

أثر وحدات مقترحة بالنشاط البدني الرياضي الترويحي على التوافق النفسي للتلاميذ المتأخرين دراسيا-دراسة تجريبية
على تلاميذ متوسطة آقضي - تاوزيانت - خنشلة

The effect of proposed units recreational physical activity on the psychological compatibility of underachievers - an experimental study at agdhi middle school – taouzi-ent - khenchela
L'effet des unités proposées d'activité physique récréative sur la compatibilité psychologique des sous-performants- une étude expérimentale au collège agdhi - taouzi-ent - khenchela

بن هنية وهيبة¹ ، هدوش عيسى²

تاريخ الإرسال: 2021/03/03 تاريخ القبول: 2021/05/30 تاريخ النشر: 2022/06/01

ملخص: تهدف الدراسة إلى معرفة أثر وحدات مقترحة بالنشاط البدني الرياضي الترويحي على مستوى التوافق النفسي ببعديه الشخصي والاجتماعي للتلاميذ المتأخرين دراسيا. استخدم الباحث المنهج التجريبي، واختار عينة قصدية تتميز بالتجانس قدرت بـ 8 تلاميذ من المتأخرين دراسيا تمثلت في فئة الذكور (12-13 سنة). اعتمدنا على مقياس التوافق النفسي للدكتورة زينب شقير (2003)، ومجموعة من الوحدات الرياضية الترويحية كأداة علمية في الدراسة. ولتحليل هذه البيانات استخدمنا اختبار "كلوموغوروف - سميرنوف" واختبار "شابيرو ويلك" للتوزيع الطبيعي، واختبار "T" لتحديد الفروق. وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق الاجتماعي لصالح القياس البعدي.

الكلمات المفتاحية: الترويح الرياضي؛ التوافق النفسي؛ التأخر الدراسي؛ المراهقة.

Abstract: The current study aims to find out the effect of proposed units of recreational physical activity on the psychological compatibility in personal and social dimensions of male underachievers. We used the experimental method; we took a homogeneous purposive sample which was estimated at 8 pupils from male underachievers (12 – 13 years old), we relied the psychological compatibility measure for Zainab Chocair (2003), and a set of recreational sports units as a scientific tool in the study. We analyzed data by “Kolomogorov – Smirnov & Shapiro – Wilk” tests to determine its natural distribution and “T” test to identify differences. The results showed that there are no statistically significant differences between before and after measurement at personal compatibility. While there were statistically significant differences between before and after measurement at social compatibility in favor after measurement.

Keywords: recreational sport; psychological compatibility; school delay, adolescence.

Résumé : La présente étude vise à découvrir l'effet des unités proposées d'activité physique récréative sur la compatibilité psychologique dans les dimensions personnelles et sociales des

redoublants. Nous avons utilisé la méthode expérimentale, nous avons pris un échantillon téléologique homogène qui a été estimé à 8 élèves de garçons sous-performants (12-13 ans), nous nous sommes appuyés sur la mesure de compatibilité psychologique pour Zainab Chocair (2003), et un ensemble d'unités de sports récréatifs comme outil scientifique dans l'étude. Nous avons analysé les données par des tests «Kolomogorov - Smirnov & Shapiro - Wilk» pour déterminer sa distribution naturelle et un test «T» pour identifier les différences. Les résultats ont montré qu'il n'y avait pas de différences statistiquement significatives entre les mesures avant et après à la compatibilité personnelle. Alors qu'il y avait des différences statistiquement significatives entre la mesure avant et la mesure après à la compatibilité sociale en faveur la post mesure.

Mots clés : sport récréatif ; compatibilité psychologique ; retard scolaire ; adolescence.

1- مقدمة واشكالية الدراسة

يعتبر الترويح أحد مظاهر النشاط الانساني (اسماعيل القرة الغولي و مروان عبد المجيد ابراهيم، 2007، صفحة 146)، الذي يساهم في جلب حياة متزنة للفرد (Clayne Jensen, 2000, p. 4)، وهو من الأنشطة التي تمارس وقت الفراغ بصورة اختيارية والتي تكسب الفرد العديد من القيم البدنية، المعرفية والاجتماعية (محمد محمد الحماحي و عايدة عبد العزيز مصطفى، 2006، صفحة 34)، ويعد الترويح الرياضي من الأنشطة الترويحية المهمة لقضاء وقت الفراغ (كمال عبد الحميد اسماعيل، عبد المحسن مبارك العازمي، و عزالدين حسين سليمان جاد، 2012، صفحة 123) بمختلف أعمارهم، أجناسهم البشرية، طبقاتهم الاجتماعية واعتقاداتهم الدينية (Torkildsen, 2006, p. 375)، ويشتمل النشاط الترويحي الرياضي على مجموعة من الألعاب الصغيرة الترويحية، والألعاب الرياضية الكبيرة، والألعاب التنافسية الفردية والزوجية والجماعية وألعاب الماء (هدى حسن محمود محمد و ماهر حسن محمود محمد، 2008، الصفحات 119-120). وهو يتميز عن بقية الأنشطة الترويحية بتأثيره المتعدد الذي يشمل مختلف الجوانب البدنية والمعرفية والنفسية والاجتماعية لشخصية الفرد (كمال عبد الحميد اسماعيل، عبد المحسن مبارك العازمي، و عزالدين حسين سليمان جاد، 2012، صفحة 216)

وللترويح الرياضي دور في تنمية الخصائص النفسية كالثقة بالنفس، والاتزان النفسي وتقليل التوتر العصبي والقلق، كما يؤدي إلى تقوية المهارات الاجتماعية كالحبة والتعاون والتنافس بين الأفراد (الموسوري، 2017، صفحة 182).

ويرتبط الترويح بأوقات الفراغ التي أخذت في التزايد لدى الانسان المعاصر، وبالتالي ظهرت الحاجة إلى استثماره بما يعود عليه بالفائدة (كمال عبد الحميد اسماعيل، عبد المحسن مبارك العازمي، و عزالدين حسين سليمان جاد، 2012، صفحة 185، 230)، وفي دراسة أجريت على طلاب المدارس والكليات الجامعية بالولايات المتحدة الأمريكية أوصى الباحثون بأن تكون مناشط الرياضة والترويح جزءا من حياتهم لتحسين حالتهم النفسية، كما أكد على ذلك الأطباء والمتخصصون في مجالات الطب النفسي وعلم النفس والترويح، إلا أن الدراسة قد أشارت الى ضرورة عدم الاعتقاد بأن الترويح هو الدواء ذو التأثير

الفعال، ولكن يمكن اعتباره من أهم العوامل المساهمة في سلامة الصحة النفسية للفرد (كمال درويش و محمد الحماحي، 2007، الصفحات 57-58)، كما يشير "محمود عطا" إلى أن الترويح يساهم في تحسين مستوى التوافق للفرد من خلال إشباع حاجته بطريقة سليمة (طلبة، 2010، صفحة 209، 215).

ومما سبق فالباحثة ترى أن الترويح الرياضي أحد أهم الأنشطة الترويحية، وذلك لخاصيته المتمثلة في التأثير الشامل للصحة البدنية والنفسية للفرد.

ويعتبر التوافق النفسي مؤشرا من مؤشرات الصحة النفسية (الرحمن، 2017، صفحة 39)، ويعرف بأنه عملية ديناميكية كلية مستمرة، يسعى الفرد من خلالها إلى تحقيق الانسجام بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين بيئته المحيطة من جهة أخرى من أجل الوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي والتكيف الاجتماعي. وليس بالضرورة أن يكون الفرد خاليا من المشكلات، فالتوافق السليم هو مقدرة الانسان على إيجاد حل لهذه المشكلات أو تقبلها (الداهري، 2007، الصفحات 79-80).

فالتوافق عملية حيوية ذات عدة أبعاد من بينها البعد الشخصي والبعد الاجتماعي، ويقصد بالبعد الشخصي ذلك البعد السلوكي المتعلق بالدوافع والحاجات والانفعالات والتي تؤثر على ردود أفعاله (دله، 2018، صفحة 88)، بينما يرتبط البعد الاجتماعي بالسعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية، والتفاعل الاجتماعي السليم، والعمل الخيري (زهران، 2005، صفحة 27)، وتعد رغبة الفرد في التحصيل مع ضعف إمكانياته في تحقيق ذلك من العوامل المؤثرة سلبا على توافقه (دله، 2018، صفحة 93)، وقد أثبت ذلك العديد من الدراسات العربية والأجنبية كدراسة "محمد عطا" (1972) و دراسة "هوسيني (1982) Hosseini" الذين توصلوا إلى أن المتأخرين دراسيا يعانون من انخفاض في التوافق (مدحت عبد الحميد و عباس محمود عوض، 1999، صفحة 315).

وترى الباحثة أن التوافق النفسي ببعديه الشخصي والاجتماعي المتكاملين عملية أساسية يجب أن يتمتع بها كل فرد. غير أن عدم اشباع بعض الحاجات كالحاجة إلى التفوق الدراسي من أسباب انخفاض التوافق، حيث تعد كل من المهارات الشخصية والاجتماعية والقيم التربوية من بين المؤشرات المساعدة في الحكم على مستوى التوافق النفسي للفرد.

ويتفق العديد من الباحثين على أن التأخر الدراسي مشكلة تربوية واجتماعية ونفسية، إذ لا يخلو فصل دراسي من وجود مجموعة من التلاميذ الذين يجدون صعوبة في مسايرة زملائهم في تحصيل واستيعاب مادة أو مجموعة من المواد الدراسية (منصوري، 2015، الصفحات 5-6)، والتي تعزى لعدة عوامل ذات التأثير المتداخل (حسين، 2012، صفحة 5)، غير أن المشكلة لا تكمن فقط في أسباب هذه الظاهرة بل لما تخلفه أيضا من مظاهر وآثار سلبية في نفسية المتعلم ليمتد تأثيرها

أيضا على المجتمع (محمدي و بلعادي، 2017، صفحة 619) ويشير مصطلح التأخر الدراسي إلى انخفاض مستوى التحصيل في جميع المواد دون المستوى العادي إذا قورن بمستوى أداء أقرانه (سليمان، 2014، صفحة 59).

ويتميز المتأخر دراسيا بخصائص تعكس لنا مدى معاناته من الإهمال الشديد، وضعف ضبط الذات وتدني الثقة بالنفس والعصبية وغيرها من الخصائص الانفعالية (علوي، الموهوبون ذوو التحصيل العلمي المتدني، 2017، صفحة 51)، أما بالنسبة لخصائصه الاجتماعية فالتأخر دراسيا يعاني من سوء التوافق الاجتماعي ويظهر ذلك من خلال العدوان، أو الانطواء، أو الانسحاب من المواقف الاجتماعية وعدم الرغبة في تكوين صداقات وسهولة الانقياد لمن يجد فيه مصدرا لإشباع حاجاته، كما يميل إلى عدم الامتثال لمختلف الأنظمة والقوانين (الشخص، 1970، صفحة 34، 35). بالأخص في بداية فترة المراهقة فإنه يجد صعوبة في التكيف مع نفسه ومجمعه (الله، 2014، صفحة 12) ويصبح تركه للمدرسة أو طرده منها عرضة للانحرافات الاجتماعية (منصوري، 2015، صفحة 116)، ولهذا فقد أكد "جون بياجيه" على ضرورة تشجيع المراهقين للمشاركة في مختلف الأنشطة الرياضية التي تناسبهم وتعزز ثقتهم بأنفسهم باعتبارها أحد الأساليب المناسبة للتعامل مع هذه الفئة (جادو، 2011، صفحة 436).

وفي هذا السياق نجد العديد من الدراسات السابقة التي اهتمت بمجال الأنشطة البدنية الرياضية بصفة عامة والترويح الرياضي بصفة خاصة، ومن بين هذه الدراسات التي لها علاقة بموضوع الدراسة الحالية نجد:

دراسة "مراد رحلي" و"يوسف لورنيق" (2011) التي هدفت إلى معرفة دور النشاط الرياضي الترويحي في عملية التوافق النفسي الاجتماعي من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط الرياضي الترويحي على فئة الأطفال المتخلفين ذهنيا، واعتمد الباحث على المنهج التجريبي أما عينة الدراسة قد شملت 20 تلميذا من الأطفال المتخلفين ذهنيا في كل من العينة التجريبية والضابطة، واعتمد في دراسته على مقياس السلوك التوافقي لجمعية التخلف العقلي الأمريكية، ومقياس التوافق الاجتماعي لفاروق الروسان، والتي خضعت للخصائص السيكومترية. وتوصل الباحث إلى أن للنشاط الرياضي الترويحي دور فعال احداث فروق في مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي للأطفال المتخلفين ذهنيا.

ودراسة "سعد سديرة" (2014) التي هدفت إلى معرفة دور الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي متبعا الأسلوب التحليلي، واستهدفت دراسته عينة قوامها 32 فردا تم اختيارهم بطريقة بسيطة، وصمم الباحث استبياناً بحيث قسمه إلى محورين نفسي واجتماعي، وأخضعه للخصائص السيكومترية، وتوصلت الدراسة إلى أن للأنشطة الرياضية الترويحية دور في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا بشكل إيجابي.

ونلاحظ في هاتين الدراستين أن هدفهما العام موحد والمتمثل في معرفة دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، إلا أن دراسة "سعد سديرة" اعتمدت المنهج الوصفي واستهدفت فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا واستخدمت استبياننا مصمما مبنيا على أسس علمية، بينما دراسة "مراد رحلي" فقد اعتمد المنهج التجريبي واستهدفت فئة الأطفال المتخلفين ذهنيا، واستخدم مقياس السلوك التوافقي لجمعية التخلف العقلي الأمريكية، ومقياس التوافق الاجتماعي لفاروق الروسان، الخاضعين لأسس علمية. وتوصلت الدراستان إلى أن للنشاط الرياضي الترويحي دور فعال وإيجابي في احداث التوافق الشخصي والاجتماعي لكلتا الفئتين من الأطفال المتخلفين ذهنيا وذوي الاحتياجات الخاصة حركيا.

أما الدراسة الحالية فقد هدفت هي الأخرى إلى معرفة أثر النشاط البدني الرياضي الترويحي على التوافق النفسي بشقيه الشخصي والاجتماعي، واعتمدت الباحثة على المنهج التجريبي، واستهدفت عينة من فئة المتأخرين دراسيا من الذكور تتكون من 8 أفراد، واستخدمت الباحثة مقياسا مقننا للدكتورة زينب شقير يتمتع بالخصائص السيكومترية.

وفي حدود اطلاع الباحثة، فإن مجموعة الدراسات التي تم مصادفتها في مجال الأنشطة البدنية الرياضية لم تتطرق إلى فئة المتأخرين دراسيا، ونظرا لخصائص هاته الفئة، ومجموعة الآثار السلبية الناتجة عن تأخرهم الدراسي والمؤثرة على مستوى توافقهم، وطبيعة مرحلتهم العمرية المتمثلة في مرحلة المراهقة المبكرة والتي تعكس لنا مدى معاناتهم من صراعات داخلية والتي من شأنها أن تؤثر على صحتهم النفسية بصفة عامة وتوافقهم النفسي ببعديه الشخصي والاجتماعي بصفة خاصة. لذا ارتأينا في دراستنا تطبيق بعض الوحدات الترويجية الرياضية ومعرفة أثرها على التوافق النفسي لهاته الفئة.

1-1-التساؤل الرئيسي

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق النفسي للتلاميذ المتأخرين دراسيا راجعة إلى وحدات النشاط البدني الرياضي الترويحي؟

1-2-التساؤلات الجزئية

-هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق الشخصي للتلاميذ المتأخرين دراسيا راجعة إلى وحدات النشاط البدني الرياضي الترويحي؟

-هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق الاجتماعي للتلاميذ المتأخرين دراسيا راجعة إلى وحدات النشاط البدني الرياضي الترويحي؟

1-3-الفرضية الرئيسية:

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق النفسي للتلاميذ المتأخرين دراسيا راجعة إلى وحدات النشاط البدني الرياضي الترويحي.

1-4-الفرضيات الجزئية:

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق الشخصي للتلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح القياس البعدي راجعة إلى وحدات النشاط البدني الرياضي الترويحي.

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق الاجتماعي للتلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح القياس البعدي راجعة إلى وحدات النشاط البدني الرياضي الترويحي.

1-5-أهداف الدراسة وأهميتها

وتهدف الدراسة الحالية إلى معرفة أثر النشاط البدني الرياضي الترويحي على مستوى التوافق النفسي للتلاميذ المتأخرين دراسيا في شقيه الشخصي والاجتماعي. أما أهميتها فهي تساهم في اعتبار النشاط البدني الرياضي الترويحي كأحد الأساليب الوقائية أو الانشائية للمتأخرين دراسيا لينعموا بالتوافق النفسي، والتأكيد على ضرورة الاهتمام بالصحة النفسية لهذه الفئة لينعكس ذلك ايجابا على علاقاتهم ومردودهم، كما تؤكد هذه الدراسة على ضرورة تضافر الجهود بين مختلف الاختصاصات سعيا نحو تحقيق توافق نفسي لفئة المتأخرين دراسيا وضمان وقياتهم من الانحرافات ومختلف الآفات الاجتماعية.

2-الطرق المنهجية المتبعة

2-1-الدراسة الاستطلاعية: أجريت بغرض التأكد من أن موضوع الدراسة غير مكرر، الأدب النظري المتعلق

بمتغيرات الدراسة متوفر والامكانات المادية والبشرية هي الأخرى متوفرة.

-المجال الزمني: من 20 نوفمبر إلى 19 ديسمبر 2019.

-المجال المكاني: متوسطة آقضي - تاويزانت - خنشلة.

-المجال البشري: عينة من الذكور المتأخرين دراسيا (12 - 13 سنة).

2-2-الدراسة الأساسية

-المنهج المتبع: اعتمدنا المنهج التجريبي بالمجموعة الواحدة لملاءمته موضوع الدراسة.

-المجال الزمني والمكاني للدراسة الأساسية: ابتداء من 24 جانفي 2020 إلى 27 فيفري 2020، بمتوسطة آقضي

- تاوزيانت - خنشلة.

-عينة الدراسة وكيفية اختيارها: عينة من التلاميذ المتأخرين دراسيا فئة الذكور تتكون من 8 تلاميذ من ذوي

المرحلة العمرية (12 - 13 سنة)، تم اختيارها بطريقة قصدية من أصل 20 تلميذا متأخرا دراسيا بمتوسطة آقضي -

تاوزيانت- خنشلة، ويتميز أفراد العينة بتوافق متوسط باستخدام القياس القبلي. وبياناتها خاضعة للتوزيع الطبيعي.

2-3- أدوات الدراسة الاستطلاعية

-كشوف النتائج التحصيلية للثلاثي الأول 2019 - 2020.

-استمارة الأنشطة الرياضية المفضلة لدى المشاركين (عينة الدراسة).

2-4- أدوات الدراسة الأساسية

-مقياس التوافق النفسي من إعداد الدكتورة زينب شقير.

-وحدات النشاط البدني الرياضي الترويجي.

2-5- الشروط العلمية لأدوات الدراسة الاستطلاعية

-الكشوف التحصيلية لنتائج الثلاثي الأول: تم الحصول عليه من إدارة متوسطة آقضي - تاوزيانت- خنشلة.

-استمارة الأنشطة الرياضية المفضلة: تم الاعتماد على استمارة مصممة من طرف الدكتور "محمود اسماعيل طلبة"

(2010)، وقد تم تكييفها بما يتناسب مع الأنشطة المتاحة بناء على توجيهات المختصين في مجال الترويج الرياضي.

2-6- الشروط العلمية لأدوات الدراسة الأساسية

-مقياس التوافق النفسي: تم الاعتماد على مقياس مقنن من اعداد الباحثة زينب شقير، يتضمن أربعة أبعاد (البعد

الشخصي، البعد الصحي، البعد الأسري، البعد الاجتماعي)، ويحتوي كل بعد من هذه الأبعاد 20 مفردة، يقوم العميل

بالإجابة عليها طبقا لمقياس فرعي متدرج يحتوي على التقديرات التالية: موافق (نعم)، محايد (أحيانا) ومعارض (لا). وبذلك

تتراوح الدرجات الكلية بين صفر و160 (الوكيل، 2010، صفحة 139).

-مفتاح التصحيح : أمام التقديرات توجد ثلاث درجات هي (2، 1، 0) عندما يكون اتجاه التوافق ايجابا، بينما

تكون الدرجات في الاتجاه المعاكس (0، 1، 2) عندما يكون اتجاه التوافق سالبا. وبذلك تتراوح درجات التوافق النسبي

ببعديه الشخصي والاجتماعي بين صفر و80.

- التعرف على مظاهر وآثار التأخر الدراسي.
- التعرف على خصائص التوافق الشخصي والاجتماعي بصفة عامة، ولدى المتأخرين دراسيا بصفة خاصة.
- التعرف على اتجاهات المشاركين نحو ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.
- تحديد الأنشطة الرياضية الترويحية التي يفضل المشاركون ممارستها.
- تحديد أوقات فراغ المشاركين في الدراسة.
- تحديد أهداف الوحدة الترويحية الرياضية بما يتوافق مع أبعاد التوافق النفسي وخصائص المرحلة العمرية وميولهم.
- التأكد من توفر التجهيزات بما يتوافق مع أهداف الوحدات الترويحية الرياضية.
- تحديد حجم وزمن النشاط البدني الرياضي الترويحي (20 وحدة ترويحية رياضية، بمعدل 4 حصص في الأسبوع، 40 دقيقة زمن الوحدة الترويحية الرياضية)
- العمل على وضع الاحتياطات اللازمة لمواجهة العراقيل المتوقع مصادفتها.
- 2-7-3- مراحل بناء الوحدة الترويحية الرياضية**
- تحديد هدف الحصة، والألعاب الترويحية المناسبة، والتوقيت المناسب لكل لعبة.
- الجزء التمهيدي : مرحلة الأخذ باليد، والاحماء. 10 د.
- الجزء الرئيسي : تحديد الألعاب المتعلقة بهدف الوحدة الترويحية، وعدد تكراراتها. 25 دقيقة.
- الجزء الختامي : مجموعة ألعاب هادئة، وحوصلة حول هدف الحصة. 5 دقائق.
- 2-7-4- الأساليب الاحصائية**
- الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار كلوموغوف – سميرونوف، اختبار شايبرو – ويلك، اختبار T. باستخدام البرنامج الاحصائي spss .

-التوزيع الطبيعي للبيانات

الجدول -1-: يوضح التوزيع الطبيعي للبيانات الخاصة بالتوافق الشخصي والاجتماعي.

الدلالة الإحصائية	شايبرو - ويلك		كلوموغوروف-سميرنوف		الخاور
	شايبرو - ويلك	شايبرو - ويلك	كلوموغوروف-سميرنوف	كلوموغوروف-سميرنوف	المتغيرات
دال إحصائية	0,570	0,219	0,200	0,095	التوافق الشخصي
دال إحصائية	0,817	0,580	0,200	0,173	التوافق الاجتماعي
مستوى الثقة 95%		مستوى الدلالة 0.05		حجم العينة 8	

المصدر: من اعداد الباحث، 2020

يتضح من الجدول -1- أن القيم المعروضة للاختبارين أكبر من مستوى الدلالة 0,05 مما يشير إلى اعتدالية توزيع

البيانات.

3- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الجدول -2-: يمثل نتائج القياس القبلي والبعدي للتوافق الشخصي

الدلالة الإحصائية	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الاحتمال المعنوية sig	الخاور
			المتغيرات
غير دال إحصائية	1,991	0,087	التوافق الشخصي
مستوى الثقة 95%		مستوى الدلالة 0.05	حجم العينة 8

المصدر: من اعداد الباحث، 2020

-3-1- عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى

يتبين من الجدول -2- أن درجة الاحتمال المعنوية sig للتوافق الشخصي والتي بلغت قيمتها 0,087 أكبر من

مستوى الدلالة 0,05 مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق

الشخصي للتلاميذ المتأخرين دراسيا.

3-2- تفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى ومناقشتها:

تنص الفرضية الأولى على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق الشخصي

للتلاميذ المتأخرين دراسيا. وباستخدام اختبار "ت" قد بينت النتائج أن الفروق غير دالة احصائية ، في حين توصلت

دراسة "مراد رحلي" و"يوسف لورنيق" (2011) و دراسة "سعد سديرة" (2014) إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية

في مستوى التوافق الشخصي. وقد يعود اختلاف النتائج إلى طبيعة الفئة المستهدفة في كل من الدراسة الحالية والدراسات السابقة.

وعليه نرفض الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق ذات دلالة احصائية، مما يشير إلى أن النشاط البدني الرياضي الترويحي ليس له أثر على مستوى التوافق الشخصي للمتأخرين دراسيا، وهذا لا يعني أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي غير نافع كونه لم يؤثر سلبا على مستوى التوافق الشخصي، فبالرغم من عدم اثبات فعاليته فهو على الأقل لم يتسبب في إلحاق الضرر بالممارس (محمد، 2003، صفحة 235). بل ساهم في الحفاظ على مستوى التوافق وبالتالي يمكن إدراجه ضمن البرامج الوقائية المتعلقة بمناهج الصحة النفسية الوقائية للأفراد. والتي تهتم بالأسوياء قبل اهتمامها بالمرضى لوقايتهم من مختلف المشكلات والاضطرابات النفسية (العظيم، 2013، صفحة 79) خاصة وأن المرحلة العمرية المستهدفة تعد من أكثر المراحل التي تظهر فيها الاضطرابات النفسية (ربيع، 2013، صفحة 346)، وما يزيد الأمر خطورة إن كان المراهق متأخرا دراسيا حيث يصبح تركه للمدرسة أو طرده منها عرضة للانحرافات الاجتماعية (منصوري، 2015، صفحة 116). وفي هذا الصدد يرى "Glidwell" (1983) أن البرنامج الوقائي الناجح هو البرنامج الذي لا يتسبب في ظهور مشكلات معينة، كما يمكن أن يساهم بشكل عام في تحسين التوافق (محمد، 2003، صفحة 238). وكثير من الدول اتخذت من الترويح وسيلة لتحقيق أغراض اجتماعية هامة في مجالات الوقاية والعلاج (كمال عبد الحميد اسماعيل، عبد المحسن مبارك العازمي، و عزالدين حسين سليمان جاد، 2012، صفحة 185).

ويذكر "طارق كمال" (2010) أن الصراع النفسي داخل الشخصية من شروط تكامل الشخصية كالصراع بين ما يتمناه الفرد وبين ما تسمح به قدراته (كمال، 2010، صفحة 104). وعليه فالباحثة تفسر أن عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق الشخصي قد يعود إلى الضغط النفسي الكبير الذي يعاني منه المتأخر دراسيا الذي لا يلبث إلا وأن يعود ليؤثر سلبا على توافقتهم وهو أمر طبيعي، فهم بحاجة إلى أيضا إلى اشباع الحاجة الى التفوق حيث تذكر "نادية بوشاللق" (2006) أن المتأخرين دراسيا يشعرون بالإحباط والفشل وقلق حول المستقبل (بوشاللق، 2003، صفحة 526)، وهم أيضا بحاجة إلى الاحساس باحترام الذات رغبة منهم في تحقيق قيمتهم الشخصية كأفراد متميزين والذي يرتبط على نحو وثيق بنجاحهم في أعمالهم المدرسية (الفخراي، 2014، صفحة 105).

ومما سبق يمكن القول أن الترويح الرياضي من العوامل المساهمة في تحسين الصحة النفسية وسلامتها إلا أنه لا يمكن الاعتماد عليه كليا، ففي دراسة على طلاب المدارس والكليات الجامعية بالولايات المتحدة الأمريكية فقد أوصى الباحثون بأن تكون مناشط الترويح جزءا من حياتهم وذلك لتحسين حالتهم النفسية إلا أنها قد أكدت أنه لا ينبغي الاعتقاد بأن

الترويحي هو الدواء ذو التأثير الفعال على الصحة النفسية للفرد لكنه يعد من أهم العوامل المساهمة في سلامة صحته النفسية (كمال درويش و محمد الحماحمي، 2007، صفحة 58).

وتضيف الباحثة إلى أن عدم وجود دلالة احصائية قد يعود أيضا إلى أن الحجم الزمني للنشاط البدني الرياضي الترويحي الممارس غير كاف، وأنها بحاجة إلى دراسات تتبعية طويلة مقارنة لإثبات فعالية ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية ومدى مساهمتها في تحقيق التوافق الشخصي والتي تظهر نتائج ممارستها في البالغين بصورة واضحة، حيث يرى "أفلاطون" أن البالغ لن يكون سويا إن لم يلعب في صغره (محمد محمود الحيلة، 2010، صفحة 36).

ولقد أثبتت العديد من الدراسات أن تكرار عقاب التلاميذ الراسبين وتأنيبهم يسبب لهم ضغطا ويشعرهم بالإحباط والفشل، ولهذا توجب على المدرسة كسر روتين اليوم المدرسي وتعزيز مفهوم احترام الذات وذلك بتقديم فرص متنوعة للنجاح (ابراهيم، 1994، صفحة 582، 583)، ويلعب النشاط الترويحي دورا كبيرا في قهر روتين الحياة وتحقيق المتعة والمكانة الاجتماعية (طلبة، 2010، الصفحات 46-47)، كما توصل "أنيس الحروب" (2013) في دراسة تتبعية للمتسربين من المدرسة إلى أن غياب النشاطات كالنشاطات الرياضية في مدرستهم قد أضعف تمسكهم بها (الحروب، 2013، صفحة 62). كما اقترح كل من "ليلي محمدي" و"ابراهيم بلعادي" (2017) توفير نشاطات ذات طابع ترفيهي كخدمة اجتماعية بالمدرسة لرعاية المتأخرين دراسيا (محمدي و بلعادي، 2017، صفحة 637)، ويضيف "حمدي عبد الله عبد العظيم" (2013) أن استغلال أوقات الفراغ بما يعود بالفائدة يعد من بين أساليب رعاية المتأخرين دراسيا (العظيم، البرامج التنموية، 2013، صفحة 162). حيث يبين ميلر (1974) أن اللعب يساهم في تعلم بعض القيم والسلوكيات السليمة كالتحلي بالصبر والمسؤولية والأمانة والرياح والخسارة (محمد محمود الحيلة، 2010، صفحة 110).

الجدول -3-: يمثل نتائج القياس القبلي والبعدي للتوافق الاجتماعي

المتغيرات	الخاور	درجة الاحتمال المعنوية sig	قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
التوافق الاجتماعي		0,019	3,046	غيردال إحصائيا
حجم العينة 8		مستوى الدلالة 0.05	مستوى الثقة 95%	

المصدر: من اعداد الباحث، 2020

3-3- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

يتبين من الجدول -3- أن درجة الاحتمال المعنوية **sig** للتوافق الاجتماعي والتي بلغت قيمتها 0,019 أقل من مستوى الدلالة 0,05، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق الاجتماعي للتلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح القياس البعدي .

3-4- تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية ومناقشتها:

تنص نتائج الفرضية الثانية على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق الاجتماعي للتلاميذ المتأخرين دراسيا. وباستخدام اختبار "ت" قد بينت النتائج أن الفروق دالة احصائيا ، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من "مراد رحلي" و"يوسف لورنيق" (2011) و "دراسة سعد سديرة" (2014) بالرغم من اختلاف الفئات المستهدفة، وهذا قد يعود إلى طبيعة الأنشطة البدنية والرياضية بصفة عامة والترويح الرياضي بصفة خاصة الذي يوفر جوا من الاحتكاك والتفاعل الاجتماعي وتبادل مختلف الخبرات ، وبالتالي فهو يساهم في اشباع حاجة الفرد لغيره ومن المسلم به أن الفرد لا يمكن له أن يعيش بمعزل عن غيره (العظيم، مهارات التوجيه والارشاد في المجال المدرسي، 2013، صفحة 56). وفي هذا الصدد يؤكد "حمدي عبد الله عبد العظيم" (2013) على أهمية الصداقة في حياة المراهق الذي يعتبر الترويح ضمن حاجياته (العظيم، البرامج التنموية، 2013، صفحة 252). فاللعب وسط جماعة الأقران يساعد على التوافق الاجتماعي وتقبل آراء الجماعة واثارها على النفس والتخلص من الأنانية وحب الذات (الشكيلي، 2005، صفحة 24). كما يساعده على تعلم بعض المهارات الاجتماعية كمهارات التواصل والتفاعل مع الآخرين وكذا مهارات المشاركة واحترام المعايير الاجتماعية البسيطة (محمد محمود الحيلة، 2010، صفحة 120). وتعد المدرسة مؤسسة اجتماعية تساهم في توفير فرص النمو السليم عن طريق مختلف الأنشطة ذات الطابع التنافسي الذي يوفر مظهرا اجتماعيا مهما يساهم في تحقيق التوافق الاجتماعي ويجنبهم مختلف الصراعات (ملحم، 2014، صفحة 310، 312)

ويعد استثمار أوقات الفراغ بما يعود بالفائدة على هذه الفئة وكذا تشجيعهم على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية من بين أساليب البرامج العلاجية الشاملة للمتأخرين دراسيا والتي تركز على السياق الاجتماعي (العظيم، البرامج التنموية، 2013، صفحة 162، 266). ويؤكد "محمود عطا" أن المراهق العربي بحاجة إلى تعلم بعض المهارات الترويحية والاجتماعية في مجال الترويح وأوقات الفراغ والتي تساعده في الاندماج الاجتماعي (طلبة، 2010، صفحة 215). حيث تعد النشاطات البدنية الرياضية الترويحية فرصة لتوفير مهارة الاندماج الاجتماعي وهذا ما أكدته دراسة "تيودور يان- دورو" (2013) (Tudor Lian-Doru & Tudor Maria, 2013, p. 1094) وقد وصف بعض علماء الفراغ منهم **C.Bucher**

"Brighbill" أن ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية وقت الفراغ من أهم الفرص التعليمية والتربوية، والتي ترتقي بشخصية الفرد اجتماعيا ووجدانيا وتجعله متوازنا (كمال عبد الحميد اسماعيل، عبد المحسن مبارك العازمي، و عزالدين حسين سليمان جاد، 2012، صفحة 230). وترى الباحثة أن الأثر الايجابي للنشاط البدني الرياضي الترويحي على مستوى التوافق الاجتماعي يعود أيضا إلى شخصية القائد الترويحي وامكانياته ومكانته ضمن الفريق الرياضي الترويحي، وفي هذا الصدد يؤكد "إحسان محمد حسن" (2005) أن الجماعة الرياضية بحاجة إلى قائد ومشرف وأخصائي اجتماعي يمتلك خبرة في خدمة الجماعة، وتمتلك من وضع خطط وربطها بأهداف الجماعة، وأن سوء تنظيم الجماعة وضعف علاقتها بالقائد من بين أسباب حدوث بعض المشكلات (حسن، 2005، صفحة 141).

ومما سبق يمكن القول أن الفرضية العامة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للنشاط البدني الرياضي الترويحي على مستوى التوافق النفسي للتلاميذ المتأخرين دراسيا محققة جزئيا.

4-الاستنتاجات

- أن أثر النشاط البدني الرياضي الترويحي على مستوى التوافق الشخصي للتلاميذ المتأخرين دراسيا غير دال احصائيا، وهذا لا يعني أنه غير صالح، بل يمكن اعتباره نشاطا رياضيا ترويحيا وقائيا.
- أنه يوجد أثر ايجابي للنشاط البدني الرياضي الترويحي على مستوى التوافق الاجتماعي للتلاميذ المتأخرين دراسيا.
- أنه يوجد أثر ايجابي جزئي للنشاط البدني الرياضي الترويحي على مستوى التوافق النفسي للتلاميذ المتأخرين دراسيا.
- أنه يمكن ادراج النشاط البدني الرياضي الترويحي ضمن البرامج الوقائية التي تهدف إلى تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي للتلاميذ المتأخرين دراسيا ووقايتهم من مختلف الآفات الاجتماعية.

5-الاقترحات :

- خلق علاقة طيبة مع المبحوثين وتقديم تحفيزات لضمان حضور الحصص الرياضية الترويحية، خاصة وأن هذه الفئة من الفئات التي تحتاج أسلوبا خاصا للتعامل معها.
- اجراء دراسات مشابهة تستهدف فئة المتأخرين دراسيا من أجل ضمان نتائج مؤكدة يمكن تعميمها.
- اجراء دراسات مقارنة وأخرى طويلة تتبعية في مجال الترويح الرياضي لفئة المتأخرين دراسيا للحصول على نتائج أكثر دقة .

6- قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة

6-1- قائمة المصادر والمراجع باللغة العربية

- احسان محمد حسن. (2005). علم الاجتماع الرياضي. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- إخلاص علي حسين. (2012). أسباب التأخر الدراسي لدى تلاميذ المدارس الابتدائية من وجهة نظر المعلمين. مجلة الفتح (14)، 146-151.
- اسماعيل القرة الغولي، و مروان عبد المجيد ابراهيم. (2007). الترويح ووقت الفراغ. مجلة الفتح (14)، 151-146.
- أنيس الحروب. (2013). دراسة تتبعية لحالة الطلبة المتسربين من مدارس الأنوروا في لبنان: نماذج من نزيف الأدمغة الداخلي. المجلة العربية لعلم الاجتماع (21/20)، 50-67.
- حمدي عبد الله عبد العظيم. (2013). البرامج التنموية. الجيزة: مكتبة أولاد الشيخ للتراث.
- حمدي عبد الله عبد العظيم. (2013). مهارات التوجيه والارشاد في المجال المدرسي. الجيزة: مكتبة أولاد الشيخ للتراث.
- خالد ابراهيم الفخراي. (2014). علم النفس العام. مصر: جمعية جودة الحياة المصرية.
- سامي محمد ملحم. (2014). الارشاد النفسي عبرمراحل العمر. عمان: دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع.
- سيد أحمد محمد الوكيل. (2010). فاعلية استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين مستوى التوافق النفسي لدى مرضى السكر. مجلة بور سعيد، 2(7)، 118-154.
- سيد صلاح علوي. (2017). الموهوبون ذوو التحصيل العلمي المتدني. عمان: مركز ديبوتو لتعليم التفكير.
- سيد صلاح علوي. (2017). الموهوبون ذوو التحصيل العلمي المتدني. عمان: مركز ديبوتو لتعليم التفكير.
- صالح محمد أبو جادو. (2011). علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة. عمان: دار المسيرة لنشر والتوزيع والطباعة.
- طارق كمال. (2010). علم النفس التربوي. الإسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة.
- عادل عبد الله محمد. (2003). الاضطرابات السلوكية للأطفال والمراهقين. الزقازيق: دار الرشد.
- عبد العزيز السيد الشخص. (1970). التأخر الدراسي. القاهرة: شركة سفير.
- علي خضر الموسوي. (2017). الترويح الرياضي وعلاقته بالحد من الجريمة. مجلة علوم التربية الرياضية، 10(4)، 179-206.
- كمال درويش، و محمد الحماحمي. (2007). رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

- كمال عبد الحميد اسماعيل، عبد المحسن مبارك العازمي، و عزالدين حسين سليمان جاد. (2012). الترويح الرياضي للشباب. القاهرة: الفكر العربي.
- لطفي عبد الباسط ابراهيم. (1994). عوامل الضبط المدرسي المدرك وعلاقته بضغط الدراسة لدى تلاميذ المدارس الحكومية - منبئات التحصيل - . حولية كلية التربية (11)، 586-551.
- ليلي محمدي، و ابراهيم بلعادي. (2017). التأخر الدراسي واستراتيجية المدرسة الجزائرية في علاجه. حوليات جامعة قلمة للعلوم الاجتماعية والانسانية (22)، 610 - 639.
- محمد محمد الحماحي ، و عايدة عبد العزيز مصطفى. (2006). الترويح بين النظرية والتطبيق. مصر: مركز الكتاب للنشر.
- محمد محمود آل عبد الله. (2014). المراهقة والعناية بالمراهقين. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة.
- محمد محمود الحيلة. (2010). الألعاب التربوية وتقنيات انتاجها. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- مصطفى منصور. (2015). التأخر الدراسي (أسبابه، آثاره، وطرق علاجه). عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- نادية بوشاللق. (2003). الحاجة إلى الاستقلالية الذاتية والتفوق الدراسي تلاميذ السنة السادسة ابتدائي. مجلة دراسات عربية، 5(3)، 501-532.
- هدى حسن محمود محمد، و ماهر حسن محمود محمد. (2008). الترويح وأهميته في التوافق النفسي والاجتماعي لمتحدي الإعاقة الذهنية. الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.
- وليد بن زايد الشكيلي. (2005). أهمية اللعب والرياضة في البيئة المدرسية. وزارة التربية والتعليم (8).

6-2- قائمة المصادر والمراجع باللغة الأجنبية

- Clayne Jensen, J. N. (2000). *Opportunities in recreation and leisure Careers*. VGM Career Books.
- Torkildsen, G. (2006). *Leisure and Recreation Management*. London: Rout ledge Taylor & Francis group.
- Tudor Lian-Doru, & Tudor Maria. (2013). Leisure sports activities impact on adults personal development and quality life. *ELESEVIER, Procedia social and behavioral sciences*, 1090-1094.