

دور الرياضات الجماعية في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثانوي

بوشيبان توفيق مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والفنية ، جامعة الجزائر 3.

ملخص.

تناولنا في هذه الدراسة دور الرياضات الجماعية في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثانوي، ولمعالجة هذا الموضوع تم طرح الاشكالية بالتساؤل التالي : هل للرياضات الجماعية دور في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثانوي، وللإجابة على هذا التساؤل تم اقتراح فرضية عامة مفادها أن الرياضات الجماعية لها دور في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثانوي، وتتفرع منها فرضيتان جزئيتان، فالفرضية الجزئية الأولى مفادها أن الرياضات الجماعية تساهم في التقليل من ظاهرة الاحباط لدى المراهقين، أما الفرضية الجزئية الثانية فمفادها أن الرياضات الجماعية تساهم في التقليل من ظاهرة القلق لدى المراهقين .

وقد تم معالجة الموضوع في جانبه التطبيقي باستخدام المنهج الوصفي وذلك نظرا لطبيعة الموضوع واعتمدنا على أداة الاستبيان لجمع المعلومات الموجه إلى كل من التلاميذ والأساتذة، والذي وزع على عينة تم اختيارها بطريقة عشوائية قوامها 240 بالنسبة للتلاميذ و 30 بالنسبة للأساتذة.

وتوصلنا إلى استنتاجات أهمها أن الرياضات الجماعية تساهم في التقليل من الاحباط و القلق لدى المراهقين.

الكلمات الدالة : الرياضات الجماعية، السلوك العدواني، المرافقة.

Abstract.

We have tackled in this study the role of collective sports in the reduction of aggressive behavior within teenagers, and to find out solutions to this issue, we have asked the following question: have collective sports really part in minimizing aggressive behavior with teenagers, and to answer the question there have been suggestion of general hypothesis that comprises that collective sports have a real role in minimizing aggressive behavior with teenagers, from which derives two partial hypotheses: the first partial hypothesis which consists that team sports contribute in the minimization of distress among adolescents whereas, the second partial hypothesis involves that team sports reduce stress within teens .

The issue of collective sports was successful from the practical side by using the descriptive method due to the nature of the subject by focusing on a the use of the means of questionnaire to obtain information intended to pupils and teachers. This latter was distributed on a sample group chosen at random that includes 240 pupils and 30 teachers

The survey revealed that team sports rally contribute in reducing distress and stress among adolescents.

Key-words: team sports , aggressive behaviors, adolescence .

مقدمة.

يلعب الوسط المدرسي دور كبير في تكوين شخصية التلميذ وهذا من خلال البرامج المسطرة سواء داخل ساعات الدراسة أو خلال فترات الاستراحة حيث أن المناهج المعتمدة من طرف أهل الاختصاص تحمل في طلباتها أهداف مضمونها بناء شخصية سوية قادرة على العيش في مختلف الأوساط الإجتماعية . وبما أن التربية البدنية و الرياضية هي مادة من المواد الأكاديمية وهي ذات أهمية كبيرة لما تكنتسيه من فوائد نفسية واجتماعية وتعليمية وهذا لما تتميز به عن باقي المواد الدراسية، حيث تلعب دورا كبيرا خاصة للمراهق ، حيث تساعده على اجتياز فترة المرافقة في أحسن وجه وهذا لما تتميز به من خصائص أهمها اشباع رغبات وحاجات المراهق والتقليل من آثار السلوكيات العدوانية مثلا ، فالسلوك العدواني هو سلوك هجومي يحاول به الفرد أن يقوم ضد بيئته لكي يحصل على أهدافه أو يجد مخرجا لتوتره (سعيدة علي بهادر ، 1981 ، 150) ، ويعرفه (مصطفى زيدان ، 1985 ، 239) بأنه يتمثل في مظاهر كثيرة

منها التهريج في القسم والاحتكاك بالمعلمين وعدم احترامهم والغناء والتحدي وعدم الانتظام في الدراسة ومقاطعة التعلم أثناء الشروح وايداء الآخرين واستعمال الألفاظ البديئة .

ومن بين المراحل التي وجد السلوك العدواني لنفسه متنفسا فيها هي مرحلة المراهقة ،و التي تعتبر جسرا يمر عليه الفرد من الطفولة إلى الرشد (حامد عبد السلام زهران ، 1977 ، 289) ، حيث يكتسب المراهق فيها سلوكات عدوانية عديدة قسما اكتسبه من مرحلة الطفولة والقسط الأخر تعلمه في هذه المرحلة التي يمتاز فيها المراهق بسرعة الغضب والانفراج، وكذا لما تتميز به هذه المرحلة من تغيرات جسمانية ونفسية واجتماعية التي بدورها تؤثر على الحالة النفسية للمراهق (عبد الرحمن عيسوي ، 1999 ، 101) وقد تكون هناك مساحة للعدوان في الرياضات لكنها محكومة بقواعد اللعبة ، ولقد نالت إشكالية العدوان وانتشارها في مختلف الرياضات اهتماما كبيرا من قبل العديد من الباحثين وهذا نظرا لخطورة الظاهرة وارتباطها بكثير من المتغيرات ذات الصلة بنمو شخصية الفرد اجتماعيا ونفسيا ، ومن خلال هذا المنطلق قمنا بصياغة إشكالية بحثنا على النحو التالي : هل للرياضات الجماعية دور في التقليل من السلوكات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى مساهمة الرياضات الجماعية في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين وهذا من خلال إبراز دور الرياضات الجماعية في التقليل من الإحباط والقلق لدى المراهقين .

1. تحديد المفاهيم والمصطلحات.

- الرياضات الجماعية : هي الألعاب الجماعية التي تساعد على الرقي بالمهارات الحركية للفرد وتنمي روح المنافسة الصحيحة والقوية وتساعد الفرد على التفكير وسرعة التصرف واتخاذ القرار السليم كما أنها تعتبر مجالاً لتنمية العلاقات الاجتماعية والتكيف الاجتماعي كما تعتبر وسيلة تربوية لشغل الوقت الحر (زحاف محمد ، 2001 ، 22) .

- السلوك العدواني : السلوك : لغة : مشتق في اللغة العربية من مصدر سلك، ويعني سيرة الإنسان وتصرفه (أحمد العابد ، داوود عبود ، 1989 ، 636) . اصطلاحا : حسب تعريف (أحمد زكي ، 1988 ، 7) هو " كل ما يصدر عن الكائن الحي نتيجة احتكاكه من عمل حركي أو تفكير أو سلوك لغوي أو مشاعر أو انفعالات أو إدراك " .

- العدوانية : عرفها (نعيم الرفاعي ، 1984 ، 80) " هو سلوك هجومي منطوي على الإكراه والإيذاء ، وبهذا المعنى يكون العدوان اندفاعيا، هجوميا يصبح معه ضبط النفس لنوازعها ضعيف " .
- السلوك العدواني : اصطلاحا : عرف بأنه " ذلك السلوك الذي يستهدف إلحاق الأذى بالآخرين أو تسبب القلق لديهم (رومان محمد ، 1995 ، 09) .

- المراهقة : لغة : تعني كلمة المراهقة في القاموس العربي (الاقتراب من الحلم)، ويقال في اللغة رهاق: بمعنى لحق أو دنى، ويقصد بالمراهق بالفتى الذي يدنو من الحلم اكتمال العقل أو الرشد أما في اللغتين الأجنبية الفرنسية والإنجليزية هي كلمة Adolescence والمشتقة من الفعل اللاتيني Adolescere أو Grow up ومعناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي والفعلية و الانفعالي و الاجتماعي (مصطفى فهمي ، 1974 ، 27) . اصطلاحا : المراهقة هي المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسى (عبد الرحمان عيسوي ، 1984 ، 80) .

2. الدراسات السابقة.

- الدراسة الأولى من إعداد واضح أحمد أمين، تحت عنوان "دور التربية البدنية والرياضية في خفض السلوك العدواني للتلاميذ المراهقين" رسالة ماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، السنة الجامعية 2004-2005 ، و اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الذي يقوم على دراسة وتحليل وتفسير الظاهرة من خلال تحديد خصائصها وأبعادها. العينة: تم إجراء البحث على عينة من التلاميذ يقدر ب 111 تلميذ يمارسون التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة و 111 تلميذ لا يمارسون التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة. وهي مختارة بطريقة عشوائية ، وفي الأخير توصل الباحث إلى نتيجة مفادها أن لممارسة التربية البدنية والرياضية أثر إيجابي على السلوكات العدوانية لدى المراهقين .

- الدراسة الثانية من إعداد نومسجد عبد القادر، تحت عنوان: "استخدام اللعب الحركي لخفض السلوك العدواني لدى الأطفال في المدرسة"، قسم التربية البدنية والرياضية – مستغانم- ماجستير، السنة الجامعية 2003 – 2004 ، اعتمد الباحث على الوصف واختبار رسم الرجل لـ "جوندانف وهاريس" للذكاء ، وقد أجرى الباحث دراسة على 40 طفل من جنسين يدرسون في صفوف الابتدائي، وكان الاختيار

عشوائي وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية: أن الأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين (7 - 8 سنوات) أكثر عدوانية من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين (6 - 7 سنوات) ، وأن الذكور أكثر عدوانية من الإناث في كلا المرحلتين .

- الدراسة الثالثة قام بإعدادها بن ناصر خالد تحت إشراف الدكتور " خلفوني محمد عدنان " وكانت الدراسة تحت عنوان " دور النشاط البدني الرياضي التربوي في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المراهقين "، مذكرة ماستر، الجزائر، السنة الجامعية 2011- 2012 ، استخدم الباحث المنهج الوصفي باعتباره الأنسب لطبيعة هذا الموضوع وأجريت الدراسة على عينة من التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والتي تقدر بـ (60 تلميذ و51 تلميذة) أي بمجموع 111 تلميذ، والتلاميذ الغير الممارسين ويقدر عددهم بـ (40 تلميذ و71 تلميذة) أي بمجموع 111 تلميذ، أما عينة الإساءة فهي مقدره بالعدد 20 أستاذ من متوسطات دائرة تيمزريث، واعتمد الباحث على أداة والتي هي مقياس السلوك العدواني لمحمد حسن علاوي والذي يتكون من 4 أبعاد للعدوان وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها : توجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان الجسدي بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين وتوجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان اللفظي بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الغضب بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين، وأخيرا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان الغير المباشر بين التلاميذ الممارسين في النشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين .

- التعليق على الدراسات السابقة : من خلال عرض الدراسات السابقة نلاحظ أن هناك العديد من الباحثين من تناول موضوع السلوك العدواني، فهناك من تناوله من حيث دور النشاط البدني الرياضي التربوي في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المراهقين ، في حين هناك من تناوله من حيث استخدام اللعب الحركي لخفض السلوك العدواني لدى الأطفال في المدرسة ، ودراسة أخرى تناولت الموضوع من حيث دور التربية البدنية والرياضية في خفض السلوك العدواني للتلاميذ المراهقين ، أما دراستنا الحالية فنحاول من خلالها معرفة الدور الذي تلعبه الرياضات الجماعية في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثانوي وهذا بتناولنا فرضيات مختلفة عن فرضيات الدراسات السابقة وهذا هو المبرر العلمي لتناول هذا الموضوع بهذه الكيفية .

وبالنسبة لمجالات الدراسة، فنلاحظ أن هناك اختلاف في المجال المكاني لمختلف الدراسات، بحيث أن معظم الدراسات أجريت على مستوى الأطوار الثلاث (الابتدائي المتوسط والثانوي) وفي ولايات ومقاطعات مختلفة، أما دراستنا الحالية فمجالها المكاني منحصر في بعض ثانويات ولاية بجاية، في حين المجال الزماني الذي أجريت فيه الدراسات السابقة التي تحصلنا عليها لهذا البحث، فقد انحصرت ما بين عامي 2003 و2012 م، وهي الدراسات التي تحصلنا عليها في حدود علمنا، أما الدراسة الحالية فأجريناها في عام 2017م

وفيما يخص العينة، فكانت الطريقة العشوائية هي الكيفية التي تم الاعتماد عليها لاختيار العينة من طرف كل الدراسات، إلا أن حجم عينات الدراسات مختلف، أما بحثنا الحالي فتبنى نفس الطريقة العشوائية في اختيار العينة والتي قوامها 240 تلميذ و30 أستاذ.

أما من حيث الأهداف، فقد تباينت أهداف الدراسات السابقة أيضا عن بعضها البعض من حيث دراسة حصة التربية البدنية والرياضية على حده و دراسة السلوك العدواني على حده ودراسة العلاقة بينهما، ودراسة العلاقة بينهما ظلت مشتركة في الغالبية العظمى من الدراسات وهذا هو هدف تشترك فيه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة كهدف مركزي وجوهري .

وفيما يتعلق بالمنهج نلاحظ أن كل الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي، وهذه خاصية مشتركة بين البحوث السابقة، أما بحثنا هذا فتبنى نفس المنهج الوصفي مسترشدا بالبحوث والدراسات السابقة إضافة إلى أنه ملائم لطبيعة الموضوع .

أما عن الأدوات المستخدمة في الدراسات فتعددت واختلفت، بحيث أن هناك دراسة "بومسجد عبد القادر" التي اعتمدت على أداة اختبار رسم الرجل لـ "جوندانف وهاريس" ودراسة "بن ناصر خالد" التي اعتمدت على أداة مقياس "محمد حسن علاوي" ، أما بحثنا الحالي اعتمد على أداة الإستبانة لجمع البيانات.

3. المنهجية.

- المنهج المتبع : من أجل التحليل والدراسة الشكلية لطبيعة الموضوع المقترح فإننا اعتمدنا على المنهج الوصفي .

- **مجتمع البحث :** و يعتبر مجتمعالبحث شمول كافة وحدات الظاهرة التي بصدد دراستها سواء كانت وحدات العد على شكل مجموعات (الثانويات) وبذلك فالمجتمع يمثل حجم المجموع. ومجتمع بحثنا هذا يشمل تلاميذ الطور الثانوي الذين يزاولون دراستهم في 55 ثانوية في ولاية بجاية، و في كل ثانوية 2 إلى 4 أستاذ.

- **عينة البحث وكيفية اختيارها :** العينة هي مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية و هي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أن تؤخذ مجموعة أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة (رشيد زرواتي ، 2002 ، 91). وحرصا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع قمنا باختيار عينة عشوائية بسيطة دون قيود أو خصائص قوامها 240 تلميذ موزعين عبر 6 ثانويات والمتمثلة في : ثانوية الحرية (بجاية)، ثانوية شهداء ممران طريق سطيف (بجاية)، ثانوية شهيد أرزقي لوريس (سمعون) ، ثانوية الشهداء أوجدي أكفادو تينيري، ثانوية 200/ 800 إفري أوزلاقن هلوان ، ثانوية عقون محند اليزيد (إغيل علي). في حين عينة أساتذة التربية البدنية والرياضية كان قوامها 30 أستاذ والتي اختيرت من 10 ثانويات 15 منهم من نفس الثانويات التي اختيرت منها عينة التلاميذ و 15 آخرين من الثانويات التالية : ثانوية قاضي عثمان تيشي ، ثانوية الحمادية (بجاية) ، ثانوية 20 أوت 1956 (أغزر أمقران) ، ثانوية شهيد مصباح حميد برشيش (القصر)، ثانوية كريم بلقاسم (سوق الاثنين).
- **الضبط الإجرائي لمتغيرات الدراسة:** العامل المستقل في بحثنا هذا هو " الرياضات الجماعية " و العامل المستقل في بحثنا هذا هو " السلوك العدواني " .

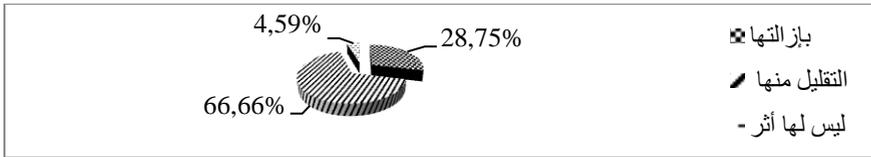
- **مجالات الدراسة :** شرعنا في إنجاز هذا البحث في مدة قدرها من بداية أكتوبر 2016 حتى نهاية شهر جوان 2017 وتنقسم الفترة إلى مرحلتين: المرحلة 01 من بداية شهر أكتوبر 2016 حتى شهر جانفي 2017 وهي مرحلة البحث النظري حيث قمنا من خلالها بجمع أهم ومختلف المعلومات حول موضوع بحثنا. المرحلة 02 والتي تمتد من بداية شهر فيفري 2017 حتى نهاية شهر ماي 2017 وهي مرحلة خصصت للجانب التطبيقي، وفي خلالها تم توزيع المقاييس ومناقشة النتائج المتحصل عليها. أجريت الدراسة في ولاية بجاية والتي قوامها 240 تلميذ و 30 أستاذ والتي تم اختيارها بطريقة عشوائية .
- **أدوات البحث : الاستبيان :** ويعرف الاستبيان على أنه: " مجموعة من الأسئلة والمركبة بطريقة منهجية حول موضوع معين ثم يوضع في استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين وهذا للحصول على الأجوبة الواردة فيها (محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب ، 1999 ، 146) . وقد قمنا باختيار الاستبيان لكونه يسمح لنا بعملية جمع المعلومات وتحليلها بسهولة. قمنا بجمع الإجابات على كل سؤال مع مراعاة تحليل الأسئلة حسب طبيعتها على شكل محاور للفرضيات حيث اعتمدنا على التحليل الاحصائي.

4. عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

1.4. **الفرضية الجزئية الأولى :** تساهم الرياضات الجماعية في التقليل من الإحباط لدى المراهقين.
- السؤال الثالث الخاص بالتلاميذ : إذا كانت لديك مشاكل كالإحباط ، هل الرياضات الجماعية تؤثر على هذه المشاكل ؟ الغرض من السؤال : معرفة كيفية معالجة الرياضات الجماعية للمشاكل النفسية كالإحباط .

جدول رقم (01) يبين كيفية معالجة الرياضات الجماعية للمشاكل النفسية كالإحباط .

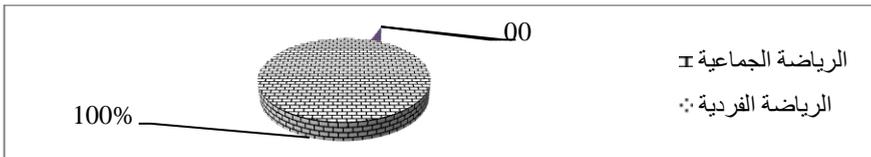
الأجوبة	التكرار	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
بإزالتها	69	28,75 %	141,02	5,99	دال	0,05	2
التقليل منها	160	66,66 %					
ليسلها أثر	11	4,59 %					
المجموع	240	100%					



شكل رقم (01) يبين كيفية معالجة الرياضات الجماعية للمشاكل النفسية
تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول رقم (01) التي توضح نسبة الإجابة على السؤال رقم (01) نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح العينة الكبرى عند مستوى الدلالة 0,05 و درجة الحرية 2، حيث بلغت قيمة كاه المحسوبة (141,02) وهي أكبر من قيمة كاه الجدولة والتي بلغت قيمتها (5,99)، ومعنى ذلك أن النسبة الكبيرة من عينة البحث (التلاميذ) والمقدرة بـ (66,66%) صرحت بأن الرياضات الجماعية تساهم على تقليل المشاكل النفسية التي يتعرض لها التلاميذ، في حين أن نسبة (28.75%) من التلاميذ صرحت بأن الرياضات الجماعية تساهم على ازالة تلك المشاكل النفسية، أما النسبة المتبقية والضئيلة جدا والمقدرة بـ (4.59%) صرحت بأنه ليس للرياضات الجماعية أثر على المشاكل النفسية التي يتعرض لها التلاميذ، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (01) عن طريق دائرة نسبية . ويتبين لنا من خلال هذا التحليل أن الرياضات الجماعية تقلل من المشاكل النفسية، وهذا يعود لكونها علاج اجتماعي ناجح ضد عوامل الإحباط ، وهي متنفس مقبول لتفريغ دوافع ومشاعر الإحباط ، ونتيح وسطة اجتماعيا مقبولا للتلميذ لاستعراض العدوانية أو التنفيس عنها، وقد تكون هناك مسافة للعدوانية في حصة التربية البدنية والرياضية لكنها محكومة بقواعد اللعب وجزاءاته.
 - السؤال الثاني الخاص بالأساتذة : ما نوع الرياضة التي تساعد التلميذ على تقليل الآثار النفسية كالإحباط ؟ الغرض من السؤال : معرفة نوع الرياضة التي تساعد التلميذ على تقليل الآثار النفسية كالإحباط.

جدول رقم (02) يبين نوع الرياضة التي تساعد التلميذ على تقليل الآثار النفسية كالإحباط .

النسبة المئوية %	التكرار	الأجوبة
100%	30	الرياضة الجماعية
00%	00	الرياضة الفردية
100%	30	المجموع



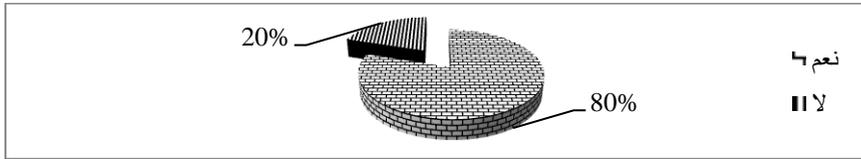
شكل رقم (02) يبين نوع الرياضة التي تساعد التلميذ على تقليل الآثار النفسية .
تحليل النتائج: من خلال نتائج الجدول رقم (02) التي توضح نسبة الإجابة على السؤال رقم (02) نلاحظ أن نسبة (100%) من عينة البحث (الأساتذة) صرحت بأن الرياضة الجماعية هي التي تساعد التلميذ على تقليل الآثار النفسية كالإحباط، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (02) عن طريق دائرة نسبية. يتبين من هذا التحليل أن الرياضة الجماعية تساعد التلميذ على تقليل الآثار النفسية كالإحباط وهذا نظرا إلى أن مختلف الأنشطة الرياضية تتيح وسطة اجتماعيا للتلميذ لاستعراض العدوانية أو التنفيس عنها، وأنها ترفيه تربيوي يتم من خلاله اكتساب التلميذ الصفات الاجتماعية والخلفية المتعددة، وبالعلم أن من بين أهدافها هو اكتشاف التلميذ لذاته من خلال تطوير وتمارين إمكانياته الفيزيولوجية والعقلية وغيرها واكتشافه لمحيطه من خلال احتكاكه ضمن بنية نظامية من العلاقات التفاعلية التي تحقق وفقا لنظام

مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والفنية SPAPSA

الألعاب الجماعية المبنية على الفعل الحركي التي تحمل سمات وفوائد والتي تعمل على تنمية روح التضامن والتعاون والتعارف والاحتكاك بين الزملاء من جهة الترفيه والاستمتاع والتسامح والتغلب على الصعاب والعمل من أجل الجماعة، كما أنها تعتبر عن قناة تفريغ الشحنات الزائدة في الحركة والتعامل مع الغير، ولا يتسنى له ذلك ضمن الجماعة أو الفريق وما ينجز عنه من احتكاك وتقارب واتصال دائم، كما أنها تساعد التلميذ على الاندماج الاجتماعي بفضل المشاركة والمساهمة ضمن الجماعة .

2.4. الفرضية الجزئية الثانية : تساهم الرياضات الجماعية في التقليل من القلق لدى المراهقين - السؤال الخامس الخاص بالتلاميذ: ما هو شعورك عند الانتهاء من ممارسة الرياضات الجماعية ؟ الغرض من السؤال : معرفة شعور التلاميذ عند الانتهاء من ممارسة الرياضات الجماعية . جدول رقم (03) يبين الحالة النفسية للتلاميذ بعد الانتهاء من ممارسة الرياضات الجماعية .

الأجوبة	التكرار	النسبة المئوية %
منبسط	192	80%
قلق	48	20%
المجموع	240	100%



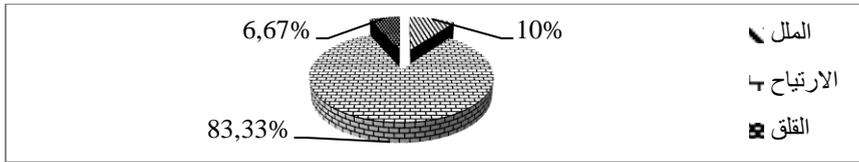
شكل رقم (03) يبين الحالة النفسية للتلاميذ بعد الانتهاء من ممارسة الرياضات الجماعية.

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول رقم (03) التي توضح نسبة الإجابة على السؤال رقم (03) نلاحظ أن نسبة (80%) من عينة البحث (التلاميذ) صرحت بأنها تشعر بالانبساط عند الانتهاء من ممارسة الرياضات الجماعية ، في حين أن نسبة (20%) من التلاميذ صرحت على أنها تشعر بالقلق عند الانتهاء من ممارسة الرياضات الجماعية ، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (03) عن طريق دائرة نسبية . يتبين لنا من خلال هذا التحليل أن التلاميذ يشعرون بالانبساط عند الانتهاء من ممارسة الرياضات الجماعية ، وهذا راجع لكون أن حصة التربية البدنية والرياضية تشمل على الأنشطة الحيوية والحركات المهارية التي تساعد التلميذ على تفريغ مختلف المكبوتات و اكسابه القيم الاجتماعية السليمة ومختلف السمات الاجتماعية والنفسية والتي يصعب اكتسابها من خلال أنشطة المواد الأخرى .

- السؤال الأول الخاص بالأساتذة : كيف يظهر التلاميذ أثناء ممارسة الرياضات الجماعية ؟ الغرض من السؤال : معرفة حالة التلاميذ خلال ممارسة الرياضات الجماعية .

جدول رقم (04) يبين حالة التلاميذ أثناء ممارسة الرياضات الجماعية.

الأجوبة	التكرار	النسبة %	2ك2 المحسوبة	2ك2 المجدولة	الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
الملل	3	10%	33.8	5,99	دال	0,05	2
الارتياح	25	83,33%					
القلق	2	6,67%					
المجموع	30	100%					



شكل رقم (04) يبين حالة التلاميذ أثناء ممارسة الرياضات الجماعية.

تحليل النتائج: من خلال نتائج الجدول رقم (04) التي توضح نسبة الإجابة على السؤال رقم (04) نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح العينة الكبرى عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 2، حيث بلغت قيمة كاء المحسوبة (33,8) وهي أكبر من قيمة كاء الجدولة والتي بلغت قيمتها (5,99)، ومعنى ذلك أن النسبة الكبيرة من عينة البحث (الأساتذة) والمقدرة بـ (83,33%) صرحت بأن التلاميذ يظهرون بحالة الارتياح أثناء ممارسة الرياضات الجماعية، في حين أن نسبة (10%) صرحت بأن التلاميذ يظهرون بحالة الملل أثناء ممارسة الرياضات الجماعية، أما النسبة المتبقية والضئيلة جدا والتي تقدر بـ (6,67%) فقد صرحت بأن التلاميذ يظهرون بحالة القلق أثناء ممارسة الرياضات الجماعية، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (04) عن طريق دائرة نسبية.

ويتبين لنا من خلال هذا التحليل أن التلاميذ يظهرون بالراحة أثناء ممارسة الرياضات الجماعية، وهذا يعود لكون أن حصة التربية البدنية والرياضية تشمل على الأنشطة الحيوية والحركات المهارية التي تساعد التلميذ على تفريغ مختلف المكونات وإكسابه القيم الاجتماعية السليمة ومختلف السمات الاجتماعية والنفسية والتي يصعب اكتسابها من خلال أنشطة المواد الأخرى، كما أنها تعتبر عن قناة تفريغ الشحنات الزائدة في الحركة والتعامل مع الغير وبالعالم أن من بين أهدافها هو اكتشاف التلميذ لذاته من خلال تطوير وتمارين إمكانياته الفيزيولوجية والعقلية وغيرها واكتشافه لمحيطه من خلال احتكاكه ضمن بنية نظامية من العلاقات التفاعلية التي تحقق وفقا لنظام الألعاب الجماعية المبنية على الفعل الحركي التي تحمل سمات وفوائد والتي تعمل على تنمية روح التضامن والتعاون والتعارف والاحتكاك بين الزملاء.

3.4. مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات المقترحة :

- مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الجزئية الأولى : مفادها أن الرياضات الجماعية تساهم في التقليل من الاحباط لدى المراهقين، فمن خلال نتائج الجدول رقم (01) نلاحظ أن نسبة التلاميذ المقدرة بـ (66,66%) صرحت بأن حصة التربية البدنية والرياضية تقلل من المشاكل النفسية (الإحباط) التي يعاني منها التلاميذ، وهذا ما أكد عليه (أسامة كامل راتب، ابراهيم خليفة، 1998، 22) في قولهما (أن التمرينات الرياضية تؤدي إلى نقص: الغياب عن العمل، الاضطراب، الصداع الاضطراب النفسي الغضب، الاكتئاب، العدوانية، التوتر، القلق، ألام الدورة الشهرية، المخاوف، أخطاء العمل)، وكذلك الجدول رقم (02) الذي يبين أن كل الأساتذة وهذا بنسبة (100%) صرحت بأن الرياضة الجماعية تساعد التلاميذ في تقليل الآثار النفسية، وهذا ما أشار إليه (محمد حسن علاوي 1998، 132) في قوله " أن الأنشطة الرياضية التي تتضمن درجة كبيرة من الاحتكاك البدني يمكن أن تكون بمثابة متنفس للسلوك العدوانية " .

وهذه النتيجة تتفق مع ما توصل إليه الباحث (واضح أحمد أمين) في دراسة سابقة تحت عنوان "دور التربية البدنية والرياضية في خفض السلوك العدوانية للتلاميذ المراهقين"، حيث توصل إلى أن إلى نتيجة مفادها أن ممارسة التربية البدنية والرياضية أثر ايجابي على السلوكيات العدوانية لدى المراهقين، كما تتفق مع ما توصل إليه الباحث "بن ناصر خالد" وكانت الدراسة تحت عنوان " دور النشاط البدني الرياضي التربوي في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المراهقين، حيث توصل الى أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان الجسدي بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين وتوجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان اللفظي بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الغضب بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين، وأخيرا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان الغير المباشر بين التلاميذ الممارسين في النشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين .

ومن خلال النتائج المتحصل عليها يتأكد صحة فرضيتنا الجزئية الأولى والتي مفادها أن الرياضات الجماعية تساهم في التقليل من الإحباط لدى تلاميذ الطور الثانوي .

- **مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الجزئية الثانية :** مفادها أن الرياضات الجماعية تساهم في التقليل من القلق لدى المراهقين ، فمن خلال الجدول رقم (03) نلاحظ أن أغلبية التلاميذ وهذا بنسبة (80%) صرحت بأنها تشعر بالانقباض خلال حصة التربية البدنية والرياضية، وهذا راجع لكونها تشمل على الأنشطة الحيوية والحركات المهارية التي تساعد التلميذ على تفريغ مختلف المكبوتات وإكسابه القيم الاجتماعية السليمة ومختلف السمات الاجتماعية والنفسية ، وكذلك الجدول رقم (04) الذي يوضح أن أغلبية الأساتذة وهذا بنسبة (83,33%) صرحت بأن التلاميذ يرتاحون نفسيا أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، وهذا ما أكدته " أصحاب نظرية التنفيس " في قولهم : الرياضة علاج اجتماعي ناجح ضد عوامل القتل والإحباط وهي متنفس مقبول لتفريغ دوافع العدوانية نظرا لأن كبتها يسبب حدوث بعض الاضطرابات النفسية للجسم لدى الفرد (أمين أنور الخولي ، 1996) .

وهذه النتيجة تتفق مع ما توصل إليه الباحث" بن ناصر خالد " وكانت الدراسة تحت عنوان " دور النشاط البدني الرياضي التربوي في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المراهقين ، حيث توصل الى أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان الجسدي بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين وتوجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان اللفظي بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الغضب بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين، وأخيرا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان الغير المباشر بين التلاميذ الممارسين في النشاط البدني الرياضي التربوي والغير الممارسين .

ومن خلال النتائج المتحصل عليها يتأكد صحة فرضيتنا الجزئية الثانية والتي مفادها أن الرياضات الجماعية تساهم في التقليل من القلق لدى تلاميذ الطور الثانوي .

و مما سبق وبعد التحقق من صحة الفرضيات المقترحة نستطيع القول أن الرياضات الجماعية لها دور في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الطور الثانوي .

خاتمة :

يمكننا القول أن هذا البحث هو بمثابة خطوة من أجل الكشف على الدور الذي تلعبه الرياضات الجماعية في التقليل من حدة السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ المراهقين، ومدى التغيير الإيجابي لسلوكهم أثناء مشاركتهم في ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي، وكما هو معروف أن مرحلة المراهقة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد في حياته .

وعليه يترتب على المراهق ضرورة المشاركة في ممارسة النشاط البدني الرياضي في المؤسسات التربوية، وهذا لما يكتسبه من أهمية بالغة في التقليل من السلوكيات العدوانية حيث يساعد على التنفيس عن المكبوتات والضغطات النفسية وتصريف الطاقة الزائدة وتوجيهها توجيهها سليما ومقبولا، فهو يساهم بذلك في تنمية أنماط السلوك الاجتماعي من خلال التأثيرات الإيجابية على درجة سوء التكيف الاجتماعي وعلى اكتساب السلوك الجازم والسوي، وهذا ما يجعل الرياضة الجماعية وسيلة فعالة في تكوين وإعداد الفرد الصالح اجتماعيا وروحيا وعقليا وبدنيا، علميا وعمليا، قادرا على بناء حياته سائرا نحو تحقيق نموه الفكري والبدني والتربوي .

المراجع.

أحمد زكي . (1988). علم النفس التربوي ، مصر : مكتبة النهضة المصرية.
أحمد العابد ، داود عبود ، (1989). المعجم العربي الأساسي .
أسامة كامل راتب، ابراهيم خليفة . (1998). رياضة المشي، القاهرة: دار الفكر العربي.
أمين أنور الخولي . (1996). الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، العدد 213، الكويت: المجلس الوطني للقانون والأدب .

حامد عبد السلام زهران . (1977). علم النفس، ط4 ، القاهرة: عالم الكتب .
رشيد زرواتي. (2002). تدريبات في منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط1، الجزائر: دار هومة.
رومان محمد . (1995). المجلة العلمية للثقافة البدنية والرياضية، جامعة مستغانم .
سعدية علي بهادر . (1981). سيكولوجية المراهقة، ط1، بيروت: دار البحوث العلمية .
عبد الرحمان عيسوي . (1984). معلم علم النفس، بيروت: دار النهضة العربية .
عبد الرحمن عيسوي . (199). دراسات في تفسير السلوك الإنساني، بيروت: دار الراتب الجامعية .

- زحاف محمد . (2001). العلاقات الاجتماعية لتلاميذ الطور الثالث من خلال الرياضات الجماعية وانعكاساتها على السمات الفعالية ، رسالة ماجستير ، قسم التربية البدنية والرياضية ، الجزائر .
- محمد حسن علاوي . (1998). سيكولوجية الحاجات الرياضية، القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
- محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب . (1999). البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط2، القاهرة: دار الفكر العربي.
- مصطفى زيدان . (1985). دراسة تربوية لتلميذ التعليم العام، جدة: دار الشروق.
- مصطفى فهمي . (1974). سيكولوجية الطفولة والمراهقة، القاهرة: دار مصر للطباعة .
- نعيم الرفاعي . (1984). سيكولوجية التكيف، ط1، القاهرة: مطالعة ابن حبان.
- Gardner, H. (1983). Frames of mind, the theory of multiple intelligences, New York: Basic Books.
- Gardner, H. (1999). Intelligence Reframed: Multiple Intelligence for 21st century, New York: Basic Books.
- Walkley, J. (1995). Motor Skills & Perceptual Motor Programs, USA: The ACHPER Healthy Lifestyle Journal.