

# تحقيق النمو النفسي المتوازن لتلاميذ الطور المتوسط من منظور النشاط البدني الرياضي

الأستاذ: نمرود بشير - الرتبة: أستاذ محاضر "أ" - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة الجليلي بونعامة  
الأستاذ: سريوت مالك - الرتبة: أستاذ محاضر "أ" - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة زيان عاشور

## المستخلص:

تتمحور هذه الدراسة حول كيفية مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية من خلال برامجها المختلفة في صقل مواهب التلميذ كغيرها من المواد التعليمية المختلفة حيث وبسبب الخصائص التي تختص بها هذه الأخيرة والمتعلقة بالجانب الحسي والحركي والنفسي والاجتماعي واطلاق الباحث من هذه الخلفية للوقوف على المساهمة التي تقدمها حصة التربية البدنية والرياضية للتلميذ كي ينشئ تنشئة نفسية سليمة ومتوازنة؛ استخدمنا في جمع المعلومات استمارة استبيان موجهة لعينة من الأساتذة وعينة من التلاميذ تم اختبار النتائج فيها باختبار كا<sup>2</sup> وقانون التناسب

**الكلمات الدالة:** حصة التربية البدنية والرياضية - النشاط البدني الرياضي - النمو النفسي

## The abstract:

This study is about the method of the contribution of the physical and sportive education's lesson, through its different programs, in refining the pupil's talents like the other different educational materials do, and because of the features of this latter, which are related to the sensual, kinetic, psychological and social aspect, the searcher started out from this background in order to examine the contribution which the physical and sportive education's lesson affords to the pupil so that he arises right and balanced psychologically and socially. We used in the collection of the information a questionnaire form directed to a sample of teachers and pupils where the results were tested using the Chi-Square test and the proportionality law.

**Key words:** The lesson of the physical and sportive education- the physical and sportive activity- the psychological growth

## 1. الإشكالية:

تخضع مادة التربية البدنية والرياضية لمنهاج التربية البدنية والرياضية الموضوع من طرف القائمين عليها كإدارة تدرسية تربوية ذات طابع أكاديمي ومن مساعي هذا المنهاج إعطاء إمكانية ممارسة التربية البدنية والرياضية ميدانيا كإدارة تعليمية تساهم في بناء شخصية التلميذ وتحضيره لحياة مستقبلية أفضل ومنهاج التربية البدنية هو الذي يحدد الكفاءات التي يمكن أو يجب أن يكتسبها التلميذ والذي يمر حتما عبر طريقة الممارسة البيداغوجية والتي تتم عن طريق تحديث تكوين الأساتذة طبقا للمستجدات وإعادة النظر في علاقتهم بالمعرفة نفسها إضافة إلى تهيئة الظروف للتلميذ كي يتعلم بنفسه ويكتسب القدرة على تجنيد معارفه في الميدان كما يسعى المنهاج لبلوغ كفاءات بمختلف مستوياتها تظهر في سلوكيات وتصرفات التلميذ عند مواجهته لما يصادف من إشكاليات في مساره الدراسي وفي حياته اليومية على حد سواء وهذا ما بني عليه المنهاج.

وحصة التربية البدنية والرياضية لا تتم إلا عن طريق أستاذ ملم بجميع العلوم والمعارف وهي لا تحتاج إلى مدرسين رياضيين يعملون على تلقين التقنيات والمهارات فحسب بقدر ما هي بحاجة إلى مدرسين يعملون على قيادة نمو الشباب من الناحية النفسية لما في ذلك من أثر بالغ على تحديد قيم ممارستها واتجاهاتها فهدف التربية البدنية والرياضية تكوين رجال للحياة العامة من جميع جوانبها.

إذ يقتضي على الأستاذ التربية البدنية والرياضية أن يكذب ويثابر ويكافح فنجاح الدرس مرهون بمدى اتصافه بهذه الصفات ومرهون أيضا بوزن الرصيد الثقافي والمعرفي الذي يجعله قادرا على تقويم عقول الصغار وإثارتها ولعل الهدف هو تكوين رجل متكامل انطلاقا من كونه تلميذ صغير وأستاذ التربية البدنية والرياضية هو الشخص الذي يحقق أدوار مثالية في علاقاته بالطالب والثقافة والمجتمع والمدرسة ومجال التربية البدنية والرياضية.

وإن رسالة التربية وفلسفتها بيداغوجيا تعتمد أساسا على الأقطاب الثلاثة، الأستاذ، المتعلم، المنهج، فشركاء العلاقة التربوية في بحث دائم عن علاقات تجعل العملية التربوية تتم بمهنية واحترافية عالية.

فأستاذ التربية البدنية والرياضية لا يمكنه ممارسة مهنته كمدرس إلا بوجود التلاميذ، فالتلميذ هو ذلك الشخص الذي يمر بعدة مراحل ومستويات تعليمية بداية بالتعليم الابتدائي ثم المتوسط والذي هو مرحلة بحثنا ثم الثانوي أي تنتهي مرحلة التلميذ ليصبح طالبا، وخلال هذه المراحل التعليمية يكتسب معارف ومعلومات تمكنه من التكيف مع المواقف الحياتية من خلال تنمية جوانبه النفسية.

فالنمو النفسي يشمل التغيرات العاطفية والاشغالية وكيفية ارتباط الفرد بالآخرين(العائلة، الأصدقاء، زملاء الدراسة وكذا نظراته إلى نفسه)، فالشعور الذاتي للفرد وعلاقاته الاجتماعية بتطورات الآخرين في أسلوب جماعي يعتمدان على تغيرات النمو الأخرى، مثلا مظهر الفرد العام له تأثير في شعوره لنفسه وذلك بطبيعة الحال يؤثر في علاقاته بالآخرين، ومن هذا الطرح لكل هذه التغيرات يراودنا التساؤل التالي:

2. **التساؤل العام:** هل يمكن تحقيق النمو النفسي المتوازن لتلاميذ الطور النهائي من منظور النشاط البدني الرياضي؟

3. **الفرضية العامة:** يمكن تحقيق النمو النفسي المتوازن لتلاميذ الطور النهائي من منظور النشاط البدني الرياضي

4. **أهداف البحث:**

✓ التركيز على أن حصة التربية البدنية والرياضية أسلوب جديد من أساليب التربية الحديثة.

✓ إبراز العلاقة الإيجابية بين حصة التربية البدنية والرياضية والنمو النفسي المتوازن

5. **ضبط المفاهيم والمصطلحات:**

**النمو النفسي:** هو بناء متماسك موحد سليم لشخصية الفرد وتقبله لذاته وتقبل الأفراد الآخرين له، وشعوره بالرضا والارتياح النفسي.<sup>1</sup>

**التعريف الإجرائي:** هو عملية تحقيق الشخص لذاته، وبالتالي ليس وصفاً للخصائص وإنما إعادة صياغة الخصائص بما يمكن أن يوظفها الشخص ليحقق ما يريد.

6. **المنهج المتبع في البحث:** نظرا لطبيعة موضوعنا والمشكلة المدروسة فإننا نتبع المنهج الوصفي

7. **عينة البحث وكيفية اختيارها:**

أ – العينة الأولى: وتمثل في أساتذة التربية البدنية والرياضية وعددهم 20.

ب – العينة الثانية: وتمثل في التلاميذ وعددهم 200 تلميذ

8. **ضبط متغيرات البحث:**

**المتغير المستقل:** حصة التربية البدنية والرياضية

**المتغير التابع:** النمو النفسي المتوازن

<sup>1</sup> -نوال محمد عطية، علم النفس والتكيف الاجتماعي، دار القاهرة للكتب، 2001، ص12.

## 9. مجالات البحث:

- المجال المكاني: أُجري البحث في 10 متوسطات بولاية المدية

الرقم	إسم المؤسسة	المكان
01	متوسطة العربي بن مهيدي	بني سليمان
02	متوسطة العقيد عميروش	بني سليمان
03	متوسطة هواري بومدين	بوشراجيل
04	متوسطة عيسى ذياب	بوشراجيل
05	متوسطة بريك محمد	بوشراجيل
06	متوسطة عيدون رمضان	سيدي نعمان
07	متوسطة قنتور أحمد	سيدي نعمان
08	متوسطة بوعتو عبد القادر	سيدي نعمان
09	متوسطة قاسمي الشريف	البرواقية
10	متوسطة حسناوي عامر	البرواقية

المجال الزمني: أُجري هذا البحث في الفترة الممتدة من شهر ديسمبر إلى غاية شهر ماي 2015،

المجال البشري: تمت الدراسة على عينة تمثل في أساتذة التربية البدنية والرياضية وتلاميذ الطور المتوسط في ولاية المدية.

## 10. الطرق والأدوات الإحصائية المستعملة في الدراسة:

### أدوات جمع المعلومات

الاستمارة الاستيعابية: لقد وجهنا مجموعة إستبانات لمجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية والتلاميذ الذين يدرسون بالمتوسطات وذلك لتحقيق أغراض الدراسة وتجسيد الفرضيات تطبيقيا باعتبارهم عنصر الدراسة المحوري.

### اعداد استمارة الاستيعاب:

قمنا بصياغة استمارة الاستيعاب ووضع الأسئلة في قالب علمي ومنهجي حتى يجلب انتباه الباحثين ويحفزهم على الإجابة بوضع الاستمارة في حجمها المقبول وبخط واضح ومفهوم، واستخلاص بعض المعلومات العامة عن الباحثين، وتتضمن الاستمارة الاستيعابية (6) أسئلة موجهة لأساتذة التربية البدنية والرياضية و(6) أسئلة موجهة لتلاميذ المتوسطات موزعين على (10) متوسطات لولاية المدية،

### الطرق الإحصائية:

قانون التناسب - اختبار مربع كاي "k<sup>2</sup>"

## تحليل ومناقشة نتائج

### تحليل ومناقشة نتائج الاستيعاب الموجهة للأساتذة: يضم الأسئلة من (01 - 06)

السؤال رقم (01): هل يهتم تلاميذ السنة الرابعة متوسط بممارسة التربية البدنية والرياضية في مؤسستكم؟

الفرض من السؤال: معرفة مدى اهتمام التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية.

جدول إحصائي رقم (01) يبين مدى اهتمام التلاميذ بحصة التربية البدنية والرياضية.

R	DF	A	ك <sup>2</sup> مع	ك <sup>2</sup> مع	تك مش <sup>-</sup> (تك مت <sup>2</sup> )	تك مش <sup>-</sup> تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
±	2	0.05	05.99	40,03	177,95	13,34	6,66	100	20	نعم
					44,35	-6,66	6,66	00	00	أحيانا
					44,35	-6,66	6,66	00	00	لا
					266,65		20	100	20	الجميع

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (01): تبين لنا من خلال مناقشة الجدول أن ما نسبته 100% من المبحوثين الأساتذة يرون أن تلاميذ الطور المتوسط جد مهتمين بحصة التربية البدنية والرياضية وهذا راجع إلى مدى حاجة الطفل في هذه المرحلة إلى اللعب والتنفيس لأنه في حالة تطور ونمو دائم.

القرار الإحصائي: ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> الممثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 40,03 أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائياً.

تفسير نتائج الجدول رقم (01): إن اهتمام تلاميذ الرابعة متوسط بحصة التربية البدنية والرياضية دلالة على أن لها دور إيجابي في حياتهم وهذا ينبئنا على أنه يزيد الاهتمام بها من طرف فئات المجتمع يوماً بعد يوم وخاصة الفئات المتقنة كفتة تلاميذ الرابعة متوسط التي تعتبر جد مهمة لهم كونهم لا يزالون في مراحل النمو الأولى.

السؤال رقم (02): هل يمكنك ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد انتهاء حصة التربية البدنية والرياضية؟  
الغرض من السؤال: هو معرفة نسبة ارتياح التلاميذ من الناحية النفسية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

جدول إحصائي رقم (02): يوضح مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد انتهاء حصة التربية البدنية والرياضية

R	D	A	ك <sup>2</sup> مع	ك <sup>2</sup> مع	تك مش- تك (تك مش- تك مت) <sup>2</sup>	تك مش- تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	الرد كإجابة	الإجابة
+	2	0.05	5.99	24.72	106.91	10.34	6.66	85	17	نعم
					13.39	-3.66	6.66	15	03	أحياناً
					44.35	-6.66	6.66	00	00	لا
					266.65		20	100	20	المجموع

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (02): تبين لنا من خلال مناقشة الجدول أن نسبة 85% من الأساتذة يؤكدون على أن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في الارتياح النفسي لدى التلاميذ وهذا ما يظهر جلياً على التلاميذ بعد انتهاء حصة التربية البدنية والرياضية، في حين نسبة 15% من الأساتذة يرون أنه أحياناً ما يظهر الارتياح النفسي على التلاميذ بعد ممارسة التربية البدنية والرياضية.

القرار الإحصائي: ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> الممثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 24,72 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة والتي تساوي 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائياً.

تفسير نتائج الجدول رقم (02): نتيجة للضغط الذي يتعرض له التلميذ من جراء الكم الهائل للحصص النظرية التي تؤثر على نفسيته وجب عليه اللجوء لحصة التربية البدنية والرياضية لما لها من أثر إيجابي للتخلص من الضغوط وبالتالي والارتياح النفسي والسكينة.

السؤال رقم (03): هل ترى تحسن في علاقات التلاميذ الخجولين مع بقية التلاميذ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من الخجل لدى التلاميذ.

جدول إحصائي رقم (03): يوضح مدى مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من الخجل لدى التلاميذ

R	D	A	ك <sup>2</sup> مع	ك <sup>2</sup> مع	تك مش- تك (تك مش- تك مت) <sup>2</sup>	تك مش- تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	الرد كإجابة	الإجابة
+	2	0.05	5.99	20.81	87.23	9.34	6.66	80	16	نعم
					7.07	-2.66	6.66	20	04	أحياناً
					44.35	-6.66	6.66	00	00	لا
					138.65		20	100	20	المجموع

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (03): تبين لنا من خلال مناقشة الجدول أن نسبة 80% من الأساتذة يرون أن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم وبشكل كبير في التقليل من الحمل لدى تلاميذ الرابعة متوسط، ونسبة 20% من الأساتذة يرون أنه أحيانا ما يحدث هذا ولا يكون مع كل التلاميذ، فقليل من التلاميذ من تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من الحمل لديهم وليس كل التلاميذ الخجولين. القرار الإحصائي: ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> الممثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة والتي تساوي 20,81 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة التي تساوي 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائيا.

تفسير نتائج الجدول رقم (03): تخلف طبيعة التلاميذ حسب البيئة التي نشأ وترعرع فيها التلميذ فهناك فئة من التلاميذ تربوا في بيئة قاسية سلطوية دوغراتية، هذا ما أدى إلى توليد بعض المشاكل النفسية لديهم كالحجل والحياء والحشمة، ومن خلال الاحتكاك الذي يحصل بين التلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية يكسبهم نوع من التفاعل والاتصال وبالتالي القضاء على مثل هذه المشاكل.

السؤال رقم (04): هل الحالة النفسية الجيدة للتلميذ تجعله يؤدي المهارة بشكل جيد؟

الفرض من السؤال: معرفة مدى تأثير الحالة النفسية الجيدة للتلميذ في طريقة أدائه للمهارة.

جدول إحصائي رقم (04): يوضح مدى تأثير الحالة النفسية الجيدة للتلميذ في طريقة أدائه للمهارة

R	DF	A	ك <sup>2</sup> مج	ك <sup>2</sup> مح	(تك مش- تك مت) <sup>2</sup>	تك مش- تك مت	التكرار الموقع	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
+	2	0.05	05.99	17.51	69,55	8,34	6,66	75	15	نعم
					2,75	-1,66	6,66	25	05	أحيانا
					44,35	- 6,66	6,66	00	00	لا
					116,65		20	100	20	المجموع

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (04): تبين لنا من خلال مناقشة الجدول أن نسبة 75% من الأساتذة يؤكدون على أن الحالة النفسية الجيدة للتلميذ تساعده في الأداء الجيد للمهارة التي يطلب الأستاذ أدائها، ونسبة 25% من الأساتذة يرون أنه أحيانا ما تساهم الحالة النفسية الجيدة في الأداء السليم المتقن للمهارة.

القرار الإحصائي: ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> الممثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 17,51 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة والتي تساوي 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائيا.

تفسير نتائج الجدول رقم (04): إن الحالة النفسية الجيدة تساهم بشكل كبير في الأداء الجيد لختلف الأدوار المنوطة بالتلميذ في مختلف شؤون حياته سواء ما تعلق بالحياة المدرسية أو الحياة العائلية أو غيرها من الأمور الدنيوية. وباعتبار أن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تحسين الحالة النفسية للتلميذ مما يجعله يؤدي مختلف المهارات والتمرينات خلال الحصة بالشكل الدقيق والمطلوب.

السؤال رقم (05): هل حصة التربية البدنية والرياضية تجعل التلميذ؟

الفرض من السؤال: معرفة مدى إسهام حصة التربية البدنية والرياضية في ضبط الحالة النفسية للتلميذ.

جدول إحصائي رقم (05): يوضح مدى إسهام حصة التربية البدنية والرياضية في ضبط الحالة النفسية للتلميذ

R	DF	A	ك <sup>2</sup> مج	ك <sup>2</sup> مح	(تك مش- تك مت) <sup>2</sup>	تك مش- تك مت	التكرار الموقع	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
+	2	0.05	05.99	15.71	69,55	8,34	6,66	75	15	في حالة هدوء
					13,39	-3,66	6,66	25	03	متدبرج في الجامعة
					21,71	-4,66	6,66	10	02	تحد من انفعالاته
					104,65		20	100	20	المجموع

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (05): تبين لنا من خلال مناقشة الجدول أن نسبة 75% من الأساتذة يرون أن حصة التربية البدنية والرياضية تجعل التلميذ في حالة هدوء تام، ونسبة 15% من الأساتذة يرون أن حصة التربية البدنية والرياضية كافية بأن تجعل التلميذ مندمج في الجماعة من خلال أنماط اللعب المختلفة، ونسبة 10% من الأساتذة يرون أن حصة التربية البدنية والرياضية تحد من الانفعالات الزائدة للتلميذ.

**القرار الإحصائي:** ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> المثلثة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 15,71 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة التي تساوي 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائياً.

**تفسير نتائج الجدول رقم (05):** إن التلميذ في المرحلة المتوسطة يتميز بالإفراط الحركي نتيجة للنمو الحاصل في جميع جوانبه وكذا الطاقة الزائدة التي يتمتع بها لذا وجب استغلال هذه الطاقة إيجابياً عن طريق ألوان النشاط البدني المختلفة، فالتلميذ لا بد له من اللعب والحركة للتخلص من الضغوط، فحصة التربية البدنية والرياضية توفر له الجو المناسب للحد من الانفعالات الزائدة وبالتالي يصبح في حالة هدوء بعيداً عن الانفعالات والمشاكل الناتجة عنها.

**السؤال رقم (06):** هل من الواجب أن يبادر الأستاذ إلى حل بعض المشاكل النفسية التي يواجهها بعض التلاميذ؟

**الغرض من السؤال:** معرفة مدى اهتمام أستاذ التربية البدنية والرياضية بالحالة النفسية للتلاميذ.

جدول إحصائي رقم (06): يوضح مدى اهتمام أستاذ التربية البدنية والرياضية بالحالة النفسية للتلاميذ.

R	DF	A	ك <sup>2</sup> مج	ك <sup>2</sup> مج	تك مش- (تك مت <sup>2</sup> مش- تك مت <sup>2</sup> )	تك مش- تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة	
±	2	0,05	05,99	14,81	0,43	-0,66	6,66	30	06	نعم	01
					53,87	7,34	6,66	70	14	أحياناً	02
					44,35	-6,66	6,66	00	00	لا	03
					98,65		20	100	20	المجموع	

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (06): تبين لنا من خلال مناقشة الجدول أن نسبة 70% من الأساتذة أحياناً ما يقومون بمساعدة التلاميذ في حل مشاكلهم النفسية وهذا حسب طبيعة وخطورة المشكلة التي يتعرض لها التلميذ، ونسبة 30% من الأساتذة جد محتمين بالحالة النفسية للتلاميذ وأنهم يبادرون في حل بعض المشاكل النفسية التي يواجهها بعض التلاميذ.

**القرار الإحصائي:** ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> المثلثة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 14,81 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة التي تساوي 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائياً.

**تفسير نتائج الجدول رقم (06):** يعاني العديد من التلاميذ من عدة مشاكل نفسية نتيجة لعدة مؤثرات منها ما يتعلق بالمحيط العائلي ومنها ما يتعلق بالحالة المادية، فالمدرسة توفر للتلميذ الجو الملائم للتخلص من هذه المشاكل باعتبار أن حصة التربية البدنية والرياضية تعمل على التقليل من هذه المشاكل عن طريق مساهمة أستاذ المادة في محاولته للتعرف على مشاكل التلاميذ والعمل على حلها وبالتالي فإن أستاذ التربية البدنية يساهم في حل مشاكل التلميذ.

**تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ: يضم الأسئلة من (07-12).**

**السؤال رقم (07):** ماهي مكانة حصة التربية البدنية والرياضية لديك؟

**الغرض من السؤال:** معرفة مدى اهتمام تلاميذ السنة الرابعة متوسط بحصة التربية البدنية والرياضية.

جدول إحصائي رقم (07): يوضح مكانة حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الرابعة متوسط

R	DF	A	ك <sup>2</sup> مج	ك <sup>2</sup> مح	تك مشدّد (تك مت <sup>2</sup> )	تك مشدّد تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
+	1	0,05	3,84	24,06	361	19	30	81,66	49	أساسية
					361	-19	30	18,33	11	ثانوية
					722		60	100	60	المجموع

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (07): تبين لنا من خلال مناقشة نتائج الجدول أن نسبة 81,66% من التلاميذ يعتبرون أن حصة التربية البدنية والرياضية حصة أساسية فهي جد مهمة بالنسبة لهم، في حين نسبة 18,33% من التلاميذ يعتبرون أن حصة التربية البدنية والرياضية غير مهمة فهي حصة ثانوية بالنسبة لهم.

القرار الإحصائي: ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> المثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 24,06 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة التي تساوي 3,84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائياً.

تفسير نتائج الجدول رقم (07): إن حصة التربية البدنية والرياضية حصة مثلها مثل حصص المواد الأخرى، واهتمام التلميذ بحصة التربية البدنية والرياضية ناتج عما تكسبه من صفات وخصائص إيجابية، فالعديد من التلاميذ يعتبرون أن حصة التربية البدنية والرياضية حصة أساسية لا بد منها ووجب على القائمين الاهتمام بها.

السؤال رقم (08): كيف ترى مدة حصة التربية البدنية والرياضية (ساعتان في الأسبوع)؟  
الغرض من السؤال: معرفة مدى كفاية المدة الزمنية لحصة التربية البدنية والرياضية.

جدول إحصائي رقم (08): يوضح مدى كفاية المدة الزمنية لحصة التربية البدنية والرياضية

R	DF	A	ك <sup>2</sup> مج	ك <sup>2</sup> مح	تك مشدّد (تك مت <sup>2</sup> )	تك مشدّد تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
+	1	0,05	3,84	19,26	289	-17	30	30	13	كافية
					289	17	30	70	47	غير كافية
					578		20	100	60	المجموع

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (08): تبين لنا من خلال مناقشة نتائج الجدول أن نسبة 70% من التلاميذ يعتبرون أن مدة حصة التربية البدنية والرياضية غير كافية إذ يجب إضافة عدد من الحصص، في حين نسبة 30% من التلاميذ يعتبرون أن مدة حصة التربية البدنية والرياضية كافية.

القرار الإحصائي: ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> المثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 19,26 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة التي تساوي 3,84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائياً.

تفسير نتائج الجدول رقم (08): لكل مادة من المواد الدراسية حجم ساعي في البرنامج الدراسي وحصة التربية البدنية والرياضية تأخذ قسطاً في هذا البرنامج، وبما أنها كباقي المواد الأخرى ووجب النظر بعين الاعتبار إلى الحجم الساعي الخاص بها كون أن التلاميذ يرون أن مدة ساعتين في الأسبوع غير كافية ولا بد من إضافة أو تمديد الحجم الساعي لهذه الحصة.

**السؤال رقم (09):** هل تمارس التربية البدنية والرياضية لأجل ؟

**الغرض من السؤال:** معرفة الدافع النفسي الذي يمارس التلاميذ التربية البدنية والرياضية لأجله.

جدول إحصائي رقم (09): يوضح الدافع النفسي الذي يمارس التلاميذ التربية البدنية والرياضية لأجله

R	D	A	ك <sup>2</sup> مج	ك <sup>2</sup> مح	(تك) مش- تك مت <sup>2</sup>	تك مش- تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	النك رار	الإجابة
+	2	0.05	05,99	36,4	484	22	20	70	42	الارتياح النفسي
					144	-12	20	13,33	08	القضاء على الخجل
					100	-10	20	16,66	10	التقليل من الاكتئاب
					728		60	100	60	المجموع

**عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (09):** تبين لنا من خلال مناقشة نتائج الجدول أن نسبة 70% من التلاميذ يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية لأجل الارتياح النفسي، ونسبة 16,66% من التلاميذ يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية لأنها تساهم في التقليل من الاكتئاب لديهم، في حين نسبة 13,33% من التلاميذ يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية لأنها تساعدهم في القضاء على الخجل.

**القرار الإحصائي:** ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> الممثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 36,4 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة التي تساوي 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائياً.

**تفسير نتائج الجدول رقم (09):** إن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في معالجة العديد من المشاكل لدى التلاميذ فمنهم من يمارسها لأجل الارتياح النفسي وآخرون يمارسون التربية البدنية والرياضية لأجل التقليل من الاكتئاب وهناك فئة أخرى يمارسونها لأجل القضاء على الخجل، وهذا جراء الاتصال مع الزملاء السليمي النفسية والاحتكاك بهم وبالتالي تبادل الآراء والأفكار والخبرات والسلوكيات السليمة.

**السؤال رقم (10):** هل تمارس حصة التربية البدنية والرياضية لأجل الحصول على .؟

**الغرض من السؤال:** معرفة مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على الحالة البدنية للتلميذ .

جدول إحصائي رقم (10): يوضح مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على الحالة البدنية للتلميذ.

R	D	A	ك <sup>2</sup> مج	ك <sup>2</sup> مح	(تك) مش- تك مت <sup>2</sup>	تك مش- تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
+	1	0.05	3,84	5,4	81	9	30	65	39	الصحة البدنية
					81	-9	30	35	21	قوام الجميل
					162		60	100	60	المجموع

**عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (10):** تبين لنا من خلال مناقشة نتائج الجدول أن نسبة 65% من التلاميذ يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية لأجل الحصول على الصحة البدنية، ونسبة 35% من التلاميذ يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية لأجل الحصول على القوام الجميل.

**القرار الإحصائي:** ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> الممثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 5,4 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة التي تساوي 3,84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائياً.



تفسير نتائج الجدول رقم (10): إن اكتساب الصحة واللياقة البدنية والقوام الجميل من الأمور الجيدة لكل شخص، واستعدادا لمتطلبات الحياة ومقتضياتها التي نعلم في تسيرها على الجسم بجميع أجزائه لذا وجب الاهتمام والاعتناء به وهذا بمختلف الوسائل والأدوات، بدءا من الغذاء السليم والملبس والمسكن وكذا الاهتمام بالحالة النفسية، فالعديد من التلاميذ يمارسون التربية البدنية والرياضية لأجل الحصول على الصحة البدنية والقوام الجميل كونها تساعد في تنمية مختلف أجهزة الجسم المختلفة.

السؤال رقم (11): هل تجعلك حصة التربية البدنية والرياضية تساعد الآخرين؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى إسهام حصة التربية البدنية والرياضية في جعل التلميذ محبا للآخرين يعمل على مساعدتهم.

جدول إحصائي رقم (11): يوضح مدى إسهام حصة التربية البدنية والرياضية في جعل التلميذ يساعد الآخرين

R	D	A	ك <sup>2</sup> مع	ك <sup>2</sup> مع	(تك مش- تك مت) <sup>2</sup>	تك مش- تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
+	2	0.05	05.99	52.5	625	25	20	75	45	نعم
					25	-5	20	25	15	أحيانا
					400	-20	20	00	00	لا
					1050		60	100	60	المجموع

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (11): تبين لنا من خلال مناقشة نتائج الجدول أن نسبة 75% من التلاميذ يؤكدون أن حصة التربية البدنية والرياضية تجعلهم محبين لمساعدة الآخرين، في حين نسبة 25% من التلاميذ يعتبرون أن حصة التربية البدنية والرياضية أحيانا ما تجعلهم يساعدون الآخرين.

القرار الإحصائي: ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك<sup>2</sup> الممثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 52.5 وهي أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة التي تساوي 5.99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05 إذن فهو دال إحصائيا.

تفسير نتائج الجدول رقم (11):

يشكل النشاط البدني الرياضي فضاءا يكتسب فيه الفرد مختلف الأطر والمفاهيم الاجتماعية التي تضمن له الاندماج في المجتمع بطريقة سليمة و تمكنه من التواصل مع الآخرين ومن بين ألوان النشاط البدني نجد حصة التربية البدنية والرياضية التي يرى التلاميذ أنها تساعدهم في إرساء صفة التعاون ومساعدة الآخرين.

السؤال رقم (12): هل تمارس حصة التربية البدنية والرياضية لأنها تجعلك؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى إسهام حصة التربية البدنية والرياضية في سلامة جسم التلميذ من الأمراض.

جدول إحصائي رقم (11): يوضح مدى إسهام حصة التربية البدنية والرياضية في سلامة جسم التلميذ من الأمراض

R	D	A	ك <sup>2</sup> مع	ك <sup>2</sup> مع	(تك مش- تك مت) <sup>2</sup>	تك مش- تك مت	التكرار المتوقع	النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
+	2	0.05	05.99	31.6	36	6	20	43.33	26	نشطًا
					196	14	20	56.66	34	محميا من الأمراض
					400	-20	20	00	00	لا تفيد
					632		60	100	60	المجموع

عرض وتحليل نتائج الجدول الإحصائي رقم (11): تبين لنا من خلال مناقشة نتائج الجدول أن نسبة 56,33% من التلاميذ يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية لأنها تجعل أجسامهم محمية من الأمراض، ونسبة 43,33% من التلاميذ يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية لأنها تجعلهم في حالة نشاطك دائم بعيدين عن الخمول والكسل.

**القرار الإحصائي:** ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق ك2 الممثلة في الجدول أعلاه نجد أن ك2 المحسوبة تساوي 31,6 وهي أكبر من قيمة ك2 الجدولة التي تساوي 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05 إذن فهو دال إحصائياً.

**تفسير نتائج الجدول رقم (11):** يتعرض جسم الانسان لعديد من الأمراض منها النفسية والفيزيولوجية والبدنية نتيجة لقة أسباب الوقاية والحماية وكذا قلة ممارسة الأنشطة البدنية وبعد هذا الأخير سلاح يواجه به الفرد العديد من الأمراض، إذ تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية وسيلة لحماية الجسم من الأمراض والتقليل من نسبة الإصابة بالأمراض.

### الاستنتاج العام:

مما لا يختلف فيه اثنان أن النمو النفسي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بحصة التربية البدنية وهذا لما لها من أثر إيجابي على الجوانب النفسية للتلميذ ويتضح هذا من خلال نتائج الأسئلة التالية الموجهة للأساتذة:

السؤال رقم (02) والذي يقول: هل يمكنك ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد انتهاء حصة التربية البدنية والرياضية، حيث تبين من خلال تحليل النتائج أن نسبة 85% من الأساتذة يؤكدون أن حصة التربية البدنية تساهم في الارتياح النفسي للتلميذ، وكذا من خلال ك2 المحسوبة التي تساوي 24,72 وهي أكبر من ك2 الجدولة 5,99 ومنه تثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الباحثين فيما يخص ارتياح التلاميذ نفسياً بعد انتهاء حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال رقم (05): الذي يهدف إلى معرفة مدى إسهام حصة التربية البدنية والرياضية في ضبط الحالة النفسية للتلميذ، ومن خلال تحليل النتائج تبين أن نسبة 75% من الأساتذة يؤكدون على أن حصة التربية البدنية والرياضية تجعل التلميذ في حالة هدوء تام بعيداً عن الانفعالات الزائدة، وكذا من خلال ك2 المحسوبة التي تساوي 15,71 وهي أكبر من ك2 الجدولة 5,99، ومنه تثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الباحثين فيما يخص ضبط الحالة النفسية للتلميذ من خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

السؤال رقم (06): والذي يقول هل من الواجب أن يبادر الأستاذ إلى حل بعض المشاكل النفسية التي يواجهها بعض التلاميذ ومن خلال تحليل النتائج تبين أن 30% من الأساتذة يبادرون إلى حل المشاكل التي تواجه التلاميذ، وكذا من خلال ك2 المحسوبة التي تساوي 14,81 وهي أكبر من ك2 الجدولة وهي 5,99 ومنه تثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الباحثين فيما يخص مبادرة أساتذة التربية البدنية والرياضية ومساهمتهم في حل المشاكل النفسية للتلاميذ.

وكذا الأسئلة الموجهة للتلاميذ وهذا يظهر بصورة أوضح من خلال:

السؤال رقم (09): والذي يقول هل تمارس التربية البدنية والرياضية من أجل، الارتياح النفسي، القضاء على الخجل، التقليل من الاكتئاب، حيث تبين أن 70% من التلاميذ يؤكدون على أن التربية البدنية والرياضية تساعدهم على الارتياح النفسي، وكذا من خلال ك2 المحسوبة التي تساوي 31,6 وهي أكبر من ك2 الجدولة وهي 5,99 ومنه تثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الباحثين فيما يخص أن التلاميذ يمارسون حصة التربية البدنية والرياضية لأجل الارتياح النفسي.

ومن خلال ما سبق التطرق إليه نخلص إلى القول أن الفرضية التي تقول: يمكن تحقيق النمو النفسي المتوازن للتلاميذ للطور النهائي من منظور النشاط البدني الرياضي قد تحققت

### قائمة المراجع:

1. عنايات محمد أحمد فرح، مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، مصر، 1988.
2. عواطف أبو العلاء، التربية السياسية للشباب ودور التربية البدنية، دار النهضة، القاهرة، 1996.

3. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، ط02، 1992.
4. نوال محمد عطية، علم النفس والتكيف الاجتماعي، دار القاهرة للكتب، 2001.
5. سعد عويس، الرياضة للجميع والمستويات العالية، مقالة منشورة في المجلة الأولمبية المصرية، القاهرة، 1988.
6. عبد الرحمن العيسوي، الصحة النفسية والعقلية، دار النهضة للطباعة والنشر، 1995.
7. أحمد عزت راجح، أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث، الإسكندرية، 1973.
8. الفنيدي محمد، علم النفس الرياضي للأسس النفسية، الرياض.
9. صالح حسن الدايري، ناضم هاشم العبيدي، الشخصية والصحة النفسية، مؤسسة حمادة للخدمات والدراسات الجامعية، الأردن 1999.
10. علي محمد زكي، التربية الصحية بين النظرية والتطبيق، (ب، ط، س)، 1983.
11. محمد عودة الريماوي، علم نفس النمو الطفولة والمراهقة، ط 02، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2008.
12. إبراهيم نشكوش، سيكولوجية المراهقة، ط03، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر، 1989.
13. الرسائل والمذكرات:
14. فروح هشام، بن قليل أنور، أهمية النشاط البدني الرياضي في تحقيق النمو النفسي وانعكاساته في تكوين اتجاهات إيجابية للمعاق حركيا، مذكرة ما ستير، جامعة خميس مليانة، 2011.
15. محرز عبلة، الحاجات النفسية والاجتماعية للمراهق المتدرب في مرحلة التعليم المتوسط، مذكرة ماجستير، جامعة الجزائر، 2008.