

دراسة تحليلية للأبعاد النفسية والصحية والعقلية للممارسة الرياضية وعلاقتها بدافعية التفوق الدراسي.
Analytical study of the psychological, health and mental dimensions of sports practice and their relationship to the motivation for academic excellence

عبروس شريف

المعهد الوطني للتكوين العالي لإطارات الشباب مدني سواحي، تقصرين-الجزائر، abrouscherif22000@gmail.com

معلومات عن البحث:

تاريخ الاستلام: 2021/07/08

تاريخ القبول: 2021/10/29

تاريخ النشر: 2021/12/01

الكلمات المفتاحية:

الأبعاد النفسية والصحية والعقلية للممارسة

الرياضية، الدافعية، التفوق الدراسي.

الباحث المرسل: عبروس شريف

الاييميل:

abrouscherif22000@gmail.com

ملخص:

تهدف الدراسة إلى التعرف على الإبعاد الصحية والعقلية والنفسية للممارسة الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية 15_18 سنة، خلال درس التربية البدنية والرياضية ولهذا الغرض استخدمنا منهج الوصفي التحليلي على عينة متكونة من 100 تلميذ تم اختيارها بطريقة عشوائية بسيطة لجمع البيانات استخدمنا الاستبيان معد من قبل الباحث، بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائيا تم التوصل إلى انه يوجد ارتباط بين الدافعية والممارسة الرياضية، وعليه تم استخلاص أن الممارسة الرياضية للتلاميذ تساهم بنسبة كبيرة في تفوقهم الدراسي. وعلى هذا الأساس أوصت الدراسة بضرورة ممارسة حصة التربية البدنية في المرحلة الثانوية لما لها من فوائد.

Keywords :

Psychological health and mental dimensions,
Motivation, Academic excellence.

Abstract

The present study aims to identify the health, mental and psychological dimensions of sports practice among high school students (15-18 years) during the physical education and sports lesson.

The descriptive approach has been used in the investigation of study; 100 students participated as a sample of study. We used the questionnaire prepared by the researcher.

The study revealed the following results: There is a correlation between motivation and sports practice. The study recommended the necessity of practicing the physical education class at the secondary level, because of its benefits.

1. مقدمة:

من هذا المنطلق أصبحت التربية البدنية والرياضة جزءا لا يتجزأ من المنهاج التربوي العام، حيث أخذت تفرض نفسها وبشكل إلزامي على المنهاج التربوي في المدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية والجامعات. كما تقتضي تعقيدات الحياة المتزايدة في مجتمعنا الراهن ضرورة أن نغرس في أطفالنا وتلاميذنا وطلابنا الإرادة والدوافع في اكتساب المهارات المعرفية وغيرها المتصلة بالبدن وحاجاته المختلفة. وما المدارس نفسها إلا تنظيمات أو طرق للتنظيم أحدثت لنستعين بها على تحقيق ما نطلب إلى أطفالنا القيام به من أوجه النشاطات المتعددة مما يؤثر على تفوقهم وتحصيلهم الدراسي. كما تعتبر بداية النصف الثاني من القرن العشرين العلامة البارزة في دراسة موضوع الدافعية فقد اتسمت معالجة هذا الموضوع قبل التاريخ بعدم الدقة في تناول المفهوم والخلط بين حدوده وحدود المفاهيم الأخرى. ويرجع الاهتمام بدراسة الدافعية نظرا لأهميتها ليس فقط في المجال النفسي، ولكن أيضا في العديد من الميادين التطبيقية والعلمية، كالمجال الاقتصادي والمجال التربوي والإداري والمجال الأكاديمي حيث تعد الدوافع من أهم العوامل التي تساهم في التربية بوجه عام والتعليم بوجه خاص.

وتأتي هذه الدراسة لمحاولة معرفة علاقة الدافعية من خلال ممارسة النشاط البدني والرياضي بالتفوق الدراسي لدى المراهقين في مرحلة التعليم الثانوي، وسيتم ذلك من خلال جمع المعلومات والبيانات الكافية حول متغيرات الدراسة بالاعتماد على عينة تمثل التلاميذ الذين يمارسون التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي.

يمثل موضوع الدافعية في ميدان التربية البدنية والرياضية أحد الجوانب المهمة في منظومة الدوافع الإنسانية، والتي اهتم بدراستها الباحثون على اختلاف مشاربهم ومدارسهم، إذ يعتبر الدافع عاملا في توجيه سلوك الفرد وسلوك المحيط به، كما يعتبر الدافع مكونا

دراسة تحليلية للأبعاد النفسية والصحية والعقلية للممارسة الرياضية وعلاقتها بدافعية التفوق الدراسي

أساسيا في سعي الفرد تجاه تحقيق ذاته وتوكيدها، حيث يشعر الفرد بتحقيق ذاته من خلال ما ينجزه وفيما يحققه من أهداف، وفيما يسعى إليه من أسلوب حياة أفضل، ومستويات أعظم لوجوده الإنساني. وقد تم الاتجاه في هذه الدراسة التي تهتم بطلاب مرحلة التعليم الثانوي من الجنسين، لمعرفة الفروق بينهم في النواحي التي يتصدى لهذه الدراسة لدراستها ولمعرفة العلاقة بين مفهوم الدافعية لدى المراهقين وبين مستوى التفوق الدراسي، وتأثير التربية البدنية على الأبعاد الصحية والعقلية والنفسية للتلاميذ.

وهذا ما ذهب إليه (كنيوة مولود، 2007) في دراسته التي تهدف إلى معرفة دوافع ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الأقسام النهائية من التعليم الثانوي والتي توصل من خلالها إلى أن دوافع اللياقة البدنية والرياضية جاءت في المرتبة الأولى ثم الدوافع النفسية وبعدها الدوافع الجمالية، وقد بينت النتائج كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى التلاميذ بالنسبة لمتغير الجنس ومتغير التخصص الدراسي، لكن بصفة نسبية وهذا في كل الأبعاد المدروسة.

ودراسة (قمرأوي محمد، 2008) والتي توصل من خلالها على أن المحددات النفسية لا تؤثر في الفرد كوحدة واحدة بسبب عدم ارتباطها مع بعضها البعض من جهة ومن جهة أخرى غير مشبعة بعامل واحد بل بمجموعة من العوامل المختلفة. ويمكن تلخيص مشكلتها في التساؤل التالي:

فيما تتمثل الأبعاد الصحية والعقلية والنفسية أثناء ممارسة التربية البدنية والرياضية

وما هي علاقتها بدافعية التفوق الدراسي؟

II. الطريقة وأدوات:

1- **مجتمع وعينة الدراسة:** لقد اعتمدنا في بحثنا على عينة تكونت من 100 تلميذ وتلميذة من المرحلة الثانوية لثانوية مجاوي الهبري الرمشي تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، وتتراوح أعمارهم ما بين 15-18 سنة، مستوهم الدراسي بين السنة الأولى ثانوي إلى الثالثة ثانوي بثانوية "مجاوي الهبري - الرمشي، تلمسان.

2- إجراءات الدراسة:

2-1- منهج البحث:

- **تعريف المنهج الوصفي:** "هو عبارة عن تشخيص أو كشف لظاهرة ما وتحديد جوانبها وكذا العلاقة بين عناصر تلك الظاهرة، وهو يهدف إلى عناصر الظاهرة بصورة دقيقة ومتصلة في تحقيق الفهم الحسن، ويستخدم المنهج الوصفي لمواجهة المشاكل الإنسانية الاجتماعية، وعلى هذا الأساس يمكن اعتباره طريقة عملية هامة في جمع وتفسير البيانات والمعلومات قصد الاستفادة منها واستعمالها لدراسة بعض المشاكل التي نحن بصدد دراستها (تركي، 1984، صفحة 129).

2-2- مجالات البحث:

- **المجال المكاني:** تم توزيع استمارة الاستبيان على تلاميذ ثانوية مجاوي الهبري - الرمشي.

- **المجال الزمني:** كانت بداية بحثنا في أوائل شهر جانفي حيث قمنا بإنجاز الجانب النظري أولاً، أما فيما يخص الجانب التطبيقي فكان إبتداءاً من نصف شهر جانفي، حيث وزعت استمارة الاستبيان في يوم 25 جانفي 2020، واسترجعت في نفس اليوم وذلك تجنباً لضياع الاستمارات، وكان فرز النتائج وتحليلها بداية شهر جوان 2020.

- المجال البشري: العينة هي عبارة عن ذكور وإناث تتراوح أعمارهم ما بين 15-18 سنة، مستواهم الدراسي بين السنة الأولى ثانوي إلى الثالثة ثانوي.

2-3- أدوات البحث:

استخدم الباحث الاستبيان -معد من قبل الباحث- الذي يعتبر من أسهل التقنيات المستعملة في جمع المعلومات، ومن أنجح الطرق للتحقيق حول الرأي العام ومن أنسب الوسائل للمنهج الإحصائي، وكانت استمارة الاستبيان مطروحة على العينة المتكونة من تلاميذ الطور الثانوي حيث قمنا بتوزيع الاستبيان الذي يضم نوعين من الأسئلة:

● الأسئلة المغلقة:

هي أسئلة بسيطة في أغلب الأحيان تكمن خاصيتها في تحديد مسبق لأجوبة وتحديدها يعتمد على أفكار الباحث وأغراضه والنتائج المتوخاة منه، وقد تتضمن أجوبة محددة وعلى المجيب اختيار واحد منها فقط.

● الأسئلة المفتوحة:

تتضمن هذه الأسئلة على إجابات اختيارية مقترحة وما على المجيب سوا اختيار الجواب المناسب دون أن يتطلب منه ذلك أي جهد فكري.

3- الدراسة الاستطلاعية: قمنا بالدراسة الاستطلاعية قبل الشروع في الدراسة

الأساسية على عينة البحث من أجل حساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

4- الأدوات الإحصائية: من أجل تحليل النتائج المحصل عليها بعض الإجابة على

الأسئلة من طرف العينة المختارة إعتدنا على ما يلي:

النسبة المئوية % = عدد التكرارات * 100 / مجموع التكرارات.

III. النتائج:

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاستبيان:

- المحور الأول: البعد الصحي واكتساب اللياقة البدنية.
- السؤال الثاني: التربية البدنية والرياضية تساعدني على اكتساب الصفات البدنية (القوة، السرعة، المرونة، الرشاقة)؟

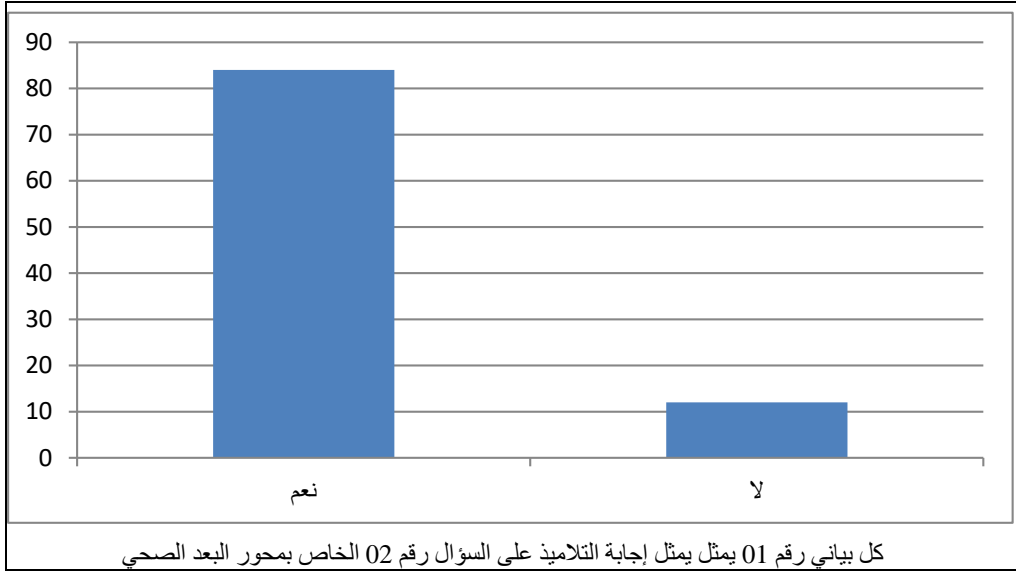
الجدول رقم 01: يوضح نسبة التلاميذ الذين تساعدهم ت.ب.ر على اكتساب الصفات البدنية

النسبة المئوية	العينة	الإجابة
84%	84	نعم
12%	12	لا
100%	100	المجموع

➤ **التحليل:** نلاحظ من الجدول رقم 01 أن نسبة التلاميذ الذين تساعدهم ت.ب.ر على اكتساب الصفات البدنية 84% فاقت بكثير نسبة التلاميذ الذين لا تساعدهم ت.ب.ر على اكتساب الصفات البدنية.

➤ **التفسير:** تعود نسبة 12% من التلاميذ الذين لا تساعدهم ت.ب.ر على اكتساب الصفات البدنية إلى ضغوط نفسية تؤدي إلى القلق والاشمئزاز ويعود ارتفاع نسبة التلاميذ الذين تساعدهم ت.ب.ر على اكتساب الصفات البدنية بنسبة 84% إلى نفسية التلاميذ من حيث الراحة والاطمئنان أثناء الممارسة

دراسة تحليلية للأبعاد النفسية والصحية والعقلية
للممارسة الرياضية وعلاقتها بدافعية التفوق الدراسي



الاستنتاج : نستنتج من الشكل البياني رقم 01 أن التربية البدنية والرياضية لها دور فعال في اكتساب الصفات البدنية (القوة، السرعة، المرونة، الرشاقة).

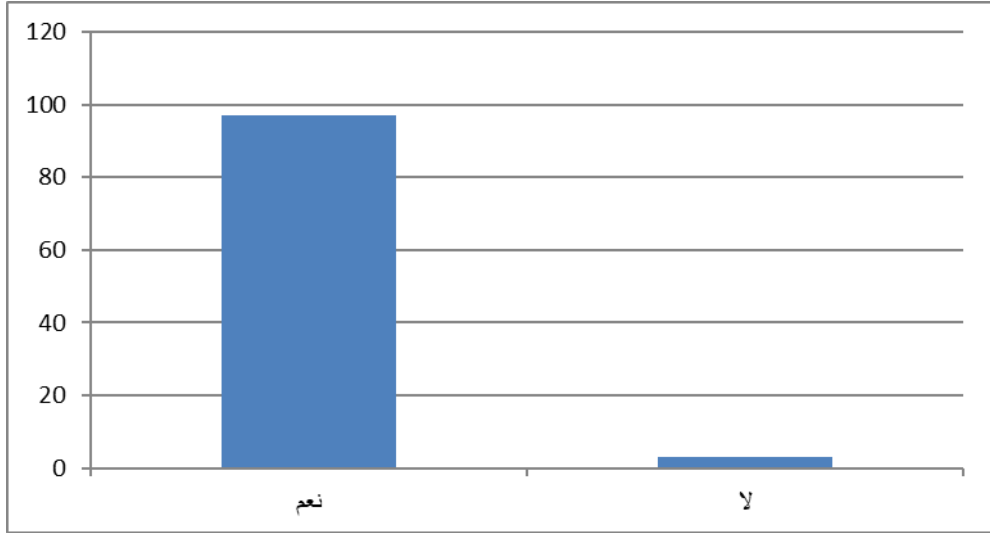
السؤال الثالث : التربية البدنية والرياضية تساعدني على حفظ صحتي وتقوية الوظائف الحيوية للجسم؟

الجدول رقم 02 : يوضح دور التربية البدنية والرياضية في الحفاظ على الصحة وتقوية الوظائف الحيوية للجسم

النسبة المئوية	العينة	الإجابة
97%	97	نعم
03%	03	لا
100%	100	المجموع

التحليل: تبين النسبة 97% في الجدول أعلاه أن التربية البدنية والرياضية دور كبير في الحفاظ على الصحة وتقوية الوظائف الحيوية للجسم، وهو إجماع شبه كلي إن لم نقل كلي مقارنة بالنسبة 03% الدالة عكس ذلك.

➤ **التفسير:** أجمع التلاميذ على أن التربية البدنية والرياضية تساعد على حفظ الصحة وتقوية الوظائف الحيوية للجسم، هذا ما تبينه نسبة 97% في الجدول أعلاه.



شكل بياني رقم 02 يمثل إجابة التلاميذ على السؤال رقم 03 الخاص بمحور البعد الصحي

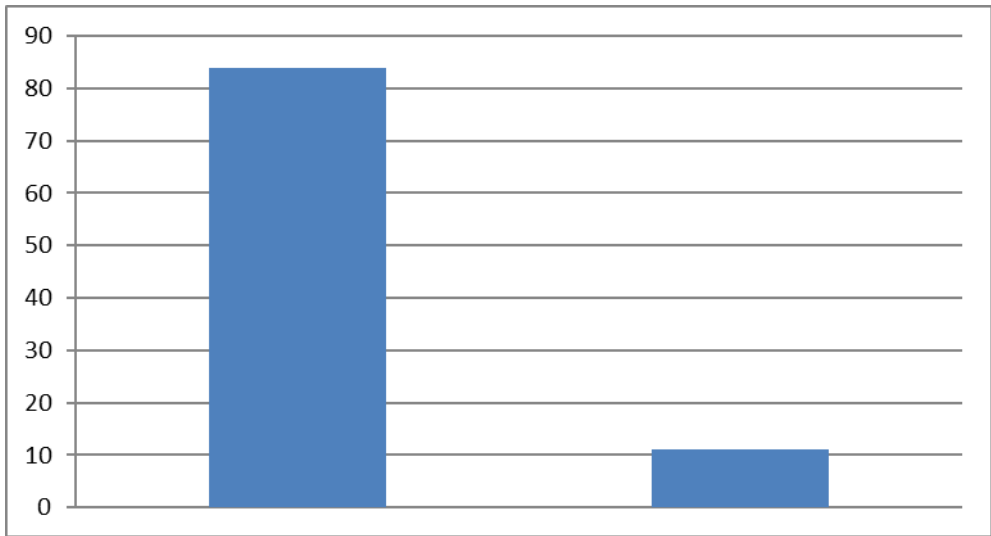
- **الاستنتاج:** نستنتج من خلال الكل البياني رقم 02 أن النشاط الرياضي يساهم بشكل كبير في الحفاظ على الصحة وتقوية الوظائف الحيوية للجسم.
- **السؤال الخامس:** أقبل على ممارسة التربية البدنية والرياضية لتطبيق مقولة العقل السليم في الجسم السليم؟

الجدول رقم 03 : يوضح ممارسة ت.ب.ر لتطبيق مقولة العقل السليم في الجسم السليم

الإجابة	العينة	النسبة المئوية
نعم	89	89%
لا	11	11%
المجموع	100	100%

دراسة تحليلية للأبعاد النفسية والصحية والعقلية
للممارسة الرياضية وعلاقتها بدافعية التفوق الدراسي

- **التحليل:** يرى أغلبية التلاميذ على أنهم يمارسون التربية البدنية والرياضية لتطبيق مقولة العقل السليم في الجسم السليم كما تبينه نسبة 89% بينما ترى فئة أخرى بنسبة 11% على عدم الإقبال على ممارسة ت.ب.ر. لتطبيق مقولة العقل السليم في الجسم السليم .
- **التفسير :** من خلال الجدول رقم 03 تبين لنا أن الإقبال على ممارسة ت.ب.ر. لتطبيق مقولة العقل السليم في الجسم السليم تساعد التلاميذ على الاندماج الاجتماعي فيما بينهم، ويعود ذلك إلى المناخ السائد داخل حصة ت.ب.ر. .



شكل بياني رقم 03 يمثل إجابة التلاميذ على السؤال رقم 05 الخاص بمحور البعد الصحي

- **الاستنتاج:** بعد تفسير النتائج السابقة نستنتج أن ممارسة التربية البدنية والرياضية تساعد التلميذ على تكوين عقل وجسم سليم.

• المحور الثاني: البعد العقلي والتفوق الدراسي.

السؤال الأول: أقبّل على ممارسة التربية البدنية والرياضية لأنها تساعدني على تنشيط العقل مع تقوية الانتباه ودقة الملاحظة؟

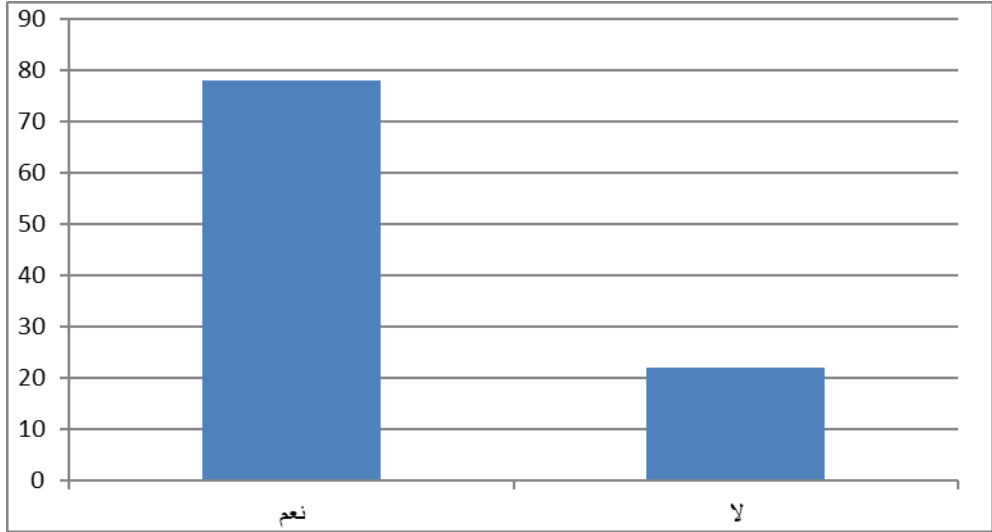
الجدول رقم 04 : يوضح ممارسة التربية البدنية والرياضية لأنها تساعدني على تنشيط العقل

النسبة المئوية	العينة	الإجابة
78%	78	نعم
22%	22	لا
100%	100	المجموع

➤ التحليل: يتضح لنا جليا من خلال الجدول رقم 04 الإقبال الكبير للتلاميذ على ممارسة التربية البدنية والرياضية لأنها تساعدهم على تنشيط عقولهم وتقوية الانتباه ودقة الملاحظة هذا ما تمثله نسبة 78% بالمقابل ترى نسبة 22% من التلاميذ على عدم الإقبال على ممارسة ت.ب.ر. لتنشيط العقل وتقوية الانتباه ودقة الملاحظة.

➤ التفسير: يمكن إرجاع هذا التباين في النسب إلى أن ممارسة ت.ب.ر. تساعد على تنشيط العقل وتقوية الانتباه ودقة الملاحظة إلى أن للتلاميذ روح الانتصار والتعاون والاجتهاد على تحقيق الغاية

دراسة تحليلية للأبعاد النفسية والصحية والعقلية
للممارسة الرياضية وعلاقتها بدافعية التفوق الدراسي



شكل بياني رقم 04 يمثل إجابة التلاميذ على السؤال رقم 01 الخاص بمحور البعد العقلي

الاستنتاج: نستنتج من خلال الشكل البياني رقم 04 على أن ممارسة ت.ب.ر. تعمل على تنشيط العقل وتقوية الانتباه ودقة الملاحظة وذلك بشكل كبير .

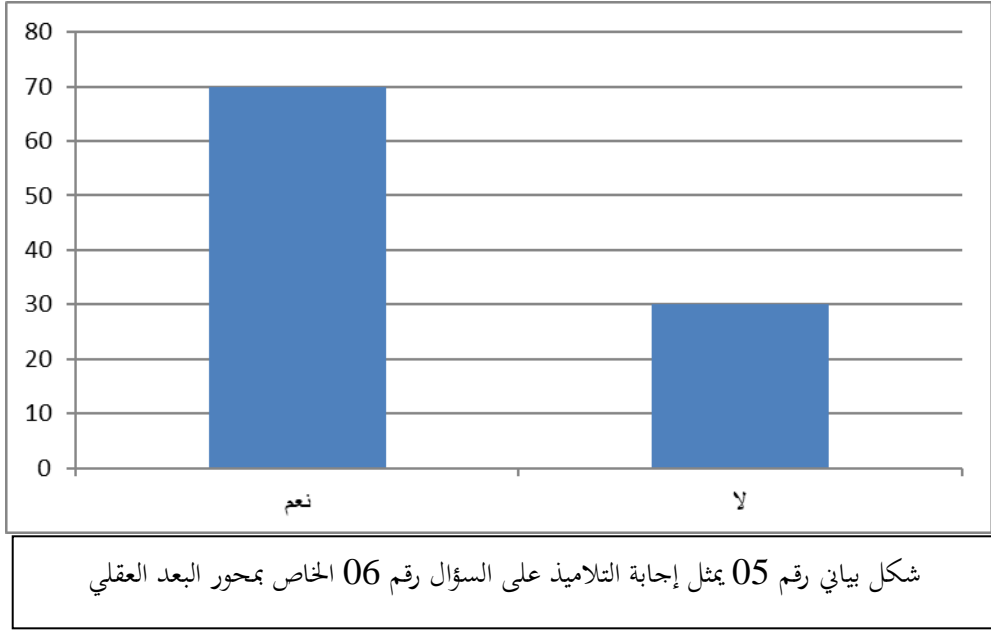
■ **السؤال السادس: تنمية روح التعاون والسلوك الاجتماعي يدفعني إلى ممارسة ت.ب.ر.؟**

الجدول رقم 05: يوضح تنمية روح التعاون والسلوك الاجتماعي يدفعني إلى ممارسة ت.ب.ر.

الإجابة	العينة	النسبة المئوية
نعم	70	70%
لا	30	30%
المجموع	100	100%

➤ **التحليل:** نلاحظ من خلال الجدول رقم 05 أن التلاميذ وبنسبة كبيرة قدرت 70% أجابوا بنعم على أن تنمية روح التعاون والسلوك الاجتماعي يدفع إلى ممارسة ت.ب.ر. أما النسبة الأخرى المقدرة ب 30% فرأت عكس ذلك.

➤ **التفسير:** أجمع معظم التلاميذ على أن تنمية روح التعاون والسلوك الاجتماعي ت.ب.ر. ونسبة 70% مقارنة بنسبة 30% التي رأت غير ذلك.



- **الاستنتاج:** نستنتج من الشكل البياني رقم 05 أن تنمية روح التعاون والسلوك الاجتماعي بين التلاميذ يدفعهم إلى ممارسة ت.ب.ر. **IV. المناقشة:**

(يوجد ارتباط بين الدافعية والممارسة الرياضية). بعد تحليلنا لنتائج الجدول رقم (01) و(02) و(03) تبين لنا الارتباط الكبير بين الدافعية والممارسة الرياضية، ونظرا لما تحويه الرياضة من أهمية في اكتساب التلميذ للخلق الاجتماعي النابع من طبيعة العلاقة التي تنشأ بينه وبين زملائه، وبينه وبين أستاذه وهذا ما لحظناه من خلال النسبة 85% من التلاميذ الذين يتلقون تشجيع من طرف الأستاذ عند الأداء الصحيح للحركة ونسبة

دراسة تحليلية للأبعاد النفسية والصحية والعقلية للممارسة الرياضية وعلاقتها بدافعية التفوق الدراسي

79% من التلاميذ التي ترى بان رد فعل الأستاذ عندما يخطئ التلميذ هو التصحيح حيث أن نسبة 94 % من التلاميذ ترى بان هناك تحفيز ودعم من طرف الأستاذ عند الإحباط في الأداء. اذن من خلال تحليلنا لنتائج الاستبيان نستطيع القول ان الفرضية الأولى تحققت.

هناك تأثير للممارسة الرياضية على الأبعاد الصحية والعقلية والنفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (15_18 سنة

بعد تفحصنا لنتائج وتحليل الاستبيان تبين لنا جليا مدى تأثير الممارسة الرياضية على الأبعاد الصحية والعقلية والنفسية لدى التلاميذ وهذا ما أسفرت عنه نتائج الجدول (03) الخاص بالبعد الصحي حيث أن نسبة 97% من التلاميذ اجمعوا على أن التربية البدنية والرياضية تساعدهم على حفظ الصحة وتقوية الوظائف الحيوية للجسم وفي الجدول رقم (01) الخاص بالبعد العقلي حيث أن نسبة 78% من التلاميذ يقبلون على ممارسة التربية البدنية والرياضية لأنها تساعدهم على تنشيط العقل وتقوية الانتباه ودقة الملاحظة، وفي الجدول رقم (01) و(06) حيث أن نسبة 88% من التلاميذ تعتبر التربية البدنية والرياضية علاجا ناجحا للقلق والاضطرابات النفسية، بالإضافة إلى أن 87% من التلاميذ يقبلون على ممارسة التربية البدنية والرياضية من اجل الترويح عن النفس. وفي الأخير يمكن القول بأن الفرضية الثانية قد تحققت وبنسبة كبيرة.

.V خاتمة:

نختم هذه الدراسة، بالتأكيد على ما بدأناه وهو أن التعلم عملية شاقة وتتطوي على العديد من الصعوبات والتعقيدات وتقتضي على عدد من الشروط التي تتضمن فاعليتها

ونجاحاتها، وعدداً آخر من المحددات النفسية التي تحفزها وتنشطها باستمرار، وقد اشرنا في هذه الدراسة، إلى وجود مداخل كثيرة، وعلى طرائق عديدة مستمدة في معالجة مستوى ضعف التفوق الدراسي لدى تلاميذنا.

وقد جاءت هذه الدراسة المتواضعة لتزيل الغبار على بعض المفاهيم الخاطئة حول الممارسة البدنية في الوسط المدرسي والتعليمي على اعتبار ممارسة التربية البدنية والرياضية هي مضيعة للوقت وباعتبارها شيئاً عديم النفع ليس لها أي غاية أو هدف مرتقب على عكس باقي المواد الأخرى.

ومن هذا المنطلق أظهرت لنا هذه الدراسة المتواضعة على أهمية الأبعاد الصحية والنفسية والعقلية من جهة، ومن جهة أخرى تبين لنا مدى أهمية الدافعية باعتبارها الموطن الذي تتفاعل فيه هذه الأبعاد وتنمو وتبرز حيث تمثل أحد العوامل المهمة التي ترتبط بأداء الفرد وتفوقه الدراسي والرياضي.

وباعتبار مرحلة المراهقة مرحلة هامة كونها نقطة انعطاف في مسار حياة الإنسان لذلك تستدعي منا كمربين أن نوليها أكبر اهتمام وأحسن الرعاية والتوجيه والرشاد، ومما تجدر الإشارة إليه أن النتائج التي توصلنا إليها في هذا البحث تبقى نسبية كونها لم تأخذ كل المتغيرات أو باقي العوامل التي تتحكم في عملية التحصيل والتفوق الدراسي كالجو المدرسي وطريقة التعليم والحالة الصحية ومتغير السن والجنس.

وعلى هذا الأساس يبقى هذا الموضوع في حاجة ماسة إلى دراسات أخرى وصفية وتحليلية تتناول هذا الموضوع من تلك الزوايا السالفة الذكر، وهذا حتى تكون النتائج المتوصل إليها أكثر دقة وشمولية، وحتى نتشارك في إعطاء التربية البدنية والرياضية مكانتها وأهميتها وكذلك الأدوار المختلفة التي تقدمها، نود أن نتقدم ببعض الاقتراحات والتوصيات للتلاميذ الأعداء وإلى كل من يهمه الأمر ومن أهمها:

دراسة تحليلية للأبعاد النفسية والصحية والعقلية للممارسة الرياضية وعلاقتها بدافعية التفوق الدراسي

- ✓ الزيادة في عدد حصص التربية البدنية والرياضية وهذا مما تتوفر عليه من فوائد جمة على التلميذ سواء كانت صحية، نفسية، عقلية... الخ.
- ✓ - التركيز على الألعاب الجماعية التي تساعد التلاميذ على الاحتكاك والإثارة أثناء المنافسة.
- ✓ - على أساتذة التربية البدنية والرياضية ان يعمل على توفير الدعم والتحفيز للتلاميذ لتفوقهم الدراسي.
- ✓ المتابعة الميدانية لسلوك التلاميذ وذلك بالعمل على تعديل السلوكات السلبية.
- ✓ يجب على الأستاذ أن يكون أكثر تقرباً من التلاميذ ومساعدتهم على حل مشاكلهم.
- ✓ وضع إستراتيجية جديدة للبرنامج وذلك بالرفع من مستوى مادة التربية البدنية والرياضية.
- ✓ الابتعاد على الأساليب البيداغوجية القديمة التي تفتقر إلى عنصر التحفيز والدافعية.
- ✓ توعية الوالدين على الفائدة التي يجنيها أبنائهم من خلال ممارستهم للنشاط الرياضي.
- ✓ تنشيط الدراسات المعاصرة فيما يتعلق بموضوع الدافعية في المجال الرياضي.

VI. الإحالات والمراجع:

- 1- أمين انور الخولي، (1996)، اصول التربية البدنية والرياضية، تاريخ الفلسفة، دار النشر، القاهرة.
- 2- أبي الفرج بن الجوزي، (1998)، كتاب الأذكياء دار ابن حزم طبعة الأولى بيروت.
- 3- أسامة كامل الراتب، (1997)، علم النفس الرياضة، دار الفكر العربي القاهرة.
- 4- ابو البقاء الكفوي. (1993)، كليات معجم في المصطلحات والفروق اللغوية. اعتني به، عدنان درويش محمد المصري، ط2، مؤسسة الرمال، بيروت.

- 5- ابو منصور الثعالبي، (2000)، فقه اللغة شرح ياسين ايوبي، المكتبة العصرية، صيدا، بيروت، لبنان.
- 6- بن حجر العسقلاني، (1993)، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، تحقيق الشيخ عبد العزيز بن عبد الله بن باز، الجزء السادس رقم الحديث 2893، دار الفكر، بيروت.
- 7- جمال الدين بن المنصور، (1993)، لسان اللسان تهذيب لسان العرب إشراف على مهنا، الجزء الأول دار الكتب العلمية، ط1، بيروت، لبنان.
- 8- حلمي المليحي، (1982)، علم النفس المعاصر، دار المعرفة الجامعية، ط4، الإسكندرية.
- 9- أمين مصطفى الخولي، (1962)، اصول التربية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 10- محمد عوض بسيوني، (1987)، نظريات وطرق تدريس التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 11- محمد الحماحي، (1990)، بناء برامج التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 12- عباس احمد السماثري، (1984)، طرق التدريب في مجال التربية البدنية والرياضية، بغداد.
- 13- دخان محمد، (1994)، مذكرة ليسانس جامعة الجزائر، الجزائر.
- 14- عبد اللطيف محمد خليفة، (2000)، الدافعية للإنجاز، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة.
- 15- محمد السيد الزعلابي، (1998)، المراهق المسلم، مكتبة التوبة، الرياض، السعودية.
- 16- مدحت عبد اللطيف، (1990)، الصحة النفسية والتفوق الدراسي، دار النهضة العربية، بيروت.
- 17- مصطفى زيدان، نبيل السمالوطي، (1985)، علم النفس التربوي، دار الشروق، ط2، جدة، المملكة العربية السعودية.
- 18- اسامة كامل الراتب، (1997)، علم نفس الرياضة، المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة.
- 19- ابراهيم محمد الشافعي، (1969)، الفكر النفسي وتوجيه العمل التربوي، مكتبة النهضة المصرية، ط1.

دراسة تحليلية للأبعاد النفسية والصحية والعقلية
للممارسة الرياضية وعلاقتها بدافعية التفوق الدراسي

- 20- عبد العزيز القوصي، (1964)، علم النفس-أسسه وتطبيقاته التربوية-مكتبة النهضة المصرية.
- 21- سعد جلال، (1963)، المرجع في علم النفس، دار المعارف، القاهرة.
- 22- عبد الغني قاسم غالب الشرجي، عبد الرزاق علي محمد الجوزي، (1990)، الفكر التربوي الاسلامي، بحوث المؤتمر التربوي، الجزء الاول جامعة اليرموك، عمان، المملكة الأردنية الهاشمية.
- 23- حامد عبد السلام زهران، (1971)، علم النفس النمو(الطفولة والمراهقة)، ط4، عالم الكتب، القاهرة.
- 24- عبد الحميد محمد الهاشمي، (1989)، علم النفس التكويني اسسه وتطبيقاته، دار المجمع العلمي جدة، المملكة العربية السعودية.
- 25- محمود احمد شوقي، (1998)، الاتجاهات الحديثة في تخطيط المناهج الدراسية، دار الفكر العربي، مصر، ط1.
- 26- إميل خليل ببيدس، (1998)، أمراضنا وكيفية معالجتها، دار الجيل، بيروت، ط2.
- 27- عبد الرحمان الوافي، (1995)، سيكولوجية الشباب، دار هومة للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر.
- 28- أكرم رضا، (2000)، مراهقة بلا أزمة -فنون تربوية- دار التوزيع والنشر الإسلامية، ط1، مصر.