

دور الممارسة الرياضية في التقليل من الآفات الاجتماعية

-دراسة ميدانية ببعض متوسطات بلدية بسكرة (العالية)-

The role of sports practice in reducing social ills

.A field study of some averages of the municipality of Biskra (Alia)

حنان مالكي¹، فضيلة صدراتة²

¹جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر، h.malki@univ-biskra.dz

²جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر، f.sedrata@univ-biskra.dz

Abstract

This study was conducted on a target sample estimated by 07 physical education teachers in three high schools. In order to highlight the role of sports practice in the reduction of social lesions, This is not for sports of different types in shaping the personality of the adolescent and his psychological and physical composition, The results of the study that the exercise of sport a significant role in reducing social pests, such as delinquency and violence and abuse of hallucinations and prohibitions, It eliminates leisure time, which is often a factor of deviation and the spread of social pests on the one hand, On the other hand, the fact that sports practice has become a respirator for children especially in early adolescence, In which they are more sensitive and emotional, they develop self-confidence and away from different aggressive behaviors and deviation, In addition to its role in strengthening the body and the mind, it helps to study and enlighten the mind to understand and absorb lessons.

Keywords: Sport ; adolescent ; social lesions ; deviation ; violence

ملخص

تم اجراء هاته الدراسة على عينة قصدية مقدره ب 07 أساتذة تربية بدنية بثلاث متوسطات بمقاطعة العالية، وذلك قصد ابراز دور الممارسة الرياضية في التقليل من الآفات الاجتماعية، وهذا لم للرياضة باختلاف أنواعها في تشكيل شخصية المراهق وتكوينه النفسي والجسدي، وأوضحت نتائج الدراسة أن لممارسة الرياضة دور كبير في التقليل من الآفات الاجتماعية كالانحراف بأنواعه والعنف وتعاطي والمهلوسات والممنوعات، فهي تقضي على وقت الفراغ الذي يكون في أغلب الأحيان عاملا من عوامل الانحراف وانتشار الآفات الاجتماعية من جهة، ومن جهة أخرى كون الممارسة الرياضية أصبحت تشكل المتنفس للأطفال خاصة في سن المراهقة المبكرة، والتي يكونون فيها أكثر حساسية وانفعالا فهي تنمي فيهم الثقة بالنفس وتبعدهم عن مختلف السلوكيات العدوانية والانحراف، بالإضافة إلى دورها في تقوية الجسد والعقل، فهي تساعد على المذاكرة وتفتح الذهن لفهم الدروس واستيعابها.

الكلمات المفتاحية: رياضة؛ مراهق؛ آفات اجتماعية؛

انحراف؛ عنف

المؤلف المرسل: حنان مالكي، الإيميل h.malki@univ-biskra.dz

1- مقدمة

عرف الانسان ومنذ الحضارات القديمة الممارسة الرياضية، من خلال مختلف الاعمال اليومية، وللترفيه عن النفس من خلال مختلف المنافسات، والألعاب الفردية والجماعية، والتي كانت تقام على شرف الملوك والقيصرة، ثم أقيمت لها قوانين ولجان عالمية، وكان لها الفضل في تكريس مختلف القيم النبيلة كنبذ العنصرية والعنف، ونظرا لأهمية ممارسة الرياضة البدنية والاجتماعية اعتمدت العديد من المجتمعات اليوم ما اصطلح عليه بالتربية الرياضية والتي هي جزء من التربية الشاملة، والتي تعنى بتربية الفرد ومنذ الصغر واعداه ليكون فردا صالحا في مجتمعه، وعمدت إلى ادراجها كمادة دراسية في جميع البرامج البيداغوجية لمختلف الاطوار الدراسية، لم لها من أهمية في تكوين المتدرسين بدنيا وفكريا ونفسيا.

2- اشكالية الدراسة وتساؤلاتها:

عرف المجتمع المعاصر اليوم الذي يعيش في عصر العولمة العديد من التغيرات التي مست جميع المجالات الحياتية السياسية منها، الاقتصادية والاجتماعية، فقد انجر عن التقدم العلمي والتكنولوجي إلى جانب سهولة الحياة الاجتماعية وتوفير الرفاهية للأفراد ظهور مشاكل وآفات اجتماعية كالانحراف والعنف وتعاطي المخدرات والمهلوسات عند جميع فئات المجتمع، خاصة فئة الشباب والمراهقين هاته الاخيرة التي كانت الاكثر عرضة لمتغيرات الحياة الاجتماعية المعاصرة، فالعالم أصبح قرية صغيرة يسهل الاتصال فيها دون وجود رقابة أو قيود، وفي ظل هاته الرهانات استعانت المجتمعات بالعديد من الباحثين في مختلف التخصصات والمجالات لإيجاد انجع الحلول والاليات لمواجهة تبعات هاته المشكلات والآفات الاجتماعية المختلفة.

والمدرسة كونها ثاني مؤسسة اجتماعية أوكل اليها المجتمع مهمة التنشئة الاجتماعية والتعليم، عانت العديد من المشكلات الاجتماعية التي عرفها المجتمع الحديث، فبالإضافة الى تعقد المعرفة ووجوب الوقوف على التطوير الدائم في شتى مناهجها وأدواتها التعليمية، واجهت من جهة أخرى ظواهر سلبية انتشرت وتفاقت يوما بعد يوم، كانحراف المتدرسين وهروبهم من مقاعد المدرسة، وانتشار العنف داخلها، وظهور الجريمة ومختلف الاعتداءات الجسدية وصولا إلى القتل، وتعاطي الممنوعات والمهلوسات والمتاجرة بها في دوارات المياه، وبين صفوف التلاميذ وفي الفناء، كل هذه المشاكل وغيرها، جعلت المؤسسة التربوية تدق ناقوس الخطر لوجوب الوقوف في وجه هاته الآفات للحد منها أو على الاقل للتقليل من انتشارها بشتى الطرق والآليات.

ان الرياضة، ومن خلال الممارسة الرياضية التي عرفها الانسان ومنذ القدم اثبتت نجاعتها في حل العديد من المشكلات الصحية والنفسية والاجتماعية على اختلافها وصعوبتها، فبالإضافة لأنها تكسب الفرد مهارات جسمية ونفسية وعقلية تجعل منه فردا سليما وفاعلا في مجتمعه، فالرياضي يكتسب روحا رياضية تتبذ التفرقة والصراع والعنف، كما تكسبه روح التعاون والتضامن لتحقيق أهداف واضحة ومسطرة، تبقي عقله منفتحا ونفسيته مرتاحة متسامحة بعيدة عن الدخول في الكآبة وتعلمه التحكم في الانفعالات والغضب، كما يمكن أن تكون حلا للعديد من المشكلات الاجتماعية في مختلف المؤسسات التربوية. وعلى هذا نطرح التساؤل الرئيس التالي: ما هو دور الممارسة الرياضية في التقليل من الآفات الاجتماعية؟

وتنبثق عنه الاسئلة الفرعية التالية:

- هل للممارسة الرياضية دور في التقليل من ظاهرة الانحراف؟
- هل للممارسة الرياضية دور في التقليل من ظاهرة العنف في المدارس؟
- هل للممارسة الرياضية دور في التقليل من تعاطي التدخين والمهلوسات؟

3- أهداف الدراسة:

تهدف دراستنا الحالية إلى الوقوف على ما يلي:

- التعرف على دور الممارسة الرياضية في التقليل من ظاهرة الانحراف.
- التعرف على دور الممارسة الرياضية في التقليل من ظاهرة العنف في المدارس.
- التعرف على دور الممارسة الرياضية في التقليل من تعاطي التدخين والمهلوسات.

4- أهمية الدراسة:

إن أهمية دراستنا الحالية تتبع من أهمية الرياضة كنشاط يمارسه الأفراد ويكسبهم العديد من المهارات ويقيهم من مختلف الانحرافات الناتجة عن متغيرات الحياة الاجتماعية المعاصرة، كتعاطي الممنوعات والمهلوسات، فهي تملأ أوقات الفراغ وتجعل من الفرد عضوا في جماعة سليمة شعارها الأول جسم سليم وعقل سليم، هذا من جهة .ومن جهة أخرى تقضي العديد من المشكلات الاجتماعية التي أصبحت اليوم تشكل آفات أثقلت كاهل المجتمع عامة والمجتمع المدرسي خاصة، كون الامر يتعلق بالدرجة الاولى بفئة المراهقين والشباب، هاته الفئة التي تمثل مستقبل المجتمع ويعول عليها في استمراريته وتطوره، ولهذا استوجب على المجتمع بتجنيد بكل مؤسساته واستخدام جميع الحلول والأدوات التي من شأنها الحد أو التقليل من حدة تقشي مختلف الآفات الاجتماعية كالانحراف والتعاطي والانتحار، والرياضة- كما سبق

ووضنا -من بين الآليات التي اتجهت إليها الانظار اليوم، ولقيت الاهتمام لم لها من دور في تحقيق تنمية الفرد والمجتمع ووقايتهما، هذا ويؤكد العديد من الباحثين أن الممارسة الرياضية لها دور هام في صقل المواهب لدى الشباب والمراهقين وتهذيب سلوكهم واصلاح أخلاقهم لما فيها من جهد يعود على الجسم بالنشاط والبدنية والتجديد، وبالتالي الابتعاد عن الكسل والخمول والاكنتاب والتوتر الذي يؤدي دائما إلى الخروج عن الطريق السليم وبالتالي الانحراف.

5- مفاهيم الدراسة:

1.5 مفهوم الرياضة: يعرف الباحث عبد العزيز بن سليمان الحوشان الرياضة لغة بـ "الرياض من الدواب الذي لم يقبل الرياضة، ولم يمهز المشية، ولم يزل لراكبه .وراض الدابة روضها، ورياضة وطأها وذلكها، أو علمها السير...ورضت المهر أروضه رياضا ورياضة فهو مروض .”وفي الاصطلاح“: فن من فنون علم الأبدان، يقصد به تمرين الجسم وتعويدته على حركات منتظمة تعجز عنها الحركة الفطرية، وهو من أجل الفنون التي بها ينال الجسم تمام صحته، ونمو قوته، ومثانة أعضائه، وسهولة أعماله، وبه قوام نشاطه، وشأنه في المشقات". (عبد العزيز بن سليمان الحوشان، 33-34: 2011) .ومنه، فالرياضة هي نشاط بدني منتظم بمعنى له قوانين يخضع لها ووقفها، يكتسب من خلالها الفرد الصحة وقوة في الجسم والعقل معا، وهي ذلك المجهود الجسدي العادي أو مهارة تمارس بموجب قواعد متفق عليها بهدف الترفيه، المنافسة، المتعة، التميز، أو تطوير المهارات، واختلاف الاهداف اجتماعيا أو انفرادها يميز الرياضات بالإضافة إلى ما يضيفه اللاعبون أو الفرق من تأثير على رياضاتهم. (الشناق، 2012، ص19)

2.5 مفهوم التربية البدنية والرياضية: يراها البعض بأنها عملية توجيه للنمو البدني والقوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدابير الصحية وبعض الاساليب الأخرى بغرض اكتساب صفات دنية ومعرفية ومهارات، والتي تحقق متطلبات المجتمع أو حاجات الانسان التربوية. (محمد عوض سيوني .فيصل ياسين الشاطي، 144-145: 2001) ، ويعرفها أمين أنور الخولي بأنها" أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الانسان، وهي طور متقدم من الألعاب وبالتالي من اللعب، وهي الأكثر تنظيما، والأرفع مهارة وكلمة رياضة في اللغة الانجليزية والفرنسية Sport، في اللاتينية Disport ، والأصل الايتومولوجي لها هو Disport، ومعناها التحويل والتغيير، ولقد حملت معناها ومضمونها من الناس عندما يحولون مشاغلهم واهتماماتهم بالعمل إلى التسلية والترويح من خلال الرياضة. (أمين أنور الخولي، 1996، ص25)

3.5 الممارسة الرياضية: المقصود بالممارسة الرياضة هو القيام بالنشاط الرياضي الذي يتمثل في مختلف التمارين الجسدية والفكرية والتي تكسب الفرد مختلف المهارات والصحة .

واجرائيا نقصد بالممارسة الرياضية كل النشاطات الرياضية الصفية واللاصفية التي تمارس داخل المؤسسات التربوية وخارجها كالمنافسات بين المدارس والاندية الرياضية ومختلف التدريبات الرياضية.

ومن بين المفاهيم المرتبطة بالرياضة والممارسة الرياضية أيضا التربية الرياضية والمقصود بها: أنها جانب من جوانب التربية العامة التي تعمل على تربية الفرد تربية كاملة متزنة من جميع النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية عن طريق ممارسة الانشطة البدنية المختارة بإشراف قيادة واعية مختصة لتحقيق أهداف كريمة، فهي سلسلة من العمليات التربوية البناءة التي تتم عن طريق النشاطات البدنية المختارة، والتي يشرف على تنفيذها قادة تربويون مختصون. (قبلان أحمد صبحي .نايف مفضي الجبور، 2014، 56)

4.5 مفهوم الانحراف : وضحت الباحثة فتحة كركوش أن الفعل الانحرافي في البداية كان يطلق على كل فعل ينطوي على جريمة أو خرق للقانون، وهو تعبير ينحدر من الاصطلاح الروماني Delictum ثم امتد هذا المدلول ليشمل كل افعال أو تقصير أو عمل شيء بوجه عام، ومع ذلك ما زالت كلمة Delinquent أي منحرف وكلمة Délinquance أي انحراف تستخدمان للتعبير عن النشاط الاجرامي للبالغين، ويعبر بهما بالنسبة للأحداث عن كافة الأفعال غير المتوافقة بدء من المروق أو الاعوجاج الخلقي إلى ارتكاب الجرائم البسيطة أو الخطيرة، ثم اتسع مفهوم انحراف الاحداث والتي يحتمل معها انحرافه حتى ولو لم يقدم الحدث على ارتكاب ما يحرمه القانون أو تأباه الجماعة. (فتيحة كركوش، 2011، 09)

ويضيف الباحث جابر نصر الدين أن علماء الاجتماع يرون أن الانحراف ينشأ من البيئة دون تدخل للعمليات النفسية المعقدة التي تلعب دورها على مسرح اللاشعور .والسلوك المنحرف هو الذي يعارض أو يتعارض مع المستويات والمعايير المقبولة ثقافيا واجتماعيا داخل نسق أو جماعة اجتماعية. (نصر الدين جابر، ب ت، 10)

والانحراف بمعناه الواسع يعرف بأنه انتهاك للتوقعات والمعايير الاجتماعية، والفعل المنحرف ليس أكثر من أنه حالة من التصرفات السيئة التي قد تهدد الحياة نفسها، وهذا ما جعل العلماء الاجتماعيين متفقون جميعا على دراسة جميع أنواع الانحراف والقاء الضوء على السلوك البشري والبناء الاجتماعي. (غباري، 2016، 09)

والانحراف هو الخروج عن قانون المجتمع الذي يعيش فيه الحدث (الطفل دون السن القانونية)، من خلال اتيانه بأفعال وتصرفات لا يقبلها مجتمعه ولا يوافق عليها خاصة وأنه في السن دون القانونية كتعاطي

المهلوسات والقيام بسلوكات غير لائقة؛ كالعنف وتعاطي التدخين والمهلوسات، كما أن الهروب عن مقاعد المدرسة يعد انحرافا وسلوكا غير مقبول.

5.5 المراهق: وهو الطفل الذي لم ينضج بعد، ويكون ما بين سن 12 و 22 سنة، وهي الفترة ما بين البلوغ الجنسي واكتمال النمو الجسمي، والمراهق في دراستنا هاته هو الطفل المتمدرس ما بين سن 12 و 14 سنة.

6.5 مفهوم العنف: هو كل فعل مادي أو معنوي يتم بصورة مباشرة أو غير مباشرة، ويستهدف ايقاع الاذى البدني أو النفسي أو كليهما بالفرد) الذات والآخر، أو الجماعة أو المجتمع بما يشملها من مؤسسات مختلفة، ويتخذ العنف أساليب عديدة ومتنوعة. معنوية كانت مثل التهديد والترجيع والنبذ، أو مادية مثل: التشاجر والاعتداء على الاشخاص والممتلكات والانتهاك الجسدي، أو معنوية جسدية في آن واحد. (سيد عبد الله، 2009، 47)

ونقصد بالعنف في دراستنا هاته، كل الافعال التي يقدم عليها الطفل المتمدرس داخل المؤسسة التربوية، سواء فيما بينهم أو اتجاه الاساتذة والاداريين، وحتى تخريب منشآت المؤسسة أو اقامة الشغب وغيره.

7.5 مفهوم تعاطي التدخين والمهلوسات: المخدرات هي مجموعة من المواد التي تسبب الادمان وتسمم الجهاز العصبي المركزي، ويخطر تداولها أو زراعتها أو تصنيعها إلا لأغراض يحددها القانون ولا تستخدم إلا بواسطة من يرخص له بذلك. (قيلان احمد، الجبور ماضي، 2014، 217)

وفي دراستنا ركزها على نوعين محددتين من الادمان هو الادمان على التدخين وتعاطي المهلوسات، كالحبوب والادوية وحتى الغراء وبعض المواد الكيميائية، التي تذهب العقل وتدخل عقل المدمن في عالم لا يفرق فيه بين الخطأ والصواب، ولها أعراض كاحمرار العينين وعدم التركيز والميل إلى العزلة.

8.5 مفهوم الآفات الاجتماعية: جمع مفردة آفة والآفة في اللغة هي كل ما يفتك ويؤدي إلى التهلكة، ونقصد بها في دراستنا هاته كل الظواهر السلبية التي يعاني منها المجتمع وتشمل جميع الانحرافات الاجتماعية التي انتشرت في المؤسسات التربوية على وجه الخصوص كالعنف وتعاطي التدخين والمهلوسات والتحرش والجريمة، والتي تنافي عادات وقيم وقانون العرف لدى المجتمع.

6- حدود الدراسة :

1.6 المجال المكاني للدراسة: تمت الدراسة الميدانية بمتوسطة أحمد زيد الواقعة بمقاطعة العالية، ويدرس بها 900 تلميذ وتلميذة في أربعة أطوار ب 22 فوج يدرسه 40 أستاذ وأستاذة بما فيهم 03 أساتذة رياضة،

وهي أكبر متوسطة بمدينة بسكرة، ومتوسطة مصطفى العاشوري، ويدرس بها 02 أستاذين للتربية البدنية، ومتوسطة رضا حوجو بالعالية ويدرس بها 02 أستاذين.

2.6 المجال الزمني للدراسة: تمت الدراسة الاستطلاعية في بداية شهر نوفمبر، وكانت المقابلات مع مدراء المتوسطات الثلاثة وأساتذة التربية البدنية لمدة أسبوعين، وكان الأسبوع الأول مخصصا لضبط أسئلة دليل المقابلة والأسبوع الثاني كان لتدوين دليل المقابلات من خلال المقابلات.

7- منهج الدراسة :

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي التحليلي، في تفرغ اجابات الاساتذة ومدير المتوسطة، وتفسيرها ومقارنتها بالدراسات النظرية.

8- أدوات البحث: اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على أداتين أساسيتين:

1.8 الملاحظة: تعد الملاحظة من أهم وأولى الأدوات المنهجية التي في الغالب لا يمكن للباحث الاستغناء عنها، بل بالعكس فهي تساعده في جمع المعلومات والتحقق من صحتها خاصة بالملاحظة بالمشاركة، كونها أداة أساسية تبنى عليها مختلف الأدوات الأخرى للكشف عن مختلف الآراء والمواقف لمجموعة البحث اتجاه القضية محل الدراسة ضمن المقابلات التي أجريت معهم لتفسير ترجمة ما لاحظناه إلى عبارات ذات دلالة.

ولقد تم استخدام الملاحظة في دراستنا هاته، وذلك أثناء زيارة الباحثة للمتوسطة بدءا بالدراسة الاستطلاعية، وخلال التجول مع المدير في ساحة المؤسسة التربوية ومشاهدة التلاميذ وهم يقومون بالتمارين الرياضية مع أستاذهم وزيارة بعض النوادي الرياضية كنادي الشطرنج وتنس الطاولة) الذي هو في طور الاعداد له وتجهيزه(، مع وجود نوادي خاصة بكرة القدم للذكور، كما لاحظت الباحثة أن اهتمام تلاميذ السنوات الاخيرة) الثالثة والرابعة (من الذكور منصب على الالتحاق بنادي كرة القدم أكثر، عكس نادي الشطرنج الذي يستقطب السنوات الاولى والثانية من الجنسين.

2.8 المقابلة: تم الاعتماد على استمارة مقابلة موجهة، معدة طبقا وفقا لنتائج بعض المقابلات الاستكشافية مع بعض اساتذة التربية البدنية ومدير المؤسسة التربوية، كونه متخصص في علم اجتماع التربية من جهة ومن جهة أخرى اطلاعه على أهمية الرياضة والتربية الرياضية عامة، وسعيه الدائم إلى اشتراك تلاميذ مؤسسته في مختلف المنافسات والبطولات في شتى الرياضات، بين المدارس داخل المدينة وخارجها، وقد أعدت أسئلة المقابلة لمعرفة دور الممارسة الرياضية في التقليل من انتشار الآفات الاجتماعية والاجابة على تساؤلات الدراسة.

ويؤكد الباحث عبد الكريم غريب أن المقابلة الموجهة، يعمد الباحث فيها إلى إعداد أسئلة محددة وتوجيهها بنفس الطريقة والترتيب إلى كافة أفراد عينة البحث، بحيث تكون بنية الأسئلة موحدة ومنظمة بشكل لا يدع أي مجال للتأويل، وفيها يسعى الباحث إلى الحصول على معلومات وبيانات معينة وفق نمط تم تحديده مسبقا، ويمكن اعتبار هذا الشكل من المقابلات ضربا من الاستمارة، يتم تمريره بكيفية شفوية .
(عبد الكريم غريب، 2012: 212)

9- المجتمع الاصيلي للبحث وعينته:

أجريت الدراسة الميدانية بمدينة بسكرة، وأساتذة التربية البدنية ومدير المتوسطة "أحمد زيد" عينة دراستنا هاته، وهي عينة قصدية ، وتم اختيارها بسبب وجود تسهيلات من طرف مدير المؤسسة التربوية - فهو خريج جامعة محمد خيضر - من جهة ومن جهة أخرى كون متوسطة أحمد زيد هي أكبر متوسطة ببلدية بسكرة، والعينة القصدية هي عينة غير احتمالية لا يسعى الباحث إلى تكوين عينة ممثلة احصائيا لمجتمع البحث، بل العكس هو الصحيح، فأفراد أو حالات العينة يتم اختيارها عمدا لتمكين الباحث من استكشاف ومعالجة تساؤلات البحث أو تطوير نظرية، وتختار الحالات في ضوء الخصائص أو الخبرات التي ترتبط مباشرة بمجال اهتمام الباحث وتساؤلاته البحثية، وتتيح له موضوع بحثه دراسة متعمقة. (ماتوز، روس، 2016، ص.ص 351-352)

10- المعالجة النظرية:

1.10 خصائص الممارسة الرياضية: ان الممارسة الرياضية تتميز بالعديد من الخصائص التي تجعلها بعيدة على الصراع، فهي عفوية غير قصدية يمارسها الفرد في أي وقت يشاء دون الحاجة إلى وجود قوانين مسبقة وثابتة، كما يمكن أن تمارس كهواية في وقت الفراغ، فردية كانت أو جماعية وفي أي مكان أو زمان.

2.10 أنواع الممارسات الرياضية: سبق ووضحنا أن الممارسات الرياضية تشمل كل الرياضات والأنشطة والتمارين المختلفة، الفكرية منها والبدنية، وما دمنا نتكلم عن الرياضة المدرسية، والتي توجد بها نشاطات لاصفية داخلية، وهي الانشطة البدنية التي تمارس داخل اسوار المؤسسة التربوية من خلال حصة التربية البدنية، وهناك النشاط الرياضي اللا صفي الخارجي ويكون خارج المؤسسة التربوية بين مختلف المؤسسات التربوية الأخرى والأندية داخل نفس الولاية أو في ولايات أخرى في حالة المشاركة في البطولات الداخلية والخارجية.

3.10 أهداف الممارسات الرياضية: وضح الباحث منصوري علي أن الممارسة الرياضية أهداف تتعدى تنمية الجسم فقط، فهي تهدف إلى تربية الفرد من الناحية الخلقية، وتعمل على تحسين قدراته العقلية

والحركية للفرد، كما تعمل على تطوير اللياقة البدنية (منصوري علي، 1980، 80) ومن أهداف الممارسة الرياضية أيضا الترويج على النفس في أوقات الفراغ، وتعلم الروح الرياضية العالية تقبل الريح والخسارة على حد سواء دون الحاجة للعنف أو الغضب، وتقبل الآخر وتنمية روح الجماعة والتعاون على تحقيق الأهداف والعمل بجد لتحقيقها، والرياضة أيضا تقلل من وحدة الشخص وتقلل من فرص الملل والأرق والانطواء الذي يحدث عادة للمرء في وحدته وعزله، والرياضة أيضا تقلل من طاقة الجسم الزائدة والتي قد تكون عاملا نفسيا محرضا على ارتكاب الأخطاء والجرائم مما يزيد حالة الفرد سوءا. (الحوشان، 2011، 20)

4.10 الممارسة الرياضية وظاهرة الانحراف الاجتماعي: في ظل العولمة وما أفرزته وسائل الاعلام والاتصال ومختلف وسائل الاتصال الجماهيرية، انتشرت العديد من الظواهر السلبية كالانحراف الاجتماعي، هاته الظاهرة التي تفشت في كل المجتمعات وتفاوتت حدتها، ولم تسلم المجتمعات العربية عامة والمجتمع الجزائري خاصة من وطأة هاته الظاهرة، التي لم تسلم منها فئات الاطفال والمراهقين والشباب، خاصة بعد وصلت الى داخل المؤسسات التربوية، بعد أن كانت بالشارع، وهنا كان لزاما البحث عن انجع الاليات والادوات والحلول التي يمكن أن تواجه انتشار مختلف الآفات الاجتماعية بما فيها الانحراف والعمل على التقليل منها، كالتوعية الاعلامية والمراقبة الدورية والحث على ممارسة الرياضة لم لها من فوائد وخصائص تجعلها من أنجع الطرق لقضاء وقت الفراغ بالنسبة للأطفال والمراهقين والشباب خاصة، والذي يتعرض فيه الفرد لخطر الانحراف. ان ممارسة النشاط البدني يعتبر من أفضل العوامل التي تساعد في مقاومة الضغوط النفسية، وتشير شيرمان إلى أهمية النشاط البدني في عملية الاسترخاء والتقليل من الضغط النفسي وخاصة التمرينات الهوائية مثل المشي تقلل من القلق والحزن والتوتر (قيلان أحمد، الجبور مفضي، 2014، 146). كما أن اللاعب الرياضي يكتسب أثناء تفاعله المستمر مع بيئته وفي أثناء عملية التدريب الرياضي والمنافسة الرياضية علاقات معينة للأشياء والمظاهر والأحداث، وكذلك بالنسبة للأشخاص الاخرين وسلوكهم، ومن ناحية أخرى بالنسبة لذاته (قيلان أحمد، الجبور مفضي، 2014، 147).

5.10 الممارسة الرياضية وظاهرة تعاطي التدخين والمهلوسات: تؤكد العديد من المتخصصين والمدرسين الرياضيين أن الرياضي الذي يتعاطى التدخين أو أي عقار آخر لا يمكنه الاستمرار بكونه رياضيا، من جهة يصبح جسده ضعيفا ولا يتحمل التمارين الرياضية من جهة ومن جهة أخرى لا يمكنه التحكم في حواسه ولا يستطيع في أي منافسة كونه يصبح ميالا للانعزال، كما أن دخان السجائر بما يحمله من قطران ونيكوتين ومواد سامة يؤثر على الشعيرات (Cilia) التي تكسو جدران الشعب الهوائية وتطرد المواد الغريبة باستمرار فتكون نتيجة التدخين موت هذه الشعيرات وموت خلاياها، وهذا بالتأكيد يؤدي إلى تراكم المواد الغريبة والسامة، فيؤثر على حركة الانسان ولياقته، حيث أن الانسان المدخن يعاني من الاغراض التالية

عند ممارسته النشاط البدني: التعب والارهاق الشديد، السعال الزمن، انعدام لياقته أثناء اللعب، التعرق الشديد وفقدان طاقته المختزلة في دقائق معدودة، اعياء الجهاز العضلي وفقدان كميات كبيرة من السكر المحفوظ في الخلايا. (قبلان أحمد، الجبور ماضي، 2014، ص-ص 224، 225)

6.10 الممارسة الرياضية والعنف: بات العنف في المجتمعات الحديثة ظاهرة سلوكية عامة ومنتشرة فلم يعد مقتصرًا على الافراد والجماعات فقط، بل مس جميع الفئات دون استثناء، ونظرًا لأن العنف كذلك أضحي ظاهرة مشتركة ومتشابكة بين مختلف التخصصات وعلى راسها علم النفس وعلم الاجتماع، سعى الباحثون والمتخصصون لمحاولة رصد هاته الظاهرة والبحث في أساليب صدها ومواجهتها، خاصة بعد تقييدها في الوسط التربوي وداخل المؤسسات التربوية، ومن بين هاته الاليات الممارسة الرياضية، هاته الاخيرة التي تكسب الفرد بالإضافة الى قوة في العقل والبدن، فهي تجعله يتحكم في غضبه وانفعالاته، تعلمه المسامحة وتقبل الفشل كما النجاح، تبعده عن كل مظاهر العدوان وتملاً وقت فراغه، كما أن الممارسة الرياضية تنبذ العنف فهي تجعل الرياضي يتمتع بالروح الرياضية العالية، والتي تجعله دائماً في مزاج جيد، هذا وتؤكد العديد من الدراسات أن الرياضيين الذي يختارون الفنون القتالية والكاراتيه هم أكثر الافراد ميلاً إلى المسامحة والتحلي بالصبر والثقة بالنفس.

7.10 التحديات التي تواجه الممارسة الرياضية بالمؤسسات التربوية: تواجه المؤسسات التربوية خاصة في المجتمعات النامية العديد من التحديات، خاصة مع ازمتها الاقتصادية والسياسية والاجتماعية المختلفة، فيصعب عليها توفير مختلف الاليات والأجهزة الرياضية المختلفة ووسائل نقل الرياضيين للمشاركة في مختلف المناسبات والبطولات، بالإضافة إلى عدم موجود مدخول خاص بإجراء المنافسات، واقتناء الجوائز واللبسة الرياضية، هذا بالإضافة إلى عدم مشاركة أولياء التلاميذ في دعم انضمام الابناء إلى مختلف النشاطات الرياضية، خاصة الفتيات في السنوات الاخيرة، وهذا راجع لعدم ادراكهم لأهمية الرياضة في تنمية قدرات ابناءهم العقلية الجسدية، خاصة في فترة المراهقة.

8.10 فوائد الممارسة الرياضية: يؤكد الباحث محمد سلامة غباري أن الرياضة والانشطة الرياضية تمارس على مدى واسع كوسيلة لمنع وعلاج الانحراف، وقد زاد الاعتقاد الآن في أن الرياضة بطرقها المختلفة تستطيع منع الانحراف، أو إعادة اصلاح المنحرفين، بالإضافة إلى كونها وسيلة فعالة لمنع السأم والملل في بيئة صحية مناسبة كنوع من أنواع العلاج، ويتم ذلك من خلال المؤسسات الرياضية التي تستثمر الميزات الرياضية ومالها من انعكاس على القيم التي يستحيب لها المنحرفون بما يؤثر على البناء الاجتماعي، وعن طريق المشاركة في الانشطة الرياضية البدنية يتعلم أعضاء الفريق الاعتماد على النفس، والاخلاق الرياضية، التي تجعل كل فرد يتقبل الفوز كما يتقبل الهزيمة بروح رياضية (غباري، 2016، 121)، ومن

أهم فوائد النشاط الرياضي :حياة صحية أفضل، تحسين اللياقة البدنية، اتزان القوام، التحكم بالوزن، عضلات وعظام أقوى، الشعور بالنشاط والحيوية، وقلة التوتر. (الحوشان، 2011، 46)

كما يضيف عبد السلام محمد الشناق أنه أثبتت دراسة بريطانية أن الاطباء يصفون ممارسة التمرينات الرياضية بشكل متزايد كعلاج لأولئك المصابين ببعض الأمراض، وذكرت الدراسة التي أجرتها مؤسسة الصحة العقلية، انهم يصفون التمارين الرياضية لأولئك الذين يعانون من الاكتئاب المتوسط (الشناق، 2012، ص 21) وبالتالي يمكننا التأكيد أن الممارسة الرياضية لها العديد من الفوائد التي تتعدى تقوية البدن فقط، بل أصبحت توصف لعلاج بعض الامراض المستعصية وأثبتت بجدارة نجاعتها، كما أنها تمنى قدرات الابناء وتبعدهم عن الانحراف والادمان.

11- عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

فيما يخص الاجابة عن التساؤل الأول: هل للممارسة الرياضية دور في التقليل من الانحراف؟

- أكد جميع الباحثين أن الممارسة الرياضية تقضي على أوقات الفراغ، الذي يكون السبب الأول في أغلب الاحيان وراء انحراف التلاميذ.
- أجاب جميع الباحثين أن الممارسة الرياضية تسمح للتلميذ بتقدير ذاته وتمنعه من الدخول في حالات الاحباط والاكتئاب.
- أكد جميع الباحثين أن الممارسة الرياضية تعالج التلميذ من جميع ضغوطه النفسية، وتبعده عن الانفعال.

وبالتالي ومن خلال ما سبق نجد أن للممارسة الرياضية دور في التقليل من الانحراف.

أما التساؤل الثاني: هل للممارسة الرياضية دور في التقليل من العنف؟

- أكد جميع الباحثين أن الممارسة الرياضية تجعل التلميذ يتعلم المشاركة الجماعية ويتحلى بالروح الرياضية والتي تحمل روح المنافسة الشريفة وتقبل الهزيمة كما النجاح.
- أجاب جميع الباحثين أن الممارسة الرياضية ومن خلال الاشتراك بالاندية الرياضية والرياضات الجماعية تبعد التلميذ عن جماعات رفقاء السوء.
- أكد جميع الباحثين أن الممارسة الرياضية يمكن أن تكون متنفسا للتلميذ الذي يهرب من واقعه (الأسري غير السوي أو الصحي) كالاسر المفككة أو غياب أحد الوالدين أو كليهما أو بسبب الفقر والعوز وغيرها).

– أجاب جميع المبحوثين أن الممارسة الرياضية تدخل التلميذ في علاقات اجتماعية وتتمى لديه روابط صداقة وزمالة وأخوة بين منافسيه وزملائه في مختلف الأنشطة الرياضية وحتى مع المدرسين والمدرسين.

– أكد أغلب المبحوثين أن الممارسة الرياضية تمنح التلميذ الشعور بالحرية والراحة والاسترخاء.

وكانت الاجابة عن التساؤل الثالث حول: هل للممارسة الرياضية دور في التقليل من تعاطي

التدخين والمهلوسات؟

– أجاب جميع المبحوثين أن الممارسة الرياضية تعمل على اخراج التلاميذ من دائرة الادمان.

– أكد جميع المبحوثين أن الممارسة الرياضية تجعل الرياضي يتوقف عن تعاطي التدخين وأي مسكر آخر أو عقاقير لأن جسد الرياضي الذي يمارس التمارين الرياضية لا يمكن أن يتحملها إلا الجسم السليم الذي لا يتعاطى، فالتدخين الذي يضر الرئتين بالدرجة الأولى لا يمكن من يتعاطاه أن يقوم بأي تمرين رياضي دون تعب أو إرهاق مرفوقا بالسعال والعرق في أبسط الرياضات والأنشطة.

– أجاب أغلب المبحوثين أن الممارسة الرياضية ومن خلال مختلف الأنشطة الرياضية والمنافسات التي تملأ وقت الفراغ لا تسمح للتلميذ أن ينخرط في أي جماعة سوء، كما أن مبادئ الرياضي وشروط أغلب المنافسات تقصي المدمنين وتمنعهم من المشاركة في أي تظاهرة رياضية أو منافسة.

وبخصوص نتائج المقابلة مع مدير المدرسة، والذي أجابنا بخصوص نوع الممارسة الرياضية التي يمكن أن تواجه أي نوع من الآفات الاجتماعية: فالتلاميذ العنيفين مثلا يحاول الاساتذة وفي مقدمتهم المدير توجيههم نحو الرياضات القتالية، فهي تنمي لديهم روح ومبادئ تمنعهم من استخدام العنف من جهة ومن جهة أخرى يخرج التلميذ العنيف من خلالها كل مكبوتاته وانفعالاته. أما التلميذ المنحرفين يمكن اصلاحهم من خلال انخراطهم في الرياضات الفكرية كالشطرنج والتنس والجري وكرة القدم حسب اختيار التلميذ وميله المهم أن يملأ أوقات فراغهم قدر المستطاع، ومشاركتهم في مختلف المنافسات والبطولات داخل المؤسسة وخارجها، وبالتالي نجعل لهم هدفا يصبون إلى تحقيقه والسعي إليه، والابتعاد عن شلة الانحراف ورفقاء السوء. في حين أن التلميذ الذي يتعاطى التدخين أو المهلوسات، فالرياضة يمكن أن تكون الحل الامثل لإدمانه، ولا يهم نوع الرياضة المهم أن يكون هو من يختارها، ويجبها لأنه إذا تعلق بها يصل إلى نقطة يختار بين الادمان التعاطي وبين رياضته المفضلة، فيصلح حاله. وأعطانا المدير مثالا حيا على دور

الممارسة الرياضية في التقليل من مختلف الآفات الاجتماعية داخل مؤسسته التربوية، فقبل أيام من المولد النبوي السابق، قام بإقامة مسابقات بين الاقسام في كل سنة، على شكل منافسات رياضية مختلفة، وانشغل التلاميذ بالمسابقات عن التحضير لرمي المفرقات على البنات في الفناء، ومر المناسبة دون أي مشاكل.

وبالتالي فالرياضة المدرسية تنمي النضج الانفعالي لدى التلاميذ والمراهقين خاصة، تعلمهم الاعتماد على النفس والثقة، كما أنها النشاط الأمثل لقضاء وقت الفراغ، كما أن تعلم قوانين مختلف الرياضات والالعاب ينمي العقل، ويكسب الرياضي الخبرة اللازمة لتحقيق الهدف في الرياضة وفي دراسته وفي حياته فيما بعد، وبالتالي فالممارسة الرياضية تكسب الفرد عامة والتلميذ خاصة: الصحة الجسدية والعقلية والنفسية وتعلمه كيفية المحافظة عليها.

12- خاتمة :

لطالما أثبتت الرياضة عامة والممارسة الرياضية خاصة نجاعتها في تقوية الجسم والعقل على حد سواء، إلا أن أهميتها وفوائدها ازداد مع تطور الدراسات التربوية والنفسية التي أكدت على دور الممارسة الرياضية في القضاء والتقليل من العديد من الظواهر الاجتماعية السلبية التي أثقلت كاهل المجتمع، وأخرت تطوره وتقدمه ومن أمثلتها الانحراف والعنف وتعاطي التدخين والمخدرات والمهلوسات، خاصة في الوسط التربوي، وقد خرجنا من دراستنا هاته بعدة مقترحات نذكر منها:

- تشجيع ودعم الاسرة لأبنائها اتجاه الممارسة الرياضية.
- توعية الأسرة لأهمية الممارسة الرياضية للأبناء المتدربين خاصة من هم في مرحلة المراهقة، خاصة شغل وقت الفراغ والعمل على افرغ شحناتهم الزائدة وتقوية بنيتهم الفكرية والجسدية.
- توفير كافة المنشآت والوسائل الرياضية للممارسة الجيدة والأمنة للنشاط الرياضي.
- العمل على ترغيب الممارسة الرياضية عند المراهقين من خلال الاساتذة والمدرسين الرياضيين المتخصصين في المؤسسات التربوية.
- العمل الثنائي بين الاخصائي النفسي والإطار الرياضي للاهتمام بمشاكل المراهقين ومتابعتهم داخل وخارج المؤسسة التربوية ومساعدتهم على حل مشكلاتهم عن طريق الممارسة الرياضية.
- تشجيع مختلف التظاهرات الرياضية داخل المؤسسات الرياضية وخارجها.

13- قائمة المراجع

- أنور، أمين الخولي. (1996) الرياضة والمجتمع. العدد 216. الكويت :سلسلة عالم المعرفة.

- بن سليمان الحوشان، عبد العزيز. (2011) الرياضة والوقاية من الجريمة. بيروت: منشورات الحلبي الحقوقية.
- بيسيوني، ياسين الشاطي. (2001) نظريات وطرق التربية البدنية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- محمد لشناق، عبد السلام. (2012) رياضات الألعاب الجماعية. الأردن: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- قبلان، أحمد صبحي، الجبور، نايف مفضي. (2014) التربية الرياضية. الاردن: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- كركوش، فتيحة. (2012) ظاهرة انحراف الأحداث في الجزائر. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- نصر الدين، جابر. (ب ت). السلوك الانحرافي والاجرامي. الجزائر: منشورات جامعة منتوري قسنطينة.
- محمد غباري، محمد سلامة. (2016) انحراف الأحداث. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- سيد عبد الله، معتز. (2009) العنف في الحياة الجامعية. القاهرة: دار غريب للنشر والتوزيع.
- غريب، عبد الكريم. (2012) منهج البحث العلمي في علوم التربية والعلوم الانسانية. الدار البيضاء : منشورات عالم العربية.
- ماتبوز، بوب، روس، ليز. (2016) الدليل العملي لمناهج البحث في العلوم الاجتماعية. تر. محمد الجوهري. القاهرة: المركز القومي للترجمة.