تأثير حصة التربية البدنية و الرياضة كمادة تعليمية في تعديل المشاكل السلوكية عند المراهقين في المرحلة الثانوي

دراسة ميدانية ببعض الثانويات بولاية سيدي بلعباس

"مقاربة نفسية اجتماعية

د/ لمتيوي فاطمة الزهرة إيمان

جامعة الشلف

الملخص :

هدفت الدراسة إلى تبين دور حصة التربية البدنية والرياضية في خفض من المشاكل السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الثانوي ، ومعرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في خفض من حدة الاعتداء لدى تلاميذ المرحلة الثانوي كما يهدف لمعرفة مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في خفض من حدة التهجم لدى تلاميذ المرحلة الثانوي، وقد توصلت الدراسة إلى أن اغلب النتائج كانت ايجابية ، وهذا ما يبين أن الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية يتأثرون بشكل كبير يرجع ذلك لان التربية البدنية والرياضية تعد من بين الوسائل والطرق العلاجية التي تساعد المراهق على التخلص من العدوان و تحاول تحرير طاقاته بشكل ايجابي، كما أكدت النتائج على أن اغلب النتائج كانت ايجابية فالتهجم ، فهو ينخفض بشكل ملحوظ من خلال ممارسة الرياضة.

كلمات مفتاحية: حصة التربية البدنية و الرياضية ؛ المشاكل السلوكية ؛ المرهقة ؛ المرحلة الثانوي.

Abstract:

The objective of the study was to determine the role of physical and athletic education in reducing behavioral problems among secondary school students, and to know the role of the share of physical and athletic education in reducing the severity of aggression in secondary school students. The study found that most of the results were positive. This indicates that the participants in the physical and athletic education are greatly influenced by the fact that physical and athletic education is among the methods and therapeutic methods that help the adolescent to get rid of Of the aggression and trying to liberate its energies in a positive way, and confirmed the results that most of the results were positive attack, it decreases significantly through the exercise of sport

Keywords: physical and athletic education; behavioral problems; exhaustion; secondary stage

مقدمة:

تختلف درجة الحدة عند المراهقين فالبعض تمر فترة المراهقة عليه بشكل خطير يعاني فيها من مشاكل سلوكية كبيرة قد تأثر على حياته المستقبلية لهذا حاولنا إلى الإفادة و لو بالشيء القليل لذا حاولنا أن نعطي نظرة الأكثر شمولية حول دور التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة الرياضية بكل أنواعها في تفعيل و التخفيف من حدة المشاكل السلوكية من خلال الممارسة الرياضية في المرحلة الثانوي و جعلها أكثر ديناميكية (حقي ألفة محمد، 1990).

حيث تقوم الرياضة بمختلف أنواعها بدور متميز في مكافحة هذه الظاهرة ، لاسيما الأنشطة الرياضية التي يقوم بها المراهق داخل المؤسسات التربوية التي وضعت لها قوانين ولوائح وأنظمة التي تحاول الحد من مظاهر المشاكل السلوكية ، ولذلك ارتأينا في دراستنا هذه على البحث عن دور الأنشطة الرياضية في التخفيف من المشاكل السلوكية عند المراهقين في المرحلة الثانوي ، والتي نهدف من خلالها إلى إبراز دور الأنشطة البدنية و الرياضية في التقليل من الإحباط والغضب لدى المراهقين ، والتخفيف من هذه المشاكل حتى يتم تكوين شخص ذو شخصية متوازنة و ثابت تتمتع بصحة نفسية متكامل من اجل تكوين فرد صالح للمجتمع .

1- الاعتبارات النظرية و منهجية :

1-1- الإشكالية :

يعتبر أن الإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع العيش إلا في جماعات تربطه بها جملة من القواعد والمحددات الاجتماعية والأخلاقية وفي هذا السياق فأنه يحدث تفاعل بين المحددات الاجتماعية والأخلاقية ، قد يؤدي هذا التفاعل وهذا الاختلاف إلى ظهور عدة سلوكات بين أفراد هذه الجماعات أحيانا قد تكون سلوكات إيجابية أحيانا ، وقد تكون هذه السلوكات غير إيجابية نتيجة لعدة أسباب سواء داخلية تخص الفرد ذاته أو خارجية يتأثر بها الفرد من خلال تفاعله مع المحيط ، فالسلوك العدواني هو أحد هذه السلوكات الغير مقبولة اجتماعيا و قد تتحول إلى مشاكل سلوكية كبيرة يعاني منها التلميذ المراهق خلال مراحل حياته المتقدمة و الرياضة أهمية بالغة والدور من خلال الحفاظ على اللياقة والصحة البدنية والنفسية و السلوكية وهذا عن طريق أنواع النشاط البدني من خلال تهذيب الفرد لتنمية شخصية المراهق لما تلعبه من دور أساسي في تكوين الفرد نفسيا و صحيا و اجتماعيا و توازن بين ما يرغب فيه و ما ينبغي إن يتبعه مع المجتمع الذي ينتمي إليه.

ويرى علماء النفس والاجتماع أن أكثر المراحل صعوبة وحساسة في حياة الإنسان هي حياة المراهقة من الجانب النفسي والاجتماعي بشكل عام لما تمر به من تقلبات مزاجية وصراعات نفسية واجتماعية وجسمية وانفعالية ونخص بالذكر تلميذ المرحلة الثانوي فالتربية البدنية و الرياضية تأثر على حياة التلميذ الممارس للرياضة من الناحية السلوكية والاجتماعية التي قد تساهم في إحداث تغيرات سلوكية تجعل منه فردا صالحا يتأثر ويؤثر في المجتمع (محمد ماهدي احمد ، 2000)

ومن أجل ذلك تعتبر التربية البدنية و الرياضية ذات الأهداف النبيلة وبرامجها المتنوعة من العوامل والعناصر الأساسية التي تبنى عليها المجتمعات المتطورة والحديثة، فحصة التربية البدنية و الرياضية تسعى إلى تحقيق أفراد صالحين ومعافين جسميا وعقليا،و محاولة إدماجهم في المجتمع لكن هناك بعض العوائق والمشاكل التي يتأثر بها الفرد تحول دون تحقيق الهدف المنشود و من هذا يتبادر على أذهاننا العديد من التساؤلات أهمها :

- **التساؤل العام :**
  - هل لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في خفض المشاكل السلوكية لدى تلاميذ المراهقين لمرحلة الثانوي ؟
- **التساؤلات الجزئية**
  - هل لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في خفض من حدة الاعتداء لدى تلاميذ المرحلة الثانوي ؟
  - هل لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في خفض من حدة التهجم لدى تلاميذ المرحلة الثانوي ؟

1-2- الفرضيات :

- **الفرضية العامة :**
  - للأنشطة الرياضية دور في التقليل من المشاكل السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .
- **الفرضيات الجزئية :**

▪ للأنشطة الرياضية دور في التقليل من حدة الاعتداء لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .

▪ للأنشطة الرياضية دور في التقليل من حدة التهجم لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .

1-3- أهمية البحث :

➢ تأكيد دور الأنشطة الرياضية في حياة المراهق

➢ تعديل و تغيير سلوك التلميذ ليتناسب واحتياجات المجتمع.

➢ دور الأنشطة الرياضية في التخفيف من العدوان و المشاكل السلوكية.

➢ تبين دور الرياضة في بناء فرد خالي من المشاكل النفسية و السلوكية .

➢ تعتبر الأنشطة الرياضية فرصة للتطور و إبراز مواهبهم وقدراتهم التلاميذ النفسية و الإجتماعية و التربوية

1-4- أهداف البحث :

▪ تبين دور حصة التربية البدنية و الرياضية في خفض من المشاكل السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .

▪ معرفة دور حصة التربية البدنية و الرياضية في خفض من حدة الاعتداء لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .

▪ تبين دور حصة التربية البدنية و الرياضية في خفض من حدة التهجم لدى تلاميذ المرحلة الثانوي .

1-5- الإطار النظري :

1-5-1- تعريف درس التربية البدنية والرياضية:

يعرف درس التربية البدنية والرياضية على أنه الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي في الخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة ، وهي تشمل كل أوجه الأنشطة التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة ، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر وتعليم غير مباشر. *(محمد سعيد عزمي ،1996)*

ويعتبر درس التربية البدنية والرياضية" أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة والكيمياء واللغة، ولكنه يختلف عن هذه المواد بكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنه يمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي تعطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى المعلومات التي تعطي الجوانب العلمية بتكوين جسم الإنسان ، وذلك باستخدام الجوانب الحركية مثل التمرينات والألعاب الجماعية والفردية ، وتتسم تحت الأشراف التربوي عن طريق مربين أعدو لهذا الغرض.

وبذلك ينشأ التلاميذ بالمدرسة أو المؤسسة التعليمية على "حب الدرس مما يقدم لهم من مهارات جديدة تعمل على تنمية قدراتهم واتجاهاتهم وميولهم نحو فعاليات خاصة والتي تعمل على ترسيخ قاعة الرياضة المدرسية كما يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي وهو أساس كل منهاج للتربية البدنية والرياضية كما يجب أن تراعي فيها حاجات التلاميذ بالإضافة إلى ميولهم ورغباتهم" *(محمد سعيد عزمي ،1996)*

1-5-2- أهمية درس التربية البدنية والرياضية :

لما كانت التربية البدنية والرياضية تعد الركن الأساسي لتطوير كافة قدرات التلاميذ ، فقد وجب

الاهتمام بمادتها وما تحتاج إليه من إمكانيات بشرية ومادية من مساحات وأجهزة وأدوات وبرامج ومناهج حديثة

ولما كانت التربية البدنية والرياضية قد عرفت بأنها : عملية توجيه النمو والقوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدريبات الصعبة وبعض الأساليب الأخرى ، والتي تشارك في الأواسط التربوية بتنمية النواحي النفسية و الاجتماعية والخلقية فإن ذلك يعني أن درس التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات لما يحقق أيضا هذه الأهداف ، ولكن على مستوى المدرسة فهو يضمن النمو الشامل

والمشرف للتلاميذ لتحقيق احتياجاتهم البدنية طبقاً لمراحلهم السنية ، فتعطي الفرصة للبالغين منهم بالاشتراك في أوجه النشاط داخل وخارج المدرسة. (حمد عادل خطاب ، 1965)

وبهذا يكون درس التربية البدنية والرياضية قد حقق إلى حد معين الأهداف التربوية التي رسمتها المناهج التربوية في المجالات النمو البدني والصحي والنفسي والاجتماعي و غيرها للتلميذ وفي كل المستويات.

1-5-3- مفهوم المشاكل السلوكية :

يعتبر السلوك العدواني أحد الموضوعات التي اختلف العلماء في تحديد مفهومها تحديدا دقيقا بل أن ألبرت باندورا- "A.BENDURU"،وهو أكثر الباحثين في المجال العدواني اعتبر دراسة السلوك العدواني من الموضوعات المعقدة التي لا يمكن تحديدها من جانب الدلالة اللفظية . (إبراهيم ريكان ، 1992)

ولإعطاء مفهوم شامل للعدوان اخترنا عدة تعاريف تطرقت إليه وهي كالتالي :حيث عرف باص – BASS"أي شكل من أشكال السلوك الذي يتم توجيهه إلى كائن حي أخر ويكون هذا السلوك مزعجا له "

بين هذا التعريف أن السلوك العدواني هو كل سلوك مزعج ، وعرف لين – LINN 1961 هو فعل عنيف موجه نحو هدف معين وقد يكون هذا الفعل بدنيا أو لفظيا وهو بمثابة الجانب السلوكي لانفعال الغضب والهيجان والمعدات.(عزت إسماعيل ،1987)

ولقد أشار هذا التعريف إلى نوعين من السلوكات العدوانية وهو اللفظي والبدني بالإضافة إلى انه أشار بان للسلوك العدواني هدف محدد، وعرف واطس – WATSON– 1979 " هو مجموعة من المشاعر والاتجاهات التي تدل على الكراهية والغضب والسخرية من الآخرين ويأخذ العدوان أشكالا متعددة قد تكون خفية في حالة توجيهها بسلطة ما أو تكون عنادا عبوسا في وجه الآخرين "

دل هذا التعريف على أن السلوك العدواني ينبع من المشاعر ويشمل الاتجاهات أيضا ، وعرف شابلين – "CHAPLIN " هو هجوم أو فعل معادي موجه نحو شخص أو شيء وهو إظهار الرغبة في التفوق على الأشخاص الآخرين ويعتبر استجابة للإحباط ما كما يعني الرغبة في الاعتداء على الآخرين أو إيذائهم والاستخفاف بهم السخرية منهم بأشكال مختلفة بغرض إنزال العقوبة بهم " (عبد الرحمان العيوسي ، 1997)

وعرف فاخر عاقل السلوك العدواني هو أفعال ومشاعر عدوانية وهو حافز يثيره الإحباط – أو التثبيط أو تسببه الإثارة الغريزية ، وعرف "سعدية بهارون " السلوك العدواني هو السلوك الهجومي

الذي يصاحب الغضب ، وهو السلوك الذي يتجه نحو إحداث إصابة مادية لفرد أخر ". (فاخر عقل ، 1979)

من خلال التعاريف السابقة للمربين يمكننا استنتاج مفهوم السلوك العدواني على النحو التالي : السلوك العدواني هو ذالك السلوك الذي يقصد من ورائه إلحاق الأذى والضرر المادي أو المعنوي بالآخرين أو بالذات والى تخريب لممتلكات الذات أو الآخرين .

1-5-4- النظريات المعالجة للمشاكل السلوكية:

هناك بعض النظريات والإقتراحات التي قدمها العديد من الباحثين لمحاولة تفسير السلوك العدواني على أنه غريزة فطرية أو أستجابة للإحباط أو نتيجة لعملية التعلم والتطبيق الإجتماعي أو على أساس محاولة تفريغ المكبوتة داخل الفرد وفي ما يلي عرض موجز لأهم نظريات وإفتراضات السلوك العدواني:

❖ **نظرية العدوان كغريزة:**

ترجع جذور هذه النظرية إلى المعلم "سيجموند فرويد" الذي أشار إلى العدوان غريزة فطرية ، وفي رأي "فرويد" إن الغرائز هي قوى للشخصية تحدد الاتجاه الذي يأخذه السلوك أي أن الغريزة تمارس التحكم الإختياري للسلوك عن طريق زيادة حساسية الفرد لأنواع معينة من المثيرات، وقد افترض "فرويد" أن الإنسان يولد ولديه صراع بين غريزتي الحياة والموت ، ومن المشتقات الهامة لغريزة الجنسية ، كما أن غريزة العدوان تعتبر من المشتقات الهامة لغريزة الموت.

وأشار "فرويد للا" إلى إن غريزة العدوان هي قوة داخل الفرد تعمل بصورة دائمة على محاولة الفرد تدمير نفسه ونظرا لأن غريزة العدوان فطريه لأنه لا يمكن الهرب منها ولكن يمكن محاولة تعديلها والسيطرة عليها عن طريق إشباعها أو إبدالها وعلى ذلك فان الإنسان في محاولته تدمير ذاته فان غرائز الحياة قد تعوق هذه الرغبة فعندئذ يتجه الفرد نحو موضوعات بديلة لإشباع غريزة العدوان كأن يقوم الفرد باعتداء على آخرين وتدمير الأشياء وهذا التفسير قدمه فرويد لتفسير العدوان الدموي بين المحاربين في الحرب العالمية الأولى وفي ضوء هذه النظرية يبدو العدوان غريزة فطرية لابد من إشباعها أو محاولة تعديلها والسيطرة عليها. وفي هذا الإطار يرى بعض الباحثين أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية أو مشاهدة المنافسات الرياضية يمكن أن تساهم في إشباع أو تعديل أو السيطرة على هذه الغريزة. وقد أثار حول نظرية الغرائز الكثير من الجدل وعارضها بعض الباحثين على أساس أن هذه النظرية وإن كانت تصدق على الحيوان إلا أنه يصعب تعميمها على الإنسان لان الطفل البشري عند ميلاده يولد في جماعة ويتعلم منذ اللحظة الأولى حاجته للجماعة ويكتسب عن طريقها دوافع توجهه،كما أن هذه النظرية غيبية وليست علمية أي تفتقر إلى التفسير العلمي للسلوك.

❖ **نظرية التنفيس (تفريغ الانفعالات المكبوتة):**

يقصد بالتنفيس في مجال علم النفس تفريغ أو إطلاق المشاعر أو الإنفعالات المكبوتة عن طريق التعبير عنها أو التسامي بها الأمر الذي يؤدي إلى تفريغ أو تخفيف هذه المشاعر أو الانفعالات نظرا لان كبتها يسبب حدوث بعض الاضطرابات النفسية و الجسمية وتشير نظرية

التنفيس إلى أن السلوك العدواني ماهو إلا تفريغ للإنفعالات المكبوتة لدى الفرد الأمر الذي يؤدي إلى الإقلال من المزيد من العدوان،في حين أشارت بعض الدراسات الأخرى إلى أن السلوك العدواني - في ضوء هذه النظرية - يمكن أن يؤدي إلى خفض العدوانية، وفي بعض الأحيان يؤدي إلى المزيد من العدوان.

ويعتقد أنصار نظرية التنفيس من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي أن الأنشطة الرياضية التي تتضمن درجة كبيرة من الاحتكاك البدني يمكن أن يكون بمثابة متنفس للسلوك العدواني ، كما أن السلوك العدواني لدى المشاهدين لبعض الأنشطة الرياضية قد يكون تفريغا لبعض الانفعالات المكبوتة كنتيجة،للأسباب أخرى خارج مجال الرياضة كالعوامل الاجتماعية أو الاقتصادية أو السياسية أو غير ذالك من العوامل.(محمد حسن علاوى ،1998)

❖ **نظرية التعلم الاجتماعي:**

تفسر نظرية التعلم الاجتماعي العدوانية بأنها سلوك يتم تعلمه عن طريق ملاحظة الآخرين ولإقتداء بسلوكياتهم، ثم الحصول على التعزيز والتشجيع لإظهار سلوكيات مشابهة ولقد وجد عالم النفس "ألبرت باندورا"(1973م) أن الأطفال الذين يشاهدون النماذج من الكبار يرتكبون أعمالا عنيفة ،و لقد كانت هذه التغيرات أشد عندما تم تشجيع الأطفال على تقليد أفعال النماذج من الكبارو هكذا يتضح من هذه النظرية أن السلوك العدواني يتم تعلمه من خلال التعزيز و المحاكاة فعلى سبيل المثال إذا قام احد المدربين بتقديم تعزيز إيجابي للسلوك العدواني لأحد اللاعبين فإن هذا اللاعب في الغالب سيظهر نفس هذا السلوك مرة أخرى في المستقبل ومن الملاحظ في المجال الرياضي أن العدوانية يمكن أن تحدث في كل رياضة ، و أن اللاعبين صغار السن يقتدون بالعنف السائد في مباريات المحترفين فهم يشاهدون في التلفزيون السلوك العدواني لأبطال الذين يقتدون بهم ،ويحصلون على التشجيع عند إظهار سلوك مشابهة ويذكر "سميث1988" أن العديد من المدربين ،و الآباء ،و زملاء الفريق يشجعون و يعززون هذه العدوانية.

إن السلوك العدواني غالبا ما يرتكب كرد فعل لتصرف عدواني من شخص آخر .فعلى سبيل المثال يتلقى لاعب كرة السلة تعليمات من المدرب بألا ينتهك القواعد و القوانين و يحاول إيذاء المنافسين ،ولكن إذا كانت المباراة تتميز بالخشونة مثل الجذب من الملابس الضرب بالكوع تحت السلة فإن اللاعب يتعلم أن يرد بالمثل أن نظرية التعلم الاجتماعي لها العديد من الأدلة العلمية التي تؤيدها، وهي تؤكد على الدور الهام الذي يلعبه الآخرون ذوي الأهمية بالنسبة للشخص في زيادة ونمو السلوك العدواني أو التحكم (ربيع عبد القادر ، 2008)

1-6- الإجراءات المنهجية للبحث :

1-6-1- المنهج المتبع:

اعتمدنا المنهج الوصفي الذي يعرف ب: " تصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتصور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضح مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية".(وجيه محجوب ، 1991)

1-6-2- مجتمع البحث وكيفية اختيار العينة:

يقول محمود قاسم في كتابه المنطلق الحديث ومناهج البحث،" ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو البعض من الجميع" وابر هيم بسيوني عميرة : فإن عدد الحالات التي يشملها (الكل) الذي تنتمي إليه أو يتضمنها (الجميع) الذي يحتويها كبيرا أصبح من الصعوبة بمكان بل من المستحيل دراسة جميع هذه الحالات، ولهذا يلجأ الباحث إلى اختيار عدد محدود من الكل".(محمود قاسم ، 1976)

ومن هذا المنطلق يتكون مجتمع البحث من 1200 تلاميذ المرحلة الثانوي وقد قام الباحث باختيار عينة عشوائية من عدد تلاميذ ، وقام باختيار عدد العينة البحث من مجتمع قدر ب 10% تلميذ و بالتالي كانت عينة البحث مقدر ب 120 تلميذ من المرحلة الثانوي تم اختيارهم بشكل عشوائي.

- ثانوية النقيب عبد الهادي : **60 تلميذ**
- ثانوية العربي بن مهيدي : **60 تلميذ**

1-6-3- أدوات البحث:

تعد أدوات البحث تعد المحور الأساسي في منهجية البحث وذلك بغية الوصول إلى كشف الحقيقة التي يصبوا إليها بحثه، ومن هذا المنطلق وصف الباحث عدة وسائل في جميع المعلومات، قد ساعدته في الكشف عن جوانب البحث،فقد تم الاستعانة باستبيان خاص بالمشاكل السلوكية و يشمل المحاول التالية :

- المحور الأول : الاعتداء.
- المحور الثاني : التهجم.

2- نتائج الدراسة :

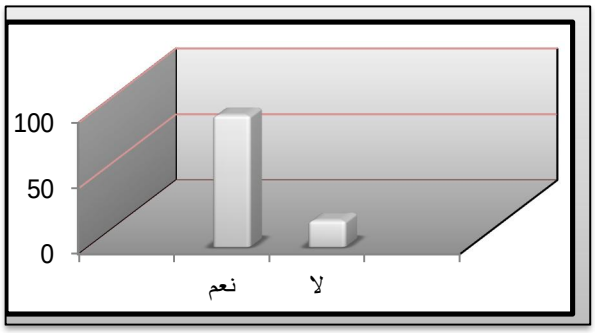
2-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى :

"لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في الخفض من حدة الاعتداء عند المراهقين في المرحلة الثانوي."

- **السؤال 01** : هل تستطيع التحكم في نفسك عندما يؤذيك الآخرون أثناء ممارسة الرياضة في حصة التربية البدنية و الرياضية؟
- **الغرض منه** : مدى التحكم في نفسك عندما يؤذيك الآخرون أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية

جدول رقم (01) : يمثل عدد التكرارات و النسبة المؤوية لسؤال الأول

	نعم	لا
التكرار	100	20
النسبة المئوية	84%	16%



الشكل (01) : التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول .

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن عدد التلاميذ الذين كانت إجابتهم ب نعم تقدر ب: 100 أي ما يعادل نسبة 84 % أما بالنسبة لعدد التلاميذ الذين كانت إجابتهم ب لا تقدر ب: 20 أي ما يعادل نسبة 16% .

2-2- عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية :

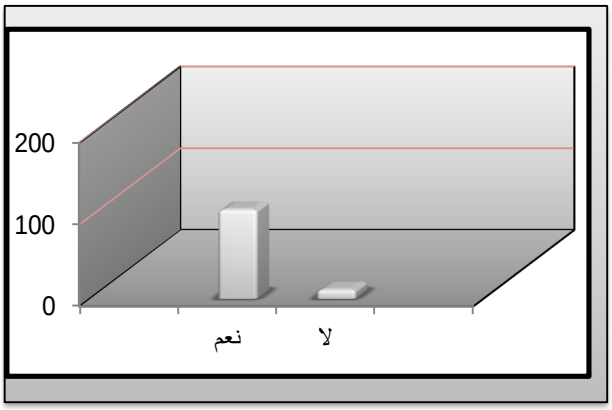
" لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في الخفض من حدة التهجم عند المراهقين في المرحلة الثانوي ."

❖ **السؤال 12:** هل يظهر عليك الاضطراب و الارتباك عندما تكون في مواقف غضب أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية؟

❖ **الغرض منه** : مدى ظهور الاضطراب و الارتباك عندما تكون في مواقف غضب أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية

	نعم	لا
التكرار	11	109
النسبة المئوية	09%	91%

جدول رقم (12) : يمثل عدد التكرارات و النسبة المؤوية لسؤال الثاني عشر



الشكل (12) : التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني عشر

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن عدد التلاميذ الذين كانت إجابتهم ب نعم تقدر ب: 11 أي ما يعادل نسبة 09 % أما بالنسبة لعدد التلاميذ الذين كانت إجابتهم ب لا تقدر ب: 109 أي ما يعادل نسبة 91%

3- مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات :

3-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

تنص الفرضية على : " **لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في الخفض من حدة الاعتداء عند المراهقين في المرحلة الثانوي.**"

من خلال النتائج المتوصل إليها من طرف تلاميذ المرحلة الثانوي الممارسين للأنشطة الرياضية لاحظنا إن اغلب النتائج كانت ايجابية ، و هذا ما يبين أن الممارسين للأنشطة الرياضية يتأثرون بشكل كبير.

و يرجع ذلك لان التربية البدنية و الرياضية تعد من بين الوسائل و الطرق العلاجية التي تساعد المراهق على التخلص من العدوان و تحاول تحرير طاقاته بشكل ايجابي يسمح له بتكوين شخصية سليمة و متكاملة مع المجتمع بحيث يصبح المراهق أو التلميذ أكثر تفاعلا و انسجاما مع زملائه ، كما تجعل التربية البدنية و الرياضية التلميذ قادر على تكوين علاقات اجتماعية أخرى ،و بالتالي يمكن القول أن الفرضية الاولى قد تحققت .

3-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية على : " **لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في الخفض من حدة التهجم عند المراهقين في المرحلة الثانوي.**"

من خلال النتائج المتوصل إليها من طرف التلاميذ المرحلة الثانوي الممارسين للأنشطة الرياضية أن اغلب النتائج كانت ايجابية فالتهجم ، فهو ينخفض بشكل ملحوظ من خلال ممارسة الرياضة و بالتالي عدم ظهور هذا النوع من المشاكل في الأنشطة الرياضية عند التلاميذ و لكن ينبغي أن تكون هذه الممارسة تحتوي على أنشطة متنوعة و مبنية على أسس علمية تسمح للتلاميذ بالتفاعل فيما بينهم و التواصل الايجابي و الابتعاد عن السلوكات العدوانية و التعامل بطريقة تجعل التلميذ أكثر تفاعلا مع غيره من

التلاميذ خلال الأنشطة الرياضية التي يزاولها ، و بالتالي يمكن القول أن الفرضية الثانية قد تحققت.

3-3- الاستنتاج العام :

انطلاقا من النتائج و التحليل و مناقشة النتائج يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الأولى والفرضية الجزئية الثانية قد تحققت التي كانت تهدف إلى معرفة نتائج كل من محاور المشاكل السلوكية عند تلاميذ المراهقين في المرحلة الثانوي كانت النتائج ايجابية .

وفي هذا يمكننا القول أن هذه النتائج تتفق إلى درجة كبيرة مع نتائج الدراسات السابقة والتي أظهرت أن في المجال الرياضي توجد علاقة إيجابية بين ممارسة التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة بمختلف أنواعها و التخلص من المشاكل السلوكية التي يتعرض لها التلميذ المراهق سواء خلال ممارسة الأنشطة الرياضية بشكل عام أو ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية أو كل ما يتعلق بها كما تبني الفرد من الناحية الاجتماعية من خلال بناء علاقات بين الأفراد سليمة بعيد عن العنف بمختلف أشكاله و الاتصال الجيد مع من هم في أقرانه من المراهقين.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها تبين لنا أن الأنشطة البدنية والرياضية المستخدم من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية هي وسيلة لتحقيق غاية كبرى وهي بناء الفرد ذو الشخصية متوازنة متكاملة من جميع النواحي البدنية والنفسية والإجتماعية و بالتالي يمكن القول إن للأنشطة الرياضية دور في التقليل من السلوكات العدوانية لدى المراهقين ،كما تؤثر في التلاميذ والحد من سلوكهم العدواني و تكسبهم بعض السمات الشخصية التي تجعلهم يحسنون المعاملة والاحترام بين الآخرين ، و تعلمهم النظام واحترام الزملاء ، فهي وسيلة فعالة لتعاون مع الآخرين والتحلي بالروح الرياضية ، كما تجعل عند من يمارسها لا يعتدون على الغير بأي سبب من الأسباب ولا يمتازون بالسلوك العدواني خلال ممارستها إنما يمتازون ببعض جوانبه وهذا راجع لحداثة سنهم ، كما تخلق علاقة تخاصميه نموذجية و ليست عدوانية.

خاتمة :

ما نستطيع أن نقوله في الأخير هو إننا حاولنا أن نكون قد تناولنا ببحثنا هذا ومن كل الجوانب وهذا لما لهذا الموضوع من أهمية بالغة على حياة المراهق بما فيها السلوك العدواني و المشاكل السلوكية التي تظهر عليه في فترة المراهقة لأنها تعد مرحلة صعبة على الإنسان لما لها من تغيرات فيزيولوجية و نفسية و اجتماعية .

كما تختلف درجة الحدة عند المراهقين فالبعض تمر فترة المراهقة عليه بشكل خطير يعاني فيها من مشاكل سلوكية كبيرة قد تأثر على حياته المستقبلية لهذا حاولنا إلى الإفادة و لو بالشيء القليل لذا حاولنا أن نعطي نظرة الأكثر شمولية حول دور التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة الرياضية بكل أنواعها في تفعيل و التخفيف من حدة المشاكل السلوكية من خلال الممارسة الرياضية في المرحلة الثانوي و جعلها أكثر ديناميكية .

وأن هذا بطريقة تعد وسيلة غير مباشرة إلا أن التلميذ عندما يجد نفسه يمارس أنشطة محببة بالنسبة له فانه لا محال سيبدع و سوف نرى منه أمورا كثيرة ومواهب و طاقات هائلة كانت ربما

ستضيع مثلما ضاعت الكثير من المواهب في صمت ولم يسمع بها احد لان مرحلة التعليم الثانوي كما يعلم الجميع مرحلة مهمة جدا و حساسة يتم من خلالها اكتشاف شخصية الفرد و رغباته ومن بعدها توجيهها توجيها سليما قصد صقلها و تحقيق توافق شامل من جميع الجوانب وإنشاء فرد يتمتع بالراحة والصحة النفسية السليمة بعيد عن الاضطرابات والمشاكل السلوكية وبالتالي تتوافق مع قيم و مبادئ المجتمع و البيئة التي يعيش فيها هذا المراهق.

المراجع بالغة العربية :

1 - إبراهيم ريكان : النفس والعدوان ، ط1 ، دار الشؤون الثقافية العامة، بغداد 1987

2- احمد بن موسلي: مناهج البحث العلمي في علوم الإعلام والاتصال،د ط،ديوان المطبوعات الجامعية ،بن عكنون، .2003

3- احمد بن موسولي : مناهج البحث العلمي في علوم الأعلام والاتصال ، د ط، ديوان المطبوعات الجامعية ، بن عكنون، 2003

4- أكرم زكي خطايبة : المناهج المعاصرة في التربية الرياضية ، ط1 ، دار الفكر ، عمان، 1997 .

5- البهي فؤاد السيد :الأسس النفسية للنمو ، ط4 ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975 .

6- أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع ، ط1، مكتبة عالم المعرفة ، الكويت ، 1996

7- أمين أنور الخولي : الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني للثقافة والفنون والأدب، الكويت، 1996

8- بوخريسة بوبكر : المفاهيم والعمليات الأساسية في علم النفس الاجتماعي ، منشورات جامعة عنابة، 2006

9- تركي رابح : المنهاج في علوم التربية وعلم النفس ، المدرسة الوطنية للكتاب، الجزائر ، 1984 .

10- سامي الصغار: كرة القدم دار الكتاب والطباعة ، جامعة الموصل ، 1987 .

11- سامي عبد القوي : علم النفس الفزيولوجي ، ط2، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة ، 1995 .

12- سعدية محمد بوهارون : في علم النفس النمو ، ط1 ، دار البحوث العلمية ، الكويت ، 1977 .

13- سامي ملحم : مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط1، دار الميسرة للنشر، الأردن، 2000 .

14- جيرد لانجر يوف ، تيواندرت : الرياضة للناشئين و تلاميذ المدارس ، ط 2 ، دار الفكر العربي ، 1978

15- حسن معوض وكمال صالح عيش : أسس التربية البدنية، مكتبة الأنجلو مصرية ، مصر ، 1964

16- حسن سيد معوض : كرة السلة للجميع، ط6 ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1991 .

17-حسن عبد الجواد : المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم، ط4 ، دار العلم للملايين ، بيروت ، لبنان ، 1977 .

18- حقي ألفة محمد : علم النفس المعاصر ، منشآت المعارف ، 1983 .

19- حامد ظهران : الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط3 ، عالم الكتب ، مصر ، 1997 .

20- خليل ميخائيل عوض : مشكلات المراهقة في المدن والريف ، دار المعارف ، مصر ، 1971 .

21- رمضان محمد ألقذافي : علم النفس الطفولة والمرهقة ، المكتبة الجامعية الحديثة ، الإسكندرية ، بدون سنة.

22- رسيان خريبط مجيد : علم النفس في التدريب والمسابقات الحديثة ، دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل ، العراق ، .1988

23- رومي جميل: فن الرياضة ، ط2 ، دار النفائس ، بيروت ، 1986 .

24- طلعة همام : قاموس العلوم النفسية والاجتماعية ، ط2 ، دار عمان ، الأردن ، 1987 .

25- كمال ايت منصور ورابح طاهير: منهجية إعداد بحث علمي ، دار الهدى لطباعة والنشر ، عين مليلة ، 2003 .

26- كمال عبد الحميد إسماعيل : محمد صبحي حسنين ، رباعية الرياضة ، مركز الكتاب للنشر القاهرة ، 2001 .

27- كمال عبد الحميد إسماعيل، محمد صبحي حسنين : القياس في الرياضة ، دار الفكر العربي ، .1980
28- فاطمي نافية ورفاعي عالية : نمو الطفل ورعايته ، دار الشرق ، عمان ، 1989 .
29- فاخر عاقل : معجم علم النفس ، ط2 ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1979 .
30- مصطفى كمال محمود ، محمد حسام الدين : الحكم العربي وقوانين كرة القدم ، ط2 ، مركز الكتاب والنشر القاهرة ، مصر ، 1999 .
31- مؤنس رشاد الدين : الكلمن في الكلام والمعاني دار الراتب الجامعي بيروت ، بدون سنة
32- منير جرس إبراهيم : كرة اليد للجميع ، ط4 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1994 .
33- محمد حسن علاوى وآخرون : الإعداد الفني في كرة اليد مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2003
34- مناهج التربية البدنية : منشور لوزارة التربية الوطنية الجزائرية ، 1984 .
35- محمد جميل منصور : قراءات في مشكلات الطفولة ، جدة ، السعودية ، 1981 .
36- محمد غياري ، محمد سلامة : الانحراف الاجتماعي ورعاية المنحرفين ، المكتب الجامعي ، الإسكندرية ، 1989 .
37- محمد حسين علاوى : سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة ، ط2 ، مركز الكتاب لنشر ، القاهرة ، 2004
38- محمد حسن علاوى :سيكولوجية الجماعات الرياضية ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1989 .
39- محمد السيد عبد الرحمان : علم النفس الأجتماعي المعاصر ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2004 .
40- محمد سعيد مرسي : فن تربية الأولاد في الإسلام ، دار التوزيع والنشر ، مصر ، 1998
41- محمد السيد ومحمد الزعبلاوي : خصائص النمو في المراهقة ، ط1 ، مكتبة التوبة ، مصر ، .1998
42- محمد مصطفى زيدان :علم النفس الأجتماعي ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1995 .
43- محمد مصطفى زيدان : علم النفس التربوي ، دار الشروق ، جدة ، بدون سنة
44- محمد حسن علاوى ، و أسامة كامل : راتب البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 .
45-مجدي احمد محمد عبد الله : النمو النفسي بين السؤ والمرض ، دار المعرفة الجامعية لتوزيع والنشر ، 2003 .
46- ناصيف جمال :موسوعة الألعاب الرياضية المفضلة ، الدار العلمية ، بيروت ، عمان ، 1993
47- عزت إسماعيل : سيكولوجية الإرهاب وجرائم العنف ، ذات السلاسل ، الكويت ، 1977 .
48- عبد الرحمان العيوسي : سيكولوجية المجرم ، دار الراتب الجامعية ، بيروت ، 1997 .
49- عبد المنعم المليجي وحلمي المليجي : النمو النفسي ، ط4 ، دار النهضة العربية ، 1973 .
50- عبد الرحمان العيسوي : سيكولوجية الجنوح ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1989 .
51- عبد الرحمان الوافي وزيان السعيد : النمو من الطفولة إلى المراهقة ، الخنساء للنشر والتوزيع ، 2004
52- عمار بحوس ، ومحمد محمود : الذيبات مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث ، ط3 ، ديوان المطبوعات الجامعية ، بن عكنون ، 2003
53- شحيمي محمد أيوب : مشكل أطفلنا كيف نفهمها ، ط1 ، دار الفكر ألبناني ، بيروت ، بدون سنة .
54- هدى محمد قناوي : سيكولوجية المراهقة ، دار الفكر للطباعة والنشر ، بدون سنة .

المراجع باللغة الفرنسية :

1-ABDELKADER TOUI: L'ARBITRAGE DANS LE FOOTBALLE MODERN.EDiTIONLAPHONIQUE.ALJERIE .1993.
4-Claude Bayer: L'enseignement des jeux Sportifs Collectifs, 3ème Ed, Vigot paris 1990,
5- caga- Etleill.R.Thomas: Manuel de ledenciation sport. ED Evigot.paris.1993.
3-Nicole de chasamane : "Le médication physique et sport collectifs ".Edition.paris.