دور حصة التربية البدنية والرياضية في تخفيف الوحدة النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط

أ . لعياضي عصام — جامعة سوق أهراس
أ . ذوايبية الصالح — جامعة سوق أهراس

الملخص :

أصبحت حصة التربية البدنية و الرياضية تلعب دورا هاما بصفتها حصة هادفة والتي تحاول من خلال ممارسة النشاط البدني والرياضي التقليل من حدة الوحدة النفسية باعتبارها اليوم أكبر هاجس خطير يضر بالمدرسة و المجتمع على حد سواء .و من هنا يهدف البحث إلى ابراز دور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من الوحدة النفسية في الوسط المدرسي،حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته طبيعة البحث وأجريت الدراسة على عينة عمدية قدرها 40 تلميذا من تلاميذ السنة أولى من الطور المتوسط بمتوسطة عبيدي مسعود بلدية الونزة والبالغ عددهم 200 ممارسا.وقد تم اسخدام الاستبيان كأداة للدراسة وأهم النتائج المتوصل إليها لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لاستجابة أفراد العينة حول دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير الجنس،السن،التحصيل الدراسي.

الكلمات المفتاحية: حصة التربية البدنية والرياضية، الوحدة النفسية، تلاميذ الطور المتوسط.

ABSTRACT

The share of physical education and sports has played a significant role as a meaningful share, which is trying through the exercise of physical and sports activity to reduce the severity of psychological unity as the biggest day dangerous obsession hurts school and community alike. And here research aims to highlight the role of the share of physical education and sports to reduce the psychological unity in the school environment, where researchers used the descriptive approach to the nature of the research and suitability study consisted of a sample of 40 students from the pupils of the first phase of the average Bmtosth year Abedi Masood Municipality Ouenza totaling 200.oukd were made using the questionnaire as Instrument for the study and the most important results obtained to no statistically significant differences at the level of significance ($0.05 \geq \alpha$) in response to the sample on the role of the share of physical education and sports in relieving the psychological unit due to gender, age, academic achievement.

Keywords: physical education and sports, psychological unit, students Middle stage

1. المقدمة

إن النشاط البدني الرياضي في صورته الجديدة من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية داخل المؤسسات التربوية يعتبر ميدان هام من ميادين التربية وهو كذلك يعتبر ركيزة يستعين بها الفرد في حياته اليومية حتى يكون فردا صالح مزودا بخبرات ومهارات واسعة تجعل منه جزء لا يتجزأ عن مجتمعه و مساير لتطور ونمو المحيط الاجتماعي.فممارسة الرياضة خلال حصة التربية البدنية و الرياضية لها قيمة أساسية في حياة الفرد لما تقدمه من فوائد جسمية و نفسية و اجتماعية و تربوية، فمن الناحية الجسمية تقوي العضلات و تنشطها ،أما من الناحية العقلية فتساعد على تطوير القدرات العقلية و الوجدانية ،كما تجنب الفرد العقد النفسية التي غالبا ما تسبب له صعوبات و اضطرابات النفسية ،أما من الجانب الاجتماعي فإنها تتيح للفرد الفرصة للاحتكاك مع الغير مما يؤدي إلى ربط علاقات حميمة ،أما من الناحية التربوية فهي تؤدي اكتساب مهارات حركية و معارف جديدة و تعدل من السلوكات، لذا ينبغي أن ننمي التربية البدنية والرياضية باعتبارهما بعدين أساسين للتربية والثقافة حسب قدرات كل إنسان وأن ننمي كذلك إرادته والتحكم في أهوائه وأن ننمي اندماجه التام في مجتمعه وينبغي أن تضمن استمرارية النشاط وممارسة الرياضة ط وال حياة الإنسان وذلك بواسطة تربية شاملة ودائمة و معممة (أمين أنور الخولي،156،1996).

. ونظرا لهذه الأهمية فقد أدرجت ضمن البرنامج التعليمية و في كل الأطوار التعليمية ، حيث أصبحت مادة تدرس كباقي المواد الأخرى في المؤسسات التربوية، و لقد توصل الباحثون إلى وجود فترة هامة يمر بها الفرد في حياته تظهر فيها المشاكل النفسية و الاجتماعية و المتمثلة طبعا في فترة المراهقة التي اختلفت فيها الآراء و العلماء و الفلاسفة حيث أطلقت عليها هذه الأخيرة على أنها الولادة الثانية للفرد،و هي الاضطرابات المرفولوجية و النفسية.

فالتغيرات المفاجئة التي تطرأ على المراهق في هذه المرحلة الخاصة منها الفزيولوجية و العقلية و المرفولوجية و النفسية هي التي من شأنها أن تأثر على راحة المراهق سلبا. و هذا ما يخلق صراع في نفس الطفل أو التلميذ على اثر الأحداث الماضية في فترة الطفولة قد تسبب الشعور بالوحدة النفسية و التي تكون أيضا ناجمة على المواقف اجتماعية مؤلمة أو الفرو قات الفردية بين الجنسين في هذه المراحل أو ما قبلها مما يؤدي ذلك إلى إحساس التلميذ بالاكتئاب و الاغتراب و العزلة داخل المجموعة، و أن الوحدة النفسية ينصدم بها المراهقون في المرحلة المتوسطة و بالتحديد مرحلة المتوسط أي الفترة الوسطية و تكون أيضا ناجمة من عدم الأمن في بعض الأحيان و قد تكون الوحدة النفسية إما عابرة أو تحويلية أو مزمنة على حسب تخطي المراهق أو عدم تخطيه لهذه الأزمة النفسية حيث يلاحظ من طرف الآخرين و من النفس الشعور بها لذاته و هذا راجع المشاعر المكبوتة ،و يعرفها (عطا،274،1993)الوحدة النفسية بأنها: مفهوم يمثل حالة نفسية تنشأ من : إحساس الفرد بأنه ليس على قرب نفسي من الآخرين، وهذه الوحدة ناتجة عن افتقار الفرد لأن يكون طرفا في علاقة محددة أو مجموعة من العلاقات،ويترتب عليها كثير من صنوف الضيق والضجر.

وعلى الرغم من ذلك إلا أنها بأي شكل من الأشكال تمثل شعور مؤلم لدى الفرد نتيجة مرور الفرد بموقف معين يؤدي إلى حدوث خلل في علاقاته الاجتماعية (Lunt.P.K. 1991,pp20-35)

2. اجراءات البحث

1.3منهج البحث

إستخدم الباحثان المنهج الوصفي الذي يعتمد على جمع الحقائق و تحليلها و تفسيرها لاستخلاص دلالاتها انطلاقا من تحديد المشكلة ، تم اختيار عينة البحث ، و أساليب جمع المعلومات و البيانات و إعدادها ووضع قواعد لتنظيمها و تصنيفها ثم تحليلها و استخلاص التعليمات و الاستنتاجات منها في عبارة واضحة محددة .

2.2 عينة البحث

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية بمتوسطة عبيدي مسعود بلدية الونزة حيث بلغ عدد أفراد العينة (40) ، والجدول رقم (1) يوضح خصائص عينة الدراسة من حيث الجنس والسن و التحصيل الدراسي.

الجدول رقم :(1) خصائص عينة الدراسة من حيث الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	20	50
أنثى	20	50
المجوع	40	100

الجدول رقم :(2) خصائص عينة الدراسة من حيث السن

العمر	التكرار	النسبة المئوية
13-12	20	50
14-13	10	25
15-14	10	25
المجموع	40	100

الجدول رقم :(3) خصائص عينة الدراسة من حيث التحصيل الدراسي

المستوى	التكرار	النسبة المئوية
جيد	14	35
متوسط	16	40
ضعيف	10	25
المجموع	40	100

3.2 أدوات البحث

قمنا بالاعتماد على الاستبيان بعد قيامنا بالدراسة الاستطلاعية،حيث رأينا بأنه الأداة الأكثر ملائمة في هذه الدراسة،وبعد الاطلاع على استبيانات عديدة لدراسات سابقة والاقتباس من بعضها.

وقد تكون الاستبيان في النهاية من ثلاثة قسمين هما :

القسم الأول: ويعبر عن البيانات والمعلومات الشخصية لعينة البحث والتي اشتملت على (03) عناصر تمثلت في"الجنس، السن ، المستوى التحصيلي ".

القسم الثاني: محور قياس الوحدة النفسية،وقد تكون من (20) عبارة.

واعتمدنا في انجازنا للاستبيان على الشكل المغلق الذي يحدد الاستجابات المحتملة لكل سؤال،أي على مقياس ليكرت الخماسي نسبة لعالم النفس"رينسيس ليكرت" ، وطلب من المبحوثين تحديد مدى الموافقة على هذه العبارات.

***درجات الاستبيان:**

يشمل الاستبيان على 05 درجات:

أوافق بشدة	أوافق	أوافق بدرجة متوسطة	لا أوافق	لا أوافق مطلقا

جدول رقم 04 : يمثل درجات الاستبيان .

1.3.2 المعالجات الإحصائية

بعد مرحلة التطبيق ثم تفريغ البيانات بواسطة الأداة المستعملة (الاستبيان) في الجداول بغرض تحليلها و معالجتها إحصائيا بالبرنامج الإحصائي SPSS (الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الإصدار 19) اعتمدنا على التقنيات الإحصائية التالية:

- النسب المئوية والتكرارات لوصف العينة.
- الانحراف المعياري لقياس مدى اتفاق وعدم التشتت.
- المتوسط الحسابي.
- معامل الثبات كرونباخ (لقياس ثبات فقرات الاستبيان).
- اختبار T-TEST لإيجاد الفروق بين متوسطات فئتين.
- تحليل التباين الأحادي ((ONE WAY ANOVA لإيجاد الفروق بين متوسطات عدة فئات .
- معامل الارتباط سيبرمان براون((SPEARMAN BROWN للبحث في العلاقة بين متغيرات الدراسة .

3. عرض ومناقشة النتائج

1.3- الإجابة على التساؤل الأول: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$ لاستجابة أفراد العينة حول دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير الجنس ؟

1.1.3 هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$ لاستجابة أفراد العينة حول دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير الجنس ؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم استخدام (T-TEST) من أجل معرفة الفروق تبعا لمتغير الجنس والجدول رقم (5) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات الاستبيان الوحدة النفسية وقيمة (T) ومستوى دلالتها تبعا لمتغير "الجنس" عند درجة حرية 37.

محاور الاستبيان	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T-TEST	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	ذكر	20	59.25	17.22	0.287-	0.976	غير دال
	أنثى	20	60.90	18.56			

جدول رقم 05 : يبين نتائج اختبار (T) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لاستجابة أفراد العينة حول دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير الجنس .

يتضح من الجدول السابق أن قيم الدلالة لمحور الوحدة النفسية أكبر من 0.05 أي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة لهذا المحور تعزى لمتغير "الجنس"،لصالح جميع التلاميذ الذكور و الإناث (حيث أن المتوسط الحسابي للذكور قريب من المتوسط الحسابي للإناث) في كل حالات الدلالة مما يدل على أن الذكور و الإناث لديهم اهتمام واسع بتحديد نفس الأهداف أثناء عملهم.

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة مازن ملحم 2010 حيث أكد عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية و الظروف النفسية تبع لمتغير الجنس.

2.3 الإجابة على التساؤل الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$ لاستجابة أفراد العين حول حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير السن ؟

1.2.3 هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$ لاستجابة افراد العين حول حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير السن ؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) والجدول رقم (6) يبين مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية وقيمة"F" ومستوى الدلالة لاستجابة أفراد العينة حول الوحدة النفسية تبعا لمتغير السن (من 12-13 سنة ، من13-14 سنة ، من 14-15 سنة).

محاور الاستبيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	بين المجموعات	1743.139	2	871.559	2.980	0.063	غير دال
	داخل المجموعات	10821.636	37	292.477			
	المجموع الكلي	12564.775	39				

جدول رقم (6) : يبين نتائج اختبار يبين تحليل التباين الأحادي الاتجاه للمتوسطات الحسابية لإجابات أفراد العينة حول دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير السن

يتضح من الجدول السابق أن قيم الدلالة لمحور الوحدة النفسية أكبر من 0.05 أي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة تعزى لمتغير "ا لسن".

أي أن العمر لا يؤثر في مدى الشعور بالوحدة النفسية و أن الشعور بالوحدة النفسية ليس له عمر محدد ولا يمكن حصر الشعور بالوحدة النفسية في سن معين أو في مرحلة من مراحل العمر (طفولة ، مراهقة ، رشد ، كهولة أو شيخوخة) .

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة حنان بنت اسعد محمد خوج 2003/2002حيث أكدت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات التي تحصل عليها أفراد العينة من الطالبات مرحلة المتوسطة في مقياس شعور بالوحدة النفسية تعزى لمتغير العمر .

3 -3 الإجابة على التساؤل الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$ لاستجابة أفراد العين حول حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير التحصيل الدراسي ؟

1.3.3 هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$ لاستجابة افراد العين حول حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير التحصيل الدراسي ؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) والجدول رقم (7) يبين مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية وقيمة"F" ومستوى الدلالة لاستجابة أفراد العينة حول الوحدة النفسية تبعا لمتغير التحصيل الدراسي (جيد ، متوسط ،ضعيف).

محاور الاستبيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	بين المجموعات	110.722	2	55.361	0.164	0.849	غير دال
	داخل المجموعات	12454.053	37	336.596			
	المجموع الكلي	12564.775	39				

جدول رقم (7) : يبين نتائج اختبار يبين تحليل التباين الأحادي الاتجاه للمتوسطات الحسابية لإجابات أفراد العينة حول دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير التحصيل الدراسي .

يتضح من الجدول السابق أن قيم الدلالة لمحور الوحدة النفسية أكبر من 0.05 أي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة تعزى" لمستوى التحصيل الدراسي".

أي أن التحصيل الدراسي لا يؤثر في مدى الشعور بالوحدة النفسية أي أن الشعور بالوحدة النفسية ليس له مستوى تحصيلي محدد ولا يمكن حصر الشعور بالوحدة النفسية في درجة من درجات التحصيل الدراسي أو في طور من أطوار التعليم (ابتدائي ، متوسط ، ثانوي ، جامعي) .

وهذه النتيجة لا تتفق مع دراسة الجوهرة بنت عبد القادر طه شيبي 2006 حيث أكدت وجود فروق ذات دلالة إحصائية للشعور بالوحدة النفسية وفق لمتغير المستوى الدراسي .

4. الخاتمة

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يستنتج الباحثان الآتي، أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لاستجابة أفراد العينة حول دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تخفيف الوحدة النفسية تعزى لمتغير الجنس،السن،التحصيل الدراسي