



ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية و انعكاسها على تعديل سلوك المراهق Practicing recreational physical activities for sports clubs and their impact on modifying adolescent behavior

مختاري محمد قاسم^{1*} ، رضوان بن جدو ويعيط²

جامعة عمار ثليجي الأغواط (الجزائر)، rb.bait@lagh-univ.dz / mk.mokhtari@lagh-univ.dz

مخبر الأبعاد المعرفية والتصورات التطبيقية في علوم التدريب الرياضي من خلال مقاربات متعددة.

ملخص:

يهدف البحث إلى معرفة دور ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية على تعديل سلوك المراهق؛ وتم استخدام المنهج الوصفي؛ وتمثلت العينة في (84) مراهق منخرط في النوادي الرياضية، ولجمع البيانات قمنا باستعمال استبيان سلوك المراهق المنخرط في النوادي الرياضي يحتوي هذا السلوك على (السلوك العدواني المادي واللفظي، والسلوك الجازم)؛ وأظهرت نتائج البحث أن ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية في أندية الرياضية تساهم في التقليل من السلوك العدواني المادي واللفظي لدى المراهق، كما تساهم ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في الرفع من السلوك الجازم لدى المراهق، ومن أهم الاقتراحات تفعيل الأنشطة البدنية الترويحية داخل الأندية الرياضية لتشجيع السلوك الجازم والإيجابي لدى المراهقين.

كلمات مفتاحية: الأنشطة البدنية الترويحية، الأندية الرياضية، سلوك المراهق.

Abstract:

The research aims to know the role of practicing recreational physical activities for sports clubs on modifying adolescent behavior. The descriptive method was used; The sample consisted of (84) adolescents involved in sports clubs, and to collect data, we used a questionnaire on the behavior of adolescents involved in sports clubs. This behavior contains (physical and verbal aggressive behavior, and assertive behavior); The results of the research showed that the practice of recreational physical activities in sports clubs contributes to reducing the physical and verbal aggressive behavior of adolescents. Jazz and positive behavior in adolescents.

Keywords: Recreational physical activities; sports clubs; adolescent behaviour.

* المؤلف المرسل

1. مقدمة:

تكتسي مرحلة المراهقة بتغييرات إنمائية سريعة وجذرية، تنعكس أثارها على مظاهر النمو الجسمية، الاجتماعية، الانفعالية والعقلية، وقد تُسبب تلك التغييرات في كثير من الأحيان متاعب للمراهق خاصة في الشق الانفعالي والاجتماعي، وفي هذه الحالة يجد المراهق نفسه مطالب لتفاعل مع تلك التغييرات، نظراً لما تفرضه هذه المرحلة من تحديات ومطالب (بوتفنوشات و بركو، 2017، صفحة 664)

وفترة المراهقة فترة تولد فيها شخصية المراهق من جديد، لكثرة الضغوطات، وصعوبة التحكم في سلوكه بسبب تقلباته الانفعالية، وهي مسرح لانفعالات عنيفة نتيجة المؤثرات الخارجية والداخلية، فنجده يعيش حالة من الحيرة وعدم الاستقرار، وهذا ما يظهر من خلال تصرفاته وسلوكه، فمرحلة المراهقة تعتبر من أكثر المراحل عرضة لاضطرابات السلوكية. (برزوان و سقني، 2016، صفحة 102)

لذا نجد أن التلميذ في مرحلة المراهقة يحتاج إلى أن يُقدم له يد العون وكل المساعدة حتى يتجاوز هذه المرحلة الحساسة من عمره بالتالي يجب توفير الوسائل المادية والمعنوية الخاصة بالرياضة حتى يكون هذا المراهق متكيفاً في صفه من زملائه ووسط مؤسسته، بل متكيفاً مع المجتمع بصفة عامة. (براهيمي، ديلي، و صلحاوي، 2019، صفحة 66)

والمجال الرياضي كباقي مجالات الحياة يتعامل مع الأفراد على أساس سلوكهم المميز بشكل خاص لاختلاف الفرد الرياضي عن الفرد العادي في كثير من الصفات السلوكية ولكون النشاط الرياضي جزءاً لا يتجزأ من حياة الفرد، وتعد ممارسة النشاطات الرياضية من الأمور التي يرغب أي فرد بمزاومتها سواءً على شكل هواية أم على شكل احتراف، فضلاً عن أن النشاطات الرياضية في سماتها وأسلوب أدائها تعتبر من أكبر الوسائل للتربية الأخلاقية والاجتماعية. (الحيالي، 2020، صفحة 93)

حيث إن الأنشطة البدنية الترويحية مهمة جداً للمجتمع في فئاته كافة، فهي ليست قصراً على فئة معينة بالمجتمع، إذ أنها تحقق التعرف على حقائق الجسم واحترامه وحسن استخدامه فتدفعهم للعمل والنشاط والنظرة الإيجابية للحياة، والأنشطة البدنية الترويحية الرياضية تمثل دوراً وقائياً في تفرغ الطاقات السلبية وتعزيزاً للإيجابية منها، ودعامة وقائية للشباب عن انتهاج السلوكيات السلبية. (بن سميشة، 2021، صفحة 38)

فيفضل الأنشطة البدنية الترويحية يخفف المراهق الضغوطات الداخلية ذات المنشأ الفسيولوجي، ويعبر عن مشاكله وطموحاته، كما تجعله يعطي صورة حسنة لكيونته الشخصية وحضوره الجسدي إلى غاية تحقيق رغبة التفوق والهيمنة، وذلك بغرض إثبات صورة أنه المثالية على الآخرين، وأيضاً بفضل النشاط الرياضي الترويحي يتمكن المراهق من تقويم إمكانياته الفكرية والعاطفية والبدنية ومحاولة تطويرها باستمرار. (بوزايدي، 2011، صفحة 89)

ومما لا شك فيه أن ظروفنا التربوية والاجتماعية تحتم علينا أن نولي اهتماماً بالغاً بالمراهقين، وان نعمل على تحقيق توازن اجتماعي وتربوي في حياتهم، نظراً لحساسية هذه المرحلة العمرية. (بوعموشة، 2020، صفحة 241)

وإذا تكلمنا على دور الذي تلعبه ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية في بناء السلوك التربوي الرياضي للمراهقين، والذي هو موضوع دراستنا، فهي تعمل على الكشف عن مدى انفعالاته من خلال هذه الممارسة، ولأن مرحلة المراهق تعتبر فئة حساسة ومهمة كان لزام على الأستاذ والمربي الاهتمام بجوانب شخصيته وميولته النفسية واتجاهاته السلوكية، فسلوك المراهق يكون نتاج لمجموعة من الخبرات التي قد يكتسبها بنفسه أو نتيجة لبيئة المحيطة به كالمدرسة والأسرة والأصدقاء والتي تدفعه إلى إبراز سلوكيات قد تكون ظاهرية أو غير ظاهرية؛ ومنه يطرح الباحثان تساؤلاً عاماً لإشكاليته يتمثل في: هل لممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية انعكاس على تعديل سلوك المراهق؟

1.1. التساؤلات الجزئية:

- هل تساهم ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية في الحد من السلوك العدواني المادي لدى المراهق؟
- هل تساهم ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية في الرفع من السلوك الجازم لدى المراهق؟

2.1. فرضيات البحث:

- ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في التقليل من السلوك العدواني المادي لدى المراهق.
- ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في الرفع من السلوك الجازم لدى المراهق.

3.1. أهداف البحث:

- محاولة معرفة دور ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية في تعديل السلوك العدواني المادي للمراهق.
- محاولة معرفة دور ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية في تعديل السلوك الجازم للمراهق.

4.1. تحديد مفاهيم ومصطلحات البحث:

الأنشطة البدنية الترويحية في الأندية الرياضية:

اصطلاحاً: تعد الأنشطة البدنية الترويحية نوعاً من أوجه النشاط التي تمارس في وقت الفراغ والتي يختارها الفرد بدافع إشباع شخصي لممارستها والتي تكون من نواتجها اكتساب العديد من القيم البدنية والخلقية والاجتماعية والمعرفية. (حويش و عزوز، 2019، صفحة 335)

وإجرائياً يعرف الباحثان بأنها مختلف الأنشطة البدنية التي تتسم بطابع الترويح التي تمارس من طرف المراهق على مستوى الأندية الرياضية للرياضات الجماعية والقتالية الموزعة على مدينة البيض.

تعديل السلوك:

اصطلاحاً: تعديل السلوك يتضمن التطبيق المنظم للإجراءات المستندة إلى مبادئ التعلم بهدف تغيير السلوك الإنساني ذي الأهداف الاجتماعية، ويتم ذلك من خلال تنظيم أو إعادة تنظيم الظروف والمتغيرات البيئية الحالية ذات العلاقة بالسلوك وبخاصة منها تلك التي تحدث بعد السلوك كذلك يشتمل تعديل السلوك على تقديم الأدلة على أن تلك الإجراءات وحدها ولا شيء غيرها هي التي تكمن وراء التغيير الملاحظ في السلوك. (شوقي، 2021)

وإجرائياً: هي الدرجات المتحصل عليها من خلال المستجوبين على أداة البحث والمتمثلة في استبيان يحتوي على مختلف السلوكيات التي يتميز بها المراهق ومدى تعديلها بناء على ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية في الأندية الرياضية.

2. الإجراءات الميدانية:

1.2. منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي.

2.2. مجتمع وعينة البحث:

تمثل مجتمع دراستنا في المراهقين المتمدرسين للطور المنخرطين ضمن النوادي الرياضية لبعض الرياضات الجماعية والقتالية بمدينة البيض؛ وتمثل العينة جزء من المجتمع الكلي الأصلي للدراسة، وتكونت العينة من (84) مراهق منخرط في النوادي الرياضية.

كيفية اختيارها: تم الاعتماد في هذه الدراسة على العينة العشوائية استناداً لطبيعة الموضوع.

3.2. وسائل جمع البيانات:

1 - استبيان السلوك العدواني:

وصف استبيان سلوك المراهق: استخدم الباحثان مقياس السلوك العدواني الذي أعده (أبو طامع، 2013)، نقلاً عن (بني هاني، 2016)، حيث يحتوي المقياس في صورته الأولية على (17) عبارة موزعة على بعد أساسي تمثل في (السلوك العدواني المادي). ويقدم هذا المقياس إلى المفحوص ويقوم بالإجابة عليه باختيار ما يقدر أنها الإجابة الأنسب من البدائل الأربعة المقترحة من طرف الباحثان (موافق بشدة/ موافق/ غير موافق/ غير موافق بشدة).

تصحيح المقياس: تقع الإجابة على بنود المقياس في أربعة مستويات تتراوح ما بين (1 - 4) وتتحدد التعبيرات المحددة لدرجة تكرار السلوك بالتعبيرات التالية:

- موافق بشدة: 4 درجات. - موافق: 3 درجات.

- غير موافق: درجتان. - غير موافق بشدة: درجة واحدة..

2 - مقياس السلوك الجازم في الرياضة.

وصف مقياس السلوك الجازم في الرياضة: صممه (علاوي محمد حسن، 1998، الصفحات 465 - 466) لقياس سلوك اللاعب الرياضي الذي يتميز باللعب الرجولي والكفاح والنضال والقوة في إطار لوائح وقوانين اللعب؛ ويتكون المقياس من 20 عبارة، ويقوم اللاعب الرياضي بالإجابة على عبارات المقياس طبقاً لمقياس رباعي التدرج (موافق بشدة، موافق، غير موافق، غير موافق بشدة) وذلك في ضوء تعليمات المقياس.

الجدول 1: يبين الميزان التقديري لسلم ليكارت الرباعي (درجات مؤشر الأهمية النسبية) لاستبيانات الدراسة.

الاتجاه العام	مؤشر الأهمية النسبية %
محدود	$00 \leq RII \leq 25\%$
منخفض	$26 \leq RII \leq 50\%$
متوسط	$51 \leq RII \leq 75\%$
مرتفع	$76 \leq RII \leq 100\%$

4.2. الخصائص السيكومترية لأدوات البحث:

أ - الصدق الظاهري: بعد قيامنا بتحديد مدى شمولية الفقرات التي تم صياغتها لأبعاد الاستبيان في ضوء المعايير والتعريفات الإجرائية ومحاولة التحقق من الصدق الظاهري لعبارات الاستبيان قمنا بتعديل بعض العبارات، بناء على ملاحظات واقتراحات بعض أعضاء لجنة التحكيم (05) محكمين من أساتذة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية على مستوى المركز الجامعي نور البشير البيض، وبعد إجراء التعديلات أعيدت صياغة الفقرات والتأكد من سلامتها لغويا، وعرضها على محكمين آخرين لإعطاء الرأي النهائي بشأنها، وهذا ما يمثل الجدول رقم (02).

الجدول 02: يبين أرقام العبارات المستبعدة والمعدلة والمضافة والمتبقية من استبيان سلوك المراهق العدواني المادي واللفظي والجازم (الصورة الخاصة بالمحكمين).

الأبعاد	عدد المحكمين	عدد العبارات الأولية	عدد العبارات المستبعدة	عدد العبارات المعدلة	عدد العبارات المتبقية
السلوك العدواني المادي	05	17	2	8	1
السلوك الجازم		20	6	3	//

يتضح مما سبق أن الصورة المبدئية للاستبانة الدراسة بناء على عملية التحكيم قد توزعت على الأبعاد كما يلي:
- السلوك العدواني المادي (15) عبارات. - السلوك الجازم (14) عبارة.

الجدول 03: يبين توزيع أبعاد استبيان سلوك المراهق وعدد العبارات التي تنتمي إليها.

الرقم	أبعاد الاستبيان	عدد العبارات
1	بُعد السلوك العدواني المادي.	15
2	بُعد السلوك الجازم.	14
	المجموع الكلي للعبارات	44

ب - صدق المقارنة الطرفية: تعتمد هذه الطريقة على المقارنة بين الفئات المتطرفة في الاختبار ذاته كأن يؤخذ الربع أو الثلث الأعلى من الدرجات المتحصلة في الاختبار والذي يمثل الفئة العليا، ويقارن بالربع أو الثلث الأدنى للدرجات فيه والذي يمثل الفئة الدنيا ثم تُحسب الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي الفئتين، فإذا ظهرت هذه الدلالة يُعد الاختبار صادقا (بدلالة الفرق بين العليا والدنيا). وبناء عليه تمت دراسة الفروق متوسطات درجات المفحوصين الذين حصلوا على درجات مرتفعة على اختبار المخطوطة ليونغ (ن = 08) ومتوسط درجات المفحوصين الذين حصلوا على درجات منخفضة على نفس

الاختبار (ن = 08) حيث بلغ عددهم الكلي (16)، وذلك من خلال دراسة الفروق بين أعلى (25%) ودرجات أدنى (25%) باستخدام اختبار (t.test).

الجدول 04: يبين نتائج اختبار (t.test) للتحقق من صدق المقارنة الطرفية.

النتيجة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية	(ت) المحسوبة	المجموعة ذات الدرجات الدنيا		المجموعة ذات الدرجات العليا		أبعاد استبيان سلوك المراهق
				س ²	ع ²	س ¹	ع ¹	
دال	0.05	0.00	4.17	0.80	2.13	0.64	1.06	السلوك العدواني المادي.
دال	0.05	0.00	4.86	0.55	3.90	0.47	3.02	السلوك الجازم.

يتضح من الجدول رقم (04) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مجموعة ذات الدرجات العليا ومتوسطات المجموعة ذات الدرجات الدنيا في جميع الأبعاد الفرعية مما يؤكد قدرة الاستبيان على التمييز.
2 - الثبات بحساب معامل ألفا كرومباخ:

الجدول 05: يبين قيم معاملات ألفا كرونباخ (ن = 16).

معامل ألفا كرومباخ	البعد
0.79	السلوك العدواني المادي (15) عبارة.
0.78	السلوك الجازم (14) عبارة.
0.81	الدرجة الكلية (44) عبارة.

من الجدول (05) يلاحظ أن معاملات ألفا كرونباخ بين (0.77 - 0.79) وهي قيم جيدة تدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة من الثبات يمكن الوثوق بها.

5.2. المعالجة الإحصائية:

قام الباحثان باستخدام برنامج الحزمة أو الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS في إصدار (25) لتفريغ البيانات ومعالجتها وفق الأساليب التالية:

أولاً: لتقنين أدوات الدراسة وفق ما أسفرت عن نتائج ومعطيات العينة الاستطلاعية، استخدم: معامل ألفا كرومباخ؛ اختبار ت لفروق المتوسطات.

ثانياً: لتحليل نتائج الدراسة، استخدم على عينة الدراسة الأساسية ما يلي: المتوسط الحسابي؛ الانحراف المعياري؛ معامل الأهمية النسبية؛ اختبار كا مربع.

3. عرض وتحليل النتائج.

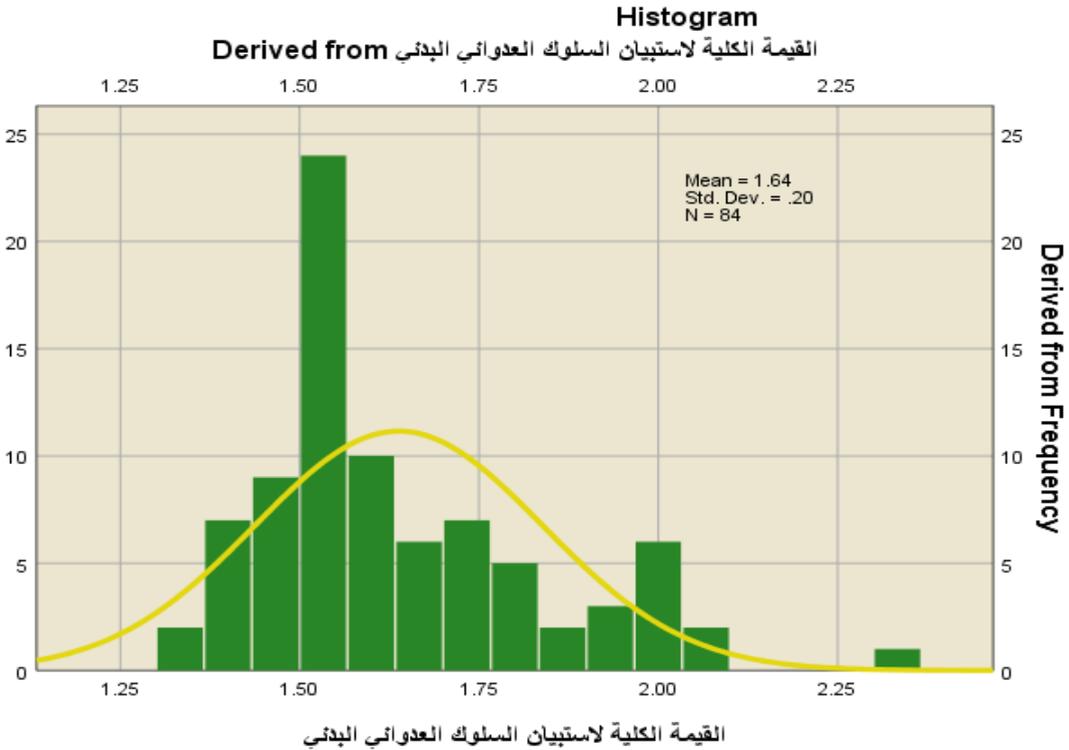
1.3. عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في التقليل من السلوك العدواني المادي لدى المراهق.

الجدول 06: يوضح التحليل الإحصائي لاستجابات عينة الدراسة على عبارات السلوك المادي لدى المراهق الممارس للأنشطة البدنية الترويحية في الأندية الرياضية..

الإحصاء الاستدلالي مستوى الدلالة = 0.05				الإحصاء الوصفي					درجات الاستجابة ن = 84								رقم العبارة
النتيجة	قيمة الفرق المعنوي	درجة الحرية	قيمة كا2 المحسوبة	الترتيب	اتجاه العبارة	الأهمية النسبية	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	غير موافق بشدة		غير موافق		موافق		موافق بشدة		
									%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	
دال	0.0	3	108	01	متوسط	68.1	229	2.72	8.3	07	14.3	12	73.8	62	3.6	03	1
دال	0.0	2	87.5	07	منخفض	47.0	158	1.88	15.5	13	81	68	3.6	03	00	00	2
دال	0.0	2	74.0	09	منخفض	31.5	106	1.26	76.2	64	21.4	18	2.4	02	00	00	3
دال	0.0	3	119	08	منخفض	34.2	115	1.36	76.2	64	13.1	11	8.3	07	2.4	02	4
دال	0.0	2	67.0	06	منخفض	47.3	159	1.89	17.9	15	75	63	7.1	06	00	00	5
دال	0.0	1	37.3	12	منخفض	29.1	98	1.16	83.3	70	16.7	14	00	00	00	00	6
دال	0.0	2	82.9	10	منخفض	31.2	105	1.25	79.8	67	15.5	13	4.8	04	00	00	7
دال	0.0	1	45.7	13	منخفض	28.2	95	1.13	86.6	73	13.1	11	00	00	00	00	8
دال	0.0	1	55.0	15	منخفض	27.3	92	1.09	90.5	76	9.5	08	00	00	00	00	9
دال	0.0	1	51.8	14	منخفض	27.6	93	1.10	89.3	75	10.7	09	00	00	00	00	10
دال	0.0	3	68.8	04	متوسط	51.7	174	2.07	16.7	14	63.1	53	16.7	14	3.6	03	11
دال	0.0	3	58.9	03	متوسط	52.9	178	2.11	19	16	60.7	51	9.5	08	10.7	09	12
دال	0.0	3	29.1	02	متوسط	55.9	188	2.23	19	16	50	42	19	16	11.9	10	13
دال	0.0	2	92.2	11	منخفض	30.0	101	1.20	82.1	69	15.5	13	2.4	02	00	00	14
دال	0.0	3	93.2	05	متوسط	51.4	173	2.05	15.5	13	70.2	59	7.1	06	7.1	06	15
دال	0.0	12	66.7		منخفض	40.9	137	1.63	القيمة الكلية لاستبيان السلوك المادي لدى المراهق								

يتجل لنا من خلال الجدول أعلاه الذي يمثل (التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والأهمية النسبية) بالإضافة إلى اختبار كاي تربيع، حيث القيمة الكلية لاستبيان السلوك المادي لدى المراهق الممارس للأنشطة البدنية الترويحية في الأندية الرياضية قد بلغ المتوسط الحسابي 1.63 بوزن نسبي بلغ 137 ومعامل مؤشر الأهمية النسبية 40.9 في اتجاه عام منخفض، ولهذه القيمة دلالة إحصائية حيث بلغت قيمة كاي تربيع 66.7 عند درجة حرية 12 وقيمة فرق معنوي قدر بـ 0.00 وهذه القيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05؛ ومنه فإن ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في التقليل من السلوك العدواني المادي لدى المراهق.

الشكل البياني رقم 01 يوضح المتوسطات الكلية للاستجابات على استبيان السلوك المادي لدى المراهق الممارس للأنشطة البدنية الترويحية داخل الأندية الرياضية.



2.3. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

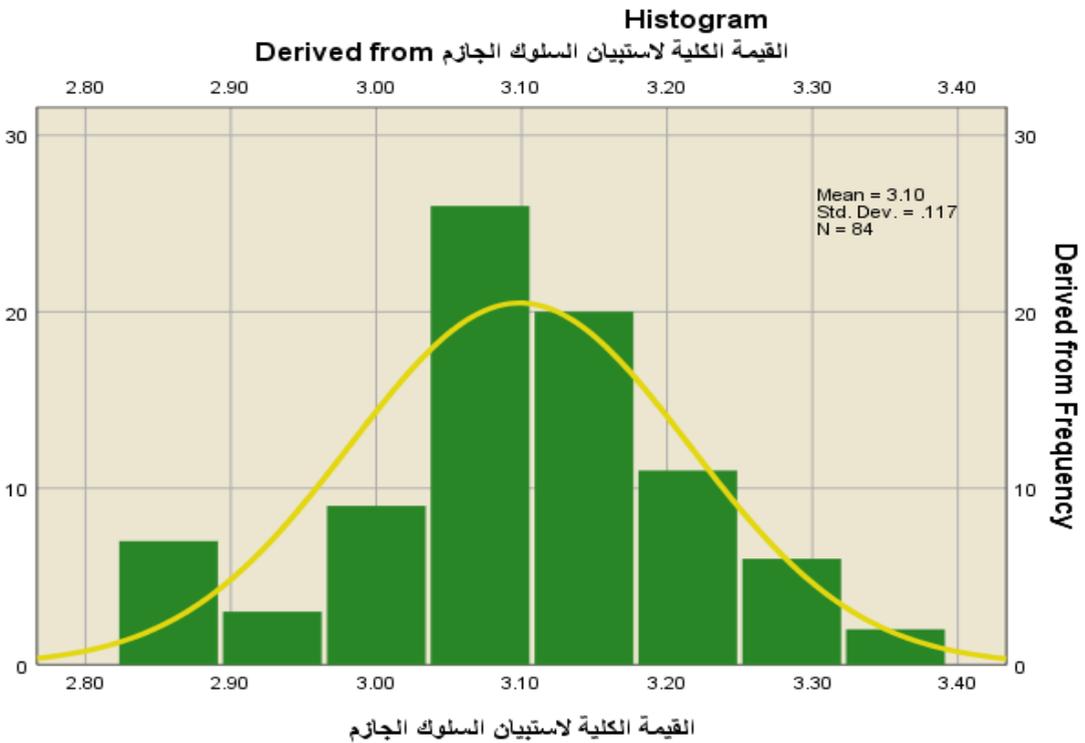
نص الفرضية الثالثة: ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في الرفع من السلوك الجازم لدى المراهق.

الجدول 07: يوضح التحليل الإحصائي لاستجابات عينة الدراسة على عبارات السلوك الجازم لدى المراهق الممارس للأنشطة البدنية الترويحية في الأندية الرياضية.

الإحصاء الاستدلالي مستوى الدلالة = 0.05				الإحصاء الوصفي					درجات الاستجابة ن = 84								رقم العبارة
النتيجة	قيمة الفرق المعنوي	درجة الحرية	قيمة كا2 المحسوبة	الترتيب	اتجاه العبارة	الأهمية النسبية	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	غير موافق		غير موافق		موافق		موافق بشدة		
									%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	
دال	0.0	2	69.7	8	مرتفع	76	262	3.04	00	00	9.5	08	76.2	64	14.3	12	1
دال	0.0	2	69.7	12	متوسط	58.2	196	2.33	00	00	76.2	64	14.3	12	9.5	08	2
دال	0.0	1	19.0	3	مرتفع	93.2	313	3.73	62	73	22	26.2	00	00	00	00	3
دال	0.0	1	25.1	2	مرتفع	94.2	316	3.77	00	00	00	00	22.6	19	77.4	65	4
دال	0.0	1	12.1	4	مرتفع	92.2	310	3.69	00	00	00	00	31	26	69	58	5
دال	0.0	2	67.7	5	مرتفع	92.2	310	3.69	00	00	06	05	19	16	75	63	6
دال	0.0	3	131	10	متوسط	68.7	231	2.75	06	05	14.3	12	78.6	66	1.2	01	7
دال	0.0	3	113	14	متوسط	52.7	177	2.11	8.3	07	75	63	13.1	11	3.6	03	8
دال	0.0	2	56.6	6	مرتفع	88.5	297	3.54	00	00	8.3	07	20.2	17	71.4	60	9
دال	0.0	3	153	9	متوسط	73	245	2.92	2.4	02	8.3	07	83.3	70	06	05	10
دال	0.0	2	63.0	11	متوسط	66.2	222	2.65	00	00	07	15	73.8	62	00	00	11
دال	0.0	2	75.5	7	مرتفع	78.2	263	3.13	00	00	4.8	04	77.4	65	17.9	15	12
دال	0.0	3	154	1	مرتفع	94.2	317	3.77	1.2	01	3.6	03	11.9	10	83.3	70	13
دال	0.0	3	94.9	13	متوسط	55	185	2.20	7.1	06	70.2	59	17.9	15	4.8	04	14
دال	0.0	7	47.0		مرتفع	77.2	229	3.09	القيمة الكلية لاستبيان السلوك الجازم لدى المراهق								

يتجل لنا من خلال الجدول أعلاه الذي يمثل (التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والأهمية النسبية) بالإضافة إلى اختبار كاي تربيع، حيث بلغت القيمة الكلية لاستبيان السلوك الجازم لدى المراهق الممارس للأنشطة البدنية الترويحية في الأندية الرياضية قد بلغ المتوسط الحسابي 3.09 بوزن نسبي بلغ 229 ومعامل مؤشر الأهمية النسبية 77.2 في اتجاه عام مرتفع، ولهذه القيمة دلالة إحصائية حيث بلغت قيمة كاي تربيع 47 عند درجة حرية 7 وقيمة فرق معنوي قدر بـ 0.00 وهذه القيمة أصغر من مستوى الدلالة 0.05؛ ومنه فإن ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في الرفع من السلوك الجازم لدى المراهق.

الشكل البياني رقم 02 يوضح المتوسطات الكلية للاستجابات على استبيان السلوك الجازم لدى المراهق الممارس للأنشطة البدنية الترويحية داخل الأندية الرياضية.



4. مناقشة النتائج في ظل الفرضيات.

1.4. مناقشة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى: ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في التقليل من السلوك العدواني المادي لدى المراهق.

انطلاقاً من هذه الفرضية وعلى إثر النتائج المحصل عليها من خلال الجدول رقم 06 والتي تتضمن قيم (التكرارات - النسب المئوية - المتوسطات الحسابية - الوزن النسبي - معاملات الأهمية النسبية - قيم كاي مربع) والتي هي مؤكدة بطرق إحصائية، حيث تبين أن ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في التقليل من السلوك العدواني المادي لدى المراهق، وهذا ما يحقق الفرضية الأولى.

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (العنترى، 2017) التي توصلت إلى أن درجة تأثير الأنشطة البدنية الترويحية في الرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (مرتفعة)، حيث بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد عينة الدراسة (3.8-5)، كما كشفت الدراسة عن عدم وجود فروق في دور الأنشطة البدنية الترويحية في الرفاهية النفسية تعزى إلى متغير مستوى الصف على الأداة ككل.

وتضيف على ذلك دراسة (بوعزيز و بن سي قدور، 2018) التي أظهرت نتائجها أن أساتذة التعليم المتوسط يتميزون بالأنشطة البدنية الترويحية بمستوى ضغوط منخفض أما غير الممارسين لهذه الأنشطة فيتميزون بمستوى مرتفع من هذه الضغوط النفسية.

ويرى (زهران، 1977) أن النشاط الرياضي أحد الأجزاء المكتملة لبرامج التربية البدنية والرياضية ويحقق نفس أهدافها. فإن هذه الخبرة هي جزء من التربية العامة وأن اهتمام الطفل المراهق بخصوص التربية البدنية في الدراسة واشتراكه في النوادي الرياضية لخير دليل على أهميتها في النشاط الرياضي يعتبر كمادة مساعدة ومنشطة ومكيفة لشخصية ونفسية المراهق لكي يتحقق لديه اكتساب الخبرات والمهارات الحركية التي تزيد رغبة وتفاعلاً في الحياة، فتجعله يتحصل على القيم التي يعجز الفرد على توفيرها له، وتقوم بصقل مواهبه وقدراته البدنية والعقلية بما يتماشى ومتطلبات هذا العصر.

ويشير (الخولي، 1996) أن النشاط الرياضي يعتبر عامل ترويح، وهذا الهدف الذي يرمي إلى اكتساب الأفراد المهارات الحركية الرياضية مدى الحياة، فضلاً على المعلومات والمعارف المتصلة بها، هذا الترويح له تأثيراته الإيجابية على المراهق خاصة على مستوى الصحة النفسية والبهجة والسعادة والاستقرار الانفعالي، وينتج فرص الاسترخاء وإزالة التوتر الدائم له وبالتالي تشغل وقت فراغه والعمل على تحسين أدائه، وذلك بالتخلص من الملل والضجر بالإضافة إلى ذلك يعمل النشاط الرياضي على دمج المراهق اجتماعياً وإتاحة فرصة ربط العلاقات الاجتماعية مع زملائه وبالتالي تحقيق التعاون والمشاركة والتكيف الاجتماعي، كما أن النشاط الرياضي يضمن للمراهق القيام بواجباته على أحسن حال ويضمن للمراهق تحقيق عدة أهداف تتعلق بالجانب البدني والصحي الذي من خلاله يستطيع المراهق القيام بواجباته على أحسن حال ويضمن له لياقة بدنية شاملة وامتلاك لمهارات حركية عالية وهذا الجانب النشاط الرياضي يعطي جسم المراهق قوة وحيوية وتعمل على تنشيط الدورة الدموية وجميع الأجهزة الحيوية لديه. النشاط الرياضي للجوانب العقلية والعرضية والخلقية والجمالية كلها عوامل تجعلها جوانب بالغة الأهمية في حياة المراهق وضرورية له، فعلى النشاط الرياضي أن يعوا جيدة أهمية وضرورية التنشيط الرياضي بالنسبة للمراهق وذلك من خلال شعار العقل السليم في الجسم السليم.

2.4. مناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية: ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في الرفع من السلوك الجازم لدى المراهق.

إنطلاقاً من هذه الفرضية وعلى إثر النتائج المحصل عليها من خلال الجدول رقم 08 والتي تتضمن قيم (التكرارات - النسب المئوية - المتوسطات الحسابية - الوزن النسبي - معاملات الأهمية النسبية - قيم كاي مربع) والتي هي مؤكدة بطرق إحصائية، حيث تبين أن ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في التقليل من السلوك الجازم لدى المراهق، وهذا ما يحقق الفرضية الثاني.

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (مجادى، دهنية، و كروم، 2021) التي من نتائج الدراسة أن النشاط البدني الرياضي الترويحي له دور في التقليل من حدة القلق الاجتماعي بحيث تم إيجاد أن التلميذات المعفين لديهم قلق اجتماعي وفي المقابل الممارسات للترويح نجد القلق الاجتماعي لديهم متدني.

حيث يرى (برزوان و سقني، 2016) أن فترة المراهقة هي فترة تولد فيها شخصية المراهق من جديد، لكثرة الضغوطات، وصعوبة التحكم في سلوكه بسبب تقلباته الانفعالية، وهي مسرح لانفعالات عنيفة نتيجة المؤثرات الخارجية والداخلية وذلك لتأثره بالتغيرات الفسيولوجية والنفسية، فنجده يعيش حالة من الحيرة وعدم الاستقرار، وهذا ما يظهر من خلال تصرفاته وسلوكه، فمرحلة المراهقة تعتبر من أكثر المراحل عرضة لاضطرابات السلوكية، والسلوك الإنساني يحرك ويوجه من خلال دوافع حتمية، والتي من خلالها يحاول الفرد الوصول على هدف الدافع الذي حركه لهذا كثيراً ما يطلق على السلوك تسمية السلوك الوسيلة لأنه وسيلة الفرد لإشباع دوافعه، إن الدوافع تتأثر في مختلف أشكال السلوك من تعلم، وإدراك وشعور بين الدافعية والسلوك ليست بسيطة بل هي شديدة التعقيد أحياناً، فالمستوى المتوسط من الدافعية يختلف تأثيره على السلوك المتطرف منها كذلك، فالدوافع المتعارضة قد تسبب صراعاً داخلياً مما ينتج عنه سلوك الفرد غير سوي وغير مقبول (دلهوم، بوغالية، و منماني، 2020).

حيث تعتبر الممارسة الرياضية من أهم الاهتمامات والبرامج لدى الأفراد، والتي تشجعها مختلف المؤسسات الاجتماعية بسبب ما تحققة من رقي فكري ونفسي وتكيف اجتماعي، فهي تسهل عملية التنشئة الاجتماعية بمختلف أبعادها النفسية والاجتماعية، والصحية، والعقلية (خالدي و شعلال، 2022، صفحة 1052)، ويعد النشاط البدني والرياضي أحد أوجه النظام التربوي والذي أثبت نجاعته في تكوين الأفراد وإعدادهم إعداد سليماً، وقد يذهب بعض المختصين إلى اعتباره أحد أهم ركائز النظام التربوي لأي مجتمع (كيجل، 2022، صفحة 468)، ويشير (بلماحي و علالي، 2022) نقلاً عن (العزیز، 1998) أن الترويح الرياضي يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفسيولوجية للفرد الممارس لأوجه أنشطته التي تشمل على الألعاب والرياضات (صفحة 248).

5. الاستنتاجات والاقتراحات:

1.5. الاستنتاجات:

من خلال إجراءات الميدانية للدراسة وعرض وتحليل النتائج ومناقشتها تم التحقق من الفرضيات التي انطلقنا منها، وقد وصلنا إلى عدة استنتاجات وهي كالتالي:

- ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في التقليل من السلوك العدواني المادي لدى المراهق.

- ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية للأندية الرياضية تساهم في الرفع من السلوك الجازم لدى المراهق.

2.5. الاقتراحات:

- تفعيل الأنشطة الرياضية البدنية الترويحية داخل الأندية الرياضية لتشجيع السلوك الجازم لدى اللاعبين المراهقين.

- القيام بأبحاث مشابهة للدراسة الحالية مع التغير في بعض متغيرات البحث كدراسة الفروق في السلوك التربوي الرياضي بين المستوى الاقتصادي والأسري والاجتماعي والعلي.

6. قائمة المراجع:

المؤلفات:

أنور الخولي. (1996). *أصول التربية البدنية والرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.

المقالات:

- اسماعيل كيحل. (2022, 09 01). تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في مساهمة القيم الاجتماعية لدى المعاقين سمعياً (15-12 سنة). *مجلة المنظومة الرياضية*، 9(3)، الصفحات 467 - 477.
- العابدين زين بني هاني. (2016, 08 03). السلوك العدواني لدى لاعبي الألعاب الجماعية في الأردن وعلاقته بسماتهم الشخصية. *مجلة المنارة*، 22(3)، الصفحات 417-454.
- العيد بن سميثة. (2021, 07 30). ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وانعكاساتها على مستوى السلوك الصحي لدى طلبة الجامعة. *مجلة التميز الفكري للعلوم الاجتماعية والإنسانية*، 3(2)، الصفحات 37-47.
- بن محمد حمود العنتري. (2017, 03 10). دور الأنشطة الترويحية في الرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة عرعر بالمملكة العربية السعودية. *مجلة الحقوق والعلوم الانسانية*، 10(1)، الصفحات 186-204.
- حامد عبد السلام زهران. (1977). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*. مصر: دار عالم الكتب.
- حسيبة برزوان، و إيمان سقفي. (2016, 06 30). التوتر النفسي وعلاقته بظهور سلوكيات العنف عند المراهق المتمدرس في مرحلة المتوسط. *مجلة البحوث التربوية والتعليمية*، 5(9)، الصفحات 101-108.
- حميدة بوتفنوشات، و مزوز بركو. (2017, 06 30). أزمة الهوية لدى المراهق - مقارنة نفسية اجتماعية - *حوليات جامعة قلمة للعلوم الاجتماعية والانسانية*، 11(2)، الصفحات 663-691.

- سليم بلماحي، و طالب علالي. (2022, 09 01). الأنشطة الترويحية الرياضية وأثرها على تحسين عنصرى التوازن والقوة العضلية للأطراف السفلية لدى كبار السن 60-65 سنة. *مجلة المنظومة الرياضية*، 9(3)، الصفحات 245 - 258.
 - علاوي محمد حسن. (1998). *موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين* (الإصدار 1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
 - علي حويش، و محمد عزوز. (2019, 12 19). مساهمة الأنشطة البدنية والرياضية الترويحية في محاربة أفة المخدرات لدى الوسط الشباني. *مجلة الإبداع الرياضي*، 10(2)، الصفحات 330-348.
 - عماد دلهوم، فايذة بوغالية، و نادية نمناني. (2020, 06 28). أثر الألعاب الجماعية في تقويم سلوك المتدربين في طور الثانوي (مرحلة مراهقة). *مجلة علوم الأداء الرياضي*، 2(1)، الصفحات 173-202.
 - عيسى براهيمى، محمد دليبي، و حسناء صلحاوي. (2019, 11 30). الرياضة المدرسية وتأثيرها على السلوك الإجتماعي المدرسي للتلميذ. *مجلة دفاتر المخبر*، 14(1)، الصفحات 65-77.
 - محمد بوعزيز، و حبيب بن سي قدور. (2018, 12 07). إسهامات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في التخفيف من الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم المتوسط. *مجلة العلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية و الرياضية*، 15(5)، الصفحات 22-37.
 - مصطفى خالدي، و باهية شعلال. (2022, 09 01). ممارسة النشاط البدني الرياضي في الجزائر في ضوء العوامل الاجتماعية والاقتصادية. *مجلة المنظومة الرياضية*، 9(3)، الصفحات 1038 - 1054.
 - مصطفى مجادي، رضوان محمد ذهنية، و بشير كروم. (2021). ممارسة النشاط الترويحي ودوره في الحد من القلق الاجتماعي لدى تلميذات مرحلة التعليم الثانوي. *مجلة التميز*، 3(2)، الصفحات 72-83. تم الاسترداد من مجلة التميز: 72-83
 - منير بوزايدى. (2011, 06 30). الأنشطة الرياضية الترويحية وتأثيرها على حالات القلق في الوسط الجامعي. 3(1)، الصفحات 88-94.
 - نعيم بوعموشة. (2020, 06). البرامج التلفزيونية وأثرها على المراهق. *المجلة الجزائرية لبحوث الإعلام والرأي العام*، 1(3)، الصفحات 240-258.
 - وليد يونس الحيايلى. (2020). دراسة السلوك الإيجابي الرياضي لدى لاعبي منتخبات الجامعات العراقية في بعض الألعاب الجماعية. *مجلة الراقيدين للعلوم الرياضية*، 23(72)، الصفحات 91-111.
- مواقع الانترنت
- نادبة أمال شرقي. (2021, 03 24). *تعديل السلوك*. تاريخ الاسترداد 10 12 2022، من النجاح: <https://www.annajah.net/%D8%AA%D8%B9%D8%AF%D9%8A%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%B3%D9%84%D9%88%D9%83-article-1493>