



جامعة محمد خيضر - بسكرة -

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

تخصص: تربية حركية عند الطفل والمراهق



الموضوع:

دراسة مقارنة للاتجاهات التلاميذ مرحلة المتوسطة بين تلاميذ
الأقسام الرياضية و تلاميذ الأقسام العادية

دراسة ميدانية على مستوى بعض ثانويات ولاية الوادي

- تحت إشراف الدكتور:

د/براهيمي عيسى

- من إعداد الطالب:

قبيل ياسين

السنة الجامعية: 2015/2016

تشكرات

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ وَقُلْ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ﴾
بفضل الله وعونه تعالى خرج هذا العمل المتواضع للنور فالحمد لله على فضله

أتقدم بالشكر الجزيل إلى المشرف والموجه والأستاذ الكريم
" الدكتور براهمي عيسى "

على صبره معنا طيلة هذا البحث فكان خير دليل ومنبر لنا في هذا الطريق
الذي سهل لنا طريق العمل ولم ييخل علينا بنصائحه القيمة ، فوجهنا حين الخطأ وشجعنا حين الصواب ، فكان
نعم المشرف .

كما أتقدم بجزيل الشكر إلى الأستاذ : فضل قيس

ولكل من ساهم بالكثير أو القليل ، من قريب أو حتى من بعيد في إخراج هذا العمل المتواضع إلى النور .
وفي الأخير نحمد الله جلا وعلا الذي أعاننا في إنهاء هذا العمل .

فهرس الدراسة

شكر

إهداء

قائمة الجداول والأشكال

مقدمة.....أ،ب

الجانب التمهيدى

5.....	1- الإشكالية:
7.....	2- الفرضيات
7.....	3- أهداف الدراسة
7.....	4- أسباب اختيار الموضوع
8.....	5- أهمية الدراسة
8.....	6- تحديد المفاهيم والمصطلحات
11.....	7- الدراسات المشابهة

الجانب النظرى

الفصل الأول: الاتجاهات النفسية

17.....	تمهيد
18.....	1- مفهوم الاتجاهات:
18.....	2- مكونات الاتجاهات:

19	3- أنواع اتجاهات:
20	4- مراحل تكوين الاتجاه:
20	5- نمو الاتجاهات :
21	6- مميزات الاتجاه:
21	7- خصائص الاتجاهات:
22	8- وظائف الاتجاه :
22	9- طرق قياس الاتجاه :
24	10- قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي:
26	11- عوامل المؤثرة في تكوين الاتجاهات :
26	12- النظريات المفسرة للاتجاه:
29	خلاصة.....

الفصل الثاني:

حصة التربية البدنية والرياضية

31	تمهيد
32	1- تعريف التربية:
32	2- ماهية التربية البدنية والرياضية:
33	3- حصة التربية البدنية والرياضية:
35	4- أهمية درس التربية البدنية والرياضية:
36	5- أهداف درس التربية البدنية والرياضية:
37	6- العوامل التي تساعد الفرد في الإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي:
38	7- الدوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي:
39	8- برامج الأنشطة الرياضية في المرحلة المتوسطة:

39	9- أهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة:
40	10- أهمية التربية البدنية والرياضية لتلاميذ المرحلة المتوسطة:
41	11- المبادئ الأساسية لإنجاز حصة تعليمية :
41	12- توجيهات خاصة بمختلف مراحل التعليم في الطور المتوسط :
42	13- أهداف الأنشطة الرياضية المقدمة في حصة التربية البدنية والرياضية:
44	14- خلاصة

الفصل الثالث:

خصائص المرحلة العمرية (12-15)

46	تمهيد
47	1- مفهوم المراهقة:
47	2- تعريف المراهقة:
47	3- مراحل المراهقة:
48	4- خصائص مراهق المرحلة (12-15):
53	5- أشكال المراهقة: توجد أربعة أنواع من المراهقة:
55	6- أزمات المراهقة المبكرة:
58	7- دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المراهق:
58	8- دور البيئة الرياضية نحو مرحلة المراهقة:
59	9- نصائح عامة لكل مربي لكيفية التعامل مع المراهقين:
59	خلاصة:

الجانب التطبيقي

الفصل الأول: المنهجية المستخدمة في الدراسة

63	تمهيد
64	1- الدراسة الاستطلاعية :
65	2- المنهج المستخدم في الدراسة :
65	3- مجتمع الدراسة:
65	4- عينة الدراسة:
66	5- خصائص العينة من حيث المصدر:
66	6- مجالات الدراسة:
67	7- متغيرات الدراسة:
67	8- أدوات الدراسة :
69	9- صدق و ثبات:
70	10- الوسائل الإحصائية المستخدمة لمعالجة النتائج النهائية:
73	خلاصة

الفصل الثاني:

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

74	1- .عرض وتحليل نتائج الدراسة :
80	2- مناقشة النتائج
85	3- الاستنتاج:
86	4- الاقتراحات:
88	5- خلاصة عامة.....

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	جدول رقم (01): يوضح خصائص العينة من حيث مصدرها	66
02	جدول رقم (02): يوضح معامل الارتباط بيرسون لكل بعد من الاستبيان و الدرجة الكلية له.	69
03	جدول رقم (03) : يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقاييس أداة الدراسة	70
04	الجدول رقم (04) يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وقيم T للمجال المعرفي لتلاميذ أقسام رياضة و دراسة و تلاميذ أقسام العادية.	74
05	الجدول رقم (05) يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وقيم T للمجال الحسي الحركي لتلاميذ أقسام رياضة و دراسة و تلاميذ أقسام العادية	76
06	الجدول رقم (06) يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وقيم T للمجال الاجتماعي العاطفي لتلاميذ أقسام رياضة و دراسة و تلاميذ أقسام العادية.	78
الأشكال		
01	الشكل رقم 1: يبين بنود تمثل مواقف الحياة للتعبير عن مدى البعد الاجتماعي لقياس تسامح الفرد أو تعصبه لجماعة أو شعب معين.	23
02	الشكل رقم 2: يبين مفهوم الاتجاه كما يتناوله الباحثون.	24
03	الشكل رقم 3: طريقة ليكرت لتصنيف الاستجابات لقياس الاتجاه النفسي.	24
04	تمثيل بياني رقم (04): يوضح نتائج المجال الأول بين تلاميذ أقسام رياضة ودراسة و الأقسام العادية	75
05	تمثيل بياني رقم (05) : يوضح نتائج المجال الثاني بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة و الأقسام العادية	77
06	تمثيل بياني رقم (06) : يوضح نتائج المجال الثالث بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة و الأقسام العادية	79

إن حاجة الإنسان اليوم إلى الحركة أضحت الخيار الوحيد والأنسب لمواجهة الخمول الذي فرضته التكنولوجيا عليه سواء في العمل أو البيت مما قلص من نشاط وحيوية الأجهزة الوظيفية مما نتج عنه شعور دائم بالتعب والإرهاق وظهور العديد من الأمراض البدنية والنفسية.

وبقدر حاجة الإنسان للتربية، فحاجاته للتربية البدنية أيضا أصبحت في الوقت الراهن من أهم متطلبات العصر، ومظهر ثقافيا هاما في المجتمع، والتربية بإجماع أغلبية المربين والعاملين بها فانشغالها الأول هو تحريك كل طاقات الأفراد من أجل ترقيته وإعداده ليصبح راشدا قادرا على مواجهة الصعوبات اليومية، وتنظيم حياته من خلال كافة المحاولات التي تبذل فيها لتنمية القدرات والاتجاهات، وللتعامل وبشكل أساسي مع المشكلات والموضوعات العامة التي يصادفها الفرد مع نفسه ومجتمعه.

وتسعى التربية البدنية و الرياضية على مساعدة الأفراد للحفاظ و النهوض بالصحة العامة، فهي تعتبر في عصرنا الحالي مقياسا لتقدم الأمم، و يعتبر اهتمام الدول الكبرى بهذا الميدان أكبر دليل على مدى أهميته، فالممارسة الرياضية هي أساس المحافظة على عطاء و قدرات الشباب و من ثمة الاستفادة قدر المستطاع من طاقاتهم الكبيرة لأجل بناء مجتمعاتهم .

وتمثل المدارس أهم المؤسسات الاجتماعية ذات التأثير الكبير في المجتمع، حيث تقع على عاتقها المسؤولية نحو فئة كبيرة وهامة من أفراد المجتمع، فالمدرسة هي الإدارة التي تتعاون مع الأسرة في تربية الأبناء لأن الأسرة لا تستطيع أحيانا القيام بعملية التربية بمفردها. (حسن زكي محمد: 2002)

فالتلميذ في مرحلة المتوسطة يتسم بسلوكات وتقلبات تشمل على عدة تغييرات عقلية وجسمية، إذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنتظم وقلّة التوافق العضلي العصبي، بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل، وهذا طبيعي لأنه يمر بما يسمى بالمراهقة المبكرة. وعلى هذا الأساس يجب على الأستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته قائد العملية التربوية لان مهمته لا تقتصر على التربية الجسمية فحسب بل تتعداها لتصل أكثر من ذلك لان لديه اثر على حياة التلميذ المدرسية فهو الذي يوجه قواه الطبيعية توجيه سليم ويساعده في تطوير اتجاهاته وعاداته واهتماماته وهذا عن طريق حصّة التربية البدنية والرياضية، والتي تعتبر احد أشكال المواد الأكاديمية حيث تزود التلاميذ بخبرات ومعارف اجتماعية ونفسية و بدنية وتسد حاجات التلميذ المراهق، بالإضافة إلى تحصيل المعارف وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط الرياضي، "ومن الملاحظ أن الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط الرياضي تلعب دورا هاما في الارتقاء بمستوى الأداء إذ تمثل القوة التي تحرك الفرد وتثيره لممارسة ذلك النشاط ، والاستمرار في تلك الممارسة بصورة منتظمة ، وبأسلوب يرضي عنه المجتمع مما يؤثر في تكامل شخصيته ونموها بصورة متزنة "(محمد حسن العلاوي: 1991،ص222) وذلك عن طريق استغلال الأنشطة الرياضية التي تساهم على عملية بناء شخصية التلميذ

وتطويرها بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا، ويحتاج التلاميذ إلى الحركة واللعب لكي تنمو وتتكامل أجهزتهم الداخلية وتتكيف لكامل الاحتمالات والظروف الحياتية والعملية، وتعد التربية البدنية والرياضية الوسيلة الأساسية لبناء وتكوين شخصية التلميذ النفسية الاجتماعية من خلال درس التربية البدنية والرياضية.

لذا فإن تنمية الاتجاه يعد ضرورة ومخرجا تربويا واجتماعيا، وقد أشار كل من **درويش، كمال عويس** إلى أن اتجاهات الفرد تختلف تبعا لزيادة خبرته المعرفية بأهمية النشاط الرياضي في الجوانب التربوية، الصحية، النفسية والاجتماعية، ويتطلب الأمر اكتشاف الاتجاهات النفسية السائدة وقياس درجتها كي يمكن رسم الخطط ووضع المناهج، ثم اتخاذ السبل التي تؤدي إلى تغيير أو تعديل الاتجاهات تبعا للأهداف الموضوعية (درويش، كمال عويس خير الدين: 1983، ص193) وهذا ما يعزز اتجاهات تلاميذ رياضة ودراسة نحو حصة التربية البدنية والرياضية مقارنة باتجاهات بتلاميذ أقسام العادية، ومن هنا برزت الحاجة والأهمية إلى دراسة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.

لذا سنحاول في دراستنا هذه التطرق إلى اتجاهات تلاميذ مرحلة المتوسط نحو حصة التربية البدنية والرياضية وقد قمنا بتقسيم هذه الدراسة إلى:

الإطار العام للدراسة: كما بتحديد إشكالية الدراسة حيث طرح فيها التساؤل الخاص بالدراسة ثم التساؤلات الفرعية وطرح الفرضية العامة والفرضيات الجزئية ثم وأهداف وأهمية الدراسة وأسباب اختيار الموضوع، وتحديد المصطلحات الأساسية وبالإضافة إلى الدراسات المشابهة والتعليق عليها.

أما الجانب النظري قد قسم إلى ثلاث فصول وهي:

❖ الفصل الأول: تم تطرق إلى الاتجاهات النفسية، حيث احتوى هذا الفصل على مفهوم الاتجاهات وتم إيضاح مكونات وأنواع الاتجاهات وطرق قياسها، وأهم النظريات المفسرة لها.

❖ الفصل الثاني: تضمن حصة التربية البدنية والرياضية، حيث احتوى هذا الفصل إلى مفهوم التربية والتربية البدنية والعلاقة بينهما، إضافة إلى بناء وأهمية التربية الرياضية، وأهميتها

❖ الفصل الثالث: وتضمن المراهقة المبكرة (12-15)، وتطرقنا فيه إلى خصائص وحاجات وأزمات ودور الرياضة في مرحلة المراهقة ونصائح لكل مربى الافراد هذه المرحلة.

- أما الجانب التطبيقي:

وتم تقسيمه إلى قسمين: الإجراءات المنهجية وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة.

1- الإشكالية:

تعتبر التربية العامة التي يتلقاها المجتمع مقياسا لمدى تطور الأمم وازدهارها و التربية عبارة عن قابلية الفرد للنمو و التأقلم و التكيف مع طبيعته والوسط الذي يعيش فيه و مدى سيطرته عليه. و تعد التربية البدنية و الرياضية جزءاً من التربية العامة أو مظهراً من مظاهرها لكونها ، تسعى من خلال أنشطتها البدنية المتعددة إلى إعداد الفرد إعداداً متكاملًا، وتزوده بخبرات واسعة فهي تعتبر عامل حاسم في تكوين الفرد لكي يساعد نفسه ويخدم مجتمعه، بكفاءة واقتدار لهذا اهتمت أوجه النشاط البدني الرياضي التعليمي (التربية البدنية) إلى رفع مستوى اللياقة البدنية وتحسين القدرات، الحركية والجسمية، المعرفية والنفسية الوجدانية والاجتماعية، التي تخدم الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية، مع العمل على خفض التوترات الناجمة عن الحياة اليومية بصفة عامة والحياة الدراسية بصفة خاصة، فهي تساهم في تحقيق ذات التلميذ عن طريق مختلف الأنشطة الرياضية داخل حصة التربية البدنية والرياضية وتوجه التلميذ توجيهاً صحيحاً حيث يكتسب من خلالها المهارات اللازمة ويشارك في النشاطات التي تفيده صحياً ، بدنياً وعقلياً و إلى تنمية تنمية الروح الاجتماعية للتلميذ عن طريق الاشتراك في الأنشطة والألعاب الحركية الجماعية التي تعتبر من أهم محركات السلوك لدى التلميذ، والإهتمام بالجوانب النفسية الوجدانية (الاتجاهات) أضحت الخيار الأمثل والمناسب لفهم حقيقة التلميذ وتحديد اتجاهاته نحو حصة التربية البدنية والرياضية. فيمكننا النظر للاتجاهات على أنها التمثيل النفسي في داخل الفرد، لأن الفرد يكتسب من مجتمعه وثقافته، الإتجاهات المناسبة نحو بعض الأنشطة وبعض الأفراد الآخرين كذلك نحو النشاط الرياضي (محمد حسن العلاوي:1992،ص220) وهذا كله مرعاة للمرحلة العمرية الحساسة التي تتمثل في المراهقة المبكرة (12-15) التي يكون فيها المراهقين عامة يسعون إلى الثبات وتحديد هويتهم والدخول إلى عالم الكبار من خلال جملة من المسالك يلخصها القوسي في قوله: ينزح المراهق في هذه المرحلة إلى إكمال شخصيته والاعتراف بكيانه ويعمل على استقلال في فكره وعمله ويجرب أساليب متعددة ليحقق لنفسه شعور بخروجه من دور الطفولة واكتمال نموه واستقلاله، ولكل مراهق ضمن هذه المرحلة حاجات ولعل من أهمها الحاجة إلى تكوين اتجاهات فعن طريق اتجاه التلميذ نحو ظاهرة ما أو حدث معين يمكن أن تنبأ بسلوكه فيما بعد تجاه الظاهرة أو هذا الحدث و إن لدراسة الاتجاهات أهمية كبيرة لفهم التلميذ وتوجيهه نحو النشاط الرياضي الذي يتفق مع ميوله والتكوين الخاص بشخصيته، واكتسابه للسلوك السوي حيث أن ممارسة الأنشطة الرياضية داخل حصة التربية البدنية والرياضية وسيلة تربوية لها تأثيراً إيجابياً على سلوك التلميذ في مرحلة المراهقة من حيث اكتساب القيم الأخلاقية والاتجاهات الإيجابية نحو حصة التربية البدنية والرياضية لدى المراهقين في مرحلة التعليم المتوسط كما يشير محمد حسن العلاوي " إن أهم أسباب قياس الاتجاهات نحو التربية البدنية والرياضية هو إن قياسها يسمح بتوقع نوعية سلوك الفرد نحو أنشطتها ، نظراً لان الاتجاه يوجه استجابات الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتاً نسبياً ". (محمد حسن العلاوي: 1988،ص222)

وانطلاقاً من الدراسات السابقة التي تناولت موضوع اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية إضافة إلى النظريات التي حاولت تفسير الاتجاهات، من بينها نظرية التحليل النفسي التي تؤكد أن " اتجاهات الفرد لها دور حيوي في تكوين شخصيته، و اتجاه الفرد نحو الأشياء يحدد دور تلك الأشياء في خفض التوتر الناشئ عن الصراع الداخلي ومن هذا يتكون اتجاه إيجابي نحو الأشياء التي خفضت التوتر " (احمد عبد اللطيف: 2001، ص52) وهذا ما نرجعه لأنشطة حصة التربية البدنية والرياضية.

ولقناعتنا أن التطرق إلى الاتجاهات كموضوع أو جانب قد يعتبر من أهم الجوانب التي تستلزم دراستها بدقة قبل الإقبال في وضع المناهج التربوية لحصة التربية البدنية والرياضية للمراحل التعليمية المختلفة لتحقيق أهدافها الجوهرية التي تطمح إليها.

وعلى ضوء هذا كله وانطلاقاً مما سبق يأتي هذا البحث كمحاولة لإيجاد ومعرفة أهم الفروق في الاتجاهات بين تلاميذ رياضة ودراسة وتلاميذ أقسام رياضة ودراسة نحو حصة التربية البدنية والرياضية، ومن هنا نطرح التساؤل التالي:

❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية بين تلاميذ رياضة ودراسة وتلاميذ أقسام عادية في مرحلة المتوسطة نحو حصة التربية البدنية والرياضية؟

وتتمثل التساؤلات الفرعية من ما يلي:

- 1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية في المجال المعرفي نحو حصة التربية البدنية والرياضية ؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية في المجال الحسي الحركي نحو حصة التربية البدنية والرياضية ؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية في المجال الاجتماعي العاطفي نحو حصة التربية البدنية والرياضية ؟

2- فرضية العامة:

- توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية في المرحلة المتوسطة نحو حصة التربية البدنية والرياضية.

2-1. الفرضيات الجزئية للدراسة:

- ❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية في المجال المعرفي نحو حصة التربية البدنية والرياضية.
- ❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية في المجال الحسي الحركي نحو حصة التربية البدنية والرياضية.
- ❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية في المجال الاجتماعي العاطفي نحو حصة التربية البدنية والرياضية .

3- أهداف الدراسة:

تتمثل أهداف دراستنا في ما يلي:

- معرفة فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية في المرحلة المتوسطة نحو حصة التربية البدنية والرياضية.

وهناك بعض الأهداف الأخرى نلخصها فيما يلي:

- تعتبر هذه الدراسة كمطلب مكمل لنيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، تخصص تربية حركية.
- كشف على مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الاتجاهات النفسية لدى لتلاميذ مرحلة المتوسطة.
- معرفة الفروق بين تلاميذ أقسام رياضة ودراسة مقارنة بتلاميذ الأقسام العادية على مستوى المجال المعرفي.
- معرفة الفروق بين تلاميذ أقسام رياضة ودراسة مقارنة بتلاميذ الأقسام العادية على مستوى المجال الحسي الحركي.
- معرفة الفروق بين تلاميذ أقسام رياضة ودراسة مقارنة بتلاميذ الأقسام العادية على مستوى المجال الاجتماعي العاطفي.

4- أسباب اختيار الموضوع:

لكل باحث أسباب تدفعه إلى اختيار موضوع من اجل دراسته والبحث فيه، تلك الأسباب والدوافع، تختلف هذه الأسباب وتتعدد ولكن الغاية دائما واحدة وهي خدمة البحث العلمي.

ومن أسباب اختيار هذا الموضوع عدة أسباب ، لكن أهمها :

- قابلية الموضوع للدراسة و البحث معرفيا و منهجيا.
- الرغبة الشخصية للباحث للخوض في هذا المجال.
- مجال الدراسة في تخصص الباحث تربية حركية عند الطفل والمراهق.
- التنبؤ بحلول ترفع من قيمة وأهمية مادة التربية البدنية والرياضة مبنية على دراسة علمية وليس على عموميات لا صلة لها بالواقع.
- تقديم خدمة لقطاع التربية و التعليم مبرزين أهمية النشاط الرياضي البدني كنشاط تربوي تعليمي يعمل على رفع وتنمية الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ نحو حصة التربية البدنية.

5- أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة من كونها تتناول موضوعا هاما ألا وهو: الاتجاهات النفسية، هذه الأخيرة التي بدأت تطرح نفسها بإلحاح في الآونة الأخيرة وبما يمكن أن تحققه هذه الدراسة من نتائج يمكن الاستفادة منها إذا استغلت من المعنيين أحسن استغلال، وترجع أهمية الدراسة إلى ما يلي:

- الوصول إلى نتائج وحلول للإشكالية الموضوعية في بداية البحث.
- تبيان الفروق على مستوى الاتجاهات بين تلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية.
- إعطاء صورة واضحة حول تأثير النشاط الرياضي على تنمية الاتجاهات لدى تلاميذ مرحلة المتوسط نحو حصة التربية البدنية والرياضية .
- رغبتنا منا في تسليط الضوء على دراسة ميول و رغبات التلاميذ نحو التربية البدنية ومن ثمة التمكن من تحديد و وضع برامج مناسبة وأنشطة رياضية هادفة يتفاعل معها التلاميذ ببساطة لأنهم شاركوا في إعدادها و لو بشكل غير مباشر.
- وتبقى أهمية البحث الأولى هي تدعيم البحث العلمي في الجزائر خاصة في ميادين التربية البدنية والرياضية.

6- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1-6. الاتجاهات النفسية :

أ- تعريف الاتجاه لغة:

الاتجاه في اللغة: الاتجاه الوجه الذي تقصده.

وشئ موجه: إذا جعل على جهة واحدة لا تختلف.

الجهة الوجهة: الموضوع الذي تتوجه إليه وتقصده. (أبو النيل محمود: 1980، ص80)

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

وتعرفه **عزيزة سالم** " بأنه حالة استعداد عقلي عصبي تنظمها الخبرة السابقة ، هذه الحالة توجه استجابات الفرد نحو كل الموضوعات أو الأشياء أو المواقف التي ترتبط بها " (عزيزة محمد سالم: 1977، ص31)

ويرى **محمد حسن العلاوي** إلى أن الاتجاه وفقاً لمفهوم كينيون (kenyon) هو استعداد مركب ثابت نسبياً يعكس كل وجهة وشدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء أكان هذا الموضوع عينياً أو مجرداً. (محمد حسن العلاوي: 1991، ص230)

ج- التعريف الإجرائي للاتجاهات:

هي نزعة شاملة يكتسبها الفرد تتميز بالثبات

النسي تكتسي انفعالا تؤثر في الدوافع وتوجه السلوك وتشمل عدة جوانب منها العقلية والمعرفية والإدراكية والسلوكية.

6-2. حصة التربية البدنية و الرياضية:

أ- التعريف الاصطلاحي :

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية و أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل العلوم الطبيعية والكيمياء و اللغة و يعتبر درس التربية البدنية والرياضية جزءاً حيوياً في البرنامج الدراسي و تختلف عن المواد التعليمية الأخرى بكونه يحقق الصحة العقلية و البدنية في نفس الوقت أي البحث عن عبارة "العقل السليم في الجسم السليم" (محمود عوض بسبوني و ياسين الشاطي: 1987، ص 91)

وعرف **روبرت بوبان** بأن التربية البدنية هي: تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفس حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد. (صالح عبد العزيز عبد المجيد: 1968، ص 11)

وتعرف أيضاً بأن التربية البدنية جزء من التربية العامة هدفاً تكوين المواطن بدنياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف. (قاسم حسن البصري: 1979، ص 19).

ب- التعريف الإجرائي:

وعلى هذا نرى أن حصة التربية البدنية والرياضية في المؤسسة التربوية هي مجال يتفاعل فيه كل من التلاميذ مع بعضهم البعض، وبين التلاميذ وأساتذتهم من خلال الأنشطة التي يقترحها المنهاج الدراسي.

3-6. مفهوم أستاذ التربية البدنية والرياضية :

أستاذ التربية البدنية والرياضية هو ذلك الشخص الهادئ المتزن و يعرف على أنه " المحافظ يميل إلى التخطيط ويأخذ شؤون الحياة بالجدية المناسبة ، يحب أسلوب الحياة الذي حسن تنظيمه ، ولا ينفعل بسهولة ، ويساعد التلاميذ على تحقيق تحصيل علمي جيد ، دائم الحركة والنشاط ، كما يساعد الآخرين على بناء شخصيتهم السليمة السوية. (أكرم زكي خطيبة: 1997 ، ص ص، 173-174).

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

يقول بولديرو : " أن الأستاذ هو القائد ، فهو المنظم و المبادر لوحدة العمل و النشاط في جماعة الفصل، فهو يعمل ليس فقط لإكساب التلاميذ المعلومات و المعارف و المهارات، و التقويم من النواحي المعرفية و المهارية فحسب، بل يتضمن عمله تنظيم جماعة الفصل و العمل على تنميتها تنمية اجتماعية". (محمد الحمامي ، أمين أنور الخولي: 1998 ، ص ص، 196-197)

- التعريف الإجرائي أستاذ التربية البدنية والرياضية :

هو الشخص القائم على تدريس برامج التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم الثانوي بجميع مستوياتها (الأولى، الثانية ، الثالثة)، و لقد استعمل الباحث في هذه الدراسة عدة مصطلحات مرادفة لمصطلح الأستاذ كالمربي والمعلم و المدرس و ذلك تبعًا لمراجع الدراسة .

4-6. المراهقة :

هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو الفرد الغير ناضج جسميا وعقليا وانفعاليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة. (البيهي السيد فؤاد: 1998، ص46)

تعد المراهقة من اخطر المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتجدد المستمر، وتظهر في هذه المرحلة مجموعة من التغيرات في مظاهر النمو المختلفة (الجسمية والفيسيولوجية والعقلية والاجتماعية والانفعالية والدينية والخلقية)، ولما يتعرض الإنسان فيها إلى صراعات متعددة، داخلية وخارجية.

5-6. المرحلة المتوسطة:

إنها المرحلة الثانية من التعليم الجزائري تتوسط المرحلة الابتدائية والمرحلة الثانوية وتمتد لاربع سنوات تحتتم بامتحان شهادة التعليم المتوسط في مرحلة دراسية معتمدة من قبل وزارة التربية الوطنية الجزائرية، حيث تقع هذه المرحلة في موقع حساس في عملية التعليم. (وزارة التربية الوطنية: 2003، ص74)

6-6. أقسام رياضة ودراسة:

هي الأقسام المكلفة بتأمين الظروف وضمان التمدد ملائم لمتطلبات الممارسة الرياضية النخبوية للمواهب الرياضية الشابة، المكتشفة والمنتقاة في وقت سابق.

الأقسام رياضة ودراسة، يمكن لها، إما جمع الشبان في مؤسسة خاصة، وإما جمع المواهب الرياضية الشابة لمقاطعة إدارية واحدة أو عدة مقاطعات ضمن المؤسسة الدراسية الواحدة. (وزارة الشباب والرياضة: 2008، ص230)

7- الدراسات المشابهة :

تعتبر خطوة مراجعة الدراسات السابقة من أهم المراحل المعينة في حل مشكلة البحث لما لها من إسهامات في التوجيه أو التخطيط أو ضبط المتغيرات كما أن الباحث يمكن أن يوظفها في الحكم و المقارنة ، أو الإثبات و النفي .

ويعرفها رابح تركي : "كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية ، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض ، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه " . (رابح تركي: 1999، ص 123)

➤ دراسة فحصي محمد رياض 2001 ، شهادة ماجستير، بعنوان: "الاتجاهات نحو مادة التربية البدنية وعلاقتها بالقيم الاجتماعية لدى تلاميذ الثانويات الجزائرية".

قام الباحث بدراسة الاتجاهات نحو مادة التربية البدنية وعلاقتها بالقيم الاجتماعية لدى تلاميذ الثانويات الجزائرية، وأنطلق في دراسته على عينة مكونة من تلاميذ المرحلة الثانوية لمختلف ثانويات الجزائرية بحيث كان الاختيار بالطريقة العشوائية، وكان الهدف منها:

الكشف عن الاتجاهات نحو مادة التربية البدنية والرياضية التي تميز التلاميذ الممارسين لها عن غيرهم من التلاميذ غير الممارسين عن طريق سؤال صريح يتمثل فيما هي الاتجاهات نحو مادة التربية البدنية والرياضية سواء كانت من الناحية المادية أو الجمالية أو النظرية أو الاقتصادية .

الكشف عن الدور الذي تلعبه الاتجاهات نحو التربية البدنية في تحديد القيم الاجتماعية عند التلاميذ الممارسين لها عن غيرهم من التلاميذ غير الممارسين لها، ونوع القيم التي يكتسبها الثانويين الممارسين للتربية البدنية والرياضية عن غيرهم من التلاميذ غير الممارسين سواء كانت جمالية، اقتصادية، سياسية أو دينية.

أدوات الدراسة المستخدمة: مقياس الاتجاهات النفسية لكينيون . مقياس القيم الاجتماعية .

- نتائج الدراسة :

وجود علاقة ارتباطية بين كل من الاتجاهات والقيم الاجتماعية .

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية بين كل من الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس القيم الاجتماعية .

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي والمميزة بالأبعاد المختلفة للاتجاهات .

➤ دراسة عزيزة محمود محمد سالم 1977 ، شهادة دكتوراه، بعنوان: " الاتجاهات النفسية لطالبات

المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي "

قامت الباحثة بدراسة الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي، وقد اشتملت عينة البحث على 460 تلميذة من تلميذات الصف الثاني من المدارس الثانوية العامة بمحافظة القاهرة والجيزة وتم اختيارهن بطريقة عشوائية، وكان الهدف منها :

- التعرف على الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي.

- أدوات الدراسة المستخدمة: مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي.

- أهم النتائج :

- توجد فروق جوهرية بين الرياضيين والغير الرياضيين في بعض الاتجاهات لصالح الرياضيين.

- توجد فروق معنوية بين الرياضيات والغير رياضيات لصالح الرياضيات .

- ومن أهم نتائجها أيضا اتجاهات تلميذات المرحلة الثانوية في هذه الدراسة تبدو إيجابية نحو النشاط الرياضي.

➤ دراسة كحلي كمال 2008، شهادة ماجستير، بعنوان: " الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية

البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط "

قام الباحث بدراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط، وقد اشتملت عينة البحث عدد أفراد العينة 150 تلميذ من الطور المتوسط، وكان الهدف منها:

- التعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية.

- أدوات الدراسة المستعملة: مقياس كينيون للاتجاهات النفسية نحو الأنشطة البدنية

وكانت الفرضية العامة هي: تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي بمرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية

- المنهج: اتبع المنهج الوصفي

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

➤ دراسة مُجَّد مصطفى منصور 1998، شهادة ماجستير، بعنوان "اتجاهات طلاب مرحلة التعليم الثانوي نحو درس التربية الرياضية "

قام الباحث بدراسة اتجاهات طلاب مرحلة التعليم الثانوي نحو درس التربية الرياضية "

، وقد اشتملت عينة البحث عدد أفراد العينة 1500 من مرحلة الثانوي، وكان الهدف منها:

- التعرف على الاتجاهات نحو التربية الرياضية من خلال تلاميذ الثانوي

أداة البحث مقياس ليكرت لقياس الاتجاهات.

منهج البحث: اختار المنهج الوصفي.

- أهم النتائج:

- تلاميذ الثانوي لديهم اتجاهات ايجابية نحو درس التربية الرياضية

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

- نقد الدراسات :

التعليق على الدراسات السابقة:

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

- أن اغلب نتائج هذه الدراسات كانت ايجابية بالنسبة لفروض الدراسة و أهدافها.
- اختلفت أدوات البحث من دراسة إلى أخرى من بين استخدام مقاييس تم استخدامها من قبل و تطبيقها و بين تصميم لمقاييس جديدة عن طريق الخبراء و المحكمين و إيجاد الصدق و الثبات بما باستخدام الوسائل العلمية المختلفة.
- اختلفت الدراسات السابقة من حيث نوعية الجنس عينة البحث فقد اشتملت العينة على الجنسين الذكور و الإناث.
- اختلفت أيضًا الدراسات السابقة في عينة البحث من حيث المراحل الدراسية فقد اشتملت على المرحلة الإعدادية و المرحلة الثانوية و مرحلة التعليم الجامعي.
- اختلفت أيضًا الدراسات السابقة من حيث موضوع الدراسة فمنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم و مهنة ومنهم من تناول التربية الرياضية كمفهوم فقط و منهم من اكتفى بتناول جزء التمرينات في درس التربية الرياضية.
- أكدت إحدى هذه الدراسات على اهتمام و سائل الإعلام بالتوعية الرياضية لما في ذلك من أثر ايجابي على إدراك مفهوم التربية الرياضية و خاصة لدى أولياء أمور التلاميذ.

وخلاصة القول:

- يرى الباحث أن هناك اختلافات بين البحث الحالي و الدراسات السابقة من حيث الآتي:
- تناول البحث الحالي اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو حصة التربية البدنية والرياضية بصفة عامة كما تطرق إلى متغير طبيعة الدراسة بين تلاميذ أقسام رياضة ودراسة و تلاميذ أقسام العادية
 - إن الهدف التي جاءت به دراستنا هو محاولة إيجاد الحلول لبعض المشاكل التي يواجهها المراهقين في حياتهم عن طريق ممارسة النشاط البدني الرياضي في المؤسسات التربوية بغية المساهمة في النهوض بالشخصية التلميذ، ومن مختلف النواحي وبالتالي الوصول بهذه الفئة إلى درجة التقدير الإيجابي لاجتاهم نحو حصة التربية البدنية والرياضية.

تمهيد:

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

لذلك أخذت دراسة القيم والاتجاهات تنمو نموًا متزايدًا خلال العقدين الأخيرين من القرن العشرين لما لها من أهمية كبيرة باعتبارها الوجه الآخر لتشكيل السلوك الباطن للفرد الذي ينعكس على سلوكه الظاهر وفي هذا الفصل سنتطرق إلى مفاهيم الاتجاهات , مكوناتها ونظرياتها.

1- مفهوم الاتجاهات:

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

و الاتجاه حالة عقلية نفسية لها خصائص ومقومات تميزها عن الحالات العقلية والنفسية الأخرى، التي يستخدمها الفرد في حياته وتفاعله مع الآخرين من أعضاء الجماعة، وهذه الحالة هي " مع "أو" ضد "بمعنى حالة حب أو كراهية، وبمعنى آخر هي حالة يصدر فيها القرار المسبق مستخدماً الإطار المسبق الذي هو الاتجاه النفسي. ويعرفه " سيد خير الله " بأنه مجموعة من الاستجابات القبول او الرفض تتعلق بموضوع معين، او موقف ما يقبل المناقشة. (عبد المنعم الميلادي: 2001، ص10)

كما عرفه دوب " dob " أنه تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النفسي للمعتقدات التي يعتقدتها الفرد نحو موضوع أو موقف ما. (عباس محمد عوض: 1980، ص74)

و عرفه فواد السيد بأنه " الميل عام نسبي في ثبوته، عاطفي في أعماقه، يوجه سلوك الأفراد، وهو إحدى حالات التهيؤ والتأهب العقلي العصبي التي تنظمه الخبرة، فما يكاد يثبت الاتجاه حتى يمضي مؤثراً وموجها لاستجابة الفرد للأشياء والمواقف المختلفة. (السيد فؤاد البهي: 1981، ص 10)

ومن خلال ما سبق نتفق على التعريف التالي:

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

2- مكونات الاتجاهات:

1-2. **العنصر المعرفي:** هذا المكون يشمل قاعدة المعلومات الموجودة والمتوفرة لدى الشخص، أو الأفراد عن موضوع الاتجاهات والتي تراكمت عند الفرد أثناء احتكاكه بعناصر البيئة، ويمكن تقسيمها إلى:

- المدركات والمفاهيم: أي ما يدركه الفرد حسياً أو معنوياً.
- المعتقدات: هي مجموعة المفاهيم المتبلورة الثابتة في المحتوى النفسي والعقلي للفرد.
- التوقعات: وهي ما يمكن أن يتنبأ به الفرد بالنسبة للآخرين أو ما يتوقع حدوثه منهم.

2-2. العنصر الوجداني والانفعالي:

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

2-3. العنصر النزوعي:

يشير هذا المكون إلى نزعة الفرد للسلوك وفق أنواع محددة في أوضاع معينة، إن الاتجاهات تعمل كموجهات للسلوك حيث تدفع الفرد إلى العمل وفق الاتجاه الذي يتبناه، فالطالب الذي يملك اتجاهات تقبله نحو العمل المدرسي يساهم في النشاطات المدرسية المختلفة ويتأثر على أدائها بشكل جدي وفعال. (عبد المجيد نشواتي: 1993، ص472)

3- أنواع اتجاهات:

توجد مجموعة من التصنيفات للاتجاهات وهي:

➤ الاتجاهات الفردية والاتجاهات الجماعية:

_الاتجاهات الفردية: وهي الاتجاهات التي تميز فرد عن آخر، مثل إعجاب الفرد بزميله أو إعجاب شخص بشيء معين .

_الاتجاهات الجماعية: وهي الاتجاهات التي يشترك فيها عدد كبير من الأفراد المجتمع مثل: إعجاب الشعب بقائده.

➤ الاتجاهات الشعورية والاتجاهات اللاشعورية:

_الاتجاهات الشعورية: وهي الاتجاهات التي يظهرها الفرد دون حرج أو تحفظ، وهذه الاتجاهات غالباً ما تتفق مع معايير الجماعة وقيمها .

_الاتجاهات اللاشعورية: وهي التي يخفيها الفرد ولا يفصح عنها، وغالباً لا تتفق هذه الاتجاهات مع القيم والمعايير الجماعة.

➤ اتجاهات عامة واتجاهات خاصة :

- اتجاهات خاصة: هي التي تنصب على النواحي الذاتية الفردية، مثل الاتجاه نحو الزواج أو غيره.

- اتجاهات عامة: هي التي لها صفة العمومية، وتنتشر بين أفراد المجتمع مثل الاتجاه نحو مبدأ الذي يقول: الوقاية خير من العلاج.

➤ اتجاهات قوية واتجاهات ضعيفة:

- اتجاهات قوية: هي الاتجاهات التي تبقى قوة على مر الزمن نتيجة لتمسك الفرد بما لقيمتها بالنسبة له .

- اتجاهات ضعيفة: هي التي من السهل التخلي عنها وقبولها للتحويل والتغيير تحت وطأة الظروف والشدائد. (عبد المنعم الميلادي: 2001، ص ص.41-42)

➤ الاتجاه الايجابي والاتجاه السلبي:

الاتجاه الايجابي: هو الذي يجمع شمل الأفراد نحو موضوع للتعرف عنه.

الاتجاه السلبي: هو الاتجاه الذي يبعد الأفراد عن موضوع معين، فالحب والطاعة اتجاهان ايجابيان، وعكسها الكراهية والعصيان. (عوض عباس محمود: 1994، ص36)

4- مراحل تكوين الاتجاه:

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

4-1. المرحلة الإدراكية المعرفية: وهي المرحلة التي يدرك فيها الفرد مثيرات البيئة ويتعرف عليها، ويكون لديه رصيد من الخبرة والمعلومات ويكون أبطار مرجعي ومعرفي لهذه المثيرات.

4-2. المرحلة التقييمية: وهي المرحلة التي يقيم فيها الفرد تفاعله مع المثيرات، ويكون التقييم مستند على ذلك الإطار المعرفي الذي كون له الفرد المثيرات، بالإضافة إلى عدة إطارات أخرى منها ما هو ذاتي غير موضوعي فيه كثير من الأحاسيس والمشاعر التي تتصل بهذا المثير.

4-3. المرحلة التقديرية: وهي المرحلة التي يصدر فيها الفرد القرار على نوعية علاقته بهذه العناصر، وقد يتكون الاتجاه عن طريق التلقين أي عن طريق نقل الخبرة بصورة غير مباشرة إلى الفرد، ويصرف النظر عن تكوين الاتجاهات، سواء بالطريقة المباشرة أو الغير المباشرة فإن عملية التطبيع الاجتماعي و التعلم الاجتماعي أو التنشئة الاجتماعية هي العملية المسئولة عن تكوين الاتجاهات و تنميتها و تأكيدها أو محوها أو إزالتها أو تغييرها.

5- نمو الاتجاهات:

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

5-1. تأثير الوالدين: يعد تأثير الوالدين من أهم العوامل في تكوين الاتجاهات لدى الأطفال الصغار ونموها فاتجاهات الوالدين الخاصة وما يقدمانه من تعزيز لبعض أساليب الطفل السلوكية تأثير عميق على تكوين نموها.

5-2. تأثير الأقران: إن أهم تأثير يحل محل تأثير الوالدين يأتي من جانب الأقران، ويبدأ هذا التأثير في وقت جد مبكر وتزداد أهميته كلما تقدم الطفل في العمر.

5-3. تأثير وسائل الإعلام: قد تساعد وسائل الإعلام في تكوين الاتجاهات، فعلى سبيل المثال قد تقدم بعض البرامج التلفزيونية معلومات هامة تتصل ببعض المسائل السياسية، ومع ذلك لا يجتمل أن تسهم وسائل الإعلام في حد ذاتها في تكوين الاتجاهات .

5-4. تأثير التعليم: يعد التعليم مصدراً هاماً آخر يزود الفرد بالمعلومات التي تسهم في نمو اتجاهاته وتدعيمها، وبصورة عامة كلما ازدادت السنوات التي يقضيها الفرد في التعليم الرسمي، كلما بدت اتجاهاته أكثر تحريراً. (كامل محمد عوضة: 1996، صص، 116-117)

6- مميزات الاتجاه:

تتميز الاتجاهات من عدة عناصر تتمثل في ما يلي:

- الوجهة - الشدة - الانتشار - الاستقرار - البروز.

6-1. الوجهة : تشير وجهة الاتجاه إلى شعور الفرد نحو مجموعة من الموضوعات

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

6-2. الشدة: تختلف الاتجاهات من حيث الشدة، إذ نجد لشخص معين اتجاهًا ضعيفًا نحو موضوع ما، بينما

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

6-3. الاستقرار: من الملاحظ أن بعض الأفراد يستجيبون لسلم الاتجاه بأسلوب مستقر بينما نجد آخرين يعطون

إجابات مرضية لنفس الموضوع، فقد يقول فرد بأنه يعتقد أن الفقهاء محايدون وفي نفس الوقت يجادل بأن قاضيًا معينًا ليس محايدًا.

6-4. الانتشار: ويطلق عليه أيضا المدى، حيث نجد تلميذًا لا يحب أو يكره بشدة جانبًا واحدًا أو جانبيين من

جوانب المدرسة، بينما قد نجد آخر لا يحب أي شيء يتعلق بالتعليم الخاص والعام.

6-5. البروز: ويقصد به درجة التلقائية أو التهيؤ للتعبير عن الاتجاه، ويمكن ملاحظة البروز بشكل أكثر إيجابية

في المواقف عن طريق المقابلات والملاحظات التي توفر الفرص للتعبير عن الاتجاهات. (مقدم عبد الحفيظ: 1993، ص244)

7- خصائص الاتجاهات:

هناك مجموعة من الخصائص للاتجاهات تتمثل في:

- الاتجاه يشكل نمط من الردود الأفعال، فحسب **غرافيتز 1974** : فإن أهم خاصية للاتجاه هي أنه لا يشكل

رد فعل منفرد بل نمطًا من ردود الأفعال، تنطلق في مناسبات متشابهة، أي أن الاتجاه يؤدي إلى إمكانية الاستجابة

بكيفية واحدة إزاء المواضيع المتماثلة، ومن هنا تبرز ضرورة تمييز مفهوم الاتجاه النفسي عن بعض المفاهيم الأخرى

كالتعصب. (كامل محمد عويضة: 1996، ص145)

- الاتجاه سلوك مكتسب ومتعلم وليس موروث.

- الاتجاهات لا تتكون من الفراغ ولكنها تتضمن دائما علاقة بين الفرد والموضوع.

- الاتجاهات هي خصائص انفعالية .

- الاتجاه قد يكون محدد أو عام.

- يمكن التعبير عن الاتجاه إما حركياً أو لفظياً. (عبد المنعم الميلادي: 2001، ص17)

8- وظائف الاتجاه :

يرى البعض بان الاتجاه يساعد على سعادة ورفاهية الفرد وذلك من خلال قيامه بالوظائف التالية:

8-1. وظيفة معرفية تنظيمية: هذه الوظيفة تساعد الفرد على تنظيم معارف ومدرجاته لأموال والأشياء من حوله وتفسيرها ، وتحدد سلوكه، كما إن هذه الوظيفة تدفع إلى الاطلاع على كل الجوانب التي ترتبط بعمله ارتباطاً وثيقاً ، ومعرفة المحيط الذي يعمل فيه ، وهذا يساعده التكيف مع مجتمعه وبالتالي فان المعارف والمعلومات التي حصل عليها تساعده في اتخاذ موقف ما، سواء كان ايجابياً أم سلبياً تجاه ما يصادف من مواقف. (محمود سليمان: 2002، ص96)

8-2. وظيفة النفعية: تساعد الاتجاهات الفرد على انجاز أهداف معينة تمكنه من التكيف والتأقلم مع الجماعة التي يعيش فيها ، ومع الأهداف والمواقف ، لأنه يشكل اتجاهات مشابهة للاتجاهات الشخصية الهامة في بيئته ، فيشعر بالتجانس مع أعضاء الجماعة ، كما إنها تساعد الفرد على قضاء حياة ممتعة ترفع من أهمية المكافآت والثواب ، وتقلل من أهمية العقاب ، ولذا يكون الشخص اتجاه ايجابياً لتكرار المواقف التي تؤدي به إلى التعزيز والإثابة ، إما المواقف التي تؤدي إلى العقاب فيكون اتجاهها سلبياً نحوها ، والتالي يتعد عنها لاحقاً.

8-3. وظيفة التعبير عن القيم: فالاتجاهات الفرد تعبر عن مفهوم متكامل عن ذاته وتدعمه ، مما يمكنه من امتلاك قيم والتعبير عنها بشكل يحقق له الرضا.(عبد الحليم محمود السيد، طريف شوقي: 2002، ص96)

كما يضيف الزغبى "إن الفرد يسعى في التعبير عن مكانته الاجتماعية بالاتجاهات المختلفة التي يحملها ، فيكون صريحاً في هذه الحالة في التعبير عن التزامه ، وتأكيد الصفات الايجابية التي تخصه كفرد له قيمة وأخلاقه التي تميزه عن غيره مثل الصدق والصراحة والإخلاص في العمل. (الزغبى احمد محمود: 1994، ص184)

8-4. وظيفة الدفاع عن الذات: يواجه الفرد في حياته كثيراً من الضغوط ، والصراعات النفسية والاجتماعية ، لذلك يلجأ أحياناً إلى تكوين اتجاهات معينة لتبرير بعض تلك الصراعات الداخلية ، للاحتفاظ بكرامته وثقته بنفسه ، بمعنى انه يستخدم هذه الاتجاهات للدفاع عن ذاته ومصالحه وحماية شخصيته ، مثلاً الموظف الذي فشل عدة مرات في إن يرتقي وظيفياً إلى وظيفة أعلى ، سيقنع نفسه بان الوظيفة الأعلى لم تكن مناسبة لطموحاته او انه يطمح إلى شئ آخر ، او إن مسؤولي المؤسسة يحاولون إحباطه خشية من تفوقه عليهم. (بوخديمي كنة : 2002، ص18)

9- طرق قياس الاتجاه :

9-1. مقياس " بوجاردوس" 1925 Bogardus: يعتبر مقياس بوجاردوس للمسافة الاجتماعية أول مقياس وضع لقياس الاتجاهات وكانت الدراسة التي طبق فيها هذا المقياس، تستهدف التعرف على مدى تقبل الأمريكيين أو نفورهم من أبناء الشعوب الأخرى.

ويشمل هذا القياس بنود تمثل مواقف الحياة الحقيقية للتعبير عن مدى البعد الاجتماعي لقياس تسامح الفرد أو تعصبه لجماعة أو شعب معين، والشكل التالي يوضح هذا النموذج:
أحب أن:

أستبعدهم	أقبلهم	أقبلهم	أزاملهم في	أجاورهم في	أصادقهم	أزوجه
من	كزائرين	كموظفين	العمل	المسكن		منهم
وطني	لوطني	في بلدي				

الشكل رقم 1: يبين بنود تمثل مواقف الحياة للتعبير عن مدى البعد الاجتماعي لقياس تسامح الفرد أو تعصبه لجماعة أو شعب معين.

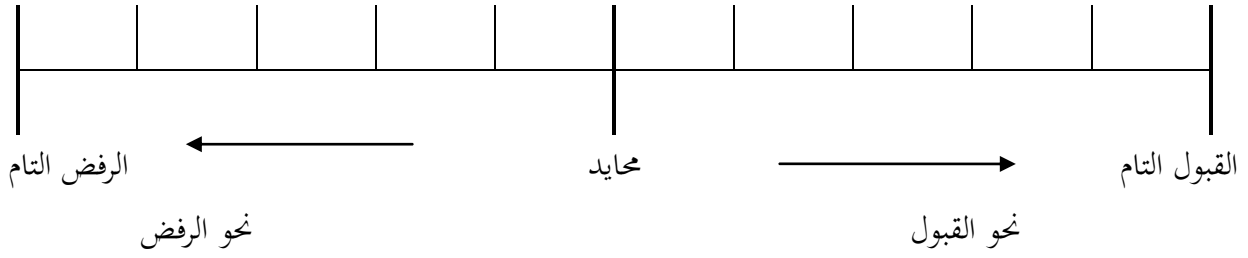
وتوضع علامة على هذا المقياس للتعبير عن الاتجاه نحو كل من الجماعات التالية:
- الزنوج - اليهود - الهنود الحمر - النازيين.

والاستجابات السبع المدرجة في الشكل تمثل مسطرة متدرجة تدل على القرب أو البعد الاجتماعي، فالاستجابة الأولى تمثل أقصى درجات القرب والاستجابة السابعة تمثل أقصى درجات البعد. (عباس محمود عوض: 1980، ص33) ويلاحظ على هذا المقياس أنه سهل التطبيق إلا أنه لا يقيس الاتجاهات المتطرفة تطرفاً كبيراً كما في التعصب الشديد، ويمكن أن يستجيب الفرد بالرفض لأكثر من عبارات المقياس وذلك لأنها ليست متعارضة أو متنافية وكذلك لمن يستجيب بالقبول.

9-2. طريقة ثيرستون:

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

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



الشكل رقم 2: يبين مفهوم الاتجاه كما يتناوله الباحثون.

ومما يؤخذ على هذه الطريقة أن المقياس يتطلب من الحكم جهداً ليحدد أوزان كل عبارة من العبارات التي بدأ بتجربتها لكي تنتهي إلى العبارات التي تكون المقياس في صورته الأخيرة. وكذلك قد يستعان بمحكمين ثم يتبين أنهم متعصبون أو متحيزون وقد تكون العبارات المتساوية البعد في نظر الحكم مختلفة بالنسبة للمفحوصين وأنه لو حصل نفس الشخصين على متوسط درجات واحد فإن هذا المتوسط يختلف بالنسبة لكل فرد منها. (حامد عبد السلام زهران: 1977، ص 153)

9-3. طريقة ليكرت : تمثل هذه الطريقة أسلوباً جديداً لقياس الاتجاه النفسي لدى الأفراد وتتخلص هذه الطريقة في أن يطلب من الأفراد توضيح درجة موافقتهم أو رفضهم لكل عبارة من عبارات المقياس حيث تتأثر الاستجابات بالبيئة التي طبق فيها المقياس وكذا ثقافة الذين يجيبون على بنود المقياس وتعبير في آخر الأمر على شدة الموافقة وشدة الرفض لموضوع الاتجاه كما يوضح الشكل الآتي:

أوافق بشدة	أوافق	لا أدري	غير موافق	غير موافق بشدة
------------	-------	---------	-----------	----------------

الشكل رقم 3: طريقة ليكرت لتصنيف الاستجابات لقياس الاتجاه النفسي.

ويتم تصحيح المواقف باعتبار أن درجة الموافقة الشديدة تمثل أعلى درجة للاتجاه ولذا فهي تحصل على درجة مقدارها (05) بينما تعطي درجة عدم الموافقة الشديدة درجة مقدارها (01) باعتبارها أقل اتجاه. (درويش زين العابدين: 1993، ص 110)

10- قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي:

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

مُجد حسن علاوي وقد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني النشاط الرياضي يمكن تبسيطه إلى مكونات أو فئات فرعية، توفر مصادر متعددة للإشباع وذات فوائد متباينة وخبرات تختلف من فرد لآخر، وقد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية التي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد. وفي رأي كنيون أن الفرد قد يتخذ اتجاهًا موجبًا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية، وقد يتخذ اتجاهًا سالبًا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى.

و الاتجاه طبقاً لمفهوم كنيون هو استعداد مركب ثابت نسبياً يعكس كل من وجهة وشدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواءً كان ظاهراً أو مجرداً، وفي ضوء هذه المفاهيم السابقة وفي إطار بعض الدراسات النظرية والتجريبية، استطاع كنيون أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني النشاط الرياضي على النحو التالي

10-1. النشاط البدني كخبرة اجتماعية :

من المفترض أن النشاط الرياضي الذي يشترك فيه جماعة من اثنين فأكثر ينطوي في نظر بعض الأفراد على قيمة اجتماعية وعلى إمكانية إشباع حاجات اجتماعية معينة، وعلى ذلك فإن النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية تسمح بإمكانية التعرف على أفراد جدد وتكوين علاقات بين الناس. (محمد حسن علاوي: 1998، ص 444-445)

10-2. النشاط البدني للصحة واللياقة :

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

10-3. النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة :

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

10-4. النشاط البدني كخبرة جمالية:

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

10-5. النشاط البدني لخفض التوتر:

قد يكون النشاط البدني في نظر البعض وسيلة لخفض التوترات الناجمة عن الإحباطات الناشئة من ضغوط الحياة العصرية، وعلى ذلك يصبح النشاط الرياضي في هذه الحالة وسيلة للترويح وقضاء وقت الفراغ، وكعامل مساعد في تفرغ الانفعالات المكبوتة وبالتالي خفض التوتر. (محمد حسن العلاوي: 1998، ص 446)

10-6. النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي:

يرى البعض أن النشاط الرياضي قد يوفر المجال لإشباع الحاجة إلى التفوق الرياضي والمنافسة الرياضية، وقد يبدو أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية المعاصرة وخاصة في مجال المستويات الرياضية العالية ترتبط بنوع من الخبرات

تدفع إلى المثابرة على التدريب الشاق وبذل الجهد وكبح جماح النفس في العديد من المواقف كما تتطلب التخلي عن كثير من المصادر التي تشبع بعض الرغبات. (محمد حسن العلاوي: 1998، ص446) ويصلح المقياس للتطبيق على المراحل السنوية ابتداءً من سن 14 سنة فأكثر للبنين والبنات.

11- عوامل المؤثرة في تكوين الاتجاهات :

هناك الكثير من العوامل التي تلعب دوراً كبيراً في تكوين الاتجاهات نلخصها فيما يلي:

11-1. الوراثة والبيئة: للوراثة اثر طفيف في عملية تكوين الاتجاهات، وذلك من خلال الفروق الفردية الموروثة

كبعض سمات الشخصية والدكاء، أما البيئة بمفهومها الواسع فتؤثر في الاتجاهات من خلال التفاعل مع عناصرها

11-2. التنشئة الاجتماعية في الأسرة: حيث تعد الأسرة المحتضن الأول لتنشئة الفرد ، ففي الأسرة يتعلم الفرد

الكثير من القيم والمبادئ والأخلاقيات، وعادة ما تكون اتجاهاته نحو الأشخاص أو الأشياء، تابعة لاتجاهات الوالدين .

11-3. المدرسة: تعتبر المدرسة هي المحتضن الثاني بعد الأسرة ، وفيها ينتقل الطفل إلى مجتمع أوسع ، نظامه

يختلف تماما عن الجو الذي اعتاده مع الأسرة ، وهناك يأتي دور المربين ببناء وصقل شخصية الفرد وتوجيه سلوكه أو تعديله.

11-4. وسائل الإعلام المختلفة: من العوامل المؤثرة في تكوين الاتجاهات ووسائل الإعلام المختلفة من خلال ما

تقدمه حقائق وأفكار ، ومعارف قد تكون غائبة عن الفرد ومنها على سبيل المثال الدعاية والإعلام .

11-5. المجتمع المحيط بالفرد: له تأثير في تكوين الاتجاهات من خلال السلوكات والمعاملات ، والعادات

والتقاليد والقيم وغير ذلك.

11-6. جماعة الأصدقاء والأقران: تؤثر هذه الجماعة في الاتجاهات، ففي الحديث الذي رواه أبو هريرة عن

النبي ﷺ "الرجل على دين خليله فلينظر أحدكم من يخال". (الدمشقي الإمام أبي بكر زكريا: 1998، ص114)

ولاشك بان الفرد يتأثر بآراء وأفكار واتجاهات أصدقائه وأقرانه، ويتضح هذا التأثير ابتداء من مرحلة ما قبل المراهقة وحتى سن الجامعة. الخبرات والتجارب الشخصية التي مر بها الفرد واكتسبها من خلال عمله وعلاقته بالآخرين.

11-7. دور العبادة: لدور العبادة تأثير كبير في تكوين الاتجاهات باعتبارها أماكن للعبادة والإرشاد الديني

ولا يخفى تأثيرها على احد، فهي تؤثر في تكوين الاتجاه وفي تعديل السلوك. (مرعي توفيق، بلقيس احمد: 1982، ص13)

12- النظريات المفسرة للاتجاه:

هناك مجموعة من النظريات الكبرى التي حاولت تفسير الاتجاه، ولكل نظرية من هذه النظريات توجهها ورؤيتها في هذا التفسير سنشير إلى بعض منها وذلك على النحو التالي:

1-12. نظرية التحليل النفسي: تؤكد هذه النظرية أن لاتجاهات الفرد دور حيوي في تكوين الأنا، وهذا الأنا يمر بمراحل مختلفة ومتغيرة من النمو منذ الطفولة إلى مرحلة البلوغ، متأثر بذلك بمحصلة الاتجاهات التي يكونها الفرد نتيجة لخفض أو عدم خفض توتراته، وان اتجاه الفرد نحو الأشياء يحدد دور تلك الأشياء في خفض التوتر الناشئ عن الصراع الداخلي بين متطلبات أهو الغريزية، وبين الأنا الأعلى (الأعراف، المعايير، القيم الاجتماعية...) إذ يتكون اتجاه إيجابي نحو الأشياء التي خفضت التوتر، واتجاه السلبي نحو الأشياء التي صنعت خفض التوتر.

— ويمكن الاتجاهات الفرد إن تتغير إذا ما تم دراسة ميكانيزمات الدفاع لديه، والحلول التي تقدمها، وكذلك الأعراض التي من خلالها يخفض من توتراته، ويتم إخضاع الفرد لتحليل النفسي. (احمد عبد اللطيف: 2001، ص52)

2-12. النظرية المعرفية:

تؤكد النظرية المعرفية أن الأفراد يسعون دائما إلى تحقيق الترابط والتماسك ، وإعطاء معنى لأبنيتهم المعرفية أي يسعون إلى تأكيد الاتساق فيما بين معارفهم المختلفة، وبالتالي فإن الفرد لن يقبل إلا الاتجاهات التي تتناسب مع بنائه المعرفي الكلي، كذلك يرى المنظرون المعرفون أن السعي الدائم والمستمر من جانب الفرد لتحقيق هذا الاتساق المعرفي يعتبر دافعا أوليا يتحدد على ضوءه ما يمكن أن يتبناه الفرد، من اتجاهات نفسية نحو الموضوعات المختلفة، وما يوضح ذلك ما جاء في نظرية " ومؤداها : "Festinger" فستنجر " ل التنافر المعرفي

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

3-12. نظرية التعلم الاجتماعي:

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

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

فإن ذلك سوف يمثل تدعيمًا له، وبالتالي يميل لأن يتلقى دروبًا أخرى فيما بعد في هذا العالم، كذلك فإن الاتجاهات يمكن تعلمها من خلال التقليد،

فالشخص يقلد الآخرين، وخاصة إذا كانوا أقوىاء أو ذوي أهمية بالنسبة له فالأطفال يقلدون الكبار وخاصة الوالدين، والمراهقين يقلدون أصدقائهم أو من يعتبرونهم قدوة. (زين العابدين درويش: 1993، ص 101-104)

و الخلاصة أن نظريات التعلم تؤكد أن الترابط والتدعيم والتقليد هي الآليات أو المحددات الأساسية في تعلم واكتساب الاتجاهات وأن الآخرين هم مصدر هذا التعلم، وأن اتجاه الفرد أو التلميذ في صورته المتكاملة يتضمن كل الرابطات والمعلومات التي تراوحت عبر كل ما تعرض له من خبرات سابقة. (زين العابدين درويش: 1993، ص104)

خلاصة:

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

وقد تبين من كل ما استعرضناه فيما يخص الاتجاهات، أهميتها في توجيه سلوك التلميذ وإثارة دافعي، حيث تشكل مكون هاماً في العملية التعليمية من مدرسين و أولياء أمور من أجل المساهمة في تشكيل اتجاهات إيجابية للتلاميذ نحو حصة التربية البدنية والرياضية .

تمهيد:

تحتل التربية البدنية والرياضية مكانة هامة في المنظومة التربوية، لا يمكن تجاوزها أو الاستغناء عنها في حياة التلميذ، خاصة وانه يمر بمرحلة هامة في حياته وهي المراهقة وما تتضمنه من تربية وتنمية وصقل لكل مركباته البدنية، النفسية، الفكرية، والاجتماعية.

لذا أولتها وزارة التربية الوطنية العناية الكاملة، وأدرجتها كمادة تعليمية في جميع مراحل التعليم حتى تأخذ مكانتها وتلعب دورها المنوط بها تحت مسمى حصة التربية البدنية والرياضية.

وإدراج هذه النشاطات البدنية والرياضية، لا يتنافى مع النظرة الشاملة للتعليم، المبنية على تطوير قدرات التلميذ واكتساب كفاءات له، لتجسد المغزى الأساسي الذي يعتبر التلميذ وحدة متكاملة ومتداخلة بعيدا عن التصنيفات التي ترى انه جسم وعقل كل على حدا، لأنه لا يمكن أن ننمي الواحد دون الآخر نظرا لارتباطهما معا.

ونظرا لأهمية التربية البدنية والرياضية (حصة التربية البدنية والرياضية) بصفة عامة وفي مرحلة التعليم المتوسط فإننا عمدنا إلى تناولها بشكل مفصل من تعاريف للتربية البدنية وحصة ودرس التربية البدنية والرياضية وأهدافها وكذا تأثيرها على مرحلة المراهقة.

1- تعريف التربية:

عند أفلاطون: هي أن يصبح الفرد عضوا صالحا في المجتمع الذي ينتمي إليه، فتربية الفرد المرء ليست غاية لذاتها وإنما غاية للغاية الكبرى وهذه الأخيرة هي نجاح المجتمع لذلك فهو يقول "إن التربية هي إعطاء الجسم والروح كل ما يمكن من الجمال والكمال كي يكون الإنسان عنصرا فعالا وبناءا في مجتمعه".

عند أرسطو: إن الغرض من التربية في نضره يتلخص في أمرين اثنين هما:

- الأمر الأول: أن يقدر الفرد على عمل كل ما هو مفيد وضروري في الحرب والسلام.

- الأمر الثاني: أن يقوم الفرد بكل ما هو نبيل من الأعمال وبذلك يصل إلى السعادة.

عند العلماء المحدثين: لقد أعطاهم العلماء عدة تعاريف في العصر الحديث ومن هذه التعاريف: " التربية عملية نمو الفرد وهذا يعني إن الطفل يتربى وينمو تدريجيا في جسمه وعقله وأخلاقه". (رابح تركي: 1989، ص18).

2- ماهية التربية البدنية والرياضية:

2-1. مفهوم التربية البدنية والرياضية:

باعتبار التربية البدنية جزء لا يتجزأ من التربية العامة نجد تطورها عبر التاريخ والعصور قد خضع لنفس المؤثرات التي خضعت لها التربية العامة، حيث اختلفت وتطورت حسب تطور الحضارات والثقافات باختلاف النظم الاقتصادية والسياسية للمجتمعات، ويفهم كثير من الناس التربية البدنية والرياضية فهما خاطئا لذلك من الواجب العمل على توضيح المقصود بهذا التعبير في صفوف الطلبة والتلاميذ، فبعض الأفراد يعتقدون يعتقدون أن التربية البدنية والرياضية هي مختلف الألعاب والرياضات وآخرون يفسرونها على أنها لون من ألوان الترفيه داخل المؤسسات التربوية... الخ. (قاسم حسن البصري: 1979، ص105).

وتعرف أيضا: "التربية البدنية هي جزء من التربية العامة تشغل دوافع النشاطات الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنميته من الناحية العضوية، التوافقية، العقلية، والانفعالية هذه الأعراض تتحقق حينما تمارس أوجه التربية البدنية سواء كان ذلك في الملعب أو في حمام السباحة أو في قاعة التدريب".

تعريف نيكس: "التربية هي ذلك الجزء من التربية العامة الذي يختص بالأنشطة القوية والتي تتضمن عمل الجهاز العضلي وما ينتج من اشتراك هذه الأوجه من النشاط مع تعلم كل الأوجه".

كما تعرف: "التربية البدنية الرياضية جزء من التربية العامة هدفها تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق هذا الهدف". (أمين أنور الخولي: 1998، ص35)

تعريف عبد الفتاح لطفي: "هي إحدى صور التربية أي أنها الحياة والمعيشة بذاتها ولا بد من ممارسة أنشطتها لسبب ما تبعثه فينا من شعور الرضا والارتياح". (مُجد سعيد عزمي: 1996، ص12)

ويقول كويل: "التربية البدنية هي العملية الاجتماعية لتغيير سلوكيات الكائن البشري الناشئ أساسا استشارة اللعب من خلال أنشطة العضلات الكبيرة وما يرتبط بها من نشاط". (مُجد الحمامي: 1990، ص19-20)

ومهما تعددت التعاريف إلا أنها تشترك في أن التربية البدنية والرياضية عنصر من عناصر التربية وعلاقتها بالتربية هي علاقة الجزء بالكل. فهي تعمل على تعديل سلوك الفرد عن طريق أوجه النشاط المختلفة. (سعيد العزمي: 1996، ص12)

3- حصة التربية البدنية والرياضية:

1-3. مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية :

إن الحصة هي "الشكل الأساسي الذي تتم فيه عملية التربية والتعليم في المدرسة".

وحصة التربية البدنية والرياضية ينطبق عليها نفس المفهوم، وذلك من خلال مزاوله الأنشطة الرياضية في المدرسة، وتتميز بعدة خصائص فهي "محددة زمنيا تبعا للقانون المعمول به، كما أنها جزء من وحدة متكاملة وهي المنهاج الذي تؤدي فيه الحصة وظيفة هامة". (ناهد محمود سعد ونبلي رمزي فهمي: 2004، ص61) وهي عنصر هام تؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على تحقيق الأهداف المسطرة.

وتعرف في المنهاج الرسمي على أن "الحصة التي يتم فيها تطبيق الهدف الإجرائي للدرس وتستدعي معايير التنفيذ المرتبطة بالسلوك المنتظر الذي يتم تفعيله في وضعيات تعلم مناسبة (الحالات التعليمية) للهدف الإجرائي في إطار نشاط فردي أو جماعي، يستدعي مهارات حركية وتصرفات كافية مناسبة لهذه النشاطات كدعامة للعمل". (اللجنة الوطنية للمناهج: 2003، ص91)

إن هذا التعريف يتضمن مختلف المتغيرات المؤثرة بشكل أساسي في عملية التعلم خلال حصة التربية البدنية والرياضية، والتي تستعمل بشكل تكاملي في سبيل تحقيق هدف الدرس.

فدرس التربية البدنية والرياضية هو اللبنة الأساسية أو الوحدة المصغرة التي تبنى وتحقق بتتابع واتساق محتوى المنهاج، وتنفيذ درس التربية البدنية من أهم واجبات المدرس، فلكل درس أغراضه التعليمية من المنظور السلوكي (حركي، معرفي، وجداني) وتتكون الوحدة التعليمية من عدد من دروس التربية البدنية. (أمين أنور الخولي وجمال الدين الشافعي: 2000، ص33)

3-2. درس التربية البدنية والرياضية:

إن درس التربية البدنية والرياضية كغيره من الدروس المنهجية الأخرى، له دور فعال ومميز في تحقيق الأهداف التربوية، حيث يمثل الجزء الأهم من مجموع أجزاء البرنامج المدرسي للنشاط الرياضي التربوي، ومن خلاله تقدم كافة الخبرات والمواد التعليمية التي تحقق أهداف المنهج، ويفترض إن يستفيد منه كل التلاميذ، ونظرا للطبيعة التعليمية للدرس يجب أن يراعي فيه المدرس كافة الاعتبارات المتعلقة بطرق التدريس والوسائل التعليمية والتدرج التعليمي للخبرات المتعلقة بطرق القياس والتعليم.

3-3. تعريف درس التربية البدنية والرياضية:

يمثل الجزء الأهم من مجموع أجزاء البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية من خلال تقديم كافة الخبرات والمواد التعليمية التي تحقق أهداف المنهج.

كما انه يعتبر وسيلة هامة في تكوين الفرد، بحيث أن الحركات البدنية التي يقوم بها التلميذ في حياته اليومية على المستوى التعليمي البسيط في إطار منتظم ومهيكل تعمل على تحسين وتنمية الجسم ومكوناته من كل النواحي العقلية، والنفسية، الخلقية الصحية، وهذا لضمان تكوينه وانسجامه في مجتمعه، وان أفضل الطرق لاكتساب هذه الصفات وتنميتها هو الممارسة. (حسن السيد معوض: 1977، ص65)

كما يعتبر درس التربية البدنية والرياضية في البرنامج الدراسي وهو أساس كل مناهج للتربية البدنية، كما يراعي حاجات التلاميذ بالإضافة إلى ميولهم ورغباتهم. (غسان الصادق: بدون سنة، ص209)

3-4. التخطيط اليومي للدرس:

يعتبر التخطيط للدرس من الأشياء الضرورية التي يجب على المدرس أن يقوم بها حتى ينجح في تريب أفكاره وصياغتها صياغة جيدة، ويقول عبد الرحمان بن بريكة: "يعتبر التخطيط للدرس من المهارات الأساسية بالنسبة للمدرس لان إتقان تلك المهارة يتطلب إجادة الكثير من مهارات التدريس"

ويضيف جابر عبد الحميد بهذا الخصوص قائل: "إن التخطيط الجيد للدرس يأخذ في الاعتبار إيجاد البدائل المتنوعة التي تسير العملية التعليمية، مما يوفر المرونة الكافية للمعلم أثناء الممارسة فالخطة تجعل نشاط المعلم هادفا وغير عشوائي". (عطاء الله احمد: 2006، ص51، 50)

3-5. بناء درس التربية البدنية والرياضية:

لقد اختلفت وجهات النظر حول بناء درس التربية البدنية والرياضية ولكن رغم هذا فان أغليبتهم يقسمونه إلى ثلاث أقسام هي:

➤ القسم التحضيري:

ويتضمن هذا الجزء ما يلي: الأعمال الإدارية، الإحماء (الإعداد البدني) إذ إن جميع الألعاب والنشاطات الرياضية والتمارين التي تبرمج خلال هذه المرحلة ما هي إلا تحضير وتسخين وإعداد للمرحلة الموالية وتهدف إلى:

تهيئة الجسم إلى تحمل جهود المرحلة الأساسية (تهيئة الجهاز التنفسي الجهاز الدموي... الخ) مثل لعبة المطاردات أو التداول بالسرعة.

تنمية بعض جوانب اللياقة البدنية (القوة، السرعة، التحمل) أو مهارات التوافق الحركي (مهارة التحكم في التنقل).

➤ القسم الرئيسي:

ويتمثل النشاط التعليمي الذي يقدم المهارات والخبرات الواجب تعلمها سواء أكانت اللعبة فردية أو جماعية، وطريقة التعلم تلعب دور كبير في استيعاب التلاميذ للمادة المعلمة وهي تعبر عن أسلوب الإيضاح أو استخدام الطريقة الكلية والجزئية.

أما النشاط التطبيقي فيهدف إلى تطبيق ما تعلمه من الجزء النشاط التعليمي وذلك بتقييم تلاميذ القسم، ويبدأ التلاميذ بالتمرين والتدريب ثم البدء في الإحماء: الإحماء العام الذي يتمثل في التمرينات والألعاب بقصد تهيئة أجهزة الجسم حسب طبيعة الحصّة تحت إشراف وتوجيه الأستاذ الذي يكون شغله الشاغل هو مراقبة المجموعة وتصحيح الأخطاء وإبداء النصح من خدمة أهداف الحصّة.

➤ القسم النهائي:

يهدف هذا القسم إلى تهدئة أجهزة الجسم الداخلية وإعادتها بقدر الإمكان إلى ما كانت عليه سابقا ويتضمن هذا الجزء تمرينات التهيئة بأنواعها كتمرينات التنفس، والاسترخاء، والألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ، وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بإجراء تقويم النتائج التربوية ويشير إلى الجوانب الايجابية والسلبية والأخطاء التي حدثت أثناء الدرس، وختام الدرس يكون شعار القسم أو نصيحة الختامية. (عباس احمد السمراي: 1984، ص36)

4- أهمية درس التربية البدنية والرياضية:

يرى قاسم المندلاوي وآخرون إن للتربية البدنية الرياضية مكانة كبيرة في عملية بناء شخصية التلميذ وتطويرها بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا، ويحتاج التلاميذ إلى الحركة واللعب لكي تنمو وتتكامل أجهزتهم الداخلية وتكيف لكامل الاحتمالات والظروف الحياتية والعملية لاكتساب المناعة والمعارضة ضد الأوبئة والأمراض وتعد التربية البدنية والرياضية الوسيلة الأساسية لبناء وتكوين شخصية التلميذ النفسية الاجتماعية من خلال درس التربية البدنية والرياضية.

وفي الوحدات التدريسية في المدرسة يتعلم التلميذ الكثير من الصفات النفسية والتربوية والاجتماعية مثل: التعاون، الاحترام، الالتزام بتطبيق القوانين والتعليمات والنظام وتنفيذ الأوامر والإشارات وغيرها ولما كانت التربية الرياضية تعد الركن الأساسي لتطوير مكانة مهارات التلميذ لذا وجب الاهتمام بمادتها وما تحتاج إليه من إمكانيات ومتطلبات بشرية ومادية من مساحات وأجهزة وأدوات وبرامج ومناهج حديثة. (قاسم المنلاوي وآخرون: 1990، ص98)

5- أهداف درس التربية البدنية والرياضية:

التربية البدنية و الرياضية عبارة عن عملية واسعة الشمول، متعددة الجوانب لأنها تشمل حياة الإنسان المادية و المعنوية فهي مقسمة إلى ثلاثة أقسام: تربية بدنية، تربية خلقية، و تربية فكرية و فصل إحداهن خطأ لأن كل قسم مكمل للآخر و بذلك نستطيع القول بأن التربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية ليست شيئاً مضافاً إلى البرنامج المدرسي بل تعتبر هامة جدا بحيث توجه التلميذ توجيهها صحيحا يكتسب من خلال المهارات اللازمة و يشارك في النشاطات التي تفيده صحيا ، بدنيا وعقلياً فمن الناحية الصحية فهي تساهم في التكوين الصحيح و السليم لمختلف وظائف الجسم و المتمثلة في سلامة الجهاز الدوري و التنفسي و العصبي العضلي، وسلامة العظام أيضاً إما من ناحية التطور الحركي فهي تساعد المراهق على الشعور بجسمه و تحسين قدراته السيكلوجية. (أمين أنور الخولي: 1996، ص22)

- أما من الناحية الاجتماعية فالتربية البدنية و الرياضية تسعى إلى تنمية الروح الاجتماعية للتلميذ والمتمثلة في حسن التعامل مع الآخرين و معرفة الحقوق والواجبات التي يلتزم بها الفرد إزاء مجتمعه و تقبل القوانين والإحساس بالمسؤولية ونستطيع صياغة هذه الأهداف في ثلاث مجالات أساسية هي:

5-1. أهداف المجال المعرفي:

الأنشطة البدنية تساعد التلميذ على تحسين القدرات الإدراكية و التفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية و المسائل التي تطرحها من تركيز و يقظة و سرعة الاستجابة و التصور الذهني لمواقف اللعب كما يمكن المراهق من أن يكتسب المعارف التالية :

- كيفية ممارسة و تطبيق قوانين اللعب .
- التعرف على تاريخ الأنشطة البدنية و الرياضية .
- فهم معنى التربية و تأثيرها على الجسم من الناحية التشريحية و الفسيولوجية

5-2. أهداف المجال الحسي الحركي:

في هذا المجال تهدف التربية البدنية و الرياضية إلى تطوير المهارات و القدرة البنية في التعليم الثانوي و يجب مساعدة التلميذ على اكتساب و تحسين القدرات التالية :

- إدراك التلميذ لجسمه جيدا و تعلمه تدريجيا حركات متزايدة الصعوبة كفنيات الوثب العالي مثلا :
- يكتسب سلوكات حركية منسقة و متلائمة مع المحيط في كل الوضعيات الطبيعية كالمشي والجري ومن خلال الوضعيات الأكثر تعقيدا كاجتياز الحواجز وملامسة الأجهزة التربوية .
- التحكم في الفنيات الحركية القاعدية و الوضعيات التكتيكية البسيطة المبرمجة في المؤسسة .
- اكتساب القدرات البدنية كالسرعة ، القوة ، المرونة ، المقاومة ، ... الخ.
- تعليمه كيفية توزيع جهده و تناوب فترات الراحة و العمل .
- تعلمه كيفية الاسترجاع والراحة بطرق سليمة .

3-5. أهداف المجال الاجتماعي العاطفي:

- تتميز مادة التربية البدنية و الرياضية عن باقي المواد الأخرى بالعلاقات الديناميكية المبنية على المساعدة والتعاون والمنافسة و لهذا الأساس يجب إعطاء التلميذ الفرصة لاتخاذ المواقف و التحكم في القدرات التالية :
- حب النشاط البدني الرياضي و امتلاك الرغبة و القدرة على بذل الجهد قد تعود على التدريب باستمرار.
- دمج في الفوج عن طريق مشاركته في النشاط البدني و التقمص التدريجي لمختلف الأدوار .
- تهذيبه خلقيا بتقبل القوانين واحترامها و تطبيقه للقوانين داخل الفوج و تجاه الزميل (التحلي بالروح الرياضية) .

- تعبيره عن انفعالاته بطريقة ايجابية بالفرح و الارتياح أثناء ممارسة النشاط و تقبل الهزيمة. (مناهج السنة الأولى من التعليم المتوسط: 2003، ص78)

6- العوامل التي تساعد الفرد في الإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي:

- من أهم العوامل التي تساهم في تشكيل دوافع الفرد للإقبال على ممارسة النشاط الرياضي ما يلي:
- المتطلبات الأساسية لحياة الفرد وأثر البيئة التي يعيش فيها.
- الحياة العائلية للمراهق واتجاه الوالدين نحو النشاط الرياضي.
- التربية الرياضية في المرحلة الدراسية الأولى وما يشتمل عليه من مثيرات ومنبهات.
- التربية البدنية في الساحات والمؤسسات والأندية الرياضية.
- المهرجانات والمنافسات الرياضية.

- الوسائل الإعلامية للتربية البدنية والرياضية سواء عن طريق الصحف أو المجلات أو التلفزيون أو غيرها.

- التشريعات الرياضية والإمكانيات التي تتيحها الدولة للتربية البدنية والرياضية. (زحاف مُجد: 2001، ص 57)

7- الدوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي:

تعددت الآراء في تحديد مفهوم الدافع، إلا أن ما يهمننا في مجالنا هذا هو أن الجميع تقريباً اتفقوا على أن الدافع، سواء كان مثيراً واستعداداً داخلياً أو حاجة فهو السبب الأساسي في السلوك ومع ذلك نشير إلى بعض الآراء المختلفة في تعريف الدافع، "مُجد حسن علاوي" بتعريفه للدافع: "حيث يقصد بالدوافع الحالات أو القوى الداخلية التي تحرك الفرد وتوجهه لتحقيق هدف معين. (مُجد حسن علاوي: 1992، ص 145)

أما "عفاف عبد الكريم" تعرف الدافع على أنه عامل وجداني تربوي (انفصال حركي) من شأنه تحديد اتجاه سلوك الفرد نحو غاية أو غرض، سواء كان الفرد مدركاً لذلك عن وعي أو دون وعي، والدوافع هي الحاجات، وهي تساعد على تحريك الفعل للعمل. (عفاف عبد الكريم: 1993، ص 188) إلى :

- دوافع غير مباشرة.

- دوافع مباشرة.

7-1. الدوافع المباشرة لممارسة النشاط البدني الرياضي:

يمكن تلخيص هذه الدوافع فيما يلي:

- الإحساس بالرضى والإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي.

- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.

- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوباتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة والقوة والإرادة.

- الاشتراك في المنافسات (المباريات) الرياضية التي تعتبر ركناً هاماً من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط من خبرات انفعالية متعددة.

- تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز

7-2. الدوافع غير المباشرة لممارسة النشاط البدني الرياضي:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط البدني الرياضي.

- ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج فقد يجيب الفرد (المراهق) بأنه يمارس النشاط الرياضي لأنه يساهم في زيادة قدرته على أداء عمله ورفع مستوى إنتاجه في العمل.

- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي لأنه كان من الضروري حضور حصص التربية البدنية والرياضية بالمدرسة لأنها إجبارية وتدخل ضمن الجدول الدراسي.
- الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به التربية البدنية والرياضية، إذ يرى المراهق أنه يريد أن يكون رياضياً يشترك في الأندية والفرق الرياضية ويسعى إلى الانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها. (محمد حسن علاوي: 1992، ص162)

8- برامج الأنشطة الرياضية في المرحلة المتوسطة:

- أنشطة والعب فردية، زوجية، جماعية.
- تمارين فنية اقاعية للبنات.
- ألعاب القوى: عدو، وثب طويل، وثب عالي، تتابع، رمي أوزان خفيفة.
- قياسات المستوى المهاري والبدني.
- تمارين للصفات البدنية الخاصة تحمل القوى، القوة المميزة بالسرعة... الخ
- أنشطة ترويجية - نشاط مدرسي داخلي وخارجي.
- أنشطة مائية إذا توفر حمام السباحة. (ناهد محمود سعد ونبلى رمزي فهم: 1998، ص213)

9- أهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة:

تهدف التربية البدنية والرياضية الى تكوين الأفراد تكويناً شاملاً ، من النواحي الشعورية ، والسلوكية ، والاجتماعية ، والعقلية والبدنية وتتجه التربية البدنية والرياضية نحو اتباع رغبات الفرد في البناء الطبيعي على ان يتميز هذا النشاط بادراك الفرد لأغراضه ، وان يتناسب مع مرحلة نموه واحتياجاته وان يشبع رغباته في جو صحي . (فايز مهنا: 1985، ص50)

9-1. الناحية البدنية:

تحسن قدرات الفرد الفيزيولوجية والنفسية المحركة ،لتسييرها من خلال التحكم الأكبر في البدن وتكييف تسييره مع البيئة ،وذلك لتسهيل تحويلها بواسطة تدخل ناجح منظم تنظيمياً عقلاًنياً . (محمد عوض البسيوني: 1987، ص24)

تنمية وتطوير القوى المختلفة للعقل عن طريق تدريبه بانتظام على صفة التفكير الصحيح وتمتعه بالخيال الخصب والذاكرة القوية ،وتطوير المقدرة والعادات الحركية والخلقية والنشاطات الفكرية.

9-2. الناحية الخلقية:

التربية البدنية خير وسيلة يمكن استغلالها لتطوير التربية الخلقية فمن خلالها يمكن غرس وتمرير مختلف الصفات الأخلاقية والنفسية الجيدة.

9-3. الناحية الصحية:

التربية البدنية والرياضية مقدرة صحية يحصل عليها الطفل في هذه المرحلة تعد من الضروريات الصحية الاساسية لتطوير نموه وكذلك تطوير العملية الرياضية. (محمد النظالي: 1974، ص11)

9-4. الجانب الاجتماعي:

تعزز التربية البدنية والرياضية بين الأفراد في القسم الواحد والمؤسسة كما تساعد التلميذ على التغلب على الذات وتنمي معنى النظام مما يؤدي إلى فهم المسؤولية والواجب والدور، وتساعد أيضا على إزالة الفوارق الطبقية بين التلاميذ وتعد ملجأ للراحة والاسترخاء البدني والذهني.

9-5. الجانب النفسي:

تساعد التربية البدنية والرياضية على النمو النفسي المتزن عن طريق احترام مختلف التغيرات النفسية الخاصة بهذه المرحلة مثل معرفة الذات ، التكيف ، التفاعل مع المحيط ومحاولة توجيهها نحو تربية نفسية صحيحة وسليمة.

وتشمل هذه الأهداف على ما يلي:

- تنمية الكفاءة البدنية والمحافظة عليها.
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.
- ممارسة العادات الصحية السليمة.
- إتاحة الفرصة للناخبين من الطلاب للوصول إلى مراتب البطولة.
- تنمية الحواس.
- تنمية القدرة على الدقة والتفكير.
- تنمية الثقافة.
- تنمية الصفات الخلقية والاجتماعية المنشودة.
- تنمية صفات القيادة .
- إعداد التلميذ للتكيف بنجاح مع المجتمع.
- إتاحة الفرصة للتعبير عن النفس والابتكار وإشباع الرغبة في المخاطرة حتى ينمو الطالب نموا نفسيا واجتماعيا متكاملًا. (عدنان درويش جلود: 1994، ص ص، 29-30)

10- أهمية التربية البدنية والرياضية لتلاميذ المرحلة المتوسطة:

لقد تحددت أهمية التربية البدنية والرياضية فيما يلي:

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلاميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية، ووضع القواعد الصحيحة لممارستها داخل المدرسة وخارجها.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، المرونة، الرشاقة، التحمل والتنسيق.
- التحكم في القوام في حالتي الحركة والسكون.
- اكتساب المعارف والمعلومات والحقائق على أسس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية والفيزيولوجيا والبيوميكانيكية.
- تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق والمحترم.
- التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.
- تنمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة اللاصفية. (مُجد عوض بسيوني: 1987، ص95)

11- المبادئ الأساسية لإنجاز حصة تعليمية :

- وهي مختلف الأسس التي يجب مراعاته لنجاح الحصة وهي كما يلي:
- تكون مشتقة من الوحدة التعليمية، وتستجيب لهدف تعليمي ينجزه الأستاذ.
- تستدعي سلوكيات التلاميذ الخاضعة للملاحظة والتقييم
- تستدعي تصرفات تربوية من طرف الأستاذ.
- استعمال وسائل عمل حسب الإمكانيات المتاحة تناسب وطبيعة التعلم .
- المزج بين المهارات الفنية الرياضية والسلوكيات المراد تحقيقها في إطار تنمية الكفاءة المنتظرة .
- تستجيب لظروف الإنجاز المطابقة لحقيقة الميدان وخصائص النشاط ، ومؤشرات الكفاءة المنتظرة.
- تستدعي العمل النشط والحيوي والمشاركة الفعلية للتلميذ .
- تستجيب لرغبة التكامل وخدمة المواد التعليمية الأخرى، وتساعد على التطلع والاكتشاف والتجربة. (اللجنة الوطنية للمناهج : 2003، ص140)
- بالإضافة إلى المبادئ المذكورة، يجب الأخذ بعين الاعتبار طبيعة وخصائص التلاميذ الذين سوف يتم تعليمهم ، وفقا لمبدأ مراعاة الفروق الفردية.

12- توجيهات خاصة بمختلف مراحل التعليم في الطور المتوسط :

- توجيهات خاصة بالسنة أولى وثانية متوسط:
- تعطى الأولوية خلال هذه المرحلة إلى البحث في الحركات ودقتها وتطويرها انطلاقا من الحركات القاعدية المكتسبة خلال مرحلة التعليم الابتدائي .

• اختيار حالات تعليمية ذات طابع نشيط ، سياقها الألعاب الهادفة التي تسمح بلعب الدور الإدماجي ، الذي يستدعي التعاون والتضامن ويكون الحافز للعمل.

➤ توجيهات خاصة بالسنتين الثالثة والرابعة:

• تمتاز هذه المرحلة بارتفاع شدة العمل استجابة لاهتمامات التلميذ المتزايدة والمطالب بالقيام بأكثر جهد وأكبر مردود في العمل ، مما يستلزم الارتفاع في نسبة العمل وسرعة تنفيذه ومضاعفة ديناميكية ووتيرة الجهد.

• يسعى التلميذ خلال هذه المرحلة إلى تأكيد مكانته في الجماعة التي ينتمي إليها، ويشعر بالنمو السريع الذي يؤثر على تصرفاته والتي تدفعه إلى ارتكاب أخطاء عشوائية وغير مقصودة ، مما يجعله يرتبك عند مواجهة مشكل في ميدان الممارسة، ففي هذه الحالة يحتاج إلى سند يتمثل في اختيار حالات تستدعي الاستقرار والتوازن والطمأنينة. (اللجنة الوطنية للمناهج : 2003، ص 96-97)

13- أهداف الأنشطة الرياضية المقدمة في حصة التربية البدنية والرياضية:

➤ الأنشطة الجماعية:

• التعلم عن طريق الأنشطة الجماعية يهدف إلى تنمية المعاشية الجماعية ، بحثا عن تدعيم قدرات الاتصال والتكيف الجماعي ، التوازن ، احترام الغير... الخ.

• تجد هذه القدرات مداها في مختلف مستويات الكفاءة المصاغة والمترجمة في المشروع البيداغوجي ، عن طريق أهداف تتماشى والصفات الحميدة المراد غرسها وتنميتها لدى التلميذ، والمتمثلة في لعب أدوار إيجابية ونشطة ضمن الجماعة التي ينتمي إليها.

➤ الأنشطة الفردية:

تساهم في تنمية الاستقلالية لدى التلميذ(التيسير الذاتي) وشعوره بروح المسؤولية ، وأخذ المعلومات اللازمة للقيام بمهام مسندة إليه.

كما تسمح هذه النشاطات بتنمية قدرات التنقل الصحيح في فضاءات مميزة ، وقدرة تنسيق الحركات البسيطة والشبه معقدة وربطها في الزمان والمكان، والتمكن من تقديرها كمنتوج صحيح وهادف. (اللجنة الوطنية للمناهج : 2003، ص 107)

14- دور حصة التربية البدنية والرياضية في الحد من التقلبات السلوكية للمراهق:

تلعب حصة التربية البدنية والرياضية دورا هاما في التقليل من السلوكيات الغير مرغوب فيها والصادرة من التلميذ في مرحلة المراهقة ، هذا بفضل حنكة الأستاذ وأساليب تعامله معه من خلال:

- توفير مجموعة كبيرة من الألعاب والرياضيات في البرنامج الدراسي.
- توفير الوقت العملي الكافي لتحسين الأداء المهاري .

- استغلال حب التلاميذ للأبطال المشهورين في تحسين الأداء المهاري .
 - استخدام أساليب التدريس الحديثة (حل المشكلات، الوسائط المتعددة...) .
 - العناية بالفروق الفردية.
 - إعطاء أهمية لكل مايقوم به التلميذ المراهق من نشاط.
 - توقع ظهور سلوكيات غير طبيعية كونها عفوية من أثر اللعب .
 - العمل على إدماج التلاميذ المنعزلين عن الفوج أو جماعة العمل .
 - تجنب الإرهاق والعمل الممل الخالي من المتعة والمنفعة .
 - إعطاء الأولوية للعمل النوعي قبل العمل الكمي .
 - السهر على غرس روح الاجتهاد والمثابرة والتمسك بالأخلاق الحسنة. (اللجنة الوطنية للمناهج : 2003، ص 101)
- إن ما يصدر من سلوكيات من طرف المراهق، سواء كانت إيجابية أو سلبية فهي ناتجة من مختلف المؤثرات الفسيولوجية والنفسية، وكذلك المثبرات الخارجية المحيطة بعملية التعلم.

خلاصة:

انطلاقا مما تناولناه في هذا الفصل توصلنا الى ان لحنة ودرس التربية البدنية والرياضية اهمية ودور كبير في حياة التلميذ في المؤسسات التعليمية حيث انها تركز على صحة التلميذ فكريا بدنيا ونفسيا واجتماعيا، فهي حلقة الوسيط في العملية التربوية والتعليمية لانها تخاطب العقل والجسم مع الجانب النفسي للتلميذ وبالتالي تبرز اهميتها في مرحلة المتوسط ، حيث تكتسي طابع جد مهم نظرا لان التلميذ في هذه المرحلة يكون في سن المراهقة ، وهو في حاجة الى عناية عقلية ونفسية واجتماعية وبدنية ، وحنة ودرس التربية البدنية والرياضية يلعب هذا الدور المهم اذا ما طبق بالشكل الصحيح.

تمهيد:

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

فالمراهقة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان وأصعبها لكونها تشمل على عدة تغييرات عقلية وجسمية، إذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنتظم وقلة التوافق العضلي العصبي، خاصة المراهقة المبكرة (12-15)، بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل. وعلى هذا الأساس يجب دراسة الظواهر النفسية والسلوكية للمراهق وكذا ما يحدث في جسمه من تغيرات فيزيولوجية وعقلية وانفعالية وعاطفية إدراكا لما قد ينجر عنها من نتائج سلبية أو ايجابية .

ومن هذا المنظور ارتأينا في هذا الفصل التطرق إلى مفهوم المراهقة، ومراحل وخصائص المراهقة المبكرة... الخ، حتى يتسنى لنا الإمام بجميع جوانب الموضوع.

1- مفهوم المراهقة:

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

وبذلك المراهق لا طفلا، ولا راشدا إنما يقع في تداخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها عبد الله الجسماني بأنها "المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشئوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات". (عبد العالي الجسماني: 1994، ص195)

2- تعريف المراهقة:

1-2. لغة:

جاء على لسان العرب لابن المنظور، راهق الغلام أي بلغ الرجال فهو مراهق، وراهق الغلام إذ قارب الاحتلام، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم، ويقال جارية راهقت وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى احدي عشر. (أبو الفضل جمال الدين: 1997، ص430).

إن المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء الفقه هذا المعنى في قولهم رهبق بمعنى غشي أو لحق أو دنى من الحلم، فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم، واكتمال النضج. (فؤاد البهي السيد: 1997، ص254)

2-2. اصطلاحا:

هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا وجسميا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة. (محمد الحمامي وأمين الخولي: 1998، ص244)

إن كلمة المراهقة معناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي، والانفعالي، والعقلي، وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية الجنسية فنستطيع ان نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية، واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة الى بدء النضج. (مصطفى فهمي: 1986، ص189)

3- مراحل المراهقة:

لقد حاولت بعض الدراسات إن تميز فترة من فترات المراهقة بسميات شخصية أو اجتماعية معينة، فمرحلة المراهقة هي مرحلة تغير مستمرة لذا من الصعوبة تحديد بدء مرحلة المراهقة ونهايتها، فهي تختلف من فرد إلى آخر

ومن مجتمع إلى آخر، فالسلالة والجنس والبيئة لها تأثير كبير على مرحلة المراهقة وتحديد بدايتها ونهايتها، فقد توسع بعض علماء النفس في تحديد مرحلة المراهقة ويرون إنها تمتد من 10 إلى 21 سنة بينما يحصرها البعض بين 13 إلى 19 سنة وتختلف بداية المراهقة من فرد إلى آخر، فبعض الأفراد يكون بلوغهم أحياناً في سن 12 وبعضهم يتأخر بلوغهم حتى سن 17 وعلى العموم هناك ثلاث تقسيمات هي:

3-1. المراهقة المبكرة: (11-14 سنة)

تمتد منذ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ الحالي سنة أو سنتين بعد البلوغ لاستقرار التغيرات البيولوجية عند الفرد. في هذه المرحلة المبكرة يسعى الفرد إلى الاستقلال ويرغب دائماً من التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساس بذاته وكيانه ويصاحبها التفتن الجنسي الناتج عن الاستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية ونمو الجهاز التناسلي عند المراهق.

3-2. المراهقة المتوسطة: (15-17 سنة)

وهي المرحلة التي تلي المرحلة السابقة وتمتد أحياناً إلى غاية سن السادسة عشر وتسمى هذه المرحلة أحياناً بمرحلة الغربة والارتباك، لأن في هذه السن تصدر عن المراهق أشكالاً من السلوك تكشف مدى ما يعانيه من معاناة وارتباك وحساسية زائدة حين تزداد فترة النضج وحين لا يكون قد تهيأ لها لما يجعله يتكيف المقتضيات الثقافية العامة التي يعيشها.

3-3. المراهقة المتأخرة: (18-20 سنة)

وهي المرحلة التي تلي الفترة السابقة، كما تصادف هذه المرحلة الأخيرة من التعلم الثانوي وأول من مراحل التعليم العالي وغالباً ما تعرف بسن اللياقة وحب الظهور لما يشعر به من متعة وانه محاط لأنظار الجميع، واهم مظاهر التطور في هذه المرحلة توافق الفرد مع أنواع الحياة وأشكالها وأوضاعها السائدة بين الراشدين بما فيها من اتجاهات نحو مختلف الموضوعات والأهداف و معايير السلوك كما ينظر الراشدون والكبار وهو في ذلك يتصرف بما يحقق له هدفة الذي بلغ فترة عمرية معينة ويبدو في سلوكه وأساليب تكيفه. وخاصة المرحلة الأخيرة قد امتص من الثقافة العامة نتيجة تفاعله مع مقومات معينة في شخصيته، وتبدو في شكل قيم واتجاهات نحو مواضيع أهداف وأساليب تكيف عامة شائعة مشتركة بين المراهقين والكبار وتجعله يسلك سلوكاً يتوافق مع البيئة الثقافية التي يعيش فيها. (اسعد ميخائيل إبراهيم: 1990، ص 255)

4- خصائص مراهق المرحلة (12-15):

كما نعلم بان مرحلة المراهقة هي مرحلة صعبة تحدث فيها عدة تغيرات سواء، من الناحية الجسمية، العقلية، الانفعالية، النفسية، الاجتماعية والحركية.

4-1. النمو الجسمي:

تعد التغيرات التي تحل بالجسم خلال هذه الفترة مؤشرا لنمو المراهق، وعليه إن يتكيف مع التغيرات أعضاء جسمه، ويستجيب للنتائج والأثر التي تركها التغيرات ومن هنا فان مرحلة المراهقة تمتاز بسرعة النمو الجسمي، واكتمال النضج، حيث يزداد الطول والوزن وتنمو العضلات والأطراف، ولا يتخذ النمو معدلا واحدا في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤدي هذه السرعة إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة ويؤدي بذلك إلى اضطراب السلوك الحركي، كذلك يلاحظ زيادة (الأطراف) إفرازات بعض الغدد، وضعف بعضها الآخر فالغدد النكفية يزداد إفرازها ويؤدي بذلك إلى سرعة النمو في العضلات وخلال الأعصاب ومن حيث الطول والوزن يظهر اقل منه الفتيات عند بداية البلوغ إذ أن الفتيات تسبق الفتيان بنسبة قليلة في النمو.

وتدل الدلائل إن الفتيات في المتوسط يكون أطول من الفتيان (11 إلى 14) أما في (15 سنة) فان الفتيان يكونون أطول بعض الشيء من البنات وعامة تبدأ معظم الزيادة في الطول وفي الساقين ثم الجذع واكتمالهما في اليدين والرأس والأقدام والأكتاف، كما نجد إن البنات تظل فترة متفوقات على الأولاد حتى من حيث النمو العضلي وقد يسبب لها إحراجا كما نلاحظ الفرق في النمو عند الأولاد، فالبنات تصل إلى أقصى درجة من القوة في السن التي يظهر لديها الحيض، بينما الولد ينمو في ازدياد القوة مع طول فترة المراهقة. (محمد عماد الدين: 1986، ص 19)

وهناك أعراض مشكلات يتعرض لها المراهقين في هذه المرحلة وذلك ما بين (12-15 سنة) وهي خشونة الصوت، والسمنة، والنحافة ويعود ذلك إلى ازدياد نشاط الغدد الجنسية ونضجها بالإضافة إلى علاقتها بالغدد النخامية والدرقية وخير دليل على ما قلناه من قبل هو هاته النسب:

12 سنة: متوسط الطول عند البنون : 134 سم والوزن 37.1 كغ

12 سنة: متوسط الطول عند البنات : 147 سم والوزن 41.5 كغ

15 سنة: متوسط الطول عند البنون : 157.1 سم والوزن 48.4 كغ

15 سنة: متوسط الطول عند البنات : 157.1 سم والوزن 50.4 كغ

4-2. النمو الحركي:

في هذه المرحلة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك والاضطراب تأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية في التحسن لتصل إلى درجة عالية من الجودة، ومما يلاحظ ارتفاع مستوى التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة تعتبر هذه المرحلة ذروة جديدة للنمو الحركي ويستطيع فيها الفتى والفتاة سرعة اكتساب وتعلم مختلف الحركات وإتقانها وفهمها، بالإضافة إلى ذلك فان عامل زيادة قوة العضلات الذي يتميز به الفتى في هذه المرحلة يساعد كثيرا على إمكانية ممارسة أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية، كما إن الزيادة في مرونة العضلات للفتاة تساهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية والتمارين الفنية. (محمد الحسن علاوي: 1992، ص 147)

4-3. النمو العقلي:

إن التغيرات التي تحدث لدى تلاميذ هذه المرحلة في نواحي النمو النفسية الأخرى ليست عامة، بل تختلف من ثقافة إلى ثقافة أخرى، وحتى في الثقافة الواحدة لا تحدث هذه التغيرات بشكل حتمي بالنسبة لكل المراهق، لكن القدرة على القيام بأنواع معينة من العمليات العقلية تختلف عن تلك التي يقوم بها الطفل في المراحل السابقة هي خاصة يتميز بها المراهق في كل مكان وأي كانت الثقافة التي ينتمي إليها. (محمد عماد الدين: 1986، ص 53-59)

4-4. الذكاء:

هو محصلة النشاط العقلي كله أو هو القدرة العقلية العامة التي تبين المستوى العام للفرد كما عرفه "بييرت" بأنه القدرة العقلية المعرفية العامة ويقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية، بل تأثره بالنواحي الإدراكية، وبهذا المراهقة مرحلة وجب فيها استخدام اختبارات الذكاء والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة، واكتشاف إمكانيات وقدرات التلميذ المراهق من جهة أخرى، لتضمن له بدا لتعمق الدراسي بالأخص التوافق الدراسي الجيد. (فؤاد البهيمي السيد: 1997، ص 283)

4-5. الإدراك:

يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية والرمزية وعلى هذا الأساس وبهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة التي تقوم على البرهنة والإقناع.

4-6. الانتباه:

بالرغم من الأزمة التي يمر المراهق إلا إن انتباهه يزداد بشكل واضح في مداه الزمني ومستواه، وعليه يستطيع المراهق استيعاب المعلومات الطويلة والمعقدة.

4-7. التذكر:

تؤكد الأبحاث الحديثة إن الطفولة ليست هي المرحلة النهائية للتذكر، وذلك إن عملية التذكر تنمو أيضا في المراهقة، وتنمو معها قدرة الفرد على الاستدعاء والتعرف والقدرة على الاحتفاظ، وترتبط عملية التذكر بنمو قدرة الفرد على الانتباه وبدرجة ميله نحوها أو عزفه عنها.

4-8. التفكير:

على الرغم من القدرة على التفكير المجرد لا تظهر قبل مرحلة التعليم الثانوي فان ذلك لايعني أن جميع المراهقين بإمكانهم استخدام هذه القدرة بكفاءة في كل مرة يعرض عليهم فيها واجب يستدعي استخدام هذه القدرة إن المراهق الذي يصل إلى مرحلة القدرة على التفكير المجرد يستطيع أن يأخذ في اعتباره جميع الحلول بالنسبة لمشكلة ما، قبل أن يقرر أي حل ينطبق على ذلك الموقف المشكل وهو في هاذا يتبع المنهج الفردي الاستدلالي في التفكير، حيث يعتبر البيانات الموجودة أمامه ثم يفتح فرضا معيناً، ثم يستنتج بناء على ذلك إذا ما كان الفرض الذي وضعه صحيحاً أم لا.

4-9. التخيل:

يتسم الخيال عند المراهق بأنه الوسيلة التي تتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان وله وظائف عدة يجب ان يحققها المراهق، فهو أداة ترويجية، كما انه مسرح للمطامح الغير المحققة، وهو يرتبط بالتفكير ذلك ان الخيال يعتبر وسيلة من وسائل حل المشكلات بالنسبة للمراهق، بل وسيلة هامة لتحقيق. (محي الدين مختار: 1982، ص166)

4-10. النمو النفسي:

إن التغيرات العنيفة التي يمر بها المراهق، تشد انتباهه إلى جسمه وتسبب له كثيرا من القلق والاضطرابات النفسية، ويمكن القول بان هذه الفترة تعتبر مرحلة أزمة يعاني منها المراهق، ولذلك فان هذا التغيير الواضح على جوانب النمو الأخرى العقلية والوجدانية والاجتماعية وذلك كما يلي:

- تقل سرعة النمو في السعة العقلية نظرا الانشغال معظم طاقة المراهق البيولوجية والفيزيولوجية بمواجهة مطالب النمو الجنسي السريع حتى انه يشعر بالإرهاق إذا ما قام بمجهود عقلي، وهذا ينبغي إن يراعي في كمية الدروس وفيما يجب أن يكلف به المراهق من أعمال مختلفة.

- نلاحظ على المراهق في هذه الفترة زيادة الحساسية الانفعالية فقد يضطرب المراهق ويشعر بالقلق لما يعتبر به من نمو جنسي سريع فيحس بأنه يختار على سائر الناس وثقل ثقته بنفسه ولذلك فهو كثيرا مايميل إلى أحلام اليقظة، فيتخيل انه ثري أو قوي وجميل الصورة ويهيم في علم الحب أن تتاح له الفرصة ففكر ويتأمل وينضج.

- تختفي تدريجياً جماعات الأطفال التي كانت واضحة في المرحلة السابقة ويحل محلها بعض الأصدقاء من نفس الجنس، حيث يستطيع أن يبوح بأسراره ويطلعهم على مايعانيه ويطمئن على نفسه إذا ما كانوا يبرون بنفس التجربة التي يمر بها. (محمد عماد الدين: 1986، ص65)

- نستنتج أن المراهقة تستمر حتى يصل المراهق إلى مرحلة الشباب أو اكتمال القطب الاجتماعي لديه في الواحد والعشرين من العمر وهو السن الذي يصبح فيه الفرد رجلاً مكلفاً يتحمل المسؤولية الكاملة.

4-11. النمو الانفعالي:

تتميز (المرحلة) الفترة الأولى من مرحلة المراهقة بانفعالات عنيفة إذ نجد المراهق يثور لأتفه الأسباب ومرجع هذه الظاهرة هو النمو الجسمي السريع والتغيرات المفاجئة التي تصحب البلوغ، فلا يستطيع المراهق التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية، وما يميز هذه المرحلة أيضاً تكوين بعض العواطف الشخصية والعواطف نحو الذات التي تأخذ المظاهر الآتية:

- الاعتناء بالنفس والعناية بالملابس وطريقة الكلام إذ يبدأ المراهق يشعر بأنه لم يعد الطفل الذي يطيع دون إن يكون له الحق في إبداء رأيه.

- ومن جهة أخرى يبدأ المراهق في تكوين بعض العواطف المجردة التي تدور حول موضوعات معنوية كالتضحية والدفاع عن الضعيف. (مصطفى فهمي: 1986، ص266)

نلاحظ إن المراهق يختلف عن الطفل الذي يميل إلى الانتظام وإلى الولاء للمدرسة أو الأسرة أو الجماعة التي ينتمي إليها.

كما نلاحظ ظهور الصعوبات التعليمية مثل عدم القدرة على التحصيل الدراسي وهذه الصعوبات تنقسم إلى أربعة أقسام حسب أسبابها: 1. صعوبات تعليمية متعلقة بالقدرة العقلية.

- صعوبات تعليمية متعلقة بسوء الصحة الجسمية.

- صعوبات تعليمية متعلقة باتجاهات الأبوين.

- صعوبات تعليمية متعلقة بالهموم والمشاكل العائلية.

4-12. النمو الاجتماعي:

تحدث أهم التغيرات في الميدان الاجتماعي خلال المراهقة بين (12 و15 سنة) ويمكن أن نلخص أهم الخصائص والمميزات الاجتماعية فيما يلي:

- ميل إلى التحرر من سلطة المنزل والكبار ويثور عليها أحيانا قد يسبب النفور من المنزل الرغبة في التعويض عن ذلك بإيجاد علاقات أخرى وحدوث بعض الانحرافات الجنسية - يبدأ في التخلص من الأنانية للحصول على مكانة في الجماعة ورضاها عنه

- تصرفاته تصبح متناقضة تماما، فترة يتصرف كالكبار وتارة كالصغار

- تزيد عزته بنفسه ويصبح محتاج إلى الاشتراك في جماعات منظمة يشعر فيها بمكانته وخبراته ومهارات جديدة

- الاحتياج إلى الاشتراك في الأعمال تدريبية للخدمات العامة لإثبات احترام الذات ولتدعيم مركزه في المجتمع

- يحتاج كثيرا للتدريب في الهوايات المختلفة وذلك لعرض الكشف عن قدراته

- ازدياد النزعة للاستقلال في الرأي والتصرف حتى يشعر بالمساواة الكبار

- تزداد الرغبة في المناقشة وخاصة مع الكبار وتأكيد النزعة الاستقلالية

- الميل لكسب المال مما يدفعه إلى القيام بأوجه النشاط وتعلم المهارات التي تساعد على الكسب للحصول على مزيد من الاستقلال في حياته

- الحاجة إلى تحمل المسؤولية وممارسة الحياة الديمقراطية

5- أشكال المراهقة: توجد أربعة أنواع من المراهقة:

5-1. المراهقة المتوافقة: ومن سماتها:

- الاعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار.

- الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات والاتزان العاطفي.

- الخلو من العنف والتوترات الانفعالية الحادة.

- التوافق مع الوالدين والأسرة، فالعلاقات الأسرية القائمة على أساس التفاهم والوحدة لها أهمية كبيرة في حياة الأطفال، فالأسرة تنمي الذات وتحافظ على توازنها في المواقف المتنوعة في الحياة. (محمود حسن: 1981، ص24)

❖ العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة:

- معاملة الأسرة السميحة التي تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق وعدم تدخل الأسرة في شؤونه الخاصة ، وعدم تقييده بالقيود التي تحد من حريته ، فهي تساعد في تعلم السلوك الصحيح والاجتماعي السليم ولغة مجتمعه وثقافته وتشجيع حاجاته الأساسية. (رابح تركي: 1990، ص137)

- توفير جو من الصراحة بين الوالدين والمراهق.

- شعور المراهق بتقدير الوالدين واعتزازهم به والشعور بالتقدير أقرانه وأصدقائه ومدرسيه وأهله .

- الشغل وقت الفراغ من النشاط الاجتماعي والرياضي وسلامة الصحة العامة، زد على ذلك الراحة النفسية والرضا عن النفس.

5-2. المراهقة المنطوية: ومن سماتها مايلي:

- الانطواء وهو تعبير عن النقص في التكيف للموقف أو إحساس من جانب الشخص انه غير جدير لمواجهة الواقع، لكن الخجل والانطواء يحدثان بسبب عدم الألفة بموقف جديد أو بسبب مجابهة أشخاص غرباء او بسبب خبرات سابقة مؤلمة مشابهة للموقف الحالي الذي يحدث للشخص خجلا وانطواء.

- التفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظام الاجتماعي.

- الاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة والاعتراف بالجنسية الذاتية.

❖ العوامل المؤثرة فيها:

- اضطراب الجو الأسري: الأخطاء الأسرية التي فيها ، تسلط وسيطرة الوالدين، الحماية الزائدة ،التدليل، العقاب القاسي.. الخ.

- تركيز الأسرة حول النجاح مما يثير قلق الأسرة والمراهق.

- عدم الإشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسؤولية والجذب العاطفي. (يوسف ميخائيل اسعد: ب س، ص 160)

5-3. المراهقة العدوانية (المتمردة): من سماتها:

- التمرد والثورة ضد المدرسة، الأسرة والمجتمع.

- العداوة المتواصلة والانحرافات الجنسية: ممارستها باعتبارها تحقق له الراحة واللذة الذاتية مثل: اللواط، العادة السرية، المتعة الجنسية الخ. (عبد الغني الأيدي: ب س، ص160)

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

4-5. المراهقة المنحرفة: من سماتها مايلي:

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

❖ العوامل المؤثرة فيها :

- المرور بخبرات حادة ومريرة وصددمات عاطفية عنيفة وقصور في الرقابة الأسرية.
 - القسوة الشديد في المعاملة وتجاهل الأسرة لحاجات هذا المراهق الجسمية والنفسية والاجتماعية... الخ.
 - الصحبة المنحرفة أو رفاق السوء وهذا من أهم العوامل المؤثرة.
 - الفشل الدراسي الدائم والمتراكم وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة.
- هذا إن إشكال المراهقة تتغير بتغير ظروفها والعوامل المؤثرة فيها، وان هذه تكاد تكون هي القاعدة، وكذلك تاكد هذه الدراسة إن السلوك الإنساني مرن مرونة تسمح بتعديله.
- وأخيرا فإنها تؤكد قيمة التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي في تعديل شكل المراهقة المنحرفة نحو التوافق والسوء. (حامد عبد السلام زهران: 1982، ص440)

6- أزمات المراهقة المبكرة:

تواجه لاعب فئة الأواسط أزمات تعيق نموه النفسي والاجتماعي وحتى الأخلاقي خاصة في مثل هاته الفترة الحرجة من العمر ونعني فترة المراهقة، والسبب يعود إلى المحيط الاجتماعي نفسه من الأسرة والمدرسة والنادي، كل هذه المنظمات التي لها علاقة لهذه الفئة، ولهذا سنطرح مختلف الأزمات التي يتعرض لها لاعب فئة الأواسط أو بصفة اعم اللاعب المراهق.

6-1. الأزمات النفسية:

تقف إمام تطلعات اللاعب المراهق نحو التجديد والاستقبال أزمات نفسية تعيق هذا التطوع ويمكن تقسيمها إلى أزمات انفعالية ورغبات جنسية ونزعات عدوانية.

6-2. الأزمات الانفعالية:

تتميز انفعالات المراهق بالتغير وعدم الثبات، حيث نجده ينقلب من انفعال إلى آخر في مدى قصير فهو ينقلب من حالة الفرح إلى القنوط واليأس وهناك ميزة أخرى هي تحكم المراهق في انفعال الغضب، يصرخ ويضرب ويكسر الأواني، وكذلك عند انفعال الفرح يفعل نفس الشيء وهذا ما يدل على الاتزان الانفعالي "حركات هستيرية" كما تتميز هذه المرحلة في الوقت نفسه بتكوين العواطف الشخصية، عواطف نحو الذات تأخذ المظاهر التالية: الاعتناء بالنفس، العناية بالهندام وبطريقة الجلوس والكلام ويحس المراهق انه لم يعد طفلا صغيرا لا يؤخذ له برأي. (مصطفى غالب: 1979، ص33)

❖ الرغبات الجنسية:

يشعر المراهق انه كبير واكتمل من الناحية الجنسية، وانه يريد إن يصبر عن تلك الدوافع الجامحة في نفسه بالزواج إلا انه يصطدم بالواقع. فالقصور في المواد المادية يقف بينه وبين ماينشد إليه من استقلال والتعبير عن دوافعه الفطرية وهنا تزداد حدة التوتر الانفعالي، والبرغم من أن هذه العملية طبيعية إلا أنها بالنسبة للكثير من الفتيان المراهقين كابوس يمسك بثيابه، فهم يعتبرونه خطيئة ثم إن الكثير من اولياء الأمور ما يزيدون الطين بله، ويثقلون على كواهل أبنائهم نتيجة سوء الفهم والتقدير.

❖ النزعة العدوانية:

من الأزمات النفسية الشائعة عند المراهقين النزعة إلى العدوان على الآخرين من زملائهم، وعلى الرغم من إن النزعة تشكل أزمة واحدة، إلا إن أعراضها تختلف من مراهق إلى آخر مثلا: الاعتداء بالضرب والشتيم على زملاء الاعتداء بالسرقة، إلقاء التهم على زملاء. (نوري الحافظ: ب س، ص ص، 51-52)

6-3 الأزمات الاجتماعية:

❖ علاقة المراهق بالأسرة:

يدرك المراهق عندما يتقدم به السن قليلا إن طريقة معاملته لا تناسب ما وصل إليه من نضج، ولا تقر رجولته كفرد له ذاتيته، ويفسر المراهق كل مساعدة من قبل والديه على إنها تدخل في أمره، وان المقصود من هذا التدخل إساءة معاملته والتقليل من شأنه ويأخذ الاعتراض على سلوك والديه أشكالا متعددة أهمها:

- العناد والسلبية وعدم الاستقرار واللجوء إلى بيئات أخرى قد يجد فيها منفذ للتعبير عن حريته المكبوتة.

❖ الاختلاف في المستوى:

من جملة الأسباب التي تعمل على اضطرابه وعدم استقراره الانفعالي وعجزه المالي الذي يقف دون تحقيق رغباته ويجعله دائما مرتبطا بالعائلة، وقد يجد المراهق نفسه في وسط جماعة من رفاقه ينفقون عن سعته وهو في الوقت ذاته عاجز عن محاورتهم أو الاشتراك معهم وكل ذلك يسبب له الضيق والشعور بعدم الطمأنينة. (مصطفى غالب: 1979، ص33)

6-4 الأزمات البدنية:

❖ أزمات الحركية:

في مرحلة المراهقة يزداد وزن الجسم وطوله بزيادة نمو العضلات والعظام، وتكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة ويتضح ذلك من فقدان عنصر الرشاقة وعدم القدرة على ضبط المتغيرات الحركات، وظهور علامات التعب بسرعة تعتبر أيضا فترة المراهقة هي فترة ارتباك بالنسبة للنواحي الحركية، ومن هنا يمكن تلخيص أهم الاضطرابات الحركية في مايلي:

- **الافتقار إلى الرشاقة:** إن حركات المراهق تفتقر إلى صفات الرشاقة ويتضح ذلك جليا بالنسبة لتلك الحركات التي تتطلب حسن التوافق من مختلف أجزاء الجسم.
- **الزيادة المفرطة في التحركات:** كثيرا ما نجد أن الحركات العادية للمراهق ترتبط بدرجة كبيرة ببعض الحركات الجانبية الزائدة وتعني تلك الزيادة الواضحة في حركاته وعدم قدرته على الاقتصاد الحركي ونقص في هادفية الحركات.
- **نقص القدرة على التحكم:** يجد المراهق صعوبة في اكتساب المهارات الحركية الجديدة ونادرا ما نجد التعلم من أول وهلة كما يظهر كذلك الخوف الذي يساهم في إعاقه اكتساب واستيعاب الحركات الجديدة.
- **التعارض في السلوك الحركي العام:** يتميز سلوك المراهق بعدم الاستقرار الحركي والذي يظهر في القيام بمختلف الحركات الغير مقصودة فتجده دائم الحركة وفي بعض الأحيان نلاحظ إن حركاته تتسم بالفتور والتشاغل التي

نصادفها كثيرا في حصص التربية البدنية والرياضية خاصة بالنسبة لأنواع الأنشطة التي تتطلب زيادة الفعالية وبذل الجهد. (سعد جلال ومُجد علاوي: 1975، ص 159-161)

❖ أزمات الصحة:

إن المتاعب العرضية التي يتعرض لها الأطفال في مرحلة المراهقة هي السمنة البدانة إذ يصاب المراهق بسمنة بسيطة مؤقتة لكن إذا كانت السمنة كبيرة يجب تنظيم الأكل والعرض على الأطباء والأخصائيين فقد تكون ورائها اضطرابات شديدة في الغدد كما يأتي عرض المراهقين على انفراد مع الطبيب لمعرفة متاعبهم. (ميخائيل خليل معوض: 1971، ص 76)

7- دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المراهق:

تتميز الدوافع بالطابع المركب نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية ومجالاتها، والتي تحفز المراهق بالممارسة وأهميتها ذلك بالنسبة للمجتمع الذي يعيش فيه فلكل فرد دافع يحثه للقيام بعمل ما ولقد حدد الباحث رويدك أهم الدوافع المرتبطة بالأنشطة الرياضية وقسمها إلى قسمين:

7-1. دوافع مباشرة:

- الإحساس بالرضا والإشباع بعد نهاية النشاط العضلي نتيجة الحركة.
- المتعة الجماعية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.
- الاشتراك في التجمعات والمنافسات الرياضية.

7-2. دوافع غير مباشرة:

- محاولة اكتساب الصحة والياقة البدنية عن طريق ممارسة الرياضة.
- الإحساس بضرورة الدفاع عن النفس، إنقاص الوزن الزائد.
- الوعي بالشعور الاجتماعي إذ يرى المراهق وجوب المشاركة في الأندية والسعي للانتماء للجماعة والتمثيل الرياضي.
- تحقيق النمو العقلي والنفسي.

8- دور البيئة الرياضية نحو مرحلة المراهقة:

- يجب على البيئة الرياضية توفير البرامج التي تصنف بالشمول وتعدد نواحي النشاط لإتاحة الفرصة للمراهق في هذه المرحلة من استغلال قدراته العقلية في النشاط المناسب، وتكوين الميول الرياضية حيث إن هذه المرحلة من النمو هي انسب المراحل لتكوين الميول.
- إتاحة الفرص التنافس بين الجماعات الرياضية، مع العناية بالقوام وذلك من خلال الأنشطة التي يميل المراهق إلى ممارستها.
- توفير برامج رياضية خاصة بالبنين وأخرى خاصة بالبنات لوجود تباين كبير في النمو الجسمي والميول في هذه المرحلة بين الجنسين، حيث يفضل البنون النشاط الذي يتصف بالقوة والاحتكاك البدني، بينما يفضل البنات الأنشطة التي تتطلب الرشاقة والتوازن مثل كرة الطائرة وكرة اليد وكرة السلة.
- العمل على ترقية التوافق العضلي والعصبي والعناية بالقوام من خلال الأنشطة التي يميل المراهق إلى ممارستها.
- توفير الفرص المناسبة للتعرف على الذات وما طرأ عليها من تغيرات وتأكيد محاولة الانضمام إلى عالم الكبار، تحت التوجيه والإرشاد للتعرف على الدور الحقيقي في المجتمع، مما يؤدي إلى تحسين علاقة المراهق بالأسرة والمدرسة. (احمد أمين فوزي: 2003، صص، 65-66)

9- نصائح عامة لكل مربي لكيفية التعامل مع المراهقين:

- لكي يكون هناك توافق بين هذه المرحلة الحساسة، ومراحل النمو فيها، والوحدات التعليمية يجب أن يراعي ما يلي:
- ✓ يجب دراسة ميول ورغبات المراهقين قبل وضع أي برنامج.
- ✓ الإكثار من الأنشطة التي تنمي شخصية المراهق، وتربي استقلاله، وتكسبه ذاته.
- ✓ يجب تنمية وعي الأفراد لخلق قاعدة عريضة متعددة الجوانب للانطلاق نحو رياضة المستوى العالي.
- ✓ يجب إعطاء المراهق جانب من الحرية، وتحميله بعض المسؤوليات مع إشعاره بأنه موضع ثقة.
- ✓ يجب منح المراهق فرصة الإفصاح عن آرائه، وعدم فرض النصائح عليه.
- ✓ إعطاء الحرية تصحيح أخطائه بنفسه بقدر الإمكان لان لجوء المربي إلى استعمال أساليب مناسبة خلال الممارسة الرياضة يساهم بشكل كبير في قدرة السيطرة على المراهق، وجعله يتبع المسار الصحيح للنمو المتكامل، وتجنبه الأزمات النفسية، والاجتماعية، والتي قد تعرقل هذا النمو. (بسطوسي احمد: 1996، ص184)

خلاصة:

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

- 45.....تمهيد
- 46.....1- مفهوم المراقبة:
- 46.....2- تعريف المراقبة:
- 46.....3- مراحل المراقبة:
- 47.....4- خصائص مراقب المرحلة (12-15):
- 52.....5- أشكال المراقبة: توجد أربعة أنواع من المراقبة:
- 54.....6- أزمات المراقبة المبكرة:
- 57.....7- دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المراقب:
- 57.....8- دور البيئة الرياضية نحو مرحلة المراقبة:
- 58.....9- نصائح عامة لكل مربى لكيفية التعامل مع المراقبين:
- 59.....الخلاصة:

تمهيد :

إن البحوث العلمية مهما كانت اتجاهاتها و أنواعها تحتاج إلى منهجية علمية للوصول إلى أهم نتائج البحث قصد الدراسة ، و بالتالي تقديم وتزويد المعرفة العلمية بأشياء جديدة هامة ، وإن طبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد لنا المنهجية العلمية التي تساعدنا في معالجتها.

وموضوع البحث الذي نحن بصدد معالجته يحتاج إلى كثير من الدقة و الوضوح في عملية التنظيم و إعداد الخطوات التي من مفادها التقليل من الأخطاء ، انطلاقا من اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث و طرق اختيار عينة البحث.

وقد اشتمل هذا الفصل على الدراسة الاستطلاعية و المجال الزمني و المكاني و كذا الشروط العلمية للأداة مع ضبط متغيرات الدراسة كما اشتمل على عينة البحث و المنهج المستخدم و ادوات الدراسة و كذلك اجراءات التطبيق الميداني و حدود الدراسة و سيتم في هذا الفصل التطرق الى جميع هذه السبل للوصول الى نتائج علمية سليمة و صحيحة لبحثنا هذا .

1- الدراسة الاستطلاعية :

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه وتهدف الدراسة الاستطلاعية إلى التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث والتحقق من مدى صلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات ومعرفة الزمن المناسب والمتطلب الإجرائي.

فلذا قمنا بجمع المعلومات والاطلاع على البحوث السابقة والمذكرات التي لها صلة بالموضوع والاتصال بالمختصين في هذا الميدان وذلك للحصول على قدر كافي من المعلومات والإلمام بالموضوع من جميع النواحي حتى يتسنى لنا تكوين فكرة شاملة وكاملة وبالتالي إعداد إطار النظري لهذا الموضوع وبعد اخذ استمارة تسهيل المهمة من طرف رئيس القسم (الملحق رقم 03) توجهنا إلى مديرية التربية لولاية باتنة وبدورها سهلت لنا الدخول إلى المتوسطات (ابن باديس، روابح عمار، الأخوة شطوح، بوزران قاعدة 07) انظر (الملحق 04) بغرض القيام بدراسة استطلاعية على العينة قصد التعرف وضبط العينة قيد الدراسة من خلال الاطلاع على الملفات الإدارية وحجم العينة، وذلك قبل توزيع الاستمارات المتعلقة بالبحث.

2- المنهج المستخدم في الدراسة :

يعتبر المنهج ضروري في أي بحث علمي، لأنها الطريق الذي يستعين به الباحث، ويتبعه في كل مراحل دراسته، بغية الوصول إلى نتائج علمية موضوعية، يمكن تعميمها مستقبلاً في البحوث أو الدراسات الاجتماعية. واختيار منهج البحث في دراسة أي ظاهرة اجتماعية أو اقتصادية، لا يأتي من قبيل الصدفة والعشوائية، أو ميل الباحث و رغبته في اختيار أي منهج معين بل ان موضوع الدراسة من جهة و اهدافها من جهة اخرا هما اللذان يفرضان نوع المنهج المناسب، وقد استخدمنا في دراستنا هاته المنهج الآتي:

2-1. المنهج الوصفي المقارن :

يمكن القول بان المنهج المقارن ينطبق على الاجتماع بكل فروع و مجالات دراسته، ذلك ان اي بحث سوسولوجي ينطوي بضرورة على مقارنات بين بعض المتغيرات، لكن بالإضافة الى هذه القضية العامة نلاحظ ان المصطلح **المنهج المقارن** يكتسب دلالة خاصة في البحث الاجتماعي فهو يقصد به عادة دراسة توزيع الظواهر الاجتماعية في المجتمعات المختلفة أو أنماط محددة من المجتمعات أو حتى مقارنة مجتمعات ببعضها البعض (محمد علي محمد: 1986، ص229)

ووصف الظواهر الاجتماعية لا قيمة له إلا إذا استعان بمنهج المقارنة هي التي تكمل الوصف و توضحه ، و سرد الوقائع في ذاته لا قيمة له الا اذا اتبع ذلك مقارنة الظواهر التي جمعناها عن مكان و زمان معينين بظواهر أخرى مشابهة لها. (السيد محمد تدوي: 1986، ص252)

3- مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع دراستنا من تلاميذ رابعة المتوسط لأربع متوسطات بلدية باتنة لتلاميذ أقسام رياضة ودراسة والمقدر عددهم ب52 تلميذ، أما تلاميذ الأقسام العادية والمقدر عددهم ب 861 تلميذ (انظر الملحق 05 و06).

4- عينة الدراسة:

تمثلت عينة الدراسة ب 90 تلميذ على مستوى 4 متوسطات، مقسمة إلى 45 تلميذ لأقسام رياضة ودراسة، و45 تلميذ لأقسام العادية (انظر الملحق 05) الملحق وهو مسح شامل لأفراد العينة

تم اختيارها لأسباب التالية:

- تمركز المتوسطات الأربع في وسط مدينة باتنة وقرىها من بعضها البعض مما يسهل عملية التنقل والعمل الميداني (ابن باديس، روابح عمار، الأخوة شطوح، بوزوران قاعدة 07).

- توفر عدد من التلاميذ أقسام رياضة ودراسة على مستوى هذه المتوسطات ،حيث يمثلون إحدى العينتين في دراستنا.

وتمثل نوع العينة بالعينة الطبقية، أما اختيارها فكان بالطريقة العشوائية .

5- خصائص العينة من حيث المصدر:

جدول رقم (01): يوضح خصائص العينة من حيث مصدرها

اسم المتوسطة	عدد التلاميذ رياضة ودراسة	عدد التلاميذ أقسام العادية	المجموع	مكان تواجدها
متوسطة بن باديس	10	10	20	بلدية باتنة
بوزوران ق 07	10	10	20	بلدية باتنة
الأخوة شهداء شطوح	15	15	30	بلدية باتنة
عمار روابح	10	10	20	بلدية باتنة

6- مجالات الدراسة:

6-1. المجال الزماني:

- بدأنا الدراسة النظرية في شهر نوفمبر 2015

- أما فيما يخص الجانب التطبيقي فكان ابتداء من فيفري 2016 إلى غاية شهر ماي 2016

6-2. المجال المكاني:

أجريت الدراسة على مستوى 4 متوسطات في بلدية باتنة.

6-3. المجال البشري:

أجريت الدراسة على 90 تلميذ 45 من أقسام رياضة ودراسة و 45 تلميذ من أقسام العادية.

7- متغيرات الدراسة:

7-1. المتغير المستقل :

- الاتجاهات النفسية.

7-2. المتغير التابع

- البرنامج المدرس لأقسام رياضة ودراسة.

8- أدوات الدراسة :

تعتبر مرحلة البيانات خطوة هامة من خطوات البحث أو الدراسة ، حيث أنها تمكن الباحثين من الإلمام ببحوثهم، و الوصول إلى نتائج علمية ذات قيمة .

وأدوات جمع البيانات هي جملة من الوسائل التي تمكن الباحث من الحصول على أكبر عدد ممكن من المعلومات التي تخدم بحثه، و الأدوات المستخدم في البحث لا توضع بطريقة عشوائية بل تخضع لطبيعة الموضوع في حد ذاته، فهي تشكل نقطة الاتصال بين الباحث و المبحوث، و تمكنه من جمع المعلومات عن المبحوثين.

مما لاشك فيه ان القيمة العلمية لأي بحث تقاس بالنتائج التي يتم التوصل اليها ، و ترتبط هذه النتائج ارتباطا وثيقا بالمنهج المستخدم في الدراسة ، و بالأدوات المستعان بها في عملية جمع المعلومات من الميدان وقد كانت مصادر جمع بيانات حسب طبيعة البحث، و أهدافه، وفي دراستنا الحالية هذه استخدمنا الأداة التالية :

8-1. استمارة الاستبيان :

تعد الاستمارة أداة أساسية من أدوات جمع البيانات التي تتطلبها البحث الميداني، و هي الوسيلة العملية التي تساعد الباحث على جمع الحقائق و المعلومات من المبحوثين ، وتفرض عليهم التقييد بموضوع البحث ، و عدم الخروج عن أطره العريضة ، ومضامينه ، و مساراته .

و الاستمارة هي مجموعة من الاسئلة المرتبة و المصنفة في محاور، كل محور يقابل بعدا من أبعاد مشكلة الدراسة المحددة في أولها، و هي مكتوبة في صفحات لتسليمها شخصا للعينة، من أجل الحصول على إجابات صريحة تعتبر الهدف من الدراسة.

وتعتبر الاستمارة وسيلة يدخل الباحث عن طريقها في اتصال مع المبحوثين، من اجل الحصول على اجوبة تتضمن توجيهات في سلوكيات أفراد مجتمع الدراسة. (إحصان محمد الحسن: 1989 ، ص ص، 54، 53).

استخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات المتعلقة بمتغيرات الدراسة والتي قمنا بتعديلها وذلك من خلال تصنيف بلوم للأهداف التعليمية مستخرج من كتاب. (الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية: 2008 ص 67 - 72) ، وتم استخراج بعض العبارات من مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط الرياضي (محمد حسن العلاوي: 1998، ص 452) حيث اشتمل الاستبيان على (34) فقرة في الحالة الأولية تمثل ممارسات سلوكية مرتبطة بالاتجاهات النفسية، تحتوي على ثلاثة أبعاد: (المعرفي، الحسي الحركي، الاجتماعي العاطفي) وتكون سلم الإجابة من ثلاث استجابات هي: درجة عالية (3) درجات، درجة متوسطة (2) درجات، درجة منخفضة (1) درجة ، وصل معامل الثبات للعينة ككل إلى (0,91) وهو عال ويني بأغراض الدراسة.

وتم عرضها على مجموعة من المحكمين وتم حذف 4 عبارات من الابعاد مما يتلائم مع عينة البحث مراهقي المتوسطة ليكون في الأخير 30 عبارة للوصول بها إلى الصيغة النهائية والملحق رقم (1) يوضح الاداة، والملحق رقم (2) يوضح اسماء المحكمين ورتبهم العلمية ومكان عملهم.

9- صدق و ثبات:

9-1. صدق الأداة :

أولا الصدق الظاهري (صدق المحكمين):

لقد قمنا بعرض أداة البحث (استبيان الاتجاهات النفسية) في صورته الأولى على عدد من المحكمين في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة مُجَّد خيضر - بسكرة- وقد تم إرفاق استبيان باستمارة شاملة تحمل موضوع البحث و الإشكالية و الفرضيات كحلول مؤقتة و تهدف كل الخطوات السابقة لإبراز واستطلاع آراء المحكمين حول مدى وضوح و صياغة كل فقرة من فقرات استبيان و مدى أهمية كل فقرة و مناسبتها للمحور الذي تنتمي إليه و بالتالي إثبات أن الاستبيان المطبق صالح لدراسة موضوع البحث.

و في ضوء التوجيهات التي أبداها المحكمون فقد تم تصحيح الاستبيان بما يتلاءم وفقا لعينة الدراسة وتم التعديل في صياغة بعض العبارات وحذف أخرى حسب رأي الأساتذة.

ثانيا: الصدق الذاتي:

يقصد به الصدق الداخلي للاختبار، وهو عبارة عن درجات التجريبية للاختبار المنسوبة لدرجات الحقيقية الخالية من أخطاء القياس، ويقاس عن طريق حساب الجذع التربيعي لمعامل الثبات الأداة. (مُجَّد نصر الدين رضوان: 2006، ص 216).

وبما أن معامل الثبات يساوي: 0,91 ، فإن معامل الصدق الذاتي يساوي: 0,95

جدول رقم (02): يوضح معامل الارتباط بيرسون لكل بعد من الاستبيان و الدرجة الكلية له.

النتيجة	Sig	معامل الارتباط	محاور المقياس		
			1	2	3
دال	0,000	0,79	بعد الأول.	جميع فقرات مقياس	
دال	0,000	0,92	بعد الثاني.		
دال	0,000	0,86	بعد الثالث.		

المجموع		0,85	0,000	دال
---------	--	------	-------	-----

2- ثبات الأداة:

ويعني إن الدرجات التي يتم الحصول عليها دقيقة و خالية من الخطأ و هذا يعني انه في حالة تطبيق نفس أداة القياس (الاستبيان) على نفس الفرد أي عدد من المرات بنفس الطريقة و الشروط ، فإننا سوف نحصل على نفس القيمة في كل مرة وقد تم التحقق من ثبات استبيان الاتجاهات النفسية من خلال معامل ألفا كرونباخ ، كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (03) : يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقاييس أداة الدراسة

معامل ألفا كرومباخ		محاور المقياس		
عدد العبارات	القيمة			
10	0,88	بعد الأول	1	أبعاد مقياس
09	0,95	بعد الثاني	2	
09	0,92	بعد الثالث	3	
28	0,91	جميع فقرات مقياس		

من خلال الجدول رقم (03) نجد أن معامل الثبات ألفا كرومباخ اكبر من الحد الأدنى (0.8) في جميع أبعاد مقياس (0.88، 0.95، 0.92) وجميع فقرات الاستبيان بلغ (0.91) من مما يدل على ثباته ومنه نستنتج أن الاستبيان الذي أعدناه لمعالجة المشكلة المطروحة هو صادق وثابت في جميع فقراته وهو جاهز للتطبيق على عينة الدراسة .

10- الوسائل الإحصائية المستخدمة لمعالجة النتائج النهائية:

لغرض الوصول إلى نتائج البحث استخدمنا الوسائل الإحصائية التالية:

$$\frac{\text{مجم س}}{ن} = \bar{س}$$

*المتوسط الحسابي

حيث أن:

✓ $\bar{س} =$ المتوسط الحسابي

✓ $\text{مجم س} =$ مجموع الدرجات أو القيم

$ن =$ عدد الدرجات أو القيم.

*الانحراف المعياري

$$\sigma = \sqrt{\frac{\text{مجم (س - \bar{س})}^2}{ن}}$$

حيث أن:

✓ $\sigma =$ الانحراف المعياري

✓ $\text{مجم (س - \bar{س})}^2 =$ مجموع مربعات انحرافات القيم عن المتوسط الحسابي.

✓ $ن =$ عدد القيم..

*قانون (ت) ستودنت للفروقات في حالة عينتين متساويتين في العدد:

$$t = \frac{\bar{م1} - \bar{م2}}{\sqrt{\left(\frac{1}{ن1} + \frac{1}{ن2} \right) \frac{ن1 ع1^2 + ن2 ع2^2}{ن1 + ن2 - 2}}}$$

حيث أن:

$\bar{م1} =$ متوسط قيم العينة الأولى

م=2=متوسط قيم العينة الثانية

ن=1=عدد أفراد العينة الأولى

ن=2=عدد أفراد العينة الثانية

ع1=الانحراف المعياري لقيم العينة الأولى

ع2=الانحراف المعياري لقيم العينة الثانية

*درجة الحرية = ن1 + ن2 - 2

بجيث:

ن1= عدد أفراد العينة الأولى

ن2= عدد أفراد العينة الثانية..

معامل الارتباط بيرسون:

$$r = \frac{\sum (x_1 - \bar{x}_1)(x_2 - \bar{x}_2)}{\sqrt{(\sum (x_1 - \bar{x}_1)^2)(\sum (x_2 - \bar{x}_2)^2)}} \quad .r = \text{ (محمد سويلم البسيوني: 3003، ص 457).}$$

ألفا كرومباخ: $r \times 2/2 + 1$

ملاحظة: تمت المعالجة الإحصائية باستعمال برنامج spss

الخلاصة:

نستخلص مما سبق أنه دراسة علمية بدون منهج ، وكل دراسة علمية ناجحة ومفيدة لا بد لها أن تتوفر لدى الباحث الذي يقو بها منهجية علمية معينة ومناسبة ، و تتماشى مع موضوع ومتطلبات الدراسة ولا بد أن تتوفر لديه أدوات البحث مختارة بدقة من عينة و متغيرات و استبيان الخ ، تتماشى مع متطلبات البحث وتخدمه بصفة تسمح له الوصول إلى حقائق علمية صحيحة ومفيدة للباحث والمجتمع ، ومنه فإن العمل بالمنهجية تعد أمرا ضروريا في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت و الوصول إلى نتائج مؤكدة.

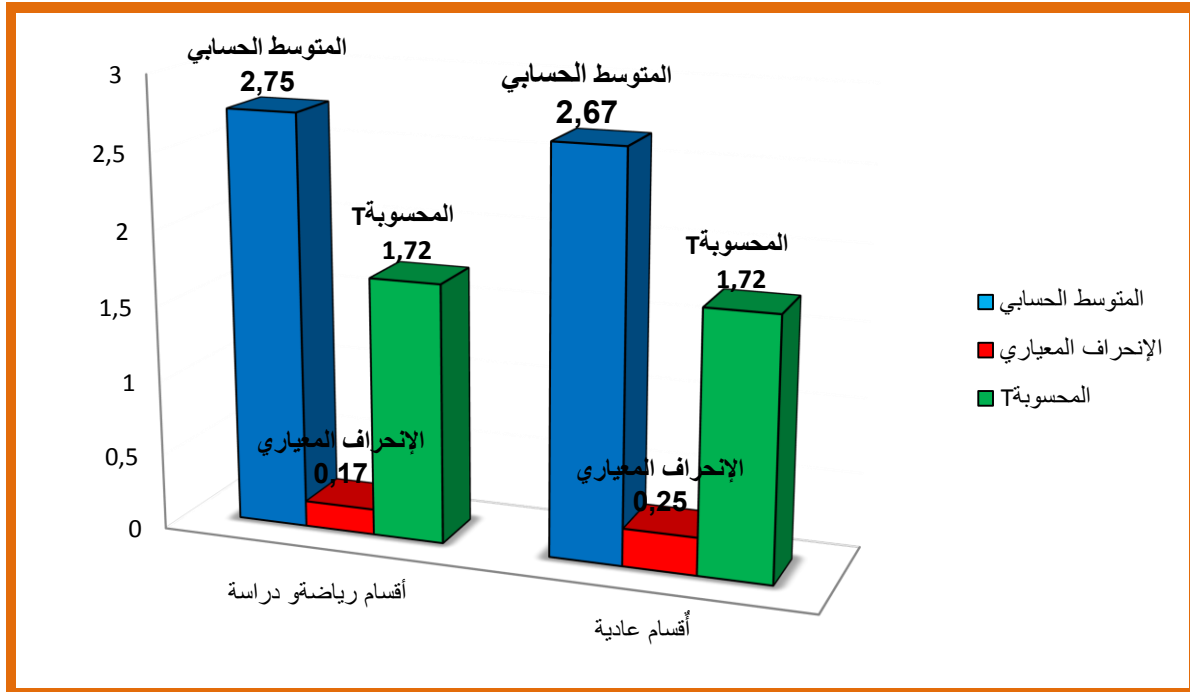
1- . عرض وتحليل نتائج الدراسة :

1-1.التساؤل الأول: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ أقسام رياضة و دراسة و الأقسام العادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية خلال المجال المعرفي ؟

1-1-1. الغرض من السؤال: التعرف على الفرق في اتجاهات بين تلاميذ أقسام رياضة و دراسة و الأقسام العادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية خلال المجال المعرفي.

الجدول رقم (04) يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وقيم T للمجال المعرفي لتلاميذ أقسام رياضة و دراسة و تلاميذ أقسام العادية.

المقارنة بين المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	T الجدولية	مستوي الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
رياضة و دراسة	45	2,75	0,17	1,72	1,67	0,05	88	دال
أقسام عادية	45	2,67	0,25					



تمثيل بياني رقم (04): يوضح نتائج المجال الأول بين تلاميذ أقسام رياضة ودراسة و الأقسام عادية.

2-1-1. عرض النتائج:

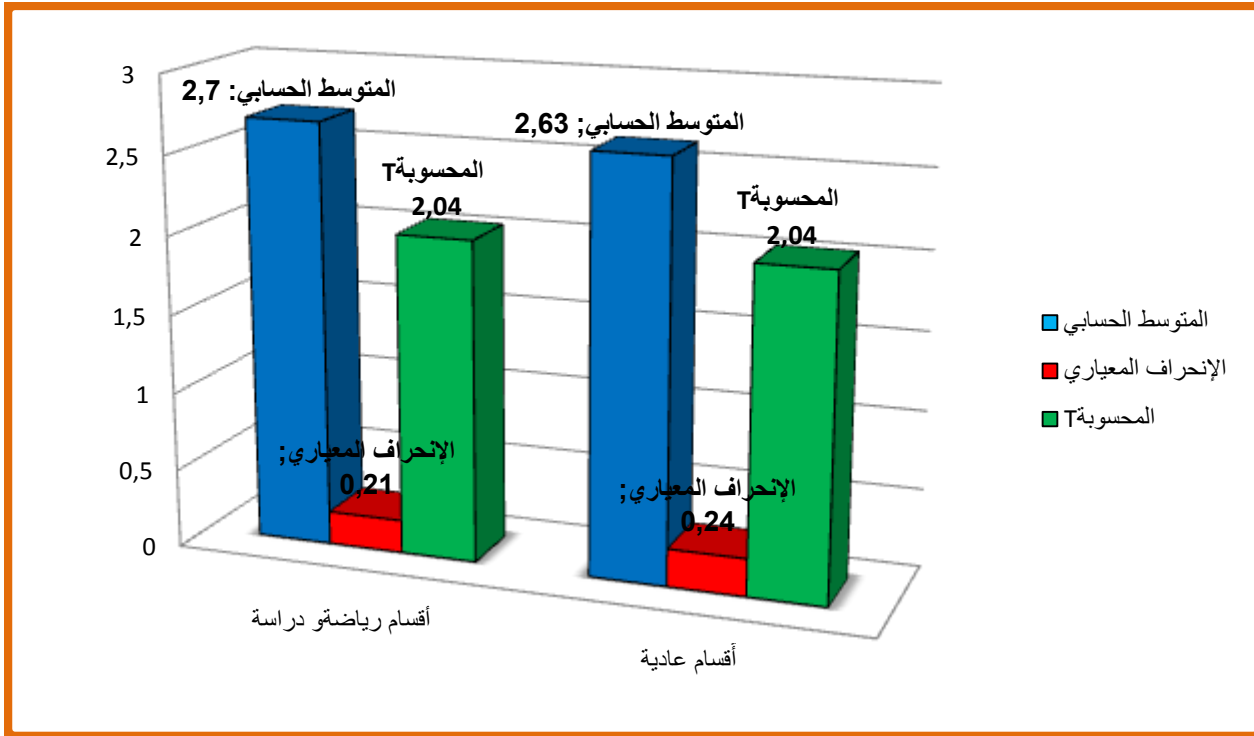
تشير النتائج الواردة في الجدول رقم (04) و المتعلقة بقيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و كذلك T المحسوبة لتلاميذ أقسام رياضة و دراسة و تلاميذ الأقسام العادية نحو حصص التربية البدنية والرياضية خلال المجال المعرفي، إن المتوسط الحسابي لدرجات تلاميذ أقسام رياضة و دراسة قد بلغ (2,75) و هذا بانحراف معياري قدر ب(0,17) في حين بلغ المتوسط الحسابي لتلاميذ أقسام عادية(2,67) بانحراف معياري قدر ب(0,25) حيث كانت قيمة (T) المحسوبة ب(1,72) و (T) الجدولية (1,67) وبدرجة حرية (88) عند مستوي الدلالة (0,05).

2-1. التساؤل الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ أقسام رياضة و دراسة و الأقسام العادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية خلال المجال الحسي الحركي ؟

1-2-1. الغرض من السؤال: التعرف على الفرق في اتجاهات بين تلاميذ أقسام رياضة و دراسة و الأقسام العادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية خلال المجال الحسي الحركي.

الجدول رقم (05) يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وقيم T للمجال الحسي الحركي لتلاميذ أقسام رياضة و دراسة و تلاميذ أقسام العادية

المقارنة بين المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	T الجدولية	مستوي الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
رياضة و دراسة	45	2,70	0,21	2,04	1,67	0,05	88	دال
أقسام عادية	45	2,63	0,24					



تمثيل بياني رقم (05): يوضح نتائج المجال الثاني بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة و الأقسام عادية

2-2-1. عرض النتائج:

تشير النتائج الواردة في الجدول رقم (05) و المتعلقة بقيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و كذلك T المحسوبة لتلاميذ أقسام رياضة و دراسة و تلاميذ الأقسام العادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية خلال الحسي الحركي، ان المتوسط الحسابي لدرجات تلاميذ أقسام رياضة و دراسة قد بلغ (2,70) و هذا بانحراف معياري قدر ب(0,21) في حين بلغ المتوسط الحسابي لتلاميذ أقسام عادية (2,63) بانحراف معياري قدر ب(0,24) حيث كانت قيمة (T) المحسوبة ب(2,04) و (T) الجدولية (1,67) وبدرجة حرية (88) عند مستوي الدلالة (0,05)

1-3. التساؤل الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ أقسام رياضة و دراسة و الأقسام

العادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية خلال المجال الاجتماعي العاطفي ؟

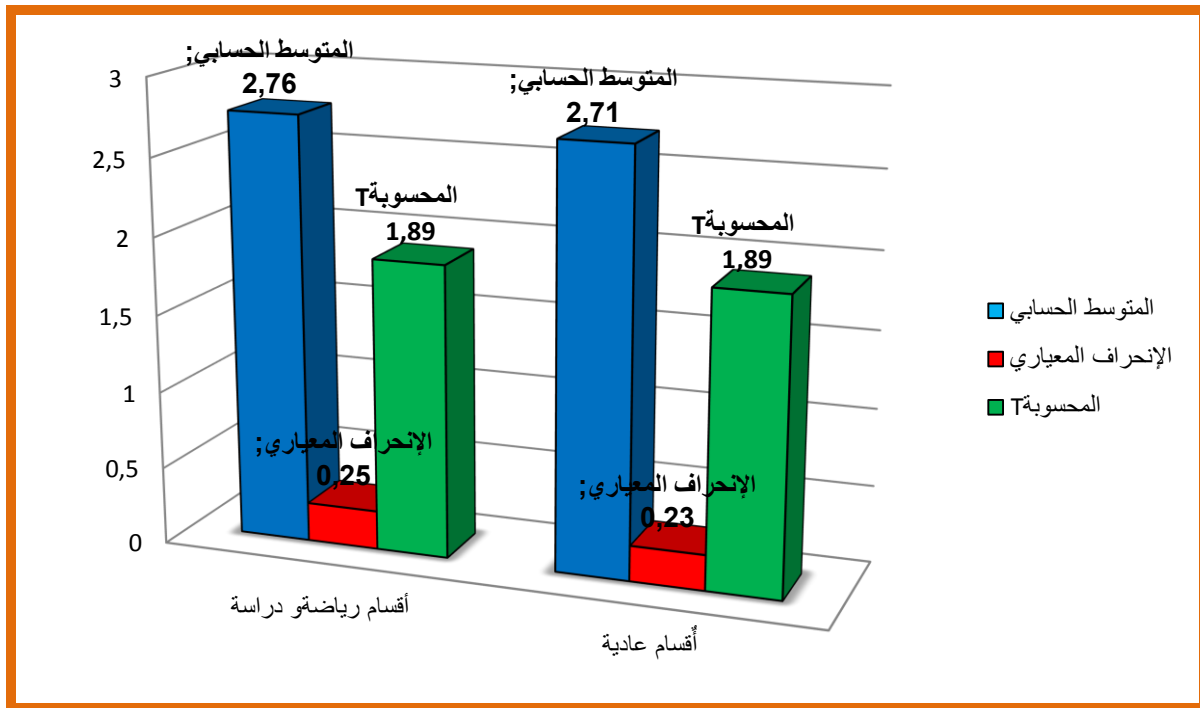
1-3-1. الغرض من السؤال: التعرف على الفرق في اتجاهات بين تلاميذ أقسام رياضة و دراسة و

الأقسام العادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية خلال المجال الاجتماعي العاطفي.

الجدول رقم (06) يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وقيم T للمجال الاجتماعي

العاطفي لتلاميذ أقسام رياضة و دراسة و تلاميذ أقسام العادية.

المقارنة بين المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	T الجدولية	مستوي الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
رياضة و دراسة	45	2,76	0,25	1,89	1.67	0,05	88	دال
أقسام عادية	45	2,71	0,23					



تمثيل بياني رقم (06): يوضح نتائج المجال الثالث بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة و الأقسام عادية .

1-3-2. عرض النتائج:

تشير النتائج الواردة في الجدول رقم (06) و المتعلقة بقيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و كذلك T المحسوبة لتلاميذ أقسام رياضة و دراسة و تلاميذ الأقسام العادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية خلال المجال الاجتماعي العاطفي ، ان المتوسط الحسابي لدرجات تلاميذ أقسام رياضة و دراسة قد بلغ (2,76) و هذا بانحراف معياري قدر ب(0,25) في حين بلغ المتوسط الحسابي لتلاميذ أقسام عادية (2,71) بانحراف معياري قدر ب(0,23) حيث كانت قيمة (T) المحسوبة ب(1,89) و (T) الجدولية (1,67) وبدرجة حرية (88) عند مستوي الدلالة (0,05)

2- مناقشة النتائج

1-2. مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

عند إجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى المجموعتين تبين أن درجة المجموعة التلاميذ أقسام رياضة و دراسة كانت أكبر مقارنة مع درجة المجموعة التلاميذ أقسام عادية أي ($2.67 < 2.75$) كما أن الانحراف المعياري كان كبير عند المجموعة التلاميذ أقسام عادية مقارنة بالتلاميذ أقسام رياضة و دراسة أي ($0.17 < 0.25$) أما بالنسبة لقيمة (T) المحسوبة والمقدرة ب (1.72) فقد كانت أكبر من قيمة (T) الجدولية والمقدرة ب (1.67) أي ($1.67 < 1.72$) عند درجة حرية (88) ومستوى دلالة (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ أقسام رياضة و دراسة و التلاميذ أقسام عادية على مستوى المجال الأول (المعري) من خلال استبيان الاتجاهات نحو حصة التربية البدنية والرياضية و على ضوء هذه النتائج المتحصل عليها نقبل الفرضية الأولى للدراسة التي تحققت: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة والتلاميذ الأقسام العادية للبعد الأول (المجال المعري) وبحكم أن تلاميذ أقسام رياضة ودراسة حسب "القرار الوزاري المشترك ومتضمن إحداه أقسام الرياضة والدراسة" يستفيدون من جدول أسبوعي وبرنامج سنوية ودعم بيداغوجي المشخص، يهياً حسب برنامج المنافسات المحددة فيتكفل بتحضير البدني و الرياضي لهؤلاء التلاميذ موظفون مؤهلون تابعون للوزارة (تقنيون سامون و مستشارون رياضيون) و يستفيد أيضاً من فحوصات طبية دورية من طرف طبيب رياضة الذي يعين لهذا الغرض وعلى هذا فان تلاميذ أقسام رياضة ودراسة يكتسبون كما هائل من المعارف و المبادئ و القوانين الخاصة بالنشاط الرياضي، وهذا راجع إلى الظروف المتوفرة فيكون لديهم اتجاه نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي كما أكده **محمد نصر الدين** "أن الأنشطة الرياضية تمكنهم من تنظيم المعارف و المدركات للأشياء من حوله وتفسيرها وهذا ما يجعلهم يكتسبون الأداء العقلي الذي يتعلق بالاسترجاع للمعلومات و العمل على تطوير القدرات و المهارات العقلية" وهذا هو جوهر المجال المعري. (محمد نصر الدين رضوان: 2006، ص28)،

وهذا ما تاكده دراسة **كحلي كمال 2008** حيث وصل إلى نتيجة أن هناك فروق في الاتجاهات نحو حصة التربية البدنية بين الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي لصالح الممارسين وهذا ما يؤكد أن تلاميذ أقسام رياضة ودراسة لهم اتجاهات أقوى نحو حصة التربية البدنية والرياضية مقارنة بالأقسام العادية وهذا راجع إلى الظروف الموفرة لهم .

و في ظل غياب التمكين الحاصل بالمؤسسات التربوية التعليمية لتلاميذ أقسام العادية من وسائل بيداغوجية ومرافق ضرورية لمزاولة الأنشطة الرياضية مقارنة بتلاميذ رياضة ودراسة وهذا ما أدى إلى تغيير نظرهم نحو حصة التربية

البدنية والرياضية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الأولى : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات التلاميذ أقسام رياضة و دراسة والتلاميذ أقسام عادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية (المجال المعرفي).

2-2. مناقشة الفرضية الثانية :

عند إجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى المجموعتين تبين أن درجة المجموعة التلاميذ أقسام رياضة و دراسة كانت أكبر مقارنة مع درجة المجموعة التلاميذ أقسام عادية أي ($2.70 < 2.63$) كما أن الانحراف المعياري كان كبير عند المجموعة التلاميذ أقسام عادية مقارنة بالمجموعة الممارسة التلاميذ أقسام رياضة و دراسة أي ($0.24 < 0.21$) أما بالنسبة لقيمة (T) المحسوبة والمقدرة ب (2.04) فقد كانت أكبر من قيمة (T) الجدولية والمقدرة ب (1.67) أي ($1.67 < 2.04$) عند درجة حرية (88) ومستوى دلالة (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ أقسام رياضة و دراسة و التلاميذ أقسام عادية على مستوى البعد الثاني (المجال الحسي الحركي) من خلال استبيان الاتجاهات نحو حصة التربية البدنية والرياضية و على ضوء هذه النتائج المتحصل عليها نقبل الفرضية الثانية للدراسة التي تحققت: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة والتلاميذ أقسام عادية للبعد الثاني (المجال الحسي الحركي)، وبمقتضى القرار الوزاري المشترك حيث تقر المادة الثانية والثالثة أن يستفيد أقسام رياضة ودراسة تنظيماً في التوقيت الأسبوعي والسنوي ملائماً لمتطلبات الدراسة وبرامج التدريبات والمنافسات (الجريدة الرسمية: 1991) ومن هذا فان الإمكانيات المتوفرة لتلاميذ أقسام رياضة ودراسة والحجم التدريبي المقرر لهم مقارنة بتلاميذ أقسام العادية بحيث أنهم يقومون بتدريب بشكل منتظم و مستمر و يركزون على تنمية الجانب البدني وذلك من خلال المنافسات تحت إشراف المدربين اللذين يتبعون استراتيجيات واضحة لتحديد البرامج الخاصة بهم لتحقيق النتائج المرجوة لان الغرض من النشاط ليس ترويجي فقط بل يتعدى ذلك وهذا ما يعزز أفضلية هذه الفئة على أقرانهم من تلاميذ أقسام العادية في الجانب الحسي الحركي، حيث يصبحون قادرين على معرفة الحركات في مختلف المواقف و القدرة علي استمرار ممارسة التمارين الرياضية للحفاظ على اللياقة البدنية العامة و القدرة على التنسيق بين الحركات و التوافق الحسي الحركي التي يتطلبها النشاط التنافسي، وهذا ما يؤكد سنجر في الميدان الحسي الحركي " إن من أهم ما يميز هذا المجال التركيز على الحركات البدنية و كيفية التحكم فيها و توجيهها ". (محمد نصر الدين رضوان: 2006، ص 37)

وهذا ما جعل تلاميذ رياضة و دراسة يتفوقون عن التلاميذ الأقسام العادية مما أدى إلى تغيير نظرهم بشكل أحسن واكتسابهم اتجاه إيجابي نحو حصة التربية البدنية والرياضية مما يؤكد صحة الفرضية الثانية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات التلاميذ أقسام رياضة و دراسة والتلاميذ أقسام عادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية (المجال الحسي الحركي).

2-3. مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

عند إجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى المجموعتين تبين أن درجة المجموعة التلاميذ أقسام رياضة و دراسة كانت أكبر مقارنة مع درجة المجموعة التلاميذ أقسام عادية أي ($2,76 < 2,71$) كما أن الانحراف المعياري كان كبير عند المجموعة التلاميذ أقسام عادية مقارنة بالمجموعة الممارسة التلاميذ أقسام رياضة و دراسة أي ($0,23 < 0,25$) أما بالنسبة لقيمة (T) المحسوبة والمقدرة ب (1.89) فقد كانت أكبر من قيمة (T) الجدولية والمقدرة ب (1.67) أي ($1.67 < 1.72$) عند درجة حرية (88) ومستوى دلالة (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ أقسام رياضة و دراسة و التلاميذ أقسام عادية على مستوى المجال الثالث (اجتماعي عاطفي) من خلال استبيان الاتجاهات نحو حصة التربية البدنية والرياضية و على ضوء هذه النتائج المتحصل عليها نقبل الفرضية الثالثة للدراسة التي تحققت: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة والتلاميذ أقسام عادية للبعد الثالث (اجتماعي عاطفي)، وهذا راجع الى الاحتكاك الكبير من طرف تلاميذ رياضة ودراسة بعدة عوامل خارجية تؤثر على العلاقات الاجتماعية لديهم لانهم في حيز مفتوح من التعارف (اللاعبين في المنافسات الولائية و الوطنية ، الجمهور بحكم تدريبهم في الملعب، الفريق في حد ذاته) ، بالإضافة إلى عدد الحصص الأسبوعي بينهما حيث أقسام رياضة ودراسة لديهم خمس حصص مقارنة بالأقسام العادية حصة واحدة و بالتالي تطوير اتجاهاتهم و قيمهم الاجتماعية مما يكسبهم سمات شخصية اجتماعية قوية (الثقة بالنفس، مهارات الاتصال ، الانتماء ، نمو الشخصية ، التعبير عن الذات ، الانضباط ، الروح الرياضية) الناتج عن التفاعل الحاصل بين تلك المؤثرات و بالتالي تطوير الجانب الاجتماعي وهذا ما يتفق مع دراسة بوجليدة حسان حيث توصل الباحث ان ممارسة النشاطات البدنية والرياضية كشكل من اشكال النشاط الاجتماعي المنظم تلعب دورا وقائيا و تحسين في الميول نحو هذا النشاط لما تتيح من فرص لإشباع الرغبات و الحاجات التي يتطلبها النمو، بصفة مقبولة اجتماعيا و لما تجلب له من المتعة و السرور مما يرفع من المستوى التوافق الاجتماعي (دراسة حسان بوجليدة: 2010)

واضاف نصر الدين مُجد رضوان " يعمل هذا الجانب على تطوير الجانب الانفعالي للتلميذ من حيث : الوعي و الانتباه و الدافعية و الرضا وغيرها من القيم " (مُجد نصر الدين رضوان ، 2006، ص32)

وهذا ما جعل التلاميذ رياضة و دراسة يتميزون عن التلاميذ أقسام العادية مما أدى الى تغيير نظرهم بشكل احسن واكتسابهم اتجاه ايجابي نحو حصة التربية البدنية والرياضية مما يؤكد صحة الفرضية الثالثة : توجد فروق ذات دلالة احصائية في اتجاهات التلاميذ أقسام رياضة و دراسة والتلاميذ أقسام عادية نحو حصة التربية البدنية والرياضية (المجال اجتماعي عاطفي).

- الاستنتاجات:

من خلال نتائج الدراسة يمكن أن نقول بان الفرضية العامة التي تقول توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ أقسام رياضة ودراسة وتلاميذ الأقسام العادية في المرحلة المتوسطة نحو حصة التربية البدنية والرياضية، قد تحققت حيث ظهرت هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح تلاميذ رياضة ودراسة.

فمن خلال بحثنا هذا خرجنا بعدة نقاط مهمة لا يمكن إغفالها فقد وصلنا إلى كون تلاميذ رياضة ودراسة لديهم نظرة أكثر دقة و شمول تجاه حصة التربية البدنية و الرياضية و أهدافها حيث أدركوا ماهيتها مقارنة بتلاميذ أقسام العادية، ويرى الباحث أن نتائج هذه الفرضية جاءت منطقية بالنظر إلى الإمكانيات المتوفرة لتلاميذ رياضة ودراسة، وبالجمم التدريبي المقرر لهم مقارنة بتلاميذ الأقسام العادية إضافة إلى:

- ✓ تلاميذ رياضة ودراسة يقومون بالتدريب بشكل منتظم ومستمر.
- ✓ المدربين الذين يشرفون على هذه الفئات يتبعون استراتيجيات واضحة في تحديد البرامج الخاصة بأقسام رياضة ودراسة.
- ✓ الحجم الساعي للحصص التعليمية التدريبية الكافية لتنمية مختلف الجوانب (المعرفية، الحركية، الاجتماعية)
- ✓ تنوع وجود الوسائل التعليمية التدريبية لتلاميذ أقسام رياضة ودراسة.
- ✓ من خلال دراسة الاتجاهات يمكن تحديد سلوك التلاميذ.
- ✓ تساهم الاتجاهات بشكل مباشر في بناء البرامج التعليمية.

- الاقتراحات:

فمن خلال النتائج التي تحصل عليها الباحث في هذا البحث ارتأى أن يقدم مجموعة من الاقتراحات التي يراها مفيدة لخدمة الرياضة وكذا خدمة البحث العلمي:

➤ أولاً:

- ✓ التكفل بتلاميذ أقسام رياضة ودراسة وهذا بتوجيههم إلى الثانويات الرياضية.
- ✓ تعميم أقسام رياضة ودراسة على جميع مناطق الوطن لتشجيع الرياضة المدرسية لتكون الخزان الأول للمنتخبات الوطنية.
- ✓ ضرورة تلبية حاجيات المراهق النفسية والحركية والاهتمام بالمشاكل النفسية والاجتماعية للتلاميذ ومساعدتهم على حلها.
- ✓ اقتراح زيادة عدد حصص التربية البدنية والرياضية في مختلف مراحل التعليمية.
- ✓ تخصيص برامج إعلامية خاصة بالرياضة المدرسية لتشجيع التلاميذ على ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية.
- ✓ ضرورة الاهتمام بأستاذ التربية البدنية و الرياضية من حيث توفير مجالات تعليمية في التربية البدنية و الرياضية وإشراكه في الندوات لصقل و تجديد معلوماته ومعرفة الجديد في مجال تخصصه.
- ✓ اهتمام و سائل الإعلام بالتوعية الرياضية لما في ذلك من أثر إيجابي على إدراك مفهوم التربية الرياضية و خاصة لدى أولياء أمور التلاميذ.
- ✓ توفير أساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى الابتدائيات و طنيا ، حيث يساعد على كشف المواهب مبكراً والاعتناء بها وتوجيهها توجيهها صحيحاً، ويكون همزة وصل بين الابتدائي والمتوسط.
- ✓ الدعم المادي للمؤسسات التي تتواجد فيها أقسام رياضة ودراسة لمواصلة عملهم، حيث أن هناك ولايات ألغت هذا المشروع الهام والفعال بسبب انقطاع الدعم المادي من الوزارة الوصية، وهذا ما لمسناه ميدانياً.

➤ ثانياً:

- اقتراح مجموعة مذكرات تتناول دراسة موضوع أقسام رياضة ودراسة وهذا يهدف إلى:
- ✓ إعطاء حكم سليم ودقيق لمدى نجاعة وتحقيق مشروع رياضة ودراسة لأهدافه.
- ✓ تعميم الدراسة و طنيا هذا بهدف إعطاء مصداقية لمشروع رياضة ودراسة.

➤ ثالثاً:

مع أهمية التربية البدنية والرياضية في حياة الشعوب بصفة عامة بل في حياة الفرد بصفة خاصة، وجب على المسؤولين في التربية والتعليم الاهتمام بهذا الجانب التربوي المتكامل وبدا التفكير في إنشاء مدارس رياضية للنشء، وبناء على أهم التجارب العالمية في ذلك خصوصا على مستوى المتوسط. لما توفره من مزايا من أهمها توفر المدرسة الخاصة بطبيعتها مناخا ايجابيا داعما للتميز والإبداع. وكذا تستجيب منهاج المدارس الخاصة لاحتياجات طلبتها الموهوبين.

يقترح الباحث إنشاء متوسطة جهوية تتكفل بالتلاميذ الموهبين رياضيا بناء على مداخلة الأستاذ فضل قيس رئيس قسم التدريب الرياضي بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بسكرة خلال ملتقى وطني بجامعة بسكرة سنة 2013 تحت مسمى (تصور مقترح لإنشاء متوسطة رياضية في ظل التجارب العالمية)

- خلاصة عامة:

انطلقت هذه الدراسة من إشكالية مفادها البحث عن وجود اختلاف على مستوى الاتجاهات بين تلاميذ أقسام رياضة ودراسة والأقسام العادية وبذلك اتجهت الدراسة إلى البحث في الاتجاهات النفسية وكذلك أهمية وأهداف حصة التربية البدنية والرياضية كما تم تطرق إلى الاتجاهات النفسية، من حيث المفهوم الاتجاهات وتم إيضاح مكونات وأنواع الاتجاهات وطرق قياسها، وأهم النظريات المفسرة لها، والفصل الثاني تضمن حصة التربية البدنية والرياضية، كما احتوى على مفهوم التربية والتربية البدنية والعلاقة بينهما، إضافة إلى بناء وأهمية التربية الرياضية، وأهمية برامج وأهداف التربية البدنية والرياضية في مرحلة المتوسط ودوافع ممارسة النشاط الرياضي. كما تطرقنا فيه إلى المراهقة المبكرة من خصائص، وحاجات وأزمات ودور الرياضة في مرحلة المراهقة ونصائح لكل مربي لإفراد هذه المرحلة. واستخلصنا من الدراسة أن الاتجاهات من بين الموضوعات الرئيسية التي يدرسها علم النفس الاجتماعي، كما تلعب دوراً هاماً في تأثيرها على النشاط الرياضي، كونها تمثل القوة التي تحرك الفرد و تثيره لممارسة هذا النشاط و الاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة، وبالتالي الارتقاء بهذا النوع من النشاط وبالتالي تحقيق أهداف المرجوة .

قائمة المراجع:

-الكتب باللغة العربية:

1. أبو الفضل جمال الدين منظور: لسان العرب، دار الطباعة والنشر، ب ط، ج3، لبنان، 1997.
2. أبو النيل محمود: علم النفس الاجتماعي، الطبعة الثانية، دار النهضة العربية، بيروت 1980.
3. إحسان مُجَد الحسن: الأسس العلمية لمنهاج البحث الاجتماعي، دار الفكر للطباعة والنشر، بيروت، ط1، 1981.
4. احمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة، 2003.
5. احمد عبد اللطيف وحيد: علم النفس الاجتماعي، ط الأولى، دار السيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2001.
6. أكرم زكي خطايبية: المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، 1997.
7. أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، ب ط، جامعة حلوان، 1998.
8. أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، 1996.
9. أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: منهاج التربية البدنية والرياضية المعاصرة، ط 1 دار العربي، القاهرة، 2000.
10. بسطويس احمد: أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، ط 1، ب بلد، 1996.
11. حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، علم الكتب، ب ط، ب بلد، 1982.
12. حسن، زكي مُجَد وآخرون: "الاتجاهات نحو النشاط الرياضي وعلاقتها بالعادات والسلوكيات الصحية لتلاميذ الصف الأول الثانوي". المؤتمر العلمي 2002 .
13. حسن السيد معوض: التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، الكويت، 1977.
14. درويش زين العابدين وآخرون: علم النفس الاجتماعي وأسس وتطبيقاته، مطابع زمزم، القاهرة، 1993.
15. درويش، كمال عويس خير الدين: دور الممارسة الرياضية في المرحلة الثانوية في استمرار الممارسة، معهد الدراسات والبحوث، 1983.
16. الدمشقي الإمام أبي بكر زكريا: رياض الصالحين، ط 3، مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر، بيروت، 1998.
17. رابع التركي: أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 2، الجزائر، 1990.
18. رابع تركي: أصول التربية، ديوان المطبوعات الجامعية، ب ط، الجزائر، 1989.
19. الزغيبي احمد محمود: أسس علم النفس الاجتماعي، دار الحكمة اليمانية، صنعاء، 1994.
20. سعد جلال، مُجَد حسن العلاوي: علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف، ط 4، القاهرة، 1975.

21. السيد فؤاد البهي: علم النفس الاجتماعي، ط 3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1981
22. السيد مُجَّد البدوي: مبادئ علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1986.
23. صالح عبد العزيز عبد المجيد: التربية وطرق التدريس، دار المعارف، مصر، الجزء الأول، 1968،
24. عباس احمد السمراي: طرق تدريب التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1984.
25. عباس محمود عوض: علم النفس الاجتماعي، دار النهضة العربية، بيروت، 1980
26. عبد العالي الجسماني: سيكولوجية المراهقة وحقائقها الأساسية، ب ط، دار البيضاء، 1994.
27. عبد الغني الأيدي: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة والنشر، ب ط، ب بلد، ب سنة.
28. عبد المجيد نشواتي: علم النفس التربوي، دار الفرقان، مؤسسة الرمال، الأردن، ط 1993، 6.
29. عبد المنعم الميلادي: أصول التربية، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2001
30. عدنان درويش جلود، وآخرون: التربية الرياضية المدرسية، دليل المعلم، الفصل وطالب التربية العلمية، دار الفكر العربي، ط 3، 1994.
31. عطاء الله احمد: أساليب وطرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، 2006.
32. عفاف عبد الكريم: طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، ب ط، الإسكندرية، 1993
33. عفاف عثمان عثمان: الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، دار الوفاء الإسكندرية، ط 1، 2008
34. عوض عباس محمود: علم النفس الاجتماعي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1994
35. غسان الصادق وسامي الصغار: التربية البدنية والرياضية، ب س، كتاب منهجي، جامعة بغداد.
36. فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة الى الشيخوخة، دار الفكر العربي، ب ط، مصر، 1997
37. فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، ب ط، دار الفكر العربي، مصر، 1998.
38. فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، ب ط، مصر، 1997.
39. فايز مهنا: التربية الرياضية الحديثة، دار طلاس للدراسات والترجمة والنشر، سوريا، 1985.
40. قاسم المندلوي وآخرون: دليل الطالب في التطبيقات للتربية البدنية والرياضية، جامعة الموصل، العراق، 1990.
41. قاسم حسن البصري: نظرية التربية البدنية، مطبعة الجامعة، بغداد 1979، ص 19.
42. قاسم حسن البصري: نظرية التربية البدنية، مطبعة جامعة بغداد، ب ط، 1979.
43. كامل مُجَّد عويضة: علم النفس الاجتماعي، دار الكتاب، ب بلد، 1996.

44. اللجنة الوطنية للمنهاج: الوثيقة المرافقة لمنهاج السنة الثانية متوسط، مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد، الجزائر، 2003.
45. مُجَّد الحمامي وأمين الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط 2، القاهرة، 1998.
46. مُجَّد الحمامي، أمين أنور الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية، دار الفكر العربي، 1990.
47. مُجَّد النظالي: التربية البدنية والرياضية ومعارفها وأبعادها، مؤسسة فرانكين، القاهرة 1974.
48. مُجَّد حسن العلاوي: سيكولوجية التدريب والمنافسة، ط 7، دار المعارف، القاهرة، 1992.
49. مُجَّد حسن العلاوي: علم النفس الرياضي، الطبعة السابعة، دار المعارف، القاهرة، 1991.
50. مُجَّد حسن العلاوي: علم النفس الرياضي، ط 8، دار المعارف، القاهرة، 1992.
51. مُجَّد حسن العلاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط 1، القاهرة، مصر، 1998.
52. مُجَّد حسن العلاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، (ط 1)، مصر، القاهرة، 1998.
53. مُجَّد سعيد عزمي: أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي، ب ط، جامعة الإسكندرية، 1996.
54. مُجَّد سعيد عزمي: أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية من مرحلة التعليم الأساسي، ب ط، جامعة الإسكندرية، 1996.
55. مُجَّد سعيد عزمي: أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية، (ب ط)، دار وفاء للطباعة والنشر، مصر، ب.
56. مُجَّد سويلم بسيوني: أساسيات المنهج العلمي في العلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، دار الفكر العربي، طبعة أولى، القاهرة، مصر، 2013.
57. مُجَّد علي مُجَّد: علم الاجتماع والمنهج العلمي، دراسة في طرائق البحث وأساليبه، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1986.
58. مُجَّد عماد الدين: النمو في مرحلة المراهقة، دار القلم، ط 1، الكويت، 1986.
59. مُجَّد عوض البسيوني وفيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التدريس التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط 2، 1987.
60. مُجَّد نصر الدين رضوان، مدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية مركز الكتاب للنشر، طبعة أولى، القاهرة، 2006.
61. محمود حسن: الأسرة ومشكلاتها، دار النهضة، ب ط، ب بلد، 1981.
62. محي الدين مختار: محاضرات علم النفس الاجتماعي ديوان المطبوعات، ب ط، الجزائر، 1982.
63. مديرية التربية والتعليم، مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي، ط جوان، 1997.

64. مرعي توفيق، بلقيس احمد: الميسر في علم النفس الاجتماعي، ط 2، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1982.

65. مصطفى غالب: سيكولوجية النمو والمراهقة، مكتبة الهلال، ط 1، بيروت، 1979.

66. مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار المعارف الجديدة، ب ط، ب بلد، 1986.

67. مقدم عبد الحفيظ: الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، 1993.

68. مناهج السنة الأولى من التعليم المتوسط: وزارة التربية الوطنية (مديرية التعليم الأساسي)، افريل 2003.

69. ميخائيل إبراهيم اسعد: مشكلة الطفولة والمراهقة، ط 2، دار الأفاق الجديدة، بيروت، 1990.

70. ميخائيل خليل معوض: مشكلات المراهقة في المدن والأرياف، دار المعارف، ب ط، القاهرة، 1971.

71. ناهد محمود سعد ونيللى رمزي فهمي: طرق التدريس في التربية الرياضية، ط 2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2004.

72. نوري الحافظ: المراهقة، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، ط 2، ب بلد، 1990.

73. يوسف ميخائيل اسعد: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة والنشر، ب ط، ب بلد، ب سنة.

74. يوسف ميخائيل اسعد: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة والنشر، بط، ب بلد، ب س.

-الرسائل والأطروحات الجامعية:

75. فحصي مُجّد رياض: "الاتجاهات نحو مادة التربية البدنية وعلاقتها بالقيم الاجتماعية لدى تلاميذ

الثانويات الجزائرية"، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر، 2001.

76. مُجّد مصطفى منصور: "اتجاهات طلاب مرحلة التعليم الثانوي نحو درس التربية الرياضية بمحافظة الغربية"

، مصر، 1998.

77. حسان بوجليدة: "ممارسة نشاطات الرياضات الجماعية وعلاقتها بعملية التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ

التعليم الثانوي بالمحيط المدرسي" غير منشورة، سيدي عبد الله، الجزائر، 2010.

78. زحاف مُجّد: "العلاقات الاجتماعية للتلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية وانعكاساتها على

السمات الانفعالية"، مذكرة ماجستير، جامعة الجزائر، 2001.

79. كحلي كمال: "الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط " ،

رسالة ماجستير، 2008.

80. عزيزة مُجّد سالم: "الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي" رسالة دكتوراه، جامعة

حلوان، كلية التربية الرياضية للبناء، القاهرة، 1977.

-المجلات والجرائد:

81. الجريدة الرسمية: 1991 المرسوم التنظيمي رقم 91-420 المؤرخ في 25 ربيع الثاني ل 2 نوفمبر 1991 يتضمن استحداث أقسام رياضة ودراسة.
82. الجريدة الرسمية: 1995 القرار الوزاري المشترك بين وزارة التربية الوطنية ووزارة الشبيبة والرياضة المؤرخ في 11 شعبان عام 1413 الموافق ل: 3 فبراير سنة 1993 يحدد مقاييس للالتحاق بأقسام رياضة ودراسة.
83. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، بحوث مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية، مجلة العدد الثالث، جامعة الحلوان، مصر، 1996.
84. الجريدة الرسمية: 2008 القرار الوزاري المشترك المؤرخ في 11 شعبان عام 1429 الموافق ل: 13 اغسطس 2008، المتضمن إحداث أقسام رياضة ودراسة.

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية الحركية

التخصص: تربية حركية عند الطفل والمراهق

استمارة استبيان

أخي التلميذ أختي التلميذة تحية طيبة وبعد:

في إطار القيام بدراسة ميدانية بعنوان: "دراسة مقارنة لاتجاهات تلاميذ المرحلة المتوسطة نحو حصة التربية البدنية والرياضية بين تلاميذ الأقسام العادية ورياضة ودراسة". ببعض متوسطات ولاية باتنة.

لانجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص تربية حركية عند الطفل والمراهق .

وبصفتك الشخص المؤهل لتزويدنا بالمعلومات المناسبة لهذا الموضوع، نرجو منك الإجابة على الأسئلة الاستبيان بعناية، ونتعهد بحفظ سرية إجابتك التي لن نستخدم إلا لأغراض العلمية.

البيانات الشخصية للتلميذ:

المستوى الدراسي:

نظام الدراسة: أقسام عادية أقسام رياضة ودراسة

ملاحظة:الرجاء قراءة كل عبارة في الصفحة الموالية ثم الإجابة عليها بوضع علامة (x) في الخانة التي تناسب رأيك ، مع العلم انه ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، إنما المهم هو مدى تطابق إجابتك مع رأيك.

ولك منا جزيل الشكر والتقدير

الرقم	العبارة	موافق	حايد	غير موافق
-------	---------	-------	------	-----------

السنة الجامعية: 2016/2015

			1	هتم بمعرفة قوانين الأنشطة الرياضية التي أمارسها في حصة تربية البدنية والرياضية.
			2	خصص وقت لمشاهدة الأخبار الرياضية.
			3	ساعد حصة التربية البدنية والرياضية على معرفة بعض لعادات الصحية السليمة.
			4	حاول التعرف على تاريخ الأنشطة الرياضية التي أمارسها اخل حصة التربية البدنية والرياضية.
			5	حاول تحديد مراكز اللاعبين في الأنشطة الجماعية داخل حصة التربية البدنية والرياضية.
			6	حاول تطبيق القوانين في الأنشطة الرياضية المختلفة.
			7	هتم بمعرفة أسماء الأجهزة المستعملة في الأنشطة الرياضية اخل حصة التربية البدنية والرياضية.
			8	حاول مناقشة أستاذ التربية البدنية والرياضية في بعض لمعلومات الخاصة بالأنشطة الرياضية.
			9	حاول استخدام المعلومات المكتسبة من الحصص السابقة في داء بعض الأنشطة الرياضية المختلفة.
			10	ساعدني حصة التربية البدنية والرياضية على اكتساب ثقافة رياضية عامة.
			11	حاول إتقان بعض المهارات الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.
			12	حاول التأقلم مع جميع الحركات والمهارات التي يقدمها لأستاذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
			13	ساعد أنشطة حصة التربية البدنية والرياضية بالإحساس مختلف أطراف الجسم وتحسين القوام.
			14	تدرج في انجاز الحركات الرياضية المختلفة من السهل إلى الصعب.
			15	حصة التربية البدنية والرياضية تكسبني لياقة بدنية جيدة.
			16	ستغل فترات الراحة بين التمرينات بأداء بعض حركات تتمديد.
			17	ستعمل كل أطراف جسمي لكي أتمكن من إتقان المهارات.
			18	تجنب الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر كبير من الخطورة.
			19	حاول التحكم في الحركات الرياضية المقدمة من طرف لأستاذ.
			20	حاول توزيع الجهد أثناء حصة التربية البدنية والرياضية من داية الحصة إلى نهايتها.
			21	ساعدني حصة التربية البدنية والرياضية على اكتساب الثقة بالنفس.
			22	ساعدني الأنشطة الرياضية على ضبط النفس والتصرفات

			لغير لائقة.
23			حصة التربية البدنية والرياضية تكسبني أخلاق حميدة.
24			من خلال حصة التربية البدنية والرياضية أتعلم التضامن التكافل مع زملاء.
25			لأنشطة الرياضية تعلمني الاعتماد على النفس وكيفية التعامل مع المنافس.
26			لأنشطة الرياضية الدور في إزالة الغضب وإدخال البهجة السرور لي.
27			فضل ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من التلاميذ.
28			فضل الأنشطة الرياضية بصفة خاصة الأنشطة التي أستطيع ممارستها مع زملاء.
29			كسبني حصة التربية البدنية والرياضية المهارات الاجتماعية عن طريق الاشتراك في الأنشطة والألعاب الحركية.
30			من خلال حصة التربية البدنية والرياضية أتعلم مبدأ الروح الرياضية واحترام الغير.