



قوائم المحتويات متاحة على ASJP المنصة الجزائرية للمجلات العلمية

مجلة التميز

الصفحة الرئيسية للمجلة: www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/673



النشاط البدني الترويحي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من أساتذة التربية البدنية لتعليم الثانوي

Recreational physical activity and its relationship to psychosocial compatibility in a sample of physical education professors for secondary education

مصطفى مجادي^{1*}، أوبوكر عواد²، عبد القادر حاكمي³

¹ جامعة الأغواط، الجزائر، m.medjadi@lagh-univ.dz

² جامعة الأغواط، الجزائر، a.aouad@lagh-univ.dz

³ جامعة الأغواط، الجزائر، a.hakmi@lagh-univ.dz

ملخص

تهدف الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين النشاط البدني الترويحي والتوافق النفسي الاجتماعي ولهذا الغرض استخدمنا منهج الوصفي على عينة مكونة من 23 استاذ للتربية البدنية تم اختيارها بشكل عشوائي لجمع البيانات استخدمنا أداة لكلا المتغيرين (النشاط البدني الترويحي والتوافق النفسي ، بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائيا تم التوصل للنتائج: توجد علاقة ارتباطية موجبة بين كل من النشاط البدني الترويحي والتوافق النفسي الاجتماعي وعلى هذا الأساس أوصت الدراسة بضرورة تنمية التوافق النفسي من خلال بعث نشاطات رياضية ترويحية لكل فئات المجتمع وتحفيزهم على تنظيم اوقات الفراغ بشكل ايجابي يساهم في بناء المجتمع .

معلومات المقال

تاريخ المقال:

الإرسال: 28/02/2023

المراجعة:

القبول:

الكلمات المفتاحية:

النشاط البدني الترويحي

التوافق النفسي الاجتماعي

أساتذة التعليم الثانوي

Abstract

The study aims to identify the nature of the relationship between recreational physical activity and psychosocial adjustment. For this purpose, we used a descriptive approach on a randomly selected sample of a physical education professor. To collect data, we used a tool for both variables (recreational physical activity and psychosocial adjustment, after collecting the results and treating them statistically). The results were reached: There is a positive correlation between recreational physical activity and psychological compatibility. On this basis, the study recommended: the need to develop psychosocial adjustment through sending recreational sports activities to all segments of society and motivating them to organize leisure time in a positive way that contributes to building society. Keywords: The role of sports facilities, the culture of recreational physical activity

Keywords

Recreational Physical

Activity

Psychological compatibility

Secondary education

professors

* المؤلف المرسل: الاسم الكامل. البريد الإلكتروني المهني.

1. مقدمة

✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوافق النفسي الاجتماعي تبعا للعمر لدى اساتذة التعليم الثانوي

وكما هو معروف أن الإنسان الذي يعمل بصحة جيدة وبجسم متكامل يعمل بعقل متفتح وناجح لأن العقل السليم في الجسم السليم ، لهذا فإن الخبراء والمتخصصين يرون أن النشاط الرياضي بصفة عامة والنشاط الترويحي يستطيع أن يسهم بدرجة كبيرة في تنمية المواهب وصقلها وإظهار إبداعاتهم بما يخدم المجتمع .

أهمية البحث
تنبع أهمية البحث من أهمية الموضوع الذي نتناوله بالدراسة وهو النشاط الرياضي الترويحي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى أساتذة التعليم الثانوي.

يؤكد العلماء أن النشاط الرياضي هو ممارسة عملية تظهر نتائجها في الأداء العملي التطبيقي وتحتاج إلى تفكير مقترن بالتنفيذ وهذا ما يحقق التوافق النفسي الاجتماعي ومن هنا تبرز مشكلة البحث وتساؤلها العام :

في هذه الدراسة نسلط الضوء على أهمية النشاط البدني الترويحي في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى اساتذة التعليم الثانوي ، ونحاول الوصول الى فهم العلاقة بينهما ويمكن تلخيص أهمية البحث فيما يلي :

هل توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين النشاط الرياضي الترويحي والتوافق النفسي الاجتماعي لدى أساتذة التعليم الثانوي؟

يعتبر النشاط البدني الترويحي ذا قيمة تروبية اجتماعية ينصح به ، وهذا البحث يركز بالدرجة الأولى الى إيلاء أهمية كبرى للنشاط البدني الترويحي في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي .

وقد تم استنباط تساؤلات الفرعية التالية :

يعتبر هذا الموضوع من المواضيع الهامة والجديرة بالبحث نظرا لأهمية الفئة المدروسة في المدرسة والمجتمع ككل .

✓ هل يوجد مستوى متوسط من النشاط البدني

الترويحي لدى اساتذة التعليم الثانوي ؟

تعتبر هذه الرسالة رسالة للقائمين في هذا المجال (اساتذة ومختصين) بغية الأخذ بعين الاعتبار الطريقة المثلى لتنمية التوافق الاجتماعي النفسي لدى اساتذة التعليم الثانوي من خلال النتائج المتحصل عليها .

✓ هل يوجد مستوى متوسط من التوافق النفسي

الاجتماعي لدى اساتذة التعليم الثانوي ؟

✓ هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في النشاط

البدني الترويحي تبعا للعمر لدى اساتذة التعليم

الثانوي ؟

✓ هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوافق

النفسي الاجتماعي تبعا للعمر لدى اساتذة التعليم

الثانوي ؟

اهداف البحث:
نهدف من خلال هذا البحث إلى:

✓ الكشف عن العلاقة بين النشاط البدني الترويحي

والتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة الدراسة .

✓ الكشف عن الفروق في النشاط البدني الترويحي و

التوافق النفسي الاجتماعي تبعا لمتغير العمر .

✓ إبراز أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية المختلفة في

تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأساتذة.

✓ تفعيل دور الأنشطة الترويحية في تنمية القدرات

النفسية.

✓ معرفة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى

أساتذة التعليم الثانوي.

الفرضيات:

✓ يوجد مستوى متوسط من النشاط البدني الترويحي

لدى اساتذة التعليم الثانوي .

✓ يوجد مستوى متوسط من التوافق النفسي الاجتماعي

لدى اساتذة التعليم الثانوي .

✓ توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين النشاط الرياضي

الترويحي والتوافق النفسي الاجتماعي لدى أساتذة

التعليم الثانوي.

✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية في النشاط البدني

الترويحي تبعا للعمر لدى اساتذة التعليم الثانوي .

2.1. منهج الدراسة، إن طبيعة الموضوع هي التي تفرض

على الباحث اختيار المنهج المناسب لبحثه. وبطبيعة الحال فقد

استعنا بالمنهج الوصفي لأنه الأكثر ملاءمة لدراسة مثل هذه المواضيع فالمنهج الوصفي يهدف إلى جمع بيانات دقيقة عن الظاهرة التي نحن بصدد دراستها، في ظروفها الراهنة، ويحاول أحيانا تحديد العلاقات بين هذه الظاهرة والظواهر التي يبدو أنها في طريقها للتطور أو النمو ووضع تنبؤات عنها.

(عوض، 1999، ص82)

وبذلك يمكن القول أن الدراسة الوصفية تسعى إلى صياغة مبادئ هامة والتوصل إلى حل المشاكل.

(علاوي،

1999، ص 139)

2.2. عينة الدراسة

الجدول التالي يوضح خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب العمر

جدول 1: يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب العمر

| العمر | عدد الأفراد | النسبة المئوية |
|----------------|-------------|----------------|
| اقل من 35 سنة | 14 | 46.67% |
| اكثر من 35 سنة | 16 | 53.33% |
| المجموع | 30 | 100% |

يتضح من خلال الجدول رقم (01) أن أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية تم اختيارهم عشوائيا حيث قدرت نسبة اقل من 35 سنة ب (46.67%)، وأما عن نسبة أكثر من 35 سنة فقد قدرت ب (53.33%)

عينة الدراسة الأساسية:

شملت عينة الدراسة الأساسية (23) استاذ التربية البدنية بالجهة الشمالية لولاية الاغواط تم اختيارهم بطريقة قصدية، من أجل التأكد من صحة فروض الدراسة أو نفيها، والجدول التالي يوضح خصائص عينة الدراسة الأساسية حسب العمر.

| العمر | عدد الأفراد | النسبة المئوية |
|----------------|-------------|----------------|
| اقل من 35 سنة | 10 | 43.47% |
| اكثر من 35 سنة | 13 | 56.53% |
| المجموع | 23 | 100.0% |

يتضح خلال لجدول رقم (02) أن أفراد عينة الدراسة الأساسية تم اختيارهم من كلا الفئتين، حيث قدرت نسبة من عندهم السن اقل من 35 سنة ب (43.47%) أما نسبة أكثر من 35 سنة فقد قدرت ب (56.53%).

3.2. مجالات الدراسة

المجال المكاني:

اقتصرت البحث على بعض ثانويات الجهة الشمالية بالأغواط .

المجال الزمني:

تم القيام بتوزيع وإسترجاع الإستبيانات إبتداء من 25 أفريل إلى غاية 05 ماي 2021 على أساتذة التعليم الثانوي موضوع البحث.

المجال البشري:

يمثل أساتذة التعليم الثانوي بالجهة الشمالية بولاية الاغواط.

4.2. الخصائص السيكومترية

صدق وثبات أداة جمع البيانات:

تعتبر مرحلة جمع البيانات أصعب مراحل البحث العلمي، وأحد منابع صعوبة المرحلة هو اختيار (أو تصميم) أداة جمع بيانات مناسبة لهدف ومجتمع الدراسة. عادة ما يعتمد الباحث على عدة أسس عند اختياره أداة من بين الأدوات المتاحة له في عملية جمع البيانات، ومن أهم هذه الأسس هي مدى صدق وثبات البيانات التي توفرها الأداة، ذلك لأن ضعف صدق أو ثبات الأداة يؤدي بالضرورة إلى ضعف صحة وسلامة نتائج الدراسة بأكملها، وعدم صحة وسلامة نتائج الدراسة تجعل البحث بلا قيمة، ولا يعدو أن يكون مضيعة للوقت والجهد والمال سواء للباحث أو المستفيد من البحث. لذلك يحرص الباحث كل الحرص على اختيار الأداة ذات الصدق والثبات العالين، من هذا المنطلق، يتعين علينا معرفة مدى صدق وثبات أداة جمع البيانات.

استبيان النشاط البدني الترويحي :

أ) الصدق الظاهري: يقصد بالصدق الظاهري للمقياس إلى أي درجة يبدو المقياس ظاهرياً يقيس ما صمم من أجله وتعريف الصدق الظاهري لأداة جمع البيانات إلى أي درجة تبدو ظاهرياً مناسبة لما صممت من أجله .

- الصدق المقارنة الطرفية:

الجدول رقم (03) يبين اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعة العليا والدنيا للنشاط البدني الترويحي

| المتغير المقيا | مجموعا | العدي | المتوس | الانحرا | درجة | قيمة | قيمة | الفر |
|----------------|----------|-------|--------|---------|------|------|------|------|
| س | ت | نة | ط | ف | حر | T | قيمة | ر |
| المقارنة | المقارنة | الحسا | بي | المعيار | ية | sig | | |
| | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---------------|---------------------|----|------------|------------|----|-----------|------------|-----|
| النشاط البدني | الطرف الأعلى %27 | 08 | 177.2 5 | 10.19 4 | 14 | 6.87 4 | 0.000 1 | دال |
| المتطرفين | الطرف الأدنى %27 | 08 | 141.0 0 | 10.88 9 | | | | |

يتضح من الجدول رقم (03) أن قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، حيث قدرت قيمتها ب (6.874) وهذا يشير إلى أن الاستبيان له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين مما يدل على صدقه ويسمح لنا باستخدامه في الدراسة الحالية.

(ب) الثبات:

الجدول رقم (04) يبين معامل الثبات مقياس النشاط البدني الترويحي

| | | | |
|------------------------|------------|-------------|--------------------|
| المقياس | عدد البنود | عدد الأفراد | معامل الفا كرونباخ |
| النشاط البدني الترويحي | 10 | 30 | 0.80 |

يتضح من الجدول رقم (04) أن قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ استبيان النشاط البدني الترويحي قدر ب (0.80)، وهي قيمة مقبولة تدل على ثبات المقياس مما يسمح لنا باستخدامه في الدراسة الحالية.

6.2.2. استبيان التوافق النفسي الاجتماعي

(أ) الصدق الظاهري:

يقصد بالصدق الظاهري للمقياس إلى أي درجة يبدو المقياس ظاهرياً يقيس ما صمم من أجله وتعريف الصدق الظاهري لأداة جمع البيانات إلى أي درجة تبدو ظاهرياً مناسبة لما صممت من أجله .

صدق المقارنة الطرفية:

الجدول رقم (05) يبين اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعة العليا والدنيا للتوافق النفسي الاجتماعي

| | | | | | | | | |
|--------------------------|---------------------|-------|-----------------|-------------------|-------------|------------|------------|--------|
| المتغير المقياس | مجموعات المقارنة | العبء | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الحرية | قيمة T | قيمة sig | القرار |
| التوافق النفسي الاجتماعي | الطرف الأعلى %27 | 08 | 59.75 | 2.712 | 14 | 11.7 18 | 0.00 01 | دال |
| | الطرف الأدنى %27 | 08 | 45.62 | 2.065 | | | | |

يتضح من الجدول رقم (05) أن قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، حيث قدرت قيمتها ب (11.718) وهذا يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين مما يدل على صدقه ويسمح لنا باستخدامه في الدراسة الحالية.

(ب) الثبات:

الجدول رقم (06) يبين معامل الثبات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي

| | | | |
|-------------|------------|-------------|--------------------|
| المقياس | عدد البنود | عدد الأفراد | معامل الفا كرونباخ |
| تقدير الذات | 25 | 30 | 0.58 |

يتضح من الجدول رقم (06) أن قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي قدر ب (0.58)، وهي قيمة مقبولة تدل على ثبات الاستبيان مما يسمح لنا باستخدامه في الدراسة الحالية.

2.2. الاختبارات الاحصائية المعتمدة

تم اعتماد برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية

spss.0.18 من خلال استخدام الأساليب الإحصائية التالية :

✓ معامل الارتباط بيرسون والذي استخدم للإجابة عن

الفرضية الثالثة.

✓ اختبار T لعينة واحدة والذي استخدم للإجابة عن

الفرضية الأولى والثانية

✓ اختبار T لعينتين مستقلتين للكشف عن الفروق

والذي استخدم للإجابة عن الفرضية الرابعة

والخامسة.

✓ التكرارات والنسب المئوية.

✓ معامل الفا كرونباخ لحساب الثبات.

3. عرض وتحليل نتائج الدراسة

1.3. عرض نتائج الفرضية الأولى:

نصت فرضية الدراسة على أنه يوجد مستوى مرتفع من النشاط البدني الترويحي لدى اساتذة التعليم الثانوي. وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار T لعينة واحدة وتم التوصل للنتائج الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (07) يبين اختبار T لعينة واحدة لمعرفة مستوى النشاط البدني الترويحي

| عدد الأفراد | المتوسط الفرضي | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة "ت" | درجة الحرية df | مستوى الدلالة | القرار |
|-------------|----------------|-----------------|-------------------|----------|----------------|---------------|--------|
| 23 | 30 | 32.97 | 2.781 | 4.306 | 22 | 0.0001 | دال |

يتبين من الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة البالغ عددهم (23) بلغ (32.97)، وانحراف معياري قدره (2.781) ومتوسط فرضي بلغ (30)، وعند مقارنة المتوسط الفرضي للمقياس مع المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة في النشاط البدني الترويحي ظهر المتوسط الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي، وعند اختبار دلالة الفروق وجد بأنه دال إحصائياً عند مستوى (0.01) وبدرجة حرية (22) إذ كانت قيمة "ت" (4.306)، وهذا يعني أن الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي ذو دلالة إحصائية، ومنه نجد ان مستوى النشاط البدني الترويحي لاساتذة التربية البدنية والرياضية ، ومن هذه النتائج يتضح لنا أن فرضية البحث تحققت.

2.3. عرض نتائج الفرضية الثانية:

يوجد مستوى مرتفع من التوافق النفسي الاجتماعي لدى اساتذة التعليم الثانوي، وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار T لعينة واحدة وتم التوصل للنتائج الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (08) يبين اختبار T لعينة واحدة لمعرفة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي

| عدد الأفراد | المتوسط الفرضي | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة "ت" | درجة الحرية df | مستوى الدلالة | القرار |
|-------------|----------------|-----------------|-------------------|----------|----------------|---------------|--------|
| 23 | 75 | 77.95 | 6.465 | 3.913 | 22 | 0.0001 | دال |

يتبين من الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة البالغ عددهم (23) بلغ (53.95)، وانحراف معياري قدره (6.465) ومتوسط فرضي بلغ (50)، وعند مقارنة المتوسط الفرضي للمقياس مع المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة في التوافق النفسي الاجتماعي ظهر المتوسط الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي، وعند اختبار دلالة الفروق وجد بأنه دال إحصائياً عند مستوى (0.01) وبدرجة حرية (22) إذ كانت قيمة "ت" (3.913)، وهذا يعني أن الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي ذو دلالة إحصائية، ومنه يوجد مستوى متوسط من التوافق النفسي الاجتماعي لدى اساتذة التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية ، ومن هذه النتائج يتضح لنا أن فرضية البحث تحققت.

3.3. عرض نتائج الفرضية الثالثة:

توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين النشاط الرياضي الترويحي والتوافق النفسي الاجتماعي لدى أساتذة التعليم الثانوي. وللتحقق من الفرضية تم حساب معامل الارتباط "بيرسون" لمعرفة نوع العلاقة وطبيعتها بين المتغيرين التشوهات العرفية تقدير الذات وتم التوصل إلى النتائج الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (09) يوضح نتائج معامل الارتباط بين النشاط البدني الترويحي والتوافق النفسي الاجتماعي:

| متغيرات الدراسة | العينة | قيمة الارتباط pp | معامل مستوى الدلالة |
|--------------------------|--------|------------------|---------------------|
| النشاط البدني الترويحي | 23 | 0.72** | 0.0001 |
| التوافق النفسي الاجتماعي | | | |

يتوضح من خلال الجدول رقم (09) أن هناك علاقة ارتباطيه موجبة بين النشاط البدني الترويحي و التوافق النفسي الاجتماعي، حيث قدرت قيمة معامل الارتباط "بيرسون" ب (0.72) بمستوى دلالة 0.01 وهي نتيجة مؤكدة لفرضية دراستنا التي تنص على أنه يوجد علاقة ارتباطيه بين النشاط البدني الترويحي والتوافق النفسي الاجتماعي لدى اساتذة التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية بمدينة أفلو، وعليه فقد تحققت الفرضية.

1.4. عرض نتائج الفرضية الرابعة:

الفئتين العمريتين في التوافق النفسي الاجتماعي وبالتالي لم تحقق الفرضية.

4. مناقشة النتائج

مناقشة وتحليل نتائج الدراسة :

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

يعزو الطالبين هاته النتيجة الى ان النشاط البدني الترويحي هو مجموعة المعلومات والخبرات وكذا المهارات والقيم التي يتعلمها الفرد من مشاركته في الأنشطة البدنية الرياضية الترفيهية، تعد جزءا كبيرا يساهم في التربية العامة للفرد، وفي ظل الجائحة (كورونا) اتجه معظم الافراد الى النشاط البدني الترويحي لتحقيقه الحاجات الإنسانية للتعبير الخلاق عن الذات وتطور الصحة البدنية والانفعالية وكذا العقلية ومساهمته بقسط كبير في التحرر من الضغوط والتوترات النفسية والعصبية في وقتنا الحالي.

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

من خلال النتائج المتحصل عليها عن طريق المعالجة الاحصائية ، يعزو الطالبين هاته النتيجة الى أن التوافق النفسي مجموعة سلوكيات ومحاولات متكررة ، يسلكها الفرد من خلال التفاعل مع الآخر، من أجل الانسجام وتحقيق الاستقرار مع نفسه أولا ومع الآخر ثانيا وتحقيق أهدافه. ويظهر في مدى رضا الفرد عن ذاته وقبول الآخرين له، والخلو من الحزن وال فشل وتقبله لذاته، وهذا ما يتسم به اساتذة التعليم الثانوي لمادة التربية البدنية والرياضية.

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

من خلال النتائج المتحصل عليها نجد ان النشاط البدني الترويحي هو وسيلة يتخلص منها الفرد من الضغوط النفسية للعمل المتراكمة عليها ، ومن كل مصدر من مصادر القلق وهذا مانجده في الترويح والصحة النفسية .

وبتالي يجد الاستاذ في ممارسته للنشاط البدني الترويحي ارتياح وهروب من مصادر القلق والتخفيف منها.

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

من خلال ماتحصلنا عليه عن طريق المعالجة الاحصائية ، نجد ان عامل السن ليس له التأثير المهم في ممارسة النشاط البدني الترويحي ، وبانه توجد عوامل اخرى لها التأثير في ذلك .

توجد فروق ذات دلالة احصائية في النشاط البدني الترويحي تبعا للعمر لدى اساتذة التعليم الثانوي .

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار t-test وتم التوصل إلى أن النتائج الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (10) يوضح نتائج اختبار (T) لدلالة الفروق بين الفئتين العمريتين في النشاط البدني الترويحي

| المقيا س | اقل من 35(ن=10) | اكثر من 35 سنة(ن=13) | قيمة "ت" | درجة حر رية | (ت) المحس وب الدلا لة | مست |
|--------------------------------------|----------------------------|-------------------------------|-------------|-------------------|-----------------------------------|------|
| النشا ط البدني الترو يحي | المتو سط الحسا بي | المتو سط الحسا بي | 1.7 83 | 21 | 0.082 | 0.05 |
| | 158.4 7 | 22.44 9 | | | | |
| | | 169.7 5 | | | | |
| | | 17.61 2 | | | | |

يتضح من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة "ت" قدرت ب (1.783) وهي غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) أو (0.05)، وهذا يشير إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الفئتين العمريتين في النشاط البدني الترويحي وبالتالي لم تحققت الفرضية.

1.5. عرض نتائج الفرضية الخامسة:

توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوافق النفسي الاجتماعي تبعا للعمر لدى اساتذة التعليم الثانوي .

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار t-test وتم التوصل إلى أن النتائج الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (11) يوضح نتائج اختبار (T) لدلالة الفروق تبعا للعمر في التوافق النفسي الاجتماعي

| المقيا س | اقل من 35 سنة(ن=10) | اكثر من 35 سنة(ن=13) | قيمة "ت" | درجة حر رية | الدلالة المعتمدة | الدلالة المحسو بة |
|---------------------------|------------------------------|-------------------------------|-------------|-------------------|---------------------|-------------------------|
| لتوافق لنفس اجتماعي | المتوسط الحسابي | المتوسط الحسابي | 1.164 | 21 | 0.05 | 0.252 |
| | 52.80 | 6.265 | | | | |
| | | 55.15 | | | | |
| | | 6.611 | | | | |

يتضح من خلال الجدول رقم (11) أن قيمة "ت" قدرت ب (1.783) وهي غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) أو (0.05)، وهذا يشير إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين

الجسمانية والكفاءة في العمل ويعزز الشعور بالذات وإدراك المكانة الاجتماعية لنفسه ولزملائه. كما أن النشاط البدني الرياضي الترويحي يوفر فرصا طبيعية لنمو الشخصية الانسانية للفرد بشكل يتصف بالتكامل من خلال الاندماج في النشاط مع الجماعات والفرق التي تضمن له الألفة والصدقة وتحثه على استقبال الآخر، والتأقلم مع أفكاره وقيمه ، ويدرك من خلاله دوره الهام كفرد في المجتمع.

- المصادر والمراجع:

- بن العايب عبد الهادي بن الدين كمال (2021) دراسة مقارنة بين مستويات الثقافة الرياضية لدى رياضي النخبة السابقين بين الممارسين و الغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي، مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية
- إسحاق يعقوب: مفهوم الترويح ونظرياته، منظمة المدن العربية، الدوحة، د ط، 1986.
- 28. محمد عادل خطاب: النشاط الترويحي وبرامجه، مكتبة القاهرة الحديثة، ط1، 1980.
- المرواني عايد محمد نايف ، 2009، التوافق النفسي و المسؤولية الاجتماعية لدى المجرمين ، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر ط 1.
- محمد حسن علاوي و اخرون: البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

يعزو الطالبين هاته النتيجة الى كون التوافق النفسي الاجتماعي ليس مرتبط بمرحلة عمرية معينة، بل العقبات والضغوط هي من تحدد مستويات التوافق النفسي الاجتماعي .

.الاستنتاج العام:

من خلال النتائج المتحصل عليها عن طريق المعالجة الاحصائية تحصلنا على مايلي :

يوجد مستوى متوسط من النشاط البدني الترويحي والتوافق النفسي الاجتماعي

لا توجد فروق في النشاط البدني الترويحي والتوافق النفسي الاجتماعي تبعا للعمر لدى اساتذة التعليم الثانوي بمدينة افلو.

3.الاقترحات:

1- دراسة المساندة الاجتماعية وعلاقتها النشاط البدني الترويحي

2- دراسة التوافق النفسي الاجتماعي و الدعم الاجتماعي لعينات اخرى .

5. خاتمة

إن لكل بداية نهاية ولكل منطلق هدف واضح ومقصود، وقد بدأنا عملنا المتواضع بجمع المعلومات الخاصة بموضوع البحث وصولا إلى طرح الأسئلة وتحليل نتائجها والتي أكدت على الدور الهام للنشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى اساتذة التعليم الثانوي. إذ أنه بالاستناد إلى الدراسة التطبيقية التي قمنا به باستعمال أداة الاستبيان والذي كان موجها لعينة من أساتذة التربية البدنية والرياضي في التعليم الثانوي بالجهة الشمالية لولاية الاغواط ، وبعد تحليل النتائج المتحصل عليها وجدنا أن أستاذ التربية البدنية والرياضية من خلال ممارسته للنشاطات الرياضية الترويحية بكل أشكالها تحقق الشعور بالراحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي ويكسب الصفات الاجتماعية السوية كالتعاون وتحمل المسؤولية. ونظرا للدور الكبير الذي يلعبه النشاط الرياضي الترويحي لدى مختلف الفئات العمرية، وخاصة أساتذة النشاطات الرياضية والتربية البدنية بالطور الثانوي وفعاليتها في تحقيق الشخصية المتكاملة وتنمية الثقة بالنفس ، وغرس روح المرح والسعادة ، ويساعد على التوافق النفسية والانفعالي والصحي والعقلي والارتقاء بالصحة