

ISSN: 2392-5442, EISSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 09 العدد: 03 السنة: 2022		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة الجزائر
الصفحات: 143-158		تاريخ الإرسال: 18-07-2022 تاريخ القبول: 10-08-2022

دور حصة التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط

The role of physical education and sport lesson in achieving psychosocial compatibility among intermediate students

د/ بن ساسي رضوان^{1*}

¹ جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي. تيسمسيلت (الجزائر). radhsassi14@gmail.com

ملخص:

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط لولاية تيارت، ومعرفة فروق الدلالة في استجابات تلاميذ مرحلة المتوسط على درجات التوافق النفسي والاجتماعي لديهم في ظل بعض المتغيرات (الجنس، السن، الممارسة الرياضية)، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ يتميز بدرجة مرتفعة، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي والاجتماعي حسب متغير الجنس تعزى لصالح الذكور، وحسب متغير السن تعزى لتلاميذ السنة الرابعة متوسط (14 سنة)، بالإضافة إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي والاجتماعي بين الممارسين وغير الممارسين تعزى لصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

كلمات مفتاحية: حصة التربية البدنية والرياضية، التوافق النفسي والاجتماعي.

Abstract:

The study aimed to know the level of psychosocial compatibility among the students of the middle stage of the state of Tيارت, and to know the differences in the indicative differences in the responses of the pupils of the middle stage to their psychosocial compatibility degrees under some variables (sex, age, sports practice), the results showed that the level of psychosocial compatibility in pupils is high, and that there are statistically significant differences in the degree of psychosocial compatibility by sex variable attributable to males, by age variable attributable to average fourth-year pupils (14 years), in addition to statistically significant differences in the degree of psychosocial compatibility between practitioners and non-practitioners attributable to pupils practicing physical sports activity.

Keywords: Physical and sports education class, psychosocial compatibility.

* المؤلف المرسل

1. مقدمة :

إن التربية البدنية جزء مندمج في النظام التربوي الشامل، تسعى إلى تكريس طموحات الأمة الصحية والثقافية والاجتماعية، شأنها شأن بقية المواد التعليمية الأخرى، بإيجاد الصيغ الملائمة لتنشئة الأجيال وبما يجعل منهم مواطنين فاعلين، قادرين على الاضطلاع بأدوارهم في كل مجالات الحياة على أكمل وجه. كما تعمل التربية البدنية والرياضية كباقي المواد الأخرى على تنمية وبلورة شخصية الفرد، من جميع النواحي الحركية منها والنفسية والاجتماعية. معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها والذي يأخذ مداه من الأنشطة البدنية والرياضية، كدعامة ثقافية واجتماعية لها، فهي تمنح المتعلم رصيда صحيا يضمن له توازنا سليما، وتعايشا منسجما مع المحيط الخارجي منبعا سلوكيات فاضلة تؤهله للاندماج الفعلي في المجتمع. (للمناهج، 2015، صفحة 2).

وتعتبر مرحلة المراهقة فترة هامة وحرحة في حياة الفرد، إذ تحدث فيها تغيرات وتحولات على الجانب الفيزيولوجي والنفسي الاجتماعي إضافة إلى أنها تكثر فيها مشكلات نفسية واجتماعية، فهي من أصعب المراحل التي يمر بها التلميذ خلال حياته اليومية، إذ يتعرض فيها إلى مشاكل نفسية واجتماعية نتيجة لعدة تغيرات تطرأ عليه في هذه المرحلة فتختلف هذه الأزمة العابرة في درجتها باختلاف ظروف الفرد ومدى عدته لاستقبالها، فيصبح المراهق يثور لأتفه الأسباب وتجده يبحث عن الاستقلالية أما ضغوطات الأسرة والمحيط ومن جهة أخرى يبحث عن الحنان ولحلمها هناك طريقة أنجع للوصول إلى مطالب المراهقة وهي مادة التربية البدنية والرياضية والتي يعترف لها جميع المتخصصين بأنها عامل أساسي لتكوين جوانب شخصية المراهق خاصة الجانب الاجتماعي والنفسي انطلاقا من أهمية النشاطات البدنية والرياضية وانعكاساتها على النمو الاجتماعي والنفسي للمراهق.

فالتوافق النفسي والاجتماعي من أهم الجوانب التي تجعل الفرد صالحا فهو يعتبر من المواضيع الأساسية التي حظيت باهتمام كبير في الدراسات النفسية والاجتماعية، حيث اهتم كثير من الباحثين والعلماء بالتوافق النفسي الاجتماعي بين الأفراد، واعتبروه كما فعل كيرت ليفن أساسا للجماعة. ويتحقق التوافق السليم للفرد عن طريق التفاعل السليم لحاجته النفسية والاجتماعية والصحية وكذا انسجام الفرد بينه وبين محيطه الذي يعيش فيه.

وهنا تلعب التربية البدنية والرياضية بنشاطاتها المختلفة دورا مهما في التخفيف من التوترات النفسية وخلق جو الارتياح، كل هذا يبرز لنا أثرها على التوافق النفسي الاجتماعي. ومنه طرحنا التساؤل الآتي:

هل لحصة التربية البدنية والرياضة دور في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط؟

الفرضية العامة:

حصة التربية البدنية والرياضة لها دور في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.

الفرضيات الجزئية:

- يتميز التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط بدرجة مرتفعة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي حسب متغير الجنس تعزى لصالح الذكور.

دور حصة التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي حسب متغير السن تعزى لتلاميذ السنة الرابعة متوسط (14 سنة).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي بين الممارسين وغير الممارسين تعزى لصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي.
أهداف الدراسة:

- محاولة معرفة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.
- محاولة معرفة دلالة الفروق في درجة التوافق النفسي والاجتماعي حسب متغير الجنس.
- محاولة معرفة دلالة الفروق في درجة التوافق النفسي والاجتماعي حسب متغير العمر.
- محاولة معرفة دلالة الفروق في درجة التوافق النفسي والاجتماعي حسب متغير الممارسة الرياضية.

2. مصطلحات ومفاهيم البحث

1.2 حصة التربية البدنية والرياضية:

اصطلاحا:

يعرفها عباس أحمد صالح (صالح، 1981، صفحة 24): "هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي لمادة التربية البدنية والرياضية تشتمل أوجه نشاط التي يطلب أن يمارسها التلاميذ وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة التي تكونها".

إجرائيا: تعني الحصة التي يقوم فيها التلاميذ بممارسة نشاطات رياضية متنوعة بغرض تنمية الجوانب النفسية والحركية والاجتماعية والمعرفية والأخلاقية.

2.2 التوافق النفسي الاجتماعي:

اصطلاحا:

هو عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئية (حامد، 1978).

وهو علاقة إيجابية يقوم بها الفرد متعمدا لتكون العلاقة متناغمة منسجمة مع البيئة المحيطة به وهذا ينطوي على قدرة الفرد على إدراك الحاجات البيولوجية والاجتماعية والانفعالية التي يعاني فيها. (بخيت، 1988، صفحة 257).

إجرائيا: يعني المستوى الذي يبلغه تلاميذ طور المتوسط نفسيا واجتماعيا من خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

3. الدراسات السابقة

1.3 الدراسة الأولى:

دراسة (عطاب، مداني، و خلول ، 2021): هدفت هذه الدراسة الى معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق ادراكاً لأهمية هذه المرحلة العمرية في تكوين شخصية الفرد، اعتمد الباحثون على عينة بحث عينة قوامها (60) تلميذ مقسمين على النحو التالي (30) تلميذ من الممارسين للتربية البدنية والرياضية و(30) غير الممارسين للتربية البدنية والرياضية علما أن هذه العينة من التلاميذ من الطور الثانوي (السنة الثانية) ينتمون إلى 02 ثانويات مختلفة ، واستخدام المنهج الوصفي من خلال تطبيق مقياس اختبار الشخصية للدكتور لعطية "محمود هنا" ، و بعد تطبيق جملة من الوسائل الاحصائية خلصنا الى انه عدم وجود فروق بين الممارسين وغير ممارسين في درجة التوافق النفسي وكذا وجود فروق في درجة التوافق الاجتماعي بين الممارسين و غير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية لصالح الممارسين.

2.3 الدراسة الثانية:

دراسة (بختاوي، ساغي، و مقراني، 2020): هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير مادة التربية البدنية والرياضية في تكوين شخصية المراهق بالطور الثانوي وللقيام بهذه الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لأنه الأنسب والأكثر استعمالاً وانتشاراً وملائمة للمشكلة المطروحة، باستخدام استبيان موزع على عينة مختارة عشوائياً من ثانوية سعيد مسعود بأولاد ميمون ولاية تلمسان قدرت ب 140 تلميذ واستبيان موجه للأساتذة. فكانت أهم النتائج المتوصل إليها أن التربية البدنية والرياضية تساهم في تفادي المشاكل النفسية وبالتالي ضبط سلوكيات وانفعالات المراهق ويترتب عن هذا حصول توافق اجتماعي بينه وبين بقية أفراد المجتمع.

4. الإجراءات المنهجية المتبعة في البحث

1.4 المنهج المتبع: لتحقيق أهداف هذه الدراسة وعند إشكالية البحث تم استخدام المنهج الوصفي بالطريقة المسحية.

2.4 عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية بسيطة من مجتمع البحث والمتمثل في تلاميذ مرحلة المتوسط ببعض المؤسسات التربوية على مستوى مدينة عين الذهب بولاية تيارت، حيث بلغت عينة البحث (77) تلميذاً لمرحلة التعليم المتوسط ببعض متوسطات مدينة عين الذهب بولاية تيارت، موزعة كالتالي:

دور حصة التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط

الجدول 1: يوضح مواصفات عينة البحث

المجموع	عدد العينة		المتغير
77	47	ذكور	الجنس
	30	إناث	
77	23	12 سنة	السن
	24	13 سنة	
	30	14 سنة	
77	28	التلاميذ الممارسين	الممارسة الرياضية
	49	التلاميذ غير الممارسين	

المصدر: من إعداد الباحث

3.4 مجالات الدراسة:

المجال البشري: يتمثل في تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

المجال المكاني: تمثل في بعض متوسطات مدينة عين الذهب بولاية تيارت.

المجال الزمني: السنة الدراسية 2021/2022.

5.4 الدراسة الاستطلاعية: قام الباحث باختيار عينة استطلاعية من تلاميذ بعض متوسطات مدينة عين الذهب بولاية تيارت قوامها (20) تلميذ من غير عينة الدراسة الأصلية ومشابهة تماما لها للتأكد من مدى صلاحية أداة القياس. حيث تم إجراء التجربة الاستطلاعية بطريقة إجراء الاختبار وإعادته على مرحلتين حيث كان الفارق الزمني أسبوع.

6.4 أداة البحث:

قمنا بتوزيع الاستمارة الاستبائية على عينة الدراسة والمتمثلة في تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط لولاية تيارت، ومن

ثم جمعها وتفريغها واستخراج النتائج وتحليلها باستخدام المقياس الثلاثي لليكارت.

- إعداد الاستمارة الاستبائية الخاصة بالبحث:

لبناء الاستمارة قمنا بالاطلاع على البحوث والدراسات السابقة في مجال علم النفس والاجتماعي الرياضي،

بالإضافة إلى دكترة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، حيث مما سبق تم استخراج الاستمارة الإستبائية.

ثم تم إجراء الدراسة الاستطلاعية لغرض مسح ومعرفة مدى صدق الاستمارة وتحكيمها وتصحيحها بعد عرضها

على مجموعة من المحكمين وهم خمس (05) دكترة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة

تيسمسيلت، وبعدها تم استخلاص العبارات المناسبة لموضوع دراستنا والوصول إلى الصيغة النهائية للاستمارة الموجهة

لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، بحيث استخدمنا في تحليل النتائج وتفريغها المقياس الثلاثي لليكارت (lekarte) وهي كالتالي:

الجدول 2: يوضح نتائج محاور الاستمارة الاستبائية

المحاور	عدد العبارات	معنى العبارات
المحور الأول: التوافق النفسي	35	وهي عبارات ما يشمله الجانب النفسي مثال: (أفكر كثيرا في الابتعاد عن الآخرين، أحس بالرضا عن نفسي...الخ)
المحور الثاني: التوافق الاجتماعي	42	وهي عبارات ما يشمله الجانب الاجتماعي مثال: (أتطوع لتحمل المسؤولية من أجل زملائي، أحظى بالحب والرعاية من قبل أسرتي...الخ)
طريقة تقييم درجات الاستمارة: كانت صياغة فقرات المقياس ذات صيغة ايجابية وأن تقييم الإجابة على سلم ثلاثي. التدرج (بدرجة كبيرة "3"، بدرجة متوسطة "2"، بدرجة قليلة "1".		

المصدر: من إعداد الباحث

- الأسس العلمية للأداة:

الجدول 3: يبين صدق المحتوى الخاص بالاستمارة الاستبائية.

المحاور	عدد العبارات	عدد العينة	قيمة صدق المحتوى	معامل الثبات الفا كرونباخ (Alpha de Cronbach)
محور التوافق النفسي	35	20	0.83	0.84
محور التوافق الاجتماعي	42		0.81	0.91

المصدر: من إعداد الباحث انطلاقا من نتائج برنامج spss

من خلال الجدول رقم(03) يتبين لنا أن قيم الصدق لمحاور الاستمارة الاستبائية المقدمة لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط كانت أدنى قيمة (0,81) وأعلى قيمة (0,83) وهذا ما يبين أن الأداة تتميز بدرجة عالية من الصدق، واستخدام الباحث معامل الثبات الفا كرونباخ حيث تراوحت أدنى قيمة له (0,84)، وأعلى قيمة له (0,91) وهي قريبة من 1، وهذا ما يبين أن الأداة تتميز بدرجة ثبات قوي.

دور حصة التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط

5. عرض وتحليل ومناقشة النتائج

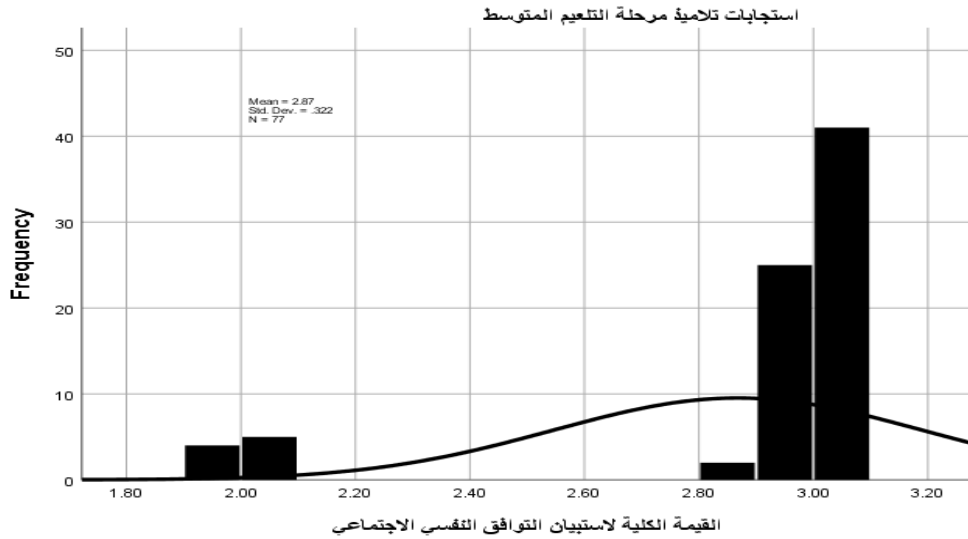
1.5 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى:

الجدول 4: يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لإجابات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط على عبارات استبانة التوافق النفسي الاجتماعي.

الرقم	محاور استبيان التوافق النفسي الاجتماعي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مؤشر الأهمية النسبية	الاتجاه العام
01	القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي.	2.871	0.324	0.947	عالي
02	القيمة الكلية لمحور التوافق الاجتماعي.	2.864	0.322	0.945	عالي
03	القيمة الكلية لاستبيان التوافق النفسي الاجتماعي.	2.867	0.322	0.946	عالي

المصدر: من إعداد الباحث انطلاقاً من نتائج برنامج SPSS

الشكل 1: يوضح توزيع قيم إجابات التلاميذ على استبانة التوافق النفسي الاجتماعي.



المصدر: من إعداد الباحث انطلاقاً من نتائج برنامج SPSS

من خلال الجدول رقم (04) والشكل البياني رقم (01) واللذان يبينان قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومؤشر الأهمية النسبية لمحاور الاستبانة، حيث بلغت قيمة مؤشر الأهمية النسبية لمحور التوافق النفسي ككل (0.947) وبمتوسط حسابي (2.871) في اتجاه عام عالي، ومنه يتميز مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط بدرجة عالية، فحين أن قيمة الأهمية النسبية لمحور التوافق الاجتماعي ككل (0.945) وبمتوسط حسابي (2.864)

في اتجاه عام عالي، ومنه يتميز مستوى التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط بدرجة عالية. وبالتالي يمكن القول إن مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ مرحلة المتوسط يتميز بدرجة عالية.

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (صديق و شماني، 2014) التي هدفت إلى معرفة دور النشاط الرياضي التربوي في تحقيق مبدأ التعاون وخلق التنافس الاجتماعي وتنمية روح الجماعة لدى تلاميذ المستوى الثالثة ثانوي، حيث توصلت إلى أن للنشاط الرياضي التربوي دور كبير في تحقيق مبدأ التعاون وخلق التنافس الاجتماعي وتنمية روح الجماعة لدى تلاميذ المستوى الثالثة ثانوي.

وتضيف على ذلك دراسة (توفيق و بوعافية، 2021) التي كانت تدور حول دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، وتوصلت النتائج إلى أن للرياضة المدرسية دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لها دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي في الفرضية وان الرياضة المدرسية لها دور في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ طور الثانوي.

فالتوافق الاجتماعي الذي يعتبر كموضوعاً لعلم الاجتماع بكل تفرعاته التي شملت كل نواحي الحياة حيث نريد تطبيقه على سلوكنا بجميع أنواعه، يضمن نجاح المؤسسة التعليمية في وظيفتها، والتلاؤم بين المعلم والطالب، يهيئ للأخير ظروفاً أفضل للنمو السوي، معرفياً وناضجاً، واجتماعياً، ويعالج ما ينجم في مجال الدراسة من مشكلات كالتخلف الدراسي والعياب والتسرب، هذا فضلاً عن علاج المشكلات السلوكية التي يمكن أن تصدر عن بعض الطلاب (محمود، 2001، صفحة 61).

وتعد التربية البدنية والرياضية الوسيلة الأكثر فعالية وتأثير لبناء النشء والشباب بناء متكاملًا في مختلف جوانب السلوك الإنساني، فهي تنتج نشاط داخل وخارج المجتمع المدرسي يساهم في تحقيق معدلات نمو حقيقية مؤثرة في بناء شخصية الأفراد، واكتساب القدرة على المشاركة الإيجابية في المجتمع (مرابط، 2017، صفحة 23).

2.5 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية:

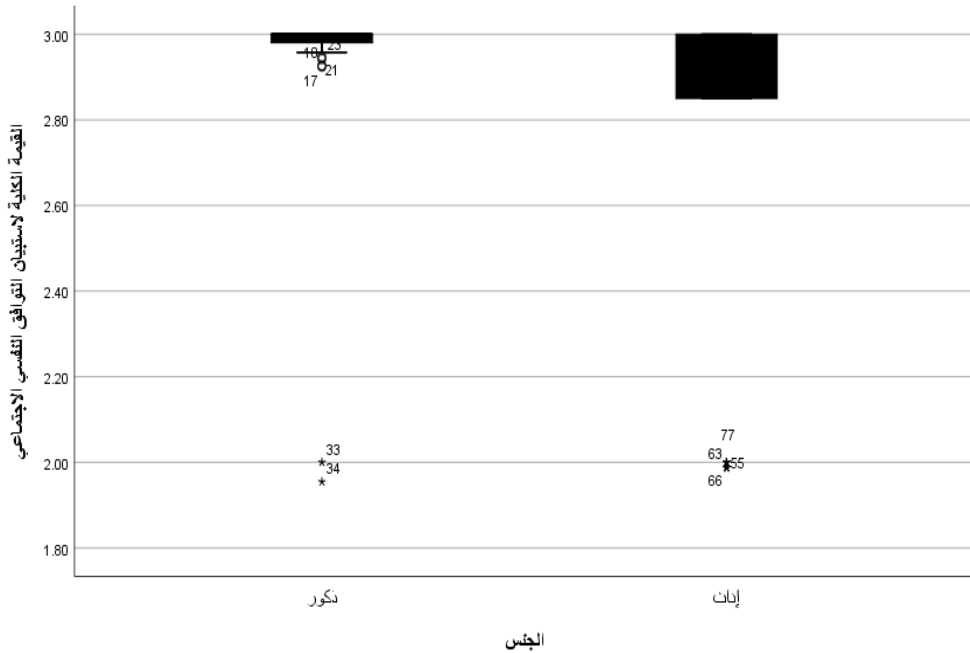
الجدول 5: يوضح فروق الدلالة في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط تبعاً لمتغير الجنس.

دور حصة التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط

مستوى الدلالة	الفروق المعنوية (Sig)	قيمة (ت) المحسوبة	الإناث		الذكور		المعالم الإحصائية المحاور
			S2	X2	S1	X1	
0.05	0.02	2.385	0.429	2.764	0.212	2.940	القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي.
0.05	0.00	3.045	0.421	2.730	0.202	2.948	القيمة الكلية لمحور التوافق الاجتماعي.
0.05	0.00	2.719	0.424	2.747	0.207	2.944	القيمة الكلية لاستبيان التوافق النفسي الاجتماعي.

المصدر: من إعداد الباحث انطلاقاً من نتائج برنامج SPSS

الشكل 2: يوضح فروق المتوسطات في التوافق النفسي الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس.



المصدر: من إعداد الباحث انطلاقاً من نتائج برنامج SPSS

من خلال الجدول رقم (05) والشكل البياني رقم (02) واللذان يبينان فروق الدلالة في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط تبعاً لمتغير الجنس، بلغت استجابات تلاميذ طور المتوسط الذكور في القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي 2.940 للمتوسط الحسابي بانحراف معياري 0.212 أما تلاميذ طور المتوسط الإناث فبلغ المتوسط الحسابي 2.764 بالانحراف المعياري 0.429 وبلغت قيمة (ت) المحسوبة للعينتين المستقلتين 2.385 عند مستوى الدلالة

(0.05) والتي هي أكبر من قيمة الفروق المعنوية (Sig) 0.02 ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي حسب متغير الجنس تعزى لصالح الذكور، في حين أن المحور الدال على التوافق الاجتماعي فقد بلغ المتوسط الحسابي لدى تلاميذ طور المتوسط الذكور 2.948 بانحراف معياري 0.202 في حين أن استجابات تلاميذ طور المتوسط الإناث فبلغ المتوسط الحسابي 2.730 بانحراف معياري 0.421 وبلغت قيمة (ت) المحسوبة للعينتين المستقلتين 3.045 عند مستوى الدلالة (0.05) والتي هي أكبر من قيمة الفروق المعنوية (Sig) 0.00 مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية، ومنه استنتج الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي حسب متغير الجنس تعزى لصالح الذكور. حيث يرى (رمضان، 2008، صفحة 55) أن التربية الرياضية لم تعد مجرد تدريب بدني أو رياضي يمارسه الفرد أو الجماعة على شكل تدريبات أو تمارينات لتحريك أعضاء الجسم أو بغرض التقوية العضلية أو مجرد اكتساب مهارة حركية معينة بل هو محاولة لتربية الفرد تربية كاملة عن طريق نشاط وسيلته الأولى حركة الجسم. ويوضح ويليجوس، إن أهداف التربية الرياضية، هي: تنمية اللياقة البدنية – تنمية المهارات الحركية – الكفاءة الاجتماعية – النمو المعرفي – تنمية القدرات العقلية.

ويشير (مروان، 2002، صفحة 67) أن المراهقين والمراهقات ضمن هذه المرحلة يجب أن يتدربوا على التمارين الرياضية، وذلك من أجل تنمية جهازهم الحركي، لما لذلك من أهمية كبيرة على هذه المرحلة، ففي الوقت الذي يكون فيه شكل الجسم تتم دوافع النمو، فالشباب الذين لا يزاولون الأنشطة الرياضية نلاحظ أن لديهم نمواً ضعيفاً وإمكانية واطئة وضعف في العضلات وأحياناً شحوم إضافية، وتكون الحركات غير منسقة وضعيفة وغير رشيقة. إن هذه المرحلة تظهر تطوراً واضحاً وملموساً وخاصة عند البنين، حيث تزداد القوة وقيمتها سنوياً، وتتحسن القوة السريعة وقوة عضلات الجسم، كذلك نلاحظ زيادة في قيم ركض المسافات القصيرة والقفز العالي والرمي، أما مطاولة القوة فتتطور بشكل قليل، وبالنسبة للوزن، إن تطور السرعة يصل إلى مستوى البالغين في نهاية مرحلة المراهقة الأولى حتى عمر 14-15 سنة.

3.5 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة:

الجدول 6: يبين نتائج تحليل التباين الأحادي في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط تبعاً لمتغير العمر.

دور حصة التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط

Sig	ف المحسوبة	متوسط المربعات	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	مصدر التباين	المحاور
0.00	5.744	0.537	1.074	2	بين المجموعات	القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي.
		0.093	6.915	74	داخل المجموعات	
			7.989	76	المجموع	
0.00	8.042	0.707	1.414	2	بين المجموعات	القيمة الكلية لمحور التوافق الاجتماعي.
		0.088	6.504	74	داخل المجموعات	
			7.918	76	المجموع	
0.00	6.871	0.619	1.237	2	بين المجموعات	القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي الاجتماعي.
		0.090	6.662	74	داخل المجموعات	
			7.899	76	المجموع	

المصدر: من إعداد الباحث انطلاقاً من نتائج برنامج SPSS

من خلال الجدول رقم (06) والذي يبين نتائج تحليل التباين الأحادي في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط تبعاً لمتغير العمر نلاحظ ان:

- في محور التوافق النفسي، بلغت قيمة المربعات بين المجموعات 1.074 وقيمة مجموع المربعات داخل المجموعات 6.915، ونلاحظ أن متوسطات المربعات بين المجموعات يقدر بـ 0.537 ومتوسط المربعات داخل المجموعات يقدر بـ 0.093 عند درجة الحرية (02، 74) حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة 5.744 عند قيمة الفروق المعنوية 0.00 والتي هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، ومنه توجد فروق معنوية بين المجموع.

- في محور التوافق الاجتماعي، بلغت قيمة المربعات بين المجموعات 1.414 وقيمة مجموع المربعات داخل المجموعات 6.504، ونلاحظ أن متوسطات المربعات بين المجموعات يقدر بـ 0.707 ومتوسط المربعات داخل المجموعات يقدر بـ 0.088 عند درجة الحرية (02، 74) حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة 8.042 عند قيمة الفروق المعنوية 0.00 والتي هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، ومنه توجد فروق معنوية بين المجموع.

- في القيمة الكلية لاستبيان التوافق النفسي الاجتماعي، بلغت قيمة المربعات بين المجموعات 1.237 وقيمة مجموع المربعات داخل المجموعات 6.619، ونلاحظ أن متوسطات المربعات بين المجموعات يقدر بـ 0.619 ومتوسط المربعات داخل المجموعات يقدر بـ 0.090 عند درجة الحرية (02، 74) حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة 6.781 عند قيمة الفروق المعنوية 0.00 والتي هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، ومنه توجد فروق معنوية.

ونظراً لوجود فروق معنوية بين الجامعات الثلاثة لأن قيمة (ف) المحسوبة من تحليل التباين لم تبين ذلك، استلزم على الباحث إجراء مقارنة بين المتوسطات الحسابية للمجاميع الثلاثة لاستخلاص معلومات أكثر عن متغيرات الدراسة من خلال اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D):

الجدول 7: يبين فروق المتوسطات الحسابية، مع قيمة فرق معنوي في الحقيقة تبعاً لمتغير السن.

مستوى الدلالة	قيمة الفروق المعنوية	فرق المتوسطات	المجموعات	المتغيرات
0.05	0.00	*0.280	تلاميذ 12 سنة.	القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي.
0.05	0.43	0.065	تلاميذ 13 سنة.	
0.05	0.00	*0.214	تلاميذ 12 سنة.	القيمة الكلية لمحور التوافق الاجتماعي.
0.05	0.08	0.883	تلاميذ 13 سنة.	
0.05	0.00	*0.302	تلاميذ 12 سنة.	القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي الاجتماعي.
0.05	0.35	0.076	تلاميذ 13 سنة.	

المصدر: من إعداد الباحث انطلاقاً من نتائج برنامج spss

من خلال الجدول رقم (07) الذي يبين مقارنة فروق المتوسطات الحسابية مع قيمة أقل فرق معنوي (LSD) حيث يتبين في القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي الاجتماعي أن أقل فرق معنوي يعزى إلى التلاميذ ذو 14 سنة، ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي حسب متغير السن تعزى لصالح تلاميذ السنة الرابعة متوسط (14 سنة).

وهذا ما يتفق مع دراسة (زروقي و بن طرمول، 2019) التي توصلت نتائجها أن التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي يتميزون بمفهوم إيجابي لشخصيتهم والذي أدى بهم إلى التوافق الحسن في مجتمعهم، علماً أن التلاميذ ومن خلال ممارستهم للأنشطة البدنية الرياضية هم الأشخاص الذين يحققون أدوار مثالية في علاقتهم بمجتمعهم بقدر ما يكون التلاميذ أسوياء السلوك متوافقين.

ويشير (مرايط، 2017، صفحة 23) أن التربية بمفهومها الحديث ضرورة فردية وجماعية كونها الأداة الفعالة لتحقيق التنمية البشرية والاجتماعية والاقتصادية، لذلك نلاحظ أن الشعوب التي أدركت هذه الحقيقة مبكراً تمكنت من استثمارها في مواردها البشرية، وتنشيط مؤسساتها الإنتاجية. في حين بقيت الشعوب التي لم تدرك هذه الحقيقة تعاني التخلف في جميع مظاهره لأن أي هبة لا تقوم لها قائمة إلا إذا تركزت على أساس وعي تربوي يتناول المجتمع في جميع صفوفه وفئاته، وتعد التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة أو مظهر من مظاهرها وفن من فنونها، لكونها تعني برعاية الجسم وصحته، ومن أهم الأسباب التي أدت برحال التربية البدنية الحديثة إلى الاهتمام بأجسام الناشئين وصحتهم

دور حصة التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط

في كل مرحلة من مراحل النضج والعناية بصحة الجسم وتأدية أجهزته ووظائفه لأنها تساعد على إعداد المواطن الصالح المتزن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا وخلقيا، وجعله قادرا على الإنتاج والقيام بواجبه نحو مجتمعه ووطنه. وأن النواتج العملية التعليمية تعتمد بشكل رئيسي على تراكم تحقيق الأهداف السلوكية، ودقة تحديدها من أهم متطلبات تحقيقها وسبل الوصول إليها، كما أن اختيار الوسائل والأنشطة وأساليب التقويم الملائمة يغدو أمرا هينا، وبالتالي فإن نواتج العملية التعليمية تكون أكثر وضوحا إذ تحققت الأهداف السلوكية بالشكل المطلوب (طافش، 1998، صفحة 47).، وعليه يجب أن تتخطى مصداقية مناهج التربية البدنية والرياضية الحديثة مفاهيم التدريب والتعلم وصولا إلى التربية الشاملة لكافة جوانب الشخصية الإنسانية (بسام عبد الله، 2001، صفحة 28).

4.5 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الرابعة:

الجدول 8: يوضح فروق الدلالة في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط تبعاً لمتغير الممارسين وغير الممارسين.

مستوى الدلالة	الفروق المعنوية (Sig)	قيمة (ت) المحسوبة	التلاميذ غير الممارسين		التلاميذ الممارسين		المعالم الإحصائية المحاور
			S2	X2	S1	X1	
0.05	0.03	2.166	0.394	2.812	0.04	2.975	القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي.
0.05	0.01	2.636	0.388	2.793	0.01	2.987	القيمة الكلية لمحور التوافق الاجتماعي.
0.05	0.01	2.407	0.390	2.803	0.233	2.981	القيمة الكلية لاستبيان التوافق النفسي الاجتماعي.

المصدر: من إعداد الباحث انطلاقاً من نتائج برنامج SPSS

الشكل 3: يوضح فروق المتوسطات في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط تبعاً لمتغير الممارسين وغير الممارسين.



المصدر: من إعداد الباحث انطلاقاً من نتائج برنامج SPSS

من خلال الجدول رقم (08) والشكل البياني رقم (03) واللذان يبينان فروق الدلالة في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط تبعاً لمتغير الممارسين وغير الممارسين، بلغت استجابات تلاميذ طور المتوسط الممارسين للنشاط البدني والرياضي في القيمة الكلية لمحور التوافق النفسي 2.975 للمتوسط الحسابي بانحراف معياري 0.04 أما تلاميذ طور المتوسط غير الممارسين فبلغ المتوسط الحسابي 2.812 بالانحراف المعياري 0.394 وبلغت قيمة (ت) المحسوبة للعينتين المستقلتين 2.166 عند مستوى الدلالة (0.05) والتي هي أكبر من قيمة الفروق المعنوية (Sig) 0.03 ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي حسب متغير الممارسة تعزى لصالح التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية، في حين أن المحور الدال على التوافق الاجتماعي فقد بلغ المتوسط الحسابي لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني والرياضي 2.987 بانحراف معياري 0.01 في حين أن استجابات تلاميذ غير الممارسين فبلغ المتوسط الحسابي 2.793 بانحراف معياري 0.388 وبلغت قيمة (ت) المحسوبة للعينتين المستقلتين 2.636 عند مستوى الدلالة (0.05) والتي هي أكبر من قيمة الفروق المعنوية (Sig) 0.00 ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي حسب متغير الممارسة الرياضية تعزى لصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني والرياضي. وهذا ما لم يتفق مع دراسة (عطاب، مداني، و خلول، 2021) في محور التوافق النفسي، واتفق مع نفس الدراسة في محور التوافق الاجتماعي .

ويشير (الخولي، 2000، صفحة 47) أن التربية البدنية والرياضية تعتبر العمود الفقري في تثقيف الأطفال والشباب من خلال الأنشطة البدنية والمعرفية والحركية والثقافية والترويحية ليتحملوا مسؤوليتهم نحو أنفسهم وأجسامهم وحياتهم الشخصية والاجتماعية لينشؤوا مواطنين صالحين ينفعون أنفسهم ويخدمون أوطانهم وكذلك تعتبر التربية البدنية والرياضية بأنشطتها المختلفة أحد المناهج الدراسية التي تمثل جانبا هاما في العملية التربوية بالمدرسة، فهي تعمل على تحقيق أقصى قدرا من التطور والتنمية الشاملة المتزنة والمتكاملة الطاقات الكامنة في المتعلم، وذلك وفقا لقدراته الفردية واستعداداته واهتماماته وحاجاته وميوله ودوافعه وقيمه. من خلال منهاجها التعليمية المختلفة، والتي تسهم في تحسين نوعية الحياة للفرد إلى المستوى المناسب من الصحة النفسية والتوافق مع الآخرين.

6. خاتمة:

دور حصة التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ طور المتوسط

يعتبر النشاط البدني الرياضي الوسيلة المثلى للتحكم في سلوكيات المراهق وذلك بتوظيفه في استثمار قدراته داخل المجتمع، فلا أحد يجادل في مكانة النشاط البدني الرياضي بالنسبة للمراهق وعلى هذا الأساس فمن الواجب أن نعطي حقه الكامل من الاهتمام حتى يتمكن أبناؤنا من التعبير عن أنفسهم من خلال ممارسته، وحتى يكون لديهم اتزان نفسي واجتماعي، لذلك فعلى المختصين في هذا الميدان أن يدركوا الغاية المرجوة من ممارسة النشاط البدني الرياضي والمتمثلة في بناء الشخصية المتوازنة والمتكاملة والتي لها دور فعال في بناء مجتمع متقدم ذو شخصية قوية متوازنة متكاملة لا يمكن لأي انتقادها على سبيل بناء مجتمع متكامل يحقق أغراضه التربوية من كل الجوانب العقلية، البدنية، النفسية والاجتماعية.

ومن خلال الدراسة الحالية والتي أظهرت نتائجها ما يلي:

- يتميز مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ مرحلة المتوسط بدرجة مرتفعة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي والاجتماعي حسب متغير الجنس تعزى لصالح الذكور.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي والاجتماعي حسب متغير السن تعزى لتلاميذ السنة الرابعة متوسط (14 سنة).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي والاجتماعي بين الممارسين وغير الممارسين تعزى لصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

وفي ضوء ما سبق اقترح الباحث بعض التوصيات أهمها:

- إشعار الأولياء بالأهمية التي تكتسبها الممارسة الرياضية في الحياة النفسية لأبنائهم خاصة المراهقين منهم بالنظر إلى الاختلافات النفسية التي يمرون بها في هذه المرحلة والتي لها تأثير على توافقيهم النفسي الاجتماعي.
- دعم وتشجيع التلاميذ على ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية بمختلف أنواعها سواء داخل المؤسسات التربوية أو خارجها، من خلال زيادة الدافعية والحماسة لديهم، حتى يكون هنالك تأثير ايجابي على توافقيهم النفسي الاجتماعي.
- ضرورة توعية التلاميذ المعفيين على ممارسة التربية البدنية والرياضية لأهميتها من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية.

7. قائمة المراجع:

- اللجنة الوطنية للمناهج. (2015). الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم المتوسط. وزارة التربية الوطنية.
- أمين أنور الخولي. (2000). مناهج التربية البدنية المعاصرة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- براهيم عطاب، محمد مداني، و غانية خلول. (2021). دور ممارسة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي. المنظومة الرياضية، (1)، 169-185.
- بومارة محمد توفيق، وسامي بوعافية. (2021). حصة التربية البدنية والرياضة ودورها في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلام. قائمة الوادي.

- جمال بختاوي، عبد القادر ساغي، وجمال مقراني. (2020). تأثير مادة التربية البدنية والرياضية في تكوين شخصية المراهق في الطور الثانوي بالغرب الجزائري. المنظومة الرياضية، 7(1)، 106-119.
- حاج عبد الرحمن صدوق، ومحمد شماني. (2014). دور النشاط الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلميذ مستوى الثالثة ثانوي. الماجستير. خميس مليانة، قسم النشاط البدني الرياضي التربوي، الجزائر: معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- حسني ياسين رمضان. (2008). علم النفس الرياضي، ط1. عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- حميد زروقي، ومحمد الحبيب بن طرمول. (2019). أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي. مذكرة الماجستير. مستغانم، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر: جامعة عبد الحميد ابن باديس.
- عباس أحمد صالح. (1981). طرق تدريس التربية البدنية والرياضية. بغداد: المكتبة الوطنية.
- عبد الخالق أحمد محمود. (2001). أصول الصحة النفسية، ط2. دار المعرفة الجامعية.
- عبد الرحيم بخيت. (1988). الخصائص التوافقية والعصبية والدهنية. مجلات العربية الأمريكية. مجلة علم النفس. العدد السادس، 257.
- عبد السلام حامد. (1978). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم الكتب.
- عبد المجيد إبراهيم مروان. (2002). النمو البدني والتعلم الحركي، ط1. عمان: الدار العلمية الدولية للنشر.
- محمود طافش. (1998). الكفايات الأساسية للمعلم الناجح. الإمارات العربية المتحدة: عجمان.
- مسعود مرابط. (2017). مدى اهتمام أساتذة التربية البدنية والرياضية بتحقيق الأهداف الوجدانية وعلاقته بدافعية الانجاز والذكاء الانفعالي لتلاميذ الطور الثانوي، أطروحة دكتوراه. الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية دالي ابراهيم.
- مسمار بسام عبد الله. (2001). المشكلات والمعوقات التي تواجه معلم التربية الرياضية المبتدئ بالمدارس الحكومية. مجلة دراسات العلوم التربوية، 28(1)، 147-163.