



مستوى التوافق النفسي لممارسي حصة التربية البدنية والرياضية
مقارنة بغير الممارسين للطور المتوسط (14-15 سنة) ذكور وإناث.

*The level of psychological compatibility of Physical Education and
Sports class practitioners*

*Compared to non-practicing intermediate stage (14-15 years) males and
females .*

¹ د/ شنوف خالد، ² د/عدة بن علي، ³ د/ عياد مصطفى.

¹ جامعة العلوم والتكنولوجيا وهران.

² جامعة محمد خيضر بسكرة.

³ جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

ملخص	معلومات المقال
تهدف الدراسة إلى معرفة مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية للطور المتوسط، ولأجل ذلك اتبعنا المنهج الوصفي، حيث بلغت عينة الدراسة 120 تلميذ على مستوى ثلاثة متوسطات بولايتين سيدي بلعباس وولاية تلمسان، التي اختيرت بطريقة قصدية (عمدية) تمثل المجتمع تمثيلا صادقا واستعملنا لجمع البيانات استمارة مقياس التوافق النفسي التي كانت عبارة عن أسئلة متكونة من 39 سؤال، وجاءت أهم نتائج الدراسة بان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ودرجات أبعاد التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية الرياضية لكلا الجنسين وأيضاً وجود اختلاف في أبعاد التوافق النفسي ومدى تأثيرها على التلميذ بممارسة للرياضية من عدمها.	تاريخ المقال: الإرسال: المراجعة: القبول: الكلمات المفتاحية: التوافق النفسي. حصة التربية البدنية الرياضية. المراهقة.

Abstract

Keywords

Psychological harmony.
Physical education.
Adolescence.

The study aims at learning the level of psychological consensus among students in the final sections of the intermediate stage, and for that, we followed the descriptive curriculumThe school's sample was 120 pupils at the level of three in the states of Sidi Bel Abbes and Tlemcen, They were selected in a deliberate (intentional) way that truly represents the community and we used to collect data on the PPR format which was composed of 39 questions.The most important results of the studyThere are statistically significant differences in the level and degrees of psychological compatibility among students

* المؤلف المرسل: شنوف خالد. البريد الإلكتروني المهني.

- مقدمة:

تتضمن الحياة القيام بعمليات توافقية بصفة مستمرة، وبشكل دائم وحالة التوافق هي حالة نسبية ومؤقتة، وبالتالي تغيير سلوك الإنسان، وإشباع دوافعه والانسجام مع بيئته والتفاعل مع جميع متغيراتها، وبالتالي التعامل مع الظروف الحياتية المختلفة، وكلما مارس الفرد الرياضة زاد لديه مقدار التوافق النفسي بشكل ملحوظ.

حيث تعرفه "إجلاليسرى" أيضاً: هو عملية ديناميكية مستمرة يحاول فيها الفرد تعديل في سلوكه وفي بيئته (الطبيعية والاجتماعية) وتقبل مالا يمكن تعديله فيها، حتى تحدث حالة من التوازن والتوافق بينه وبين البيئة التي تتضمن إشباع معظم حاجاتها لداخلية أو مقابلة أغلب متطلبات بيئته الخارجية (سري، 2000).

ويعتبر التوافق النفسي كذلك عملية إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية، ولا يتكفل الشخص بتنظيم إشباع حاجاته فحسب، بل هو قد يتعرض لصراع بين هذه الحاجات. وفي هذه الحالة تنشأ مشكلات التوافق لديه ويصبح عليه أن يحل أما المراهقة فهي أكثر مرحلة تأثراً وأفضلها في تنمية التوافق النفسي، كما أصبحت من أهم المواضيع التي تناولها علماء النفس والصحة والتربية والاجتماع وهي أيضاً مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد وهي من المراحل الحساسة في - إشكالية البحث:

يعد التوافق النفسي العام من المفاهيم الأساسية و المركزية في علم النفس بصفة عامة، و في مجال الصحة النفسية بصفة خاصة. فمعظم سلوك الفرد هو محاولات من جانبه لتحقيق توافقه إما على المستوى الشخصي أو على المستوى الاجتماعي.

يعد التوافق النفسي من أهم الأعراض النفسية التي تعمل على إعاقة الفرد الرياضي وتظهر هب مستوى غير مستواه الحقيقي. والتوافق حالة من التوائم والانسجام بين الفرد ونفسه وبينه وبين بيئته تظهر من خلال قدرته على إرضاء اغلب حاجاته وتصرفه تصرفاً مرضياً إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفاً جديداً أو مشكلةً ماديةً أو اجتماعيةً أو خلقيةً أو صراعاً نفسياً، تغييراً يناسب هذه الظروف الجديدة، فان عجز الفرد عن إقامة هذا التوائم والانسجام بينه وبين بيئته ونفسه يقللانه سيء التوافق أو

هذا الصراع وأن يتعلم كيف يواجه المواقف التي يتصارع فيها كلما تعرض لمثل هذه المواقف، وصراع الحاجات النفسية ينشأ إذا تعارض إشباع الحاجات مع إشباع حاجات أخرى بحيث يؤدي إشباع الحاجة الأولى إلى إحباط الحاجة الثانية (منيزل، 1991).

ولقد أصبحت التربية البدنية والرياضية اليوم حاجة ماسة وضرورية في مختلف أطوار التعليم، حيث سهرت لها إطارات مؤهلة علمياً وتربوياً، وكذا المرافق والمنشآت والإمكانات المادية لتنفيذها بشكل ملائم (h cox .r, 2005). وتعد التربية البدنية والرياضية أيضاً نظام تربوي له أهدافه التي تسعى إلى التحسين الإنساني العام من خلال الأنشطة البدنية المختارة في وسط تربوي يتميز بخص التعليمية وتربوية مهمة، فالتربية البدنية والرياضية لها دور رئيسي في المجتمع بكل مؤسساته وأنظمتها ولا يستطيع أي نظام آخر أن يقدم هذا الدور الذي يتلخص في النفسية الاجتماعية للفرد من حيث تنمية شخصيته تنمية تتسم بالاتزان والشمول والنضج بهدف تنمية توافقه

حياة كل فرد لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية وجسمية مفاجئة تترتب عنها توترات انفعالية وتكثر فيها المشاكل النفسية والاجتماعية التي غالباً أما تعكر حياة المراهق وتتطلب من المحيط ينه التدخل معتل الصحة النفسية، ويبدو سوء التوافق في عجز الفرد في حل مشكلاته اليومية على اختلافها عجزاً يزيد على ما ينتظره الغير منها وما ينتظره من نفسه (راجع، 1977، صفحة 578)

لعل ما يميز عالمنا اليوم أيضاً هو تنوع وتعدد الأنشطة، فلم تعد الرياضة تمارس في النوادي والملاعب فحسب بل في المدارس أيضاً، ابتداء من سن مبكر لكون أن لها صلة متينة بالقوة والجمال النفسي والجسماني، فهي تعتبر من أئمن الفرص التي ترفع من مستوى التلميذ جسمياً عقلياً ونفسياً. وهذا ما يعرف بحصة التربية البدنية والرياضية.

وعلى الرغم من أن عملية التوافق النفسي تشمل التعاون و التنافس و التصارع و تحقيق سلوك أفضل إلا أنها تتجسد جميعها في حصة التربية البدنية و الرياضية، لذا كان من الضروري الاهتمام بمستوى التوافق النفسي لممارسي التربية البدنية بالمقارنة مع غير الممارسين لدى المتعلمين، وهذا ما ركزنا عليه في هذه الدراسة.

التربية البدنية و الرياضية مقارنة بغير الممارسين للطور المتوسط السنة الرابعة.

- الفرضيات الفرعية:

- توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين بالنسبة لمتغير الجنس لصالح الإناث.

- يحتل صدارة أبعاد التوافق النفسي البعد الإحساس بالقيمة الذاتية.

- أهمية البحث:

تكمن أهمية هذه الدراسة في معرفة مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة النهائية للطور المتوسط والإحاطة بكل ما يتعلق بالانفعالات الخاصة بالتوافق النفسي من جميع الجوانب خلال ممارسة حصة التربية البدنية الرياضية أو عدم ممارستها، حيث تهدف المؤسسات التربوية بشكل رئيسي إلى إكساب التلاميذ العديد من الكفاءات المعرفية والنفسية المتباينة وذلك بتوفير مختلف الوسائط والظروف والطرق لتطوير التعليم وخاصة عند تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط. كما لهذه الدراسة أهمية متمثلة في ما يلي :

◆ تفيد هذه الدراسة أيضا في إبراز أهمية أبعاد التوافق النفسي ومدى مشاركته في إبراز قدرات التلاميذ المختلفة خلال حصة التربية البدنية والرياضية .

◆ إلقاء الضوء على التوافق النفسي لدى مرحلة المراهقة المبكرة. إثراء المعارف المتعلقة بهذه الدراسة والاستفادة من نتائجها والانطلاق في دراسات أخرى أكثر تعمقا وشمولية. مصطلحات البحث:

1- التوافق النفسي: *التعريف اللغوي: التألف والتقارب. *التعريف الاصطلاحي: أن التوافق النفسي هو مرادف للتوافق الشخصي، يعني السعادة عن النفس والرضا عنها، وإشباع الدوافع الفطرية الأولية (الداخلية) والدوافع الثانوية المكتسبة (الخارجية) وبالتالي يعبر عن سلام داخلي، كما يتضمن التوافق مطالب النمو في مختلف المراحل المتتابعة (حامد عبد السلام زهران، 1997).

*التعريف الإجرائي: مصطلح قريب من مفهوم التكيف، ويعني قدرة المتعلم على التفاعل والمشاركة الصحيحة مع الزملاء خلال مختلف النشاطات.

أما المراهقة في علم النفس فتعني الاقتراب من النضج الجسدي والعقلي والنفسي والاجتماعي لكنه ليس النضج نفسه، لأن الفرد في هذه المرحلة يبدأ النضج الجسدي العقلي والنفسي والاجتماعي، لكنه لا يصل إلى اكتمال النضج إلى بعد سنوات عديدة قد تصل إلى عشر سنوات

بحيث عرفها "فؤاد السيد" المراهقة على أنها: المرحلة التي تسبق الرشد وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج، والمراهقة معناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، فهي بذلك عملية بيولوجية حيوية في بدايتها و ظاهرة اجتماعية في نهايتها، وراهق بمعنى: غشي أو لحق أو دنى من فالمرهقة بهذا المعنى هو الذي يبدو من الحلم و اكتمال النضج(فؤاد النبري، 1975).

ومن خلال عرض مختلف هذه المعارف و المعلومات نطرح السؤال التالي:

التساؤل العام :

■ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية مقارنة بغير الممارسين للطور المتوسط السنة الرابعة ؟

التساؤلات الفرعية:

✓ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين بالنسبة لمتغير الجنس ؟

✓ أي من أبعاد التوافق النفسي يحتل المرتبة الأولى في هذه الدراسة ؟

- أهداف البحث:

● الهدف العام:

معرفة مستوى التوافق النفسي لممارسي حصة التربية البدنية والرياضية مقارنة بغير الممارسين للطور المتوسط (ذكور وإناث) لدى عينة البحث .

- الأهداف الفرعية:

- معرفة إن كان هناك فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير ممارسين لحصة التربية البدنية الرياضية .

- معرفة ترتيب أبعاد التوافق النفسي في هذه الدراسة.

-الفرضية العامة: هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ الممارسين لحصة

2- حصّة التربية البدنية والرياضية:

*التعريف اللغوي:

الحصّة: هو الوحدة المصغرة للبحث للبرنامج الدراسي للمنظومة التربوية.

التربية: فن يعتني لتنمية قوة الإنسان الطبيعية والعقلية والنفسية.

التربية البدنية تنمية القدرات البدنية والنفسية والاجتماعية بطريقة سليمة باستخدام مختلف أنواع الرياضة (المعاصر، 2000).

*التعريف الاصطلاحي : يعرفها "بيوشر" على أنها جزء متكامل من التربية العامة بهدف إعداد المواطن اللائق في الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية و ذلك عن طريق ألوان النشاط الرياضي المختارة بغرض تحقيق هذه الخصائل(الشحاة، 2007).

*التعريف الإجرائي:

هي مادة أكاديمية تربوية معتمدة في المؤسسات التربوية تتجسد في مختلف الأنشطة البدنية الرياضية يمارسها المتعلم خلال الوقت المحدد للحصّة(2سا)، تحت إشراف معلم التربية البدنية الرياضية .

3- المراهقة المتوسطة:

*التعريف اللغوي: يقول "فؤاد البهي السيد"(1997): إن كلمة المراهقة مشتقة من الفعل راهق بمعنى لحق أو دنى فهي تفيد الاقتراب والدنو الحلم ،فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج.

*التعريف الاصطلاحي: أنها المرحلة الإنمائية أو الطور الذي يمر فيه الناشئ وهو الفرد غير الناضج جسميا وانفعاليا

عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقة القصدية (العمدية) وهم تلاميذ الأقسام النهائية للطور المتوسط (ذكور وإناث) سواء ممارسين أو غير ممارسين .حيث بلغت 45 تلميذ ممارس و 48 تلميذة ممارسة يمثلون نسبة 20.68% أما بالنسبة للتلاميذ الغير ممارسين فقد بلغت 8 والتلميذات غير الممارسين التي بلغت 19 حيث أخذنا نسبة 100% من المجتمع الأصلي والذي بلغ 580 .

- مجالات البحث-المجال البشري: تمت الدراسة على تلاميذ السنة النهائية للطور المتوسط الممارسين وكذلك غير الممارسين الذي بلغ عددهم 120 من كلا الجنسين الذكور والإناث.

وعقليا واجتماعيا نحو بدء النضج الجسدي والعقلي والاجتماعي.(صالح 1973) .

*التعريف الإجرائي: هي فترة نمو فجائي يشهد خلالها الفرد العديد من التغيرات الجسمية، الانفعالية وكذا الاجتماعية وقد تمثلت في دراستنا الحالية في تلاميذ السنة النهائية للطور المتوسط من ذكور وإناث.

- الدراسة الميدانية:

- منهج البحث: يستخدم الباحث المنهج الملائم للدراسة والذي يساهم في توضيح البيانات وكذا إعطاء دلالة للمشكلة، ومن هذا الأساس فقد اعتمدنا في هذا البحث على المنهج الوصفي التحليلي.حيث:

*يعرفه كل من "محمود عوض البسيوني وفيصل ياسين الشاطي" بأنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية من اجل تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلاقة بين عناصرها ويتم ذلك عن طريق البيانات وسيخرج منها استنتاجات ذات دلالة بالنسبة للمشكلة المطروحة(محمد عوض بيسوني ،فيصل ياسين، 1992).

*ويقوم المنهج الوصفي كغيره من المناهج الأخرى على عدة مراحل أهمها التعرف على مشكلة البحث وتحديدها، ووضع الفروض، واختيار الفئة المناسبة، واختيار أساليب جمع البيانات وإعدادها، ووضع قواعد لتصنيف البيانات، ووضع النتائج وتحليلها في عبارات واضحة، ومحاولة استخلاص تعميمات ذات مغزى تؤدي إلي تقدم المعرفة (نوفل، 1984) .

- مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث: تجسد مجتمع بحثنا في تلاميذ الأقسام النهائية للطور المتوسط لولاية سيدي بلعباس و ولاية تلمسان للسنة الدراسية 2018 / 2019

والجدول الموالي يوضح توزيع أفراد العينة بالتفصيل.

- جدول (1) يمثل توزيع أفراد العينة المدروسة حسب متغيرات (الجنس، الممارسة الرياضية وعدم الممارسة الرياضية).

الجنس	ذكور		إناث	
	الممارسين	غير الممارسين	الممارست	غير الممارست
متوسطة سرحواني بن عثمان	15	3	12	9
متوسطة شيخ بوحفص	20	4	14	6
متوسطة بن حمو محمد	15	3	14	5
العدد الإجمالي	50	10	40	20

-المجال الزمني: بدأ العمل على موضوع البحث هذا انطلاقا من يوم 10 جانفي 2019 حيث تمت الموافقة عليه من قبل الأستاذ المشرف و تواصل بداية بالتعريف بهذا

الجدول رقم 02: يبين دلالة الفروق في البعد الأول المهارات الشخصية بين الذكور والإناث الممارسين وغير الممارسين.

البعد	الذكور		الإناث	
	ممارسين	غير ممارسين	ممارست	غير ممارست
م.حسابي	5.86	4.2	5.6	4.8
المعيارية	0.19	0.43	0.08	0.12
ت.المحسوبة	9.92		20.09	
ت.الجنولية	1.67			

مستوى الدلالة: 0.05 عند جميع أبعاد المقاييس.

التحليل: يتضح من خلال الجدول رقم 02 أعلاه ما يلي:

بلغت قيمة "ت" المحسوبة عند الذكور الممارسين وغير الممارسين 9.92 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في بعد المهارات الشخصية لصالح الممارسين.

أما عند الإناث الممارسات وغير الممارسات فقد بلغت قيمت "ت" المحسوبة 20.09 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 1.67 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة

جدول رقم (03) يبين الفروق بين المتوسطات الحسابية وترتيب كل بعد من أبعاد التوافق النفسي

الترتيب	المجموع	المتوسط الحسابي لكل الجنسين		إبعاد التوافق النفسي
		غير الممارسين	الممارسين	
2	5.11	4.5	5.73	الممارسة الرياضية بعد المهارات الشخصية
1	5.94	2.7	3.24	بعد الإحساس بالقيمة الذاتية
5	2.0675	1.95	2.185	بعد الاعتماد على النفس
3	4.045	1.93	2.115	بعد التحرر من الميل إلى الأفراد
6	1.8	1.7	1.95	بعد الحالة الصحية
4	3.91	2.2	5.62	بعد الحالة الانفعالية
	3.81	2.4966	3.465	المجموع الكلي

حسابي قدره (1.8). مما يدل على وجود اختلاف في كل بعد من أبعاد التوافق النفسي الاستنتاجات:

في ضوء النتائج التي توصلنا إليها عن طريق توزيع مقياس التوافق النفسي وكذلك من خلال المعالجة الإحصائية وانسجاما مع فرضيات الدراسة نستنتج ما يلي:

أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي خلال حصة التربية البدنية والرياضية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للسنة النهائية للطور المتوسط في درجة أبعاد: المهارات الشخصية، الإحساس بقيمة الذات،

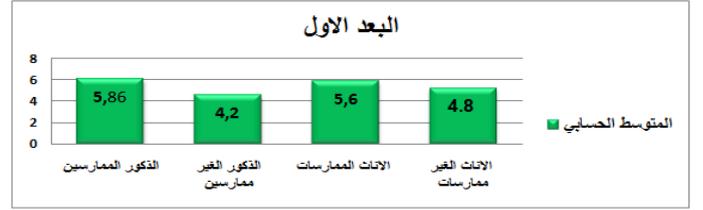
البحث ثم بالدراسة النظرية التي احتوت على ثلاثة فصول، ثم تحضير مقياس التوافق النفسي وبعدها الدراسة التطبيقية التي توصلنا فيها لمجموعة من النتائج وتحليلها و مناقشتها، وهذا إلى غاية تاريخ 05/02/2019.

- 3-المجال المكاني : تم إجراء هذا البحث في ثلاثة متوسطات على مستوى ولايتين سيدي بلعباس وتلمسان وهي كالاتي
- متوسطة سرحاوي بن عثمان، بلدية بئر الحمام، دائرة مرحوم، ولاية سيدي بلعباس.
- متوسطة شيخ بوحفص، بلدية مرحوم دائرة مرحوم، ولاية سيدي بلعباس.
- متوسطة بن حمو محمد، دائرة سيدو، ولاية تلمسان .

**عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى:

- والتي تنص على وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين بالنسبة لمتغير الجنس لصالح الإناث.

إحصائية بين العينتين لصالح الممارسات



مخطط تكراري يوضح المتوسطات الحسابية الخاصة بالبعد الأول المهارات الشخصية.

مستوى الدلالة: 0.05 عند جميع أبعاد المقاييس.

**عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية:

- والتي تنص على أن بعد الإحساس بالقيمة الذاتية يحتل صدارة أبعاد التوافق النفسي.

التحليل: يتضح من خلال الجدول رقم (03) التالي: نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن ترتيب أبعاد التوافق النفسي يختلف وذلك حسب إجابات التلاميذ حيث نلاحظ جاء بعد الإحساس بالقيمة الذاتية في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (5.94) أما المرتبة الثانية فكانت لبعد المهارات الشخصية بمتوسط حسابي (5.11)، أما المرتبة الثالثة فاحتلها بعد التحرر من الميل إلى الانفراد بمتوسط حسابي قدره (4.045)، وبالنسبة لبعد الحالة الانفعالية فاحتل المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي (3.91)، والمرتبة الخامسة كانت لبعد الاعتماد على النفس بمتوسط حسابي (2.0675)، أما المرتبة السادسة والأخيرة كانت لبعد الحالة الصحية بمتوسط

الاعتماد على النفس، التحرر من الميل إلى الانفراد، الحالة الصحية، الحالة الانفعالية، لصالح الممارسين. بحيث يمكننا القول أن درجة أبعاد الذكور الممارسين أكبر من درجات أبعاد من خلال ما سبق يمكن استنتاج أن الفرضية الجزئية الأولى والفرضية الجزئية الثانية تحققت وبالتالي تحقق الفرضية مقابلة النتائج بالفرضيات :

والتي تنص على وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين بالنسبة لمتغير الجنس لصالح الإناث، ومن أجل التحقق من صحة هذه الفرضية الجزئية قمنا بجمع نتائج الجداول رقم (7-8-9-10-11-12) التي بينت أن هناك فروق إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية الرياضية في جميع الأبعاد الستة لمقياس التوافق النفسي وهذا حسب ما جاءت عليه نتائج المتوسطات الحسابية في جميع الأبعاد لصالح الممارسين للتربية البدنية الرياضية، إناث وذكور على حد سواء. وهذا ما تتفق معه دراسة عبد الرحيم دياب 1991 بعنوان "تأثير الممارسة الرياضية على التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية لدولة الكويت". حيث اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي لملائمته الموضوع وتوصل الأنشطة الفردية لها تأثير إيجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام لطلاب المرحلة الثانوية وأن

الفرضية الثانية:

من أجل التحقق من الفرضية الجزئية الثانية والتي تقول أن البعد الأول يحتل صدارة أبعاد التوافق النفسي إلا وهو بعد الإحساس بالقيمة الذاتية قمنا بوضع جدول رقم (13) الذي يوضح النتائج الكلية للمتوسطات الحسابية الخاصة بجميع أبعاد التوافق النفسي للذكور والإناث الممارسين وغير الممارسين .

الخلاصة العامة :

يعد التوافق النفسي عملية إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية، ولا يتكفل الشخص بتنظيم إشباع حاجاته فحسب، بل هو قد يتعرض لصراع بين هذه الحاجات. وفي هذه

الذكور غير الممارسين لصالح الممارسين، وكذلك بالنسبة للإناث: أن درجة أبعاد الإناث الممارسات أكبر من درجات أبعاد الإناث غير ممارسات. العامة التي تقول أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ الممارسين ممارسة الأنشطة الفردية والسبب الوحيد الذي أظهر الفرق المعنوي في بعد التوافق النفسي العام وبعد التوافق الشخصي بين الممارسين، وكذا دراسة احمد عبد المجيد صمادي وعقل محمد البقعاوي (2014/2013): بعنوان "التوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة حائل في المملكة العربية السعودية"، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتوصل إلى أن مستوى التوافق النفسي للطلبة كان ضمن المستوى المتوسط، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من الطلاب من حيث دخل أسرهم الشهري لصالح ذو الدخل الأسري الأعلى، ووجود فرق جوهري بين درجات الذين مستوى تعليم أمهاتهم ابتدائي فما دون والذي مستوى تعليم أمهاتهم متوسط وثانوي والمستوى الجامعي لصالح المستوى المتوسط والثانوي والجامعي. مما سبق نجد أن الفرضية الأولى تحققت وأن هناك اختلاف في مستوى التوافق النفسي بالنسبة للممارسين وغير الممارسين

الحالة تنشأ مشكلات التوافق لديه ويصبح عليه أن يحل هذا الصراع وأن يتعلم كيف يواجه المواقف التي يتصارع فيها كلما تعرض لمثل هذه المواقف، وصراع الحاجات النفسية ينشأ إذا تعارض إشباع الحاجات مع إشباع حاجات أخرى بحيث يؤدي إشباع الحاجة الأولى إلى إحباط الحاجة الثانية.

كما يلعب التوافق النفسي دور إيجابي كبير في تحسين مستوى المتعلم كما يساهم كذلك في توجيه وضبط سلوك الفرد مما يجعله قادرا على التعامل السليم مع مختلف العلاقات الاجتماعية مع مختلف الأفراد والجماعات.

- ومن هنا تستخلص كذلك أن حصة التربية البدنية الرياضية عامل أساسي لتنمية التوافق النفسي ومما سبق يمكن القول أن للتوافق النفسي مستوى مختلف بالنسبة للذكور والإناث وأن أبعاده لا تكون بنفس النسبة من الإجابات بحيث تختلف من حيث ترتيبها، مما يساعد التلاميذ على تحقيق الأهداف التربوية التعليمية، وهذا استنادا إلى النتائج المتوصل إليها من خلال الدراسة التطبيقية.
- التوصيات والاقتراحات: بالعودة إلى مختلف النتائج المتوصل إليها من قبل هذه الدراسة والمعطيات المتوفرة نقدم فيما يلي مجموعة من التوصيات:
- 1- زيادة اهتمام الباحثين في هذا المجال بدراسة التوافق النفسي الخاص بالتلاميذ والمتعلق بالممارسة الرياضية
 - 2- ضرورة الاهتمام بالتوافق النفسي لدى المتعلمين من خلال محاولة تغيير سلوك التلاميذ بأداء النشاطات المتباينة في حصة التربية البدنية الرياضية وخاصة في مرحلة المراهقة
 - 3- خلق جو من المنافسة أثناء الحصة لتنمية مهارات التلميذ النفسية في التعامل مع الزملاء.
 - 4- تحفيز التلاميذ المعفيين للممارسة الرياضية بإدراج مختلف المواقف والألعاب الفردية والجماعية للذكور والإناث .
 - 5- إجراء بحوث مشابهة ودراسات لدى باقي الأطوار التعليمية للتلاميذ كالتطور الثانوي والجامعي
- المصادر والمراجع:
- ابراهيم رحمة. (1998). تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
 - إحسان محمد الحسن. (2005). علم الاجتماع الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
 - أحسن الزين. (2006). سيكولوجية الطفل والمراهق. سكيكدة: منشورات دار الأمواج.
 - أكرم زكي خطيبية. (1997). المناهج المعاصرة في التربية الرياضية. القاهرة: دار الفكر.
 - لشناوي أحمد وآخرون. (2001). التنشئة الاجتماعية للطفل. عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.
 - أمين أنور الخولي. (2001). أصول التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
 - أمين أنور الخولي. (1980). طالب الكفاءة التربوية. بيروت: مؤسسة الشرف للطباعة.
 - بسطويسي احمد. (1996). اسس ونظريات الحركة. مدينة نصر: دار الفكر العربي.
 - بهجت محمد صالح. (1985). عمليات خدمة الجماعة. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
 - جلال سعد. (1984). علم النفس الاجتماعي. الإسكندرية: منشئة المعارف.
 - حامد زهران. (1977). علم النفس الاجتماعي. القاهرة: عالم الكتاب.
 - حامد عبد السلام زهران. (1999). علم النفس النمو الطفولة والمراهقة. القاهرة: عالم الكتب.
 - حسن المنسي. (1998). ديناميكية الجماعة والتفاعل الصفي. عمان: دار الكندي.
 - خيرالدين عويص وعصام هلال. (1997). علم الاجتماع الرياضي. القاهرة: دار الطباعة والنشر.
 - محمد نصرالدين رضوان. (2009). الإحصاء الإستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية. دار الفكر العربي.
 - ونكان ميتشال. (1974). معجم علم الاجتماع. بيروت: دار الطليعة.
 - رمضان محمد القذافي. (2000). علم النفس الطفولة والمراهقة. الاسكندرية: المكتبة الأزرايطية.
 - زكي محمد. (2004). تطبيقات علم الحركة في النشاط الرياضي. المكتبة المصرية.
 - عبد الخالق. (2001). لعب الأدوار الاجتماعية وعلاقته بتنشئة شخصية الطفل. القاهرة: دار الفكر العربي .
 - عصام عبد الخالق. (1982). التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات. مصر: دار المكتبة الجامعية.
 - علي يحي منصور. (2001). الثقافة والرياضة. مصر.

- عمر بشيرالطوبي. (1998). المراهقة المبكرة. القاهرة: دارالفكر العربي.
- فؤاد البهي السيد. (1997). الاسس النفسية للنمو. القاهرة: دار الفكر العربي
- غنيم سيد أحمد. (1973). سيكولوجية الشخصية. القاهرة: دار النهضة العربية.

- 1-Citein Ben Smaiel .(1994) .La psychiatrie Aujourdh'oui
.Alger: Opu
- .2-Paris: Flamarion Medicine. Philippe marer
- .(1983) .La physiologie Humaine