

## اثر حصة التربية البدنية و الرياضية على عملية التأزر النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية

د. سربوت عبد المالك جامعة زيان عاشور الجلفة

د. براهيم مبروك جامعة زيان عاشور الجلفة

أ. حبيطة عطية جامعة زيان عاشور الجلفة

### الملخص:

من خلال النتائج الدراسة نجد أن حصة التربية البدنية و الرياضية تجعل للتلاميذ لهم مكانة بين زملائه، فيكون أكثر اندماجا وتوافقا مع الجماعة، كذلك بينت النتائج الدور الفعال والكبير الذي تلعبها حصة التربية البدنية و الرياضية في مجتمع التلاميذ في ترسيخ الأخلاق الاجتماعية وتكوين اتجاهات سليمة في الحياة، أساسها الدعامة الأخلاقية والتربوية هذه الأخيرة التي تساهم في تنشئة التلميذ ، وهذا ما يؤكد إقبال التلاميذ على حصة التربية البدنية و الرياضية ، فهو يعتبر بذلك وسط تربوي مهم في تقبل الآخرين ، وهنا يكمن الدور الكبير للنشاط الرياضي في تحقيق ذلك من خلال صياغة وتسطير الأهداف التربوية والتسيير الحسن وفق رغبات التلاميذ. ومنه نستنتج ان الفرضيات قد تحققت.

### الكلمات الدالة:

- حصة التربية البدنية و الرياضية
- التأزر النفسي
- تلاميذ.
- مرحلة الثانوي.

### Résumé :

A travers l'étude des résultats, nous constatons que la part de l'éducation physique et le sport font pour les élèves de leur position parmi ses collègues, donc plus intégré et compatible avec le groupe, ainsi que les résultats ont montré le rôle efficace et important joué par la part de

l'éducation physique et du sport dans la communauté étudiante dans la consolidation de l'éthique sociale et la formation de tendances dans la vie , la base duquel ce dernier pilier moral et éducatif qui contribuent à l'éducation de l'élève, et cela est confirmé par Iqbal élèves se partagent de l'éducation physique et du sport, il est considéré que le centre de l'éducation est importante dans les autres acceptent, et se trouve ici le grand rôle de l'activité sportive pour y parvenir, sauf Formuler et souligner les objectifs pédagogiques et la bonne gestion selon les souhaits des étudiants. D'où nous concluons que les hypothèses ont été réalisées.

### Mots clés:

La part de l'éducation physique et du sport

Synergie psychologique

FAMILLE

### 1. الإشكالية:

وكون حصة التربية البدنية والرياضية نظام عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل، فهي عنصر قوي في إعداد تلاميذ الثانوي بتنمية علاقاته مع الأعضاء الآخرين في الفريق ومع الفرق الأخرى من خلال عملية التأزر النفسي ، حيث أنهم يكتسبون الصفات الاجتماعية كالطاعة والشعور بالصدقة من خلال حصص التربية البدنية والرياضية يتعلم الفرد أدواره الاجتماعية ويكتسب المعايير الاجتماعية، وتزويده بالقيم والاتجاهات والسمات الرياضية القويم، فممارسة الأنشطة الرياضية تنعكس بشكل إيجابي على نمو شخصية الفرد ( إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باصي: 2001 ص 41)، وتهدف هذه الأنشطة إلى بث روح التعاون بين الأفراد والتخلص من الطاقة العدوانية وتفريغها في نشاط رياضي جماعي، وتساعد هذه الأنشطة الرياضية أيضا الأفراد في التحلي عن اتجاهاتهم وأنماط سلوكهم الخاطئة وتكوين سلوكيات واتجاهات جديدة مقبولة فضلا عن أهمية هذه الأنشطة في نمو الجسم والعقل، فهي تمد الجسم بالحيوية والطاقة. (عبد العظيم حسين، 2004، ص 244، 245)

ومن خلال بحثنا هذا أردنا كشف الأثر الحقيقي للتربية البدنية والرياضة على التفاعل الاجتماعي في سن المراهقة  
ومنه حق علينا التساؤل التالي :

### التساؤل العام:

- هل حصة التربية البدنية والرياضية دور في عملية التأزر النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

### 2. الفرضيات:

#### الفرضية العامة:

- حصة التربية البدنية والرياضية دور في عملية التأزر النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

#### الفرضيات الجزئية:

1. لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور هام في زيادة عملية التعاون لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
  2. هناك انعكاسات كبيرة للتربية البدنية الرياضية على تلاميذ المرحلة الثانوية.
  3. ممارسة تلميذ للنشاط الرياضي يعمل على توطيد علاقاتهم.
- ### 3.أسباب واختيار الموضوع :

يعود اختيار موضوع الدراسة لعدة عوامل هي:

- ~ الإيمان بالفائدة الكبيرة التي سنحصل عليها من البحث
- ~ لفت أنظار الهيئات المختصة لهذه الفئة من المجتمع عن طريق هاته البحوث .
- ~ ميلنا لمثل هذا النوع من البحوث.

### 4.أهمية الدراسة:

- ~ معرفة الأسباب الحقيقية والموضوعية للسلوكيات الانطوائية عند المراهقين
- ~ تغيير نظرة المجتمع والأسرة لهذه الفئة .
- ~ إثراء المكتبة بموروث علمي جديد .
- ~ محاولة تقديم النصائح والإرشادات للهيئات المسؤولة للإهتمام بهاته الشريحة.

### 5.أهداف الدراسة:

- ~ إبراز أهمية النشاط البدني الرياضي من حيث الدور الذي يلعبه في إعادة التنظيم الشامل للمراهقين وتنمية المهارات العقلية والمفاهيم الضرورية والكفاءات الاجتماعية .

~ محاولة الحصول على المعرفة أكثر فيما يتعلق بمختلف التغيرات التي تطرأ على المراهقين خلال وبعد ممارسة النشاط البدني الرياضي .

~ أخذ النشاط البدني الرياضي كوسيلة في توجيه وضبط سلوكيات المراهق .

~ الإلمام بخطورة الاضطرابات الاجتماعية والنفسية التي من بينها السلوك الانطوائي عند المراهقين

مفاهيم الدراسة:

### 1. تعريف التربية البدنية والرياضية :

هي تلك العملية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني والرياضي بالإعتماد على تأثير كل معطيات العلوم الحديثة (البيولوجيا ، علم الوراثة ، علم النفس ...)، وترمي إلى تكوين الفرد تكويناً متكاملًا من الناحية الحسية ، الحركية ، الاجتماعية العاطفية والمعرفية<sup>1</sup>.

### 2. مفهوم التربية العامة :

**2-1- لغة :** التربية في اللغة العربية مأخوذة من الفعل ربى الرباعي ، أي غذي الولد وجعله ينمو ، وأصل ربي الولد - ربايربو - أي زاد ونما ، ومن العلماء من جعل أصلها رب ، يقال رب القوم ، أي ساسهم وكان فوقهم ورب النعمة زادها ورب الولد رباه حتى أدرك<sup>2</sup> كما عرفت في اللغة على أنها تعني إيصال الشيء إلى كماله والكمال هنا يتوقف على طبيعة الشيء الذي يخضع للتربية ولحيز الفرد وحيز الإنسانية التي ينتمي إليها<sup>3</sup>

**2-2- اصطلاحاً :** عرفت من قبل العلماء والفلاسفة وعبر مختلف الأزمنة بعدة تعريفات نأخذ منها : يقول إستيورت ميل ( إن التربية هي كل ما نفعله نحن من أجل أنفسنا وكل ما يفعله الآخرون من أجلنا ، حين تكون الغاية تقريب أنفسنا من كمال طبيعتنا )<sup>4</sup>.

### 3. التآزر:

هو مصطلح يستخدم للإشارة إلى حصول تأثير أكبر عند تعاضد عاملين مختلفين قياساً بتأثير كل عامل منهم على حدة، و يتميز هذا التأثير بكونه أكبر من حاصل مجموع العاملين إذا ما أخذ كل منهم على حدة، ولشرح هذه

<sup>1</sup> - قاسم حسن حسين ، قاسم حسن حسين ، الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، الأردن ، ط 1 ، 1998 ، ص 196.

<sup>2</sup> - حسين عبد الحميد احمد رشوان ، التربية المجتمع ، المكتب العربي الحديث ، الإسكندرية ، 2002 ، ص 3

<sup>3</sup> - سلامة الخميسي ، التربية والمدرسة والمعلم ، قراءة اجتماعية ثقافية ، دار الوفاء ، مصر ، 2000 ، ص 34

<sup>4</sup> - معتز الصابوني ، علم الاجتماع التربوي ، دار أسامة للنشر والتوزيع ، الأردن ، ط 1 ، 2006 ، ص 13

العلاقة يمكن كتاب المعادلة بالشكل التالي. وبالتالي فالتأزر لعاملين يعطي تأثيراً أكبر من حاصل جمع تأثيري العاملين إذا ما أخذنا كلاً على حدة.

أفراد المُجْتَمَعِ ضَرُورِيٌّ لِكُلِّ بِنَاءٍ وَتَقَدُّمٍ : التَّعَاوُنُ ، التَّضَامُنُ ، المُسَاعَدَةُ المُتَبَادَلَةُ. ( المعجم :اللغة العربية المعاصر.ص124)

#### 4.تعريف المراهقة :

المراهقة مرحلة إنتقالية من الطفولة إلى الرشد وكلمة - راهق- في اللغة تعني قارب الإحتلام .

~ أما المراهقة تعني اصطلاحاً الإقتراب من النضج الجنسي والإنفعالي والعقلي ، فهي مرحلة من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريباً أو قبل ذلك بعامين ، ومن السهل تحديد بداية المراهقة ولكن من الصعب تحديد نهايتها ويجمع ذلك إلى أن بداية المراهقة تحدد البلوغ الجنسي بينما تحدد نهايتها بالوصول إلى النضج في مظاهر النمو المختلفة. ( فؤاد البيهي السيد ، بدون سنة ، ص272)

5.طرق تدريس التربية البدنية والرياضية: هناك ثلاث طرق رئيسية في تعلم المهارات الحركية في التربية البدنية والرياضية

-5-1 الطريقة الجزئية: تسمى أحيانا طريقة الانباطين، وتعتمد على تقسيم المهارة أو التمرين إلى عدة أقسام أو خطوات صغيرة ويتم شرح كل قسم أو خطوة دون إطالة في الكلام أو إضاعة للوقت، وتقوم هذه الطريقة على الإدراك الجزئي للمهارة أو التمرين، ويتم تعليم كل جزء من الأجزاء بالتدرج، ولا يجوز الانتقال من جزء إلى آخر إلا بعد إتقان الجزء الأول، ثم نربط جميع الأجزاء ببعضها وتؤدي المهارة كاملة حسب سلسل أجزائها، وهناك الكثير ممن يفضل استعمال الطريقة الجزئية معتمدين في ذلك على المبدأ القائل: لإتقان الكل يجب إتقان الأجزاء، فتعلم الأجزاء يسهل نسبيًا من تعلم الحركة ككل ( احمد ماهر أنور حسن وآخرون، 2008 ، ص 110)

-5-2 الطريقة الكلية: تعتبر هذه الطريقة حلا وسطا بين الطريقتين السابقتين، وتسمى الطريقة الشوليفة ، وتقوم هذه الطريقة تعتمد هذه الطريقة على تعلم المهارة الحركية كوحدة واحدة دون تقسيمها و تجزئتها إلى أجزاء ووحدات صغيرة ، وتتميز بشرح المهارة الحركية ككل نظريا و بطريقة مبسطة، وأداء نموذج حركي متكامل للمهارة ثم يبدأ تعليمها، وعلى المعلم إصلاح الأخطاء أثناء الممارسة وهي تساعد التلميذ على إدراك العلاقة بين عناصر المهارة الحركية و المكونات التي تشكل المهارة، مم يساهم في سرعة تعلمها و إتقانها و تعمل على خلق أسس التذكر الحركي للمهارة لأن التلميذ يقوم باسترجاع المهارة كوحدة واحدة وتستخدم هذه الطريقة في تعلم المهارات الحركية السهلة و البسيطة

و القصيرة التي يصعب تجزئتها، وتناسب مع إمكانيات التلاميذ المهارية و العقلية حتى تكون الأخطاء المرتكبة قليلة ،  
و التعلم بالطريقة الكلية يمكننا من ربح وقت و جهد كبيرين. ( احمد بو سكرة ، مرجع سبق ذكره ، ص 21)

**5-3- الطريقة الكلية الجزئية:** تعتبر هاته الطريقة حلا وسطا بين الطريقتين السابقتين ، وتسمي الطريقة التوليفة ،  
وتقوم هاته الطريقة على تقسيم المهارة أو الحركة إلى وحدات كبيرة وكل وحدة تشمل مجموعة أجزاء صغيرة ، وتعمل  
كل علي حدي وترتبط هاته الوحدات الكبيرة لتكون المهارة بصورة كاملة ، و قبل البدء بالتجزئة إلى وحدات كبيرة  
يمكن أن تعرض المهارة كاملة أمام التلاميذ ، والتعلم بهذه الطريقة يعطي ويحقق نتائج كبيرة

**5-4: طريقة المحاولة والخطأ:** يحاول التلميذ في هذه الطريقة أداء المهارة حسب قدراته الحركية ، وعلى المدرس  
القيام بدور الموجه والمرشد في إعطاء النقاط التعليمية والتصحيحية وتساعد هذه الطريقة التلميذ على اكتشاف  
أخطائه بنفسه وبالتالي يحاول سريعا أن يصححها وتحليل هذه الطرق في التعليم نجد أن المدرس لا بد وأن يختار  
الطريقة المناسبة التي تتفق مع أهدافه وقدرات تلاميذه ، وكذلك مع الإمكانيات المتوفرة بالمدرسة ، المهام إذن الوصول  
إلى الهدف بأقل جهد وأقصر وقت ( احمد ماهو انور حسن وآخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 106. 107)

#### المنهج المتبع:

المنهج يعني مجموعة الأسس والقواعد التي يتبعها الباحث من اجل الوصول إلى الحقيقة يقول **عمار بوحوش** "انه  
الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة " (عمار بوحوش: 2001 ، ص137)  
وقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي وهذا الاختبار لم يحدث ارتباطا بل نتيجة حتمية لطبيعة الموضوع،  
ومن ثم فالمنهج الوصفي هو: " طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أعراض  
محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية أو سكان معينين. (عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات: 1995 ،  
ص129 ، 130).

#### أدوات جمع البيانات:

إن المقصود بصدق الاستبيان هو أن يقيس الاختبار بالفعل للظاهرة التي وضع لقياسها. ويعتبر الصدق من أهم  
المعاملات لأي مقياس أو اختبار حيث انه من شروط تحديد صلاحية الاختبار .  
ويعني كذلك صدق الاستبيان التأكد من انه سوف يقيس ما اعد لقياسه للتأكد من صدق أداة الدراسة قام  
الباحث باستخدام صدق المحكمين.

**عينة الدراسة:** يختلف معنى مجتمع الدراسة عن معنى عينة الدراسة، إذ يشير معنى مجتمع الدراسة إلى "المجموعة الكلية  
من العناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة".

العينة العشوائية:

حجمها : يقدر حجم العينة الخاصة بالتلاميذ ب 120 تلميذ و تلميذة من الثانويات الثلاثة التي سوف نقوم بذكرها لاحقا. يقدر حجم العينة الخاصة بالأساتذة ب 12 أستاذ من الثانويات الثلاثة، و يتم ذكرها لاحقا.

أساليب المعالجة الإحصائية:

إن الأساليب الإحصائية تستعمل لدراسة أي عينة، و هذا لهدف التعرف على المجموع الكلي للموضوع والتوصل الى صحة الفرضيات أو خطئها و الدراسة الإحصائية تعطينا نتائج دقيقة، باعتبار أنها تترجم إلى أرقام ، حيث تتمثل الدراسة الإحصائية في :

النسبة المئوية: استخدام الباحث لقانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة، و جميع النقاط المحصل عليها في بطاقة الملاحظة و هذا بعد جمع تكرارات كل واحد منها.

نتائج الدراسة:

المحور الأول:

الأسئلة	التكرارات	
	نعم	لا
01	%70.83	%29.16
02	%75	%25
03	%62.05	%37.05
04	%79.16	%20.83
05	%83.33	%16.21
06	81.66%	18.33%
07	%58.33	%41.66
08	%70.83	%29.16

يعالج الفرضية الجزئية الأولى والمتمثلة في لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور هام في زيادة عملية التعاون لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، ويضم هذا المحور مجموعة من أسئلة استبيان الأساتذة والتلاميذ جميع هذه الأسئلة تجيبنا عن التكوين الجيد للأستاذ ، و عن طرق التعامل مع التلاميذ من اجل التخفيف من مشكلاتهم و زيادة عملية التعاون.

الأسئلة	التكرارات	
	نعم	لا
01	%91.66	%8.33
02	%87.5	%12.5
03	%87.5	%12.5
04	%79.16	%20.83
05	%62.5	%37.5
06	%54.16	%45.83
07	%66.66	%33.33
08	%33.33	%66.66

يعالج الفرضية الجزئية الثانية و الثالثة والمتمثلة في هناك انعكاسات كبيرة للتربية البدنية الرياضية على تلاميذ المرحلة الثانوية و الفرضية الثالثة ممارسة تلميذ للنشاط الرياضي يعمل على توطيد علاقاتهم.

جميع هذه الأسئلة تجيبنا عن مراعاة الأستاذ لدوافع وميولات التلاميذ نحو حصص الرياضة ، يساهم في التقليل من المشكلات النفسية للتلاميذ وذلك بمراعاة الأستاذ لرغبات التلاميذ في ممارسة الرياضة التي يحبونها دون ضغط عليهم.

خاتمة:

تعتبر حصص التربية البدنية والرياضية مظهر من مظاهر الصحة البدنية والعقلية ونظاما من مجموع النظم التربوية، مكملة للتربية العامة ككل، لها أسسها وأهدافها، وغاياتها التربوية، وقد تساءلنا في موضوع بحثنا هذا عن إمكانية تحقيق التآزر بين التلاميذ، هذا الفرد الذي يعيش مرحلة نموذجية معقدة تظهر فيها عدة تغيرات وتفرض عليه عدة متطلبات نفسية واجتماعية وعقلية لا يتناسب معها.



بينت لنا النتائج السابقة أن حصة التربية البدنية والرياضية تكتسي أهمية بالغة في حياة المراهق لأنها تكسبه المعرفة والصحة الجيدة تنجم عن السمات النفسية والاجتماعية والأخلاق الحسنة السامية كالصداقة والتعاون والطاعة والاحترام والتفاعل والتسامح... الخ.

وتخلصه من العقد النفسية والعادات السيئة والانحراف والخجل والقلق والتمرد والأنانية وحب الذات والعزلة لهذا فان التربية البدنية والرياضية أنجع وسيلة للتحكم والسيطرة على هذه المرحلة الصعبة التي يمر بها كل فرد، فهي تتناسب تناسباً إيجابياً مع تغيراته الجسمية والنفسية والاجتماعية والعقلية، ولتحقيق هذه الغايات والأهداف السامية ينبغي أن تتدخل بعض العوامل كالأُسرة والمدرسة و الأُسْتاذ الكفاء و الإمكانيات التوعوية وتوجيه المراهق نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية .

ونتمنى أن تكون دراستنا هذه المتواضعة بوابة للدراسات اللاحقة للشراء العلمي.

#### اقتراحات:

باعتبار التربية البدنية وسيلة من وسائل التربية التي تهدف إلى تكوين المراهق تكويناً شاملاً ومتكاملاً من جميع النواحي خاصة النفسية والاجتماعية وكون الحصة التربية البدنية وسيلة تربوية بالدرجة الأولى وأنها تعود بالفائدة على التلاميذ سواء من الجانب الصحي أو الاجتماعي ومن خلال دراستنا لاحظنا التدهور واللامبالاة الذي تعاني وتشكو منه التربية البدنية والرياضية داخل مؤسساتنا التربوية.

كل هذا راجع إلى عدم اهتمام المعنيين بالأمر وعدم إعطاء الأهمية اللازمة رغم انه ميدان هام وأساسي في تربية وتكوين الناشئين.

لذا نتقدم ونتوجه للمسؤولين عن تطبيق برنامج التربية البدنية والرياضية والاهتمام بهذا الميدان الهام وتوصلنا إلى أهمية:

● توعية المجتمع بصفة عامة والأسرة بصفة خاصة، بان الرياضة وسيلة تربوية بالدرجة الأولى، وأنها تعود بالفائدة على التلاميذ وإبراز أهميتها في تربية الناشئ المراهق الثانوي ، وهذا بإقناع الأولياء عن طريق مختلف وسائل الإعلام السمعية والبصرية.

● تصحيح فكرة أن حصة التربية البدنية والرياضية حشو في الجدول الدراسي وأنها ألعاب ترفيهية وترويجية آلية فقط تنجز بطريقة عشوائية ويمكن الاستغناء عنها في أي وقت، وتخصيص ساعاتها للمواد النظرية الأخرى، فيجب تصحيح هذا القول وذلك بإبراز قيمة النشاط البدني والرياضي في التحصيل الدراسي للتلاميذ المراهقين والاهتمام بها من طرف المنظومة التربوية.

- توفير المنشآت القاعدية من هياكل وعتاد رياضي ، قاعات رياضية ميادين من اجل ممارسة التربية البدنية في أحسن الظروف للتلميذ والأستاذ معا.
- تحفيز التلاميذ على الممارسة والاهتمام بجمعة التربية البدنية والرياضية وذلك بتشجيعهم وإبراز القيم الحقيقية للحصة ، ورفع من معامل هذه المادة .
- على الأسرة ألا تقف كعائق أمام ميول أبنائهم لممارسة مختلف الأنشطة الرياضية وإنما عليها استغلال هذا الميل استغلالا حسنا لأنه يخدم مصلحة أبنائها ومصلحتها.
- نظرا للمكانة التي يحتلها أستاذ التربية البدنية والرياضية، وكذا الدور الفعال الذي يلعبه.
- يجب تحسيسه بالاهتمام بالشاكل النفسية والاجتماعية للمراهق والعمل على حلها وذلك بالتقرب أكثر من التلميذ والاستماع إلى انشغاله وعدم تهميشه.
- الاهتمام بانشغالات الأساتذة وحل مشاكلهم من اجل تقديم مردود أحسن لان ذلك يعود بالفائدة للتلاميذ وبالجمتمع خاصة.

#### المراجع:

1. المعجم: اللغة العربية المعاصر.
2. احمد ماهر أنور حسن وآخرون ، التدريس في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق ، دار الفكر العربي للطبع والنشر، القاهرة ، ط 1 ، 2008 ،
3. إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باصي: الاجتماع الرياضي ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة 2001
4. حسين عبد الحميد احمد رشوان ، التربية المجتمع، المكتب العربي الحديث ، الإسكندرية، 2002
5. عبد العظيم حسين، الإرشاد النفسي، دار الفكر، عمان ، الطبعة الأولى سنة 2004،
6. عمار بوحوش: مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط3، الجزائر، 2001
7. عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات: "مناهج البحث العلمي وطريقة إعداد البحوث"، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1995،
8. قاسم حسن حسين ، قاسم حسن حسين ، الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، الأردن ، ط 1 ، 1998 ،
9. سلامة الخميسي ، التربية والمدرسة والمعلم، قراءة اجتماعية ثقافية ، دار الوفاء، مصر ، 2000

10. معتر الصابوني ، علم الاجتماع التربوي ، دار أسامة للنشر والتوزيع ، الأردن ، ط 1 ، 2006 ،

11. فؤاد البيهي السيد ، الأسس النفسية للنو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر الجامعي ، القاهرة

، بدون سنة ،

الملاحق:

استمارة الاستبيان

الإجابات		الأسئلة
لا	نعم	
		هل كنت تمارس الرياضة قبل دخولك الثانوية ؟
		هل تمارس النشاط بدني والرياضي في الثانوية؟
		هل زاد ميولك واتجاهك نحو ممارسة النشاط البدني في الثانوية؟
		هل تعتقد أن ممارسة النشاط البدني يزيد من تعاملتك مع الزملاء الاندماج إليهم؟
		أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بماذا تشعر؟
		منذ ممارستك للنشاط البدني والرياضي ، هل لاحظت تغير في سلوكك
		كيف ترى حصة التربية البدنية والرياضية ؟
		عندما تتعرض لسلوك سلمي من طرف احد الزملاء سواء كان لفظي أو جسدي فما هو رد فعلك؟
		ما نوع العلاقة التي تربطك بأستاذ التربية البدنية والرياضية ؟
		هل استاذ التربية البدنية والرياضية يشجعك على ممارسة الرياضة ؟
		هل يطالبك أستاذك بالتحلي بالسلوكات الحميدة ؟
		هل تشجعك أسرته على ممارسة الرياضة ؟
		هل تغيرت علاقتك مع أسرته منذ ممارستك للنشاط البدني والرياضي؟
		هل ساهم نشاطك البدني والرياضي في تشجيع أفراد عائلتك على ممارسة الرياضة؟
		هل يمارس افراد اسرتك الرياضة؟
		هل تمارس الرياضة رفقة فرد من افراد اسرتك؟