يسألنى الاساتذة عن سبب غيابى	**0.60	0.00
	48	احب الاستماع الى الاساتذة	0.58	0.00

يتضح من خلال الجدول رقم (07) أن معاملات ارتباط درجة كل عبارة بمحورها " البعد " في مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي جاءت محصورة للبعد الأول بين (0.37 - 0.71) وهى قيمة مرتفعة تدل على ارتباط وثيق بين البند والدرجة الكلية للبعد وان جميع البنود لهم قيمة ومرتفعة للمعاملات الارتباط وهى دالة احصائيا عند مستوى الدلالة *0.05،**0.01.

الجدول رقم (08): ارتباط فقرات البعد الثالث مع الدرجة الكلية لمقياس التكيف الاجتماعي

الأبعاد	رقم البند	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الثالث علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها	49	لدي رغبة في ترك المؤسسة	**0.69	0.00
	50	أقوم بأعمال كثيرة في المؤسسة	*0.38	0.01
	51	اكتب أحيانا ما يخطر في بالي على جدران و طاولات المؤسسة	**0.44	0.00
	52	احترم النظام الداخلي للمؤسسة	**0.49	0.00
	53	اشعر بسعادة كبيرة اثناء تواجدي بالمؤسسة	**0.57	0.00
	54	الإدارة تعاملنا معاملة حسنة	**0.42	0.00
	55	أحب الحفلات والأنشطة التي تقيمها المؤسسة	**0.44	0.00
	56	يعجني مشاركة زملائي في تزيين و تنظيف المؤسسة	**0.57	0.00
	57	اشعر بالحسرة عند انتهاء العطلة الصيفية	*0.37	0.01
	58	الإدارة لا تهتم بمشاكل التلاميذ	**0.79	0.00
	59	اشعر بالفخر حين أكلف بعمل من قبل الإدارة	**0.46	0.00
	60	اشعر برغبة في مخالفة قوانين الإدارة أحيانا	*0.34	0.02
	61	تساعدني ادارة المؤسسة في حل مشاكلي الخارجية	**0.72	0.00
	62	تنحاز إدارة المؤسسة بعض التلاميذ	**0.45	0.00
	63	أتوقع العقوبة دوما من إدارة المؤسسة	**0.38	0.00
	64	إدارة المؤسسة لا تقدر ظروفنا عندما نتأخر	**0.57	0.00
	65	اشعر بالسعادة عند تحية العلم	**0.51	0.00
	66	المدير قاسي و يوبخنا كثيراً	**0.44	0.00
	67	لا ارجب في ذهاب ولي أمري الى اجتماع اولياء التلاميذ	*0.35	0.02
	68	تهتم ادارة المؤسسة بالتلاميذ الذي يصابون او يمرضون داخلها	**0.49	0.00
	69	إدارة المؤسسة تكلفنا بأمر لا تليق بنا	**0.97	0.00
70	المدير شخصيته محبوبة	**0.36	0.02	
71	احب ان يزورنا المدير في القسم	**0.53	0.00	

تضح من خلال الجدول رقم (08) أن معاملات ارتباط درجة كل عبارة بمحورها " البعد " في مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي جاءت محصورة للبعد الثالث بين (0.34 - 0.97) وهي قيمة مرتفعة تدل على ارتباط وثيق بين البند والدرجة الكلية للبعد وأن جميع البنود لهم قيمة ومرتفعة للمعاملات الارتباط وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05،*0.01.**.

الجدول رقم (09): ارتباط فقرات البعد الرابع مع الدرجة الكلية لمقياس التكيف الاجتماعي

الأبعاد	رقم البند	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الرابع موقف التلميذ من النشاطات المدرسية	72	اشعر بالسعادة عندما أشارك في الرحلات المدرسية	**0.42	0.00
	73	أفكر دوما في التخطيط للنشاطات المدرسية المختلفة	**0.62	0.00
	74	النشاطات المدرسية مخطط لها شكل جيد	**0.60	0.00
	75	ابذل أقصى جهدي من أجل فوز مؤسستي في المنافسات الرياضية	**0.54	0.00
	76	لا يهمني التعب عندما اعمل في لجنة من لجان النشاط المدرسي	**0.71	0.00
	77	اشعر بالسعادة عندما أقوم بعمل يخدم النشاطات المختلفة داخل المؤسسة	**0.84	0.00
	78	يعجبني التلميذ الذي يشارك في النشاطات المدرسية	**0.79	0.00
	79	اشعر بالخجل عندما أقوم بدور تمثيلي داخل المؤسسة	**0.53	0.00
	80	لا امتلك الجرأة على المشاركة في النشاطات المدرسية	*0.40	0.01
	81	اشعر بالسعادة عندما أشارك في عمل جماعي داخل المؤسسة	**0.74	0.00
	82	اشعر بالملل اذا خلت المؤسسة من النشاطات المدرسية المختلفة	**0.52	0.00
	83	احرص على عمل النشرات وجلب وسائل الإيضاح	**0.33	0.03
	84	احرص على المشاركة في أي نشاط داخل المؤسسة	**0.79	0.00
	85	يعجبني المشاركة في تحية العلم	**0.44	0.00
	86	اشعر بالسعادة والارتياح في الحفلات والمهرجانات المدرسية	**0.79	0.00
	87	احرص على متابعة مختلف النشاطات داخل المؤسسة	**0.72	0.00

يتضح من خلال الجدول رقم (09) أن معاملات ارتباط درجة كل عبارة بمحورها " البعد " في مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي جاءت محصورة للبعد الرابع بين (0.33 - 0.79) وهي قيمة مرتفعة تدل على ارتباط وثيق بين البند والدرجة الكلية للبعد وان جميع البنود لهم قيمة ومرتفعة للمعاملات الارتباط وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة *0.05،**0.01.

ومما يجدر الإشارة إلى ذكره أن قيم معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الذي ينتمون إليه، كانت بنسب مرتفعة تشير إلى الارتباط الوثيق بين كل عبارة من عبارات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه، مما يشير إلى اتساق عبارات كل بعد من أبعاد المقياس.

الجدول رقم (10): ارتباط درجات أبعاد مقياس التكيف الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمقياس

المحاور	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
علاقة التلميذ بزملائه المعارف	**0.740	0.01
علاقة التلميذ بأساتذته	**0.665	0.01
علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها	**0.534	0.01
موقف التلميذ من النشاطات المدرسية	**0.732	0.01

تبين من الجدول (10) أن جميع أبعاد مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي الأربعة حققت ارتباط دال مع الدرجة الكلية للمقياس عند مستوى دلالة (0.01)، فقد تراوحت معاملات الارتباط بين (-0.74) - (0.53)، وهي درجة مرتفعة، مما يدل على أن المقياس في صورته الحالية يتسم بدرجة عالية من صدق الاتساق الداخلي، و هو ما معناه أن جميع فقرات وأبعاد المقياس تحقق الهدف المصمم من أجله .

ج. حساب الصدق التمييزي

ويقوم هذا النوع على أساس قدرة الاستنباط على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها،¹ ويعتبر أحد الطرائق الإحصائية لحساب الصدق بطريقة المقارنة الطرفية، ولقد قام الباحث بتقسيم درجات العينة على المقياس على طرفين وذلك بعد ترتيبهم تصاعدياً، وأخذ ما نسبته 27 % من الدرجات في كل مجموعة " الطرف الأول يمثل الفئة العليا والطرف الثاني يمثل الفئة الدنيا " من درجات العينة الاستطلاعية، وبعد ذلك عمد إلى حساب الفرق باختبار ت للعينتين مستقلتين وتوصل إلى النتائج المبينة في الجدول الآتي:

¹ بشير معمريّة، مرجع سابق، ص 231.

الجدول رقم (11): يوضح نتائج الصدق التمييزي لمقياس التكيف الاجتماعي المدرسي

مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي							
المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مجموعة القيم العليا	11	304.00	17.15	12.09	**0.000	20	0.01
مجموعة القيم الدنيا	11	235.27	7.79				

يتضح من خلال الجدول رقم (11) أن نتائج المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعتين الدنيا والعليا في مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي والتي تشير إلى وجود تباين بينهما، وهذا ما تؤكدته قيمة "ت" (t.test) والمقدرة بـ (12.09) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01 وذلك بقيمة احتمال معنوية تقدر بـ ($sig= 0.00^{**}$) ، وهذا ما يدل على أن مقياس "التكيف الاجتماعي المدرسي" لديه القدرة على التمييز بين الفئات المختلفة وبالتالي هو صادق ويمكن استخدامه في القياس .

2. ثبات المقياس

" يعني الثبات مدى الدقة والاستقرار والاتساق في نتائج القياس في نتائج القياس، لو طبقت أداة القياس مرتين فأكثر على نفس الأفراد والأشياء لقياس الخاصية في مناسبات مختلفة، أي يقصد به ضمان الحصول على نفس النتائج تقريبا، إذا أعيد تطبيق الاختبار على نفس الفرد"¹ وللتحقق من هذا الغرض قام الباحث بتطبيق بعض طرائق لقياس ثبات مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي كما يلي :

➤ طريقة التطبيق وإعادة التطبيق للمقياس

¹ بشير معمريّة: المرجع السابق، ص 250 .

الجدول رقم (12): يوضح معامل ثبات بطريق التطبيق وإعادة التطبيق لمقياس التكيف الاجتماعي

مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية المعنوية	معامل الارتباط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لمقياس الاتجاه نحو البيئة
0.01	0.00	**0.763	29.15	264.58	درجة التطبيق الأول للمقياس
			26.89	256.45	درجة إعادة التطبيق للمقياس

لقد قمنا بتطبيق المقياس على عينة الدراسة المتمثلة في مجموعة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بثانوية محمد بوصبيعات بسكرة، حيث قمنا بتطبيق المقياس على تلاميذ عينة الدراسة الاستطلاعية الذين بلغ عددهم 40 تلميذ (20 ممارسين، 20 غير ممارسين لحصة ت ب ر) وبعد 3 أسابيع تم إعادة تطبيق المقياس على نفس العينة مع مراعاة قدر الإمكان الظروف التي صاحبت التطبيق الأول، وبعد حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد في التطبيقين الأول والثاني اتضح أن معامل الارتباط قد قدر بـ (0.76**) و بقيمة احتمال معنوية تقدر بـ (sig= 0.00**) و هي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن المقياس يتوافر على ثبات مقبول وهذا ما أشارت إليه النتائج الممثلة في الجدول أعلاه.

أ. طريقة التجزئة النصفية

يتم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، عن طريق تجزئة الاختبار أو الاستبيان إلى نصفين أو مجموعتين متكافئتين في عدد بنودها، ومنه تكون لدينا مجموعة البنود ذات الأرقام الفردية، ومجموعة البنود ذات الأرقام الزوجية، ثم يتم حساب معامل الارتباط بين المجموعتين باستخدام معامل الارتباط بيرسون، بعدها يتم استخدام معادلة سبيرمان براون لتصحيح الطول، وفي الأخير يتم استخدام معادلة التصحيح لجوتمان.

➤ طريقة التجزئة النصفية لمقياس التكيف الاجتماعي المدرسي

الجدول رقم (13): يوضح التجزئة النصفية لمقياس التكيف الاجتماعي المدرسي

معامل التصحيح لجوتمان	معامل التصحيح سبيرمان براون	معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية	عدد العبارات	المقياس
0.859	0.862	0.757	87	مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي

يتبين من خلال الجدول رقم (13) أن معامل الارتباط بيرسون بين العبارات الفردية والزوجية لمقياس التكيف الاجتماعي المدرسي قدر بـ (0.757) وهذا قبل التصحيح، وبعد تصحيحه بمعامل سبيرمان براون لتصحيح الطول قدر بـ (0.862). بعدها تم تأكيد تصحيحه بمعادلة التصحيح لجوتمان وقدر بـ (0.859) وهي نفس القيمة تقريبا التي أظهرتها معادلة التصحيح لسبيرمان براون، وهي قيمة مرتفعة وجيدة. ومنه يمكن القول أن مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي يتميز بثبات عال بطريقة التجزئة النصفية في التطبيق الأول .

ب. طريقة ألفا كرونباخ

لمزيد من تحري الدقة في بحث درجة ثبات مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي، تم استخدام طريقة ثانية وهي معادلة ألفا كرونباخ كما هو موضح في الجدول أدناه .

➤ طريقة ألفا كرونباخ الاستبيان التكيف المدرسي

الجدول رقم (14): معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس التكيف المدرسي

معامل الثبات	عدد العبارات	أبعاد الدراسة
0.67	24	علاقة التلميذ بزملائه
0.69	24	علاقة التلميذ بأساتذته
0.61	23	علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها
0.74	16	موقف التلميذ من النشاطات المدرسية
0.85	87	الدرجة الكلية للمقياس

يوضح الجدول رقم (14) أنه يمكن وصف مجموع معاملات الثبات لمقياس التكيف الاجتماعي المدرسي بالعالية إذ قدر بـ (0.85) وحيث بلغت حدها الأعلى في محور موقف التلميذ من النشاطات المدرسية بـ (0.74)، وحدها الأدنى نجده في محور علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها إذ يقدر بـ (0.61) وعليه يمكن القول أن معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس التكيف الاجتماعي كان عالي .

رابعاً: مجتمع وعينة الدراسة

1. مجتمع الدراسة

هو المحيط الذي تظهر فيه الظاهرة المراد دراستها، لكونها ناتجة منه وعائدة له والمجتمع الإحصائي المخصص لمنهجية البحث هو مجموعة من المشاهدات أو المفردات ضمن إطار معين تتصف فيما بينها، بسمة أو أكثر ويعني أيضاً جميع مفردات أو وحدات الظاهرة موضوع البحث سواء كان المجتمع مكون من أفراد أو أوزان أو سلع.¹

ويواجه الباحث عند شروعه في القيام ببحثه مشكلة تحديد نطاق العمل أي اختيار مجتمع البحث أو العينة ويتكون مجتمع دراستنا هذه من جميع تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي (ممارسين وغير ممارسين لحصّة التربية البدنية و الرياضية) بمدينة بسكرة انظر الملحق رقم (04) وذلك حسب البيانات المقدمة من طرف مصلحة التكوين والتفتيش على مستوى مديرية التربية لولاية بسكرة.

الجدول رقم (15): يوضح مجتمع الدراسة

مجتمع الدراسة		المؤسسات
النسبة المئوية	عدد التلاميذ	
20.88%	426	متقن السعيد بن شايب
23.52%	480	ثانوية رشيد رضا العاشوري
32.79%	669	ثانوية محمد بجاوي
22.79%	465	ثانوية محمد خير الدين
100%	2040	المجموع

¹ فوزي عبد الخالق، علي إحسان شوكة: طرق البحث العلمي، مؤسسة الثقافة الجامعية، الإسكندرية، 2014، ص 156.

II. عينة الدراسة

وهي عبارة عن مجموعة من المفردات والعناصر التي يمكن أخذها من المجتمع الذي نريد بحثه، وبتعبير آخر هي جزء من كل، ويفترض في هذا الجزء أن يكون ممثلاً لكل.¹ وقد استخدم الباحث أسلوب المعاينة لجمع مفردات العينة المستهدفة وكان ذلك باستعمال العينة العشوائية الطباقية " التي يتم فيها اختيار عدد من المجموعات الفرعية للعينة بالنسبة نفسها التي تتواجد بها هذه المجموعات في المجتمع".² حيث يكون فيها المجتمع الإحصائي مقسم إلى مجموعات فرعية أو طبقات متجانسة وفقاً لأساس معين كما تسحب عينة عشوائية بسيطة من كل طبقة على حدة، وقد تحتوي العينة المسحوبة على نسبة ثابتة من مفردات كل طبقة أو نسب مختلفة تختلف حسب درجة تجانس مفردات كل طبقة.³

وقد تم اختيار عينة البحث عبر عدة مراحل كالتالي:

نظراً لأن عدد المؤسسات الثانوية المتواجدة على مستوى مدينة بسكرة لوحدها يبلغ 13 مؤسسة تعليمية، فقد اقتصرنا عليها نظراً لعدة عوامل أهمها قرب المسافة وسهولة الوصول إليها، ومن ثم فإنه يجب اختيار بعض المؤسسات فقط لإجراء البحث على تلاميذها، ومن أجل ذلك قمنا بإجراء جولة استطلاعية لأغلب هذه المؤسسات (دراسة استطلاعية)، وذلك بغرض الوقوف على حالة هذه المؤسسات من ناحية المنشآت الرياضية وكذا نوعية الممارسة الرياضية بها، وهل هذه الممارسة فعلية أو لا، ومن خلال ما وقفنا عليه فإن أغلب هذه المؤسسات لا تمتلك مساحات مهيأة لممارسة حصص التربية البدنية والرياضية بصورة جيدة، باستثناء (04) مؤسسات تقريبا لذا رأينا أنهم الأكثر تجهيزاً من ناحية المنشآت والتجهيزات وكذا الوسائل البيداغوجية الضرورية لممارسة حصص التربية البدنية والرياضية، وهي كل من (متقن السعيد بن الشايب، ثانوية محمد خير الدين، ثانوية محمد بجاوي، ثانوية رشيد رضا العاشوري) وبعدها تم اختيار هذه المؤسسات الأربعة تم إحصاء عدد التلاميذ من (الممارسين وغير الممارسين لحصص ت ب ر) الذي بلغ 2040.

تم اختيار ما نسبته 10% من العدد الإجمالي لتصبح العينة 204 بالنسبة للتلاميذ الممارسين لحصص التربية البدنية والرياضية، أما بالنسبة لغير الممارسين فقد تم اختيار جميع التلاميذ الغير

¹ عدنان حسين الجادري : الأسس المنهجية والاستخدامات الإحصائية ، ط2 ، دار إثراء للنشر والتوزيع، عمان، 2016، ص103.

² صلاح مراد ، فوزية هادية : طرائق البحث العلمي تصميماتها وإجرائتها ، ط2، دار الكتاب الحديث، القاهرة ، 2013، ص149.

³ فوزي عبد الخالق، علي إحسان شوكة: مرجع سابق، ص 164.

الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في هذه المؤسسات (04) والذين بلغ عددهم 101 تلميذ وتلميذة من غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية .

الجدول رقم (16): يوضح توزيع عينة الدراسة

عينة الدراسة				المؤسسات
النسبة المئوية	غير الممارسين	النسبة المئوية	الممارسين	
26.73	27	02.50	51	متقن السعيد بن شايب
25.74	26	02.50	51	ثانوية رشيد رضا العاشوري
25.74	26	02.50	51	ثانوية محمد بجاوي
21.78	22	02.50	51	ثانوية محمد خير الدين
%99.99	101	%10	204	المجموع

III. خصائص عينة الدراسة

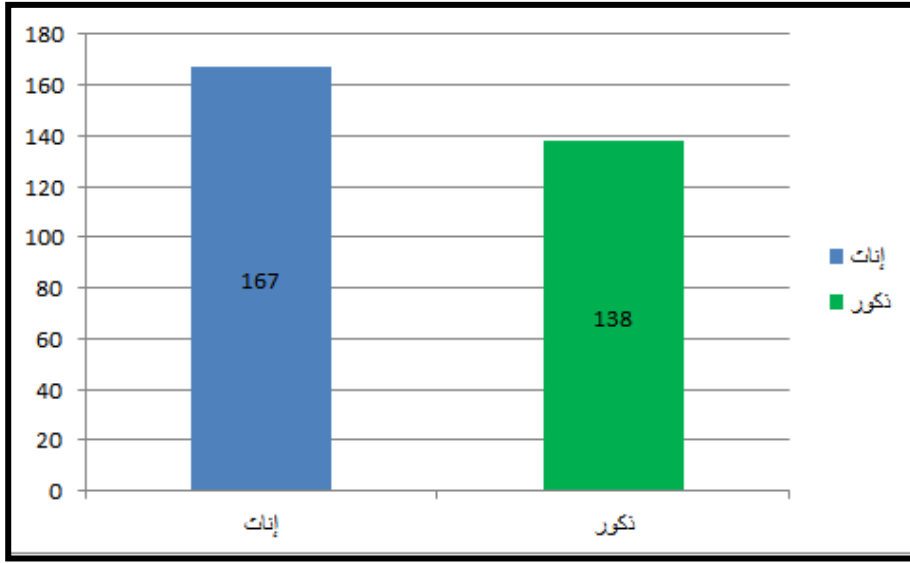
سيتناول الباحث في هذا العنصر خصائص التي تميز عينة الدراسة التي تقصد بها (الجنس، المستوى التعليمي، التخصص)

1. توزيع العينة حسب متغير الجنس

الجدول رقم(17): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
%45.25	138	ذكور
75% 54.	167	اناث
%100	305	المجموع

الرسم البياني رقم (04): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس



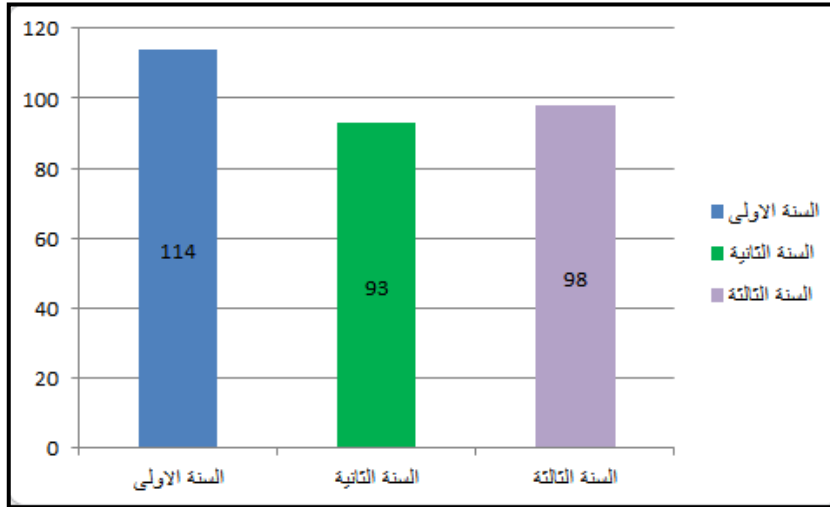
يتبين من خلال الجدول رقم (17) والرسم البياني رقم (04) أن سبة التمثيل كانت كبيرة بالنسبة لفئة الإناث بنسبة قدره (54.75) ونسبة فئة الذكور وذلك بنسبة مئوية في التمثيل قدرت بـ (45.25) وبإجمالي (305) تلميذ وتلميذة كانت هي العينة الإحصائية للدراسة، ويمكن أن نخلص أن هناك تأنيث لمجتمع محل الدراسة.

2. توزيع العينة حسب متغير المستوى التعليمي

الجدول رقم (18): توزيع العينة حسب متغير المستوى التعليمي

النسبة المئوية	التكرار	المستوى التعليمي
37.37%	114	السنة الاولى
30.49%	93	السنة الثانية
32.13%	98	السنة الثالثة
100%	305	المجموع

الرسم البياني رقم (05): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس



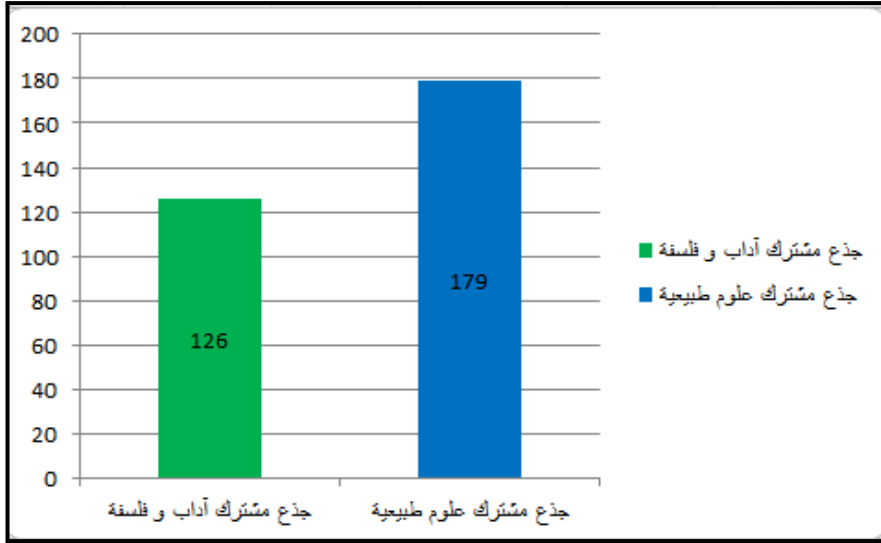
يتضح من خلال الجدول الإحصائي رقم (18) والرسم البياني رقم (05) أن فئة التلاميذ الذين هم في المستوى التعليمي " سنة أولى ثانوي " وهي الفئة الأكثر تمثيل وقد قدرة ب (37.31) وبلغ عددهم (114) كما كان عدد تلاميذ " السنة الثانية ثانوي (93) بنسبة قدرة ب (30.54) وهي النسبة الأقل عددا حيث تفوق عليهم تلاميذ السنة الثالثة ثانوي والذين كان عددهم (98) تلميذ بنسبة تمثيل تقدر ب (32.15)

3. توزيع العينة حسب متغير التخصص

الجدول رقم (19): يوضح توزيع العينة حسب متغير التخصص

النسب المئوية	التكرار	الشعبة (التخصص)
40.51%	126	جذع مشترك آداب و فلسفة
59.49%	179	جذع مشترك علوم طبيعية
100	305	المجموع

الرسم البياني رقم (06): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير التخصص



يتضح من خلال الجدول رقم (19) والرسم البياني رقم (06) أن العينة المتمثلة في تلاميذ المرحلة الثانوية متفاوتة في التمثيل فالذين ينتمون إلى التخصص العلمي والتقني بلغ عددهم (179) بنسبة مئوية قدره بـ (59.49) والذين ينتمون إلى تخصص أدبي إنساني اجتماعي بلغ عددهم (126) تحصلوا على نسبة مئوية تقدر بـ (40.51) .

IV. حدود الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ومنه تظهر الحدود التالية:

1. الحدود البشرية

اشتملت الدراسة على عينة على تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي (الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية) في بعض ثانويات مدينة بسكرة.

2. الحدود الزمنية

اجريت الدراسة خلال الموسم الجامعي سنة 2014 بداية من شهر نوفمبر الى غاية سبتمبر

2017.

3. الحدود المكانية

أجرى الباحث الدراسة الأساسية في أربع مؤسسات ثانوية (متقن السعيد بن الشايب، ثانوية محمد خير الدين، ثانوية محمد بجاوي، ثانوية رشيد رضا العاشوري) تقع على مستوى إقليم مدينة بسكرة كما أجريت الدراسة الاستطلاعية في ثانوية (محمد بوصبيعات).

V. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

استخدم الباحث برنامج الحلول الإحصائية للخدمات و المنتجات (statistical Product and service solution) الذي كان يطلق سابقا جزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (statistical spss: package of the social sciences الإصدار رقم 22 لمعالجة البيانات .

- معامل الثبات ألفا كرومباخ: لبحث ثبات فقرات الاستبيان .
- معامل الارتباط بيرسون : لبحث صدق الاتساق الداخلي، ولثبات التجزئة النصفية وثبات تطبيق و إعادة تطبيق الاختبار
- معامل الارتباط سبيرمان براون : لتعديل طول المقياس في ثبات التجزئة النصفية .
- معامل تصحيح لجوثمان : لتعديل طول المقياس في ثبات التجزئة النصفية.
- اختبار (ت) للعينات المستقلة : لبحث الفروق بين المتوسطات
- المتوسط الحسابي : بهدف حساب متوسطات درجات أفراد العينة
- الانحراف المعياري : بهدف معرفة تركز او تشتت الاجابات
- النسبة المئوية :

التكرار × 100

النسبة المئوية =

مجموع التكرارات

الفصل السادس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد الفصل

- عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
- عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
- عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
- عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
- عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس
- عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال السادس

استنتاج عام

تمهيد الفصل

يعتبر الجانب الميداني بالغ الأهمية في موضوع الدراسة فهو يدعم ما جاء في الجانب النظري، ويثبت صحته أو خطأه، ولا بد على كل باحث أن يتحكم في المنهجية الميدانية، في الفصل السادس والأخير سيتم توظيف جميع المعلومات السابقة التي تم جمعها، حول موضوع أهمية التربية البدنية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وبعد إجراء الدراسة الأساسية وجمع المعلومات وتفريغها وتطبيق التقنيات الإحصائية المناسبة لمعالجة الموضوع، نقف في هذا الفصل أمام أهم مرحلة من مراحل استكمال بحثنا العلمي، وهي مرحلة تحليل وتفسير النتائج وفيها يتم تغيير شكلية البيانات الكمية إلى تقديرات وملاحظات كيفية تكون سندا علميا لنا في تفسير النتائج وتعميمها .

وسنتناول في هذا الفصل عرض وتحليل النتائج التي توصلت إليها الدراسة ومناقشتها في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة.

أولاً: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1. النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

■ ما مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية؟

وإنيثق عن هذا السؤال فرضية مضمونها أنه:

■ نتوقع مستوى مرتفع للتكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية.

للإجابة عن هذا السؤال واختبار الفرضية المنبثقة عنه، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط النظري واختبار (ت) لمجموعة واحدة، للأبعاد الأربعة لمقياس التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية. ومن أجل تفسير النتائج اعتمدنا على الأساليب الإحصائية التالية:

- تم حساب متوسط وانحراف كل بعد من الأبعاد الأربعة وكذلك مجموع الأبعاد ككل.
- تم استخدام (ت) لعينة واحدة لمعرفة دلالة الأبعاد وكذلك مجموع الأبعاد.
- مقارنة قيمة المتوسط الحسابي مع قيمة المتوسط النظري والذي يتم حسابه كما يلي:

المتوسط النظري = (أكبر قيمة + أدنى قيمة) / 2 * عدد البنود، وقد تم اعتماد التقديرات التالية:

- المتوسط الحسابي أقل من المتوسط النظري: يعني مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي منخفض.
- المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط النظري: يعني مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي مرتفع.
- المتوسط الحسابي مساو للمتوسط النظري: يعني مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي متوسط

الجدول رقم (20): مستوى التكيف المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية

الرقم	البعد	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	قيمة (ت) لمجموعة واحدة	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة	مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي
1	علاقة التلميذ بزملائه	74.72	72	1.84	08.09	0.05	مرتفع
2	علاقة التلميذ بأساتذته	73.71	72	2.70	11.01	0.05	مرتفع
3	علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها	67.34	66	3.79	08.82	0.05	مرتفع
4	موقف التلميذ من النشاطات المدرسية	52.98	51	7.00	11.24	0.05	مرتفع
	الدرجة الكلية للتكيف الاجتماعي المدرسي	276.29	261	3.11	31.81	0.05	مرتفع

نلاحظ من الجدول رقم (20) أن الدرجة الكلية للتكيف الاجتماعي المدرسي جاءت مرتفعة بمتوسط حسابي يقدر بـ (276.29) وهي قيمة أكبر من قيمة المتوسط النظري الذي يقدر بـ (261)، وانحراف معياري يقدر بـ (31.81) وباستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة لمقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط النظري أتضح أن دلالة الدرجة الكلية لمستوى التكيف الاجتماعي المدرسي عند مستوى الدلالة (0.05) بقيمة (3.11) وهذا يعني أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي يتجه نحو الارتفاع، مما يؤكد أن التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية يحظون بمستويات مرتفعة من التكيف الاجتماعي المدرسي.

وبالإطلاع على متوسطات أبعاد التكيف الاجتماعي المدرسي الأربعة نجد أن بعد "علاقة التلميذ بزملائه" حل في المرتبة الأولى من ناحية الارتفاع، ليشكل مستوى مرتفع مقارنة ببقية الأبعاد وذلك بمتوسط حسابي قدر بـ (74.72) مقارنة بالمتوسط النظري الذي جاءت قيمته (72) وانحراف معياري قدر بـ (08.09) وكانت قيمة ت المحسوبة (1.27) دالة عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يعنى أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي في هذا البعد " علاقة التلميذ بزملائه " جاء أكبر من المتوسط النظري وهو ما يعنى أنه مرتفع.

يليه بعد علاقة التلميذ بأساتذته وذلك بمتوسط حسابي قدر بـ (73.71) مقارنة بالمتوسط النظري الذي جاءت قيمته (72) وانحراف معياري قدر بـ (11.01) وكانت قيمة ت المحسوبة (-4.70) دالة عند مستوى الدلالة (0.05). مما يعنى أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي في هذا البعد بعد علاقة التلميذ بالأساتذة الذي يدرسونه جاء أكبر من المتوسط النظري نحو الارتفاع.

وحل بعد "موقف التلميذ من النشاطات المدرسية" ثالثا في الترتيب وذلك بمتوسط حسابي قدر بـ (67.34) مقارنة بالمتوسط النظري الذي جاءت قيمته (66) وانحراف معياري قدر بـ (08.82) وكانت قيمة ت المحسوبة (3.79) دالة عند مستوى (0.05) وهى قيمة تتجه نحو الارتفاع. مما يعنى أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي في هذا البعد " موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " جاء مرتفع وجاء بعد "علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها" رابعا في الترتيب وذلك بمتوسط حسابي قدر بـ (52.98) مقارنة بالمتوسط النظري الذي جاءت قيمته (51) وانحراف معياري قدر بـ (11.24) وكانت قيمة ت المحسوبة (07.00) دالة عند مستوى (0.05) وهى قيمة منخفضة. مما يعنى أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي في هذا البعد "علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها" جاء مرتفعا إلا أنه احتل المركز الأخير مقارنة ببقية الأبعاد الأخرى .

ويمكن أن نستنتج أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية كان مرتفعا بصورة عامة، وذلك في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي وأبعاده (علاقة التلميذ بزملائه، علاقة التلميذ بأساتذته، علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها، موقف التلميذ من النشاطات المدرسية).

وبناء على هذه النتائج فيمكن القول أن الافتراض القائل بتوقع مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي مرتفع لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية، هو افتراض مقبول، مما

يدل على أن التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية يتميزون بقدر مرتفع من التكيف الاجتماعي المدرسي وذلك بتوفر مجموعة من العوامل يتوقع أنها ساعدت التلاميذ على التكيف كتهيئة الوسط الدراسي الملائم من قاعات دراسية مناسبة ومكتبات وقاعات إعلام آلي ومنشآت لممارسة الرياضة، وكذا توفر عوامل اجتماعية وثقافية تتعلق بشخصية التلاميذ ومدى طموحهم، إضافة إلى وجود متنافس متمثل في حصة التربية البدنية والرياضية يساهم في التخفيف من ضغط الدراسة داخل الأقسام ويساعد في إعطاء حرية أكبر للتلاميذ مما يؤدي لاندماجهم فيما بينهم وتلقيهم مختلف أنواع الأنشطة البدنية التي تترجم على شكل ألعاب فردية وجماعية يسودها جو من التعاون والتنافس والتفاعل فيما بينهم وتقريبهم من بعضهم البعض، وكذا عملها في التقليل من النشاط الزائد الذي يمكن أن ينعكس سلبا على سير العملية التربوية. كما اتفقت دراستنا الحالية مع دراسة (بن عايشة سمية 2015) التي أسفرت أنه يوجد مستوى مرتفع من التكيف المدرسي لدى كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحلة الثانوية، كما اتفقت أيضا مع دراسة (أماني محمد الناصر 2006) إذ توصلت إلى أن التلاميذ لديهم مستوى مرتفع من التكيف المدرسي العام في المرحلة الثانوية، وهذا ما يسمح له بتحقيق الصحة النفسية وكذا مساعدتهم على استغلال قدراتهم واستعداداتهم النفسية والمعرفية والاجتماعية والأكاديمية على نحو ممتاز.

II. النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

- ما مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية ؟
وانبثق عن هذا السؤال فرضية مضمونها أنه:
- نتوقع مستوى منخفض للتكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية
ويوضح الجدول التالي ما يلي:

الجدول رقم (21): مستوى التكيف المدرسي لدى التلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية

الرقم	البعد	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	قيمة (ت) لمجموعة واحدة	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة	مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي
1	علاقة التلميذ بزملائه	73.76	72	1.84	09.07	0.05	مرتفع نسبياً
2	علاقة التلميذ بأساتذته	72.02	72	1.29	10.25	0.05	متوسط
3	علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها	69.45	66	4.26	08.13	0.05	مرتفع
4	موقف التلميذ من النشاطات المدرسية	51.84	51	-12.98	10.96	0.05	منخفض
	الدرجة الكلية للتكيف الاجتماعي المدرسي	266.02	261	1.73	29.20	0.05	مرتفع

نستنتج من الجدول رقم (21) أن الدرجة الكلية للتكيف الاجتماعي المدرسي جاءت مرتفعة بمتوسط حسابي يقدر بـ (266.02) وهي قيمة أكبر من قيمة المتوسط النظري الذي يقدر بـ (261)، وانحراف معياري يقدر بـ (29.20) وباستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة لمقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط النظري اتضح دلالة الدرجة الكلية لتكيف الاجتماعي المدرسي عند مستوى الدلالة (0.05) بقيمة (1.73) وهذا يعني أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي يتجه نحو الارتفاع، مما يؤكد أن التلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية يحظون بمستويات مرتفعة من التكيف الاجتماعي المدرسي.

وبالاطلاع على متوسطات أبعاد التكيف الاجتماعي المدرسي الأربعة نجد أن بعد علاقة التلميذ بزملائه حل في المرتبة الأولى من ناحية الارتفاع، ليشكل مستوى مرتفع مقارنة ببقية الأبعاد وذلك بمتوسط حسابي قدر بـ (73.76) مقارنة بالمتوسط النظري الذي جاءت قيمته (72) وانحراف معياري قدر بـ (9.07) وكانت قيمة ت المحسوبة (1.84) دالة عند مستوى الدلالة (0.05). مما يعنى أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي في هذا البعد بعد " علاقة التلميذ بزملائه " جاء أكبر من المتوسط النظري وهو ما يعنى انه مرتفع.

يليه بعد "علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها" وذلك بمتوسط حسابي قدر بـ (69.45) مقارنة بالمتوسط النظري الذي جاءت قيمته (66) وانحراف معياري قدر بـ (8.13) وكانت قيمة ت المحسوبة (4.26) دالة عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يعنى أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي في هذا البعد علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها جاء أكبر من المتوسط النظري نحو الارتفاع.

وحل بعد علاقة التلميذ بأستاذه ثالثاً في الترتيب وذلك بمتوسط حسابي قدر بـ (72.02) مقارنة بالمتوسط النظري الذي جاءت قيمته (72) وانحراف معياري قدر بـ (10.25) وكانت قيمة ت المحسوبة (1.29) دالة عند مستوى (0.05) وهى قيمة تكاد تكون متساوي. مما يعنى أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي في هذا البعد بعد "علاقة التلميذ بأساتذته" جاء متوسط.

وجاء بعد موقف التلميذ من النشاطات المدرسية رابعاً في الترتيب وذلك بمتوسط حسابي قدر بـ (51.48) مقارنة بالمتوسط النظري الذي جاءت قيمته (51) وانحراف معياري قدر بـ (10.96) وكانت قيمة ت المحسوبة (-12.98) دالة عند مستوى (0.05) وهى قيمة منخفضة، مما يعنى أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي في هذا البعد " موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " جاء منخفض وبناء على هذه النتائج فيمكن القول أن الإفتراض القائل بتوقع مستوى التكيف الإجتاعي المدرسي منخفض لدى التلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية، هو إفتراض غير مقبول، فالقد بينت النتائج أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ غير الممارسين كان مرتفعاً نسبياً مما يعنى أن التلاميذ الغير ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية يتمتعون بقدر من التكيف الاجتماعي المدرسي على غرار أقرانهم من التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية وهذا يرجع إلى أن التكيف الإجتاعي المدرسي الذي تحكمه عدة عوامل أخرى مثل العوامل الأسرية والإقتصادية والثقافية وكذا عوامل التنشئة الاجتماعية، وهذه العوامل التي تلقي بظلالها على الحياة داخل المؤسسة التربوية، بالإضافة إلى بعض الخبرات التي يكتسبها التلاميذ نتيجة المواقف المدرسية التي

عاشوها داخل المؤسسة، وكذا التفاعل بين التلاميذ فيما بينهم من جهة وبين الأساتذة وبعض أعضاء الطاقم الإداري من جهة أخرى وقد لعبت مواقع التواصل الإجتماعي دورا كبيرا في تقريب الأشخاص من بعضهم البعض، وقد إتفقت دراستنا الحالية مع دراسة (شهاب محمد ذياب حمادنة) التي توصلت إلى أن مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمنطقة بني كنانة كان مرتفعا و عليه فيمكننا القول أن هناك عدة عوامل تؤثر على التكيف الاجتماعي المدرسي وتجعل التلميذ مع نفسه و مع متطلبات البيئة المدرسية التي يعيش داخلها.

III. النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي بين تلاميذ المؤسسات الثانوية الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية ؟
وانبثق عن هذا السؤال فرضية مفادها أنه:
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي بين تلاميذ المؤسسات الثانوية الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية.
- دلالة الفروق الإحصائية وفق نمط الممارسة لحصة تربية البدنية والرياضية

الجدول رقم (22): يوضح دلالة الفروق في التكيف الاجتماعي المدرسي تبعا لنمط الممارس وغير

الممارس

مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنوية	قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	متغير الممارسة	الأبعاد
0.05	0.04	-0.41	08.09	74.72	204	ممارس	علاقة التلميذ بزملائه
			09.07	73.76	101	غير ممارس	
	0.004	-2.87	11.01	73.71	204	ممارس	علاقة التلميذ بأساتذته
			10.25	72.02	101	غير ممارس	
	0.96	-1.06	08.82	67.34	204	ممارس	علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها
			08.13	69.45	101	غير ممارس	
	0.002	-3.18	11.24	52.98	204	ممارس	موقف التلميذ من النشاطات المدرسية
			10.96	51.84	101	غير ممارس	
	0.10	-2.58	31.81	276.29	204	ممارس	الدرجة العامة للتكيف الاجتماعي المدرسي
			29.20	266.02	101	غير ممارس	

تشير النتائج المسجلة في الجدول (22) عند تطبيق اختبار (ت) للعينات المستقلة، يتبين أن نتائج المتوسطات والانحرافات المعيارية لمختلف القيم المشكلة لأبعاد متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، إلى وجود فروق في الأبعاد الأربعة لمتغير الدراسة، فكانت فروق في الأبعاد التالية " علاقة التلميذ بزملائه، علاقة التلميذ بأساتذته، موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " وهي فروق ذات دلالة إحصائية في حين وجود فروق غير دالة إحصائياً في بعد " علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها "

وهذا ما تؤكد دلالة الفروق بتطبيق اختبار ت (t.test.) الموضحة في الجدول أعلاه، فالفروق دالة إحصائياً في بعد " علاقة التلميذ بزملائه " حيث قدرت القيمة التائية ب (0.41)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر ب (sig=0.04)، وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية وهذا كان استناداً على المتوسطات الحسابية لبعـد "علاقة التلميذ بزملائه" نجد أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة الممارسين قدر ب (74.72) أما بالنسبة لغير الممارسين فقد قدر ب (73.76) وهذا يدل على أن الفرق لصالح أفراد عينة الدراسة الذين ينتمون إلى فئة التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية .

أما في بعد " علاقة التلميذ بأساتذته " حيث قدرت القيمة التائية ب (-2.87)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر ب (sig=0.004)، وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية وهذا كان استناداً على المتوسطات الحسابية لبعـد "علاقة التلميذ بأساتذته" نجد أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة الممارسين قدر ب (73.71) وقدر للأفراد عينة الدراسة الغير الممارسين ب (72.02) وهذا يدل على أن الفرق لصالح أفراد عينة الدراسة الذين ينتمون إلى فئة التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية

أما في بعد " علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها " حيث قدرت القيمة التائية ب (3.11)، وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر ب (sig=0.96)، وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ المرحلة الثانوية سواء الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية.

أما في بعد " موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " قدرت القيمة التائية (3.18)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر ب (sig=0.002)، وهذا ما يؤكد وجود

فروق ذات دلالة إحصائية وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية لبعد " موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " نجد أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة الممارسين قدر بـ (52.98) وقدر لأفراد عينة الدراسة غير الممارسين بـ (51.84) وهذا يدل على أن الفرق لصالح أفراد عينة الدراسة الذين ينتمون إلى فئة التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية .

أما فيما يخص الدرجة الكلية للتكيف الاجتماعي المدرسي قدرت القيمة التائية بـ (-2.58)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر بـ (sig=0.01)، وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية للدرجة العامة لمتغير التكيف الاجتماعي المدرسي فنجد أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة الممارسين قدر بـ (276.29) وقدر للأفراد عينة الدراسة غير الممارسين بـ (266.02) وهذا يدل على أن الفرق لصالح أفراد عينة الدراسة الذين ينتمون إلى فئة التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية، وعليه نرى أن ممارسة حصة التربية البدنية عامل مؤثر ومهم في الرفع من مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لتلاميذ المرحلة الثانوية .

وبناء على نتائج الدراسة المبينة أعلاه يتضح أن متغير الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية يلعب دوراً هاماً في التكيف الاجتماعي المدرسي وذلك راجع إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية داخل حصة التربية البدنية والرياضية تساهم بدرجة كبيرة في تكيف التلميذ وتوافقه مع نفسه وزيادة أوصل الود والصدقة مع زملائه وكذا تمتين العلاقة بينه وبين أساتذته وزيادة رغبته في قضاء أوقات أكثر داخل مؤسسته والمحافظة عليها إضافة إلى دوره الإيجابي في المشاركة وإعداد للحفلات والمهرجانات ومختلف المنافسات الرياضية أو الثقافية المدرسية، وهذا ما أثبتته بعض الدراسات التي عقدت مقارنة بين تلاميذ المرحلة الثانوية الذين يمارسون النشاط الرياضي داخل الثانويات والذين لا يمارسون فالممارسين يتبنون مواقف أكثر إيجابية اتجاه مؤسساتهم التربوي علاوة إلى انخفاض معدل الغياب وزيادة حرصهم على الالتحاق بالجامعة وإتمام دراستهم مما يؤدي بتحقيق النجاحات فيما يتعلق بمستقبلهم المهني وتمتعهم بصحة أفضل كما يمكن أن تساعد التربية البدنية و الرياضية التلاميذ على التكيف مع المواقف التربوية ذات الطابع الاجتماعي وهذا ما ينعكس بالإيجاب على تحصيلهم الأكاديمي. كما يجدر الذكر أن العلاقات الإنسانية التفاعلية بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية وتلاميذه تؤدي دوراً هاماً في بناء وتكوين شخصية هؤلاء التلاميذ عقلياً واجتماعياً وحركياً من خلال الأنشطة التي هي مبرمجة داخل الحصة مما يساعدهم للوصول إلى النجاحات والإنجازات التعليمية المختلفة. وهذا ما اتفقت معه دراستنا

الحالية. ونجد نفس الشيء في دراسة (عماد الدين يونس 2010) التي أسفرت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين. واتفقت أيضا مع دراسة (محمود مطر علي حاتم البدراني 2004) التي استخلصت على أن هناك فروق في التكيف الاجتماعي المدرسي بين الرياضيين وغير الرياضيين والتي ظهرت لصالح الرياضيين. إضافة الى مجموعة من الدراسات كدراسة (بعيط بن جدو 2003) ، (دريداوي نورالدين 2008) ، (جواد خلف وثائر رشيد حسن 2009) وكلها أشاروا إلى تأثير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي لدى التلاميذ.

ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) لإجابات أفراد العينة حول مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي تعزى لمتغير الممارسة الرياضية .

IV. النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ؟
وانبثق عن هذا السؤال فرضية مفادها أنه:

• توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

➤ دلالة الفروق وفق متغير الجنس

الجدول رقم (23): يوضح دلالة الفروق في التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين

لحصة ت ب ر تبعاً لمتغير الجنس

مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنوية	قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	متغير الجنس	الأبعاد
0.05	0.54	0.60	7.18	73.11	89	ذكر	علاقة التلميذ بزملائه
			09.07	72.41	115	أنثى	
	0.07	2.71	12.80	70.48	89	ذكر	علاقة التلميذ بأساتذته
			12.81	65.57	115	أنثى	
	0.57	0.56	08.07	68.74	89	ذكر	علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها
			9.39	68.03	115	أنثى	
	0.30	1.03	11.18	48.43	89	ذكر	موقف التلميذ من النشاطات المدرسية
			11.28	46.80	115	أنثى	
	0.07	1.77	29.91	260.77	89	ذكر	الدرجة العامة للتكيف الاجتماعي المدرسي
			32.91	252.82	115	أنثى	

تشير النتائج المسجلة في الجدول (23) عند تطبيق اختبار (ت) للعينات المستقلة، أن قيمة الدلالة لأبعاد التكيف الاجتماعي المدرسي " علاقة التلميذ بزملائه، علاقة التلميذ بأساتذته، علاقة بالمؤسسة وإدارتها، موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " وكذلك الدرجة العامة للتكيف الاجتماعي المدرسي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية حول مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي تعزى

لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، وعليه نرى أن الجنس عامل غير مؤثر في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي .

ويرجع الطالب الباحث عدم وجود فروق في مستوى التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس، وهذا نتاج أن التلاميذ يعيشون في نفس البيئة المدرسية ويقومون بنفس النشاطات ويندمجون في أعمال موحدة، ويعاملون معاملة متساوية بغض النظر عن الجنس، إضافة إلى طغيان العنصر النسوي على المؤسسات التربوية وكذا الطاقم الإداري الذي أصبح أغلبه من الإناث مما كون إندماج وتكيف أكثر لدى فئة الإناث، وكذلك تغير ثقافة المجتمع التي أصبحت أكثر تفتحا، واندثار تلك الإيديولوجية بين الذكور والإناث خاصة في توزيع الفرص أثناء ممارسة الرياضة فقد أظهرت الرياضات المتعددة والمختلفة إلى أن الإناث لديهم قدرة تضاهي قدرة الرجال في تحقيق الإنجازات الرياضية، ويمكن القول أن تغيرات فردية وقعت على مدى الأجيال الماضية في زيادة القابلية لدى الإناث في ممارسة التربية البدنية والرياضية والاندماج مع الذكور أثناء الممارسة خاصة الأنشطة الجماعية بل وتعدتها إلى منافستهم والتغلب عليهم في بعض الأحيان، إضافة إلى تغير نظرة المجتمع حول ممارسة المرأة للرياضة، حيث نجد العديد من الإناث يعملن أستاذات لمادة للتربية البدنية والرياضية .

وقد اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (عماد يونس 2010) إذ أسفرت النتائج على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي بين تلاميذ التعليم المتوسط الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية تبعا لمتغير الجنس واتفقت أيضا مع دراسة (يونسى كريمة 2012) التي توصلت إلى نتيجة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس. واختلفت نتائج دراستنا مع دراسة (بعيط بن جدو 2003) في متغير الجنس حيث أسفرت نتائج دراسته على اختلاف في الممارسة الرياضية بين الذكور والإناث لصالح الذكور .

ومنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) لإجابات أفراد العينة حول مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الجنس .

V. النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير التخصص التعليمي (أدبي، علمي) ؟

وانبثق عن هذا السؤال فرضية مفادها أنه:

• توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير التخصص التعليمي (أدبي، علمي)

➤ دلالة الفروق وفق متغير التخصص العلمي

الجدول رقم (24): يوضح دلالة الفروق في التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين
لحصة ت ب ر تبعاً لمتغير التخصص العلمي

مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنوية	قيمة ت المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	متغير التخصص العلمي	الأبعاد
0.05	0.01	2.49	8.41	87.67	105	علمي	علاقة التلميذ بزملائه
			7.76	71.13	99	أدبي	
	0.03	2.11	12.96	84.81	105	علمي	علاقة التلميذ بأساتذته
			13.11	77.14	99	أدبي	
	0.02	2.25	9.30	84.07	105	علمي	علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها
			8.33	76.98	99	أدبي	
	0.05	01.85	11.66	73.89	105	علمي	موقف التلميذ من النشاطات المدرسية
			10.82	57.22	99	أدبي	
	0.032	2.57	32.38	286.77	105	علمي	الدرجة العامة للتكيف
			31.32	272.82	99	أدبي	الاجتماعي المدرسي

تشير النتائج المسجلة في الجدول (24) عند تطبيق اختبار (ت) للعينات المستقلة، يتبين أن نتائج المتوسطات والانحرافات المعيارية لمختلف القيم المشكلة لأبعاد متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، إلى وجود فروق في الأبعاد الأربعة لمتغير الدراسة، فكانت فروق في الأبعاد التالية " علاقة التلميذ بزملائه، علاقة التلميذ بأساتذته، علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها، موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " وهي فروق ذات دلالة إحصائية .

وهذا ما تؤكد دلالة الفروق بتطبيق اختبار ت (**t.test.**) الموضحة في الجدول أعلاه، فالفروق دالة إحصائياً في بعد " علاقة التلميذ بزملائه " حيث قدرت القيمة التائية بـ (2.49)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر بـ (**sig=0.01**)، وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائياً لصالح التلاميذ ذوي التخصص العلمي الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية وهذا كان استناداً على المتوسطات الحسابية لبعـد "علاقة التلميذ بزملائه" نجد أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة المنتسبين للتخصص العلمي قدر بـ (87.67) وقدر للأفراد عينة الدراسة المنتسبين للتخصص الأدبي بـ (71.13) وهذا يدل على أن الفرق لصالح أفراد عينة الدراسة الذين ينتمون إلى فئة التلاميذ الذي ينتسبون للتخصص العلمي الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية .

أما في بعد " علاقة التلميذ بأساتذته " حيث قدرت القيمة التائية بـ (2.11)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر بـ (**sig=0.03**)، وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائياً لصالح التلاميذ ذوي التخصص العلمي الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية وهذا كان استناداً على المتوسطات الحسابية لبعـد "علاقة التلميذ بأساتذته" نجد أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة ذوي التخصص العلمي الممارسين قدر بـ (84.81) وقدر لأفراد عينة الدراسة ذوي التخصص الأدبي الممارسين بـ (77.14) وهذا يدل على أن الفرق لصالح أفراد عينة الدراسة الذين ينتمون إلى فئة التلاميذ ذوي التخصص العلمي الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية .

أما في بعد " علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها" حيث قدرت القيمة التائية بـ (2.25)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر بـ (**sig=0.02**)، وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح التلاميذ ذوي التخصص العلمي الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية وهذا كان استناداً على المتوسطات الحسابية لبعـد " علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها" نجد أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة ذوي التخصص العلمي الممارسين قدر بـ (84.07) وقدر لأفراد عينة الدراسة ذوي

التخصص الأدبي الممارسين بـ (76.98) وهذا يدل على أن الفرق لصالح أفراد عينة الدراسة الذين ينتمون إلى فئة التلاميذ ذوي التخصص العلمي الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية .

أما في بعد " موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " حيث قدرت القيمة التائية (1.85)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر بـ (sig=0.04)، وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية لبعـد " موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " نجد أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة ذوي التخصص العلمي الممارسين قدر بـ (73.89) وقدر للأفراد عينة الدراسة ذو التخصص الأدبي الممارسين بـ (57.22) وهذا يدل على أن الفرق لصالح أفراد عينة الدراسة الذين ينتمون إلى فئة التلاميذ المنتسبين للتخصص العلمي الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية .

أما فيما يخص الدرجة الكلية للتكيف الاجتماعي المدرسي حيث قدرت القيمة التائية بـ (2.57)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بقيمة احتمالية معنوية تقدر بـ (sig=0.03)، وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية للدرجة العامة لمتغير التكيف الاجتماعي نجد أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة أصحاب التخصص العلمي الممارسين قدر بـ (286.77) وقدر للأفراد عينة الدراسة أصحاب التخصص الأدبي الممارسين بـ (272.82) وهذا يدل على أن الفرق لصالح أفراد عينة الدراسة الذين ينتمون إلى فئة التلاميذ المنتسبين للتخصص العلمي الممارسين لحصة التربية البدنية. ويرجع الطالب الباحث وجود فروق جوهرية في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية في المرحلة الثانوية تعزى لمتغير التخصص العلمي (أدبي، علمي) .

وبناء على نتائج الدراسة المبينة أعلاه يتضح أن متغير التخصص يلعب دوراً في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي حيث نجد التلاميذ أصحاب الشعب العلمية أكثر تكيفاً واندماجاً في الحياة المدرسية وأكثر فاعلية ومشاركة في النشاطات المدرسية، وذلك راجع إلى طبيعة المواد العلمية التي تحفز المخ وتدفع التلميذ إلى التفكير والتأمل وكذا الإبداع، إضافة إلى أن البرنامج كثيف ويحتوي على مواد كثيرة حيث أن أصحاب الشعب العلمية يدرسون نفس مواد الشعب الأدبية إضافة إلى مواد أخرى وهذا ما يجعلهم يبحثون عن متنفس للترويح عن أنفسهم وهذا ما يجدونه في حصة التربية البدنية و الرياضية التي تساهم في إخراجهم من جو الدروس الصعب والكثيف إلى جو يسوده التعاون والتفاعل إضافة إلى التنافس

ومحاولة إثبات الذات، بالإضافة إلى أن بعض المواد في الشعب العلمية تستوجب على التلاميذ العمل الجماعي مثل التجارب والخرجات الميدانية وهذا ما يزيد من توطيد العلاقات بين التلاميذ فيما بينهم وفيما بين الأساتذة. وقد اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (يونسي كريمة 2012) إذ أسفرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الأكاديمي لصالح طلاب التخصص العلمي (الطب).

ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) لإجابات أفراد العينة حول مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي تعزى لمتغير التخصص العلمي (أدبي، علمي)، لصالح التلاميذ أصحاب الشعب العلمية.

VI. النتائج المتعلقة بالسؤال السادس

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير المستوى التعليمي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة) ؟

وابتثق عن هذا السؤال فرضية مفادها أنه:

• توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير المستوى التعليمي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة) ؟

➤ دلالة الفروق وفق متغير المستوى التعليمي

للإجابة على هذا السؤال واختبار الفرضية المنبثقة عنه قام الطالب الباحث باستخدام تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (25) يوضح مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجة الحرية وقيمة (f) ومستوى الدلالة لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي للتلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير المستوى التعليمي (السنة أولى ثانوي، السنة ثانية ثانوي، السنة ثالثة ثانوي).

الجدول رقم (25): تحليل التباين البسيط للمقارنة بين المجموعات (F test) لحساب الفروق بين متوسطات إجابات عينة الدراسة على مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

الإبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجة الحرية	قيمة (ف)	القيمة الاحتمالية Sig	الدلالة
علاقة التلميذ بزملائه	بين المجموعات	6209.56	3104.78	2	29.6	0.00	0.05
	داخل المجموعات	21037.22	104.66	201			
علاقة التلميذ بأساتذته	بين المجموعات	8991.58	4498	2	73.1	0.00	0.05
	داخل المجموعات	2435.58	121.17	201			
علاقة بالمؤسسة وإدارتها	بين المجموعات	7449.31	3724.6	2	32.7	0.30	0.05
	داخل المجموعات	2284.8	113.67	201			
موقف التلميذ من النشاطات المدرسية	بين المجموعات	7449.31	8758.3	2	51.9	0.00	0.05
	داخل المجموعات	22848.24	170.73	201			
التكيف الاجتماعي المدرسي	بين المجموعات	15372.9	76851.4	2	56.8	0.00	0.05
	داخل المجموعات	27173.9	1351.9	201			

نلاحظ من خلال الجدول أن نتائج تحليل التباين الأحادي قد أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في الدرجة الكلية للتكيف الاجتماعي المدرسي وأبعاده الأربعة تبعا لمتغير المستوى التعليمي (السنة أولى ثانوي، السنة ثانية ثانوي، السنة ثالثة ثانوي) كما قد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التكيف الاجتماعي المدرسي " علاقة التلميذ بزملائه، علاقة التلميذ بأساتذته، علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها، موقف التلميذ من النشاطات المدرسية " عند مستوى الدلالة (0.05) من وجهة نظر التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية .

وبحثا عن مصدر الفروق في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي من وجهة نظر أفراد العينة تبعا لمتغير المستوى التعليمي، فقد استخدمنا الاختبار البعدي شيفيه لدلالة الفروق والجدول التالي يوضح ذلك.

الجدول رقم (26): نتائج الاختبار البعدي شيفيه Scheffe للفروق في استجابات أفراد العينة حول مستوى التكيف الاجتماعي الدراسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي

المستوى التعليمي	المجموعات	فرق المتوسطات	الخطأ المعياري	قيمة الاحتمال المعنوية
السنة أولى ثانوي	السنة ثانية ثانوي	4.99	6.50	0.74
	السنة ثالثة ثانوي	-178.92	6.02	0.00
السنة الثانية ثانوي	السنة أولى ثانوي	-4.99	6.50	0.74
	السنة ثالثة ثانوي	-183.92	6.02	0.00
السنة الثالثة ثانوي	سنة أولى ثانوي	178.92	6.02	0.00
	السنة ثانية ثانوي	183.92	6.56	0.00

عند مستوى الدلالة 0.05

ويتضح من خلال القراءة الإحصائية للجدول المبين أعلاه:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للتكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير المستوى التعليمي بين (تلاميذ السنة أولى ثانوي)

و(وتلاميذ السنة الثالثة ثانوي) لصالح تلاميذ الثالثة ثانوي. وبين (تلاميذ السنة الثانية ثانوي) و(وتلاميذ السنة الثالثة ثانوي) لصالح لتلاميذ الثالثة ثانوي

أظهرت النتائج المرصودة في الجدول رقم (26) أن قيمة الاحتمال المعنوية (sig) في الدرجة الكلية للتكيف الاجتماعي المدرسي كانت أقل من مستوى الدلالة (0.05). مما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمستوى التكيف الاجتماعي المدرسي بأبعاده الأربعة " علاقة التلميذ بزملائه، علاقة التلميذ بأساتذته، علاقة التلميذ بالمؤسسة وإدارتها، موقف التلميذ من النشاطات المدرسية "، لصالح تلاميذ الثالثة ثانوي وذلك استنادا على الاختبار البعدي شيفيه Scheffe للفروق، حسب استجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي المطبق من قبل الطالب الباحث، ويرى الباحث سبب إرتفاع مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي للتلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية لصالح تلاميذ السنة الثالثة ثانوي إلى أنهم أقدم التلاميذ في المؤسسة وأكثرهم التزاما واتقانا ومشاركة في النشاطات الرياضية والثقافية خلال السنوات الماضية، على العكس من تلاميذ السنة الأولى الذين هم حديثي الإلتحاق بالمؤسسة إضافة إلى أن تلاميذ السنة الأولى كانوا يدرسون في مؤسسة أخرى ومازالوا لم يتعرفوا على الحياة داخل الثانوية مما يخفض من تكيفهم مقارنة بالسنة الثانية والثالثة. إضافة إلى نظرة الأساتذة والطاقم الإداري والتربوي إلى تلاميذ السنة الثالثة على أنهم أكبر سنا وأقرب منزلة من السنوات الأخرى، إضافة إلى النضج الحاصل لديهم ومحاولة منهم التركيز على الدراسة من أجل الظفر بشهادة البكالوريا والرحيل إلى الجامعة.

ومنه نستنتج أن المستوى التعليمي يؤثر على التكيف الاجتماعي المدرسي بالنسبة للتلاميذ الذين يمارسون حصة التربية البدنية و الرياضية بانتظام .

لقد تم انجاز دراستنا هذه لاختبار الفرضيات التي تقيس مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لتلاميذ المرحلة الثانوية، وقد أجريت الدراسة على مستوى بعض مؤسسات التعليم الثانوي بمدينة بسكرة، ووقد اعتمدنا على مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي الذي يقيس مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي للمراهقين وكذا التحقق من تأثير التكيف الاجتماعي المدرسي على مجموعة من المتغيرات مثل (الجنس، المستوى التعليمي، والشعبة)

ويمكن تلخيص أهم النتائج التي توصلنا إليها فيما يأتي:

- فيما يخص الفرضية الأولى فقد تحققت هذه الفرضية، حيث تأكدنا من وجود مستوى مرتفع للتكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية، وهذا يعني أن ممارسة تلاميذ التعليم الثانوي لمادة التربية البدنية والرياضية قد ساهمت في تمتعهم بمستوى عالي من التكيف الاجتماعي المدرسي، وبزيادة العمل والاهتمام بالمادة وطرق تقديمها للتلاميذ يمكننا القول أن النتائج ستكون أحسن بكثير.
- أما بالنسبة للفرضية الثانية لدراستنا لم تتحقق، والتي تمثلت بتوقع مستوى تكيف اجتماعي مدرسي منخفض لدى التلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية، فلقد بينت النتائج أن مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ غير الممارسين كان مرتفعا نسبيا مما يعني أن التلاميذ الغير ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية يتمتعون بقدر من التكيف الاجتماعي المدرسي على غرار أقرانهم من التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية، وهذا يرجع إلى أن التكيف الاجتماعي المدرسي يتأثر بعدة عوامل أخرى قد تسهم في تنميته.
- فيما يخص الفرضية الثالثة فقد تحققت هذه الفرضية، حيث تأكدنا من وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية، والنتائج أثبتت أن الفروق هي لصالح التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية، وعليه نرى أن ممارسة حصة التربية البدنية عامل مؤثر ومهم في الرفع من مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لتلاميذ المرحلة الثانوية
- وأما فيما يخص الفرضية الثانية فقد أكدت النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائية على مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي بين تلاميذ التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس، وهذا يعني أن الفرضية الجزئية الثانية لبحثنا لم تتحقق، فقد لاحظنا من خلال النتائج المحصل عليها أن

التلاميذ الذين يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية يتمتعون بقدر عال من التكيف الاجتماعي المدرسي، لكن ليس هناك فروق دالة بين الجنسين لحساب أحدهما على الآخر، وبالتالي نقول أن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في زيادة درجة تكيف التلاميذ النفسي الاجتماعي ولكن ليس لحساب جنس على آخر.

- وبخصوص الفرضية الخامسة لدراستنا فقد تحققت والتي افترضنا فيها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير التخصص التعليمي (أدبي، علمي)، وبناء على نتائج الدراسة المتحصل عليها يتضح أن متغير التخصص يلعب دورا في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي، حيث نجد التلاميذ أصحاب الشعب العلمية أكثر تكيفا واندماجا في الحياة المدرسية وأكثر فاعلية ومشاركة في النشاطات المدرسية.
- أما بالنسبة للفرضية الأخيرة للدراسة فقد تحققت هي أيضا والتي افترضنا فيها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير المستوى التعليمي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة)، حيث استنتجنا وجود فروق بين المستويات لصالح السنة الثالثة ثانوي، الذين اعتبرناهم أكثر نضجا وخبرة عن باقي المستويات وهذا ما زاد من مستوى تكيفهم، ومنه نستنتج أن المستوى التعليمي يؤثر على التكيف الاجتماعي المدرسي بالنسبة للتلاميذ الذين يمارسون حصة التربية البدنية و الرياضية بانتظام

انطلاقاً من النتائج التي أظهرتها الدراسة، واعتماداً على تحليل ومناقشة النتائج من قبل الطالب الباحث، يمكن طرح بعض من التوصيات التي نأمل أن تأخذ بعين الاعتبار وترتقي بمستوى الرياضة وتعزز مكانة الممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية والدور الذي تلعبه في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية والتي تنعكس إيجاباً على شخصيتهم وتحصيلهم العلمي ومستقبلهم المهني وهي كالتالي:

- الاهتمام بكل ما يخص مادة التربية البدنية و الرياضية من تشييد للمنشآت وتوفير للوسائل وكذا النظر في اوقات برمجة الحصة وحث القائمين على المؤسسات التربوية، على توفير مناخ عمل جيد للعاملين عليها.
- حث الاساتذة على التركيز على الجانب النفسي الاجتماعي للتلميذ وضرورة ادماج التلاميذ في مختلف ادوار الحياة داخل المؤسسات التربوية، لأن ذلك ينعكس على الحياة المستقبلية للمراهق وكذا في التكيف مع المجتمع ككل .
- تفعيل دور الاخصائي النفسي في المؤسسات التربوية لتوجيه وإرشاد التلاميذ المراهقين .
- نشر نتائج الدراسة لتكون منطلقاً لباحثين آخرين والعمل على تدعيمها بدراسات اخرى خدمة للبحث العلمي في مجال الرياضة وعلاقتها بعلم النفس وعلم الاجتماع
- توفير المناخ والجو المناسب للتلميذ لكي ينشأ ويتعلم في بيئة خصبة ويكون له دور فاعل من خلال استئثاره قدراته ومواهبه وتكوين شخصية سوية .
- اجراء دراسات علمية مدققة لمعالجة مختلف المشاكل التي يعاني منها التلاميذ المراهقين .
- الاهتمام بشؤون التربية البدنية والرياضية والعمل على ربط الانتاج العلمي البحثي في التربية البدنية بالواقع العملي .
- ادراج مادة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الابتدائية وذلك لأهميتها البالغة في تنمية جميع جوانب الطفل وكذا اعداد قاعدة سليمة تمهد للمراحل القادمة
- إبلاغ مختلف المسؤولين بالنتائج المتوصل إليها لحثهم على الاهتمام أكثر بالمادة، ولزيادة معرفتهم بتأثيراتها السيكولوجية والسوسولوجية بعيداً عن تأثيراتها البدنية والفيزيولوجية المعروفة للجميع، ففي نظرنا فان إهمال أغلب المسؤولين على المؤسسات التعليمية للمادة وعدم إعطائها حقها هو جهلهم بفوائدها وتأثيراتها المتعددة على نمو وشخصية التلاميذ وعلى وجه الخصوص فئة المراهقين

الخطاتفة

إن هذه الدراسة كان الهدف منها معرفة أهمية التربية البدنية والرياضية ومدى مساهمها في الرفع من مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. حيث نجد داخل المؤسسات التربوية الثانوية تلاميذا كثيرا غير ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية وهذا راجع لأسباب عديدة ومتنوعة ولعل من أهمها جهلهم لأهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي واعتبار حصة التربية البدنية والرياضية مجرد نشاط عبثي غير ضروري، وإنكارهم لفائدتها في زيادة تحصيلهم واستقرارهم النفسي والاجتماعي، وكذا دورها في مساعدتهم على القضاء على الكثير من المشاكل وتجنب العديد من الازمات التي قد تعصف بهم خصوصا في فترة المراهقة التي تعد فترة حرجة يتخبط فيها معظمهم المراهقين.

حيث أصبحت المشاكل الاجتماعية ومنها مشكل التكيف الاجتماعي المدرسي التي يتخبط فيها المراهق بصفة عامة وتلميذ المرحلة الثانوية بصفة خاصة مشكل بالغ الأهمية، إذ إن هذا المشكل أصبح محل انشغال الكثير من العلماء حيث أقرروا أن ممارسة النشاط البدني والرياضي له دور فعال في تنمية التكيف الاجتماعي وذلك من خلال أن ممارسة الأنشطة الرياضية داخل المؤسسات التعليمية التي تعمل على تقريب التلاميذ من بعضهم البعض وتكوينهم صداقات وعلاقات جيدة فيما بينهم أو مع أساتذتهم والمحيطين بهم وكذا زيادة مستوى التحصيل الدراسي، والقضاء على كل اشكال التسرب المدرسي، ومما دعانا لكتابة بحث خاص درسنا فيه وسيلة من وسائل معالجة هذا المشكل، فحاولنا في بحثنا هذا أن نوضح التأثيرات الإيجابية والدور الكبير التي تقدمه حصة التربية البدنية و الرياضية للمراهق ومساهمتها في تحقيق التكيف الاجتماعي عن طريق تكيف التلميذ مع بيئته الاجتماعية والانسجام بين إشباع حاجاته المتعددة وإمكانياته الأدائية والعقلية الحقيقية وظروف الواقع المعاش مما ينتج عليه تقديم دور ايجابي وفعال لهذا المراهق داخل المجتمع .

وهذا ما اظهرته نتائج دراستنا هذه اذ توصلنا الى وجود فروق في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي حيث أن التلاميذ الممارسين للحصة كانوا اكثر تكيفا وتوافقا من غير الممارسين وذلك في جل أبعاد المقياس المطبق حيث تفوق الممارسون في كل من بعد العلاقة بالزملاء وكذا بعد العلاقة بالأساتذة وكذلك موقفهم من المشاركة والتحضير في مختلف النشاطات المدرسية وهذا ما يؤكد ان ممارسة المراهق لحصة التربية البدنية والرياضية يلعب دورا هاما في تكيف التلميذ مع نفسه وزيادة اوصل الصداقة والحب لزملائه وتمتين العلاقة مع اساتذته وكل المحيطين به داخل اصوار المؤسسة التي يدرس فيها، وكذا ولائهم لها والمحافظة عليها وهذا ما ينعكس على تحصيلهم ونجاحهم. لتبقى الرياضة جزء لا يتجزأ من الحياة المدرسية.

وعليه فإن ممارسة التربية البدنية و الرياضية داخل المؤسسات التعليمية الثانوية تساهم في الارتقاء بالعلاقات الاجتماعية بين الفرد وذاته وبين الفرد والجماعة وتنمية لقدرات التلاميذ العقلية وتطوير النضج الفكري وتعلم قيم الروح الرياضية والتنافسية مما تعمل على إنشاء جيل صحيح البنية الجسمية، قوي الشخصية ذو أفكار بناءة ويعمل على النهوض بالرياضة الوطنية وتمثيلها أحسن تمثيل كما تعتبر وسيلة هامة في إنشاء علاقات أخوية وصدقات متينة في وسط اجتماعي .

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة باللغة العربية:

➤ عنوان الدراسة: أهمية التربية البدنية و الرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

➤ أهداف الدراسة: هدفت هذه الدراسة الى:

- التعرف على مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي التربوي بالمرحلة الثانوية.
- التعرف على الفروق في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي بين تلاميذ المؤسسات الثانوية الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية.
- التعرف على الفروق في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في جميع أبعاد المقياس وفق متغير الجنس (ذكر، انثى).
- التعرف على الفروق في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية في جميع أبعاد المقياس وفق متغير التخصص (علمي، أدبي).
- التعرف على الفروق في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في جميع أبعاد المقياس وفق متغير المستوى التعليمي (سنة اولى، ثانية، ثالثة).

➤ مشكلة الدراسة: تهدف دراستنا هذه إلى معرفة أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

اضافة إلى معرفة ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التكيف الاجتماعي المدرسي بين تلاميذ المؤسسات الثانوية الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية

➤ منهج الدراسة: المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي المقارن.

➤ مجتمع وعينة الدراسة: يتمثل مجتمع الدراسة في تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين و الغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في مدينة بسكرة، اما عينة تتمثل في مجموعة من تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة بسكرة بلغ عددهم (305).تلميذ و تلميذة ،قسمت الى (101) من غير الممارسين، و(204) من الممارسين.

➤ **الإجراءات الميدانية للدراسة:** وتم الاعتماد على مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي لقياس ومقارنة مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لتلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية وهو مقياس تم تعديله من قبل الباحث من أجل تطبيقه على عينة البحث، ويحتوي المقياس على أربعة ابعاد ويشمل (87) عبارة وخمسة بدائل للإجابة، تم التأكد من صدق المحتوى بعرض الأداة على المحكمين وتم حساب الصدق التمييزي وصدق الاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط بيرسون، كما تم التأكد من ثبات الأداة باستخدام أسلوب التطبيق وإعادة التطبيق وكذا التجزئة النصفية بأسلوب جيتمان وباستخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ مما جعل الأداة صالحتين للدراسة، بعد جمع البيانات وتفرغها تم إدخالها في برنامج (SPSS) مع إجراء المعالجات الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، التوزيعات التكرارية و النسب المئوية، الانحرافات المعيارية ، مجموع الدرجات .

➤ أهم نتائج الدراسة:

- مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية كان مرتفعاً.
- مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية غير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية كان مرتفعاً نسبياً.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي عند مستوى الدلالة (0.05) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية تبعاً للمتغير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تبعاً لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تبعاً لمتغير التخصص العلمي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي .

- **Title of the Study :** The importance of physical education and sports in the development of social and school adaptation of high school students.
- **Aims of the Study :** The study aims to :
 - Recognize the level of social and school adaptation of students who do or do not practice sports in secondary education.
 - Recognize differences in the social and school adaptation indicator between students in secondary schools who do and who do not practice physical education and sports.
 - Identification of differences in the social and school adaptation indicator of students who practice physical education and sport in all dimensions of the scale according to gender indicator (male, female).
 - Identification of differences in the social and school adaptation indicator of students who practice physical education and sport in all dimensions of the scale according to educational level indicator (first year, second, third).
- **The Research Problem:** This study aims to identify the importance of the session of physical education and sport in the development of social and school adaptation of high school students.

In addition to knowing whether there are statistically significant differences in the social adaptation indicator among students in secondary schools who practice and non-practitioners in physical education and sports.
- **Research Approach:** the study is based on the comparative descriptive approach.
- **Population of the Study:** The study population consisted of high school students practicing and non-practicing physical education and sports in high schools in Biskra, a sample of 305 high school students from Biskra, The sample were divided into 101 non-practitioners, and (204) who practice sports.
- **Data Collection and Analysis Procedures:** The adopted data collection tools are □ □ A scale of school and Social Adaptation to measure and compare the social adaptation of the school for high school students, practitioners and non-practitioners of physical education and the sports level,

The scale was modified by the researcher in order to apply to the research sample, it contains four dimensions and includes 87 words and five alternatives to respond, were confirmed the truthfulness of the content presentation tool on the referees were the honesty and sincerity of the discriminatory calculation of internal consistency using the Pearson correlation coefficient, it was also ensuring the stability of the tool using the method of application and re-application as well as mid-way Jitman halfway using Cronbach's coefficient tool, alpha stability making valid for study, after data collection and discharge is entered in (SPSS) program with the following statistical Alamaalajat: arithmetic mean, reproducibility of distributions and percentages, standard deviations, total scores.

● **The Main Results:**

- The level of social and school adaptation of high school students practicing physical education and sport was high.
- The level of social and school adaptation of high school students who did not practice physical education and sport was relatively high.
- There are difference of Statistical indication in the level of social adaptation at the level of significance (0.05) among secondary school students according to the indicator of practicing in physical education and sports session.
- There are difference of Statistical indication in the level of social and school adaptation of secondary school students according to the indicator of gender.
- There are difference of Statistical indication in the level of social and school adaptation of secondary school students according to the indicator of scientific specialization.
- There are difference of Statistical indication in the level of social and school adaptation of secondary school students according to the educational level indicator.

قائمة المراجع

القرآن الكريم

1. سورة البقرة الآية 276.

الكتب العربية

1. إبراهيم أحمد أبو زيد: سيكولوجية الذات و التوافق، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية، 1987.
2. إبراهيم محمد المحاسنة: تعليم التربية الرياضية، ط1، دار جرير، عمان، 2006.
3. أحمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2008.
4. أحمد عيد مطيع الشخابنة: التكيف مع الضغوط النفسية، ط1، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، 2010 .
5. أحمد ماهر أنور حسن وآخرون: التدريس في التربية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2007.
6. أحمد محمد حسن صالح وآخرون : الصحة النفسية و علم النفس الاجتماعي و التربية الصحية، ط1، الجزء1، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، 2000.
7. أحمد مختار عمر وآخرون: المعجم العربي الأساس (لاروس)، المنظمة العربية للثقافة والتربية والعلوم، بيروت، 1989.
8. أسامة كامل راتب: النمو الحركي مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
9. أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربة خليفة: النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1999.
10. إسماعيل خليل إبراهيم: أسس فلسفة التربية الرياضية على ضوء الفهم الاجتماعي، ط1، دار دجلة، عمان، 2010.
11. إسماعيل عبد زيد، عماد طعمت راضي: أساسيات التدريس في التربية البدنية، دار دجلة، الأردن، 2016.
12. أكرم خطايبية: أسس وبرامج التربية الرياضية، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، الأردن، 2011.

13. أمر الله أحمد بساطي: التدريس في التربية البدنية والرياضية، جامعة الملك سعود للنشر العلمي والمطابع، السعودية، 2009.
14. أمين أنور الخولي وآخرون: التربية الرياضية المدرسية، ط4 ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
15. أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية المدخل - التاريخ - الفلسفة، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة (مصر)، 2001.
16. أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية المهنة والاعداد المهني والنظام الأكاديمي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002.
17. أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
18. أمين أنور الخولي: الرياضة والحضارة الإسلامية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995.
19. أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000.
20. أنيتا ولفوك، نانسي بيري: ترجمة معاوية محمود أبوغزال، فرحاتي السيد محمود: نمو الطفل المراهق، ط1، دار الفكر العربي، الأردن، 2015.
21. أنيتا وولفوك: ترجمة صلاح الدين محمود علام، علم النفس التربوي، ط1، دار الفكر، عمان، 2010.
22. بالقاسم سلاطينية، وحسان الجلاني: منهجية العلوم الاجتماعية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر ، 2004 .
23. بشير معمريّة : أساسيات القياس النفسي وتصميم أدواته، دار الخلدونية للنشر والتوزيع ،الجزائر، 2012.
24. بطرس حافظ بطرس: التكيف و الصحة النفسية للطفل، ط1، دارالمسيرة، عمان، 2008 .
25. ثائر أحمد غباري ، خالد محمد أبو شعيرة : التكيف مشكلات وحلول، ط1، مكتبة المجتمع العربي ، عمان ، 2010 .
26. ثائر احمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة: التكيف مشكلات وحلول، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، 2010.
27. جلال غربول السناد: علم الاجتماع المدرسي، ط1، دار الإعمار للنشر والتوزيع، الأردن، 2015.

28. جمال محمد علي وآخرون: الرياضة والتربية الرياضية في العصر الحديث، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
29. حامد عبد السلام زهران: علم النفس، ط 1 ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1987.
30. حسن شحاتة: المجمع في التدريس والتقويم، ط1، دار العالم العربي، القاهرة، 2013.
31. حسني السعود، محمد سليمان عيده: الرياضة والصحة، ط1، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع، الأردن، 2014.
32. حلمي أحمد الوكيل، محمد أمين المفتي: أسس بناء المناهج وتنظيمها، ط8، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2015.
33. خالد محمد الحشوش: طرق تدريس التربية الرياضية الحديثة، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، الأردن، 2012.
34. خالد محمد عبد الجابر الخطيب: مناهج التربية الرياضية في ضوء معايير الجودة، ط1، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع، مصر، 2015.
35. الرفاعي، نعيم : الصحة النفسية دراسة في سايكولوجية التكيف، ط6، المطبعة التعاونية، دمشق ، 1982 .
36. روز غازي عمران: علم النفس الرياضي، ط1، دار أمجد للنشر والتوزيع، الأردن، 2015.
37. زين العابدين بن هاني: مبادئ التربية الرياضية، ط1، دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع، عمان، 2016.
38. زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم: طرق تدريس التربية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2008.
39. سامي محمد ملحم: الإرشاد النفسي عبر مراحل العمر المختلفة، ط1، دار الاعصار العلمي، الأردن، 2015.
40. سامي محمد ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الانسان، ط3، دار الفكر، عمان، 2014.
41. سعيد عبد العزيز، جودت عزت عطوي: التوجيه المدرسي، مكتبة دار الثقافة ، ط1، عمان، 2004.

42. سلوى عثمان الصديقي: الممارسة المهنية لطريقة خدمة الفرد ، ط1، المكتب الجامعي الحديث، القاهرة، مصر 2002 .
43. سهير كامل أحمد: سيكولوجية الأطفال ذوي الحاجات الخاصة، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر، 1998، ص 29 .
44. سهير كامل أحمد: الصحة النفسية والتوافق، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، 1999.
45. صالح أحمد أبو جادو: علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة، ط3، دار الميسرة ، الأردن، 2011.
46. صالح حسن الدايري، ناظم هاشم العبيدي: الشخصية و الصحة النفسية، ط1، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، 1999.
47. صالح مصلح أحمد : التكيف الاجتماعي والتحصيل الدراسي، دار الفيصل الثقافية، الرياض، 1996.
48. صبحي أحمد قبلان، نايف مفضي الجبور: التربية الرياضية، ط1، مكتبة المجمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، 2014.
49. صلاح مراد ، فوزية هادية : طرائق البحث العلمي تصميماتها وإجرائتها ، ط2، دار الكتاب الحديث، القاهرة ، 2013.
50. عامر أبراهيم قنديلجي: منهجية البحث العلمي، ط1، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2012.
51. عباس محمود عوض : القياس النفسي بين النظرية و التطبيق، ط1، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية مصر، 2006.
52. عبد الحفيظ مقدم : الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ، ط3، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2011.
53. عبد الحكيم رزق عبد الحكيم: المظاهر الاجتماعية للرياضة، ط1، مؤسسة عالم الرياضة والنشر ودار الوفاء للطباعة، الإسكندرية، 2015.
54. عبد الحميد محمد الشادلي : التوافق النفسي للمسنين ، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2001.

55. عبد الحميد محمد الشاذلي: الواجبات المدرسية والتوافق النفسي ، ط1، المكتبة الجامعية ، الاسكندرية، 2001.
56. عبد الرحمان الوافي: أسئلة وأجوبة في مواضيع علم النفس، ط1، زاد للنشر، الجزائر، 2016، ص 137.
57. عبد الرحمان محمد العيسوي: تكيف الطفل العربي في ظل الظروف الراهنة، ط 1، منشورات الحلبي الحقوقية ، بيروت، 2011.
58. عبد الرحمان محمد العيسوي: تكيف الطفل العربي في ظل الظروف الراهنة، ط1، منشورات الحلبي الحقوقية، بيروت، 2011.
59. عبد العزيز القوسي: أسس الصحة النفسية، ط4، مكتبة النهضة المصرية، مصر، 1975.
60. عبد الفتاح دويرار: سيكولوجية النمو والارتقاء، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، 1993.
61. عبد الكريم عطا كريم: الضغوط النفسية لدى المراهقين ومفهوم ذاته، ط1، دار الحامد للنشر، عمان، 2014.
62. عبد اللطيف حسين فرج: التعليم الثانوي رؤية جديدة، ط1، دار الحامد، عمان، 2008.
63. عبد المنعم الميلادي: تربية المراهقين ومشكلاتهم، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2015.
64. عثمان حمدين عثمان : التوافق النفسي والاجتماعي لدى النازحين الشباب، مذكرة ماجستير في قسم علم النفس، جامعة الخرطوم، 2005.
65. عدنان حسين الجادري : الأسس المنهجية والاستخدامات الإحصائية ، ط2 ، دار إثراء للنشر والتوزيع، عمان، 2016.
66. عصام الدين متولي عبد الله: طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية والتطبيق، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2011.
67. عصام الدين متولي عبد الله: مدخل في أسس وبرامج التربية الرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2011.
68. عطا الله أحمد وآخرون: تدريس التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2009.

69. عطا الله أحمد: أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية، ط1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2006.
70. عفاف عثمان عثمان مصطفى: استراتيجيات التدريس الفعال، ط1، دار الوفاء لندنيا للطباعة والنشر، الإسكندرية (مصر)، 2014.
71. علي بن هادية وآخرون: القاموس الجديد للطلاب، ط5، الشركة التونسية للتوزيع - المؤسسة الجزائرية للكتاب-، تونس، الجزائر، 1984.
72. عماد عبد الرحمان الزغول: مبادئ علم النفس التربوي، ط6، دار الميسرة، عمان، 2015.
73. غادة بنت عبد الله أحمد الطاهر: مباني مدارس التعليم العام دراسة تقويمية، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الادارة التربوية، كلية التربية، جامعة الملك سعود، السعودية، 2007.
74. فاطمة عبد الرحيم النوايسة: أساسيات علم النفس، ط1، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، 2014.
75. فاطمة عوض صابر، ومرفت علي خفاجة: أسس مبادئ البحث العلمي، ط1، مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، 2002.
76. فايز جمعة النجار، وآخرون: أساليب البحث العلمي من منظور تطبيقي، ط3، دار الحامد، الأردن، 2013.
77. فرانسوا هاغيت: ترجمة شاهين لطفي، علم النفس المدرسي، ط1، الدار العلمية ودار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان الأردن، 2000.
78. فضيل دليو: دراسات في المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2001.
79. فؤاد إبراهيم السراج: الأسس الفلسفية والمنهجية لعلوم التربية الرياضية، ط1، مكتبة المجمع العربي، عمان (الأردن)، 2011.
80. فوزي عبد الخالق، علي إحسان شوكة: طرق البحث العلمي، مؤسسة الثقافة الجامعية، الإسكندرية، 2014.
81. فوزي محمد جبل: الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2000.

82. فياض منى : الطفل والتربية المدرسية في الفضاء الاسري والثقافي، ط1، الدار البيضاء، ، المغرب ، 2004.
83. كامل طه الويس: علم النفس الرياضي في الرياضة المدرسية، ط1، دار الأيام، عمان (الأردن)، 2016.
84. كرم البستاني وآخرون: المنجد في اللغة والإعلام، ط21، دار المشرق للنشر والتوزيع ،بيروت، 1973.
85. كمال إبراهيم مرسي: مدخل إلى الصحة النفسية، ط3، دار العلم، الكويت، 1997.
86. ليلي السيد فرحات : القياس والاختبارات في التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر، عمان، 2001.
87. ليلي سيد فرحات: القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط3، مركز الكتاب، مصر، 2005.
88. ماهر حسن محمود: منهاج التربية الرياضية المطور المقترح، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2005.
89. محمد جلال الغندور: البحث العلمي بين النظرية التطبيقية، ط1، دار الجوهرة ، القاهرة، 2015.
90. محسن محمد حمص: المرشد في تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1997.
91. محسن محمد درويش: الخصائص المهنية لمعلم التربية الرياضية لمدارس الإعدادية والثانوية، ط1، دار الوفاء، الإسكندرية، 2013.
92. محمد أحمد خطاب: التحليل النفسي للعنف لدى المراهقين، ط1، المكتب العربي للمعارف، القاهرة، 2014.
93. محمد الحماحي، أمين الخولي: أسس بناء برامج التربية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 2016.
94. محمد السيد الهابط: التكيف والصحة النفسية، ط3، المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية، 2003.
95. محمد بن مكرم ابن منظور: لسان العرب، المجلد 13، دار صادر، بيروت.
96. محمد جمال الصقر: الاتجاهات في التربية والتعليم، دار المعارف، القاهرة، 1965.
97. محمد حسن علاوي: سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، ط1، مركز الكتاب للنشر، مصر الجديدة، 1998.

98. محمد حميد مهدي المسعودي وآخرون: مناهج وطرائق التدريس في ميزان التدريس، ط1، دار
الرضوان للنشر والتوزيع، عمان، 2015.
99. محمد خميس أبو نمرة، نايف سعادة: التربية الرياضية وطرائق تدريسها، ط1، الشركة العربية
المتحدة، مصر، 2008.
100. محمد سعيد عزمي: أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية، ط1، دار الوفاء للطباعة
والنشر، الإسكندرية، 2004.
101. محمد عبد الجبار الخطيب: مناهج التربية الرياضية، ط1، دار العلم الإيمان للنشر والتوزيع،
مصر، 2015.
102. محمد عبد الظاهر الطيب: مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1994 .
103. محمد علي عبد المعبود: التربية البدنية الأسس - المفاهيم، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر
والتوزيع، عمان، 2016.
104. محمد عودة الريماوي وآخرون: علم النفس العام، ط4، دار المسيرة، عمان، 2011.
105. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطيء: نظريات وطرق ت.ب.ر.، ط2، ديوان المطبوعات
الجامعية، الجزائر، 1992.
106. محمد محمد الشحات: تدريس التربية الرياضية، العلم والإيمان للنشر والتوزيع، مصر، 2007.
107. محمد مصطفى أحمد: التكيف والمشكلات المدرسية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1996.
108. محمد نجاتي الغزالي، تغذية الاطفال والمراهقين والمسنين، ط1، عالم الكتب، القاهرة، 2015.
109. محمود داود الربيعي، سعيد صالح حمد أمين: طرائق تدريس التربية الرياضية وأساليبها، ط1،
دار الكتب العلمية، لبنان، 2011.
110. محمود داود سلمان الربيعي: الإشراف والتقويم في التربية الرياضية، ط1، دار المناهج للنشر
والتوزيع، الأردن، 2001.
111. محمود عبد الحليم عبد الحكيم: ديناميكية تدريس التربية الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر،
القاهرة، 2006.
112. مدحت عبد الحميد عبد اللطيف، الصحة النفسية والتفوق الدراسي، دار النهضة للنشر، مصر،
1990 .

113. مروان عبد المجيد إبراهيم: التعلم الحركي والنمو البدني في التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان، 2014.
114. مصطفى السايح محمد: أدبيات البحث في تدريس التربية الرياضية، ط1، دار الوفاء لنديا النشر، الإسكندرية، 2009.
115. مصطفى فهمي: التكيف النفسي، دار مصر للطباعة، مصر، 1978.
116. مصطفى فهمي: الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف، ط3، مكتبة الخانجي، القاهرة، 1998.
117. مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي للجنسين، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 1996.
118. مكارم حلمي أبو هريرة وآخرون: مدخل التربية الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2002.
119. نادية شرادي: التكيف المدرسي للطفل والمراهق على ضوء التنظيم العقلي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2006.
120. ناهد محمود سعد، نللي رمزي فهمي: طرق التدريس في التربية الرياضية، ط2، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2004.
121. نوال إبراهيم شلتوت، مراد محمد نجلة: تاريخ التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الوفاء لنديا للطباعة، الإسكندرية، 2007.
122. نوال محمد عطية: علم النفس والتكيف النفسي الاجتماعي، ط1، دار القاهرة للكتاب، مصر، 2001.
123. وليد شلبي: دور الولاء في تنمية سلوك المواطنة، ط1، دار التعليم الجامعي، الإسكندرية، مصر، 2017.
124. يوسف شكري فرحات، اميل بديع يعقوب: معجم الطلاب، دار الكتب العلمية، بيروت، 2001.

أطروحات ومذكرات

1. موهوبي عيسى: الإصابات الرياضية التي يتعرض لها التلاميذ أثناء إجراء امتحان التربية البدنية والرياضية، مذكرة ماجستير (غير منشورة)، معهد التربية البدنية والراضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2007/2006.

2. عرين عبد القادر باجس المحالي: العلاقة بين الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية وبين كل من العزو والسببي التحصيلي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي للطلبة الموهبين والتفوقين بدولة الإمارات المتحدة، أطروحة دكتوراه، جامعة عمان، كلية علوم التربية، 2006.
3. عيسى براهيمي: دور وأهمية الصحف الرياضية في تنمية الثقافة البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، معهد سيدي عبدالله، جامعة الجزائر، الجزائر، 2008.
4. دودو بلقاسم: اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسة الأبناء للنشاط البدني الرياضي التربوي وانعكاساته على الجوانب النفسية والاجتماعية لديهم، مذكرة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله، الجزائر، 2008.
5. محمد ساعد الجعيد: الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة جامعة تبوك، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، همادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، السعودية، 2011 .
6. نشوة كرم دردير: الاختراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ، ب) وعلاقته بأساليب مواجهتها، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية، جامعة الفيوم، مصر، 2007 .
7. بن عائشة سمية : أساليب التفكير المدرسي وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا والعادين في المرحلة الثانوية ، مذكر ماجستير في علم النفس كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة باتنة، الجزائر، 2014/2015.
8. معتوق خولة، الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من التكيف المدرسي ودافعية الانجاز لدى المعاقين سمعيا، رسالة ماجستير غير منشورة، تخصص تربية علاجية، قسم علم النفس كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، المسيلة، 2014.
9. أماني محمد ناصر: التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيليا في مادة اللغة الفرنسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي في هذه المادة، مذكرة ماجستير، قسم التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا، 2005/2006.

10. يونسى كريمة: الاغتراب النفسى وعلاقته بالتكيف الاكاديمى لدى طلاب الجامعة، مذكرة ماجستير فى علم النفس المدرسى غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة تيزي وزو، 2012

المراجع الأجنبية

1. DEBRAY (R) " Equilibre psychosomatique de l age scolaire",in
E.M.C.Psychiatrie,1986

المجلات والملتقيات

1. نسيمه مزاو، عبد العزيز شىخي: " استراتيجيات التكيف النفسى وصدمة الفيضان "، مجلة الواحات للبحوث والدراسات، العدد15، جامعة غرداية، الجزائر، 2011، ص312.

المراسيم والمواثيق

1. الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية: العدد 90، الصادرة فى 10 نوفمبر 1976.

حلا حقا

جامعة محمد خيضر - بسكرة - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تحضيراً لأطروحة التخرج لنيل شهادة الدكتوراه (LMD) تخصص: النشاط البدني والرياضي التربوي
بعنوان: أهمية التربية البدنية و الرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ
المرحلة الثانوية

استطلاع رأي السادة الخبراء المحكمين

اشراف الدكتور :

بوعروري جعفر

الباحث الطالب الباحث :

بوزاهر محمد لخضر

أستاذي الفاضل، أستاذتي الفاضلة:

إن التربية البدنية و الرياضية تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي تتجه أساسا نحو تلاميذ المؤسسات التربوية و من بينها الثانوية التي تعتبر مؤسسة اجتماعية ثانية بعد الأسرة لها نظمها و قوانينها، تقتضي من المراهق تحقيق التكيف، ليس فقط في الوصول إلى اكتساب قدر من المعلومات المدرسية وبالتالي تحقيق النجاح المدرسي بل يتعدى ذلك إلى الاندماج في الوسط المدرسي و الاجتماعي كله و إقامة علاقات سليمة فيه ، و طبيعة هذه العلاقات التي يكونها المراهق ذات تأثير كبير في تحديد معالم مستقبله الاجتماعي المهني و بناء شخصيته من خلال تنمية قدراته و مواهبه والتي تؤدي به الى التكيف مع المجتمع المحيط به في كل الظروف .

ومن خلال ما سبق تولدت لدينا الرغبة في القيام بهذه الدراسة للوقوف على الأهمية التي تلعبها التربية البدنية و الرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية و بحكم خبرتكم سنعرض عليكم هذا المقياس الذي تم إعداده من قبل الباحث محمود مطر علي حاتم البدراني الذي وضعه في رسالة ماجستير سنة 2004 بعنوان دراسة مقارنة في التكيف الاجتماعي بين الرياضيين و غير الرياضيين و علاقته بعدد من المتغيرات النفسية و البدنية في جامعة الموصل بالعراق وقد قمنا بتعديل عباراته بما يتماشى مع البيئة الجزائرية وذلك من أجل تصحيح ما أخطأنا فيه، و تتمين ما أصبنا، وإضافة ما ترونه قد يساعدنا.

وفي انتظار ذلك لكم منا فائق التقدير، الاحترام، وتمنياتنا لكم أستاذ(ت)ي الفاضل(ة) مزيدا من النجاحات،
ودمتم في خدمة العلم بإنشاء الله.

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر -بسكرة-
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

عزيزي التلميذ:

بين يديك مجموعة من الأسئلة عن حياتك الدراسية و مواقفك مع زملائك التلاميذ
و مدرسيك و إدارة مؤسستك وهذه الأسئلة ليست امتحان و الإجابة عليها لا تحتوي على
إجابات صحيحة او خاطئة فارج وان تكون إجابتك صادقة و صريحة لخدمة البحث العلمي

ملاحظة: من فضلك ضع علامة (X)

- 1- الجنس
- ذكر
- انثى
- 2- التخصص العملي :
- أدبي :
- علمي :
- 3- المستوى التعليمي :
- سنة أولى :
- سنة ثانية :
- سنة ثالثة :
- 4- الممارسة الرياضية
- ممارس
- غير ممارس

بسم الله الرحمن الرحيم

المقياس

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

المحور الأول : علاقة الطالب بزملائه .

المحور الثاني : علاقة الطالب بالمدرسين .

المحور الثالث : علاقة الطالب بالمدرسة وإدارتها .

المحور الرابع : موقف الطالب من النشاطات المدرسية .

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

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

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

المحور الثالث و (16) فقرة ضمن المحور الرابع والمقياس ثلاثي الأبعاد.

المحور الاول : علاقة التلميذ بزملائه

ت	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل إن وجد
1	أكون صداقات بسهولة مع زملائي في المؤسسة			
2	الزملاء يسخرون مني في المؤسسة			
3	اشعر ان زملائي يكونون لي بعض الكره			
4	أغار من زملائي واحسدهم			
5	احتاج لمن اطرح عليه مشاكلي وانشغالاتي			
6	لدي اصدقاء كثيرون داخل المؤسسة			
7	اهتم بنجاح زملائي في المؤسسة			
8	كثيراً ما يجرح الزملاء شعوري في المؤسسة			
9	لدي نفس الاهتمام انا و زملائي			
10	اقدم المساعدة لزملائي في المؤسسة			
11	استمتع عندما يتخاصم زملائي في المؤسسة			
12	أجد صعوبة في الاندماج مع زملائي في عمل مشترك			
13	اشعر أن زملائي يتهامسون ضدي			
14	اشعر أن لي مكانه حسنة بين زملائي في المؤسسة			
15	استمتع بالحديث مع زملائي في فضاء المؤسسة			
16	استمتع بمجرد وجودي مع زملائي في القسم			
17	لا اتحلى بالصبر عند مناقشة زملائي في المؤسسة			
18	اجد راحتي في الجلوس بعيداً عن زملائي في المؤسسة			
19	في كثير من الأحيان أكون مفيداً لزملائي			
20	اشعر بالسعادة عندما يفرح زملائي			
21	أحاول دائماً أن أصلح بين زملائي المتخاصمين			
22	كثيراً ما يسمع زملائي اقتراحاتي			
23	اجد سهولة في اقناع زملائي بوجهة نظري			
24	كثيراً ما اختلف مع زملائي في المؤسسة			

المحور الثالث :علاقة التلميذ بالمؤسسة و إدارتها

ت	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل إن وجد
1	لدي رغبة في ترك المؤسسة			
2	أقوم بأعمال كثيرة في المؤسسة			
3	اكتب أحيانا ما يخطر في بالي على جدران و طاولات المؤسسة			
4	احترم النظام الداخلي المؤسسة			
5	اشعر بسعادة كبيرة اثناء تواجدي بالمؤسسة			
6	الإدارة تعاملنا معاملة حسنة			
7	أحب الحفلات والأنشطة التي تقيمها المؤسسة			
8	يعجني مشاركة زملائي في تزيين و تنظيف المؤسسة			
9	اشعر بالحسرة عند انتهاء العطلة الصيفية			
10	الإدارة لا تهتم بمشاكل التلاميذ			
11	اشعر بالفخر حين أكلف بعمل من قبل الإدارة			
12	اشعر برغبة في مخالفة قوانين الإدارة أحيانا			
13	تساعدني ادارة المؤسسة في حل مشاكلي الخارجية			
14	تتجاوز إدارة المؤسسة بعض التلاميذ			
15	أتوقع العقوبة دوما من إدارة المؤسسة			
16	إدارة المؤسسة لا تقدر ظروفنا عندما نتأخر			
17	اشعر بالسعادة عند تحية العلم			
18	المدير قاسي و يوبخنا كثيرا			
19	لا ارغب في ذهاب ولي أمري الى اجتماع اولياء التلاميذ			
20	تهتم ادارة المؤسسة بالتلاميذ الذي يصابون او يمرضون داخلها			
21	إدارة المؤسسة تكلفنا بأمور لا تليق بنا			
22	المدير شخصيته محبوبة			
23	احب ان يزورنا المدير في القسم			

المحور الثاني : علاقة التلميذ بأساتذته

ت	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل إن وجد
1	اجد صعوبة في فهم بعض الدروس التي يقدمها الاساتذة			
2	اشعر بالارتياح بوجود الاستاذ معنا في القسم			
3	الاساتذة يجعلون الدروس مشوقة			
4	احصل على مساعدة شخصية من بعض الاساتذة			
5	الاساتذة يراعون شعوري كثيرا			
6	الاساتذة عادلون بتعاملهم			
7	اجد صعوبة في كسب حب وتقدير الاساتذة			
8	اشعر بالخجل عندما أتحدث مع الاساتذة			
9	اساتذتي يمنحونني الثقة بالنفس			
10	أحب و احترم الاساتذة في مؤسستي			
11	اساتذتي يراعون ظروفني الخاصة			
12	اشعر ان بعض الاساتذة يحطمون نفسياتي			
13	الاساتذة يشجعون المناقشات داخل القسم			
14	بعض الاساتذة يستخدمون أساليب حديثة في التدريس			
15	بعض الاساتذة يحثوننا على الدراسة			
16	معظم الاساتذة يبدون حبهم اتجاهي			
17	يسامحني الاساتذة عندما اخطأ			
18	لا أتردد في استشارة الاساتذة في مختلف المواضيع			
19	اشعر بان الاساتذة لا يفهمونني			
20	اطرح الكثير من الاسئلة			
21	اشعر بالارتياح عندما يكلفني الاساتذة ببعض الأعمال			
22	احرص على تهنئة الاساتذة في الأعياد والمناسبات			
23	يسألني الاساتذة عن سبب غيابي			
24	احب الاستماع الى الاساتذة			

المحور الثالث: موقف التلميذ من النشاطات المدرسية

ت	الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	التعديل إن وجد
1	اشعر بالسعادة والارتياح في الحفلات والمهرجانات المدرسية			
2	احرص على متابعة مختلف النشاطات داخل المؤسسة			
3	اشعر بالسعادة عندما أشارك في الرحلات المدرسية			
4	أفكر دوما في التخطيط للنشاطات المدرسية المختلفة			
5	النشاطات المدرسية مخطط لها شكل جيد			
6	ابدأ أقصى جهدي من أجل فوز مؤسستي في المنافسات الرياضية			
7	لا يهمني التعب عندما اعمل في لجنة من لجان النشاط المدرسي			
8	اشعر بالسعادة عندما أقوم بعمل يخدم النشاطات المختلفة داخل المؤسسة			
9	يعجبني التلميذ الذي يشارك في النشاطات المدرسية			
10	اشعر بالخجل عندما أقوم بدور تمثيلي داخل المؤسسة			
11	لا امتلك الجرأة على المشاركة في النشاطات المدرسية			
12	اشعر بالسعادة عندما أشارك في عمل جماعي داخل المؤسسة			
13	اشعر بالملل اذا خلقت المؤسسة من النشاطات المدرسية المختلفة			
14	احرص على عمل النشرات وجلب وسائل الإيضاح			
15	احرص على المشاركة في أي نشاط داخل المؤسسة			
16	يعجبني المشاركة في تحية العلم			

الرقم	الفقرات	درجة ضعيفة جدا	درجة ضعيفة	متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جدا
1	أكون صداقات بسهولة مع زملائي في المؤسسة					
2	الزملاء يسخرون مني في المؤسسة					
3	اشعر ان زملائي يكونون لي بعض الكره					
4	أغار من زملائي واحسداهم					
5	احتاج لمن اطرح عليه مشاكلي وانشغالاتي					
6	لدي اصدقاء كثيرين داخل المؤسسة					
7	اهتم بنجاح زملائي في المؤسسة					
8	كثيراً ما يجرح الزملاء شعوري في المؤسسة					
9	لدي نفس الاهتمام انا و زملائي					
10	اقدم المساعدة لزملائي في المؤسسة					
11	استمتع عندما يتخاصم زملائي في المؤسسة					
12	أجد صعوبة في الاندماج مع زملائي في عمل مشترك					
13	اشعر أن زملائي يتهامسون ضدي					
14	اشعر أن لي مكانه حسنة بين زملائي في المؤسسة					
15	استمتع بالحديث مع زملائي في فضاء المؤسسة					
16	استمتع بمجرد وجودي مع زملائي في القسم					
17	لا اتحلى بالصبر عند مناقشة زملائي في المؤسسة					
18	اجد راحتي في الجلوس بعيداً عن زملائي في المؤسسة					
19	في كثير من الأحيان أكون مفيداً لزملائي					
20	اشعر بالسعادة عندما يفرح زملائي					
21	أحاول دائماً ان أصلح بين زملائي المتخاصمين					
22	كثيراً ما يسمع زملائي اقتراحاتي					
23	اجد سهولة في اقناع زملائي بوجهة نظري					
24	كثيراً ما اختلف مع زملائي في المؤسسة					
25	اجد صعوبة في فهم بعض الدروس التي يقدمها الاساتذة					
26	اشعر بالارتياح بوجود الاستاذ معنا في القسم					
27	الاساتذة يجعلون الدروس مشوقة					
28	احصل على مساعدة شخصية من بعض الاساتذة					
29	الاساتذة يراعون شعوري كثيراً					

					الاساتذة عادلون بتعاملهم	30
					اجد صعوبة في كسب حب وتقدير الاساتذة	31
					اشعر بالخجل عندما أتحدث مع الاساتذة	32
					اساتذتي يمنحونني الثقة بالنفس	33
					أحب و احترم الاساتذة في مؤسستي	34
					اساتذتي يراعون ظروفني الخاصة	35
					اشعر ان بعض الاساتذة يحطمون نفسياتي	36
					الاساتذة يشجعون المناقشات داخل القسم	37
					بعض الاساتذة يستخدمون أساليب حديثة في التدريس	38
					بعض الاساتذة يحثوننا على الدراسة	39
					معظم الاساتذة يبذلون حبهم اتجاهي	40
					يسامحني الاساتذة عندما اخطأ	41
					لا أتردد في استشارة الاساتذة في مختلف المواضيع	42
					اشعر بان الاساتذة لا يفهمونني	43
					اطرح الكثير من الاسئلة	44
					اشعر بالارتياح عندما يكلفني الاساتذة ببعض الأعمال	45
					احرص على تهنئة الاساتذة في الأعياد والمناسبات	46
					يسألني الاساتذة عن سبب غيابي	47
					احب الاستماع الى الاساتذة	48
					لدي رغبة في ترك المؤسسة	49
					أقوم بأعمال كثيرة في المؤسسة	50
					اكتب أحيانا ما يخطر في بالي على جدران و طاولات المؤسسة	51
					احترم النظام الداخلي المؤسسة	52
					اشعر بسعادة كبيرة اثناء تواجدي بالمؤسسة	53
					الإدارة تعاملنا معاملة حسنة	54
					أحب الحفلات والأنشطة التي تقيمها المؤسسة	55
					يعجني مشاركة زملائي في تزيين و تنظيف المؤسسة	56
					اشعر بالحسرة عند انتهاء العطلة الصيفية	57
					الإدارة لا تهتم بمشاكل التلاميذ	58
					اشعر بالفخر حين أكلف بعمل من قبل الإدارة	59
					اشعر برغبة في مخالفة قوانين الإدارة أحيانا	60
					تساعدني ادارة المؤسسة في حل مشاكلي الخارجية	61

					تتحاز إدارة المؤسسة بعض التلاميذ	62
					أتوقع العقوبة دوما من إدارة المؤسسة	63
					إدارة المؤسسة لا تقدر ظروفنا عندما نتأخر	64
					اشعر بالسعادة عند تحية العلم	65
					المدير قاسي و يوبخنا كثيراً	66
					لا ارغب في ذهاب ولي أمري الى اجتماع اولياء التلاميذ	67
					تهتم ادارة المؤسسة بالتلاميذ الذي يصابون او يمرضون داخلها	68
					إدارة المؤسسة تكلفنا بأمور لا تليق بنا	69
					المدير شخصيته محبوبة	70
					احب ان يزورنا المدير في القسم	71
					اشعر بالسعادة عندما أشارك في الرحلات المدرسية	72
					أفكر دوما في التخطيط للنشاطات المدرسية المختلفة	73
					النشاطات المدرسية مخطط لها شكل جيد	74
					ابذل أقصى جهدي من اجل فوز مؤسستي في المنافسات الرياضية	75
					لا يهمني التعب عندما اعمل في لجنة من لجان النشاط المدرسي	76
					اشعر بالسعادة عندما اقوم بعمل يخدم النشاطات المختلفة داخل المؤسسة	77
					يعجبني التلميذ الذي يشارك في النشاطات المدرسية	78
					اشعر بالخجل عندما أقوم بدور تمثيلي داخل المؤسسة	79
					لا امتلك الجرأة على المشاركة في النشاطات المدرسية	80
					اشعر بالسعادة عندما أشارك في عمل جماعي داخل المؤسسة	81
					اشعر بالملل اذا خلت المؤسسة من النشاطات المدرسية المختلفة	82
					احرص على عمل النشرات وجلب وسائل الإيضاح	83
					احرص على المشاركة في أي نشاط داخل المؤسسة	84
					يعجبني المشاركة في تحية العلم	85
					اشعر بالسعادة والارتياح في الحفلات والمهرجانات المدرسية	86
					احرص على متابعة مختلف النشاطات داخل المؤسسة	87

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - بسكرة -

إشراف الدكتور: جعفر بوعروري

الباحث : بوزاهر محمد لخضر

القائمة الاسمية للأساتذة المحكمين

الرقم	الاسم واللقب	التخصص	الرتبة العلمية	الجامعة
01	حرز الله حوداشي	تخصص نشاط رياضي تربوي	استاد محاضر أ	الاغواط
02	سعدالله دحمانى	تخصص نشاط رياضي تربوي	استاد محاضر أ	الاغواط
03	عمومن رمضان	علم النفس	استاد محاضر أ	الاغواط
04	مجيدي الطيب	علم النفس	استاد محاضر أ	الجزائر 02
05	شعبان بلقاسمي	علم النفس	استاد محاضر أ	برج بوعريريج
06	بن قفة سعاد	علم الاجتماع	استاد محاضر أ	بسكرة
07	بومعراف نسيمة	علم الاجتماع	استاد محاضر أ	بسكرة
08	براهيمي عيسى	نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية	استاد محاضر أ	بسكرة
09	أحمد طيبي	نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية	استاد محاضر أ	بسكرة
10	عبد المالك شتيوي	نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية	استاد محاضر أ	بسكرة
11	خليل مراد	نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية	استاد محاضر أ	بسكرة

السنة الجامعية : 2017/2016

قائمة المعفيين من التربية البدنية

الرقم	اللقب والإسم	تاريخ ومكان الميلاد	القسم	ملاحظة
1	العين رنده (ميكا)	1998-04-07 بسكرة	3 ر 1	
2	بوخلوف مريم	1999-02-03 أريس	3 ع 2	
3	جعدي زهرة	1999-09-17 بسكرة	3 ع 2	
4	طاع الله خديجة	1999-03-07 بسكرة	3 ع 2	
5	طاع الله سمية	1999-03-07 بسكرة	3 ع 2	
6	عبه ايناس	1998-06-17 بسكرة	3 ع 2	
7	بوصوار قمر	1999-11-09 بسكرة	3 ع 3	
8	جهازه صارة	1995-02-24 بسكرة	3 ع 3	
9	قرفة مريم	1999-11-11 ورقلة	3 ع 3	
10	جوامع مليكة فردوس	2000-01-03 بسكرة	3 أ 3	
11	بن كحول خليدة	1996-03-29 بسكرة	3 ل 1	
12	بهي صوفيا زرفة	2001-01-28 طولقة	2 ر 1	
13	حنفانة سمية	2000-10-27 بسكرة	2 ع 2	
14	ميمون سارة	1997-10-10 بسكرة	2 ع 2	
15	برود هشام	1998-04-14 غسيرة	2 ع 3	
16	كرام أسماء	1999-05-09 بسكرة	2 أ 1	
17	بن خليف أحلام	2000-12-27 أريس	2 أ 2	
18	رحموني إشراق	1996-07-07 بسكرة	2 أ 2	
19	بن جديدي عبد الكريم	2001-03-29 بسكرة	2 ع 1	
20	جفال نسبية	2001-04-08 بسكرة	2 ع 1	
21	زعمون دنيا	1998-10-06 بسكرة	2 ع 3	
22	أحمد قايد أمينة	2001-11-01 باتنة	2 أ 1	
23	بن عثمان وئام	2000-05-12 بسكرة	2 أ 1	
24	بن قلة أسماء	2000-06-06 أشمول	2 أ 1	
25	ذباح أميرة	2000-10-13 بسكرة	2 أ 1	
26	غمري صليحة	2000-11-20 بسكرة	2 أ 1	

بسكرة في: 2017-02-05



قائمة المعفيين من التربية البدنية

الرقم	اللقب والإسم	تاريخ ومكان الميلاد	القسم	ملاحظة
1	بن طراح شرف الدين	28-02-1997 بسكرة	3 أف 1	
2	سعدى شروق	30-12-1996 بسكرة	3 أف 2	
3	موساوي مباركة	24-01-1995 بسكرة	3 أف 2	
4	حويوي ريان	10-07-2000 بسكرة	2 ع 1	
5	زياني سعاد	08-11-2000 بسكرة	2 ع 1	
6	قروف مروة	03-11-2000 بسكرة	2 أف 1	
7	عثماني ندى	06-09-1998 بسكرة	2 أف 2	
8	بوسنة فاتح	24-10-2000 اليزي	3 م 1	
9	راماضنة فاطمة الزهرة	01-08-2001 بسكرة	3 م 1	
10	زريقي جيبنة	07-06-2001 بسكرة	3 م 1	
11	طلحي ريان	05-08-1998 بسكرة	3 م 1	
12	عشيرى سرين	01-11-2001 بسكرة	3 م 1	
13	هلال ملك أماني	28-10-2001 بسكرة	3 م 1	
14	نفة كوثر	03-01-2001 أولاد جلال	3 م 2	
15	هراكي امينة الفردوس	05-05-2001 سيدي عقبة	3 م 2	
16	عروسي رانيا	01-01-2001 بسكرة	3 م 3	
17	حمدي رانيا	25-06-2001 بسكرة	3 م 2	
18	سعيدى مريم	15-10-1998 بسكرة	3 م 2	
19	قري فطيمة الزهرة	03-03-2001 بسكرة	3 م 2	

بسكرة في: 13/04/2017
المدير

سويدي فريدة
ابا مروة
العبد انعام
3 م 3
3 م 2
3 م 1



13/04/2017

قائمة المعفيين من التربية البدنية

الرقم	اللقب والإسم	تاريخ ومكان الميلاد	القسم	ملاحظة
1	بخوشة نور الهدى	2000-01-11 بسكرة	3 تر 1	
2	بن بلعباس إيتسام	2000-08-20 طولقة	3 ع 1	
3	بن بلعباس ونام	2000-08-20 طولقة	3 ع 1	
4	بن حفيظ ملاك	2000-12-10 بسكرة	3 ع 1	
5	بوزاهر دينا	2000-12-02 بسكرة	3 ع 2	
6	معلم فايزة	1999-07-18 بسكرة	3 ع 1	
7	بن خالد شيماء	2000-12-09 بسكرة	3 آف 1	
8	بوسطة عائشة	2000-11-03 بسكرة	3 آف 1	
9	حدادي نسرين	2000-09-26 بسكرة	2 آف 1	
10	زحومة أشرف الدين	1999-03-19 بسكرة	3 آف 1	
11	بن عامر خولة قطر الندى	2000-03-19 بسكرة	3 آف 2	
12	بويكر حمزة	1998-09-21 بسكرة	3 آف 2	
13	بومعروف جواهر	2000-01-01 بسكرة	3 آف 2	
14	زاينس أمال	1999-10-05 بسكرة	3 آف 2	
15	عبادلى لينا	2000-11-16 بسكرة	3 آف 1	
16	هلال هناء	2001-09-30 بسكرة	2 ع 2	
17	كريم إكرام	2001-08-15 بسكرة	2 ع 2	
18	بريك عائشة	2000-05-08 بسكرة	3 آف 1	
19	بلرهمى أية الرحمان	2000-08-12 بسكرة	3 آف 1	
20	بلعربى منال	2000-07-24 مستغانم	2 آف 1	
21	بن شريف صفاء	2000-05-31 بسكرة	2 آف 1	
22	نور الدين أميرة	2001-01-22 بسكرة	2 آف 1	
23	بن عبدي محمد السعدي	2000-11-18 بسكرة	2 آف 1	
24	طاكليت نريمان	1998-02-12 بسكرة	2 آف 1	
25	زروق فاطمة الزهراء	2001-02-03 بسكرة	2 آف 1	
26	لكبير سلمى	1999-05-10 بسكرة	2 آف 1	

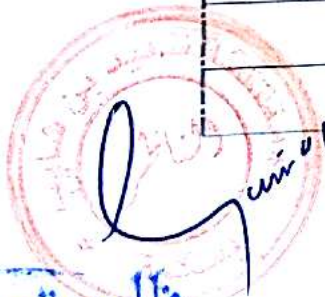
2017-09-12 في بسكرة



قائمة التلاميذ المعفيين من ممارسة نشاط التربية البدنية والرياضية

-متقن السعيد بن شايب-بسكرة

القسم	الاسم واللقب	
1ع2	ناصر بوحجام أمينة	01
1ع2	أولافي نور	02
1ع2	سنطاني هاجر	03
1ع2	سويكي ربيعة	04
2ع2	ترير اسراء	05
2ع2	نمان ذبيح سميرة	06
2ع2	لطيف عماد	07
1ع1	جديد مرام	08
2ع1	بوزاهر أمينة	09
1ع2	سلوى ماريما	10
3ع1	نوري أميرة	11
3ع1	فضالة تقوى هديل	12
2ع2	يزاح اشرف	13
2ع2	تطاف شمس المديونة	14
2ع2	مغزي شاعة سماء	15
2ع2	مغزي شاعة شمس	16
2ع2	حريبي أمينة	17
2ع2	الاطرش سميرة	18
4ع1	سزاي جوماتة	19
2ع2	ديابش حسناء	20
2ع2	فلاح ناريمان	21
1ع1	بن جنيني ريمياء	22
3ع3	يحياوي سلمى	23
3ع3	حميد أوجالة رحمة	24
2ع3	جنماتي حثي نائلة	25
2ع3	غزلي اكرام	26
1ع3	بره ايمن	27



خالد قسمة

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

بسكرة في: 2015/09/05
مدير التربية
إلى

مديرية التربية لولاية بسكرة
مصلحة التكوين والتفتيش
/ الأمانة /
الرقم: 52 / م.ت.ت/ 2015

السادة: مديري الثانويات ببلدية بسكرة

الموضوع: الموافقة على إجراء زيارة ميدانية

يشرفني أن أعلمكم بموافقتي على إجراء زيارة للطالبة :

- بوزاهر محمد لخضر

جامعة محمد خيضر بسكرة ، قسم: التربية الحركية

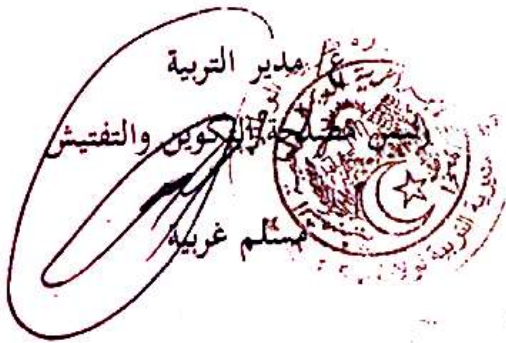
تخصص : النشاط البدني ورياضي التربوي

في إطار الدكتوراه

وهذا ابتداء من : 2015/09/06 إلى غاية : 2016/05/06

على مستوى المؤسسة، مع تقديم كل المساعدات في حدود الإمكانيات المتوفرة لديكم.

مدير التربية
مصلحة التكوين والتفتيش
بمسلم غريبة



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

بسكرة في: 2017/04/05
مدير التربية
إلى

مديرية التربية لولاية بسكرة
مصلحة التكوين و التفتيش
/ الأمانة/
الرقم: 40 / م.ت.ت/2017

السادة: مديري الثانويات ببلدية بسكرة

الموضوع: الموافقة على إجراء زيارة ميدانية

يشرفني أن أعلمكم بموافقتي على إجراء زيارة للطالبة :

- بوزاهر محمد لخضر

جامعة محمد خيضر بسكرة ، قسم: التربية الحركية

تخصص : النشاط البدني ورياضي التربوي

في إطار الدكتوراه

وهذا ابتداء من : 2017/04/06 إلى غاية : 2017/05/06

على مستوى المؤسسة، مع تقديم كل المساعدات في حدود الإمكانيات المتوفرة لديكم.

مدير التربية
رئيس مصلحة التكوين و التفتيش
مسلم غربية



جامعة محمد خيضر - بسكرة - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تحضيراً لأطروحة التخرج لنيل شهادة الدكتوراه (LMD) تخصص: النشاط البدني والرياضي التربوي
بعنوان: أهمية التربية البدنية و الرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ
المرحلة الثانوية

استطلاع رأي السادة الخبراء المحكمين

إشراف الدكتور :

بوعروري جعفر

الباحث الطالب الباحث :

بوزاهر محمد لخضر

أستاذي الفاضل، أستاذتي الفاضلة:

إن التربية البدنية و الرياضية تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي تحته أساساً نحو تلاميذ المؤسسات التربوية ومن بينها الثانوية التي تعتبر مؤسسة اجتماعية ثانية بعد الأسرة لها نظمها و قوانينها، تقتضي من المراهق تحقيق التكيف، ليس فقط في الوصول إلى اكتساب قدر من المعلومات المدرسية وبالتالي تحقيق النجاح المدرسي بل يتعدى ذلك إلى الاندماج في الوسط المدرسي و الاجتماعي كله و إقامة علاقات سليمة فيه، وطبيعة هذه العلاقات التي يكونها المراهق ذات تأثير كبير في تحديد معالم مستقبله الاجتماعي المهني و بناء شخصيته من خلال تنمية قدراته و مواهبه والتي تؤدي به إلى التكيف مع المجتمع المحيط به في كل الظروف.

ومن خلال ما سبق تولدت لدينا الرغبة في القيام بهذه الدراسة للوقوف على الأهمية التي تلعبها التربية البدنية و الرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

وبحكم خبرتكم سنعرض عليكم هذا المقياس الذي تم إعداده من قبل الباحث محمود مطر علي حاتم البدراني الذي وضعه في رسالة ماجستير سنة 2004 بعنوان دراسة مقارنة في التكيف الاجتماعي بين الرياضيين و غير الرياضيين و علاقته بعدد من المتغيرات النفسية و البدنية في جامعة الموصل بالعراق وقد قمنا بتعديل عباراته بما يتماشى مع البيئة الجزائرية وذلك من أجل تصحيح ما أخطأنا فيه، و تبيين ما أصبناه، وإضافة ما ترونه قد يساعدنا. وفي انتظار ذلك لكم منا فائق التقدير، الاحترام، و تمنياتنا لكم أستاذ(ت)ي الفاضل(ة) مزيداً من النجاحات، و دعمكم في خدمة العلم إنشاء الله.

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

عزيزي التلميذ:

بين يدك مجموعة من الأسئلة عن حياتك الدراسية و مواقفك مع زملائك التلاميذ و مدرسيك و إدارة مؤسستك وهذه الأسئلة ليست امتحان و الإجابة عليها لا تحتوي على إجابات صحيحة او خاطئة فارج وان تكون إجابتك صادقة و صريحة لخدمة البحث العلمي

ملاحظة: من فضلك ضع علامة (x)

- 1- الجنس
 ذكر
 انثى
- 2- التخصص العملي :
 أدبي :
 علمي :
- 3- المستوى التعليمي :
 سنة أولى :
 سنة ثانية :
 سنة ثالثة :
- 4- الممارسة الرياضية
 ممارس
 غير ممارس

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية بسكرة

قائمة توزيع التلاميذ حسب المؤسسات الثانوية

رقم المؤسسة	المؤسسة	عدد الأفران التربوية	داخليون			نصف داخليون			خارجيون			المجموع		
			مج	إ	ذ	مج	إ	ذ	مج	إ	ذ	مج	إ	ذ
1	ثانوية العريبي بن مهدي		0	0	0	0	0	0	1267	576	691	1267	576	691
2	ثانوية سي الحواس		0	0	0	155	95	60	317	173	144	317	173	144
3	ثانوية السعيد بن شبيب		0	0	0	43	11	32	383	193	190	383	193	190
4	ثانوية الحكيم سعدان		0	0	0	0	0	0	912	547	365	912	547	365
5	ثانوية مكري مني		89	89	0	155	132	23	575	333	242	575	333	242
6	ثانوية محمد خير الدين		0	0	0	0	0	0	465	290	175	465	290	175
7	ثانوية محمد بلونار		0	0	0	0	0	0	907	491	416	907	491	416
8	ثانوية رشيد رضا العاشوري		0	0	0	0	0	0	480	307	173	480	307	173
9	ثانوية بوصيحات محمد		0	0	0	0	0	0	781	481	300	781	481	300
10	ثانوية بجاوي محمد العالمة		0	0	0	0	0	0	669	429	240	669	429	240
11	ثانوية قرواف محمد العالمة		0	0	0	0	0	0	1178	646	532	1178	646	532
12	ثانوية السعيد عبد العالمة		0	0	0	0	0	0	942	591	351	942	591	351
13	ثانوية سيدي غزال		0	0	0	0	0	0	382	285	97	382	285	97
	المجموع	0	89	89	0	353	238	115	9258	5342	3916	9258	5342	3916

مدير التربية
ببسكرة
بسم الله الرحمن الرحيم
التربية الوطنية
والتفكير والتفويض

GET

Statistiques de groupe

المجموعات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الرجة العامة الفئة العليا	11	304.00	17.152	5.172
الفئة الدنيا	11	235.27	7.799	2.351

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	9.544	.006	12.098	20
	Hypothèse de variances inégales			12.098	13.965

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	.000	68.727	5.681
	Hypothèse de variances inégales	.000	68.727	5.681

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		Inférieur	Supérieur
الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	56.877	80.578
	Hypothèse de variances inégales	56.540	80.915

CORRELATIONS

```

/VARIABLES=; 77? م; 75?; 93? J; 75?; 77?; 80?; 85? J; 75?
يق; 76?; 91?; 78? J; 75? _; 77?; 83?; 75?; 93?; 73?
/PRINT=TWOTAIL NOSIG
/MISSING=PAIRWISE.

```

Corrélations

Remarques

Sortie obtenue		22-AUG-2017 10:35:35
Commentaires		
Entrée	Données	F:\الدكتور بوزاهر\التكيف-الاجتماعي-ممارسين\1.sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	40
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques associées à chaque paire de variables sont basées sur l'ensemble des observations contenant des données valides pour cette paire.
Syntaxe		CORRELATIONS /VARIABLES=الرجةالعامة إعادة_التطبيق /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00.16
	Temps écoulé	00:00:00.16

Corrélations

		الرجةالعامة	إعادة_التطبيق
الرجةالعامة	Corrélation de Pearson	1	.763**
	Sig. (bilatérale)		.000
	N	40	40
إعادة_التطبيق	Corrélation de Pearson	.763**	1
	Sig. (bilatérale)	.000	
	N	40	40

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

RELIABILITY

/VARIABLES=1 ف3 ف5 ف7 ف9 ف11 ف13 ف15 ف17 ف19 ف21 ف23 ف25 ف27 ف29 ف31 ف33 ف35 ف37 ف39 ف41 ف43 ف45 ف47 ف49 ف51 ف53 ف55 ف57 ف59 ف61 ف63 ف65 ف67 ف69 ف71

73 ف 75 ف 77 ف 79 ف 81 ف 83 ف 85 ف 87 ف 2 ف 4 ف 6 ف 8 ف 10 ف 12 ف 14 ف 16 ف 18 ف 20 ف 22 ف 24 ف
 26 ف 28 ف 30 ف 32 ف 34 ف 36 ف 38 ف
 40 ف 42 ف 44 ف 46 ف 48 ف 50 ف 52 ف 54 ف 56 ف 58 ف 60 ف 62 ف 64 ف 66 ف 68 ف 70 ف 72 ف 74 ف
 76 ف 78 ف 80 ف 82 ف 84 ف 86 ف
 /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
 /MODEL=SPLIT.

Fiabilité

Remarques

Sortie obtenue		22-AUG-2017 10:36:18
Commentaires		
Entrée	Données	F:\الدكتور بوزاهر\التكيف-الاجتماعي-ممارسين\sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	40
	Entrée de la matrice	
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques reposent sur l'ensemble des observations dotées de données valides pour toutes les variables dans la procédure.

Syntaxe	RELIABILITY /VARIABLES= 1ف 3ف 5ف 7ف 9ف 11ف 27ف 25ف 23ف 21ف 19ف 17ف 15ف 13ف 43ف 41ف 39ف 37ف 35ف 33ف 31ف 29ف 59ف 57ف 55ف 53ف 51ف 49ف 47ف 45ف 75ف 73ف 71ف 69ف 67ف 65ف 63ف 61ف 4ف 2ف 87ف 85ف 83ف 81ف 79ف 77ف 20ف 18ف 16ف 14ف 12ف 10ف 8ف 6ف 36ف 34ف 32ف 30ف 28ف 26ف 24ف 22ف 38ف 52ف 50ف 48ف 46ف 44ف 42ف 40ف 68ف 66ف 64ف 62ف 60ف 58ف 56ف 54ف 84ف 82ف 80ف 78ف 76ف 74ف 72ف 70ف 86ف /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=SPLIT.	
Ressources	Temps de processeur	00:00:00.02
	Temps écoulé	00:00:00.03

Echelle : ALL VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	40	100.0
	Exclue ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	.757
		Nombre d'éléments	44 ^a
	Partie 2	Valeur	.724
		Nombre d'éléments	43 ^b
Nombre total d'éléments			87

Corrélation entre les sous-échelles		.757
Coefficient de Spearman- Brown	Longueur égale	.862
	Longueur inégale	.862
Coefficient de Guttman		.859

a. Les éléments sont : ف1, ف3, ف5, ف7, ف9, ف11, ف13, ف15, ف17, ف19, ف21, ف23, ف25, ف27, ف29, ف31, ف33, ف35, ف37, ف39, ف41, ف43, ف45, ف47, ف49, ف51, ف53, ف55, ف57, ف59, ف61, ف63, ف65, ف67, ف69, ف71, ف73, ف75, ف77, ف79, ف81, ف83, ف85, ف87.

b. Les éléments sont : ف87, ف2, ف4, ف6, ف8, ف10, ف12, ف14, ف16, ف18, ف20, ف22, ف24, ف26, ف28, ف30, ف32, ف34, ف36, ف38, ف40, ف42, ف44, ف46, ف48, ف50, ف52, ف54, ف56, ف58, ف60, ف62, ف64, ف66, ف68, ف70, ف72, ف74, ف76, ف78, ف80, ف82, ف84, ف86.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=1;93? 2;93? 3;93? 4;93? 5;93? 6;93? 7;93? 8;93? 9;93? 10;93?
11;93? 12;93? 13;93? 14;93? 15;93? 16;93? 17;93? 18;93? 19;93? 20;93?
21;93? 22;93? 23;93? 24;93? 1;85? و;81? لم;75?
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE.

```

Fiabilité

Remarques

Sortie obtenue	22-AUG-2017 10:37:26	
Commentaires		
Entrée	Données	F:\الدكتور بوزاهر\التكيف-الاجتماعي-ممارسين\
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	40
Entrée de la matrice		
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.

	Observations utilisées	Les statistiques reposent sur l'ensemble des observations dotées de données valides pour toutes les variables dans la procédure.
Syntaxe		RELIABILITY /VARIABLES= 7ع 6ع 5ع 4ع 3ع 2ع 1ع 16ع 15ع 14ع 13ع 12ع 11ع 10ع 9ع 8ع 24ع 23ع 22ع 21ع 20ع 19ع 18ع 17ع المحور 1 /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=DESCRIPTIVE.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00.00
	Temps écoulé	00:00:00.00

Echelle : ALL VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	40	100.0
	Exclue ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.673	24

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
-------------------	-------------------

RELIABILITY

/VARIABLES=49;93? 50;93? 51;93? 52;93? 53;93? 54;93? 55;93? 56;93? 57;93?
58;93? 59;93? 60;93? 61;93? 62;93? 63;93? 64;93? 65;93? 66;93? ;93?

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.615	24

RELIABILITY

/VARIABLES=72;93? 73;93? 74;93? 75;93? 76;93? 77;93? 78;93? 79;93? ;93?

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.742	17

RELIABILITY

/VARIABLES=1;93? 2;93? 3;93? 4;93? 5;93? 6;93? 7;93? 8;93? 9;93? 10;93?

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.853	87

CORRELATIONS

/VARIABLES=1;93? 2;93? 3;93? 4;93? 5;93? 6;93? 7;93? 8;93? 9;93? 10;93?
11;93?

GET

```
FILE='C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف ممارسين + غير ممارسين.sav'.  
DATASET NAME Jeu_de_données1 WINDOW=FRONT.  
T-TEST GROUPS=ممارس_غير_ممارس(1 2)  
/MISSING=ANALYSIS  
/VARIABLES=المحورالاول المحورالثاني المحورالثالث المحور4 الرجة العامة  
/CRITERIA=CI (.95) .
```

Test T

Remarques		
Sortie obtenue		09-OCT-2017 12:29:04
Commentaires		
Entrée	Données	C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف ممارسين + غير ممارسين.sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	305
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe	T-TEST GROUPS= ممارس_غير_ممارس(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES= المحورالاول المحورالثاني المحورالثالث المحور4 الرجة العامة /CRITERIA=CI(.95).	

Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,03

[Jeu_de_données1] C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف ممارسين + غير ممارسين.sav

Statistiques de groupe

	الممارس والغير ممارس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المحور الاول	ممارس	204	74,7206	8,09460	,56674
	غير ممارس	101	73,7624	9,07430	,90293
المحور الثاني	ممارس	204	73,7157	11,01335	,91112
	غير ممارس	101	72,0203	10,25130	1,02004
المحور الثالث	ممارس	204	67,3431	8,82673	,61799
	غير ممارس	101	69,4554	8,13698	,80966
المحور 4	ممارس	204	52,9847	11,24491	,78730
	غير ممارس	101	51,8416	10,96151	1,09071
الدرجة العامة	ممارس	204	276,2941	31,81182	2,22727
	غير ممارس	101	266,0297	29,20324	2,90583

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	T	ddl
المحور الاول	Hypothèse de variances égales	1,625	,203	-,041	303
	Hypothèse de variances inégales			-,039	180,512
المحور الثاني	Hypothèse de variances égales	6,113	,014	-2,873	303
	Hypothèse de variances inégales			-3,111	246,063
المحور الثالث	Hypothèse de variances égales	1,007	,317	-1,062	303
	Hypothèse de variances inégales			-1,092	214,582

المحور 4	Hypothèse de variances égales	,558	,456	-3,189	303
	Hypothèse de variances inégales			-3,217	204,064
الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	2,131	,145	-2,583	303
	Hypothèse de variances inégales			-2,659	215,393

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
المحور الاول	Hypothèse de variances égales	,048	-,04179	1,02572
	Hypothèse de variances inégales	,969	-,04179	1,06605
المحور الثاني	Hypothèse de variances égales	,004	-4,25461	1,48085
	Hypothèse de variances inégales	,002	-4,25461	1,36771
المحور الثالث	Hypothèse de variances égales	,289	-1,11231	1,04697
	Hypothèse de variances inégales	,276	-1,11231	1,01856
المحور 4	Hypothèse de variances égales	,002	-4,32688	1,35686
	Hypothèse de variances inégales	,002	-4,32688	1,34517
الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	,010	-9,73559	3,76867
	Hypothèse de variances inégales	,008	-9,73559	3,66123

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		Inférieur	Supérieur
المحور الاول	Hypothèse de variances égales	-2,06023	1,97665
	Hypothèse de variances inégales	-2,14531	2,06174

المحور الثاني	Hypothèse de variances égales	-7,16866	-1,34056
	Hypothèse de variances inégales	-6,94852	-1,56071
المحور الثالث	Hypothèse de variances égales	-3,17257	,94795
	Hypothèse de variances inégales	-3,11998	,89536
المحور 4	Hypothèse de variances égales	-6,99693	-1,65682
	Hypothèse de variances inégales	-6,97910	-1,67466
الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	-17,15167	-2,31950
	Hypothèse de variances inégales	-16,95201	-2,51916

GET

```
FILE='C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav'.  
DATASET NAME Jeu_de_données1 WINDOW=FRONT.  
ONEWAY BY المحورالاول المحورالثاني المحورالثالث المحور4 الرجة العامة  
المستوى_التعليمي  
/MISSING ANALYSIS  
/POSTHOC=SCHEFFE ALPHA(0.05).
```

Unidirectionnel

Remarques		
Sortie obtenue		09-OCT-2017 11:55:26
Commentaires		
Entrée	Données	C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	204
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations dépourvues de données manquantes dans les variables de l'analyse.
Syntaxe		ONEWAY BY المحورالاول المحورالثاني المحور4 الرجة العامة المستوى_التعليمي /MISSING ANALYSIS /POSTHOC=SCHEFFE ALPHA(0.05).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,05
	Temps écoulé	00:00:00,41

[Jeu_de_données1] C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav

Tests post hoc

Comparaisons multiples :

Scheffé

Variable dépendante	المستوى التعليمي (I)	المستوى التعليمي (J)	Différence		Sig.
			moyenne (I-J)	Erreur standard	
الدرجة العامة	السنة أولى ثانوي	السنة ثانية	4,99962	6,504683	,742
		السنة الثالثة ثانوي	-178,9203	6,02736	,004
	السنة ثانية	السنة أولى ثانوي	-4,99962	6,50683	,742
		السنة الثالثة ثانوي	-183,9273	6,02953	,002
	السنة الثالثة ثانوي	السنة أولى ثانوي	178,92,203	6,02736	,004
		السنة ثانية	183,92347	6,569534	,002

Sous-ensembles homogènes :

GET

FILE='C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav'.

Avertissement n° 67. Nom de la commande : GET FILE

Le document est déjà en cours d'utilisation par un autre utilisateur ou processus. Si vous apportez des modifications au document, elle pourraient remplacer des modifications apportées par d'autres utilisateurs ou ceux-ci pourraient écraser les vôtres.

Fichier C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav ouvert

DATASET NAME Jeu_de_données2 WINDOW=FRONT.

GET

FILE='C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav'.

Avertissement n° 67. Nom de la commande : GET FILE

Le document est déjà en cours d'utilisation par un autre utilisateur ou processus. Si vous apportez des modifications au document, elle pourraient

remplacer des modifications apportées par d'autres utilisateurs ou ceux-ci pourraient écraser les vôtres.

Fichier C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav ouvert
DATASET NAME Jeu_de_données3 WINDOW=FRONT.

DATASET ACTIVATE Jeu_de_données2.

DESCRIPTIVES VARIABLES= المحورالاول المحورالثاني المحورالثالث المحور4
الرجةالعامه

/STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.

Descriptives

Remarques		
Sortie obtenue		09-OCT-2017 12:19:27
Commentaires		
Entrée	Données	C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données2
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	204
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Toutes les données non manquantes sont utilisées.
Syntaxe	DESCRIPTIVES VARIABLES= المحورالاول المحورالثاني المحورالثالث المحور4 الرجةالعامه /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.	
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,03

[Jeu_de_données2]

	N	Moyenne	Ecart type
المحور الاول	204	72,7206	8,09460
المحور الثاني	204	67,7157	13,01335
المحور الثالث	204	68,3431	8,82673
المحور 4	204	47,5147	11,24491
الرجة العامة	204	256,2941	31,81182
N valide (liste)	204		

DATASET ACTIVATE Jeu_de_données3.

T-TEST

/TESTVAL=0

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=الرجة العامة المحور 4 المحور الثالث المحور الثاني المحور الاول

/CRITERIA=CI (.95) .

Test T

Remarques

Sortie obtenue		09-OCT-2017 12:21:49
Commentaires		
Entrée	Données	C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données3
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.

Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.	
Syntaxe	T-TEST /TESTVAL=0 /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES= المحور الاول المحور الثاني المحور الثالث المحور 4 الرجة العامة /CRITERIA=CI(.95).	
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,02

[Jeu_de_données3]

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المحور الاول	204	74,7206	8,09460	,56674
المحور الثاني	204	73,7157	11,01335	,91112
المحور الثالث	204	67,3431	8,82673	,61799
المحور 4	204	52,9847	11,24491	,78730
الرجة العامة	204	276,2941	31,81182	2,22727

Test sur échantillon unique

	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Valeur de test = 0 Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
المحور الاول	01,845	203	,000	72,72059	71,6031	73,8380
المحور الثاني	02,702	203	,000	67,71569	65,9192	69,5122
المحور الثالث	03,798	203	,000	68,34314	67,1246	69,5616
المحور 4	07,001	203	,000	47,51471	45,9624	49,0670
الرجة العامة	03,11	203	,000	256,29412	251,9026	260,6857

DATASET ACTIVATE Jeu_de_données1.
T-TEST GROUPS=الجنس(1 2)
/MISSING=ANALYSIS
/VARIABLES=المحورالاول المحورالثاني المحورالثالث المحور4 الرجة العامة
/CRITERIA=CI(.95).

Test T

Remarques		
Sortie obtenue		09-OCT-2017 12:23:38
Commentaires		
Entrée	Données	C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي-ممارسين.sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	204
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=2 1(الجنس) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=المحورالاول المحورالثاني المحورالثالث المحور4 الرجة العامة /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,08
	Temps écoulé	00:00:00,06

[Jeu_de_données1] C:\Users\BouZaher\Desktop\ممارسين-الاجتماعي-التكيف.sav

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المحور الاول	ذكر	89	73,1124	7,18179	,76127
	انثى	115	72,4174	8,75493	,81640
المحور الثاني	ذكر	89	70,4831	12,80724	1,35756
	انثى	115	65,5739	12,81930	1,19541
المحور الثالث	ذكر	89	68,7416	8,07005	,85542
	انثى	115	68,0348	9,39385	,87598
المحور 4	ذكر	89	48,4382	11,18842	1,18597
	انثى	115	46,8000	11,28514	1,05234
الدرجة العامة	ذكر	89	260,7753	29,91760	3,17126
	انثى	115	252,8261	32,91383	3,06923

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
المحور الاول	Hypothèse de variances égales	3,178	,076	,607	202
	Hypothèse de variances inégales			,623	201,290
المحور الثاني	Hypothèse de variances égales	,000	,984	2,714	202
	Hypothèse de variances inégales			2,714	189,450
المحور الثالث	Hypothèse de variances égales	1,661	,199	,566	202
	Hypothèse de variances inégales			,577	199,762
المحور 4	Hypothèse de variances égales	,039	,844	1,032	202
	Hypothèse de variances inégales			1,033	190,139

الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	,187	,666	1,779	202
	Hypothèse de variances inégales			1,801	196,787

Test des échantillons indépendants

Test t pour égalité des moyennes

		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
المحور الاول	Hypothèse de variances égales	,544	,69497	1,14457
	Hypothèse de variances inégales	,534	,69497	1,11626
المحور الثاني	Hypothèse de variances égales	,007	4,90923	1,80908
	Hypothèse de variances inégales	,007	4,90923	1,80886
المحور الثالث	Hypothèse de variances égales	,572	,70679	1,24824
	Hypothèse de variances inégales	,564	,70679	1,22437
المحور 4	Hypothèse de variances égales	,303	1,63820	1,58729
	Hypothèse de variances inégales	,303	1,63820	1,58555
الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	,077	7,94919	4,46740
	Hypothèse de variances inégales	,073	7,94919	4,41328

Test des échantillons indépendants

Test t pour égalité des moyennes

Intervalle de confiance de la différence à 95 %

		Inférieur	Supérieur
المحور الاول	Hypothèse de variances égales	-1,56187	2,95181
	Hypothèse de variances inégales	-1,50610	2,89604
المحور الثاني	Hypothèse de variances égales	1,34213	8,47633
	Hypothèse de variances inégales	1,34114	8,47733
المحور الثالث	Hypothèse de variances égales	-1,75447	3,16805
	Hypothèse de variances inégales	-1,70757	3,12115
المحور 4	Hypothèse de variances égales	-1,49159	4,76799
	Hypothèse de variances inégales	-1,48932	4,76572
الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	-,85952	16,75791
	Hypothèse de variances inégales	-,75421	16,65259

T-TEST GROUPS=ممارس_غير_ممارس(1 2)

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=الرجة العامة المحور 4 المحور الثالث المحور الثاني المحور الاول

/CRITERIA=CI (.95) .

Test T

Statistiques de groupe

التخصص العلمي		N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المحور الاول	علمي	105	87,6752	8,41121	,82085
	أدبي	99	71,1317	7,76181	,78009
المحور الثاني	علمي	105	84,8129	12,96877	1,26562
	أدبي	99	77,1411	13,11479	1,31809
المحور الثالث	علمي	105	84,0748	9,30583	,90816
	أدبي	99	76,9817	8,33243	,83744
المحور 4	علمي	105	73,8924	11,66502	1,13839
	أدبي	99	57,2290	10,82749	1,08820
الدرجة العامة	علمي	105	286,7752	32,38112	3,16007
	أدبي	99	272,8235	31,32623	3,14840

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
المحور الاول	Hypothèse de variances égales	,000	,998	-2,492	202
	Hypothèse de variances inégales				
المحور الثاني	Hypothèse de variances égales	,032	,859	2,11	202
	Hypothèse de variances inégales				
المحور الثالث	Hypothèse de variances égales	1,262	,263	2,259	202
	Hypothèse de variances inégales				
المحور 4	Hypothèse de variances égales	,540	,463	1,853	202
	Hypothèse de variances inégales				
الدرجة العامة	Hypothèse de variances égales	,023	,880	2,571	202
	Hypothèse de variances inégales				

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
المحور الاول	Hypothèse de variances égales	,011	-,87648	1,13509
	Hypothèse de variances inégales			
المحور الثاني	Hypothèse de variances égales	,035	-,76825	1,82673
	Hypothèse de variances inégales			
المحور الثالث	Hypothèse de variances égales	,028	,33304	1,23936
	Hypothèse de variances inégales			1,23534
المحور 4	Hypothèse de variances égales	,057	-,74661	1,57830
	Hypothèse de variances inégales			1,57484
الرجة العامة	Hypothèse de variances égales	,035	-2,05830	4,46514
	Hypothèse de variances inégales			

Test des échantillons indépendants

		ANOVA				
		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
المحور الاول	Intergruppes	6209,567	2	3104,788	29,632	,000
	Intragruppes	21.037,227	201	104,663		
	Total					
المحور الثاني	Intergruppes	8991,587	2	4498.00	73,128	,000
	Intragruppes	2435,583	201	121.17		
	Total					
المحور الثالث	Intergruppes	7449,310	2	3724,640	32,787	,000
	Intragruppes	2284,800	201	113,671		
	Total					
المحور 4	Intergruppes	7449,317	2	8578,319	51,958	,000
	Intragruppes	22848,249	201	170,737		
	Total					
الرجة العامة	Intergruppes	15372,99	2	76851,49	56,855	,885
	Intragruppes	27173,954	201	1351.9,454		

Tests post hoc

GET

```
FILE='C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي غير ممارسين.sav'.  
DATASET NAME Jeu_de_données1 WINDOW=FRONT.  
DESCRIPTIVES VARIABLES= المحورالاول المحورالثاني المحورالثالث المحور4  
الرجة العامة  
/STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.
```

Descriptives

Remarques		
Sortie obtenue		09-OCT-2017 12:32:29
Commentaires		
Entrée	Données	C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي غير ممارسين.sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	101
	Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante
Observations utilisées		Toutes les données non manquantes sont utilisées.
Syntaxe		DESCRIPTIVES VARIABLES= المحورالاول المحورالثاني المحورالثالث المحور4 الرجة العامة /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,02

[Jeu_de_données1] C:\Users\BouZaher\Desktop\التكيف-الاجتماعي غير ممارسين.sav

Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type
المحور الاول	101	51,00	96,00	73,7624	9,07430
المحور الثاني	101	40,00	93,00	72,9703	10,25130
المحور الثالث	101	48,00	89,00	69,4554	8,13698
المحور 4	101	24,00	78,00	51,8416	10,96151
الرجة العامة	101	181,00	330,00	266,0297	29,20324
N valide (liste)	101				

T-TEST

/TESTVAL=0

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=الرجة العامة المحور 4 المحور الثالث المحور الثاني المحور الاول

/CRITERIA=CI (.95) .

Test T

Remarques

Sortie obtenue		09-OCT-2017 12:33:24
Commentaires		
Entrée	Données	C:\Users\BouZaher\Desktop\لتكيف-الاجتماعي غير ممارسين.sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	101
	Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante

Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.	
Syntaxe	T-TEST /TESTVAL=0 /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES= المحور الاول المحور الثاني المحور الثالث المحور 4 الرجة العامة /CRITERIA=CI(.95).	
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,02

Test sur échantillon unique

Valeur de test = 0

	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
المحور الاول	01,845	100	,000	72,76238	70,9710	74,5538
المحور الثاني	01,296	100	,000	71,97030	69,9466	73,9940
المحور الثالث	04,263	100	,000	69,45545	67,8491	71,0618
المحور 4	12,980	100	,000	51,84158	49,6776	54,0055
الرجة العامة	01,730	100	,000	266,02970	260,2646	271,7948