

## دور التربية البدنية والرياضية في تكوين السمات الشخصية لدى تلاميذ الطور الثانوي The role of physical education and sport in creating personality traits for secondary school pupils

بوعبد الله يوسف<sup>1</sup>\*

<sup>1</sup> معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، جامعة ورقلة (الجزائر) [Youc12@gmail.com](mailto:Youc12@gmail.com)

تاريخ الاستقبال: 2020/05/31؛ تاريخ القبول: 2020/10/16؛ تاريخ النشر: 2021/06/30

**ملخص:** هدفت هذه الدراسة إلى معرفة دور التربية البدنية و الرياضية في تكوين السمات الشخصية لتلاميذ الطور الثانوي ، و قد شملت عينة الدراسة 126 تلميذ من الأقسام النهائية ل 5 ثانويات من بلدية المسيلة ، و تم اختيار العينة بشكل عشوائي ، و اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي مستخدمين استمارة استبيان كأداة للدراسة . و خلصت الدراسة إلى أن التربية البدنية ترسخ السلوكيات الإيجابية و الأخلاق الحميدة و توفر فرص كثيرة للتواصل و تحسين العلاقات بين التلاميذ و كذا تبعدهم عن مختلف الآفات الاجتماعية ، و اقترحنا ضرورة توعية أفراد المجتمع بأن التربية البدنية والرياضية وسيلة تربوية تفيد التلاميذ في الكثير من المجالات .  
**كلمات مفتاحية:** التربية البدنية والرياضية ، السمات الشخصية ، مرحلة المراهقة

**Abstract:** This study aimed to know the role of physical education and sport in forming the personal characteristics of secondary school pupils. The study sample included 126 students from the final sections of 5 high schools from the municipality of Al-Messila, and the sample was randomly chosen, and we relied in our study on the descriptive approach using A questionnaire as a study tool.

The study concluded that physical education establishes positive behaviors and good morals and provides many opportunities for communication and improving relations between students as well as keeping them away from various social ills, and we suggested the need to educate community members that physical and sports education is an educational tool that benefits students in many areas.

**Keywords:** Physical education and sports, Personality traits, Adolescence.

### 1- مقدمة :

النظام التربوي في الجزائر سعى إلى مواكبة التطور و التغيير الفكري في العالم باستحداث عدة طرق و بيداغوجيات حديثة مع الحفاظ على التراث الثقافي الوطني و القيم الأخلاقية و هذا في كل المواد التعليمية التي يكتسبها الطفل من أجل أن يكون مواطن قادر على رفع التحديات .

و بهذا تلتقي النداءات التربوية بضرورة عودة المؤسسة التعليمية إلى ممارسة دورها في التعليم إلى جانب ترسيخ القيم الحضارية للمجتمع ، لأن كل البلدان ترى في المدرسة مؤسسة إجتماعية تعمل على صياغة المجتمع ، و ذلك بالحفاظ على ثقافته و قيمه كما تعمل في الوقت

\* المؤلف المرسل .

نفسه من أجل تجديده ، و ذلك عن طريق استيعاب ما وصلت إليه الحضارة الإنسانية من رقي و تقدم في مجالات مختلفة ، مثل العلوم و التكنولوجيا و وسائل الاتصال . ( سلوم ، جمل : 2009 ، 19-20 )

و من المواد الضرورية في المدرسة الجزائرية نجد التربية البدنية و الرياضية التي تحظى باهتمام كبير من طرف العلماء و الباحثين لما تحويه من أهداف و غايات تساعد على إعداد الفرد إعدادا شاملا و سليما لجميع جوانب شخصيته سواء العقلية أو النفسية أو الاجتماعية ، فقد تعدت قيمتها فكرة البعض على أنها وسيلة للترفيه و سد الفراغ ، و على أنها تشمل فقط ألعاب تعمل على إعاقة المواد الأخرى ، و أصبحت وصفا لحل الكثير من المشاكل و اجتياز العراقيل التي يتعرض لها الفرد في الكثير من الميادين ، يقول الدكتور سعد زغلول بأن " التربية البدنية و الرياضية تهتم بأنشطتها المختلفة بتعليم القيم بحكم طبيعتها و أهدافها باعتبارها مادة دراسية تشارك في الإعداد للمواطنة السليمة ، فالتربية البدنية و الرياضية دراسة للطبيعة البشرية في مواقف متعددة . ( زغلول : 2005 ، 60 )

و بالموازاة مع ذلك نجد التنشئة الاجتماعية باختلاف مؤسساتها تلعب دور كبير في إعداد الفرد ، و توجيهه توجيها سليما يتناسب مع قيم و معتقدات مجتمعه ، فهي عملية مستمرة مدى الحياة ، و تشمل جميع شرائح المجتمع و جميع الفترات العمرية للفرد . و الأسرة باعتبارها المسؤول الأول على تنشئة و تربية أبنائها تجد صعوبة في إكمال و إتمام مهامها على أحسن وجه ، نظرا للتغيرات التي آلت إليه مجتمعاتنا و كذا الضغوطات و المشاكل التي تتخبط فيها ، إلا أن من حسن حظها وجود المدرسة التي تعتبر الأسرة الثانية في تنشئة و إعداد الأبناء بما يتلائم مع قيم و احتياجات المجتمع ، فهي الأداة الأساسية لدفع عمليات التغيير الاجتماعي و الاقتصادي ، و المؤسسة الثانوية لها مسؤولية أكبر لكونها تمس شريحة هامة و حساسة في المجتمع ، ألا و هي شريحة المراهقين التي تحتاج إلى العناية و التوجيه و التفهم .

و تعتبر فترة المراهقة من أعقد و أصعب المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان نظرا للتغيرات السريعة التي تطرأ على شريحة هذه الفترة سواء النفسية أو الجسمية أو العاطفية ... الخ ، مما ينجر عن ذلك ظهور الكثير من المشاكل و الأزمات لديهم ، و هذا ما يبرز الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية و الرياضية في التقليل و التخفيف من ضغوطات و عراقيل المراهقين ، و كذا إرشادهم نحو الطريق الصحيح و السليم لما يخدم مصالحهم و مصالح المجتمع و البلاد ، و ذلك لما تحويه هذه الحصة من امتيازات مقارنة بالمواد الأخرى .

## 2-الإشكالية

تعد الرياضة أحد الأنشطة المهمة فلا يكاد يخلو مجتمع من المجتمعات الإنسانية من شكل من أشكال الرياضة بغض النظر عن درجة تقدم أو تخلف هذا المجتمع ولقد عرفها الإنسان عبر عصوره وحضاراته المختلفة وإن تفاوتت توجهات كل حضارة بشأنها فبعض الحضارات اهتمت بالرياضة لاعتبارات عسكرية سواء كانت دفاعية أو توسعية والبعض الآخر مارس الرياضة لشغل أوقات الفراغ وكشكل من أشكال الترويح بينما وظفت الرياضة في حضارات أخرى كطريقة تربوية حيث فطن المفكرون التربويون القدماء إلى إطار القيم التي تحفل بها الرياضة وقدرتها الكبيرة على التنشئة والتطبيع وبناء الشخصية الاجتماعية المتوازنة ناهيك عن الآثار الصحية التي ارتبطت منذ القدم بممارسة الرياضة وتدريباتها البدنية . ( الخولي ، 1996 ، ص 05 )

ولقد ظهرت الرياضة في العصر الحديث أكثر أهمية من خلال ربطها مع مختلف العلوم لتزداد بذلك مكانتها وقيمتها في إكساب الفرد معارف ومقومات إيجابية جديدة تساعد على أن يكون فردا صالحا في المجتمع فنأدى أغلب العلماء والباحثين معظم الدول بضرورة وضع مناهج وبرامج تعليمية تحقق هذه الغايات عن طريق المؤسسات التربوية التي تساهم في إعداد مجتمع واعي ومتعلم وقادر على الرقي والتقدم

من خلال المواد التعليمية المقترحة التي من بينها التربية البدنية والرياضية حيث أدرجت كنظام تربوي له أهدافه التي تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسط تربوي يتميز بمصائل تعليمية وتربوية هامة .

وبذلك يستفيد المجتمع من الحصائل الاجتماعية والتربوية للتربية البدنية والرياضية في تكوين الفرد اجتماعيا والعمل على تنشئته من خلال معطيات الأنشطة الرياضية كما تعمل أيضا على تطوير الفرد فنيشأ متفهما لأبعادها متبنيا اتجاهات إيجابية نحوها مكتسبا قدرا من المهارات الحركية التي تكفل له ممارسة رياضية أو ترويحية مفيدة وممتعة خلال حياته مما يساعد على بناء وتكامل التربية العامة والتي تهدف إلى بناء وإعداد المواطن الذي يتطلع إليه مجتمعنا المسلم ، ومن هنا نطرح التساؤل التالي:

- هل للتربية البدنية و الرياضية دور في تكوين السمات الشخصية لتلاميذ الطور الثانوي ؟  
الأسئلة الجزئية :

- هل للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الناحية النفسية لتلاميذ الطور الثانوي ؟

- هل للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الناحية الاجتماعية لتلاميذ الطور الثانوي ؟

**الفرضية العامة :** للتربية البدنية والرياضية دور في تكوين السمات الشخصية لدى تلاميذ الطور الثانوي  
**الفرضيات الجزئية :**

- للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الناحية النفسية لتلاميذ الطور الثانوي .

- للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الناحية الاجتماعية لتلاميذ الطور الثانوي .

### 3-أهداف الدراسة :

- إبراز الدور الهام الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تكوين السمات الشخصية للتلاميذ .
- إبراز دور التربية البدنية والرياضية في اكتساب المراهق قيم تساهم في بناء مجتمعه.
- إبراز دور التربية البدنية و الرياضية في التطوير من شخصية المراهق .

### 4- أهمية الدراسة:

- تصحيح المفهوم الخاطئ لبعض الفئات التي تعتبر التربية البدنية والرياضية مضيعة للوقت ومادة زائدة ضمن البرنامج التربوي الشامل .
- تسليط الضوء على الأهمية النفسية والاجتماعية والتربوية لحصة التربية البدنية والرياضية ودورها في التقليل من مشاكل المراهقين في المرحلة الثانوية .

### 5- المفاهيم و المصطلحات:

**5-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية :** "هي تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني الرياضي بالاعتماد على

تأثير كل معطيات العلوم الحديثة ( البيولوجيا , علم الوراثة , علم وظائف الأعضاء الداخلية , علم النفس , ... ) وترمي إلى تكوين الفرد تكوينا متكاملًا من الناحية الحسية الحركية والاجتماعية العاطفية والمعرفية " ( بوسكرة ، 2005 ، ص 07 )

و من تشيكوسلوفاكيا السابقة يبرز تعريف كوبسكي كوزليك KOPESKY KOZLIK : "التربية البدنية و الرياضية جزء من التربية العامة , هدفها تكوين المواطن بدنيا وعقليًا وانفعاليًا واجتماعيًا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف " ( الخولي ،

2001 ، ص 35 )

**إجرائيا :** هي تلك العملية المتكاملة بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و تلاميذ الأقسام النهائية في المدارس الثانوية لبلدية المسيلة ، بحيث يمارس فيها التلاميذ نشاطات رياضية متنوعة بغرض تنمية الجوانب النفسية و الحركية و الاجتماعية و المعرفية و الأخلاقية.

### 5-2-2- السمات الشخصية :

#### 5-2-1- الشخصية:

**أ- لغة:** تشتق كلمة الشخصية من اللغة اليونانية "Persona"، و هو عبارة عن القناع الذي يضعه الممثلون على وجوههم أثناء القيام بدور مسرحي.

**ب- إصطلاحا:** تعني الشخصية التكامل النفسي و الاجتماعي للسلوك عند الإنسان و تغيير عادات الفعل و الشعور و الاتجاهات و الآراء عن هذا التكامل. ( السيد ، الزعلاوي : 1994 ، ص 65 )

عبارة عن نتيجة التفاعل و تكامل و انتظام في الصفات و الوظائف المختلفة في وحدة واحدة سواء كانت داخلية أو خارجية لسلوك الفرد. ( رمضان محمد ، 1993 ، ص 24 )

#### 5-2-2- السمة :

عرفها (ريموند كاتل) بأنها: "مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح لهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها بنفس الطريقة في معظم الأحيان". ( هولج لندري : 1971 ، 276 )

أما (جون ألبرت) عرف السمة بأنها : "نظام نفسي عصبي مركزي عام يخص بالفرد ويعمل على جعل المثبرات المتعددة متساوية وظيفيا ، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري". ( غنيم : 1975 ، 75 )  
و من خلال هذه التعريفات تعرف السمات الشخصية على أنها الصفات التي تحدد شخصية الفرد من الناحية النفسية و الاجتماعية و الثقافية و العلمية ، و تظهر في تصرفاته و سلوكياته و مواقفه ، سواء عند أداءه لعمل ما أو أثناء مزاولته دراسته في المدرسة ، أو ممارسته للأنشطة الرياضية .

#### 5-3- مرحلة المراهقة :

ينتقل الطفل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد عبر فترة المراهقة وتستغرق هذه الفترة حوالي ثماني سنوات من عمر الإنسان (11-18 سنة)، ويحدث خلال هذه الفترة تغيرات نمائية لا تقتصر وقائعها ومظاهرها على الجانب الجسمي فقط بل تمتد هذه التغيرات ويتسع نطاقها بحيث تتناول الجوانب النفسية والاجتماعية أيضا ( راتب ، 1999 ، ص 131) و تعرف المراهقة على أنها فترة الحياة الواقعة بين البلوغ والنضج وتتميز بتغيرات جسمية ونفسية ملحوظة كالحساسية الزائدة والوقوف على القيم المجردة بحيث يصبح هناك اهتمام بالمظهر والدين. ( العيسوي ، 2002 ، ص 36 )

#### 6- إجراءات الدراسة الميدانية:

**6-1- الدراسة الاستطلاعية :** قمنا بالتوجه إلى بعض ثانويات بلدية المسيلة و أجرينا مقابلات مع بعض التلاميذ ووزعنا الاستبيان الأولي على عينة مقدرها ( 20 تلميذا ) خارج عينة الدراسة بثانوية صلاح الدين الأيوبي ، و كان الهدف من ذلك معرفة استيعاب و فهم التلاميذ لبنود الاستبيان و أيضا أخذ نظرة معمقة حول مدى معرفتهم بأهداف التربية البدنية و الرياضية و مساهمتها في تنمية بعض عناصر التنشئة الاجتماعية .

**6-2- المنهج المتبع في الدراسة :** اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي لأنه هو المنهج العلمي المناسب لمثل هذه الدراسات التي تصف و تحلل الظاهرة المراد دراستها .

**6-3- أدوات الدراسة :**

**6-3-1- الاستبيان :** استعملنا في دراستنا أداة الاستبيان حيث قمنا ببناءه اعتمادا على الدراسات السابقة و آراء الأستاذة المتخصصةين ، طرحنا في هذا الاستبيان الأسئلة بالشكل التالي: 08 أسئلة على التلاميذ منها المغلقة ومنها المفتوحة وكذلك النصف مفتوحة .

**7- الخصائص السيكومترية للأداة :**

**- ثبات الأداة :** يقصد بالثبات دقة المقياس أو اتساقه . ( أبو علام : 2004 ، 429 ) و من أجل التأكد من ثبات الاستبيان و صلاحيته لقياس ما صممت من أجله ، استعمل الباحث لحساب الثبات معامل ألفا كرونباخ حيث بلغ ( 0.785 ) و هذه القيمة تقترب من الواحد الصحيح ، و هذا ما يدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث لتطبيقها على عينة الدراسة ، و بالتالي إمكانية الاعتماد على نتائجها .

**- صدق الأداة :** يقصد بالصدق " شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية ، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمه " . ( صابر و خفاجة ، 2002 ، ص 167-168 )

**أ- صدق المحكمين :**

وللتأكد من صدق الأداة قمنا بتوزيع الاستبيان الأولي على مجموعة من الأساتذة ذوي الاختصاص و الخبرة عددهم 05 أساتذة ، وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظمهم حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر .

**ب- الصدق الذاتي للأداة :**

في بعض الأحيان يستخرج الصدق من الثبات، لوجود ارتباط قوي بين صدق الاختبار و ثباته، و أن الاختبار الصادق يكون دائما ثابتا، فعندما نحصل على ثبات اختبار لأنه يمكن استخراج أعلى معدل للصدق يمكن الوصول إليه .

صدق الاستبيان =  $\sqrt{\text{ثبات الاستبيان}}$  . ( الطيب : 2000 ، 212 )

و بما أن معامل الثبات يساوي ( 0.785 ) ، نحسب معامل صدق الاستبيان و ذلك بتطبيق المعادلة المذكورة سابقا ، و منه نحصل على معامل صدق يقدر بـ ( 0.886 )، أي أن الاستبيان يتمتع بقدر كبير من الصدق .

**7-4- مجتمع و عينة الدراسة :** و يمثل مجتمع الدراسة في بحثنا هذا تلاميذ و تلميذات الأقسام النهائية في المرحلة الثانوية ببلدية المسيلة .

● **عينة الدراسة :** تمثل عينة الدراسة تلاميذ الأقسام النهائية من 05 ثانويات ببلدية المسيلة قدر عددهم بـ 126 تلميذ و تلميذة ، وتم اختيار أفراد العينة من المؤسسات التربوية ( الثانويات ) عشوائيا حسب التوزيع الجغرافي لبلدية المسيلة و يوضحها الجدول التالي :

الثانويات	مكان تواجدها	عدد الاستثمارات	القسم
-----------	--------------	-----------------	-------

	الموزعة		
ثانوية عبد الله بن مسعود	المسيلة	25	3آف1
ثانوية أحمد بن أغلب التميمي	المسيلة	25	3ع تج 2
ثانوية عبد المجيد مزيان	المسيلة	26	3ع تج 2
ثانوية أحمد بن محمد يحيى المقرئ	المسيلة	25	3آف 2
متقنة عبد المجيد علاهم	المسيلة	25	3 تق ر 1
المجموع	05	126	

الجدول (01-أ) : يمثل توزيع الثانويات و مكان تواجدها و عدد المقاييس الموزعة .

- المجال الزمني : قمنا بانجاز هذا البحث بين 10 أبريل 2016 إلى غاية 12 ماي 2016 بجانبه النظري و التطبيقي .

- المجال المكاني : قمنا بإجراء البحث الميداني على مستوى 05 ثانويات التي تم اختيارها في بلدية المسيلة و هي كالتالي :

- ثانوية عبد المجيد مزيان
- متقنة عبد المجيد علاهم
- ثانوية عبد الله بن مسعود
- ثانوية أحمد بن أغلب التميمي
- ثانوية أحمد بن محمد يحيى المقرئ

8- تحليل و مناقشة نتائج الاستبيان :

8-1- تحليل نتائج الفرضية الأولى التي تنص على : لخصّة التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الناحية النفسية لتلاميذ الطور الثانوي .

السؤال الأول : كيف تكسبك ممارسة التربية البدنية و الرياضية الثقة بالنفس ؟

النسب المئوية	التكرارات	العينة	الإجابات
32.54 %	41	من خلال التفوق على الزملاء	
50 %	63	من خلال تشجيع الأستاذ	
17.46 %	22	من خلال أخذ علامة جيدة	
100 %	126		المجموع

الجدول رقم (01) : يمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ الذين يكتسبون الثقة بالنفس من خلال ممارسة التربية البدنية و الرياضية

تحليل و مناقشة النتائج : من خلال تحليلنا لإجابات أفراد العينة اتضح لنا أن هناك ( 63 ) تلميذ أي ما يعادل نسبة ( 50 % ) يرون

أن ممارسة التربية البدنية و الرياضية تكسبهم الثقة بالنفس من خلال تشجيع الأستاذ ، بينما نجد أن (41) تلميذ أي بنسبة ( 32.54 )

(%) اعتبروا أن التفوق على الزملاء يكسبهم الثقة بالنفس ، و بالمقابل نجد أن ( 22 ) من أفراد العينة أي ما يعادل نسبة ( 17.46 %) اعتبروا أخذ علامة جيدة في التربية البدنية و الرياضية تكسبهم الثقة بالنفس ، و تترجم هذه النتائج للدور الذي يلعبه أستاذ التربية البدنية و الرياضية في تشجيع التلاميذ و اعطائهم الثقة بالنفس و كذلك لأهمية التنافس بين التلاميذ في زرع الثقة بالنفس لديهم مما ينعكس على دورهم الايجابي في المجتمع .

**السؤال الثاني :** ماذا تشعر عند ممارستك لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟

النسب المئوية	التكرارات	العينة الإجابات
%73.81	93	الراحة النفسية
% 02.38	03	القلق
%23.81	30	الفرح و السرور
% 100	126	المجموع

**الجدول رقم 02 :** يمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ حول إحساسهم عند ممارستهم لحصة التربية البدنية و الرياضية

**تحليل و مناقشة النتائج :** من خلال ملاحظتنا للنسب المدونة أعلاه نجد أن النسبة الأكبر من التلاميذ و تقدر بـ ( 73.81 %) يشعر

يشعرون بالراحة النفسية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية ، بينما نجد أن نسبة ضئيلة جدا من التلاميذ و تقدر بـ ( 02.38 % )

يشعرون بالقلق أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية ، و نسبة ( 23.81 %) من التلاميذ يشعرون بالفرح و السرور أثناء ممارستهم لحصة التربية البدنية و الرياضية .

و في دراسة سابقة لوقاف حمزة و آخرون تحت عنوان " الآثار النفسية و الاجتماعية في العلاقات بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و

التلاميذ و التلاميذ فيما بينهم في المرحلة الثانوية " أثبتت أن أغلب التلاميذ يشعرون بالنشاط و الحيوية ( 68 %) و الراحة النفسية (

28 %) عند ممارستهم للنشاط الرياضي ، و هذا ما يؤثر إيجابا على الحالة النفسية للتلاميذ و ما يفسر دور حصة التربية البدنية و

الرياضية في التقليل و التخفيف من مشاكلهم و ضغوطاتهم .

**السؤال الثالث :**

**الجزء الأول :** هل ممارستك لحصة التربية البدنية و الرياضية تكسبك التحكم في الانفعالات ؟

النسب المئوية	التكرارات	العينة الإجابات
%71.43	90	نعم
%28.57	36	لا
% 100	126	المجموع

**الجدول رقم 03 :** يمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ حول ما اذا كانت ممارستهم للتربية البدنية و الرياضية لها دور في إكسابهم التحكم في الانفعالات

**تحليل و مناقشة النتائج :** انطلاقا من نتائج الجدول المدونة أعلاه نجد أن نسبة ( 71.43 %) من أفراد العينة ترى أن ممارستهم لحصة التربية البدنية و الرياضية تكسبهم التحكم في انفعالاتهم ، بينما نجد أن نسبة (28.57 %) من التلاميذ يرون أن ممارستهم لحصة التربية البدنية و الرياضية لا تكسبهم التحكم في الانفعالات.

و في دراسة لوقاف حمزة و آخرون تحت عنوان " الآثار النفسية و الاجتماعية في العلاقات بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و التلاميذ و التلاميذ فيما بينهم في المرحلة الثانوية " و بالتحديد في سؤالهم التالي : هل التربية البدنية و الرياضية تساعدك على التخلص من القلق و الاضطراب ؟ أثبتت أن أغلب التلاميذ أو ما نسبتهم (93.80 %) أكدوا أن لها دور كبير في التخلص من الاضطرابات النفسية. و هذا ما يفسر بأن لحصة التربية البدنية و الرياضية دور كبير في اكتساب التلاميذ التحكم في انفعالاتهم .

### الجزء الثاني من السؤال الثالث : اذا كانت اجابتك بـ " نعم " فكيف ؟

من خلال الاطلاع على إجابات التلاميذ و بعد فرزها حصلنا على عدة تفسيرات تتركز على أهم أهداف التربية البدنية و الرياضية فيما يخص الجانب النفسي و الانفعالي نذكر من بينها :

- ◀ تناسي القلق و المشاكل الشخصية بين التلاميذ .
  - ◀ التسامح مع الزملاء في حال أخطئوا في حق بعضهم البعض .
  - ◀ تفادي سرعة الغضب و التحكم في الأعصاب و عدم الترفزة .
- و هذا ما يفسر دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تفادي التلاميذ للانحرافات الأخلاقية و التحلي بالروح الرياضية و التسامح و الابتعاد عن الغضب و الاندفاع البدني و التهور ، و بالتالي فهي تجعل التلميذ يتحكم في أعصابه و انفعالاته و تنمي من شخصيته و تخفف من ظاهرة العنف و السلوك العدواني للمراهقين .

### مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

تنص الفرضية أن لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية النواحي النفسية لتلاميذ الطور الثانوي ، وللتأكد من صحة أو نفي هذه الفرضية قمنا بدراسة نتائج الاستبيان .

حيث نجد أن لأستاذ التربية البدنية و الرياضية دور رئيسي في إكساب التلاميذ الثقة بالنفس ، كما نجد أن أغلبية التلاميذ الذين يشعرون بالراحة النفسية و الفرح و السرور يفضلون ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية مع زملائهم مما يساهم في تطوير شخصيتهم و مواجهة مشاكلهم ، و هذا ما أكدوه و أيضا في تخلص التلاميذ أثناء ممارستهم لحصة التربية البدنية و الرياضية من الاضطرابات النفسية و تحكمهم في انفعالاتهم ، في حين أن بعض التلاميذ الذين يشعرون بالقلق و الاضطراب و لا يتحكمون في انفعالاتهم أثناء ممارستهم لحصة التربية البدنية و الرياضية يفضلون الانعزال و اللعب بمفردهم ، و هذا ما يؤكد أهمية ممارسة التربية البدنية و الرياضية في جعل التلميذ ذو شخصية متوازنة و متفتحة تستمتع بممارسة الأنشطة الرياضية في جو يسوده التعاون و التنافس .

و بعد عرض و تحليل و مناقشة النتائج نستنتج أن الفرضية الأولى التي تنص على : لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الناحية النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي قد تحققت .

8-2- تحليل نتائج الفرضية الثانية التي تنص على : لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الناحية الاجتماعية للتلاميذ الطور الثانوي .

**السؤال الرابع :** كيف تكسبك ممارسة التربية البدنية و الرياضية حب التعاون مع الآخرين ؟

النسب المئوية	التكرارات	العينة الإجابات
72.22 %	91	من خلال اللعب مع الزملاء
27.77 %	35	من خلال المشاركة في تحقيق هدف الحصة
100 %	126	المجموع

**الجدول رقم 04 :** يمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ الذين يكتسبون حب التعاون مع الآخرين من خلال ممارسة التربية البدنية و الرياضية

**تحليل و مناقشة النتائج :** انطلاقا من نتائج الجدول المدونة أعلاه نجد أن هناك ( 91 ) تلميذ أي ما يعادل نسبة ( 72.22 % ) يرون أن ممارسة التربية البدنية و الرياضية تكسبهم حب التعاون مع الآخرين من خلال اللعب مع الزملاء ، بينما نجد أن ( 35 ) تلميذ اعتبروا أن المشاركة في تحقيق هدف الحصة يكسبهم حب التعاون مع الآخرين أي بنسبة ( 27.77 % ) ، و هذا ما يفسر الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية و الرياضية في السماح للتلاميذ من اللعب مع الزملاء مما يكسبهم حب التعاون مع الآخرين .

**السؤال الخامس :** كيف تشعرك ممارسة التربية البدنية و الرياضية بروح المسؤولية ؟

النسب المئوية	التكرارات	العينة الإجابات
60.31 %	76	من خلال قيادة الفوج
39.68 %	50	من خلال مساعدة الأستاذ على سير الحصة
100 %	126	المجموع

**الجدول رقم 05 :** يمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ الذين يشعرون بروح المسؤولية من خلال ممارسة التربية البدنية و الرياضية .

**تحليل و مناقشة النتائج :** من خلال تحليلنا لإجابات أفراد العينة نجد أن نسبة ( 60.31 % ) تعتبر أن ممارسة التربية البدنية و الرياضية تشعركم بروح المسؤولية من خلال قيادة الفوج ، بينما نجد أن نسبة ( 39.68 % ) ترى بأن الشعور بالمسؤولية يأتي عن طريق مساعدة الأستاذ على سير حصة التربية البدنية و الرياضية ، و تترجم هذه النتائج على أن التدريب على القيادة في حصة التربية البدنية و الرياضية له دور كبير في شعور التلميذ بروح المسؤولية .

**السؤال السادس :** كيف تشعر ممارسة التربية البدنية و الرياضية بروح الانضباط ؟

النسب المئوية	التكرارات	العينة الإجابات
83.33%	105	من خلال تطبيق توجيهات الأستاذ
16.66%	21	من خلال الالتزام بقوانين المدرسة
100%	126	المجموع

**الجدول رقم 06 :** يمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ الذين يشعرون بروح الانضباط من خلال ممارسة التربية البدنية و الرياضية .  
**تحليل و مناقشة النتائج :** من خلال تحليلنا لإجابات أفراد العينة اتضح لنا أن نسبة ( 83.33% ) تعتبر أن ممارسة التربية البدنية و الرياضية تشعرهم بروح الانضباط من خلال تطبيق توجيهات الأستاذ ، بينما نجد أن نسبة ( 16.66% ) ترى بأن الشعور بالانضباط يأتي عن طريق الالتزام بقوانين المدرسة ، و تترجم هذه النتائج على أن توجيهات و نصائح أستاذ التربية البدنية و الرياضية لها دور كبير في شعور التلميذ بروح الانضباط .

**السؤال السابع :** كيف تفضل ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

النسب المئوية	التكرارات	العينة الإجابات
02.38%	03	وحدك
97.62%	123	مع الزملاء
100%	126	المجموع

**الجدول رقم 07 :** يمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ حول تفضيلهم لممارستهم لحصة التربية البدنية و الرياضية .  
**تحليل و مناقشة النتائج :** من خلال تحليلنا لإجابات أفراد العينة اتضح لنا أن هناك نسبة كبيرة من التلاميذ ( 97.62% ) تفضل ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية مع الزملاء ، في حين نجد نسبة ضئيلة جدا من التلاميذ ( 02.38% ) تفضل العزلة و ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية على انفراد .  
و في دراسة لوقاف حمزة و آخرون تحت عنوان " الآثار النفسية و الاجتماعية في العلاقات بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و التلاميذ و التلاميذ فيما بينهم في المرحلة الثانوية " أثبتت أن أغلب التلاميذ يفضلون ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية مع الزملاء (88.57% ) ، و نسبة ( 11.42% ) تفضل عكس ذلك .  
و هذا ما يفسر أن غالبية تلاميذ المرحلة الثانوية يفضلون ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية مع زملائهم و بالتالي اندماجهم مع الجماعة فهم يتمتعون بشخصية منبسطة و منفتحة ، عكس القلة القليلة منهم الذين يتسمون بالشخصية الانطوائية .

**السؤال الثامن :** هل أكسبتك ممارستك لحصة التربية البدنية و الرياضية الحرص على العناية بمظهرك و نظافتك ؟

النسب المئوية	التكرارات	العينة الإجابات
%88.88	112	نعم
%11.11	14	لا
% 100	126	المجموع

**الجدول رقم 08 :** يمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ حول ما اذا كانت حصة التربية البدنية و الرياضية عاملا مساعدا في حرص التلاميذ على العناية بالمظهر و النظافة .

#### تحليل و مناقشة النتائج :

من خلال تحليلنا لإجابات أفراد العينة اتضح لنا أن نسبة ( 88.88 %) من التلاميذ أجابوا بـ " نعم " أي أكدوا أن لحصة التربية البدنية و الرياضية دور كبير في حرصهم على العناية بمظهرهم و نظافتهم ، في حين نجد أن ( 11.11 %) من أفراد العينة أجابوا بـ " لا " أي اعتبروا أن حصة التربية البدنية و الرياضية ليس لها دور في عنايتهم بمظهرهم و نظافتهم . و تترجم هذه النتائج على أن حصة التربية البدنية و الرياضية تكسب التلاميذ الحرص على العناية بالمظهر العام و الحفاظ على نظافة الجسم مما ينعكس على مساهمتهم في نظافة محيطهم .

#### مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية أن لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الناحية الاجتماعية لتلاميذ الطور الثانوي ، وللتأكد من صحة أو نفي هذه الفرضية قمنا بدراسة نتائج الاستبيان .

حيث وجدنا أن لأستاذ التربية البدنية و الرياضية دور رئيسي في إكساب التلاميذ التحلي بروح الانضباط وكذا دور في شعور التلاميذ بروح المسؤولية من خلال السماح لهم بمساعدته على سير الحصة ، و كذلك من خلال اختيار بعضهم لقيادة الفوج ، و هذا لأن أستاذ التربية البدنية و الرياضية يعتبر حلقة وصل بين المنهاج و التلميذ بتوجيهاته و تشجيعه لهم مما ينعكس على تكوين و تنمية السمات الشخصية للمراهق ، كما لاحظنا بأن ممارسة التلاميذ للتربية البدنية و الرياضية تكسبهم سمات ايجابية تنمي شخصيتهم من خلال حب التعاون مع الآخرين و اللعب مع الزملاء و هذا ما يوضحه ، و لقد اتضح أيضا أن نسبة كبيرة من التلاميذ تفضل ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية مع الزملاء على الممارسة بشكل منعزل .

كما أن لحصة التربية البدنية و الرياضية أهمية بالغة في إكساب التلاميذ الحرص على العناية بمظهرهم و الحفاظ على نظافة أجسامهم مما ينعكس على شخصيتهم في حب النظافة و المنظر الحسن ، كما قال الإمام الشافعي رحمه الله : " من نظف ثوبه زال همه و من طاب ريحه زاد علمه " و هذا ما تهدف له التربية البدنية و الرياضية .

و بعد عرض و تحليل و مناقشة النتائج نستنتج أن الفرضية الثانية التي تنص على : لخصه التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية الناحية الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي قد تحققت .

#### 9- مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات :

في بحثنا هذا قمنا بدراسة و تسليط الضوء على " دور حصه التربية البدنية و الرياضية في تكوين السمات الشخصية لدى تلاميذ الطور الثانوي " بعدها تطرقنا إلى عرض النتائج و تحليلها ، ثم قمنا بمناقشتها و هذا للتحقق من فرضيات البحث .

و قد أكدت دراسة ( المصطفى ، و أبو صالح ، 1996 ) التي كانت بعنوان: " أثر ممارسة النشاط الرياضي على مستوى القلق بين طلاب جامعة فيصل " ، بأن مستوى القلق عند الطلاب الذين مارسوا الأنشطة الرياضية منخفض مقارنة بالطلاب الغير رياضيين ، كما أظهرت نتائج دراسة (عبد الحق ، 2002 ) بأن البرنامج الرياضي المقترح ساهم في خفض مستوى التوتر النفسي لدى الطلبة ، بينما أظهرت دراسة ( الشكعة و القدومي ، 2001 ) بأن درجة القلق النفسي لدى الطلبة الغير ممارسين للأنشطة الرياضية كانت أكبر من درجة القلق النفسي لدى الطلبة الممارسين .

كما خلصت دراسة ( وقاف حمزة و آخرون ، 2010 ) بأن العلاقات التي بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و التلاميذ جيدة مما نتج عنها آثار نفسية و اجتماعية ايجابية على التلاميذ ساهمت في تحسين بعض السلوكات السلبية ، و تنمية النواحي النفسية ، و كذا علاقة التلاميذ فيما بينهم تزداد اندماجا في حصه التربية البدنية و الرياضية .

كما جاء في نتائج دراسة (بوشير عبد العالي و منان مصطفى ، 2009 ) بأن لخصه التربية البدنية و الرياضية دور في بناء الجماعة و الترسيخ القيم و تنمية النواحي الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية .

و في الأخير نجد أن نتائج دراستنا بينت الأهمية الكبيرة لخصه التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور الثانوي و مدى مساهمتها في تكوين الشخصية المتفتحة و المتزنة للتلميذ ، و بالتالي فقد تحققت الفرضية العامة و التي مفادها أن : لخصه التربية البدنية و الرياضية دور في تكوين السمات الشخصية لتلاميذ الطور الثانوي .

#### 10- خاتمة

بعد دراسة مختلف الجداول التي جاءت في الجانب التطبيقي و التي تحتوي على مختلف المعلومات الإحصائية الخاصة بدراستنا و التي دارت حول : " دور حصه التربية البدنية و الرياضية في تكوين السمات الشخصية لدى تلاميذ الطور الثانوي " و من خلال الاستنتاجات التي توصلنا إليها في الأسئلة السابقة ، و كذا نتائج الدراسات السابقة التي عكست تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية على تكوين السمات الشخصية يمكن استنتاج ما يلي :

- يؤدي ممارسة حصه التربية البدنية و الرياضية في تعديل بعض السلوكات السلبية مما يجعلها تساهم في تكوين السمات الشخصية للمراهق من الجانب النفسي و الاجتماعي .
- لخصه التربية البدنية و الرياضية دور كبير في توفير فضاء للتواصل المباشر و تحسين العلاقات الاجتماعية بين التلاميذ .
- ترسخ حصه التربية البدنية و الرياضية السلوكيات الايجابية في شخصية التلاميذ كالثقة بالنفس و حب التعاون مع الآخرين و تشعيرهم بروح المسؤولية والانضباط .
- و باعتبار التربية البدنية و الرياضية وسيلة من وسائل التربية التي تهدف إلى تكوين المراهق تكوينا شاملا و متكاملًا من جميع النواحي خاصة النفسية و الاجتماعية منها ، و كون أيضا حصه التربية البدنية و الرياضية وسيلة تربوية بالدرجة الأولى و أنها تعود بالفائدة على

التلاميذ سواء من الجانب الصحي أو الاجتماعي ، و من خلال دراستنا لاحظنا أن حصة التربية البدنية و الرياضية الفضاء الفعلي الوحيد الذي يعبر فيه التلاميذ عن مكنوناتهم الداخلية و إفراغ طاقاتهم السلبية رغم بعض التدهور و اللامبالاة التي تعاني منها التربية البدنية و الرياضية داخل مؤسساتنا التربوية ، من نقص المنشآت الرياضية و الوسائل و العتاد البيداغوجي ، و هذا بسبب نقص اهتمام المعنيين بالأمر و إعطاء الأهمية اللازمة رغم أنه ميدان هام و أساسي في تربية و تكوين الناشئين .

## 11- قائمة المراجع

الكتب :

- 1- أحمد بوسكرة : منهاج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي و التقني ، دار الخلدونية ، الجزائر ، 2005.
- 2- أحمد عمر سليمان روي : الأهداف التربوية، دار الفكر العربي ، ط1 ، مصر ، السنة 1996.
- 3- أحمد محمد الطيب : التقويم و القياس النفسي و التربوي ، المكتب الجامعي الحديث ، الأزاريطة ، الإسكندرية ، 2000 .
- 4- أبي الفيصل جمال الدين محمد بن منظور ،لسان العرب ، مجلد 9 ، دار صادر ، ط1، بيروت ، سنة 1995.
- 5- أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية و الرياضية ، دار الفكر العربي، ط 3، القاهرة، 2001 م.
- 6- أمين أنور الخولي : الرياضة و المجتمع ، سلسلة عالم المعرفة ، 1996 م.
- 7- أكرم زكي خطابية ، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية ، دار الفكر للطبع والنشر ، عمان ، ط1، سنة 1997.
- 8- أسامة كامل راتب : النمو الحركي ، دار الفكر العربي، 1999.
- 9- إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: كتاب الاجتماع الرياضي ، مركز الكتاب للنشر، 2001.
- 10- تركي رابح : أصول التربية و التعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر ، 1982.
- 11- حمد النبال: التنشئة الاجتماعية- مبحث في علم النفس الاجتماعي - دار المعارف الجامعية ، 2002 .
- 12- خليل ميخائيل معوض: قدرات و سمات الموهوبين ، جامعة الإسكندرية ، مصر ، 2000 .
- 13- رجاء محمود أبو علام : مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، دار النشر للجامعات، ط4، مصر، 2004 .
- 14- سلامة الخميسي : التربية والمدرسة والمعلم قراءة اجتماعية ثقافية ، دار الوفاء ، مصر ، 2000.
- 15- محمد السيد و محمد الزعيلوي: تربية المراهق بين الإسلام و علم النفس، رسالة دكتوراه، مؤسسة الكتب الثقافية ، 1994.
- 16- د. رمضان محمد القذافي: الشخصية: نظرياتها و اختباراتها و أساليب قياسها، منشورات الجامعة المفتوحة، 1993.
- 17- هولي لندريزي: نظريات الشخصية: ترجمة الدكتور فرج أحمد فرج- الهيئة العامة للكتاب ، القاهرة ، 1971.
- 18- سيد محمد غنيم: سيكولوجية الشخصية ، دار النهضة العربية، القاهرة ، 1975.
- 19- عبد العزيز خواجه : مبادئ التنشئة الإجتماعية ، دار الغرب ، سنة 2005 .
- 20- عبد الرحمن العيسوي : سيكولوجيا النمو ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت ، 2002.
- 21- عفاف عبد الكرم : طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1993 .
- 22- عادل فتحي عبد الله : كيفية التعامل مع المراهقين ، دار الذهبية ، القاهرة ، 2001.
- 23- فاطمة عوض صابر، ميرفت على خفاجة: أسس البحث العلمي، مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية، الطبعة الأولى، مصر، 2002.
- 24- طاهر سلوم ، محمد جمل: " التربية الأخلاقية" ، دار الكتاب الجامعي ، الإمارات 2009

الدراسات و البحوث :

- 1- بوبشير عبد العالي ، منان مصطفى : مذكرة بعنوان " دور حصة التربية البدنية و الرياضية في بناء الجماعة بين تلاميذ المرحلة الثانوية" ، قسم التربية البدنية و الرياضية ، كلية العلوم الإسلامية و العلوم الاجتماعية ، جامعة باتنة ، 2009 .
- 2- وقاف حمزة ، كتاب عبد الغني ، حميدي ميلود : مذكرة بعنوان " الآثار النفسية و الاجتماعية في العلاقات بين أستاذ التربية البدنية و الرياضية و التلاميذ و التلاميذ فيما بينهم في الثانوية " ، قسم التربية البدنية و الرياضية، كلية العلوم الإنسانية الاجتماعية ، جامعة بسكرة ، 2010.

-3 عبد الحق عماد : " فاعلية برنامج رياضي لخفض مستوى التوتر النفسي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية " مجلة جامعة اليرموك 18 (2) ، الأردن ، 2002 .