

اقترح برنامج ترويحي باستخدام الالعاب الشبه رياضية في تنمية الحاجات

النفسية(الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية

Suggesting a recreational program using semi-sports games to develop the psychological needs (efficiency) of intermediate stage students in the physical education and sports class

بلعروسي سليمان¹، قندوز الغول خليفة²، مداح رشيد³

Belaroussi slimane¹, gandouze elgoul khalifa²; Meddah rachid³

¹ جامعة حسيبة بن بوعلى الشلف، مخبر الابداع والاداء الحركي (الجزائر)، s.belaroussi@univ-chlef.dz

² جامعة حسيبة بن بوعلى الشلف، مخبر الابداع والاداء الحركي (الجزائر)، k.guendeouzelghoul@univ-chlef.dz

³ جامعة البويرة، مخبر العلوم الحديثة والانشطة البدنية والرياضية(الجزائر) r.meddah@univ-bouira.dz

تاريخ الاستلام: 2023/06/01 تاريخ القبول: 2023/06/28 تاريخ النشر: 2023/06/30

ملخص:

إن الهدف الأساسي من الدراسة هو معرفة أثر برنامج ترويحي باستخدام الالعاب الشبه رياضية في تنمية الحاجات النفسية (الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضة، الالعاب الشبه الرياضية تعتبر من أحسن الطرق في تعليم وتلقين المهارات الأساسية، وقد تكون المجتمع البحث من تلاميذ مقاطعة بلدية الشلف الطور المتوسط، حيث تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية منتظمة وتمثلت في متوسطة بلدية الشطية، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي للملائمة لطبيعة الدراسة وتهدف الدراسة هذه إلى معرفة أثر برنامج ترويحي باستخدام الالعاب الشبه رياضية في تنمية الحاجات النفسية(الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية، ومن اجل تحليل نتائج الدراسة تم الاعتماد على البرنامج الاحصائي SPSS V25، حيث بعد مقارنة النتائج البعدية كانت دالة إحصائية وقد تم التوصل إلى أن برنامج ترويحي باستخدام الالعاب الشبه رياضية له تأثير في تنمية الحاجات النفسية(الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية.

الكلمات المفتاحية: برنامج ترويحي؛ الالعاب الشبه رياضية؛ الحاجات النفسية؛ الكفاءة؛ حصة التربية البدنية والرياضية

Abstract: Enter The main objective of the study is to find out the impact of a recreational program using semi-sports games in developing the psychological needs (efficiency) of intermediate stage students in the physical education and sports class. Semi-sports games are considered one of the best ways to teach and teach basic skills. The municipality district of Chlef, the middle phase, where the research sample was chosen randomly and systematically, and it was represented in the middle of the municipality of Al-Shatia, where the researcher used the descriptive relational approach for its suitability to the nature of the study Intermediate stage in the share of physical education and sports, And in rder to analyze the results of the study, the statistical program SPSS V25 was relied upon, where after comparing the dimensional results, it was statistically and in order to significant and sports.

Keywords: Recreation program; semi-sports games; psychological needs; efficiency physical; education and sports class.

1- مقدمة:

نظرا للتطور السريع الذي شهدته العديد من المجالات الحياة ، سواء كانت العلمية منها أوالمعرفية خاصة لتلك المتعلقة بالمجال التربوي وذلك لما له من أهمية بالغة في تكوين أفراد المجتمع تكوينا متكاملما مما يساعده على التكيف ومسايرة العصر في تطوره الفكري والعلمي، وبما أن التربية العامة هي إعداد الفرد للحياة علميا وعمليا وجسميا وعقليا وخلقيا واجتماعيا وذلك من خلال الأنشطة البدنية والمعرفية والحركية والثقافة الترويحية ليتحملوا مسؤولياتهم نحو أنفسهم وأجسامهم وحياتهم الشخصية والاجتماعية لينشؤوا مواطنين صالحين ينفعون أنفسهم ويخدمون أوطانهم.

وللوصول إلى هذه الأهداف نجد أن مدرسي التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية يستخدمون العديد من الطرق التي تتلاءم مع الخصائص الفيزيولوجية المرفولوجية والنفسية للفرد من جهة ، ومن حيث ملائمة الظروف المحيطة بالإنجاز من جهة ثانية ، ومن بين هذه الطرق نجد طريقة اللعب ، والتي هي إحدى الطرق التي يمكن اعتبار أن لها علاقة كبيرة بتحقيق أهداف الحصص التدريبية ، وذلك لما تتطلبه هذه الطريقة من سيطرة على نوع من الأدوات ، والأداء الجيد الذي يستلزم أولا السيطرة على الجسم وعلى الأداة ، ولكون اللعب ليس مرتبطا بمرحلة سنية معينة نجد أن المدرب يوجه الألعاب من حيث استعدادات اللاعبين لممارستها وجعلها تبدو سهلة أو صعبة ، أو بسيطة أو معقدة حسب اختيار اللعبة والتخطيط المسبق لكيفية إنجازها بغرض الارتقاء بشخصية التلميذ المراهق من جميع النواحي.

جانب آخر في البناء النفسي للمراهق يجب أخذه في الاعتبار والإشارة إليه، وهو الاحتياجات النفسية له، حيث تخلص واحدة من أحدث النظريات النفسية -التي تعرف بنظرية تحديد الذات أو تقرير المصير الشخصي- إلى وجود ثلاث حاجات نفسية أساسية للإنسان تسهم في توافقه وفعاليته النفسية، وهي:

1- الحاجة إلى الانتماء: تتمثل في حاجة المراهق إلى الشعور بالأمن الناتج عن الارتباط بالآخرين، والشعور أنه جزء من مجموعة، وأنه يمكن أن يُحِب ويُحَب، ولذلك نجد اهتمام المراهق بجماعات الأقران وتكوين الصداقات، والميل نحو المجاراة، وتفضيل جماعة الأصدقاء في بعض الأحيان على الأسرة والأهل؛ حيث يساهم الانتماء بشعوره بأنه مرغوب فيه، بل محتاج إليه، كما يولد لديه إحساساً أنه جزء من المجموعة، ومثل هذا الشعور يزيد من الأمان الداخلي له). (علاء القطناني، 2011، ص 7)

2- الحاجة إلى الاستقلال: حيث يحتاج للشعور بالحرية في القول والفعل؛ ليتمكن من التعبير عن الرأي دون خوف أو كبت، ويتمكن من القيام بما يرغب القيام به دون ضغط أو إحباط.

3- الشعور بالكفاءة والثقة في قدراته: لتنى لديه الشعور بالمسؤولية، وتقدير الذات وإدراك دوره وأهميته مما يضيف على شخصيته التكامل، بينما يؤدي الحرمان من ذلك إلى معاناة من التبعية، والاعتماد على الآخرين والخوف من الإقدام، وانخفاض الإنجاز، وهو ما ينقص من تكامل شخصيته ويهز كيانه أمام من يتعامل معهم. (علاء القطناني، 2011، ص 8)

لا يمكن أن نتجاهل الحاجات النفسية التي تعود على الفرد جراء ممارسته لمختلف الأنشطة الرياضية، فتأثير الممارسة الرياضية على الحياة الانفعالية للفرد تتغلغل إلى أعماق مستويات السلوك إضافة إلى ما يجنيه الفرد من فوائد صحية، فإن الرياضة تتيح له فرص المتعة والبهجة. إذا كان اللعب والممارسة الرياضية هما من أحسن الطرق لاكتساب الاستقلالية والكفاءة والانتماء، فكيف نتغاضى عن دور التربية البدنية والرياضية التي تجاوزت حدود الجسم لتشمل آفاق الفكر والإدراك والمشاعر والإحساسات والانفعالات والميولات والحاجات والرغبات وشملت بصفة عامة جميع جوانب الشخصية، وخرجت بذلك عن نطاق العظام والعضلات الى الشمولية التي أخذت مفهومها الحديث من نظريات علم النفس، وأصبحت حاليا من أحدث الأساليب التربوية، لأنها عن طريق النشاط البدني تجمع الجسم والنفس كوحدة واحدة.

لهذا فقد أولتها الجزائر في الآونة الأخيرة الكثير من الاهتمام حين أصدرت العديد من القرارات التي تتعلق بتنظيم وتطوير التربية البدنية والرياضية، ولهذا نحاول في بحثنا هذا تصميم و تقنين برنامج ترفيحي يضم العديد من الالعاب الشبه رياضية ، ومعرفة مدى تأثيره في تنمية الحاجات النفسية(الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية وانطلاقا من هذا ولحل هذه المشكلة يرى الباحث أهمية إجابة عل التساؤل العام لهذه الدراسة:

-التساؤل العام:

ما مدى فاعلية برنامج ترفيحي باستخدام الالعاب الشبه رياضية في تنمية الحاجات النفسية(الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية ؟

- التساؤلات الفرعية:

- ما مدى فاعلية برنامج ترفيحي باستخدام الالعاب الشبه رياضية في تنمية الحاجة للكفاءة لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية ؟

- الفرضية العامة:

البرنامج الترفيهي باستخدام الالعاب الشبه رياضية له تأثير فعال في تنمية الحاجات النفسية(الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية.

- الفرضيات الجزئية:

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في تنمية الكفاءة، لصالح المجموعة التجريبية.

II - طرائق و أدوات الدراسة:

1-الدراسة الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية هي عملية يقوم بها الباحث قبل بداية العمل الميداني وكذلك، هي عملية الاستطلاع على الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي (مروان عبد المجيد ابراهيم، 2000، صفحة 38).
قمنا بالدراسة الاستطلاعية على مستوى متوسطة رضا حوحو ببلدية الشطية وذلك قصد الحصول على معلومات خاصة بمجتمع البحث والتي تساعدنا على اختيار وتحديد عينة البحث بشكل دقيق.

1-الأسس العلمية للاختبار:

2- ثبات الاختبار:

يعرف الثبات بأنه الاتساق في النتائج ويعتبر الاختبار ثابتا إذا حصلنا منه على نفس النتائج لدى إعادة تطبيقه على نفس الأفراد. وبمعنى آخر هو أن يعطي نفس النتائج إذا ما أعيد هذا الاختبار على نفس الأفراد وتحت نفس الظروف، وقد قمنا بتطبيق الاختبارات على العينة المذكورة سابقا وهذا بعد مرور أسبوع من تطبيق الاختبارات أعيدا تطبيقها على نفس العينة.

- صدق الاختبار:

من اجل التأكيد من صدق الاختبار استعمل الباحثين معامل الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات للاختبار:

$$\sqrt{\text{معامل الثبات}}$$

اقتراح برنامج ترويجي باستخدام الالعاب الشبه رياضية في تنمية الحاجات النفسية(الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية

جدول رقم(01): يمثل معامل الثبات والصدق للحاجات النفسية(الكفاءة).

مقياس الجدولية الاختبارات	حجم العينة	معامل الثبات	معامل الصدق
الكفاءة	50	0.79	0.88

3- متغيرات الدراسة:

- المتغير المستقل: ويتمثل في الالعاب الشبه الرياضية

- المتغير التابع: ويتمثل في تنمية الحاجات النفسية وهي الكفاءة

4- منهج الدراسة:

اختيار المنهج المتبع يعود إلى طبيعة المشكلة محل الدراسة، ونظرا لطبيعة موضوعنا ومن أجل الإحاطة الشاملة والدقيقة بالمشكلة التي تكمن في البرنامج الترفيهي باستخدام الالعاب الشبه رياضية له تأثير فعال في تنمية الحاجات النفسية (الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية ، ومن خلال هذا تبين لنا أنه من المناسب استخدام المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة.

5- مجتمع البحث:

يعرف مجتمع الدراسة أنه جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث (ربحي مصطفى

عليان وعثمان محمد غنيم، 2000، صفحة 137)

تمثل مجتمع البحث في هذه الدراسة من تلاميذ الطور المتوسط تابعين لولاية الشلف مقاطعة بلدية الشلف وبالغ عددها 18 متوسطة.

6- عينة البحث:

هي عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة معينة وإجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام تلك النتائج وتعميمها على كامل مجتمع الدراسة الاصلى. (عبيدات محمد، محمد ابو نصار، عقلة مبيضين، 1999، صفحة 84) وقد تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية منتظمة من المجتمع الأصلي و تمثلت عينة هذه الدراسة في تلاميذ الطور المتوسط وكان عددهم:500 تلميذ .

7- مجالات البحث:

- المجال البشري:

تمثلت عينة البحث الذين استهدفهم البحث هي تلاميذ الطور المتوسط وبلغ عددهم 500 تلميذ.

- المجال المكاني:

بلدية الشطية متوسطة رضا حوجو.

8- الوسائل والأدوات المستخدمة في البحث:

استخدم الباحث في عملية جمع البيانات الأدوات التالية:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية:

الإمام النظري حول موضوع البحث من خلال الدراسة وتحليل محتوى المراجع العلمية المتخصصة في المجال التربية البدنية والرياضية العامة وتدريب بالالعاب الشبه الرياضية خاصة، كما تمت الاستعانة بالدراسات السابقة التي تناولت هذا الجانب .

- المقابلات الشخصية:

قام الباحثين بعدة لقاءات شخصية مع مجموعة من الدكاترة والأساتذة من معهد التربية البدنية والرياضية للأخذ بأرائهم لإنجاز هذا البحث العلمي على نحو أفضل، وكذا الكيفية الصحيحة في بناء البرامج التدريبية، وكذلك يعطي المدرسين من أهل الاختصاص، كما كانت هناك زيارات ميدانية ومتابعة الحصص التدريبية عن قرب .

- الاختبارات النفسية:

مقياس الكفاءة.

9- الوحدات التدريبية المقترحة:

من خلال متابعة الباحثين لمختلف تدريس بالالعاب الشبه الرياضية وطرق تدريسهم على جميع المستويات والأصعدة الجهوية الوطنية والعالمية، قام الباحثين بإعداد وحدات تدريبية تتناسب وهدف الدراسة وقد تمت مراعاة محتوى التمرينات المقدمة .

10- المعالجة الإحصائية:

تم استخدام الحزمة الإحصائية SPSS V 25 .

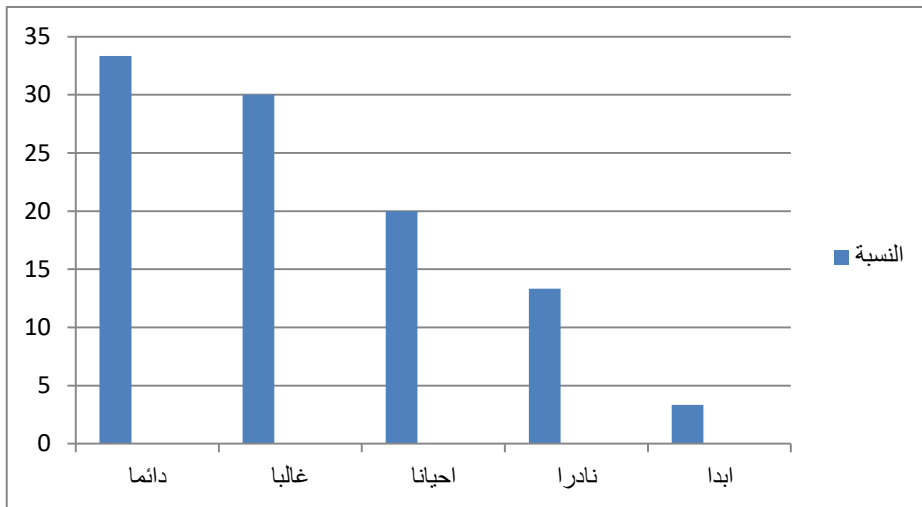
III- النتائج والمناقشة:

1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان:

العبارة الأولى: الكفاءة التي يشعر بها التلميذ قبل بدء المنافسة على تنمية الحاجات النفسية.
الجدول رقم (02): يوضح الكفاءة التي يشعر بها التلميذ قبل بدء المنافسة على تنمية الحاجات النفسية.

الاقتراح	التكرارات	النسبة المنوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
دائما	50	33.33					
غالبا	45	30					
أحيانا	30	20	44.99	9.48	0.05	4	دال
نادرا	20	13.33					
ابدا	05	3.33					
المجموع	26	100					

الشكل رقم (01): يوضح الكفاءة الذي اشعر بها قبل بدء المنافسة التي تساعدني على التنمية الحاجات النفسية.



تحليل النتائج:

كما توضحه الإجابات في الجدول رقم (02) أعلاه ويؤكدده اختبار ك2 نلاحظ أن قيمة ك2 المحسوبة كانت (44.99) اكبر من قيمة ك2 المجدولة (9.48) عند مستوى الدلالة 0.05 و بدرجة

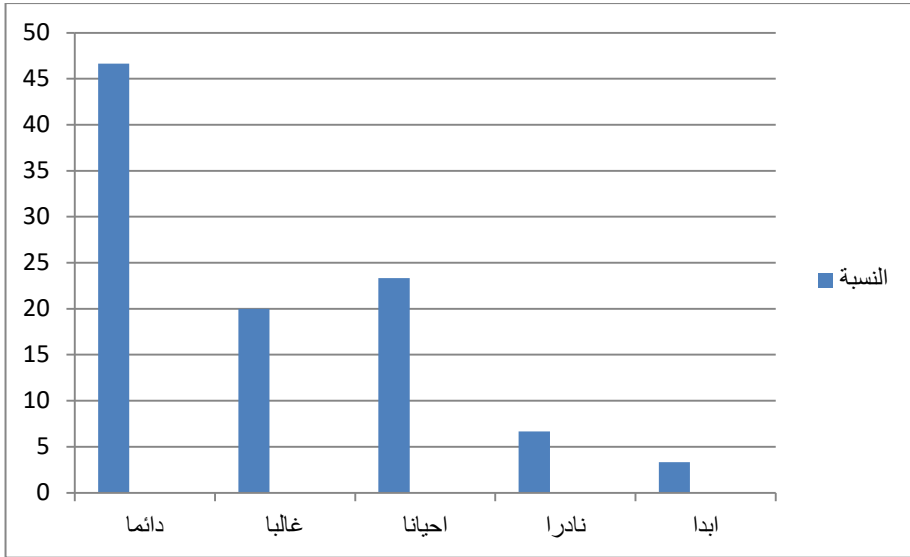
حرية 4، ومنه نستنتج انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث تتجسد في كون نسبة 33.33% تكون الكفاءة دائما قبل بدء المنافسة تساعد على تنمية الحاجات النفسية . وهذا ما تؤكدته نظرية باندورا على ان مفهوم كفاءة الذات كشرط أساسي لأداء بكفاءة في المواقف التنافسية التي يشترك فيها الفرد الرياضي ، حيث تشير الكفاءة إلى " قدرة الفرد على عمل ما يحتاجه ، أو القدرة على أداء المهارات بصفة خاصة " وعلى هذا فكلما يرفع مستوى كفاءة الذات ارتفع انجاز الأداء لدى الفرد. (محمد حسن علاوي ، 2002، ص51)، وكذلك دراسة بزيو سليم (2013) التي تنص على ان الالعاب الشبه رياضية تتميز عن العاب الفرق على انها يمكن ممارستها في ملاعب اقل مساحة وفيها اشراك عدد اكبر من اللاعبين المسموح بهم في العاب الفرق، كما انها تعتبر مجالا مناسباً لان يشبع فيها كل فرد ميله الى اللعب وتحقيق ذاته، وخاصة اذا كان ليس له القدرات الحركية المناسبة لممارسة العاب الفرق، ويمكن التدرج فيها من البسيط الى الاكثر تعقيدا، كما يمكن تطبيق القواعد المرتبطة بالمهارات الحركية الاساسية تدريجيا.(بوشيبة مصطفى، 2018، ص232)

العبارة الثانية: كلما ازدادت أهمية المنافسة اشعر بأنني استطيع زيادة كفاءة الأداء.
الجدول رقم (03): يوضح كلما ازدادت أهمية المنافسة اشعر بأنني استطيع زيادة كفاءة الأداء.

الاقتراح	التكرارات	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
دائما	70	46.66					
غالبا	30	20					
أحيانا	35	23.33	88.32	9.48	0.05	4	دالة
نادرا	10	6.66					
ابدا	05	3.33					
المجموع	150	100					

الشكل رقم (02): يوضح كلما ازدادت أهمية المنافسة اشعر بأنني استطيع زيادة كفاءة الأداء

المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية



تحليل النتائج:

كما توضحه الإجابات في الجدول رقم (03) أعلاه ويؤكدده اختبار كا2 نلاحظ أن قيمة كا2 المحسوبة كانت (88.32) اكبر من قيمة كا2 الجدولة (9.48) عند مستوى الدلالة 0.05 و بدرجة حرية 4، ومنه نستنتج انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث تتجسد في كون نسبة 46 % من تلاميذ انه كلما ازدادت أهمية المنافسة يستطيعون زيادة كفاءة الأداء.

وهذا ما تطرق اليه هارتر في نظريته المتمثلة في واقعية الكفاية حيث تعتبر النظرية الوحيدة التي تم بوصف وشرح التنبؤ ، بماذا يكون الأفراد مدفوعين للاشتراك في مجالات الانجاز بشكل خاص ، حيث توضح أن الأفراد يكونوا مدفوعين لكي يكونوا أكفاء في مجالات الانجاز المعرفية ، والبدنية والاجتماعية ، من منطلق الشعور بالكفاية وتكمل المسؤولية عن محاولات نجاحهم و فشلهم ، أو بمعنى آخر فان الرياضيين الذين يدركون كفاءتهم في المجال الرياضي يكونون أكثر إقبالا على المشاركة في المواقف التنافسية الرياضية ، بينما الرياضيين الذين يكون إدراكهم لكفاءتهم منخفضا فإنهم لا يستمرون ولا يقبلون على المشاركة في المواقف الرياضية التنافسي. (Christine le Scanff,2003 ,p160)

وهذا ما يتفق مع دراسة بوشيبة مصطفى(2018) التي تنص على ان الالعاب الشبه الرياضية دور كبير في تنمية الحاجات النفسية (الاستقلالية، الكفاءة، القرب من الاخر) لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

VI-خاتمة:

مما سبق عرضه وفي حدود المنهج المستخدم، والعينة التي طبقت عليها الدراسة، أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

1- أفرزت النتائج المعالجة الإحصائية ان الكفاءة التي يشعر بها التلميذ قبل بدء المنافسة على تنمية الحاجات النفسية تساعده في زيادة كفاءة الاداء.

2-تحقيق العينة زيادة معنوية في مقياس الكفاءة راجع تلاميذ انه كلما ازدادت أهمية المنافسة يستطيعون زيادة كفاءة الأداء .

V -المراجع والمصادر :

- 1-محمد حسن علاوي « علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية »2، ط، القاهرة، دار الفكر العربي، 2002.
2. مروان عبد المجيد ابراهيم، اسس البحث العلمي لاعداد الرسائل الجامعية ، الاردن ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ط1، 2000.
- 3.عبيدات محمد، محمد ابو نصار، عقلة مبيضين، منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات، عمان، دار الواصل للنشر، ط2، 1999.
- 4.ربحي مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم، مناهج و أساليب البحث العلمي، النظرية و التطبيق، دار صفاء، عمان، ط1، 2000 .
- 5.علاء القطناني ، الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرة محددات الذات، جامعة الأزهر، رسالة ماجستير ، 2011.
- 6-Christine le Scanff-" manuel de psychologie du sport" tome- Paris-2 L'intervention auprès du sportif Editions Revue E. P.S –2003.

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

بلعروسي سليمان، قندوز الغول خليفة، مداح رشيد (2023)، اقتراح برنامج تروحي باستخدام الالعاب الشبه رياضية في تنمية الحاجات النفسية (الكفاءة) لدى تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية والرياضية، المجلة الدولية للدراسات والأبحاث في علوم الرياضة والتدريب، المجلد 04(العدد 01)، الجزائر: جامعة حسيبة بن بوعلى، الشلف، الجزائر، ص29 ص38.