الجمهوريــة الجزائريــة الديمقراطيــة الشعبيــة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم –
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه في علوم وتقنيات

النشاطات البدنية والرياضية

تحت عنوان :

أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي

"دراسة تجريبية أجريت على بعض تلاميذ السنة أولى ثانوي (16-17سنة)"

ثاتوية ديدوش مراد – تيارت –

إعداد الطالب الباحث:

مجاهد مصطفى

تحت إشراف:

أ.د تواتي أحمد بن قلاوز

لجنة المناقشة :

– بن قناب الحاج	– استاذ التعليم العالي	– رئيسا
– تواتي أحمد بن قلاوز	– استاذ التعليم العالي	– مقررا
– بن سي قدور الحبيب	– استاذ التعليم العالي	– عضوا
– بلكبيش قادة	– استاذ التعليم العالي	– عضوا
– مسعود بورغدة محمد	– استاذ التعليم العالي	– عضوا
– قاسمي فيصل	– استاذ محاضر (أ)	– عضوا

السنة الجامعية :2015-2016/1436-1437هـ

محضر المناقشة :

في يوم ..... من شهر .....سنة ..... بموجب قرار المناقشة رقم .....
الصادر عن ..... إجتمعت لجنة المناقشة لمناقشة أطروحة الدكتوراه
بعنوان :

.....

.....

.....

لجنة المناقشة

إسم ولقب	الجامعة التابع لها	التوقيع
الرئيس		
المقرر		
العضو الأول		
العضو الثاني		
العضو الثالث		
العضة الرابع		

توقيع نائب المدير المكلف بما بعد التدرج والعلاقات الخارجية

﴿ قالوا سبحانك لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم ﴾

صدق الله العظيم

البقرة : الآية 32

الإهـداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى

الوالدين الكريمين ، اللّذان سهرا على رعايتي وتربيتي وتعليمي.

فأسأل الله القدير أن يطيل عمرهما ويعينني لرد ولو جزء من صنيعهما .

الى روح أختي الطاهرة رحمها الله .

إلى إخوتي وأخواتي (صفية وزوجها محمد ، نعيمة ، إلهام، بلال، يوسف)

وخاصة الكتكوتة (نورة).

إلى خطيبتي وكل عائلتها المحترمة.

إلى كل الأصدقاء والأحبة "حسان، فيصل، محمد، طيب، عبد القادر "

وإلى كل من لا يسعني المقام لذكرهم جميعا .

إلى كل الأساتذة والدّكاترة تقديرا وإحتراما.

إلى كل أساتذة التربية البدنية بالمركز الجامعي – تسمسيلت–

وأساتذة التربية البدنية بزمالة الأمير عبد القادر.

لكم جميعا أقول :

مثلي لا ينسى ومثلكم لا ينسى

الطالب الباحث: مجاهد مصطفى

شكر وعرفان

الحمد لله ربّ العالمين والصلاة والسّلام على أشرف الأنبياء والمرسلين نبينا محمّد وعلى أله وصحبه أجمعين أما بعد

فاني أشكر الله وافر الشكر أن وفقني وأعانني على إتمام هذا العمل المتواضع، ثم أتوجه بالشكر الكبير إلى الدكتور " تواتي بن قلاوز " على إشرافه على هذه المذكرة، ومساعدته المستمرة لإنجاز هذا البحث .

كما أتوجه بالشكر الجزيل إلى الدّكتور والصديق " محمد بن نعجة " على توجيهاته وتشجيعاته المستمرة .

كما أسال الله العظيم أن يتغمّد روح الفقيدين الأستاذ الدكتور شعلال عبد المجيد "و "قصي محمود القيسي"

برحمته الواسعة ويسكنهما فسيح جنانه .

كما أوجه شكري وتقديري إلى كل الأصدقاء والزملاء والى كل من ساعدني من قريب أو من بعيد والى اللذين كان لهم الفضل في إنجاز هذه المذكرة .

الطالب الباحث: مجاهد مصطفى

فهرس المحتويات

الإهداء ..... أ

الشكر ..... ب

محتويات البحث..... ج

قائمة الجداول ..... د

قائمة الأشكال ..... هـ

مقدمة البحث 1

التعريف بالبحث

1 – الخلفية النظرية 5

2– إشكالية البحث وتساؤلاته 8

2–1– إشكالية البحث 8

2–2– تساؤلات البحث 10

3– أهداف البحث..... 11

4– فرضيات البحث..... 11

5–اهمية البحث..... 12

6– مفاهيم أساسية لمصطلحات البحث..... 13

6–1– مفهوم التدريس 13

6–2– مفهوم أساليب التدريس 13

6–3– مفهوم التوافق 15

6–3–1– مفهوم التوافق النفسي..... 16

6–3–2– مفهوم التوافق الإجتماعي 16

6–3–3– مفهوم التوافق النفسي الإجتماعي 17

6–4– مفهوم المراهقة 17

خلاصة جزئية 18

الباب الأول

الدراسات السابقة والإطار النظري للدراسة

تمهيد الباب الأول 20

الفصل الأول : مراجعة الدراسات السابقة (20–54)

تمهيد 20
1–1–الدراسات التي تناولت أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية 22
2-1- الدراسات التي تناولت التوافق النفسي الإجتماعي 40
1–3– تعقيب عن الدراسات السابقة 48
1–4– وجه الاستفادة من الدراسات السابقة 53
1–5– مميزات الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة 53
– خلاصة 54

الفصل الثاني: أساليب التدريس (56–90)

– تمهيد 56
2–2– تطور أساليب التدريس..... 56
2–3– أهمية أساليب التدريس الحديثة..... 58
2–4– تحليل عملية التدريس 59
2–4–1–مرحلة التخطيط 59
2–4–2–مرحلة التنفيذ 62
2–4–3 مرحلة التقويم 64
2–5– العلاقة بين المعلم والمتعلم والهدف..... 66
2–5–1– العلاقة بين المعلم والمتعلم (المدرس والتلميذ)..... 67
2–5–2– علاقة المعلم بالحدود..... 68
2–5–3 – علاقة المتعلم بالهدف..... 69
2–6– أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس (الأسلوب التدريبي)..... 69
2–6–1– بنية أسلوب التدريبي: (the proctice style)..... 69

2-6-2- توضيح الأدوار والأهداف في الأسلوب التدريبي 71
2-6-3-تطبيق الأسلوب التدريبي..... 72
2-6-4- دور كل من المدرس والتلميذ في الأسلوب التدريبي 73
2-6-5-مميزات وعيوب الأسلوب التدريبي 74
2-6-6- ورقة العمل 75
2-6-7- قنوات التطور في الأسلوب التدريبي..... 76
2-7- الأسلوب التبادلي (التطبيق بتوجيه الأقران)..... 77
2-7-1- بنية الأسلوب التبادلي 77
2-7-2- توضيح ادوار الأسلوب التبادلي 78
2-7-3- أهداف الأسلوب التبادلي 78
2-7-4- تطبيق الأسلوب التبادلي 79
2-7-5- دور كل من المدرس والتلميذ في الأسلوب التبادلي :..... 80
2-7-6- مميزات وعيوب الأسلوب التبادلي 81
2-7-7- قنوات التطور في الأسلوب التبادلي 81
2-8- الأسلوب التضميني (التطبيق الذاتي المتعدد المستويات) 83
2-8-1- مفهوم أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات 83
2-8-2- البنية الأساسية للأسلوب التضميني 83
2-8-3- تطبيق أسلوب الإدخال أو التضميني 85
2-8-4- أهداف أسلوب الإدخال(التضميني) 85
2-8-5- مميزات أسلوب التضمين 85
2-8-6- عيوب الأسلوب التضميني 86
2-8-7- قنوات التطوير في أسلوب الإدخال (التضمين) 86
2-8-8- إختيار وتصميم الموضوع الدراسي 87
2-8-8-1- مفهوم درجة الصعوبة 87
2-9- تنويع أساليب التدريس 88
خاتمة الفصل الأول 90

الفصل الثالث : التوافق النفسي الإجتماعي(92–125)

تمهيد 92

3–1– مفاهيم التوافق 92

3–2– إتجاهات العلماء في تفسير التوافق 94

3–3– شروط تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي 96

3–4– خصائص التوافق النفسي والإجتماعي 97

3–5– أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي 99

3– 5–1–التوافق الشخصي(النفسي)..... 99

3– 5–2– التوافق الإجتماعي 99

3– 5–3– التوافق المهني 99

3–6– مجالات التوافق النفسي:..... 100

3–7– نظريات التوافق النفسي والاجتماعي 102

3– 7–1–النظرية البيولوجية الطبيعية 102

3–7–2 –النظرية النفسية 102

3–7–3– النظرية الاجتماعية 103

3–8– أهمية دراسة التوافق النفسي والاجتماعي 103

3–9– أدوات قياس التوافق النفسي والاجتماعي 104

3–10– عمليات التوافق النفسي والاجتماعي 105

3–11– ميكانيزمات التوافق النفسي والاجتماعي 105

2–12– أساليب التوافق النفسي والاجتماعي 105

2–13– حيل التوافق 105

3–14– مظاهر ومؤشرات التوافق 107

3–14– 1– النظرة الواقعية للحياة 107

3–14–2– المرونة والاستفادة من الخبرات السابقة 108

3–14–3– مدى نجاح الفرد في عمله ورضاه عن نفسه 108

3–14–4 –مستوى طموح الفرد 108

3–14–5–القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية..... 108

3-14-6 –الراحة النفسية..... 108
3-14-7 –الإحساس بإشباع الحاجات النفسية..... 108
3-14-8 –العلاقات الإجتماعية..... 109
3-14-9- الامتثال والتمسك بالأخلاق الكريمة..... 109
3-14-10- الثقة بالنفس وبالآخرين..... 109
3-14-11 –الإتزان الإنفعالي:..... 109
3-14-12- مفهوم الذات..... 109
3-14-13- القدرة على العمل والإنتاج الملائم..... 109
3-15-العوامل الأساسية في إحداث التوافق 110
3-15-1- الدوافع 110
3-15-2 –الحاجات..... 110
3-15-3- توفر العادات والمهارات التي تيسر له إشباع حاجاته الملحة..... 110
3-15-4- أن يعرف الفرد نفسه..... 111
3-15 – 5- تقبل الفرد لنفسه..... 111
3-15-6- المرونة..... 111
3-16- أنواع التوافق 111
3-17- العوامل المؤثرة على التوافق النفسي 112
3-18- الأليات الدفاعية كوسيلة لتحقيق التوافق النفسي .....
114
3- 19- معايير التوافق 116
3-20- التوافق وسوء التوافق 118
3-21-التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالأنشطة الرياضية 118
3-22- مشكلات التوافق النفسي في المجال الرياضي 121
3-22-1- قياسه في المجال الرياضي 121
3-22-2- خدمات وبرامج الإرشاد والعلاج النفسي التربوي الرياضي.....122
3-22-3-التوافق عملية مستمرة..... 123
3-22-4- الاهتمام بالعملية التعليمية والتوافق النفسي..... 123

خلاصة 125

الفصل الرابع: المراهقـــة (127–156)

– تمهيد 127
4–1– مفهوم المراهقة..... 128
4–2– طبيعة المراهقـة 129
4–3–الفرق بين المراهقة و البلوغ 129
4–4–تحديد المجال الزمني للمراهقة 130
4–5–مراحل المراهقة 130
4–6– أهم النظريات التي تفسر المراهقة 132
4–6–1– نظرية ستانلي هول 132
4–6–2– نظرية "سيجموند فرويد 132
4–6–3– نظرية جيزيل وعملية النضوج 132
4–7– جوانب النمو المختلفة في مرحلة المراهقة وأبرز مظاهرها 133
4–8– أنماط المراهقة 138
4–9– أنواع المراهقة 139
4–9–1– المراهقة المكيفة 139
4–9–2– المراهقة الإنسحابية 139
4–9–3– المراهقة العدوانية 140
4–9–4– المراهقة المنحرفة 140
4–10– العوامل المؤثرة في انفعالات المراهق 140
4–11– العوامل المؤثرة في النمو الاجتماعي للمراهق 141
4–12– أهمية دراسة المراهقة المتوسطة 144
4–13– الملامح الأساسية لمراحل النمو في مرحلة المراهقة المتوسطة..... 144
4–14– الخصائص العمرية المميزة للمرحلة (16 17) 145
4–15– مشاكـل المراهقة 147

4-15-1- المشاكل النفسية: 147
4-15-4- المشاكل الصحية 148
4-15-3-مشاكل الرغبات الجنسية..... 148
4-15-2- المشاكل الاجتماعية 148
4-16- حاجات المراهقة 148
4-16-1- الحاجة إلى الأمن 148
4-16-2- الحاجة إلى الحب والقبول 148
4-16-3-الحاجة إلى مكانة الذات 148
4-16-4- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار 149
4-16-5- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات 149
4-16-6- الحاجة إلى الإشباع الجنسي 149
4-17- دور ت ب ر في تخفيف القلق العام في م م المتوسطة..... 149
4-18- علاقة وأهمية الممارسة الرياضية عند المراهق 151
4-18-1- الرياضة عند المراهق 151
4-18-2- علاقة المراهق بالممارسة الرياضية 151
4-18-3- علاقة المراهق بالثانوية 152
4-18-4- المراهقة وحصة التربية البدنية والرياضية 152
4-18-5- علاقة المراهق بأستاذ التربية البدنية 153
خلاصة 154
خلاصة الباب الأول 155

الباب الثاني : منهجية البحث وعرض ومناقشة النتائج

الفصل الخامس منهجية البحث والإجراءاته الميدانية (158-197)

مدخل 158
1- الدراسة الإستطلاعية الأولى 159
2- الدراسة الإستطلاعية الثانية 168
2-3- أدوات البحث..... 169

2-3-1- المصادرو المراجع 169
2-3-2- المقابلات الشخصية 169
2-3-3- مقياس الدراسة 170
2-4-الخصائص السيكومترية لأداة القياس 173
2-4-1 - الصدق 173
2-4-1-1- صدق المحكمين 173
2-4-1-2- صدق المحتوى 173
2-4-1-3- الصدق (المنطقي) الذاتي 176
2-4-1-4- الصدق التمييزي 177
2-4-2- الثبات 177
2-4-2-1- طريقة إعادة الإختبار 177
2-4-2-2- طريقة التجزئة النصفية 178
2-4-2-3- طريقة ألفا كرونباخ 179
3- الدراسة الأساسية 180
3-1- المنهج 181
3-2- مجتمع وعينة البحث 181
3-2-1- مجتمع البحث 181
3-2- 2- عينة البحث 181
3-2-2-1- أسباب إخيار العينة 181
3-2-2-2- وصف عينة الدراسة 182
3-2-2-3- مواصفات وتكافؤ مجموعات الدراسة 182
3-3 -مجالات البحث..... 183
3-3-1- مجال بشري 183
3-3-2- مجال مكاني 183
3-3-3- مجال زمني 183

4–الوحدة التعلمية في الكرة الطائرة البرنامج التعليمي) 184
4–1– تعريف الوحدة التعلمية 185
4–2– دواعي إعداد الوحدة التعلمية 185
4–3– خطوات إعدادها: المنهجية المتبعة 185
4–4–برمجة الوحدات التعليمية 185
4–5–أسس و شروط بناء الوحدات التعليمية 186
4–6– المراحل الإجرائية للبحث وتطبيق الوحدات التعليمية 187
4–6–1–المخطط التقييمي لأساليب التدريس 188
5–التصميم التجريبي للبحث 192
5–1– السلامة الداخلية للتصميم التجريبي 194
5–2– السلامة الخارجية للتصميم 195
6–الوسائل الإحصائية المستعملة 195
7– صعوبات البحث 196
– خلاصة جزئية 197

الفصل السادس : عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث (199–264)

أولا: عرض النتائج

– تمهيد..... 199
1– عرض نتائج السؤال الأول..... 200
2– عرض نتائج السؤال الثاني..... 205
3– عرض نتائج السؤال الثالث 212
4– عرض نتائج السؤال الرابع 220
5– عرض نتائج السؤال الخامس 228
– خلاصة جزئية..... 245

ثانيا: تحليل ومناقشة النتائج

– تمهيد..... 247

1– الاستنتاجات..... 248

2– مناقشة فرضيات البحث..... 249

2–1–مناقشة نتائج الفرضية الأولى..... 249

2–2––مناقشة نتائج الفرضية الثانية..... 250

2–3–مناقشة نتائج الفرضية الثالثة..... 251

2–4– مناقشة نتائج الفرضية الرابعة 255

2–5– مناقشة نتائج الفرضية الخامسة 257

3– الاقتراحات..... 262

– خلاصة عامة..... 264

ملخص البحث باللغة العربية والأجنبية 267

قائمة المصادر والمراجع

فهرس الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
(1)	يبين الخطوات الرئيسية للتدريس	66
(2)	**نموذج عام لورقة عمل**	76
(3)	**البنية الأساسية لأسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات**	85
(4)	**نموذج الحبل المائل**	88
(6)	**تحديد المجال الزمني للمراهقة**	131
(7)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 1)	207
(8)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 2)	207
(9)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 3)	208
(10)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 4)	208
(11)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 5)	209
(12)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 6)	209
(13)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 7)	210
(14)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 8)	210
(15)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 9)	211
(16)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 10)	211
(17)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 11)	212
(18)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (بعد 12)	212
(19)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 1)	214
(20)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 2)	214
(21)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 3)	215

(22)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 4)	215
(23)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 5)	216
(24)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 6)	216
(25)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 7)	217
(26)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 8)	217
(27)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 9)	218
(28)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 10)	218
(29)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 11)	219
(30)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (بعد 12)	219
(31)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 1)	221
(32)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 2)	221
(33)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 3)	222
(34)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 4)	222
(35)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 5)	223
(36)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 6)	223
(37)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 7)	224
(38)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 8)	224
(39)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 9)	225
(40)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 10)	225
(41)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 11)	226
(42)	المتوسط الحسابي في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (بعد 12)	226

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجداول	الصفحة
(1)	أكثر الأساليب التدريسية معرفة واستخداما من قبل أساتذة التربية الرياضية	165
(2)	توزيع العبارات الايجابية والسلبية حسب أبعاد المقياس	172
(3)	توزيع العبارات في كل بعد لمحور التوافق النفسي	173
(4)	توزيع العبارات في كل بعد لمحور التوافق الإجتماعي	173
(5)	نسبة اتفاق المحكمين على محوري المقياس	175
(6)	نسبة إتفاق السادة الخبراء حول فقرات المقياس	175
(7)	أرقام العبارات المعدلة بعد عملية التحكيم	176
(8)	أبعاد وفقرات المقياس التي تم تعديلها بعد التحكيم	176
(9)	الصّدق التمييزي للمقياس	179
(10)	معامل الارتباط لحسب ثبات وصدق أداة الدراسة	179
(11)	معامل الثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية	180
(12)	الثبات للمقياس عن طريق معامل (&)الفا كرونباخ	180
(13)	نسبة تمثيل عينة البحث من المجتمع الأصلي	182
(14)	عدد افراد عينة الدراسة والأسلوب المتبع مع كل مجموعة	183
(15)	المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية و(ف) فيشر للمجموعات	183
(16)	توزيع تعليم وتدرب المجموعات التجريبية الثلاث على مدار الأسبوع	188
(17)	التصميم التجريبي للدراسة	194
رقم الجدول	عناوين جداول الجانب التطبيقي	الصفحة
(1)	قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ف فيشر للاختبار القبلي بين المجموعات التجريبية .	200
(2)	قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستيودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التدريبي).	206

(3)	قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب التبادلي).	213
(4)	قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستيودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (الأسلوب التضميني).	220
(5)	قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ف فيشر للاختبار البعدي بين المجموعات التجريبية	227
(6)	قيم F المحسوبة في البعد الأول :المهارات الشخصية	228
(7)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الأول المهارات الشخصية	228
(8)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد المهارات الشخصية باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	229
(9)	قيم F المحسوبة في البعد الثاني : الإحساس بالقيمة الشخصية	229
(10)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الثاني الإحساس بالقيمة الشخصية	230
(11)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الإحساس بالقيمة الشخصية باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	230
(12)	قيم F المحسوبة في البعد الثالث : الإعتماد على النفس	231
(13)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الثالث الإعتماد على النفس	231
(14)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الإحساس الإعتماد على النفس باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	231
(15)	قيم F المحسوبة في البعد الثالث : التحرر من الميل إلى الإنفراد	232
(16)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الرابع التحرر من الميل إلى الإنفراد	232
(17)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد التحرر من الميل إلى الإنفراد	233

	باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	
(18)	قيم F المحسوبة في البعد الخامس : الحالة الصحية	233
(19)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الخامس الحالة الصحية .	234
(20)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الحالة الصحية باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	234
(21)	قيم F المحسوبة في البعد السادس : الحالة الإنفعالية	235
(22)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد السادس الحالة الإنفعالية.	235
(23)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الحالة الإنفعالية باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد) لأي مجموعة دال	235
(24)	قيم F المحسوبة في البعد السادس : اللياقة في التعامل مع الاخرين	236
(25)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد السابع اللياقة في التعامل مع الاخرين .	236
(26)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد اللياقة في التعامل مع الاخرين باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	237
(27)	قيم F المحسوبة في البعد الثامن : الإمتثال للجماعة	237
(28)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الثامن الإمتثال للجماعة .	238
(29)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الإمتثال للجماعة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	238
(30)	قيم F لمحسوبة في البعد التاسع: القدرة على القيادة	239
(31)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد التاسع القدرة على القيادة	239
(32)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد القدرة على القيادة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	239
(33)	قيم F لمحسوبة في البعد العاشر: العلاقات في الأسرة	240

(34)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد العاشر العلاقات في الأسرة .	240
(35)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد العلاقات في الأسرة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	241
(36)	قيم F لمحسوبة في البعد الحادي عشر: العلاقات في المدرسة	241
(37)	المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الحادي عشر العلاقات في المدرسة .	242
(38)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد العلاقات في المدرسة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	242
(39)	قيم F لمحسوبة في البعد الثاني عشر: العلاقات في البيئة المحيطة	243
(40)	يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الثاني عشر العلاقات في البيئة المحيطة	243
(41)	مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد العلاقات في البيئة المحيطة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال	243

مقدمة

أصبحت العملية التعليمية بما يواجهها من تحديات العصر ومشكلاته محور الأبحاث في مجال التعليم، فالبحث العلمي هو اداة المجتمع لحل مشكلاته، وقد إختلفت إستراتيجيات الانظمة التعليمية في مواجهة تلك المشكلات طبقا لواقع التعليمي في دول العالم المختلفة، ولا يمكن لأي من هذه الانظمة التعليمية ان تتغلب على مشكلاتها دون العمل على تجديد ذاتها وإيجاد نظام عصري للتعليم جديد في اهدافه ومحتواه وأساليبه ووسائله، بما يمكن من إخضاع كافة العوامل البيئية المؤثرة في العملية التعليمية ومختلف القدرات الذاتية للمتعلم وكافة الوسائل المعينة على التعليم لصالح العملية التعليمية حتى يؤتي التعليم ثماره المنشودة .

ولما كانت المؤسسات التعليمية هي إحدى الجهات المعنية الهامة التي تعتمد عليها الدولة لإعداد المتعلمين وتنمية الجوانب المهمة في شخصيتهم، في مراحل التعليم المختلفة وبالتالي تأهيلهم لمختلف جوانب الحياة ومشكلاتها .

فهذه المؤسسات التعليمية تهدف إلى إعداد المتعليمين إلى ممارسة ادوار معينة في المجتمع، والثانوية إحدى هذه المؤسسات التعليمية تهدف اساسا إلى إعداد جيل المستقبل من خلال أساليب الإعداد التي تنتهجة المنظومة التربوية، من منطلق ان المتعلم هو العنصر الفعال في والمؤثر في هيكل النظام التعليمي، وفي تحقيق أهداف التربية الرياضية على نحو أفضل وبكفاءة عالية من خلاله (الدين، 2001، الصفحات 17-19)

ومما لاشك فيه فالتربية الحديثة تسعى اليوم إلى إتاحة الفرصة أمام المتعلم لينمو إلى أقصى حد تؤهله له قدراته واستعداداته فقد أشارت عفاف عبد الكريم (عفاف،1994،ص83) إلى أن العملية التربوية والتعليمية تستهدف شخصية المتعلم من جميع النواحي البدنية والعقلية والخلقية، وإن التربية تسهم فينمو الشخصية نموا متزنا شاملا، ويتحقق هذا في نظرنا بعدة طرق نذكر منها التربية البدنية والرياضية باعتبارها أحد النظم التربوية التي تهدف إلى تحقيق أقصى قدر من التطور والتنمية الشاملة المتزنة والمتكاملة لطاقات المتعلم حركيا ومعرفيا واجتماعيا ونفسيا تبعا لقدراته واستعداداته وحاجاته وميوله، وذلك من خلال ممارسة موجهة ومنظمة للأنشطة البدنية والرياضية المختلفة(سفيان حلمي،2004،ص02)، وعليه بات تفهم مجموعة أساليب التدريس(أطلق العالم موسكا موستن muska mosston على مجموعة أساليب التدريس " طيف أساليب التدريس "وقد ظهرت سنة 1966 بفضل هذا العلم)، إحدى العوامل المؤثرة في التدريس، ولكي يتمكن

المعلم من دفع طلابه إلى التعلم فلا بد له من إستخدام طرق واساليب مختلفة ومتعددة بما يتطلب من المعلم ان يكون ملما إلماما تاما بكيفية حدوث التعلم من جانب الطلاب، وكيفية تؤثر الطرق والأساليب المستخدمة في سرعة تحقيق الهدف من عملية التعلم، وهو إتقان وتثبيت الاداء وكذا توفير الوسائل والطرق المختلفة لمراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ (قنديل، 1998، صفحة 91)، فأساليب التدريس تعد من اهم جوانب العملية التعليمية وانه لا يوجد أسلوب واحد من أساليب التدريس أو طريقة مثالية يمكنها الإسهام في التنمية الكاملة للتلاميذ، لكن يمكن تحقيق اهداف الدرس بأكثر من طريقة، وان أي أسلوب من أساليب التدريس إذا أستخدم لفترة من الزمن يمكن ان ينجز قدرا من الاهداف، فإذا تغيرت الاهداف وجب ان يتغير معها أسلوب التدريس، ومعلم التربية الرياضية هو الذي يحدد اي طريقة تستخدم في تعليم كل جزء من اجزاء الدرس وأيها يحقق نتائج اكثر من غيرها ، فلكل أسلوب دور معين في تنمية التلاميذ من الناحية البدنية والمهارية والمعرفية والإنفعالية والإجتماعية حتى يكون مهيأ لخوض معركة الحياة وما تتطلبه من تكيف وتوافق مع نفسه(التوازن ،الإنسجام ..) ومع بيئته الإجتماعية (العلاقات، التواصل ..) . (الدين، 1996،صفحة 117) .

أخذ موضوع التوافق النفسي حيزا كبيرا من إهتمام العلماء فهو موضوع هام من مواضيع علم النفس الذي يهتم بدراسة سلوك الكائن الحي و محاولة تفسيره ، و التنبؤ به و تعديله، و التوافق النفسي يمكن دراسته في جانبين جانب شخصي و جانب اجتماعي و يشير الجانب الشخصي أساسا إلى الجانب الذاتي من التوافق و يتضمن المعيار الرئيسي للتوافق الجيد الإشباع الكافي لحاجات الفرد و توافر حالة من التوازن الداخلي له ، و يشير الجانب الاجتماعي بمعناه العام توافق الفرد كما يقيم من الخارج بمعايير شكلية أو غير شكلية يقوم بوضعها الآخرون و معناه التوافق مع الآخرين(أشرف، 2003،صفحة 154) .

كما يظهر عدم التوافق النفسي للمراهق في المرحلة الثانوية عندما لا يشبع حاجاته و لا يصل إلى أهدافه ولا ينسجم مع بيئته في عدة اضطرابات و سلوكات تظهر في شكل نوبات الغضب و العنف، و القلق و الخوف و التمرد و العصيان و عدم الامتثال للأوامر ، و هذا ما يؤدي إلى سلوكات غير مرغوبة كالمشاحنات و الاعتداءات بالضرب والكلام البذيء ، و إتلاف الممتلكات العامة سواء في القسم أو الساحة أو الشارع، وهذه السلوكيات الناتجة عن عدة أسباب منها الجو الأسري السائد في المنزل ، و الوضع الاقتصادي للأسرة ، وعن عدم قدرة المراهق في مواكبة المعايير الاجتماعية و الانتظام معها(سفيان، 2004،صفحة 151) .

وتعد مرحلة المراهقة من المراحل الحساسة في حياة الفرد لما يحدث فيها من تغيرات وتحولات فسيولوجية ونفسية، وظهور بعض الصراعات والتوترات لدى المراهق، تجعله غير منسجم لا مع نفسه ولا مع بيئته التي يعيش فيها(الغزي، 1976،صفحة 88) .

وإستنادا لما جاء به موستن في أن التربية الرياضية تسهم في نمو شخصية المتعلم نموا متزنا شاملا من خلال ممارسة موجهة ومنظمة للأنشطة البدنية والرياضية المختلفة، والذي أطلق عليها طيف أساليب التدريس والتي أكد على أهميتها في تنمية وتطوير جوانب عديدة من شخصيته سواء(مهارية ،معرفية ، إجتماعية وإنفعالية)

هذا ما أدى بنا إلى تبني هذا البحث الذي كان تحت عنوان :"أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في ميدان التربية البدنية والرياضية في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي "

ولإجراء هذه الدراسة وتأسيسا لما تقدم، جاءت هذه الدراسة النظرية التطبيقية في بابين الأول **نظري** عنوناه بالدراسات السابقة والإطار النظري للدراسة حاولنا فيه جاهدين التطرق للأدب التربوي، والدراسات العلمية السابقة ذات العلاقة بالموضوع سواء المتعلقة بأساليب التدريس أو التوافق النفسي الإجتماعي، حيث خصصنا فصلا كاملا عن أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية لصاحبها موستن مرتكزين فيه على تطور أساليب التدريس وأهميتها وتحليل عملية التدريس، مرورا بتوزيع القرارات بين طرفي العملية التدريسية، خصوصية كل أسلوب من هذه الأساليب، وكذا مزايا وعيوب كل منها، وموقع الطالب على القنوات النمائية في كل أسلوب، وصولا إلى أهمية تنويع أساليب التدريس وإيجابياتها وفق النظرية الموحدة للتدريس، ثم تطرقتا إلى فصل أخر وهو موضوع التوافق النفسي الإجتماعي بأبعاده ومجالاته وإتجاهاته وكذا خصائصه وشروط تحقيقه ....ثم تطرقنا في الفصل الرابع إلى خصائص مرحلة المراهقة لتلاميذ المرحلة الثانوية وأهمية دراسة هذه المرحلة وأهم الحاجات والمشكلات التي يتعرض لها المراهق مرورا بدور النشاط الرياضي واهميته وعلاقته بالتوافق التفسي للتلميذ المراهق .

أما الباب الثاني فهو تطبيقي والذي إختص بمنهجية البحث وعرض ومناقشة النتائج، فإشتمل على فصلين مكملين أحدهما تناولنا فيه منهجية البحث والإجراءات الميدانية، أما الفصل الأخر فتم تقسيمه إلى جزئين رئيسيين حيث خص الجزء الأول بعرض النتائج وفقا ما جاء في الدراسة، أما الجزء الثاني فتناولنا فيه بالتحليل والمناقشة النتائج في ضوء فرضيات البحث .

الفصل التمهيدي

التعريف بالبحث

1 – الخلفية النظرية

2– إشكالية البحث وتساؤلاته

2–1– إشكالية البحث

2–2– تساؤلات البحث

3– أهداف البحث

4– فرضيات البحث

5–اهمية البحث

6– مفاهيم أساسية لمصطلحات البحث

6–1– مفهوم التدريس

6–2– مفهوم أساليب التدريس

6–3– مفهوم التوافق

6–3–1– مفهوم التوافق النفسي

6–3–2– مفهوم التوافق الإجتماعي

6–3–3– مفهوم التوافق النفسي الإجتماعي

6–4– مفهوم المراهقة

خلاصة جزئية

– الخلفية النظرية للبحث :

شهدت العملية التربوية في الأونة الاخيرة تقدما ملموسا في شتى المجالات، ففي ظل حركة متجددة إتسع نطاق التغيير والإرتقاء بكفاءات المعلمين إلى صورة أفضل وتحقيق مردودية تربوية مأمولة، ونظرا لتغيرات المتتابعة التي يمر بها المجتمع ومع بداية القرن الحادي والعشرون والتحولات الكبيرة في جميع المجالات بصفة عامة وفي مجال التعليم بصفة خاصة، الامر الذي دفع الكثير من الدول إلى إنتهاج سبل متنوعة لتطوير نظمها التعليمية .

وإذا كان من اهداف التربية بصفة خاصة إتاحة الفرص لنمو قدرات وإستعدادات التلميذ إلى أقصى حد، فإن المؤسسة التعليمية النظامية يجب ان تعيد النظر وبصفة مستمرة، في فلسفتها وبرامجها وأساليبها، الامر الذي يتطلب تبني إستراتجيات وأساليب تعليمية حديثة تكفل رفع فعالية التلميذ وتحسين مستواه (محمود إ.، 1984، صفحة 42). ولقد شهدت السنوات الأخيرة تطورا ملحوظا في ميدان التدريس، فلم يعد الإهتمام بالمعلومات هو الغاية الوحيدة من العملية التعليمية، بل زاد الإهتمام بشكل ملحوظ بالتعليم وذلك من خلال تشجيع الطلاب على القيام بمزيد من النشاط والتفاعل مع أقرانهم كمجموعة وكأفراد، بحيث يصبحوا أقدر على الإنتماء إلى الجماعة وفي دعم الروابط بينهم وبين أقرانهم، مما يؤدي إلى إكتساب المهارات الإجتماعية ومهارات الإتصال وتنمية إتجاهات إيجابية نحو زملائهم (حمص، 1998،صفحة 36) . وإنطلاقا من ان المدرس هو الذي يستثير عملية التعلم عن طريق تنظيم وتوجيه خبرات معينة للطلاب الذين يخضعون لقيادته فهو الذي يعد الجو الملائم للعملية التعليمية، ويستميل نشاط التلاميذ ويوجههم في إطار الجو التعليمي التربوي، والتلاميذ (المتعلمون) لا بد ان يمارسوا عملية التعلم بانفسهم (حبيب، 1994، صفحة 26)

لذلك لا يوجد ما يلزم المدرس بإتباع أسلوب او طريقة معينة بل عليه ان يختار ما يحقق اهداف درسه حتى ولو إستحدث طريقة خاصة به (الدين أ.، 2000، صفحة 25)

وقد ادى إستمرار الإعتماد على اسلوب الأوامر في تدريس التربية الرياضية ان جعل من المتعلم متلقيا سلبيا يقوم بتنفيذ ما يؤمر به من متطلبات وواجبات داخل الموقف التعليمي دون ادنى مشاركة إيجابية منه،

كما ان هذا الاسلوب في مضمونه لا يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين من ناحية، ومن ناحية اخرى فهناك مشكلات تواجه المعلم متمثلة في وجود اعداد كبيرة من التلاميذ مقابل نقص وعجز كبير في أعداد المعلمين مما لا يعطي الفرصة للمعلم بان يقوم بمتابعة الطلاب على اكمل وجه، مما يعرقل عملية التوجيه والإرشاد والمتابعة وتصحيح الأخطاء، كما ان هذا الاسلوب يؤدي إلى فردية المتعلمين وعدم وجود العلاقات الإجتماعية بينهم وعدم تعاونهم وعدم تقبلهم للنقد البناء لهم . (حمص، 1998، صفحة 92)

ومن هذا المنطلق يسعى الاكادميون في طرق التدريس إلى استراتيجيات وطرق وأساليب تساعد المعلم على إدارة الموقف التعليمي بنجاح وما يستطيع من خلاله التأثير في شخصية المتعلم فيما بعد ، حيث لم يعد نجاح المعلم قاصرا على تحقيقي الطلاب للأهداف الدراسية التي يعلمها لهم ولكن إلى نوعية ما يغرسه في طلابه وما ينميه لديهم من سلوكيات وإتجاهات وقيم (خفاجه، 1992، صفحة 24)

وفي علاقات التعليم والتعلم، لا يوجد أسلوب أفضل من الاخر كما لا يوجد أسلوب واحد يمكن أن يحقق أهداف التربية البدنية ولكن يمكن ان تحقق بعض جوانب التعلم أفضل من غيرها في ظروف تعليمية معينة وفي حدود الإمكانيات المادية والبشرية، وعلى المعلم ان يضع كل ذلك عند تخطيطه للتدريس (عزمي، 1996، صفحة 43) ، **فخلفيتنا النظرية تستند** إلى إهتمامنا بمشكلة **أساليب التدريس** في التربية البدنية والرياضية، وذلك إستجابة لما ينادي به الخبراء في مجال تدريس التربية البدنية والرياضية من ضرورة تحديث أساليب التدريس، ذلك أن الأساليب التقليدية المتبعة في تدريس التربية البدنية والرياضية لم تعد قادرة على تحقيق أهداف العملية التعليمية،لذلك كان من الضروري التقصي عن الواقع التدريسي في حصة التربية البدنية والرياضية ،ومن أجل أن يتعرف من خلالها الطالب الباحث عن مدى إلمام ومعرفة الأساتذة لأساليب "موستن " الحديثة وكذا تحديد أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية المستخدمة وأهم صعوبات إخراج الدرس وهذا ما تضمنته الدراسة الإستطلاعية الاولى. **هذا من جهة** ومن جهة أخرى فقد أصبحت الحاجة إلى الإرتقاء بمستوى تدريس مادة التربية الرياضية في مؤسساتنا عموما ضرورة أساسية لأهمية هذا الدرس في نمو القدرات العقلية والبدنية والنفسية والإجتماعية، وعلى الخصوص تلاميذ السنة أولى ثانوي، لكون هذه المرحلة ذات أهمية بإعتبارها مرحلة إنتقالية ولها خصوصية في مراحل النمو

لدى التلاميذ، **فالمراهق** يعيش فترة حساسة يواجه فيها مجموعة من الإضطرابات والتناقضات التي تؤثر في جوانب عدة من شخصيته سواء عقليا كتشتت الإنتباه أو عاطفيا كالتقرب من أشخاص والإبتعاد عن

الأخرين، أو إجتماعيا كالإنطواء والعزلة، أو نفسيا كنقص الثقة بالنفس وصعوبة تقدير الذات وعدم **التوافق النفسي**(Gerard,1992p29)، كما تعد مرحلة المراهقة من المراحل الحساسة في حياة الفرد لما يحدث فيها من تغيرات وتحولات فسيولوجية ونفسية، يسعى المراهق من خلالها إلى أن يكون منسجما مع معايير مجتمعه دون التخلي عن إستقلاليته فضلا عن وجود الفروق الفردية وعدم مراعاتها في الأسلوب الأمري عند تدريس مادة التربية البدنية لها، ويطلب هذا إيجاد أسلوب تستطيع المؤسسة (الثانوية) الوصول بالتلاميذ إلى أفضل مستوى ممكن في تنمية ورفع مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي .

ويعدّ التوافق من المواضيع الهامة في علم النفس، ويرتبط ارتباطا وثيقا بالصحة النفسية، ويعتبر التوافق النفسي صورة ملحة خاصة في مرحلة المراهقة، لما يمر به المراهق من تغيرات، في مراحل نموه، فيؤكد الباحثين وعلماء النفس أن شخصية الفرد وسلوكه يتأثر في مرحلة الرشد بالتجارب الأولى وبأسلوب التربية والظروف البيئية المحيطة .فإذا توافق معها فإنه يستطيع التوافق في أي مجتمع وفي أي مرحلة من مراحل النمو، حيث يشار للتوافق النفسي بأنه الأسلوب الذي بواسطته يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع بيئته، وهو نجاح الفرد في التوفيق بين دوافعه والتحكم فيها وحسم صراعاتها.

يمثل التوافق الجيد مؤشرا ايجابيا أو دافعا قويا يدفع التلاميذ إلى التحصيل من ناحية ويرغبهم في المدرس ويرغبهم في المدرسة، ويساعدهم في إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى، بل ويجعل العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة، والعكس صحيح .فالتلاميذ سيئو التوافق يعانون من التوتر النفسي ويعبرون عن توتراتهم النفسية بطرق عديدة، كإستجابات التردد والقلق او بمسالك العنف في اللعب والأنانية والتمركز حول الذات وفقدان الثقة بالنفس واستخدام الألفاظ النابية في التعامل مع الآخرين وكراهية المدارس والهروب منها واضطرابات سلوكية مثل اللجلجة والتعلم وقضم الأظافر والميول الانسحابية والسرحان والخجل والشعور بالنقص، وتنعكس كل تلك المشكلات بالطبع على مستوى تحصيله وكذا ثقته بنفسه وعلاقاته بالبيئة المحيطة .

وبالتالي فالتوافق يشير إلى وجود علاقة منسجمة مع البيئة، تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبية معظم المطالب البيولوجية والإجتماعية، والتي يكون الفرد مطالبا بتلبيتها، وعلى ذلك فالتوافق يشمل كل البيانات والتغيرات في السلوك والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إصدار العلاقة المنسجمة مع

البيئة .ومفهوم التوافق مفهوم لصيق جدا بمفهوم " الشخصية السوية " فمظاهر وسمات الشخصية السوية ترتبط ارتباطا وثيقا بهذا المفهوم، كما أن تحقيق التوافق هو هدف كل إنسان، وهو غاية كل العاملين في حقل الصحة النفسية (أشرف، 2003،صفحة 125)

وفي الدراسة الإستطلاعية الأولى التي قمنا بها قصد التقصي عن الواقع التدريسي في حصة التربية البدنية والرياضية و مدى إلمام ومعرفة الأساتذة لأساليب "موستن " أظهرت النتائج أن أساتذة التربية البدنية لديهم معلومات جيدة حول أساليب التدريس المباشرة في حين لا يعلمون بالأساليب الغير المباشرة ، كما أنهم يعتمدون في تدريسهم على الأسلوب الأمري ، في حين ان إقتصارهم على أسلوب واحد رغم علمهم بالأساليب المباشرة راجع لعدة أسباب منها ان الأستاذ يعاني نقصا و قلة في الإمكانات والهياكل الموجودة في المؤسسات وقلة الميزانية المخصصة للتربية الرياضية في المدارس ،وعدم توفر الحوافز التشجيعية لتحقيق التوافق المهني. وأن إدارة المدرسة لا تؤمن بأهمية التربية الرياضية ودورها في إعداد التلاميذ ....

كل هذه الأمور السابقة الذكر حفزتنا على تناول موضوع تأثير إستخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية في تنمية مستوى التوافق النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي .

2- إشكالية البحث وتساؤلاته :

1.2- إشكالية البحث :

لقد إتضحت اهمية التركيز على الطالب في العملية التعليمية بمراعاة ميوله ورغباته حيث أصبحنا نعيش في مجتمع بإستمرار لشدة تأثره بالمجتمع العالمي، لذا كان لزاما على المسؤولين والمتخصصين من تطوير وتحديث المناهج وأساليب التدريس لمواكبة هذا التطور، من اجل إعداد التلاميذ إعدادا جيدا مدروسا يستطيعون من خلاله مجابهة الصعوبات والعوائق التي تكتنف الحياة المعاصرة .

إن أساليب التدريس التقليدية لم تعد تفي بالمتطلبات التربوية التي زادت خلال هذا القرن ناهيك عن المستقبل القريب والبعيد، فالحاجة إلى توسيع الخدمات التعليمية تضاعفت يوما بعد يوم، فالإنفجار المعرفي والسكاني يسيران يصعب على التربية بأساليبها التقليدية أن تسايرها، الامر الذي يتطلب إستخدام أساليب جديدة لمجابهة هذه التحديات التي تقابل العملية التربوية(الدين، 1996،صفحة 117)

ولكي نزيد من فاعلية التدريس يجب الاهتمام بأساليب زيادة القدرة على التعلم الذاتي، وإعادة النظر في الأساليب المتبعة في التدريس للتربية البدنية، فلم يعد المدرس يمثل تلك السلطة المستبدة المطلقة، التي تقرر كل شيء، ولم يعد المتعلم يمثل الجانب السلبي في عملية التعليم، بحيث ينحصر دوره في إتباع أوامر المدرس دون فهم او تفكير، وان إحترام شخصية المتعلم يحتم علينا ان يشارك في تحديد طريقة تعلمه، لكي يكون ذلك مشجعا له على الإستقلالية والديناميكية، فتتسع أبعاد التعلم وتتعدد لتنمية المتعلم من جميع النواحي البدنية والمهارية والعقلية والإجتماعية (الكريم، 1990، صفحة 8)

وعلى الرغم من كثرة اساليب التدريس وتعددها، والتطور المستمر لها نتيجة الدراسات العلمية، إلا ان اسلوب الأوامر ما زال هو المتبع في تدريس التربية الرياضية، وفيه يكون المعلم صاحب القرار في كل العمليات المرتبطة (بالتخطيط – التنفيذ – والتقويم للدرس)، فالعبء والمجهود الاكبر يقع على عاتق المدرس مما يستنفذ من طاقاته وبالتالي يحول بينه وبين الإبداع والتميز فتكون عملية التدريس مباشرة، حيث تعتمد على أوامر المدرس وإستجابات الطالب (محمود، 2002، صفحة 27)

ويرى الطالب الباحث على مؤسساتنا التعليمية والتربوية ان تطور نفسها بالتحرر من القيود التي تواجه عملية التعليم والتي يفرضها الاسلوب الأمري حيث يكون دور الطالب فيها سلبيا، ومحاولة إستخدام أساليب أخرى تساعد على إشراك الطالب في إتخاذ القرارات الخاصة بالعملية التعليمية (تخطيط- تنفيذ- تقويم) حت يمكنه ان يعتمد على نفسه ويتحمل المسؤولية، وأن يكون إيجابيا يسعى للحصول على المعلومات بنفسه وكذلك محاولة التغلب على بعض مشكلات الممارسة حيث تأثير ذاتية المعلم على الطالب ، وكذا قدرته على الإعتماد على النفس في تحصيل العلم والمعرفة والمقدرة على اخذ الخطوات الاولى نحو التعلم، حتى يستطيع تحمل المسؤولية وتقبل النقد والتقويم مع الغير وبالتالي يكون متوافقا (متزنا، منسجما) مع نفسه ومع بيئته التي يعيش فيها .

يعتبر الكثير من العلماء أن التوافق ليست هو مرادفا للصحة النفسية فقط بل إنه الصحة النفسية بعينها، حيث يشير "وولمان wolman" ان التوافق هو حالة التواؤم والإنسجام بين الفرد ونفسه، وبينه وبين بيئته، وتبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته وتصرفه تصرفا مرضيا إزاء مطالب البيئة المادية والإجتماعية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة

مادية أو إجتماعية أو خلقية أو صراعا نفسيا، حيث يناسب هذا التغيير الظروف الجديدة، حيث يتصف المتوافق نفسيا وإجتماعيا بشخصية متكاملة قادرة على التنسيق بين حاجاته وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته، كما يتحمل عناء الحاضر من أجل المستقبل متصفا بتناسق سلوكه وعدم تناقضه، ومنسجما مع معايير مجتمعه دون التخلي عن إستقلاليته مع تمتعه بنمو سليم غير متطرف في إنفعالاته ومساهم في مجتمعه (حسين أحمد حشمت، 2007، صفحة 37) .

ويشير أيضا الدكتور" عبد المنعم الحنفي "إلى التوافق " على أنه علاقة موائمة وتكيف مع البيئة، منها أن يبقي الفرد على استبقاء حاجاته وإشباعها، وأن يكون بوسعه القيام بما يطلب منه ومواجهة الظروف التي تحيط به، أو التي تفرض عليه، ويقتضى ذلك أن يعدل من سلوكه أحيانا أو تمتد محاولات التعديل إلى البيئة نفسها، حتى يقارب بين إمكاناته وظروفه ويوازن بين حاجاته ومتطلباته، فإن نجح في ذلك وهو غالبا ما ينجح، وإن فشل فهوما يسمى عدم التوافق" (الحنفي، 1995، صفحة 526) .

ومما لا شك فيه، أن المراهقة ما هي إلا مرحلة نمو طبيعي " فسيولوجي وسيكولوجي" يتعرض لها الفرد، ومن ثم فانه إذا روعيت تلك الفترة رعاية نفسية تربوية سليمة، تجنب المراهق التعرض لأزمات النمو- بقدر الإمكان- وإكتسب الإتجاهات النفسية السليمة البناءة الهادفة، ومن خلال تلك العلاقات الأسرية والإجتماعية بوجه عام تحدث اتجاهات وشخصية المراهق نحو نفسه، ونحو مجتمعه ، هفو في الواقع يحاول الإستقلالية في تصرفاته وسلوكه عامة ..وعدم تقبل سلطة وسيطرة الأبوين، وتحديد سلوكياته وأفعاله وعلاقاته بالأخرين، حيث يحاول ان يصل إلى مستوى الكبار في تفكيره وخصوصياته، في إنفعالاته ومشاعره، في حركاته وأداءاته، في علاقاته الإجتماعية وصداقاته، حتى في لغته وتعبيراته (عطية، 2011، صفحة 21) .

وتعد المدرسة من اهم العناصر التي يعتمد عليها في تحقيق ذلك من خلال ممارسة منظمة وموجهة للأنشطة الرياضية وتفعيل موقع التلميذ في العملية التعليمية، وذلك ما جاء به موستن من مجموعة أساليب التدريس الحديثة والتي تم تأكيد اهميتها ودورها في إعداد الاجيال بدنيا وعقليا ونفسيا وإجتماعيا لتحمل أعباء المسؤوليات مستقبلا .

و على ضوء ما تقدم يسعى الباحث لإجراء هذه الدراسة والتعمق فيها وذلك قصد تحديد درجة تأثير ثلاثة أساليب من أساليب موستن الحديثة في مجال التربية البدنية والرياضية (تدريبي، تبادلي، تضميني) في تحسين مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (الاولى ثانوي)

2.2- تساؤلات البحث

التساؤل العام :

هل يؤثر إستخدام كل من أسلوبي التطبيق بتوجيه(المدرس والأقران) والتطبيق الذاتي المتعدد المستويات إيجابا في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي. وهل تختلف درجة التأثير بينهم ؟

التساؤلات الفرعية :

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) في القياسات القبلية بين المجموعات التجريبية الثلاث في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي ؟ .

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي لصالح القياس البعدي ؟ .

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التبادلي لصالح القياس البعدي ؟ .

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التضميني لصالح القياس البعدي ؟ .

5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسيين البعديين لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي بين المجموعات التجريبية الثلاث ؟ .

3- أهداف البحث :

أردنا من خلال هذه الدراسة التعرف فيما إذا كانت هناك :

1- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسات القبلية بين المجموعات التجريبية الثلاث في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي .

2- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي لصالح القياس البعدي .

3- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التبادلي لصالح القياس البعدي .

4- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التضميني لصالح القياس البعدي .

5- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسيين البعديين لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي بين المجموعات التجريبية الثلاث .

4- فرضيات البحث :

الفرضية العامة :

يؤثر إستخدام كل من أسلوبي التطبيق بتوجيه(المدرس والأقران) والتطبيق الذاتي المتعدد المستويات إيجابا في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي وتختلف درجة التأثير بينهم .

الفرضيات الجزئية :

1-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) في القياسات القبلية بين المجموعات التجريبية الثلاث في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي لصالح القياس البعدي .

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التبادلي لصالح القياس البعدي .

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التضميني لصالح القياس البعدي .

5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسات البعدية لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي بين المجموعات التجريبية الثلاث .

5- أهمية البحث :

يكتسب هذا البحث أهميته في الجوانب التالية:

1- يأتي هذا البحث استجابة لما ينادي به الخبراء في مجال تدريس التربية البدنية والرياضية من ضرورة تحديث أساليب التدريس، ذلك أن الأساليب التقليدية المتبعة في تدريس التربية البدنية والرياضية لم تعد قادرة على تحقيق أهداف العملية التعليمية، وعليه يعد الباحث أن القيام بمثل هذه الدراسة هو من الأساسيات التي تنطوي عليها فكرة تحديث أساليب التدريس، وتغيير دور المدرس، وبالمقابل تفعيل دور الطالب في العملية التعليمية.

2-قلة الدراسات التي تناولت استخدام أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية على تنمية التوافق النفسي الإجتماعي.

3- تزويد القارئ أو الباحث في المجالات النفسية والاجتماعية ببعض المتغيرات التي تربط بين أساليب التدريس والتوافق النفسي الإجتماعي والمرحلة السنية التي يمر بها المراهق في تكيفه .

4- قد تفيد هذه الدراسة من خلال ما سيتم التوصل إليه الجهات المعنية بمجال التربية البدنية والرياضية من: مسؤولين، وتربويين، وأساتذة، ومفتشين في الاهتمام بإستخدام الأسلوب التدريبي والتبادلي والتضميني في تدريس مختلف الأنشطة البدنية والرياضية.

5-يمكن أن تفسح هذه الدراسة المجال أمام المهتمين بأساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية من جهة، والتوافق النفسي الإجتماعي من جهة ثانية لإجراء المزيد من الدراسات التي يمكن أن تكون مكملة وداعمة للدراسة الحالية.

6- طبيعة الشريحة التي أقوم بدراستها والمتمثلة في فئة التلاميذ المراهقين وما يواجهها من مشاكل نفسية واجتماعية.

6- مفاهيم أساسية لمصطلحات البحث :

1.6- مفهوم التدريس :

كان ينظر للتدريس على أنه من الأمور الخاصة " إن التدريس هو مجموعة المهارات والخطط والفنون التي يمكن ممارستها " (عباس أحمد صالح السامرائي، 1991، صفحة 274) .

ويشير وجدي إبراهيم عزيز إلى التدريس بأنه :" عملية إتصال يحاول المعلم(المرسل) فيها إكساب المتعلم (المستقبل)، موضوع الدرس(الرسالة) مع مراعاة أنه خلال هذه العملية يمكن أن يحدث تبادل للأدوار بين المعلم والمتعلم، أو يحدث بينهما تأثير وتأثر (الفعل ورد الفعل) (عزيز، 1997، صفحة 90).

و التدريس عبارة عن مجموع الممارسات والأساليب والنشاطات التي يقوم بها المعلم لتخطيط عملية التعلم وتنفيذها وتسهيلها وتقويم نتائجها ،هذه العملية تهدف إلى إكساب المتعلم مجموعة من المعارف والمفاهيم والمبادئ والمهارات والاتجاهات والقيم وتطوير قدراته العقلية من اجل مواصلة التعلم لاحقا (توقي ،1993،ص213).

كما هناك من يذهب إلى أبعد الحدود على حد قول عفاف عبد الكريم: "عملية التدريس تعني تلك الإجراءات التي يقوم بها المدرس مع تلاميذه لإنجاز مهام معينة لتحقيق أهداف سبق تحديدها" (عفاف،1989،ص149).

ويشير أبو هلال " أن التدريس هو تعليم للطرق والأساليب التي يتم بواسطتها الدارس من الوصول إلى الحقيقة وليس تدريس الحقائق فقط " (أحمد، 1979، صفحة 09)

من خلال ما سبق يستنتج الباحث بأن التدريس هو عبارة عن عملية إتصال تتسم بالتفاعل (التأثير والتأثر) بين المعلم والمتعلم تساعد لمتعلم على النمو ومن إكسابه مختلف الخبرات والمعارف والمهارات البدنية .

2.6- مفهوم أساليب التدريس:

تعلقت أمور كثيرة بتدريس التربية البدنية و الرياضية مما عجل بظهور "سلسلة من أساليب التدريس الحديثة رائدها موسكا موستن، وقد أطلق عليها طيف أساليب التدريس" spectrum of teaching styles(عفاف،1994،ص83)،وكان ذلك في عام (1966) وقد طبقت هذه الأساليب بتوسع في مجال التربية البدنية والرياضية، ومنذ ذلك الوقت يعمل بها المدرسون بنجاح. هذا ويعود مصطلح أسلوب التدريس إلى عشرين سنة خلت، إذ كان يقصد به قديما الأسلوب الشخصي في عملية التدريس.

بينما تضيف عفاف عبد الكريم عن تركيبة أسلوب التدريس فتقول أن :" كل أسلوب.(له بنية و هذه البنية تشمل القرارات التي يجب أن تتخذ دائما في أي وحدة تدريسية"(عفاف،1994،ص84)، هذه

القرارات تتمثل في قرارات التخطيط وهي التي تسطر قبل مواجهة الطلبة، وقرارات الأداء (التنفيذ) و التي تؤدى رفقة الطلبة أثناء الدرس، و أخيرا قرارات التقويم والتغذية الراجعة.

– أسلوب التدريس هو عبارة عن سلسلة من اتخاذ القرارات ،تنظم هذه القرارات في ثلاث مجموعات ،تشكل مع بعضها بنية أي أسلوب تدريسي وكما تتحدد بنية كل أسلوب على أساس تعيين الشخص الذي يقوم باتخاذ القرار فكل من المدرس والمتعلم يمكن أن يتخذا قرارات المراحل الثلاث(موستن،16،1991ص).

وعن النظرة الإجمالية لأساليب التدريس يذكر السامرائي :" الأسلوب في أوسع معانيه لا يعدو عن كونه إعدادا مدروسا للخطوات اللازمة لعملية التعليم (السامرائي،1987،ص17)

من كل ما سبق عرضه يهتدي الباحث لتعريف أسلوب التدريس على انه إطار عمل منظم وجملة من القرارات المتسلسلة المنظمة في ثلاث مجموعات وهي :قرارات التخطيط، وقرارات التنفيذ، وقرارات التقويم هذه القرارات مجتمعة تحدد بنية كل أسلوب .

–الأسلوب التدريبي: (أسلوب توجيه المعلم)(الممارسة) (THE PRACTICE STYLE)

وهو الأسلوب الثاني من مجموعة الأساليب التدريسية ، و فيه يتخذ المعلم جميع القرارات بعملية التخطيط و التقويم ، فيها تنتقل للمتعلم بعض الق رارات الخاصة بالتنفيذ أو ما يسمى بالقرارات التسعة وهي(المكان ،الأوضاع الحركية ،نظام العمل ،التوقيت و الإيقاع الحركي ، وقت البداية ،وقت الانتهاء من العمل ، المظهر ، الراحة إلقاء الأسئلة) (السوطري،2007ص،164)،ويؤدي هذا الأسلوب إلى خلق علاقات جديدة بين المدرس و الطالب ، وبين الطالب والواجبات الحركية و المهارية ،بين الطلاب أنفسهم (عفاف،1994،ص94).

ويرى الطالب الباحث أن الأسلوب التدريبي يطلق عليه العديد من المسميات التالية: أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس،(B) أسلوب الممارسة، أسلوب التكليف، الأسلوب وفيه ينتقل للمتعلم هو ثاني أسلوب تدريسي بعد الأسلوب الامري في سلسلة أساليب التدريس لومسكا م، وفيه يحصل المتعلم على بعض الحرية المتمثلة في زمن كاف للأداء وكذا انتقال بعض القرارات الخاصة بمرحلة التخطيط والمتعارف على تسميتها بالقرارات التسع .

– الأسلوب التبادلي (التعلم التبادلي) (THE RECIPROCAL STYLE)

وهو الأسلوب الثالث في مجموعة الأساليب التدريسية، وفيه ينتقل للمتعلم قرارات أكثر في العملية التعليمية حيث يصبح مشاركا فاعلا في قرارات التقويم، وذلك عن طريق تقديم التغذية الراجعة لزميله الذي يؤدي المهارة، حيث يلاحظ أداءه و يصحح الخطأ و ذلك يناقشه بالأداء ثم بعد طلك يتم تبادل الأدوار ليصبح الملاحظ مؤديا و المؤدي ملاحظا (السوطري،2007ص،27-28).

ويرى الطالب الباحث أن الأسلوب التدريبي يطلق عليه العديد المسميات التالية: أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران،(C) أسلوب العمل الزوجي، أو المتبادل(التبادلي)، أو الزوجي الثنائي، الأسلوب وهو الأسلوب يتمتع فيه المتعلم بحرية أكثر فبالإضافة إلى انتقال القرارات التسع يصبح عنصرا مشاركا في قرارات التقويم من خلال تقديم التغذية الراجعة للزميل المؤدي

– الأسلوب التضميني :(أسلوب الواجبات الحركية) (the task style)

هو أسلوب يتيح الفرصة للمتعلمين لممارسة الاعمال التي يصممها المعلم كل حسب قدراته ومستواه، كما يقوم المتعلم بالتقويم ذاتيا (فرج، 1988، صفحة 65)

يرى خليل الشاهد ان هذا الأسلوب هو الأمثل في مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين لأنه يسمح بإشتراك جميع المتعلمين في التعلم في نفس الوقت وبمستويات متعددة كلا حسب قدراته وبالتالي يكون المعلم هو الملاحظة والتوجيه والإرشاد . . (الشاهد، 1995، صفحة 98)

وهو من أساليب التدريس التي تهتم بالمتعلم والتركيز عليه في العملية التعليمية وتصميم البرامج الخاصة له.و يرى سعيد الشاهد ان الهدف الأساسي لهذا الأسلوب هو إعتماد المتعلم على نفسه في إنجاز الواجب الحركي و تثبيت المهارات الحركية من خلال تقديم المهارات للمتعلم في شكل حركات متدرجة في الصعوبة لينتقي منها ما يتناسب مع قدراته كخطوة أولى يخطو منها إلى الواجب التالي حتى يصل إلى تحقيق الهدف النهائي دون مساعدة . (الشاهد، 1995، صفحة 65) .

ويرى الطالب الباحث أن الأسلوب التضميني يطرح أمام المتعلم فرصة إتخاذ قرار رئيسي لم يكن بمقدورهم اتخاذه في الأساليب السابقة، وهو من أي مستوى أبدا العمل، فهو يتيح فرصة الممارسة حسب مستوى قدرة الفرد المتعلم ، وبالتالي يراعي الفروق الفردية من ناحية قدراتهم ودرجة إستجاباتهم وطموحهم.

3.6–مفهوم التوافق : ويعرف" نبيل سفيان "التوافق على أنه إشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته، واستمتاعه بحياة خالية من التوتر والصراع والاضطرابات النفسية، والاستمتاع بعلاقات اجتماعية حميمة، والقدرة على المشاركة في الأنشطة الاجتماعية، وتقبل عادات وقيم المجتمع." (سفيان، 2004، صفحة 153)

ويشير أيضا الدكتور" عبد المنعم الحنفي "إلى التوافق " على أنه علاقة موائمة وتكيف مع البيئة، منها أن يبقي الفرد على استبقاء حاجاته وإشباعها، وأن يكون بوسعه القيام بما يطلب منه ومواجهة الظروف التي تحيط به، أو التي تفرض عليه، ويقتضى ذلك أن يعدل من سلوكه أحيانا أو تمتد محاولات التعديل إلى

البيئة نفسها، حتى يقارب بين إمكانياته وظروفه ويوازن بين حاجاته ومتطلباته، فإن نجح في ذلك وهو غالبا ما ينجح، وإن فشل فهو ما يسمى عدم التوافق" (الحنفي، 1995، صفحة 526)

4.6- التوافق النفسي:

التوافق النفسي عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والإجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد بيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطابات البيئة.

إستمدت فكرة التوافق النفسي أصلا من علم الأحياء و يعبر هذا العلم بلفظ Adjustment "التأقلم" و لقد إستمد علماء النفس فكرة التأقلم هذه و أطلقها عليها لفظ التوافق و المقصود بالتوافق هنا القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين مثمرة و ممتعة تتسم بقدرة الفرد على الحب و العطاء هذا من ناحيةومن ناحية أخرى القدرة على العمل المنتج الفعال الذي يجعل الفرد شخصا نافعا في محيطه الاجتماعي يعني ذلك أن التوافق مفهوم شامل يرمز إلى حالة معينة من النضج يصل إليهاالفرد ، فالمقصود هو التوافق النفسي السوي و ليس نوع محدد من التوافق(حشمت،2002،ص97).

و لقد صنف مفهوم التوافق على المستوى السيكولوجي ، و التوافق على المستوى الاجتماعي و التوافق على المستوى البيولوجي .

5.6- التوافق الإجتماعي :

يتضمن السعادة مع الأخر والإلتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الإجتماعية والإمتثال لقواعد الضبط الإجتماعي وتقبل التغيير الإجتماعي والتفاعل الإجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الإجتماعية(زهران،1984،ص29).

ويشير أحمد عزت راجح(1976م) إلى أن التوافق الاجتماعي، يعنى: قدرة الإنسان على التوائم والتوازن بينه وبين بيئته مادية كانت أو اجتماعية، أي قدرته على مجاراة ظروفها ومتطلباتها ومعاييرها وقوانينها على نحو لا يتنافى مع رضائه عن نفسه ورضاء المجتمع عنه(عزت راجح،1976،ص15).

ويدل مفهوم التوافق الاجتماعي على مدى مرونة الإنسان في تغيير أنماط الحركة حتى يوائم بين ما يحدث في نفسه من تغيرات مختلفة وبين ظروف البيئة المحيطة به(زهران،2001،ص09).

6.6- التوافق النفسي و الإجتماعي:

هو حالة تكون حاجات الفرد من ناحية ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة تماما من خلال علاقة منسجمة بين الفرد وبيئته الإجتماعية (أحمد حشمت،2006،ص47).

والتوافق كحالة من التوازن والاستقرار والتكامل النفسي والاجتماعي الأفضل أن يصل إليها التلميذ الذي يقوم بعملية التوافق، وهى حالة نسبية وليست نهائية لأن كلاً من التلميذ وبيئته في حالة تغير دائم (علاوي،31،1997).

ومن خلا ل ماسبق يمكن للباحث تعريف التوافق النفسي الإجتماعي على انه شعور الفرد بالسعادة مع نفسه ومع الأخرين بحيث يكون متوافقا نفسيا (شخصيا، وانفعاليا، واجتماعيا أي مع نفسه وبيئته) وهذا ما يعبر عنه بالصحة النفسية والتي لا تعني خلو الفرد من الأمراض بقدر ما تعني التوافق الإجتماعي والتوافق الذاتي والشعور بالرضا والسعادة والحيوية والإستقرار .

7.6– المراهقـة :

أ – المراهقة من الناحية اللغوية:

هي الاقتراب والدنو من الحلم (صالح، 1988 صفحة 22)، وقد جاءت في معاجم اللغة العربية بمعان عدة وهي :رهق – رهقة – غشيه ولحق به، أودنا منه سواء أخذه أو لم يأخذه .وتفيد كلمة المراهق من الناحية اللغوية الاقتراب والدنو من الحلم، أي الفتى الذي يدنو من النضج واكتمال الرشد .وتعني كلمة الرهق الزيادة والطغيان (السيد، 1985 صفحة 275) ومن معانيها أيضا كما جاء في لسان العرب :الخفة، الجهل، الحدة، غشيان المحارم من شرب الخمر ونحو ذلك (رابح، 1990 صفحة 89)

المراهقة من الناحية اللغوية تفيد معنى الاقتراب والدنو من الحلم ،وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى لحق أو دنى من ، فنقول مثلا :رهق الغلام أو قرب بالحلم .

ب– المراهقة من الناحية الاصطلاحية:

المراهقة اصطلاحا هي المرحلة الإنمائية الثالثة التي يمر بها الإنسان في حياته من الطفولة إلى الشيخوخة، وهي تتوسط بين الصبا والشباب وتتميز بالنمو السريع في جميع الاتجاهات (النمو البدني والنفسي والعقلي)

وبمعناها العام :هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي بذلك عملية بيولوجية وعضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها (البهي السيد،78،1975).

ويرى الطالب الباحث أن المراهقة هي مرحلة ما بين الطفولة والرشد تحدث فيها تغيرات جسدية وسيكولوجية وبالتالي هي فترة مليئة بالصراعات وبتصرفات غير مرغوبة وغير متوقعة، يميل فيها المراهق إلى تفضيل الإستقلالية والحرية، والإنسلاخ من الجماعة والإعتماد على نفسه، من أجل إثبات الذات .

خلاصة جزئية :

يعتبر هذا الفصل التمهيدي بمثابة دليل لمن يتصفح بحثنا، فمن خلاله يمكن التعرف على جميع فصول هذا البحث سواء النظرية أو التطبيقية، لذلك عنوناه بالتعريف بالبحث منطلقين من الخلفية النظرية التي إستندنا إليها في معالجة الموضوع البحثي مرورا بإشكالية البحث وأهميته، وبالتالي ما تضمنه هذا البحث كان إزالة اللبس والغموض وتوضيح للمعاني أكثر فيما يخص المفاهيم الأساسية لمصطلحات البحث، والتي تشكل في نفس الوقت الكلمات المفتاحية لمن أراد أن يلج بحثتا هذا، أوردنا فيه اهم مصطلحات البحث مبرزين ما جاء به العلماء والباحثين في هذا الميدان (التربية الرياضية) ولنخرج في الأخير بتعريف إجرائي نتبناه حول هذا المفهوم مصاحبا لكل مصطلح .

لقد حاولنا جاهدين إلى تقريب الصورة أكثر للقارئ والمتصفح لهذا البحث بإبراز أهم ما ببحثنا، لتأتي بعده الفصول النظرية بداية من مراجعة الدراسات السابقة ذات العلاقة بالبحث إلى متغيرات البحث التي خصصنا لكل واحد منها فصلا كاملا .

الباب الأول

الدراسات السّابقة والإطار النظري للدراسة

تمهيد الباب الأول :

سيتضمن هذا الباب أربعة فصول يتعلق الفصل الأول وسنتطرق فيه إلى عرض الدراسات السابقة التي تناولت كل من أساليب التدريس والتوافق النفسي الإجتماعي، الأمر الذي سيمكننا من مناقشة ومقارنة نتائجها مع نتائج بحثنا هذا .

أما الفصل الثاني سنتناول فيه أساليب التدريس الحديثة لموسكا موستن " الأسلوب التدريبي والتبادلي والتضميني" (بنية، أهداف، وادوار، ومميزات وعيوب وطريقة تطبيق كل أسلوب ...)، بينما سنتناول في الفصل الثالث التوافق النفسي الإجتماعي من حيث (ماهيته وخصائصه ،شروطه وأبعاده، ونظرياته، وكذا مظاهر ومؤشرات التوافق ...) أما الفصل الرابع فسنخصصه لدراسة مرحلة المراهقة باعتبارها مرحلة حساسة ونحاول فيها الإلمام ب(طبيعة المراهقة، وأهم النظريات التي تفسرها، وكذا خصائصها وأنواعها، بالإضافة إلى مشاكل وحاجات المراهق ،وعلاقة الممارسة الرياضة بالمراهق ...) .

الفصل الأول

مراجعة الدّراسات السّابقة

- تمهيد .

1.1- الدراسات التي تناولت أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية .

1.2- الدراسات التي تناولت المهارات الحياتية .

1.3- تعقيب عن الدراسات السابقة .

1.4- وجه الاستفادة من الدراسات السابقة .

1.5- مميزات الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة .

- خلاصة جزئية.

تمهيد :

تلعب الدراسات المرجعية دورا هاما وحيويا في معاونة الباحثين على المضي قدما في إتمام أبحاثهم، وفي حدود الدراسة الحالية قام الباحث بعمل مسح مرجعي شامل للبحوث والدراسات المرتبطة بموضوع البحث في العديد من المصادر المتمثلة في رسائل الدكتوراه والماجستير بمختلف المعاهد والكليات الرياضية و وفي المجلات والدوريات العلمية الخاصة بالتربية الرياضية، وكذلك المؤتمرات العمية المتخصصة، ومن خلال تلك المصادر إختار الباحث الدراسات السابقة المرتبطة بمتغيرات البحث، وقد تم تناول تلك الدراسات من حيث (العنوان ، الهدف، الفرضيات، العينة، المنهج، أدوات الدراسة، أهم النتائج)، حيث يتيح ذلك للباحث معرفة الإجراءات والوسائل التي أستخدمت من قبل لحل المشكلات المشابهة للدراسة الحالية .

ونظرا لندرة الدراسات التي تناولت متغيرات البحث مجتمعة في هذه الدراسة فقد تم تقسيمها إلى جزئين دراسات خاصة بأساليب التدريس واخرى خاصة بمتغير التوافق النفسي الإجتماعي .

وفي حدود ما توصل إليه الباحث من دراسات قام بتصنيفها على النحو التالي :

(دراسات عربية- دراسات أجنبية) مرتبة من الأقدم إلى الأحدث .

أولا :الدراسات السابقة :

أ) أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية :

1- دراسة سيد احمد عدة 1996: رسالة ماجستير

تمت سنة 1996، وأجريت بمعهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم تحت **عنوان** "اثر أساليب التدريس بأسلوبي التطبيق بتوجيه المدرس والأقران على تنمية بعض عناصر الأداء البدني والانجاز في القفزة الثلاثية "

الأهداف :

- معرفة تأثير أسلوبي التطبيق بتوجيه (المدرس والأقران)على بعض عناصر الأداء البدني ومستوى انجاز الطلاب في القفزة الثلاثية

- معرفة أفضل أسلوب تدريسي من بين الأسلوبين الذي له تأثير ايجابي على بعض عناصر الأداء البدني ومستوى انجاز الطلاب في القفزة الثلاثية

الإشكال :

ما هو تأثير كل من أسلوبي التطبيق بتوجيه المدرس والأقران على بعض عناصر الأداء البدني ومستوى انجاز الطلاب في القفزة الثلاثية

الفرضيات :

* أسلوب التطبيق بتوجيه (المدرس والأقران)يؤثران ايجابيا على نتيجة بعض عناصر الأداء البدني مثل :القوة الانفجارية لعضلات الرجلين

* أسلوب التطبيق بتوجيه (المدرس والأقران)يؤثران ايجابيا على تحسين ومستوى انجاز الطلاب في القفزة الثلاثية

* وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استخدام أسلوبي التطبيق بتوجيه(المدرس والأقران)لصالح أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس في تحسين مستوى انجاز الطلاب في القفزة الثلاثية

المنهج المستخدم :اعتمد الباحث المنهج التجريبي

عينة الدراسة :

تم اختيار عينة عشوائية من طلبة السنة أولى ت ب ر مكونة من 30 طالبا مقسمين إلى مجموعتين تتكون كل منها من 15 طالبا من جنس ذكور

أهم النتائج :خلص الباحث إلى أن :

– كل من أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس والأقران لهما تأثير في تنمية القوة الانفجارية للمجاميع العضلية الخاصة بالرجلين

– أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس عموما هو الأفضل مقارنة بأسلوب التطبيق بتوجيه الأقران في عناصر الأداء البدني الأساسية وتحسين مستوى انجاز الطلاب في القفزة الثلاثية (عدة،1991)

2– دراسة عثمان مصطفى عثمان : 1998 (رسالة دكتوراه)

العنوان :

" مقارنة فاعلية أسلوبين للتعلم على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية "

هدف الدراسة :

التعرف على مدى فاعلية إستخدام أسلوبي التطبيق الموجه، والتطبيق الذاتي المتعدد المستويات في درس التربية الرياضية على بعض المتغيرات البدنية و المهارية والمعرفية لتلاميذ المرحلة الإعدادية .

المنهج :

إستخدم الباحث المنهج التجريبي ، بإستخدام تصميم المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة لملائمته لطبيعة البحث .

مجتمع وعينة البحث :وإشتملت عينة البحث 120 تلميذ من تلاميذ الصف الاول الإعدادي بمدينة المنيا للعام الدراسي 1999/1998

أدوات الدراسة :

إستخدم الباحث في دراسته الإختبارات الخاصة بالنمو ، والإختبارات الخاصة بالقدرات العقلية ،والاختبارات الخاصة بالصفات البدنية ، والاختبارات المهارية .

أهم النتائج : (عثمان، 1998)

– طريقة التدريس بأسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات لها تأثير إيجابي أفضل من طريقة التدريس بأسلوب التطبيق الموجه التقليدي بالنسبة لتنمية المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية لتلاميذ المرحلة الإعدادية

–أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات يزيد من فاعلية إقبال التلاميذ على عملية التعلم.

3– دراسة عصام الدين محمد عزمي (1998 (رسالة دكتوراه)

العنوان :

" فاعلية إستخدام أسلوب التعلم الذاتي المتعدد المستويات في تحقيق بعض أهداف التربية الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الاساسي بمدينة قنا "

هدف الدراسة :

التعرف على مدى فاعلية إستخدام أسلوب التعلم الذاتي المتعدد المستويات في تحقيق بعض أهداف التربية الرياضية (البدنية ، المهارية ، النفسية) .

المنهج المستخدم :

إستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، بإستخدام تصميم المجموعتين التجريبيتين مجموعتين متساويتين ، مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة قوام كل منهما (40) تلميذا وتلميذة .

مجتمع وعينة البحث :

شملت عينة الدراسة 80 تلميذا وتلميذة من تلاميذ الصف الأول إعدادي بمدينة قنا وإختيرت العينة بطريقة عشوائية للموسم الدراسي 1999/1998

أدوات الدراسة :

الإختبارات البدنية – الإختبارات المهارية – الإختبارات النفسية – ورقة العمل والمعيار – إختبار الذكاء .

أهم النتائج :دلت القياسات البعدية على ان أسلوب التعليم بالتطبيق الذاتي متعدد المستويات أدى لتحسن كبير في مستوى الاداء المهاري وسرعة التعلم وتنمية مكونات اللياقة البدنية وتحقيق مكونات الكفاية النفسية للتلاميذ مقارنة بأسلوب الأمر .(عزمي، 1998)

4- دراسة دعاء محمد محي الدين (سنة 2000) رسالة دكتوراه

تحت عنوان :

" تأثير إستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مسابقة قذف القرص "

هدف الدراسة :

التعرف على تأثير إستخدام بعض أساليب التدريس (الممارسة – التبادلي – التطبيق الذاتي المتعدد المستويات – الاسلوب التقليدي) على مستوى الاداء الفني والمستوى الرقمي ومستوى التحصيل المعرفي لمسابقة قذف القرص .

المنهج المستخدم :

إستخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث بالتصميم التجريبي ذات الأربع مجموعات متساوية ، ثلاث مجموعات تجريبية ومجموعة ضابطة وقوام كل منها (24) طالبة .

مجتمع وعينة البحث :

تكونت العينة من (96) طالبة من طالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا، وقد أختيرت بطريقة عشوائية .

الأدوات المستخدمة :

الإختبارات البدنية – الإختبارات المهارية – الإختبارات المعرفية – مقياس دافعية الإنجاز .

أهم النتائج :

- لقد أظهرت القياسات البعدية مساهمة اساليب التدريس (الممارسة – التبادل – التطبيق الذاتي المتعدد المستويات) إيجابا مقارنة مع الأسلوب التقليدي في مستوى الأداء الفني والمستوى الرقمي ومستوى التحصيل المعرفي لمسابقة قذف القرص.

- تفوق أساليب (الممارسة – التبادل – التطبيق الذاتي – على أسلوب (العرض التوضيحي)في مستوى الاداء الفني والمستوى الرقمي ومستوى التحصيل المعرفي لمسابقة قذف القرص .

- تفوق أسلوب الممارسة والتبادل على أسلوب (التطبيق الذاتي) في مستوى الاداء الفني والمستوى الرقمي ومستوى التحصيل المعرفي لمسابقة قذف القرص . (الدين، 2000)

5- دراسة احمد يوسف عاشور :(أطروحة دكتوراه) 2002

عنوان الدراسة :" مقارنة أسلوبي التطبيق الموجه والتطبيق الذاتي متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين في كرة السلة "

هدف الدراسة :

يهدف هذا البحث إلى مقارنة أسلوبي التطبيق الموجه والتطبيق الذاتي المتعدد المستويات على بعض المهارات الاساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين في كرة السلة .

المنهج

إستخدم الباحث المنهج التجريبي ، بإستخدام تصميم المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة لملائمته لطبيعة البحث .

مجتمع وعينة البحث :

شملت عينة الدراسة 60 طالبا من طلاب الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية ببورسعيد وقد إختيارهم بطريقة عشوائية قوم كل منهما (20) طالبا .

أدوات الدراسة :

- البرنامج التعليمي (ورقة العمل والمعيار)
- الإختبارات البدنية
-الإختبارات المهارية

أهم النتائج :

- تفوق أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات على كل من (التطبيق الموجه – المجموعة الضابطة) في تعلم مهارتي (التمرير، التصويب) وتنمية الصفات البدنية الخاصة بكرة السلة ، والتي تمثلت في (القوة المميزة بالسرعة للرجلين والذراعين، تحمل قوة السرعة ، الجلد الدوري التنفسي) .

-تفوق أسلوبي التطبيق الموجه على كل من (التطبيق الذاتي متعدد المستويات – المجموعة الضابطة) في تعلم مهارة (المحاورة) في تنمية صفة الرشاقة .(عاشور، 2002)

6-دراسة بن سي قدور الحبيب :

أجرية هذه الدراسة سنة 2002 بمعهد التربية البدنية و الرياضية (مستغانم) تحت موضوع "دراسة مقارنة لفعالية التدريس باستخدام الاسلوبي الأمري و التضميني في تنمية بعض الصفات البدنية و الأداء الحركي للتلاميذ في عدو الحواجز".

أهداف الدراسة :

1- التعرف على مدى فاعلية استخدام الأسلوب الأمري و التضميني في تنمية بعض الصفات البدنية و الأداء الحركي للتلاميذ في عدو الحواجز.

2-التعرف على أي الأسلوبين المستخدمين الأكثر فاعلية في تنمية بعض الصفات البدنية و الأداء الحركي للتلاميذ في عدو الحواجز.

عينة الدراسة:

بلغ حجم العينة (80) تلميذ من تلاميذ التعليم الثانوي(18.16سنة) بمتقنة ماسرى (مستغانم)، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين قوام كل منها 40 تلميذ من جنس الذكور تمثل الأولى العينة الضابطة و الثانية العينة التجريبية.

أدوات الدراسة:

-استبيان موجه للأساتذة

-اختبارات مقننة لقياس صدق و ثبات و موضوعية المتغير التابع

إجراءات الدراسة:

تم تطبيق التجربة الأساسية في الفترة مابين 2001/01/06 إلى 2001/03/26 بحيث تم

أهم النتائج:

1- استخدام الأسلوبين الامري والتضميني يؤثران ايجابيا على تنمية بعض الصفات البدنية .

2- استخدام الأسلوب التضميني هو الأفضل والأكثر فاعلية في تنمية بعض الصفات البدنية والأداء الحركي (الحبيب، 2002)

7 – دراسة غازي محمد خير إبراهيم الكيلاني (2003)

العنوان:

أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد ورياضة السباحة.

مشكلة البحث:

أثر استخدام الأساليب التدريسية (الأمري، التبادلي، الذاتي) على تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد (التمرير والاستقبال من مسافة(3م)، التنطيط المستمر في اتجاهات متعددة، رمي كرة يد لأقصى مسافة، دقة التصويب على المربعات المتداخلة)، وفي رياضة السباحة (كتم التنفس، توقيت التنفس، الانزلاق والطفو على البطن، ضربات الرجلين، ضربات الذراعين، توافق سباحة الزحف على البطن)، بالإضافة إلى إجراء مقارنات بعدية بين الأساليب التدريسية الثلاثة قيد الدراسة في تأثيرها على تلك المتغيرات.

أهداف البحث:

– أثر استخدام كل من الأسلوب:(الأمري، التبادلي، الذاتي) على تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد.

– أثر استخدام كل من الأسلوب:(الأمري، التبادلي، الذاتي) على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة السباحة.

– الفروق في أثر استخدام كل من أساليب التدريس:(الأمري، التبادلي، الذاتي) على تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد ورياضة السباحة.

المنهج:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لأهداف وفروض الدراسة، وذلك باستخدام تصميم لثلاث مجموعات تجريبية.(Pre -test post-test Design) .

مجتمع وعينة البحث:

تكون مجتمع البحث من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالجامعة الهاشمية–الأردن– البالغ عددهم (250) طالبا، اختار منهم بالطريقة العمدية، ومن غير المسجلين لمادتي: نظريات وتطبيقات في ألعاب القوى، ونظريات وتطبيقات في الرياضات الفردية والبالغ عددهم(120) طالبا، تم استبعاد (60) طالبا من الذين قد مارسوا لعبة كرة اليد أو رياضة السباحة سابقا، والذين أجري عليهم الاختبار للتأكد من صدق وثبات أدوات الدراسة، وأخيرا اختار الباحث (20) طالبا في كل مجموعة تجريبية وزعوا عن طريق القرعة، كما وزعت الأساليب بالعشوائية على المجموعات كذلك، وقبل بداية التجربة أجرى الباحث التكافؤ بين أفراد المجموعات التجريبية الثلاثة على جميع القياسات (المتوسطات، الانحرافات، الالتواء) فاكتشف مجتمعا اعتدا ليا متجانسا، كما لم يجد فروقا ذات دلالة إحصائية مابين مجموعات التدريس الثلاثة، وعلى جميع المتغيرات الوصفية لعينة الدراسة مما يشير إلى تجانسهم في تلك المتغيرات، وبعد البدء في تنفيذ البرنامج تم استبعاد الطلبة الذين تجاوزت نسبة غيابهم (10 %) من مقررات البرنامج ، والذين لم يحضروا القياس البعدي، والبالغ عددهم (14) طالبا، وعليه أصبحت عينة البحث تضم46طالبا موزعة على النحو التالي:

– المجموعة التجريبية الأولى تتعلم بالأسلوب الأمري بها (15) طالبا.

– المجموعة التجريبية الثانية تتعلم بالأسلوب التبادلي ومكونة من (16) طالبا.

– المجموعة التجريبية الثالثة تتعلم بالأسلوب الذاتي وتضم (15) طالبا.

الأدوات:

– الاختبارات المستخدمة في كرة اليد هي: التمرير والاستقبال من مسافة(3م عدد/مرات)، التنطيط المستمر في اتجاهات متعددة (زمن/ثانية)، رمي كرة يد لأقصى مسافة(مسافة/متر)، دقة التصويب على المربعات المتداخلة(عدد/نقاط).

– الاختبارات المستخدمة في رياضة السباحة هي: كتم التنفس(الزمن، الثانية)، توقيت التنفس(عدد، مرات)، الانزلاق والطفو على البطن(مسافة، متر)، ضربات الرجلين(مسافة، متر)، ضربات الذراعين(مسافة، متر)، توافق سباحة الزحف على البطن(مسافة، متر).

– تم التطبيق في مسبح الجامعة الهاشمية الذي يبلغ طوله(25 م)، وعرضه(12.50 م) وعمقه يبدأ من(80 سم) وينتهي ب: (380 سم) هذا بالنسبة للسباحة، أما لعبة كرة اليد فكانت في صالة الجامعة الهاشمية التي يبلغ طولها(44 م)، وعرضها(24 م) بالإضافة إلى شريط لقياس المسافة، كرات، ساعة توقيت، استغرق البرنامج التعليمي أربعة أسابيع، وب:(16) وحدة تعليمية، وبتكرار أربع مرات أسبوعيا دامت الوحدة التعليمية الواحدة (50) دقيقة.

أهم النتائج:

– توجد فروق بين القياسين القبلي والبعدي وباستخدام الأساليب التدريسية الثلاثة قيد الدراسة ولصالح القياسات البعدية ماعدا في مهارة التنطيط المستمر في اتجاهات متعددة في الأسلوب الأمري، والتصويب على المربعات المتداخلة في الأسلوب الذاتي في التدريس.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية مابين القياس القبلي والبعدي على جميع المتغيرات في رياضة السباحة لصالح القياس البعدي في الأسلوب الأمري، والأسلوب التبادلي والأسلوب الذاتي.

– إن الطلاب الذين تعلموا بالأسلوب التبادلي أظهروا تحسنا ملموسا في القدرات الحركية والمهارية في جميع المهارات الأساسية بلعبة كرة اليد.

– إن الطلاب الذين تعلموا بالأسلوب التبادلي أظهروا تحسنا ملموسا في القدرات الحركية والمهارية لرياضة السباحة شأنهم في ذلك شأن الطلاب الذين تعلموا بالأسلوب الأمري.

– النتائج بينت الأثر الايجابي للأساليب التدريسية في تحسين تعلم المهارات الأساسية بالنشاطين، وعند المقارنة بين الأساليب الثلاثة وجد أن الأسلوب الامري هو الأفضل ثم يليه التبادلي، فالذاتي في رياضة كرة اليد، أما بالسباحة فتفوق الأسلوبين الامري والتبادلي على الذاتي.(الكيلاني،2003)

8– دراسة عطاء الله احمد (2004).

العنوان :

تأثير استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة

مشكلة البحث :

حاول الباحث الإجابة على تساؤل رئيسي مفاده :

– ماهو اثر استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية، وأفضلها في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة؟

أهداف البحث :

– معرفة تأثير استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة عند مختلف الجنسين

– معرفة أفضل أسلوب تدريسي بالتغذية الراجعة الفورية له تأثير أحسن في تعلم مهارات الإرسال والتمرير والإعداد،في الكرة الطائرة عند الذكور والإناث

فرضيات البحث :

* استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية يؤثر إيجابا على تعلم مهارات الإرسال والتمرير والإعداد،وان التأثير يختلف حسب نوع الأسلوب ونوع المهارة،وصعوبتها عند الذكور والإناث

هذا وجاءت الفرضيات الجزئية على النحو التالي :

* استخدام بعض أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية يؤثر إيجابا على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة عند مختلف الجنسين

* أفضل أنواع أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية وأحسنها يتبع نوع المهارة وصعوبتها عند الذكور والإناث

– أساليب التدريس التي قصدها الباحث بالدراسة هي :الأسلوب الأمري ،التدريبي، التبادلي، التضميني

– أما المهارات الأساسية في الكرة الطائرة التي قصدها الباحث فهي :

– مهارة الإرسال وتناول فيها الإرسال المواجه الأمامي من الأسفل، الإرسال الجانبي، وكذا إرسال التنس

– مهارة التمرير واعتمد هنا على التمرير من الجهة اليمنى واليسرى من الملعب

– مهارة الإعداد وقصد بها الإعداد إلى الجهة اليمنى واليسرى من الملعب

المنهج :استخدم الباحث المنهج التجريبي

مجتمع وعينة البحث :

اختار الباحث عينة مقصودة قوامها (432) تلميذا وتلميذة وزعت كالأتي 72ذكرا و72 أنثى من ولاية سعيدة، 72ذكرا و72 أنثى من ولاية قسنطينة،72 ذكرا و72 أنثى من ولاية مستغانم،خلال الموسم الجامعي 2004-2005 م

أدوات البحث :

استعان الباحث باختبارات مهارية لقياس المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة والتي صممت من قبل الاتحاد الأمريكي للصحة والتربية والترويح،والمتلائمة مع الفئة المقصودة بالدراسة (من9 إلى 12سنة)

أهم النتائج :

- إن استخدام أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية،واستخدام المعلم للأسلوب التقليدي قد اثر إيجابا على تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة قيد الدراسة عند مختلف الجنسين وفي الولايات الثلاث
- استنتج الباحث أن الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي دال إحصائيا في مهارة الإرسال بأنواعه الثلاث، ومهارة الإعداد، ومهارة التمرير عند مختلف الجنسين ذكور وإناث في الولايات الثلاث (سعيدة، قسنطينة، مستغانم)وهذا عند كافة المجموعات التجريبية والضابطة
- إن الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي دال إحصائيا وهو لصالح الاختبار البعدي عند كافة المجموعات التجريبية والضابطة،وعند كل من الذكور والإناث في الولايات الثلاث،وفي مختلف المهارات (الإرسال بأنواعه،التمرير إلى الجهة اليمنى واليسرى، الإعداد إلى الجهة اليمنى واليسرى)
- تختلف الأساليب في تأثيرها تبعا للجنس،نوع المهارة،وصعوبة أو سهولة المهارة في التعلم
- كلما صعبت وتعقدت المهارة نتجه إلى الأسلوب الأمري في تعليمها،لأنه يتطلب الدقة والصرامة،وكلما كانت سهلة تعطي الحرية للمتعلم .
- يجب التنويع في استخدام أساليب التدريس وعدم الاقتصار على أسلوب واحد فقط في تعليم المهارات،وهذا ما يوضح الاختلاف الموجود في استخدام الأساليب من مهارة إلى أخرى
- ضرورة التفريق في استخدام أساليب التدريس بين الذكور والإناث (أحمد، 2004)

9- دراسة فداء احمد نمر مهيار وغازي محمد خير الكيلاني (2004).

العنوان :

اثر استخدام بعض أساليب التدريس لموستن على تعلم بعض المهارات الأساسية لسباحة الزحف "

مشكلة البحث :

دراسة المشكلة حول اثر استخدام بعض أساليب موستن التدريسية والمحددة في هذه الدراسة بالأسلوب الامري ،التبادلي،الذاتي ،على تعلم مهارات الزحف،وكذا الفروق في تأثيراتها،ووفقا لعامل الجنس أيضا

أهداف البحث :

– التعرف على اثر استخدام أساليب موستن التدريسية(الأسلوب الامري ،التبادلي ،الذاتي)على تعلم مهارات سباحة الزحف

– التعرف على الفروق في اثر استخدام بعض أساليب موستن التدريسية(الأسلوب الامري ،التبادلي ،الذاتي) على تعلم مهارات سباحة الزحف وحسب متغير الجنس

فروض البحث :

* توجد فروق ذات دلالة إحصائية ما بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي على المتغيرات قيد الدراسة

* لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية مابين أساليب التدريس (الأسلوب الامري ،التبادلي ،الذاتي)في تعلم مهارات سباحة الزحف وحسب متغير الجنس

المنهج :استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته أهداف وفروض الدراسة وذلك باستخدام تصميم لثلاث مجموعات تجريبية

مجتمع وعينة البحث :

سحبت العينة من طلبة قسم الإدارة والتدريب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بالجامعة الهاشمية،لمستوى السنة أولى والثانية والبالغ عددهم(219)خلال الموسم الجامعي 2002-2003 م،اختير منهم (82)طالبا بطريقة عمديه من بينهم (46)طالبا و(36)طالبة وبنسبة (39)من المجتمع الكلي،ومن غير المسجلين في المادة "نظريات وتطبيقات في الرياضات الفردية"،كما تم استبعاد الطلبة الذين لديهم خبرات سابقة في رياضة السباحة،وتم توزيع العينة على ثلاث مجموعات لكل من الذكور والإناث على النحو التالي :الأسلوب التبادلي (16)طالبا و(12)طالبة،الأسلوب الامري (15)طالبا و(12) طالبة،الأسلوب الذاتي (15)طالبا و(12)طالبة

– تم استخدام نفس محتويات البرنامج على المجموعات الثلاث مع الاختلاف في أساليب التدريس المعتمدة فقط،دام البرنامج(06)أسابيع،وفي كل أسبوع ثلاث وحدات تعليمية بمعدل (45دقيقة)للوحدة التعليمية الواحدة

أهم النتائج :

– أسلوب التدريس باستخدام الكتيب المبرمج حقق نتائج ايجابية في مستوى تعليم الضربة الساحقة المستقيمة،ونفس الشيء للأسلوب التبادلي والامري ،حيث جاءت النتائج في صالح القياسات البعدية،ونفس الشيء في تحسين تركيز الانتباه،إلا أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الأساليب التدريسية قيد الدراسة

– جاءت النتائج لصالح أسلوب الكتيب المبرمج مقارنة بتوجيه الأقران، ولصالح أسلوب الكتيب المبرمج مقارنة بأسلوب العرض التوضيحي

– كانت النتائج في تحسين تركيز الانتباه لصالح أسلوب الكتيب المبرمج،وبالتالي اعتبره الباحث أفضل الأساليب في التعليم من خلال جذب المتعلم،وتطوير انتباهه طيلة فترة الدرس،وتوجيه الأقران أحسن من الامري، لكن هذا الأخير أحسن من الأول في تركيز الانتباه .(مهيار، 2004)

10- دراسة عبد الجبار سعيد محسن (2006) :

العنوان :"تأثير التدريس بأسلوبي التدريبي والتبادلي في درس التربية الرياضية على مهارات كرة السلة للطلاب

مشكلة البحث :

انطلق الباحث من أن هناك أساليب حديثة في التدريس ،وهذا ما يساعد في تطبيق أفضل لطرق التعلم ،والتي عن طريقها يستطيع المدرس أو المعلم الوصول بالطالب إلى أفضل مستوى ممكن في الأداء المهاري ،ومن هذا جاءت أهمية البحث حول أي الأساليب أجودها ،وأسرعها لتعلم الطلاب المهارات الأساسية في لعبة كرة السلة ؟

أهداف البحث :

– تأثير التدريس بالأسلوب التدريبي على بعض مهارات كرة السلة في درس التربية الرياضية

– تأثير التدريس بالأسلوب التبادلي على بعض مهارات كرة السلة في درس التربية الرياضية

– أيهما أفضل في عملية تدريس المهارات بكرة السلة

فرضيات البحث :

*الأسلوب التدريبي في درس التربية الرياضية له تأثير أكثر من الأسلوب التبادلي في تعلم مهارات كرة السلة

*الأسلوب التبادلي في درس التربية الرياضية له تأثير أكثر من الأسلوب الامري في تعلم مهارات كرة السلة

المنهج :استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة المشكلة المراد حلها

مجتمع وعينة الدراسة :

اجري البحث على طلبة الصف الرابع إعدادي بعمر (16سنة)التابعين لإعدادية قتيبة خلال الموسم الدراسي 2004-2005م،اختار الباحث منهم شعبتين من أصل (05)شعب ،و(200)طالب وطالبة ،اختار مجموعة بها (40)طالبا تدرس بالأسلوب التدريبي ومجموعة ثانية بها (40)طالبا تدرس بالأسلوب التبادلي ،ومجموعة ثالثة بها (40)طالبا تدرس بالأسلوب الامري هذه الأخيرة اشرف عليها مدرس التربية الرياضية بالمدرسة ،واعتبرها الباحث مجموعة ضابطة

الأدوات :

-أجرى الباحث تجانس وتكافؤ المجموعات في كل من الطول والوزن ،واختبار لرمي الكرة الطبية التي تزن (03)كلغ

- استعان الباحث بالاختبارات المهارية في كرة السلة التالية :اختبار الدقة في المناولة باليدين (المناولة الصدرية،نقاط)، اختبار سرعة الطبطبة لمسافة (20م،وقت)،اختبار التصويب على السلة (من خط الرمية الحرة ،عدد)،اختبار التصويب بالقفز على السلة من الجانبين (عدد)

- دامت مدة التدريس (10) أسابيع بواقع حصة واحدة في الأسبوع مدتها (45د)وفق منهاج التربية الرياضية ،أي (10)حصص دامت التجربة من 20-02-2005الى 05-05-2005،وكان ذلك بالقاعة الرياضية في المدينة على طلاب الإعدادية المركزية بالمدينة (العراق)

أهم النتائج :

- كانت النتائج في صالح القياسات البعدية في كل المتغيرات المهارية، وهذا يعني أن الأسلوب التدريبي في القسم التعليمي لدرس التربية الرياضية قد ساهم في تطور المهارات في كرة السلة

- جاءت النتائج في صالح القياسات البعدية مقارنة بالقياسات البعدية عند تدريس المجموعة الثانية بالأسلوب التبادلي

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التي درست بالأسلوب التدريبي عند مقارنة القياسيين البعديين للمجموعتين الأولى والثانية في مهارات كرة السلة ،وهذا يعني أن الأسلوب التدريبي يشجع على التفكير في اكتساب تفاصيل دقيقة عن المهارات ،وفي استيعاب النواحي الفنية الخاصة بالمهارة (تعلم أحسن وأسرع)من مجموعة الأسلوب التبادلي

- الأسلوب التدريبي يساعد في زيادة المعرفة ،ومتطلبات الأداء الفني للمهارة

- ضرورة تعميم الأسلوب التدريبي في تعلم المهارات ،وبخاصة في المراحل المتقدمة

- دراسة الأسلوب التدريبي في تعلم المهارات الحركية لمختلف الألعاب الرياضية

– إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول الأسلوب التبادلي في مختلف الألعاب الرياضية (محسن، 2006)

11– دراسة فوزية محمد عمر منذر (2007):

العنوان :

" تأثير أسلوبي التدريس التدريبي والتبادلي على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ،ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي " المرحلة الإعدادية "

مشكلة البحث :ما هو الأسلوب التدريسي الأفضل من حيث الفعالية في عملية تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز،وكذا تحسين مفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي وبخاصة تلميذات الصف السابع بالجماهيرية الليبية ؟

أهداف البحث :

– معرفة تأثير أسلوبي التدريس (التدريبي والتبادلي) على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ،ومفهم الذات لتلميذات التعليم الأساسي"المرحلة الإعدادية "

– معرفة أفضل الأساليب تأثيرا على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز،ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي"المرحلة الإعدادية "

فرضيات البحث :

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0،05)بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعتين التجريبيتين في تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز،ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي"المرحلة الإعدادية "

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0،05)في القياس البعدي للمجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة في تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز،ومفهوم الذات لدى أفراد عينة البحث .

المنهج :

انتهجت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام تصميم المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة لملائمته لطبيعة البحث

مجتمع وعينة البحث :

اختارت الباحثة عيينة عمديه شملت ثلاث صفوف دراسية من صفوف التعليم الأساسي تحديدا الصف السابع بمدرسة محمد الزهيوي للتعليم الأساسي بشعبية الزاوية بليبيا للعام الدراسي :2004–2005م

أدوات الدراسة :

اختبرت الباحثة الطالبات في مهارتين :الشقلبة الجانبية، والدحرجة الأمامية، كما استعملت مقياس مفهوم الذات بأبعاده التالية(السلوك، المنزلة العقلية، المظهر الجسمي، القلق، الشعبية، السعادة، الرضا)،وذلك بعد أن تأكدت من تكافؤ المجموعات المختارة (مجموعة الأسلوب التدريبي ، مجموعة الأسلوب التبادلي، والمجموعة الضابطة)،هذا ونفذت الباحثة وحدات تعليمية وعددها (24)وحدة بمقدار زمني قوامه(45د)للوحدة، بواقع ثلاث وحدات تعليمية في الأسبوع، ولمدة ثمانية أسابيع

أهم النتائج :

– أثرت أساليب التدريس (الامري، التدريبي، التبادلي) إيجابا في رفع مستوى تعلم المهارتين

– هناك تأثير ايجابي للأسلوب التبادلي في نمو أبعاد مقياس مفهوم الذات التالية : السلوك، المنزلة العقلية، والمجموع الكلي لأبعاد المقياس .

– هناك تأثير ايجابي للأسلوب الامري في نمو أبعاد مقياس مفهوم الذات التالية : السلوك، المنزلة العقلية، ، القلق، الشعبية، السعادة، الرضا، والمجموع الكلي لأبعاد المقياس.

– لم تختلف الأساليب التدريسية في تأثيرها على تعلم مهارة الدحرجة الأمامية، بينما لوحظ الاختلاف في تعلم مهارة الشقلبة الجانبية ولصالح الأسلوبين التجريبيين (التدريبي والتبادلي)،بمعنى آخر أن سهولة الحركة يقف وراء عدم التمايز بين الأسلوبين التدريسيين

– مستوى الدافعية للعمل والأداء ارتفع لدى تلميذات المجموعتين التجريبيتين، وقد ارتفع نسبيا شعورهن بالمسؤولية اتجاه ما يتم تعلمه . (منذر، 2007)

12– دراسة حرباش إبراهيم (2011) مستغانم

العنوان:

" أثر التدريس بالأسلوبين التضميني والتبادلي على الرفع من مستوى الأداء البدني في القفز الطويل "

مشكلة الدراسة :

ما هو الأسلوب التدريسي الأفضل تأثيرا على الاداء البدني للطلاب في فعالية القفز الطويل ؟

أهداف الدراسة :

– معرفة مدى تأثير أساليب التدريس الحديثة المختلفة على مستوى الاداء البدني للطلبة في القفز الطويل .

– التعرف على احسن أساليب التدريس الحديثة المستخدمة في حصة التربية البدنية والرياضية .

– التعرف على الأسلوب الأمثل لرفع من مستوى الاداء البدني في القفز الطويل .

فروض الدراسة :

– هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين إستخدام الأسلوب التضميني والأسلوب التبادلي لصالح الأسلوب التضميني في الرفع من مستوى الاداء البدني لدى الطلبة في القفز الطويل .

– هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين إستخدام الأسلوب التضميني والأسلوب التبادلي لصالح الأسلوب التبادلي الرفع من مستوى الاداء البدني لدى الطلبة في القفز الطويل .

المنهج : إستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث .

مجتمع وعينة الدراسة :

أما عينة البحث فتكونت من60 طالبا يدرسون بمعهد التربية البدنية و الرياضية بولاية مستغانم تم اختيارها بطريقة عشوائية تم تقسيمها إلى مجموعتين تجريبيتين بالتساوي 30 طالبا للمجموعة التجريبية الأولى و 30 طالبا للمجموعة التجريبية الثانية

أدوات الدراسة : – الإختبارات البدنية (الوثب العريض من الثبات–العدو30 م من البداية المتحركة– الوثب العمودي لسارجنت– الوثب ل 10 خطوات من الجري)– البرنامج التعليمي

أهم النتائج :

– توصل الباحث إلى ان إستخدام الاسلوب التضميني له تأثير إيجابي في تطوير الاداء البدني في القفز الطويل (إبراهيم، 2011)

– إن إستخدام الأسلوب التبادلي له تأثير إيجابي في الرفع من مستوى الصفات البدنية في القفز الطويل .

– إن إستراتجية إستخدام تنويع الأساليب التدريسية الحديثة تساهم في تنمية الاداء البدني في القفز الطويل

13– رسالة مجاهد مصطفى : رسالة ماجستير (2012)

العنوان :

" أثر إستخدام بعض أساليب التدريس في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي "

مشكلة الدراسة :

ما مدى تأثير أسلوبي التطبيق بتوجيه(المدرس والأقران) في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي (16–17سنة)".

أهداف الدراسة :– معرفة تأثير أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس (التدريبي) في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي

– معرفة تأثير أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي) في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي.

– الكشف عن أفضل أسلوب تدريسي تأثيرا في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي.

المنهج : إستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث .

مجتمع وعينة الدراسة :

أجريت الدراسة مع تلاميذ السنة أولى ثانوي من شعبة آداب ولغات عربية لثانوية شبايكي عبد القادر ولاية –تيارت–، الموسم الدراسي 2010-2011 ،تم إختيار العينة بطريقة عشوائية وبلغ عددها 40 تلميذا مقسمين إلى مجموعتين متساويتين 20 تلميذا للمجموعة التجريبية الاولى و 20 تلميذا للمجموعة التجريبية الثانية

أدوات الدراسة :

–استخدم الباحث مقياس التوافق النفسي الاجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمان محمود والي "لتلاميذ المرحلة المتوسطة 2007 – البرنامج التعليمي بالأساليب التدريسية قيد البحث

أهم النتائج : (مصطفى، 2012)

– تأثير كل من الأسلوب التدريبي والتبادلي في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي.

– وأن أفضل أسلوب تدريسي تأثيرا على التوافق النفسي الإجتماعي هو الأسلوب التبادلي.

ب) – الدراسات الأجنبية :

14– دراسة كاي (cai) 1995 (دكتوراه)

العنوان :

" تأثير ثلاث أساليب للتدريس على الحالة المزاجية للطلاب في الجامعة ، التمتع بالنشاط البدني السلوك نحو التدريس" .

هدف الدراسة :

معرفة تأثير ثلاث أساليب للتدريس (التطبيق الموجه – توجيه الأقران والذاتي المتعدد المستويات) على الحالة المزاجية لطلاب الجامعة، التمتع بالنشاط البدني السلوك نحو التدريس .

المنهج :

إستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، بإستخدام تصميم المجموعات التجريبية (6 ستة مجموعات قسموا إلى ثلاث مجموعات تخصص الكارتيه – وثلاث مجموعات تخصص ألعاب المضرب .

مجتمع وعينة البحث :

شملت عينة الدراسة 98 طالب (67 طالب – 31 طالبة) من طلاب الجامعة تم إختيارهم بطريقة عشوائية للموسم الجامعي 1999/1998

أدوات الدراسة :

تصميم إستمارات إستبيان لمتغيرات البحث .

أهم النتائج :

- ينخفض مستوى التعب في الفصل بعد التدريس بأسلوب توجيه الأقران .
- أسلوب توجيه الأقران في فصول الكاراتيه يزيد من مستوى الحيوية عن أسلوب الأمر .
- أسلوب توجيه الأقران في الكاراتيه له أعلى درجة متعة ثم أسلوب الامر يليه التطبيق بتوجيه المدرس.
- المتعة في الكاراتيه مع أسلوب توجيه الأقران أعلى من المتعة بإستخدام نفس الأسلوب في ألعاب المضرب
- سلوك الطلاب نحو التدريس بتوجيه الأقران أعلى من الأمر والتطبيق الموجه . (cai, 1995)
- الطلاب يفضلون أسلوب توجيه الأقران في الكاراتيه بينما يفضلون التطبيق الموجه في ألعاب المضرب

15– دراسة أوسوزن وجيرسل osthuzon & griesel (1992) (إنتاج علمي)

العنوان :

" تأثير إستخدام بعض أساليب التدريس على تحقيق اهداف التربية الرياضية لتلاميذ المدارس العليا "

هدف الدراسة :

معرفة تأثير إستخدام أساليب التدريس (العروض التوضيحية – توجيه الأقران – التطبيق الذاتي المتعدد المستويات) على تحقيق أهداف التربية الرياضية لتلاميذ المدارس العليا .

المنهج :

إستخدم الباحث المنهج التجريبي ، بإستخدام تصميم المجموعات التجريبية (ثلاث مجموعات تجريبية والمجموعة الرابعة ضابطة لملائمته لطبيعة البحث .

مجتمع وعينة البحث :

تم إختيار عينة البحث بطريق عشوائية ولبغت العينة 97 تلميذا من تلاميذ المدارس العليا للموسم الجامعي 1993/1992

أدوات الدراسة :

إستعان الباحث بالاختبارات البدنية والمهارية – الإختبارات الوجدانية – ورقة العمل والمعيار .

أهم النتائج :

– أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران يؤثر في المجال الحركي (بدني – مهاري).

– أسلوب التطبيق الذاتي بالمتعدد المستويات ذات تأثير فعال في المجال الإنفعالي أكثر من الأسلوب التبادلي أما أسلوب التعلم بالأمر لم يحقق أي مستوى في الجوانب السابقة . (griesel, 1992)

ب) الدراسات التي تناولت التوافق النفسي الاجتماعي :

1– دراسة جيهان حامد السيد إسماعيل :سنة 1990

العنوان :

:"مستوى أداء طالبات كلية التربية الرياضية في التربية العملية وعلاقته بالتوافق النفسي "

– تساؤلات الدراسة :

–هل هناك علاقة بين التوافق الشخصي للطالبات ومستوى الأداء ؟

– هل هناك علاقة بين التوافق الاجتماعي لدى الطالبات ومستوى الأداء ؟

– هل هناك علاقة بين التوافق النفسي العام ومستوى الأداء ؟

أهداف الدراسة:

يهدف البحث إلى دراسة العلاقة بين التوافق النفسي ببعديه الشخصي والاجتماعي ومستوى الأداء للطالبات في التربية البدنية والرياضية للبنات بالقاهرة .

الفرضيات :

– هناك علاقة ايجابية بين التوافق الشخصي بأبعاده الستة ومستوى أداء الطالبات في التربية العملية .

– هناك علاقة ايجابية بين التوافق الاجتماعي بأبعاده الستة ومستوى أداء الطالبات في التربية العملية

– هناك علاقة ايجابية بين التوافق النفسي العام ومستوى أداء الطالبات في التربية العملية .

المنهج المستخدم: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي .

عينة الدراسة:

طبق البحث على عينة شملت 140 طالبة من طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنات

أدوات الدراسة:– مقياس كاليفورنيا للشخصية والذي أعده بالعربية "محمود عطية هنا " .

– بطاقة تقويم الطالبات في التربية العملية .

أهم النتائج: – توصلت الباحثة إلى أن هناك علاقة ايجابية بين التوافق الشخصي بأبعاده الستة ومستوى أداء الطالبات في التربية العملية

– وجود علاقة ايجابية بين التوافق الاجتماعي ومستوى الأداء ، وبالتالي يوجد علاقة ايجابية بين التوافق النفسي العام ومستوى الأداء للطالبات في التربية العملية .

–كما أوصت الباحثة بتطبيق مقياس كاليفورنيا للتوافق النفسي في اختبار القبول (إسماعيل، 1990).

2– دراسة أشرف عيد إبراهيم مرعي : (1990)

عنوان الدراسة :

" تأثير برنامج رياضي مقترح على درجة التوافق الشخصي الإجتماعي لدى المعوقين بدنيا من تلاميذ المرحلة الإعدادية " .

– تساؤلات الدراسة :

– هل يؤثر البرنامج الرياضي المقترح على درجة التوافق الشخصي لدى التلاميذ المعاقين بدنيا ؟

– هل يؤثر البرنامج الرياضي المقترح على درجة التوافق الإجتماعي لدى التلاميذ المعاقين بدنيا ؟

– هل يؤثر البرنامج الرياضي المقترح على درجة التوافق الشخصي والاجتماعي والتوافق النفسي العام لدى التلاميذ المعاقين بدنيا ؟

أهداف الدراسة :

– التعرف على مدى تأثير البرنامج الرياضي المقترح على التوافق الشخصي الاجتماعي والتوافق النفسي العام لدى التلاميذ المعاقين بدنيا .

الفرضيات :

– للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق الشخصي لصالح المجموعة التجريبية .

– للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق الإجتماعي لصالح المجموعة التجريبية .

– للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق النفسي العام لصالح المجموعة التجريبية .

المنهج :

– إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بطريقة المجموعتين (تجريبية وضابطة).

العينة : – تضمنت عينة البحث (22) من مصاحبي شلل الاطفال

– 10 تلاميذ كمجموعة تجريبية من مدرسة الاهرام

– 12 تلميذا كمجموعة ضابطة من مدرسة أبو الهول بالجيزة

أدوات البحث :

إستخدم الباحث إختبار الشخصية للتوافق النفسي إعداد " محمود عطية هنا " .

أهم النتائج :

– توصل الباحث إلى ان للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق الشخصي لدى المجموعة التجريبية .

– لم تتحسن درجة التوافق الشخصي لدى المجموعة الضابطة في القياس البعدي .

– للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق الإجتماعي للعينة التجريبية .

– للبرنامج الرياضي المقترح تأثير إيجابي على درجة التوافق النفسي العام لدى المجموعة التجريبية، حيث تحسنت درجة توافقهم بنسبة اكبر عن العينة الضابطة في القياس البعدي (مرعي، 1991)

3– دراسة عبد الرحيم دياب :سنة 1994 بدولة الكويت

العنوان :

تأثير الممارسة الرياضية على التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية "

– تساؤلات الدراسة :

– هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين لهذه الأنشطة لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

– هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين الممارسين للأنشطة الرياضية الجماعية و الممارسين للأنشطة الفردية من طلاب المرحلة الثانوية ؟

أهداف الدراسة:

– التعرف على الفروق في درجات التوافق النفسي بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية لدى طلاب المرحلة الثانوية .

– التعرف على الفروق في درجات التوافق النفسي بين الممارسين للأنشطة الرياضية الجماعية و الممارسين للأنشطة الفردية لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

– هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين لصالح الممارسين .

– هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الشخصي بين الممارسين للأنشطة الرياضية الجماعية والممارسين للأنشطة الفردية لصالح الممارسين للأنشطة الفردية .

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الاجتماعي بين الممارسين للأنشطة الجماعية والممارسين للأنشطة الفردية لصالح الممارسين للأنشطة الجماعية .

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملائمته لهذه الدراسة .

العينة :

أجريت الدراسة على عينة قدرت ب(368) طالبا من الصفين الثالث والرابع من مختلف المناطق وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، واشتملت على مجموعتين :

مج1:شملت(181) طالبا من الممارسين للأنشطة الرياضية ،منهم (92) طالبا يمارسون الأنشطة الرياضية الجماعية (كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة، كرة الماء) و(89) طالبا يمارسون الأنشطة الأنشطة الفردية (العاب القوى، السباحة، الجمباز)

مج2:شملت (187) طالبا لا يمارسون أي نشاط رياضي .

أدوات الدراسة:

اعتمد الباحث على اختبار الشخصية لقياس التوافق النفسي والذي أعده بالعربية "محمود عطية هنا" ويحتوي هذا الاختبار على قسمين :احدهما لقياس التوافق الشخصي والأخر لقياس التوافق الاجتماعي .

أهم النتائج:

* توصل الباحث إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية الفردية هو السبب الوحيد الذي اظهر الفرق المعنوي في التوافق النفسي العام وبعد التوافق الشخصي بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين .

* لا توجد أي فروق معنوية بين تأثير الأنشطة الجماعية والفردية في بعد التوافق الاجتماعي .

* توصل الباحث إلى أن الممارسة الرياضية بصفة عامة وممارسة الأنشطة الفردية بصفة خاصة لها تأثير ايجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام لطلاب المرحلة الثانوية، وخاصة في درجة التوافق الشخصي .

* الممارسة الرياضية للأنشطة الجماعية والفردية ليست لها فعالية في رفع درجة التوافق الاجتماعي .

* الممارسة الرياضية للأنشطة الجماعية لم تسفر عن أي تأثير ايجابي في رفع درجة التوافق النفسي ببعديه الاجتماعي والشخصي (دياب، 1994)

4- دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد :

أجريت هذه الدراسة سنة 1996 رسالة ماجستير –جامعة عين شمس –

العنوان :

"العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقليا "

أهداف البحث:

معرفة اثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية على التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقليا .

المنهج: إستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث .

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من 30 طفل وطفلة من اعمار (8 إلى 10) سنوات – نسبة الذكاء (50-70%)وتم اختيارهم بالطريقة العمدية ،وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين 15 طفل وطفلة مجموعة ضابطة و15 طفل وطفلة مجموعة تجريبية ،وكانت أعمارهم من (8-10سنوات).

أدوات الدراسة:

- مقياس السلوك التكيفي .
- مقياس جودانف هارس للذكاء .
- برنامج لبعض الأنشطة الرياضية .

أهم النتائج:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجتي عينة الدراسة على النشاط مقياس السلوك التكيفي لصالح العينة التجريبية قبل وبعد ممارسة النشاط الحركي ،وتوصي النتائج بالاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقليا . (الحميد، 1996)

5- دراسة قبورة العربي: (2006)

العنوان :

" توظيف الأنشطة الرياضية المعدلة في تحسين التكيف الشخصي الاجتماعي للمعاقين سمعيا " .

فروض البحث :

- هناك تأثير إيجابي في توظيف الانشطة الرياضية الترويحية المعدلة في تحسين التكيف الشخصي والإجتماعي للمعاقين سمعيا .
- إن ممارسة النشاط الحركي المكيف يساعد في تحقيق الاغراض العضوية والعصبية والإجتماعية والعاطفية.

المنهج :

إعتمد الباحث المنهج التجريبي .

العينة :

شملت العينة على (20) تلميذا من مدرسة الصم بمركز وهران تتراوح اعمارهم بين(13-16) سنة .

المجموعة التجريبية : متكونة من 10 تلاميذ خاضعة لوحدات تعليمية للأنشطة الرياضية من إعداد الباحث

والمجموعة الضابطة تتكون من 10 تلاميذ يطبقون البرنامج المدرسي .

ادوات الدراسة :

– اختبارات بدنية ومهارية – إختبار التوافق النفسي لمحمود عطية هنا .

أهم النتائج :

– من البرنامج المعتمد من قبل الباحث في النشاط الحركي المكيف أظهر التحسن الدال معنويا في الأبعاد الشخصية والاجتماعية للتوافق .

– حققت العينة التجريبية أفضل النتائج في حصيلة التكيف مقارنة بالعينة الضابطة (العربي، 2006)

6– رسالة جبوري بن عمر : رسالة ماجستير (2010)

العنوان : " أثر ممارسة الانشطة البدنية الرياضية على التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية

الهدف من الدراسة :– معرفة أثر النشاط البدني الرياضي على درجة التوافق النفسي العام للتلاميذ حسب متغير الممارسة (ممارسين وغير ممارسين) عند مختلف الجنسين .

– معرفة أثر النشاط البدني الرياضي على درجة التوافق النفسي العام للتلاميذ الممارسين حسب متغير الجنس (ذكور إناث).

فروض الدراسة :

– يؤثر النشاط البدني الرياضي إيجابا على درجة التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية ذكور وإناث الممارسين بالمقارنة بغير الممارسين ، ويختلف أثره بين الإناث والذكور الممارسين حيث يكون أكبر عند الإناث الممارسين

– يؤثر النشاط البدني الرياضي إيجابا على درجة التوافق النفسي العام للتلاميذ الممارسين بالمقارنة بغير الممارسين عند مختلف الجنسين ذكور وإناث .

– يؤثر النشاط البدني الرياضي إيجابا على درجة التوافق النفسي العام للتلميذات الممارسات أكبر من التلاميذ الممارسين الذكور .

المنهج : إعتمد الباحث المنهج الوصفي دراسة مسحية لملائمته لطبيعة الدراسة .

العينة : تكونت عينة البحث من451 من تلاميذ المرحلة الثانوية تم إختيارهم من مجتمع الأصل بطريقة عشوائية ، حيث تم إختيار 10 مؤسسات تعليمية بولاية معسكر ، ومنها تم إختيار التلاميذ المعنيين بالدراسة عن طريق القرعة ، وتم توزيعها على مجموعتين :

المجموعة الأولى : شملت 80 تلميذا و 80 تلميذة يمارسون النشاط البدني الرياضي بالمدرسة الثانوية .

المجموعة الثانية : شملت 76 تلميذا و 80 تلميذة لا يمارسون أي نشاط رياضي (معفيين)

أدوات الدراسة :

إعتمد الطالب الباحث على إختبار التوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الثانوية للدكتور " محمود عطية هنا " بحيث أخذ منه ما يتناسب وموضوع الدراسة

أهم النتائج :

– النشاط البدني الرياضي يؤثر إيجابا على درجة التوافق النفسي العام بأبعاده (التوافق الشخصي، والتوافق الأسري، والإجتماعي ، والصحي)لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ذكور وإناث الممارسين مقارنة بغير الممارسين .

– يؤثر الناشط البدني الرياضي إيجابا على درجة التوافق النفسي العام لدى الإناث الممارسات بدرجة اكبر من الذكور الممارسين في أبعاد التوافق الشخصي والإجتماعي والمدرسي وكان أثره متكافئا في البعد الأسري الصحي (عمر، 2010)

7– دراسة أحمد بن قلاوز التواتي وبن قناب الحاج (2011)

العنوان :

" دور التربية البدنية والرياضية في تنمية التوافق النفسي والإجتماعي وإكتساب بعض المهارات الحياتية للمراهقين " مستغانم .

تساؤلات الدراسة :

– هل يتميز تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للتربية البدنية والرياضية بدرجات عالية من التوافق النفسي الإجتماعي والمهارات الحياتية بالمقارنة مع اقرانهم الغير ممارسين للتربية البدنية والرياضية ؟

– هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي ومقياس المهارات الحياتية بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية ؟

أهداف الدراسة :

– معرفة إن كان تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للتربية البدنية والرياضية يتميزون بنسب عالية أم منخفضة في أبعاد التوافق النفسي الإجتماعي والمهارات الحياتية بالمقارنة مع اقرانهم الغير ممارسين للتربية البدنية والرياضية .

– معرفة إن كانت هناك فروق في أبعاد التوافق النفسي الإجتماعي و المهارات الحياتية بين تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للتربية البدنية والرياضية بالمقارنة مع اقرانهم الغير ممارسين للتربية البدنية والرياضية .

فرضيات الدراسة :

– يتميز التلاميذ الممارسين للتربية البدنية الرياضية بدرجات عالية في أبعاد التوافق النفسي الإجتماعي والمهارات الحياتية بالمقارنة مع أقرانهم الغير ممارسين للتربية البدنية الرياضية .

– هناك فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي ومقياس المهارات الحياتية بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية لصالح الممارسين .

المنهج : إستخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية وذلك لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيق اهدافه

العينة :تم إختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية ، حيث بلغ حجمها 150 تلميذا منها 90 تلميذا يمارسون التربية البدنية و 60 تلميذا لا يمارسون درس التربية البدنية والرياضية (تواتي بن قلاوز، 2012).

أداة الدراسة :

– إستخدم الباحثان مقياس التوافق النفسي الإجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمان محمود " الخاص بتلاميذ المرحلة الثانوية .

– مقياس المهارات الحياتية : ويحتوي على 30 عبارة موزعة على ثلاثة محاور أساسية، بحيث يحتوي كل محور على 10 عبارات، كما ان كل العبارات إيجابية للمحاور الثلاث .

أهم النتائج :

– التربية البدنية الرياضية أثرت إيجابا على التوافق النفسي الإجتماعي والمهارات الحياتية للتلاميذ الممارسين وذلك من خلال الدرجات العالية لأبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي ومقياس المهارات الحياتية .

– التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية يتميزون بدرجات عالية في أبعاد المقياسين .

– هناك فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التوافق النفسي الإجتماعي والمهارات الحياتية بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية وغير الممارسين ولصالح الممارسن

8– دراسة سمسوم علي (2011)

العنوان :" تأثير النشاطات البدنية الرياضية على تحقيق التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية "

هدف الدراسة:

– معرفة مدى تأثير النشاطات البدنية والرياضية التربوية في تنمية المراهق من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعي والمقارنة مع أقرانهم الغير ممارسين للنشاط الرياضي التربوي .

المنهج : إستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة .

العينة : تم إختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية، حيث بلغ حجمها 80 تلميذا، منها 40 تلميذا النشاط الرياضي التربوي و 40 تلميذا غير ممارسين .

أداة الدراسة :- إستخدم الباحث مقياس التوافق النفسي الإجتماعي " محمود عطية هنا "

أهم النتائج :

- توصل الباحث إلى وجود أثر إيجابي للنشاطات البدنية والرياضية التربوية على التوافق النفسي الإجتماعي لدى التلاميذ

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي (علي، 2011) .

- تعقيب عن الدراسات السابقة:

بإستعراض الدراسات المرجعية التي أمكن الباحث التوصل إليها إتضح أنها تلقي الضوء على كثير من النقاط الهامة التي تفيد البحث الحالي وذلك فيما يتعلق باهمية البحث والمنهج المستخدم والعينة والوسائل والأدوات المستخدمة في القياس والنتائج التي توصلت إليها تلك الدراسات ، وذلك وفقا لما يلي :

- من حيث الاهداف :

من حيث الأهداف فإن الدراسات السابقة قد تناولت تعلم أنشطة رياضية مختلفة بإستخدام العديد من أساليب التعلم الحديثة للتعرف على مدى فاعليتها في تحقيق أهداف العملية التعليمية سوآءا في المجال (البدني – المهاري- المعرفي – الإجتماعي) كدراسة: سيد احمد عدة 1996 ' فداء احمد نمر مهيار (2004)،عبد الجبار سعيد محسن (2006)،حرباش إبراهيم (2011)، غازي محمد خير إبراهيم الكيلاني (2003)،عطاء الله احمد (2004)، أو أكثر من مجال معا كدراسة :

عثمان مصطفى عثمان (1998)،عصام الدين محمد عزمي (1998) ،محمد محي الدين (2000) ،احمد يوسف عاشور(2002)، فوزية محمد عمر منذر (2007)، ما عدا دراسة الطالب الباحث التي قام بها (سنة 2012) التي تناولت تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة كنشاط من أنشطة رياضية مختلفة بإستخدام أسلوبين تدريسيين من أساليب التعلم الحديثة للتعرف على مدى فاعليتهما في تحقيق أهداف العملية التعليمية و دراسة جانب اخر غير الاداء والتحصيل وهو الجانب النفسي الإجتماعي .

أما في الدراسة القائمة فإن الهدف الاساسي لها هو الوصول لأسلوب التعلم الذي بإمكانه التأثير في درجة التوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ ، وبذلك إستخدم الباحث أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس والأقران وأسلوب المتعدد المستويات للتعرف على مدى فاعلية كل منها في درجة التعلم وبالتالي التأثير على مستوى التوافق النفسي الإجتماعي لديهم .ومنه الوصول أيضا إلى أفضل الطرق والاساليب التي تحقق أهداف العملية التعليمية بنجاح .

وقام الباحث بإختيار نشاط الكرة الطائرة في هذه الدراسة نظرا لما يحتويه من مهارات جذابة ومثيرة للإهتمام ومشوقة وبعيدة عن الإحتكاك ،فهي من أفضل المهارات التي تتناسب مع المرحلة السنية والمستوى الدراسي (الثانوي) والذي هو قيد البحث .

– من حيث المنهج:

من حيث المنهج فقد إتفقت كل الدراسات السابقة على إستخدام المنهج التجريبي وذلك لملائمته طبيعة ونوعية هذه الدراسات، ولكن إختلفت تلك الدراسات في التصميم التجريبي فمنهم من إستخدم تصميم تجريبي بإستخدام مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة مثل دراسة :عصام الدين عزمي(1998)، ومنهم من إستخدم،مجموعتين تجريبيتين في غياب المجموعة الضابطة تمثلت في دراسة سيد أحمد عدة (1996) ،ودراسة حرباش إبراهيم (2011)، ومنهم من إستخدم مجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة دراسة عثمان مصطفة عثمان(1998)،ومنهم من إستخدم تصميم تجريبي بإستخدام ثلاث مجموعات ،مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة كدراسة احمد يوسف عاشور (2002)،سعيد محسن (2006)فوزية محمد منذر (2007)، ومنهم من إستخدم ثلاث مجموعات تجريبية بغياب المجموعة الضابطة دراسة غازي محمد خير إبراهيم الكيلاني (2003)، دراسة فداء احمد نمر مهيار (2004) ومنهم من إستخدم أربع مجموعات ، ثلاث مجموعات تجريبية والمجموعة الضابطة كدراسة دعاء محي الدين محمد عزمي(2000)، دراسة أوسون وجيرسل (1992)، ومنهم من إستخدم تصميم يتة مجموعاتى ،ثلاث تجريبية وثلاث ضابطة دراسة عطاء الله احمد (2004)، ودراسة كاي (1995)

اما في الدراسة القائمة فقد إتفق الباحث مع الدراسات السابقة في إستخدام المنهج التجريبي لانه أفضل المناهج المستخدمة في البحث ،حيث يتناسب مع طبيعة هذه الدراسة وذلك بواقع ثلاث مجموعات تجريبية كتصميم تجريبي في غياب المجموعة الضابطة .

– العينة :

من حيث العينة تم إختيار العينة في الدراسات السابقة بالطريقة العشوائية ما عدا دراسة غازي محمد (2003)، عطاء الله احمد(2004)، احمد نمر مهيار(2004)، فوزية محمد منذر(2007) ،حيث اختيرت فيها العينات بالطريقة العشوائية وقد تروحت حجم العينة في هذه الدراسات ما بين (30) وحتى (432) من التلاميذ والتلميذات .

كما إختلفت الدراسات السابقة في إختيار المرحلة السنية للعينة فقد كانت من طلاب الصف الاول إعدادي، الصف الرابع إعدادي، الصف السابع من التعليم الاساسي،و التعليم العالي .

اما في الدراسة القائمة فقد إستطاع الباحث بالرجوع إلى كل ما سبق إلى إختيار عينة بحثه والتي بلغ حجمها (60) تلميذا من تلاميذ السنة أولى ثانوي بثانوية ديدوش مراد (زمالة الامير عبد القادر) – تيارت–وقد تم إختيارهم بالطريقة عشوائية .

ويرجع السبب في إختيار الباحث لعينة بحثه من تلاميذ السنة اولى ثانوي لأنه كما يرى geselle amold أن المتعلمين الذين يبلغ سنهم من 17 إلى 20 سنة، يستمرون في التكيف النفسي والإنفعالي ، وتسير حياتهم نحو الحياة العادية لأي إنسان طبيعي راشد نظرا لإبتعادهم التدريجي عن فترة المراهقة ودخولهم في مرحلة الرشد وإكتمال تطورهم النفسي والعقلي (amold, 1985, p.261)

–الأدوات المستخدمة :

من حيث الادوات المستخدمة فقد إتفقت جميع الدراسات السابقة على إستخدام الإختبارات البدنية والمهارية الخاصة بالمهارات المختلفة، وإتفقت جميع الدراسات على إستخدام ورقة العمل والمعيار مثل : دراسة سيد احمد عدة (1996)، عثمان مصطفى عثمان(1998)، عصام الدين محمد عزمي(1998)، غازي محمد خير إبراهيم الكيلاني (2003)، عطاء الله احمد (2004)، فداء احمد نمر مهيار (2004) ،عبد الجبار سعيد محسن (2006) حرباش إبراهيم (2011) ، مجاهد مصطفى (2012)

وإتفقت بعض الدراسات السابقة على استخدام الاختبارات المعرفية الخاصة بالمهارات المختلفة كدراسة: عثمان مصطفى عثمان (1998)، عصام الدين محمد عزمي(1998)، دراسة محمد محي الدين(2000)، فوزية محمد منذر (2007)، أوسوزن و جيرسل (1992)

ما إستخدمت بعض الدراسات السابقة الإختبارات لقياس الجانب الإنفعالي الوجدانيلدى اللتلميذات كدراسة: كاي(1995)، أوسوزن و جيرسل (1992)، عصام الدين محمد عزمي(1998)، فوزية محمد عمر منذر(2007)

كما إستخدمت دراسة عصام الدين عصمي (1992) إختبار الذكاء للتعرف على القدرات العقلية لدى التلميذات ومدى إمكانياتهم العقلية في حلى المشكلات التعليمية المقدمة لهم .

وإستخدمت دراسة فداء أحمد نمر مهيار (2004) إختبار تركيز الإنتباه .

أما في الدراسة القائمة فقد إختلفت مع الدراسات السابقة بحيث تم إستخدام مقياس التوافق النفسي الإجتاعي وبرنامج تعليمي مقترح بالاساليب قيد الدراسة ، كما إستفاد الباحث من الدراسات السابقة من خلال معرفة كيفية تصميم ورقة العمل والمعيار وذلك لتحقيق أهداف هذه الدراسة .

–أهم النتائج :

من حيث النتائج قد توصلت نتائج معظم الدراسات السابقة كدراسة : دراسة سيد احمد عدة (1996)، عبد الجبار سعيد محسن (2006)، احمد يوسف عاشور(2002) ،دراسة محمد محي

الدين(2000)، فوزية محمد منذر (2007)، إلى أهمية الأسلوب التدريبي في رفع مستوى الاداء الفني والمستوى الرقمي ومستوى التحصيل المعرفي في عديد المهارات والانشطة (القفز الطويل ، الثلاثي، دفع القرص ، كرة اليد، ...) كما أنه يساعد استيعاب النواحي الفنية الخاصة بالمهارة (تعلم أحسن وأسرع).

كما اوضحت بعض الدراسات السابقة كدراسة :كاي (1995)، غازي محمد (2003)، فداء احمد نمر مهيار (2004)،حرباش (2011)، مجاهد مصطفى(2012) أن الأسلوب التبادلي أدى إلى تحسن مستوى الاداء المهاري وكذا التأثير في الجانب الانفعالي وإقبال الطلبة على ممارسة الانشطة الرياضية

أما دراسة فوزية محمد منذر (2007) وفي نتيجة من نتائجها ،توصلت إلى تساوي أسلوب التدريبي والتبادلي في عدم وجود إختلاف في تأثيرهما على تعلم مهارة الدحرجة الأمامية ، وهذا راجع إلى أن سهولة الحركة يقف وراء عدم التمايز بين الأسلوبين التدريسيين .

أما الدراسات التي تناولت الأسلوب التضميني كدراسة: أوسوزن و جيرسل (1992)، عثمان مصطفى عثمان (1998)، عصام الدين محمد عزمي(1998)، احمد يوسف عاشور (2002)، حرباش (2011)، فقد اكدت ان أسلوب التطبيق المتعدد المستويات يتيح الفرصة امام المتعلمين ليقوموا بقرارات ملائمة بخصوص مستوى الأداء المهاري وسهولة التعلم والتأثير في حجم الوقت المنقضي في التعلم، كما أنه ادى إلى تحسن مستوى الاداء الحركي والمعرفي والإنفعالي .

-أما فيما يخص الدراسات التي تناولت التوافق النفسي الاجتماعي فقد كانت تهدف اغلبها إلى معرفة الانشطة البدنية أو البرنامج الرياضي في تحقيق التوافق النفسي (سواء العام او الشخصي او الاجتماعي أو النفسي الإجتماعي) بالإضافة إلى دراستها الجانب النفسي الإجتماعي وتأثيره على بعض المهارات الحياتية للمراهقين ،كدراسة أشرف عيد إبراهيم مرعي (1990)، عبد الرحيم دياب (1994)، محمد إبراهيم عبد الحميد (1996)، قبورة العربي (2006)، جبوري بن عمر(2009)، سمسوم علي (2011) ، دراسة تواتي بن قلاوز (2011)، ما عدا دراسة جيهان حامد(1990) التي تناولت العلاقة بين التوافق الشخصي والاجتماعي ومستوى الاداء للطالبات في التربية الرياضية .

أما من حيث المنهج فالدراسات السابقة إستخدمت المنهج الوصفي ، ما عدا دراسة أشرف عيد إبراهيم مرعي (1990)،إبراهيم عبد الحميد (1996)، قبورة العربي (2006) التي أستخدم فيها المنهج التجريبي وقد إتفقت هذه الدراسات التي إستخدمت المنهج التجريبي على تصميم تجريبي واحد وهو المجموعة التجريبية والضابطة ، اما عينة الدراسات السابقة فقد تم إختيارها بالطريقة العشوائية ما عدا دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد (1996) التي كانت عينتها قصدية (30) مفحوصا ، وقد تراوح حجم العينة في الدراسات بين (20) وحتى (451) من التلاميذ والتلميذات . كما إختلفت الدراسات السابقة في

إختيار المرحلة السنية للعينة فقد كانت من طلاب الصف الاول إعدادي، ، تلاميذ التعليم الاساسي،التعليم الثانوي ، و التعليم العالي .

أما فيما يخص ادوات الدراسات السابقة فقد إتفقت تقريبا الدراسات السابقة على إستخدام اختبار الشخصية لقياس التوافق النفسي والذي أعده بالعربية "محمود عطية هنا" أو" رشا عبد الرحمان "في دراسة تواتي بن قلاوز(2001)، فيما أستخدمت دراسة قبورة علي(2006) الاختبارات البدنية والإختبار التوافق النفسي لمحمود عطية،

كذلك إنفردت دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد (1996) بإستخدامها لمقياس السلوك التكيفي ومقياس جودانف هارس للذكاء وبرنامج لبعض الأنشطة الرياضية.

أما فيما يخص اهم النتائج فاتفقت كل الدراسات على اهمية الممارسة الرياضية بصفة عامة لما لها من تأثير ايجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام أو حسب ابعاده المتعددة لطلاب المرحلة الثانوية، وتوصي النتائج بالاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقليا والأصحاء لما لها من اهمية في بناء شخصية المتعلمين .

– من خلال كل ما سبق ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة وما أظهرته من نتائج ،وعصارة التراث النظري يمكن القول :

– أقرت كل الدراسات التي تناولت أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية تأثيرها الايجابي على العديد من المتغيرات كالأداء البدني ،المستوى المهاري، المستوى المعرفي ،التغذية الراجعة، وقت التعلم الأكاديمي ...كما توصلت بعض هذه الدراسات إلى التباين بين بعض الأساليب في درجة التأثير .

– ما يعاب على هذه الدراسات أنها ركزت على معرفة اثر الأساليب التدريسية المستخدمة على العديد من المتغيرات كالأداء البدني، المستوى المهاري، المستوى المعرفي ، التغذية الراجعة.....وأغفلت الجوانب الأخرى المهمة التي يمكن لأساليب التدريس تنميتها كالجوانب الاجتماعية، الذهنية، النفسية، والأخلاقية. كما يعاب على بعض الدراسات التي تناولت المقارنة بين أساليب التدريس إجراء تصاميم تجريبية ، واعتبار المجموعة التي تتلقى التدريس بالأسلوب الامري مجموعة ضابطة، رغم أن لهذا الأسلوب مزاياه وتأثيراته في العملية التعليمية ،ولا يمكن اعتباره بأي حال من الأحوال أسلوبا تقليديا في التدريس،بل له مواطن يستعمل فيها ناهيك على خصائص الأفراد وطبائعهم .

أما فيما يخص الدراسات التي تناولت موضوع التوافق النفسي الاجتماعي في التربية البدنية والرياضية فلم نجد أي دراسة تناولت العلاقة بين أساليب التدريس والتوافق النفسي الاجتماعي هنا لا ننكر وجود العديد من الدراسات التي تناولت العلاقة بين الممارسة الرياضية والتوافق النفسي الاجتماعي

وجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

يمكن الإشارة إلى أن إعادة النظر في التقارير التي قام بها الآخرون كانت عونا واستزادة لنا على وجه الخصوص في :

1- توجيه الباحث لاهم المراجع المرتبطة بالبحث وكيفية بناء الإطار النظري .

2- الفهم العميق لمشكلة الدراسة "نظرا لقلة استخدام أساليب موستن في الجزائر من جهة وندرة الدراسات التي تناولت الصلة بين أساليب التدريس والتوافق النفسي الاجتماعي من جهة أخرى .

3- ساعدت الباحث في صياغة الاهداف والفروض بدقة .

4- أعانت الباحث على اختيار وسائل جمع البيانات المناسبة للبحث .

5- اختيار عينة الدراسة "نرى أن الأداة كما وضعت تجيب عنها فئة عمرية تملك قدرة اتخاذ القرار ،ناضجة جسديا وعقليا "

6- تحديد المنهج المستخدم "اخترنا التجريب باعتباره أفضل المناهج ،وبعيدا عن الظروف المصطنعة .

7- ساعدت الباحث في التعرف على كيفية إختيار ادوات البحث والمقاييس النفسية المختلفة وكيفية إستخدامها لخدمة اهداف هذه الدراسة .

8- تحديد كيفية تصميم البرنامج التعليمي وكيفية تنفيذه وشروطه

9- انتقاء أفضل الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات قصد مناقشة نتائج البحث

10-أفادت الباحث في التوصل إلى طريقة عرض النتائج وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها .

– مميزات الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة :

عموما تميزت دراستنا عن الدراسات السابقة بما يلي :

1- تطرقت هذه الدراسة إلى موضوع اثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة على تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي .

2- توصل الباحث إلى أن هناك ندرة واضحة في المواضيع المتعلقة بدراسة العلاقة بين أساليب التدريس والتوافق النفسي الاجتماعي ،وهذا يدل على جدة الموضوع المتناول .

3- قام الطالب الباحث باستخدام مقياس جديد للتوافق النفسي الاجتماعي الخاص بتلاميذ المرحلة الإعدادية وقام بتكييفه في البيئة الجزائية والمرحلة الثانوية (أولى ثانوي)من خلال تحكيمه وحساب صدقه وثباته ،وتكون المقياس من(80)عبارة موزعة على (12)بعد .

4- توصل الباحث إلى تصميم برنامج تعليمي خاص بأساليب التدريس قيد البحث في بعض مهارات الكرة الطائرة(الإرسال، الإستقبال، التمرير، الضرب الساحق)

5- إن هذه الدراسة من الدراسات القليلة التي يستخدم فيها ثلاثة أساليب من أساليب تدريس التربية الرياضية من طيف أساليب موستن تماشيا مع خصوصيات البيئة المحلية التي لا تعرف هذه الأساليب وبالتالي لا تستخدمها .

خلاصة جزئية :

الدراسات السابقة التي تناولناها بالتحليل مست الأولى منها كل ما له علاقة بأساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية، والتي حاولنا معرفة النتائج التي يمكن أن تجنى من وراء ذلك الإستعمال إستنادا إلى ما قاله موستن صاحب هذه السلسلة في هذا الصدد:" لا بدمن ضرورة الإهتمام بعملية الإفتراض بغية التحقق أو التأكد، وإثبات صحة العلاقات الممكنة بين المعارف والخبرات التي يمتلكها كل أسلوب، وموقع الطالب بين مختلف القنوات التطورية "

على الرغم من كثرة هذه الدراسات عربيا وعالميا نقول أن مجموعة أساليب التدريس الحديثة مازالت ميدانا خصبا وثريا للبحث والإستقصاء مما يمهد الطريق للباحثين قصد إجراء المزيد من البحوث التجريبية المقارنة بين مختلف الأساليب من جهة وعلاقتها بمتغيرات مختارة أخرى من جهة ثانية . ولقد قمنا بتحليل تفصيلي للدراسات التي بين أيدينا على حسب مصدرها، ومنها ما إكتفينا بما وجد نظرا لأهميتها للدراسة .

ونظرا لانعدام الدراسات التي تناولت الصلة بين أساليب التدريس والتوافق النفسي الإجتماعي فقد قام الباحث بتصنيف هذه الدراسات إلى قسمين :

1- دراسات تناولت أساليب التدريس

2- دراسات تناولت العلاقة بين التربية البدنية والرياضية والتوافق النفسي الإجتماعي

ولقد استفاد الباحث من هذه الدراسات في عدة جوانب منها: الأدوات، المعالجة الإحصائية المستعملة، المنهج المستخدم واهم النتائج التي أسفرت عنها هذه الدراسات ،ولقد كانت الدراسات التي تناولت العلاقة بين أساليب التدريس والتوافق النفسي الاجتماعي في المرحلة الثانوية منعدمة على حد علم الباحث مع العلم أن الجانب النفسي الاجتماعي مهم جد في بناء شخصية التلميذ المراهق ومنه ارتأينا أن تكون دراسة جديدة تتناول العلاقة بين أساليب التدريس (التدريبي، التبادلي)في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي.

الفصـــل الثاني

أساليب التدريس الحديثة

2-تمهيـد

للوصول إلي تدريس فعال في مجال التربية البدنية والرياضية لا بد من فهم العوامل المؤثرة في التدريس في سبيل إحداث تعلم بطريقة علمية تبعد عن العشوائية وتعتبر أساليب التدريس من أهم هذه العوامل وعليه كان لزاما على مدرس التربية البدنية والرياضية معرفة وتفهم مختلف الفقرات التي تتخذ من أجلها القرارات سواءا كان ذلك من المدرس أو المتعلم ونظرا لأهمية الموضوع لابد أن تعرف الكثير عن هذه الأساليب التدريسية ومختلف العوامل المؤثرة الأخرى والمساعدة على ظهورها ،وذلك من أجل العمل بها والتنويع في استعمالها حسب الأهداف التربية المراد تحقيقها .

2-2- تطور أساليب التدريس :

قديما كان ينظر إلى المدرس على أنه الأمر الناهي لكن مع التزامه بإتباع خطوات مضبوطة مفروضة عليه ،يذكر عباس السامرائي(السامرائي،1987صفحة 23)، في هذا المجال كان زمان يلتزم فيه المدرس بإتباع أساليب تدريسية معينة ولكن لا يصل إلي الأهداف المقصودة ،إذ كانت العملية التدريسية شكلية ،لايمكن للمدرس من خلالها أن يبدع في تدريسه ،فقد كان مجبرا على تنفيذ بنود الدرس تسلسل مقترح وهذا ما ذهب إليه فكري حسن ريان(ريان،1995صفحة136)، إن المدرس يجب أن يقف فوق منصة بحيث يبقى الطلبة تحت مستوى ناظريه ولا يسمح لأي منهم بعمل شئ سوى الإنصات والنظر إليه ،وان على المدرس أن ينشئهم على الفكرة القائلة بأن فهم المدرس يتدفق منه سيل المعرفة ، وأن واجب التلاميذ إذا ما أرو هذا النبع يتدفق أن يصغوا إليه حتى لا يفوتهم شئ منه.

ترتب عن ذلك عقم العملية التدريسية خاصة فيها لخص عدم تحقيق الاتزان العقلي ونمو الشخصية ،لذلك ظهرت دراسات وبحوث في سبيل تحقيق سيرورة الدرس وحت يصل إلي الأهداف المنشودة وفي هذا الصدد يذكر فكري حسن ريان(ريان،1995صفحة 138)، إن هذه التطورات الحديثة ، قد شملت المبادئ الأساسية التي تستند إليه النشاط التعليمي ،كما شملت أساليب التدريس .

وقد ظهرت نتيجة هذه الأحداث طرق ووسائل وأساليب عديدة للتعامل مع العوامل والمتغيرات التربوية (يقصد بالمتغيرات التربوية : إدارة وتنظيم الصف ،الحافز والوقت ....، الضبط والالتزام ، التغذية العكسية ،الإجراءات التنظيمية والإدارية ..وتسمى أيضا العوامل التي تؤثر تضايق النشاط مع القصد).من اجل إخراج دروس التربية البدنية بشكل جيد مع ضمان فعالية التلميذ فيه وهذا ماذهبت إليه عفاف الكريم (عفاف،1994صفحة 80)، ولذلك فقد ظهرت نماذج وطرائف ووسائل عديدة للتعامل هذه العوامل والمتغيرات التربوية ومن جهة أخرى فقد ظهرت في السنوات الأخيرة أفكار ونتائج أبحاث لاحد لها، والبعض يشكل عاملا مساعدا للمدرس

،والبعض الأخر غير مساعد له، ولكن جميعها تعالج مسائل في اتجاهات متضادة ،كالتعليم الانفرادي والتعليم الجمعي ،وحل المشكلة مقابل التعلم القائم على الحفظ ،وقد أدت هذه الاتجاهات المتضادة، إلى عدم التعلم في عملية التدريس ،فالاقتصاد على إحدى هذه الأبعاد لا يفيد المتعلم ، فالتلميذ يحتاج أن يكون نشيط في جميع الأبعاد " إن الفكرة السائدة قبل ظهور مجموعة الأساليب التدريبية الحديثة هي مسألة "الخصوصية" في التدريس ، وتقول عفاف عبد الكريم(عفاف،1994صفحة 81)،في هذا المجال " كان ينظر للتدريس على أنه نشاط يتسم بالخصوصية ،معتمدا على القول أن التدريس تلقائي حدسي، وقد ينتج عن ذلك السماح دائما للمدرس أن يعمل أي شئ ،وقد عبر عن النظرة التلقائية هذه بعبارات مثل "الحرية الفردية" ،"طريقة التدريس الإبتكاري "وفي خلال نصف القرن العشرين وبفضل البحوث العديدة التي أجرت ، ظهرت الأساليب التدريسية التي تنأ عن الخصوصية وبالتالي التواصل إلى فهم عملية التدريس ،يقول موسكا موستن وسارة أستوورث(موستن،1991صفحة 14)، لذلك احتاج الأمر أن يكون هناك بيتان للتدريس لا يعتمد على الخصوصية ،ويفضل البحوث العديدة التي تمت خلال نصف القرن العشرين ،ظهرت أساليب التدريس المستقاة عن الخصوصية ، حيت أتاحت الفرصة لأي مدرس ممن يرغب في التدريس بأن يدرس "

وتذكر عفاف عبد الكريم(عفاف،1994صفحة 81)،في هذا المجال "لقد ظهرت مجموعة أساليب التدريس سنة 1960وكان رائدها موسكا موستون ،وقد أطلق عليها طيف أساليب التدريس spetrumof teatchimgstyles بمعنى أنها سلسلة من أساليب التدريس ،مرتبطة ببعضها البعض ،وقد طبقت هذه الأساليب بتوسع في مجال التربية البدنية ،ومنذ ذلك الوقت يعمل بها المدرسون بنجاح ". ويضيف موسكا. م. وسارة أشو ورث(موستن،1991صفحة 375)، " إن الاكتشاف الأصلي لمجموعة الأساليب ، انطلقت وتأثر بالعديد من الكتاب والباحثين الذين تم ذكرهم في المراجع الأصلية فضلا عن المراجع الحالية ،وبخصوص أهمية الأساليب في فهم عملية التدريس ،يطلب موسكا موستون من الباحثين البحث في هذا المجال ،حيث إن مجموعة الأساليب تعطي مكانية جديدة للقيام بعملية البحث في مجال التربية والرياضية ،فالبحث باختيار الفرضيات الموضوعة حول العلاقة الممكنة والموجودة بين كل أسلوب من الأساليب ،والأهداف التربوية ،ومختلف التغيرات التربوية ".

- من خلال ما تقدم يرى الباحث أن عملية التدريس قد شهدت تطورا كبيرا وملحوظا وتم التخلص من الخصوصية في التدريس التي كانت سائدة قديما ،ويكون فيها المعلم محور العملية التعليمية وهو بمثابة الأمر الناهي ،بينما يكون دور المتعلم سلبيا يتمثل في تلقي المعلومات والمعارف دون بذل جهد في الوصول إليها وبالتالي تجاهل الفرد المتعلم وجوانب شخصية المختلفة، لكن مع ظهور أساليب التدريس الحديثة التي كانت رائدها موسكا.م،وسارة.،تم التخلص من خصوصية التدريس وإعطاء المتعلم دور الفعال والإيجابي

الذي يستطيع بموجبه إبراز قدراته ومواهبه وإبداعه مما يزيده ثقة بنفسه، وتنمية القدرة على الفهم وروح المبادرة وبالتالي يبرز مايسمى بالاستقلالية في عملية التدريس والتي تظهر جلتا في اتخاذ القرارات أثناء عملية التدريس .

2-3- أهمية أساليب التدريس الحديثة :

إن فهم المعلم لعناصر المكونات لموقف التدريس(مكونات الموقف التدريس :(المعلم ،المتعلم ، والأهداف ،المادة الدراسية ، مكان التدريس والمتعلم ، الوسائل والتقنيات التدريسية ،وأدوات وأساليب التقويم).

الذي يتطلبه كل درس أصبح ضرورة ملحة من أجل معالجة وتحقيق الجانب الميداني التطبيقي وبالتالي تحقق الأهداف المنشودة، يقول عبد المنهم محمد: " إن الفكر النظري ليس فكرا عاميا يعطى على التطبيق الفعلي شريطة أن يكون المعلم على وعي بمكونات المنظومة التعليمية المتشابكة الجوانب ،وأن يحاول جاهدا أعمال فكره في الاستفادة إلى أقصى قدر ممكن من الفكر النظري التربوي في تطوير وتحسين عمله بما يتفق وطبيعة تلك المنظومة التعليمية ".

ومن أجل ضمان سير الدرس الحسن وبالتالي تحقيق الأهداف التربوية لابد من المدرس أن يبحث عن دور أخر يكون فيه فعالا في العملية التعليمية وليس مجرد ناقل للمعرفة ،ويقول جيمس راسل(راسل،1999 صفحة 235) : " ينتقل دور المعلم من مجرد نقل المعرفة إلي تلاميذه إلى أن يدير مواقف التعليم والتعلم ، ولا يزال الكثير من المعلمين في الوقت الحاضر يعتمدون في نقل المعلومات إلى تلاميذهم على طريقة (العروض اللفظية) ويخطئ هؤلاء المعلمون عندما يفترضون أن مجرد العرض اللفظي للمعلومات سوف يعقبه صورة آلية تعلم من جانب التلميذ ".إن ظهور أساليب التدريس كان كمخرج جديد وبديل أخر يساعد على تخفيف الأهداف الجديدة والمتجددة .يقول موسكا.م(موستن،1991صفحة 05):" إن ولادة مجموعة الأساليب في التربية البدنية قد جلبت معها الابتهاج والضيق لأي رأي أو فكرة جديدة تتحدى ما هو موجود من المعارف ووجهات النظر ، ومع ذلك فإن مجموعة الأساليب قد اتسع مداها عبر السنين من حيث مداركها ، النظرية لعملية التدريس وتطبيقاتها العملية ".

إن الاهتمام الكبير الذي حظيت به أساليب التدريس الحديثة كان نتيجة تصورها لعلاقة جديدة في التدريس بين المعلم والمتعلم والهدف ، حيث أنها أخضعت هذه العلاقة إلى التدقيق والتفحص من المتعلمين في المجال الواقعي في المدارس ، ويضيف أيضا(موستن،1991،ص05):"إن بدايتها في التربية كان قد وضع الخطوة الأولى في تكوينها كنظرية محتملة في التدريس " إن أساليب التدريس وماتحمله من علاقات بين المعلم والمتعلم والواجبات التي يقومون بها والتي يكون مخطط لها سلفا لتحقيق الهدف وتطور التلميذ ، تركز على مايحدث للمتعلم خلال عملية التدريس ومن هنا أصبح الأسلوب هو الذي يحدد نوع السلوك الذي يمكن أن يسلكه المعلم مع تلاميذه وبهذا فإن بناء شخصية التلميذ لمواجهة المستقبل تعتمد على اختيار

الأسلوب الذي يحدد نوع السلوك ، يقول أحمد أبو هلال(هلال،1979صفحة 11):" الأسلوب الذي يتعامل به المدرس مع تلاميذه يقرر مواصفات مواطني المستقبل في المجتمع "

*من خلال ما سبق يرى الباحث أن أساليب التدريس الحديثة منحت رؤية جديدة نموذجية في التعامل مع التلاميذ بما يساهم في بناء شخصية في جميع النواحي وبالتالي يكون فعالا في مجتمعه ومحيطه المدرسي ،فيتحول المتعلم من مجرد كونه مستقبل سلبي للمعارف والمفاهيم ناقما لأوامر المعلم إلي إنسان مستقل في تفكيره قادرا على الوصول إلي الأهداف الجديدة ،وبلوغها حتى بصورة فردية، وبالتالي يكون ذلك مؤشرا على نجاح العملية التدريسية ومن خلال هذا يتضح لنا أهمية أساليب التدريس في كونها صنعت لنا جوا جديدا في العملية التربوية يكون أساسها الاعتماد على العلاقة الثلاثية بحيث المعلم والمتعلم والهدف ،ودور كل المعلم والمتعلم في الوصول الي الهدف بشكل وأسلوب جديدين .

2-4- تحليل عملية التدريس :

يشير التدريس الناجح الجيد إلي ضرورة تنظيم الخبرات التعليمية ،فهو وسيلة اتصال تربوي هادف ،يقوم لها المدرس لتواصل المعلومات والقيم والمهارات إلي التلاميذ بهدف إحداث تغيير في المتعلم ،وتحقيق مخرجات تربوية من خلال الأنشطة والمهام الممارسة بين المدرس والتلاميذ ، وبالإضافة إلي أن وضوح الأهداف وما تتضمنه من عمليات الانتقال المنظم من نشاط إلي أخر أو فعالية إلي أخرى أو تمرين إلي أخر مع وجود عنصر التشويق يساعد على نجاح الدرس إذا ما تم بالأخذ بعين الاعتبار وضع البيئة التعليمية ،والجوانب الإدارية والتنظيمية يقول موسكا.م.سارة أ(موستن،1991صفحة 235):" إن كل عمل أو فعل تدريسي يكون ناجحا عن القرار الذي سبق اتخاذه،وهذا يعد حقيقة بالنسبة لأي عملية في المجال التدريسي في أي موضوع من المواضيع وفي إي وقت معين " ،ولهذا فإن عملية التدريس تمر بثلاث مراحل (موستن،1991صفحة 17):" إن هذا التركيب يمثل القرارات التي تتخذ في المجموعات أو المراحل الثلاث" وهذه المراحل هي : التخطيط – التنفيذ – التقويم .

2-4-1-مرحلة التخطيط:

إن كل عمل يراد له النجاح لابد أن يكون مخطط له بشكل جيد ودقيق لتفادي الصعوبات والعراقيل التي قد تحول دون تحقيقه ولذلك لبد من إعداد العدة اللازمة له من أدوات ووسائل ومفاهيم وطرق فالفكرة المعروضة لابد أن تتسم بالترتيب والتنسيق والعرض الجيد والمفهوم السهل الواضح حتى تصل إلي الآخرين بشكل جيد،(سكوف،1996صفحة 42):" ينبغي للمربي أن لا يدخل قاعة درس ويواجه تلاميذه قبل إن يعد لهم العدة بالكامل التي تهيئهم بواسطتها التي تقبل المعلومات التي يود تزويدهم بها في كل درس ".

وهذه المرحلة هي التي تسبق الدرس، وفيها يحدد المدرس الأهداف العملية ومستوى المادة التدريسية ،ويدرس خصائص الفئة التي يدرسها بصفة كاملة، ويخطط للتدريس من كافة النواحي ويقوم بالإجابة على النقاط التالية كما حددها موسكا.م .وسارة.أ(موستن،1991صفحة 17):

– الهدف من وحدة التدريس (أين الاتجاه من وحدة التدريس؟)

– اختبار أسلوب التدريس : تعد إلمام المعلم وفهمه لمجموعة الأساليب، بإمكانه تحديد أسلوب أو طريقة،التدريس التي سوف تؤدي إلي التواصل إلي أهداف الدرس .

– أسلوب التعلم المتوقع إلي القرارين الأولين حول أهداف وأسلوب التدريس يقودان إلي المعرفة وتحديد الأسلوب المناسب بعملية التعلم الذي سوف يعكس أسلوب التدريس .

– من هم الذين نقم بتدريسهم ؟ (هل نغلق الأمر بالقسم كله ؟ مجموعة واحدة ؟فرد واحد ؟

– موضوع الدرس.يجب اتخاذ القرار حول ما أهمية موضوع الدرس الذي يدرس ،.أما عبد الرحمان بن بريكة(بريكة،1994صفحة 83) :"فيقول بأن المدرس يسعى إلي الإجابة على الأسئلة الثلاثة التالية في مرحلة التخطيط وهي:لماذا أدرس ؟ ماذا أدرس ؟ ومن أدرس ؟ .

– "وتعتبر خطة الدرس اليومي والتدريس الجيد، كما أنها تساعد المدرس في التنظيم بفعالية وتمده بالفرص لإعطاء الأهمية في مشكلة التدريس لليوم الواحد بالإضافة إلي ذلك فهي تعمل على إمكان وجود ترابط كبير في التدريس من يوم ليوم(وديع فرج،1987صفحة 146)، ويرى جابر عبد الحميد جابر أن الخطة تؤدي(3) ثلاث وظائف أساسية للمعلم وهي :

– الأولى: أن الخطة تساعد المعلم على تنظيم أفكاره وترتيبها ،كما أن كتابتها تيسر عملية المراجعة والتنقيح والتعديل .

– الثانية: أن الخطة المكتوبة تعتبر سجلا لنشاط التعلم والتعليم ،يتم الرجوع إليه في حالة النسيان أثناء سير العمل أو الدري ، كما يسمح فيما بعد بمعرفة النقاط التي تمت تغطيتها أو دراستها في الموضوع المعين .

– الثالثة:أن الخطة وسيلة سيتعين بها المدرس في متابعة الدرس وتقويمه .

وتقترح عفاف عبد الكريم من أجل ضمان النظام وداخل القسم وتحقيق الهدف مراعاة شروط، بحيث نقول:" لكي يكون التحضير ناجحا ومساعدا على ضبط النظام يجب مراعاة ما يلي : – استشارة التلاميذ وضع المناهج – أن يكون البرنامج مناسبا لميول ورغبات وقدرات التلاميذ ، ويجب على المدرس قبل بداية العمل أن يتخذ القرارات عن الفقرات التالية(موستن،1991صفحة 18) :

1. هدف الوحدة التدريسية: وهذا القرار يحدد غرض الوحدة التدريسية .
2. اختيار أسلوب التدريس : عندما يفهم المدرس سلسلة الأساليب يمكنه أن يقرر أسلوب التدريس الذي يمكن أن يحقق أهداف الوحدة الدراسية .

3. أسلوب التعلم المتوقع :إن القرارات السابقة تؤدي إلي التعرف على أسلوب التعلم الملائم والذي يعكس أسلوب التدريس .

4. لمن وجه التعليم : فالقرار هنا يخص من الذي يخاطبه المدرس أثناء الوحدة التدريسية ويلاحظ العمر والجنس والمستوى.

5. موضوع الدرس : يقترح القرار عن موضوع الدرس الذي سيعلم ،وما هي الأعمال التي يعرضها المدرس للمتعلم ،وهذا يتضمن أربع قرارات أضافية:

أ-لماذا هذا الموضوع الدراسي ؟ وهل هذا العمل يحقق الأهداف ؟

ب-الكم : كل عمل في التربية البدنية له كم ؟ (تكرار عشرين مرة،مسافة متعددة.....) فما هو الكم المناسب ؟

ج- الجودة: كل عمل يؤدى بمستوى الجودة ،فما هو مستوى الجودة المطلوبة ؟

د-الترتيب : كل عمل في التربية البدنية له ترتيب معين(تنظيم،تعاقب الحركات) .

6. المكان : كل عمل يؤدي في مكان معين ،فما هو نسبه ؟.

7. متى يقوم المدرس بالتعليم : وهذا البند يتضمن قرارات عن جوانب زمنية عدة :

أ- وقت البدء : فكل عمل مثل الجري أو الرعي ،له وقته المناسب لبداية تعليمه بالدرس .

ب- التوقيت والإيقاع : لكل حركة توقيتها وإيقاعها الناسب .

ج- الدوام : جميع الأنشطة تستغرق فترة معين من الزمن .

د- وقت التوقف : كل عمل ينتهي في وقت معين .

هـ- الراحة : تتخذ قرارات الراحة بين كل عمليتين متتاليتين .

و- الانتهاء :يتخذ قرار عن إنهاء الوحدة التدريبية بأكملها .

8. أوضاع الجسم : جميع الأعمال في التربية الرياضية تتضمن أوضاعا عديدة للتحقيق الهدف من العمل

9.المظهر : وهذا القرار يشير إلي مظهر المتعلمين في الميدان .

10. التواصل : يجب أن يتخذ قرار عن نوع التوصيل المستخدم أثناء الوحدة التدريسية (المحادثة،العرض).

11. معالجة الأسئلة : الوحدة التدريسية التي يمكن أن تشار فيها أسئلة من جانب المتعلمين بمعنى التعامل مع أسئلة المتعلمين .

12. إجراءات تنظيمية : وهذا البند يتضمن ترتيبات للأجهزة والأدوات اللازمة لإتمام الوحدة التدريسية ، كما تتضمن كذلك اتخاذ القرار حول ما إذا كانت الوحدة التدريسية في حاجة إلي استعمال ورقة الواجب أم لا .

13. مناخ الفصل : البند يشير إلي المناخ الاجتماعي والانفعالي في الفصل أثناء الوحدة التدريسية،ويتحدد المناخ بجميع القرارات التي تتخذ في البنود السابقة .

14. إجراءات ومواد تقويمية : نوع التقويم الذي يستخدم بعد أداء عمل من أعمال " هذه البنود الخمسة عشر من القرارات تتضمن قرارات التخطيط في بنية كل أسلوب من أساليب التدريس ،وهذه القرارات هي التي يجب أن تتخذ قبل أن يبدأ التلاميذ أو الطلاب الوحدة التدريسية"(عفاف،1994صفحة 87).

وهناك بعض العمليات الأساسية التي يجب أن يقوم بها المدرس أو المعلم لكي تقوم عملية التخطيط على نحو سليم ،وهي(اللقاني،1995صفحة170) :

-تشخيص حاجات التلاميذ ،وهي عملية مستمرة، ومتجددة ،إذا أن تلك الحاجات دائمة التغير لكثرة ما يحيط بالتلاميذ من القوى المؤثرة في ظهور الحاجات وتغييرها .

-وضع الأهداف العامة والخاصة وستعاب مفهومها بما يعني وعيا كاملا بمصادر اشتقاق تلك الأهداف والشروط التي يجب أن تتوافر فيها من حيث النوع والكم والمستوى.

- تحديد الأنشطة التعليمية المصاحبة والمناسبة للتلاميذ والتي يمكن تتكامل مع الطريقة والمادة والوسيلة بلوغا للأهداف ،التي حددت للموقف التعليمية ،من خلال ما تقدم يرى الباحث أن التخطيط ضرورة ملحة لكل عمل خاصة إذا ما تعلق الأمر بعملية معقدة كالعملية التعليمية ، فالتخطيط يساعد على تحقيق الفعالية من اختصار الجهد والوقت والمال ويسير بالوحدة الدراسية المخططة قدما نحو تحقيق الأهداف المرجوة وكذا استخدام جميع الأساليب والإجراءات والأنشطة التي تساعد على إنجازها.

2-4-2-مرحلة التنفيذ:

تعتبر هذه المرحلة مهمة جدا ، لا بد أن يعيها ويفهم المدرس خطواتها جيدا وهي تعبر عما يريد المدرس القيام به ؟ بمعنى : كيف أدرس ؟ بأي وسيلة أدرس ؟ وذلك يعني أن المدرس مطالب هنا بتنفيذ قرارات التخطيط السابقة (المرحلة السابقة) وتتلخص القرارات التي تخص مرحلة التنفيذ بنقل وأداء الأعمال وتلخصها عفاف عبد الكريم فيما يلي (عفاف،1994صفحة 87) :

" -1 أوضاع الجسم -2 المكان -3 نظام العمل -4 وقت البداية للعمل -5 التوقيت والإيقاع الحركي -6 الانتهاء من العمل -7 الراحة -8 المظهر -9 بدء الأسئلة لغرض التوضيح .

إن مهارة تنفيذ الدرس ترتبط ارتباطا وثيقا بالتخطيط، ويسعى أثنائه المعلم إلي إنجاز ما خطط له عن طريق مجموعة من المهارات الفنية المتخصصة ومهارات عرض الدرس ، ولنجاح الملم في تنفيذ الدرس يجب عليه مراعاة بعض الشروط التي تحددها زينب علي عمر وغادة جلال عبد الكريم (عمر،2008صفحة 120)فيما يلي :

- استخدام وسائل تعليمية شيقة للتأثير الفعال أثناء الدرس .

– استخدام أساليب تدريسية متنوعة تناسب المراحل السنة لمنع الملل.
– تخطيط وتجهيز الملعب لتوفير عامل السلامة والأمن.
– تدريب التلاميذ على العمل الجماعي والحفاظ على النظام .
– ربط الدروس بمواقف الحياة المختلفة،والاتصال بمصادر البيئية التي تخدم الدرس .
ويذكر موسكا .م.سارة.أ (موستن، 1991صفحة 21):" إن مرحلة الأداء والتنفيذ تتضمن قرارات معينة حول كيفية إيصال أو أداء المهارة وتشمل قرارات التنفيذ على ما يلي :
–1 التنفيذ أو الأداء : التنفيذ والالتزام بالقرارات التي تتخذ في مرحلة ما قبل الدرس .
2– القرارات التي تتخذ بخصوص التعديل أو الإضافة : تتخذ هذه القرارات في حالة وجود تناقص أو صعوبات في تطبيق أي فقرة من الفقرات ، ففي بعض الأحيان لا تشير الأشياء كما هو متوقع لها ضمن بند معين ، وعند حدود ذلك ، يتم اتخاذ قرار يتعلق بتعديل أو معالجة ذلك ثم تستمر الوحدة التدريسية دون توقف وبشكل يحافظ على عمل أفراد كل من المعلم (المدرس) والتلميذ (المتعلم) .
–3 قرارات أخرى يمكن إضافتها .
ويضيف عباس أحمد صالح السامرائي وعبد الكريم السامرائي إضافة إلي أشياء أخرى ذكرها موسكا.م.سارة.أ.نقاطا أخرى (السامرائي،1984صفحة 173):
– عندما يتم تحديد أي قرار ضروري أخر يمكن إضافته.
– اختيار العمل المطلوب (التمرين) وهذا عمل أخر يقوم به المعلم هو اختيار المهارات الخاصة للتدريب عليها وتوصيل هذه المعلومات أو الأعمال إلي المتعلم ويقوم المعلم بهذه الأعمال عن طريق :
–أ– الشرح ب– التدريب بشكل كلي أو تجزئة المهارة ج– عرض المهارة د– التدريب على المهارة و– التقدم للمهارة ر– التغذية الراجعة.
الأوامر وتوجيه العمل : ويكون بإعفاء العمل للتلاميذ من طرف المعلم وشرحه له ، وما على التلاميذ إلا أن يضع خطته للعمل ومدى تصوره للاستجابة (رد الفعل) المرغوب من قبل المعلم وفي الغالب يقوم المعلم بالتدخل بجزئيات الحركة وفي بعض الأحيان يقوم بإعطاء تفاصيل عن الحركة وفي هذه المرحلة يكون دور المعلم هو توضيح كيفية أداء العمل .
توجيه التغذية الراجعة وتحليلها : الاستجابة من التلاميذ انتهت خلال ثواني ، وصورة الإنجاز ضلت عالقة في ذهن المعلم ، وعليه أن يقوم بالتوجيه المستمر ،إن المعلم في مرحلة التنفيذ وفي سعيه نحو تحقيق الأهداف ليس مجبرا على تنفيذ كل ما جاء في الخطة حرفيا بل يكيف ذلك بخطة احتياطية من ابتكاره في سبيل مواجهة المتغيرات والمواقع الغير متوقعة .

- ثلاث مهارات أساسي وهي :أولا: تقديم الدرس ثانيا:الاستحواذ على انتباه التلاميذ والطلاب خلال الدرس ثالثا: توفير التعزيز عن طريق العمليات التلخيص .
- وفي درس التربية البدنية والرياضية فإن مرحلة الدرس تقسم إلي أجزاء (أقسام) وهي :
- القسم التمهيدي : ويشمل جزءا إداريا وإحماء عام وإحماء خاص .
- القسم الرئيسي : ويشمل جزءا تعليميا وجزء تطبيقيا.
- القسم الختامي : التهيئة والعودة إلي الحالة الطبيعية .

-2-4-3 مرحلة التقويم :

تعتبر مرحلة التقويم كنتيجة نهائية لمرحلتي التخطيط والتنفيذ حيث يتم إعطاء طلاب الصف التغذية بأنواعها حسب نوع الموقف التدريسي خلال أو أثناء أو بعد أداء التمارين أو المهارات لتقويم المستوى المحصل عليه ومقارنة مع ما خطط لف ، فالتقويم (برنامج ،83-87 صفحة 23):" مثل العمليات التي من أجلها نقوم مدى تحقيق الأهداف التعليمية ،ولذلك بقياس وتقويم أداء المتعلم ، وتقوم العملية التدريسية والتعليمية ككل ، ويسعى المدرس هنا للإجابة على سؤال أساسي هو : مدى تحقيق الأهداف" ويتوقف عملية نجاح التقويم في أي جانب من جوانب العملية التعليمية على وضوح ودقة الأهداف ، وبما أن تقويم نتائج التعلم تتم في حدود الأهداف المحددة ، لذا ينبغي التحفظ من سلامة هذه الأهداف وحدودها حتى تفي بالغرض .

لذا لا بد من المعلم من تحديد الأهداف التي يسعى لتحقيقها مع طلاب في أي نشاط تعليمي ، لان الأهداف هي غاية أو الغايات التي يريد الوصول إليها والنشاطات التعليمية المتوقعة،كما كما أن تحديدها يساعد المعلم على تحديد المحتوى اللازم ومتطلبات العمل والموارد والأحداث اللازمة له والإستراتيجيات اللازمة للمتعلم وما يتحصل بها من إجراءات ونشاطات والوقت اللازم لتنفيذها ومواعيدها وتجعل سير المعلم مأمونا من عوامل التشتت والعشوائية وتضمن سير الخطط التي يضعها المعلم في الاتجاه المرغوب فيه لذلك فإنه من الضروري وضع أهداف واضحة شاملة محددة ومتفقة مع مستوى الطلاب وممكنة التطبيق هذا من إمكانات المعلم والطلاب والمدرسة والوقت المتاح للتعلم لذلك يجب أن يتمتع المدرس بمهارة جيدة في التقويم الأهداف ويكون على دراية جيدة بما يدور حول عمل التدريس ، يقول عبد الرحمان بن بريكة وآخرون (بريكة،1994صفحة 40):" يحتاج المعلم إلي مهارات كمهارة التقويم بالأهداف ، ومهارة إعداد واختيار الاختبارات ،وتقويم النتائج ". وهذا يحتم على المدرس أن يقوم بتحديد الأهداف التي سيقوم بتقويمها مسبقا وتوظيف البيانات والمعلومات المطلوبة لعملية التقويم والحصول على تسجيلات لأداء التلاميذ وتحليلها من أجل الوصول إلي أحكام سليمة بالإضافة إلي وضع خطط بديلة أو أساليب تنفيذ أخرى لمواجهة ما قد يطرأ وتغيرات وضمان تحقيق الأهداف المسطرة وهذا يعتمد على(اللقاني،1995

صفحة 171)، التغذية العكسية التي من خلالها يستطيع المعلم تعديل مسار الجهد المبذول لديه أو من التلاميذ ، وقد يشير نتائج هذه العملية إلي ضرورة مراجعة الأهداف أو المحتوى أو الأساليب والطرق أو الوسائل التعليمية أو أساليب التقويم ، كما قد يعني مراجعة كل الجوانب المجتمعة بدءا بمرحلة التخطيط ".

وبشكل عام فإن التقويم يساعد المدرس على أداء وظائف أربعة(ريان،1995صفحة 416)" :

1- معرفة جوانب الخطأ والصواب والقوة والضعف في تعليمه وأسبابه .

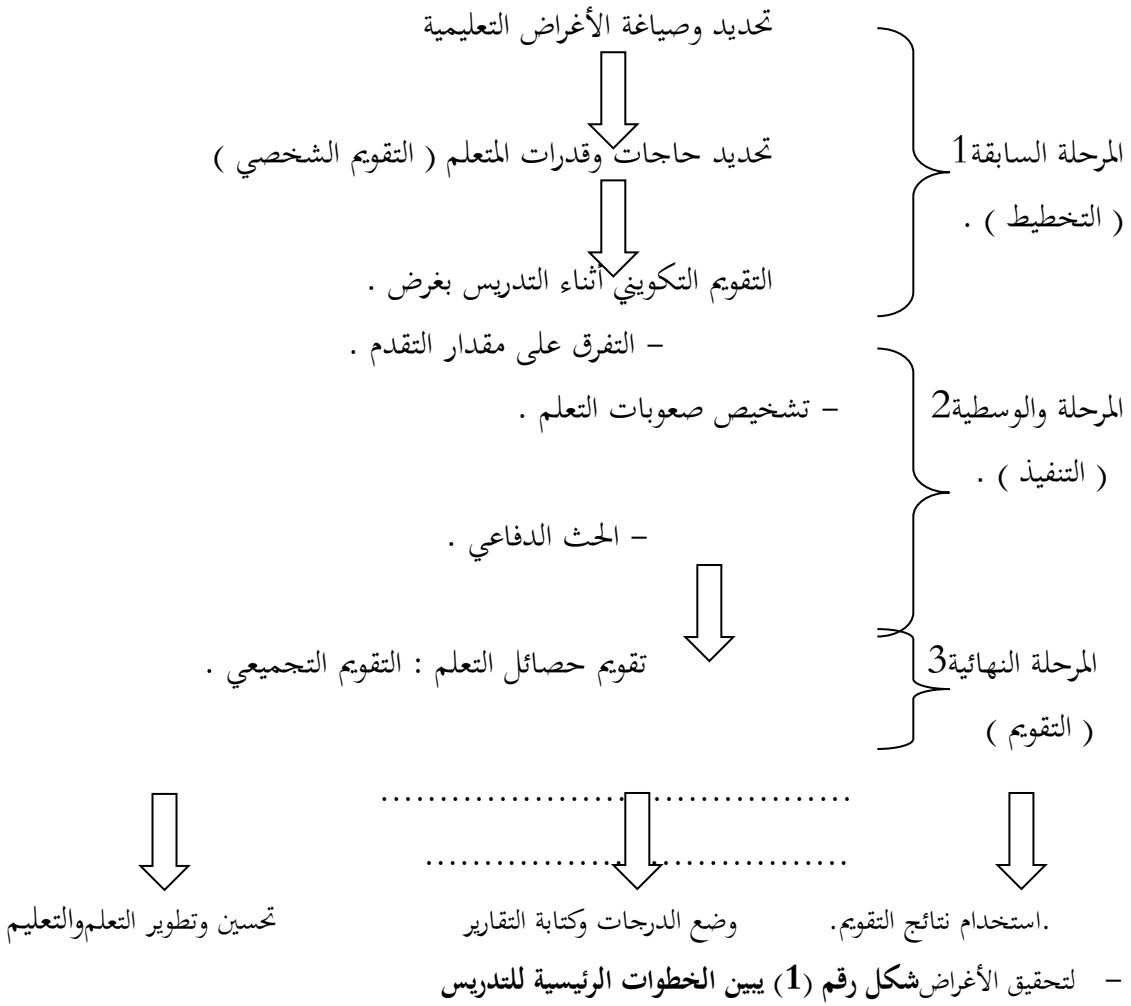
2- يحقق للمتعلم الرضا والإشباع عندما يؤدي عملية النجاح .

3- يساعد المدرس على الحكم مدى كفاية طرائقه وأساليبه في التدريس .

4- إصدار الأحكام التي تتخذ أساسا للتنظيم الإداري .كما تتضمن عملية التقويم الخطوات التالية:

- عملية القياس – جمع النتائج والحكم عليها – إعادة التقويم

ويلخص محمد ناصر الدين رضوان وآخرون الخطوات التي يتضمنها التدريس موضحا العلاقة بين التدريس والتقويم في الشكل التالي :



- لتحقيق الأغراض**شكل رقم (1) يبين الخطوات الرئيسية للتدريس**

وتلخص عفاف عبد الكريم مرحلة التقويم في كونها تحتوي على خطوات متتابعة في اتخاذ القرارات التالي(التدريس،1994صفحة 88)

- تجميع المعلومات عن الأداء.
- تقويم المستوى الأداء حسب المقياس المحدد (تقدير الأخطاء بالمحك*) .
- إعطاء التغذية العكسية .
- الأسلوب الذي تم اختياره للتدريس .
- تقويم الأسلوب المتوقع للتعليم .

ومما سبق يرى الباحث أن عملية التدريس تهدف أساسا إلي العناية بالتلميذ من جميع النواحي الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية والعاطفية ،لذا لابد من الاهتمام بكل ما له علاقة بالدرس من طرق ووسائل وأساليب وكذا مهارات تحضير الدرس والتخطيط له ومهارات العرض ،مما يضمن تسهيل مهمة المعلم في توصيل المعلومات وتحقيق الأهداف المسطرة بأقل جهد وسرعة كما تحقق أهداف التلميذ في التعلم والنمو السليم .

-2-5- العلاقة بين المعلم والمتعلم والهدف:

إن عملية التفاعل والعلاقة الموجودة بين المدرس والمتعلم دائما ما تعكس لنا سلوكا تدريبيا معينا ، وسلوكا تعليميا خاصا ونتيجة هذه العلاقة نصل إلي الأهداف المسطرة سلفا، يقول

موسكا.م.سارة.أ.(موستن،1991صفحة 15):" إن الوثاق الذي يربط بين سلوك التدريس وسلوك التعليم والهدف لا يمكن فصله ، ذلك أن سلوك التدريس وسلوك التعليم والهدف ،جميعها تكون موجودة بوصفها وحدة واحدة ". ولبلوغ الأهداف المطلوبة لا بد أن يكون المدرس هو محول العملية التدريسية ،يقول أحمد حسن(اللفاني،1995صفحة 55) :" يعتبر المدرس محور الموقف التعليمي ،وهو الذي يؤدي إلي بلوغ التلاميذ أهداف هذا الموقف ".

ومن أجل ذلك لا بد على المدرس أن يتمتع بعد مهارات منها مهارات عرض الفكرة بشكل واضح ومفهوم لضمان استيعاب التلاميذ لها وبالتالي مشاركة فعالة في النشاط

وفي هذا العدد يقول فكري حسن ريان(ريان،1995صفحة 135): " لأن الإنسان يتعلم عندما يشترك في عملية فهمه " فإشراك التلاميذ في العمل واتخاذ القرارات في المواقف المختلفة يكسب المتعلم الثقة بالنفس وبالتالي يستطيع مواجهة مختلف المواقف التي قد تعترض

.وبالتالي إن هذه العلاقة المستمرة والمتبادلة بين هذه العناصر الأساسية تمنحنا ثلاث أطروحات مختلفة ندرسها في ما يلي :

2-5-1- العلاقة بين المعلم والمتعلم (المدرس والتلميذ):

إن العلاقة التي ترتبط بين المعلم والمتعلم لا بد من أن يسودها الاحترام المتبادل فإحساس المتعلم أن المعلم يحترمه كشخص يزيد في نفسه الثقة بالنفس مما يعين على المثابرة والجد للوصول إلي تحقيق المبتغى والوصول إلي تحقيق الهدف يقول داريل سايد نتوب(نتوب،1992صفحة 192):" إن التدريس الجيد يعتمد على مدى قوة العلاقة بين المدرس والطالب ، حيث أن الطلاب يتمتعون كما يتعلمون عندما تكون العلاقات جيدة بين المدرس والطالب ، فالتدريس الجيد يجب أن لا ينفصل عن العلاقة الشخصية المتداخلة والجيدة" وعن احترام المعلم يقول بشير الطوبي(الطوبي،1980صفحة 426):" يعتبر احترام المعلم من أهم شروط المتعلم ".

وقد كان قديما ينظر إلي المدرس على أنه هو المحور الأساسي لعملية التعلم وبالتالي كان دور المتعلم سلبي بحيث يتلقى المعلومات والمفاهيم و يحفضها لاستدراكها في الامتحانات ،وحتى يتم ذلك ينبغي للمتعلم أن لا ينصرف ذهنه إلي أي شئ سوى الإنصات للمعلم حتى لا يفوته شئ من نبع المعرفة .

يقول بوغجلة غياث(غياث،1993صفحة 80): "لقد كانت الأساليب التقليدية في التدريس ،تعتمد أساسا على المدرس ،حيث كان المدرس هو محور العملية التربوية،أما دور الطالب فيكون سلبيا ،يحصره دوره في التلقي المعارف والمعلومات ونخزنها استعدادا للامتحانات " ثم تطورت العلاقة بين المعلم والمتعلم حديثا بعد أن كان التركيز على المعلم أصبح حول المتعلم وكيفية إثارته من أجل إشراكه في عملية التعلم ،يقول عباس صالح السامرائي(السامرائي،1991 صفحة83):"كما تعني عملية التعلم خلق الدوافع،وإيجاد الرغبة لدى المتعلم في البحث والتنقيب والعمل للوصول إلي مستوى الذي يؤهل ليصبح مرموقا في عقله ".هذا ويذكران حسين اللفاني وفارقة حسن محمد سليمان عن أهمية إشراك المتعلم في عملية التعلم.وهذه النقلة من التركيز على المعلم إلي المتعلم (اللفاني،1995صفحة 10):" وسبب ذلك هو تعدد مصادر المعرفة وتنوعها ،ومعنى هذا التلميذ لم يعد سلبيا في موقفه ، وإذ أنه يأتي إلي المدرسة ولديه خبرات عديدة ،كما أن لديه تساؤلات متنوعة يحتاج إلي إجابات عنها ، وبالتالي فإنه أحوج ما يكون إلي أن يتعلم كيف يتعلم ".

وعموما يذكر محسن حمص بعض النقاط (الواجبات) التي ينبغي أن يلتزم بها المتعلم تجاه المتعلم فيما يلي:

- أن يكون المدرس حازما،وفي نفس الوقت عطوفا في تعامله مع التلاميذ .
- أن يعمل على إتاحة الفرص التدريب على القيادة للتلاميذ .
- توفير جو من الطمأنينة والأمن ،كي يبدع التلميذ ويبدل قصارى جهده .
- المساهمة مع المختصين في حل مشكلات التلاميذ .
- الابتعاد عن سلوك العدواني تجاه التلاميذ ، والعمل على ضبط النفس .

- عدم التفريق بين التلاميذ
- التقويم المستمر لمستويات التلاميذ.

2-5-2- علاقة المعلم بالحدود:

تعتبر عملية تحديد الأهداف التعليمية وصياغتها من أولى الأولويات إلي لا بد أن يدركها المعلم الناجح من أجل تحقيق تعلم أفضل وبالتالي الوصول إلي المبتغى

ويقول جابر عبد الحميد وآخرون (الحميد،1980صفحة 18):" عندما تكون أهداف التعليم واضحة ومحددة بالنسبة للمعلم والمتعلم فإنه يتحقق تعلم أفضل ،ويصبح المتعلم مقوما لنفسه بدرب أفضل كما يتحقق تقويم أكثر دقة وموضوعي

كما أن دور المدرس ليس فقط ناقل وسيط للمعرفة فقط بل يتعدى ذلك إلي تحديد الأهداف والتي تتماشى مع قدرات التلميذ .يقول (BIRZEA):" إن دور المعلم معقد جدا.. فهو ليس فقط ناقل للمعارف ولكن هو الذي يحدد الأهداف " كما أنه لا يمكن التحكم في عملية التدريس وتوجهها الوجهة الصحيحة إلا بوجود أهداف محددة بدقة ووضوح تقول عفاف عبدالكريم(عفاف،1989 صفحة 116):" لا يمكن أن نوجه التدريس بصورة سليمة إلا إذا كان مبنيا على أساس أهداف واضحة ومحددة ".ومع مرور الوقت يجمع معظم المفكرين على ضرورة التدريس بالأهداف وإشراك المتعلم في العمل وفي تحديد الأهداف وفي هذا الصدد يقول :إبراهيم فتحي الديب(الديب،1994صفحة 200):" المدرس الناجح هو الذي يشرك تلاميذه معه في تحديد أوجه النشاط التي يمكن أن تستخدم في دراسة موضوع معين،وقد وجد أن ذلك يشير اهتمام التلاميذ ويحفزهم، إذ يشعر التلاميذ أنهم أصحاب الفكرة ومن هنا يتمسكون بها ويخلصون لتنفيذها " وبذلك يكسب المتعلم مهارات كثيرة منها التحليل والمقارنة والنقد وإصدار الأحكام،كما يسعى جاهدا نحو البحث وكسب المعرفة بتحمس وشغف وبذلك يكون قادرا على تعليم ذاته وتعليم حتى الآخرين مما يتعامل معهم ويؤكد من أحمد حسين اللقاني وآخرون على ضرورة التركيز على التعلم بقولهم(الفاني،1995صفحة 33):" من الواجب النظر إلي التلميذ باعتبار المحور الرئيسي للدرس وليس للمادة العلمية،ويتطلب ذلك معرفة شاملة بطبيعة تلاميذه وخبراتهم السابقة،فالمعلم الخبير هو الذي يولي مسألة الأهداف ماتستحقه من اهتمام فالتدريس لا يتم من فراغ لكن عملية مخططة ومقصودة"

* ومما سبق يرى الطالب الباحث أن معرفة العاملين في مجال التربية الرياضية بالأهداف وتحديدهم لها يعتبر من الأمور المهمة حيث إنها تساعدهم على تفهم أفضل لما يحاولون تحقيقه،كما أنها في مثابة المرشد الأمين خلال عملهم فتحديد الأهداف يشكل واضح قابل للملاحظة والقياس يسهل الوصول إلي تحقيق بأقل جهد وأقل وقت ممكن مع مراعاة وقدرات وسيولات التلاميذ البدنية والذهنية وذلك من خلال محاولة إشراكهم في تحديد الأهداف .

2-5-3 – علاقة المتعلم بالهدف:

إن علاقة المتعلم بالهدف لابد أن تكون وطيدة من أجل سير العملية التعليمية نحو الأفضل وبالتالي ضمان تدريس فعال وهذا لا يتأتى لأي شراك المتعلم في تحديد الهدف .

يقول بوفلجة غياث(غياث،1993صفحة 82):" إن المدرس في المدرسة الحديثة يؤمن بضرورة توافر النشاط الذاتي من جانب المتعلم، والذي يعتمد بالدرجة الأولى على حوافز الطالب وتسهيل عملية تحكمه في تعليمه انطلاقا من الخبرات ،والتجارب الذاتية، والمبادرة الشخصية " وبالتالي فإن إشراك التلاميذ في وضع أهداف أصبح ضرورة ملحة ،يقول فكري حسن ريان(الرّيان،1995صفحة 102):" إن السماح للطلبة بوضع الأهداف ،كان أسلوبا فعالا في كثير من الأحوال،إذ يقوي عندهم الدافع إلي التعلم عندما يقررون بأنفسهم ما يريدون تحقيقه بدلا من فرض ذلك عليهم عن طريق المدرس أو الكتاب المدرسي " وعن أهمية إشراك المتعلم في تحديد الأهداف يؤكد بوفلجة غياث وآخرون(غياث،1994،ص147):" إن ذلك يؤدي إلي بروز خصائص نفسية حميدة،كالاعتماد على النفس و الاستقلالية والميل إلي المبادرة و الإبداع في مختلف المواقف".

وهذا ما ذهب إليه أيضا بوفلجة غياث حول مشاركة الطلبة في العملية التعليمية(غياث،1994 صفحة 75)لإبراز أن الطلبة والأساتذة يحددون ويعيدون تحدين الأهداف ومستعملين أهداف المناهج كقاعدة ،كما يقيمون الأداءات الفردية والحاجات،الواجب تعلمهما وبالتالي تحديد الأهداف " .

مما سوف يستنتج الطالب الباحث أنه من أجل السير بالعملية التعليمية تقدها نحو تحقيق أهدافها والوصول إلي التدريس الفعال لابد من أن تكون العلاقة بين العناصر الثلاثي مترابطة كل منهما يكمل الأخر ،فاحترام المعلم للمتعلم ومعاملته لشخص له كيان الخاص يعني في نفسه الثقة والطمأنينية ويدب في نفسه الحماس نحو المثابرة والبحث والسعي نحو المعرفة وهذا الاحترام يكون بإشراك المتعلم لي تحديد الأهداف فيحس هذا الأخير أن الفكرة له،وبالتالي يسعى جاهدا إلي تحقيقها.

2-6- أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس (الأسلوب التدريبي)

2-6-1- بنية أسلوب التدريبي: (the proctice style):

يستخدم هذا الأسلوب بعد أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي مباشرة أي عند تحسين الأداء الفني للمهارة وإتقان بهدف تعليم المهارة في ظروف تسمح بتوفير أقصى وقت لتطبيقها كما أن هذا الأسلوب يؤدي إلي ظهور علاقات جديدة بين المدرس والتلميذ، يقول موسكا موشن.وسارة.أ(موستن،1991صفحة 47):" إن الأسلوب التدريسي يؤدي إلي إيجاد واقع جديد،فهو يوفر ظروفا جديدة في عملية التعلم ،ويتوصل إلي مجموعة مختلفة من الأهداف، حيث إن قسما من هذه الأهداف له علاقة بأداء المهارات،بينما القسم الأخر له علاقة باتساع نطاق دور الفرد في الأسلوب ".

ويؤكد ناهد محمود سعد هذا بقوله(سعد،1998صفحة 77):" إن تحويل بعض القرارات من المعلم إلي التلميذ تنتج عنه مواقف وعلاقات جديدة بين التلاميذ أنفسهم،أو بين التلاميذ والأعمال التي يؤيدها ،أو بين المدرس والتلميذ نفسه،إذن هذا الأسلوب في التدريس، يكون بداية في عملية الانفرادية في تنفيذ القرار،فالمدرس يجب يقتاد تدريجيا بترك الأوامر لكل نشاط داخل الدرس "، إذن فالأسلوب التدريسي يقوم على أساس منح حرية للتلميذ في اتخاذ القرارات الخاصة بمرحلة التنفيذ.

وتشرح عفاف عبد الكريم(عفاف،1994صفحة 89) ،دور التلميذ في هذا الأسلوب:" يكون دور المدرس في هذا الأسلوب هو اتخاذ جميع قرارات التخطيط والتقويم ،أما قرارات التنفيذ فتحول إلي المعلم ،وبذلك يكون دور المتعلم في هذا الأسلوب هو أداء عمل المقدم له من المدرس،وكذلك اتخاذ قرارات الممنوحة أثناء الأداء".

والمدرس هنا يجب أن يقتاد على طريقة أخرى في التدريس وهي عدم إعطاء الأوامر للتلاميذ لكل حركة، يقول موسكا موشتن (موستن،1991صفحة48):" فالمدرس في هذا الأسلوب يجب أن يعتاد ألا يعطي الأوامر لكل حركة ،أو مهارة،أو نشاط معين،كما يجب عليه أيضا أن يعطي الفرصة للمتعلم ليتعلم كيف يتخذ هذه القرارات ،ضمن الأسس التي يقررها المدرس ".

في هذا الأسلوب يتم تحويل القرارات التنفيذية من المدرس إلي التلميذ،بحيث يكون دور المدرس اتخاذ جميع قرارات التخطيط والتقويم مع عدم إنهاء أي أوامر للشكلية بحيث يترك الفرصة للتلميذ ليتعلم كيف يتخذ القرارات التنفيذية،ويظهر دور التلميذ في هذا الأسلوب عند أداء العمل المقدم له من قبل المدرس وإتخاذ قرارات التنفيذ وهي تسعة 9 قرارات تحددها " (عفاف ،1994، الصفحات 87-88) "

كالتالي : - 1 أوضاع الجسم - 2 المكان -3 نظام الأعمال (الترتيب)

- 4وقت البداية للعمل - 5 التوقيت والإيقاع الحركي -6 الانتهاء من العمل

- 7الراحة - 8 المظهر - 9 بدء الأسئلة لغرض التوضيح

ومن خلال ذلك نلاحظ أن المتعلم لديه الفرصة الحقيقية ليتعلم كيفية اتخاذ القرارات الأفكار العامة للدرس والذي يحدده المدرس وهذا يمنح للمتعلم دورا إيجابيا مقارنة بالأسلوب الأمري ويبعث في نفسه الثقة والدافع إلي العمل .

يقول محمد محسن حمص(حمص،1998صفحة 93)، عن الأسلوب التدريس أنه " يسمح للتلميذ بالاستقلالية في عملهم في بعض الممارسات داخل الدرس ،وخاصة في الجزء الخاص بالتطبيق ،والممارسة للمهارات الحركية ،وبذلك تتاح فرص الاعتماد على النفس ومحاولة اكتساب الأداء الفني للمهارة وإتقانها "

2-6-2- توضيح الأدوار والأهداف في الأسلوب التدريبي :

إن هذا الأسلوب يعطي للمتعلم فرصة لممارسة بعض الأعمال المقدم له من قبل المعلم وتظهر من خلال اتخاذ القرارات الخاصة بمرحلة الأداء وبالتالي يتمتع المتعلم بالاستقلالية في أول دربانها وفي هذا الصدد تقول عفاف عبد الكريم(عفاف،1994صفحة 104) " بإمكان المتعلمين في هذا الأسلوب أن يمارسوا الاستقلالية في أول درجاتها ".

كما أن الأسلوب التدريبي يضع أدوارا مختلفة لكل من المعلم والمتعلم يشرحها موسكا.م.وسارة.أ.كما يلي:

- اتخاذ القرارات التسع التي انتقلت من المعلم إلي التلميذ في مرحلة الدرس (الأداء) .
- من خلال التجربة يتم التوصل إلي ادارك أن عملية اتخاذ القرارات يجب أن تتلاءم وعملية تعلم المهارات.
- اكتساب الخبرة لخصوص البداية التي تتميز بالصفة الفردية عن طريق العمل بشكل فردي لفترة من الوقت .
- معرفة واكتساب الخبرة بالوحدات التدريسية في هذا الأسلوب التي تأتي إما قبل أو بعد الوحدات التدريسية في الأسلوب الأمري، ولتعلم عملية انتقال القرارات والانتقال بين هذين الأسلوبين .
- للتعرف على نوع جديد من العلاقة بين المعلم والتلميذ فردا-لفرد، والتي من مظهرها الانتظار لاستلام التغذية العكسية بشكل فردي وخاص .
- القدرة على تقبل أداء شخص ما للواجب الحركي ،وبدون مقارنة ذلك مع الآخرين ،وقبول مسألة إعطاء القرارات بشكل فردي ضمن الفقرات التسعة .
- احترام دور أو أدوار التلاميذ الآخرين ،والقرارات التي يتخذونها ضمن الفقرات التسع
- يكون الفرد هو المسؤول عن نتائج اتخاذ القرارات التسعة .

. وللأسلوب التدريبي جملة من الأهداف التي يسعا إلى تحقيقها يلخصها عباس أحمد صالح السامرائي وعبد الكريم السامرائي(السامرائي،1991صفحة 87) فيما يلي :

- إن التلميذ يتعلم اتخاذ القرارات الممنوحة له.
- التلميذ يستطيع العمل بمفرده لفترة من الوقت .
- يتعلم التلميذ اتخاذ القرارات المتتالية .
- يتعلم التلميذ انجاز العمال ضمن الوقت المخصص أو المسموح .
- يستطيع التلميذ تحقيق بعض الأعمال المبدعة .
- يتعلم كيفية تلقي واستلام التغذية الراجعة الفردية .
- يتعلم كيفية التعامل مع السقوط والإحباط والفشل، وتعلم متعة النجاح والفوز

ويضيف الباحث تعلم التلاميذ تحمل مسؤوليته في اتخاذه للقرارات التسع الممنوحة له .
كما الأسلوب التدريسي يسمح بتوفير وقت كاف للمتعلم المهارات يقول ساري حمدان وآخرون(حمدان،1993،ص30):" يهدف الأسلوب بشكل عام إلي توفير أقصى وقت من الحصة التطبيقية المهارات لذا يتعدى عامل الوقت مهما سواء في عملية تعلم المهارة أو حتى في اتخاذ القرارات .

2-6-3-تطبيق الأسلوب التدريبي:

إن جوهرة الأسلوب التدريسي هو وجود الحرية الجزئية في اخذ القرارات الممنوحة للمتعلم خلال مرحلة الأداء وعدم تدخل المعلم بإعطاء الأوامر وبالتالي تنشأ علاقة جديدة ومتبادلة أساسها ثقة المعلم في المتعلم بالاستقلالية، ولو جزئية ولكنها ذا معنى كبير بالنسبة للمتعلم يقول موسكا.م.وسارة.أ.(موستن،1991صفحة 50) :" في هذا الأسلوب يتغير محور سلسلة الأحداث، وتنشأ علاقة جديدة بين المعلم والتلميذ حيث يقوم المعلم بممارسة عملية الثقة بالتلميذ من حيث اتخاذ القرارات المناسبة أثناء أداء الواجب الحركي ،بينما يتعلم التلاميذ الاستقلالية في اتخاذ القرار وشكل ينسجم مع أداء الواجب الحركي " فالمعلم يقوم هنا بشرح وعرض المهارة المراد تعليمها للتلاميذ ثم ينتظر أداء المعلم ويلاحظ ويقوم من خلال التغذية العكسية يضيف أيضا موسكا.م.وسارة.أ.(موستن،1991صفحة 51):" إن جوهرة هذا الأسلوب هو عملية تكرار للعلاقة التي تحدث بين المعلم والتلميذ ،يقوم المعلم بالشرح وعرض المهارات ،ثم يقوم التلميذ بأدائها لفترة من الوقت ،بعد ذلك يقوم المعلم بمراقبة الاداء،وإعطاء التغذية العكسية " ويتضمن الأسلوب التدريسي قرارات تتخذ في مرحلة من مراحلها الثلاث على الشكل التالي :

أ- مرحلة ماقبل التدريس :

وكما هو الحال في الأسلوب ألأمري،فإن دور المعلم يكمن في اتخاذ جميع القرارات في فترة ما قبل الدرس،ولكن الاختلافين الرئيسين هما :

- الإلمام بعملية انتقال القرارات التي سوف تتم خلال فترة الدرس(الأداء).
- اختيار المهارات التي تفضي إلي استخدام هذا الأسلوب أو تساعد على استخدامه .

ب- مرحلة الدرس (الأداء) :

بما أن بنية أو تركيب هذا الأسلوب تضع أدوارا مختلفة أو جديدة بالنسبة للمعلم والتلميذ،فإنه يجب توضيح روح أو جوهرة الأسلوب التدريبي،كذلك عملية انتقال القرارات التسع إلي التلاميذ ويتم ذلك خلال وحدة التدريس (الحصة) ،وفي هذا الأسلوب يشرح المدرس كيفية التنفيذ للتلميذ ويتم ذلك وفقا للأتي وذلك حسب ما تراه علي عمر،وغادة جلال عبد الكريم(علي،2008 صفحة 129) :

- 1 التلميذ هو الذي يحدد مكان الأداء وبالتالي نختار المكان القريب من الزملاء الذين يميل إليهم بحيث يكون في مكان قريب من المدرس .

– 2 يقوم المدرس بتقديم العمل من خلال عرض محتوى المادة والطريقة المستخدمة والوسيلة التعليمية التي يتم الاستعانة بها .

– 3 أن يوضح المدرس للتلميذ مضمون هذا الأسلوب من حيث إعطاء الفرصة لكل تلميذ ليعمل بمفرده والمدرس مسؤول عن الملاحظة وإعطاء التغذية الراجعة والإجابة على أي تساؤلات من قبل التلميذ .

– 4 يشرح المدرس دور التلميذ في اتخاذ قرارات التحفيز .

– 5 بعد توضيح كيفية التنفيذ للتلميذ يقوم المدرس باستقبال أي استفسار يطلب منه قبل بدء العمل.

– 6 يبدأ التلاميذ في اتخاذ القرارات الخاصة بالتنفيذ (الأداء) بناء على التعليمات السابقة، وهنا يتضح استقلالية في اتخاذ القرارات.

– 7 يقوم المدرس يلاحظ الأداء ويتجول بين التلاميذ بطريقة تسمح له برؤية الجميع ومساعدتهم عند اللزوم .

ج– مرحلة التقويم :

تبقى هذه المرحلة من اختصاص المعلم ،وتتم عملية التقويم من خلال إعفاء تغذية راجعة لجميع التلاميذ،حيث يتحرك المدرس بين التلاميذ، ويحدد الأخطاء، ويعطي تغذية راجعة مصححة للمتعلم، وفي حالة تكرار الخطأ بين عدد من التلاميذ يعطي المدرس إشارة توقف العمل بأكمله ويقوم بتصحيح الخطأ من خلال إجراء وتوضيح النقطة التعليمية الخاصة بالأداء وعموما لابد أن يراعي المعلم في هذه العملية جملة من العناصر(موستن،1991 صفحة 51): – القيام بسرعة تحديد الطلبة الذين يخطئون في كل من الأداء وعملية اتخاذ القرار

– توفير التغذية الراجعة المناسبة للتلاميذ – المكوث مع التلاميذ للتحقيق من السلوك الصحيح.

– الانتقال من تلميذ إلى أخر– ملاحظة التأثير الإيجابي التراكمي على التلاميذ– وأخيرا التغذية الراجعة لكل من الصف(الشم) حول ما تم تعلمه .

2–6–4– دور كل من المدرس والتلميذ في الأسلوب التدريبي :

أولا:دور المدرس(زينب علي،2008 صفحة 130):

1– المدرس مسؤول عن اتخاذ جميع قرارات التخطيط والتقويم.

2– شرح كيفية التنفيذ وتحويل تسع قرارات تنفيذية للتلميذ وهم : (المكان– نظام العمل–وقت البداية– الأوضاع–التوقيت–الانتهاء–الراحة–المظهر–الأسئلة) .

3– عرض محتوى المادة والطريقة والوسيلة التعليمية المستخدمة إن وجدت .

4– عدم إعطاء أي أوامر للمتعلم بحيث يعطي الفرصة له ليعرف كيف يتخذ قرارات التنفيذ .

5– ملاحظة الأداء وإعطاء التغذية الراجعة الخاصة بتصحيح الأخطاء لكل تلميذ على حدة.

6- الإجابة على التساؤلات من قبل التلاميذ .

ثانيا :دور التلميذ :

1- التلميذ مسؤول عن اتخاذ قرارات التنفيذ (القرارات التسعة المحمولة من المعلم) .

2- التلميذ هو الذي يحدد مكان الأداء وبالتالي يختار المكان القريب من الزملاء الذين يميل إليهم كل تلميذ يعمل بمفرده .

3- إلقاء أسئلة للتوضيح .

2-6-5-مميزات وعيوب الأسلوب التدريبي :

أولا: المميزات :

يتميز الأسلوب التدريبي بالاستقلالية المحدودة التي تمنح للتلميذ أثناء مرحلة الأداء وهي أحسن من الأسلوب ألأمري ،تقول عفاف عبد الكريم(غفاف،1994 صفحة 104):" بإمكان المتعلمين في هذا الأسلوب أن يمارسوا الاستقلالية في أو درجاتها " ،كما أنه يتميز بتوفير وقت كاف لتعلم وتكرار المهارة لاكتسابها، وتصنف عفاف عبد الكريم" (غفاف،1994 صفحة 99)

وهو يتميز بتوفير زمن كاف للتطبيق ،والهدف من هذا الأسلوب هو تعلم المهارة في ظروف تسمح بتوفير أقصى وقت لتطبيقها " ويوضح لنا عباس أحمد صالح السامرائي(السامرائي،1991 صفحة 88) ،مميزات الأسلوب التدريبي في النقاط التالية:

- يمكن استخدام هذا الاسلوب مع مجموعة كبيرة من التلاميذ (الطلاب) .
- يساعد على إضهار المهارات الفردية والابداع .
- يعطي وقتا كافيا للتلاميذ لممارسة الفعالية .
- يعلم التلميذ كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة .
- يمكن للتلاميذ من مساعدة المعلم في الوضع الذي يختارونه .
- العمل بصورة استقلالية وفق منظور قواعد الدرس .

ثانيا: عيوب الأسلوب التدريبي :(عفاف،1994 صفحة 106)

- يحتاج إلي أجهزة كثيرة .
- لا يمكن السيطرة على حركات الفعالية الدقيقة .
- لا يمكن قيام كافة الأعمال بهذه الطريقة،إذ يحتاج إلي تلاميذ لديهم خلفية جيدة حول تلك اللعبة
- تأخذ وقتا طويلا من الدرس .

2-6-6- ورقة العمل :

تعتبر ورقة العمل من أكثر الوسائل التعليمية المساعدة خلال مرحلة تنفيذ الدرس بإعتبارها وسيلة إتصال بين المدرس والتلميذ،حيث يستعين بها التلميذ أثناء أداء المهارة لكي تساعده على الأداء الصحيح من خلال متابعة التعليمات المكتوبة والخاصة بالمهارة،وبالتالي يتحقق تحسين واتقان الأداء بالنسبة له بالاضافة إلي تسجيل مدى تقدمه.

وتعتبر ورقة العمل من الوسائل التي تقلل من تكرار شرح المدرس بالأداء المطلوب واضعا ثقته في المتعلمين ليتخذوا قرارات التنفيذ، وبالتالي يمكنهم تحمل المسؤولية وأن يمارسو الإستقلالية أثناء التنفيذ .

وتشتمل بطاقة العمل على مايلي حسب عفاف عبد الكريم: (عفاف،1994 صفحة 106)

1- الإرشادات الضرورية عن ماذا يفعل ؟ وكيف يعمل المتعلم ؟ وهي دائما تركز على الأداء الذي سيؤدي في أثناء الفقرة اللفضية .

2- وصف تفاصيل الأداء .

3- تحديد عدد التكرار والمسافة وزمن التمرين (الكم) .

4- إستخدام شكلين من أشكال السلوك اللفظي مثل :

- عملك هو اداء ثلاث حركات متتابعة،تنتهي القرفصاء ،وهذه صيغة مصدر .

5- تخصيص مكان للملاحظات خاصة بتقديم أداء المتعلم ،وملاحظات التغذية الراجعة وإرشادات أخرى

وفي مايلي نموذج لبطاقة عمل خاصة بالأسلوب التدريسي، حسب محمد خميس أبو نمرة(نمرة،2008 صفحة 147)

نموذج عام لورقة عمل - (شكل 2) .

- الإسم :..... - الصف : ..... الأسلوب : .....

رقم البطاقة : ..... - التاريخ : ..... الموضوع العام :.....

- إرشادات للمتعلم : ..... الموضوع الخاص :.....

وصف خطوات العمل	تكرار وزمن الأداء	تدوين التقدم وإرشادات أخرى	الشخص الذي يقوم بالتغذية الراجعة
أ -			
ب-			
ج -			
د -			

2-6-7- قنوات التطور في الأسلوب التدريبي:

في هذه الحالة يجب أن نتفحص المعيار الخاص بدرجة الاستقلالية أو ما هو مقدار الاستقلالية التي يمتلكها التلميذ في اتخاذ القرار، وبما أن درس التربية البدنية والرياضية يؤثر على التلميذ من جوانب متعددة (بدنية، اجتماعية، سلوكية، ذهنية)، وبما أن الأسلوب هو سلسلة من اتخاذ القرارات بين المعلم والمتعلم، فإننا سوف نلاحظ إن كان للتلميذ الحرية في التطور والرقي بهذه الجوانب المذكورة سابقا أم لا ؟حسب عطاء الله أحمد(أحمد،2006 صفحة 87).

	الحد الأدنى				الوسط					الحد الأقصى
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
التطور من الناحية البدنية						x				
التطور من الناحية الاجتماعية					x					
التطور من الناحية السلوكية						x				
التطور من الناحية الذهنية						x				

درجة الاستقلالية في الأسلوب التدريبي تبعا لعملية اتخاذ القرارات وتطور الفترات

الناحية البدنية :

في هذا الأسلوب يكون التلميذ أكثر استقلالية في اتخاذ القرار، مع الأخذ بعين الاعتبار الانجاز البدني، ولذلك فموقع التلميذ في هذه القناة يميل قليلا باتجاه الأعلى، ويمكن تحليل ذلك بان التلميذ يتدرب بمفرده، ولا حاجة إلى أن ينتظر الأوامر من المعلم لكل حركة .

الناحية الاجتماعية:

إن عملية النقل في اتخاذ قرارا الوقوف في مكان ما يخلق حالات جديدة من العلاقات الاجتماعية في الدرس، فالتلميذ يمكنه اختيار مكان قريب من احد زملائه، ولذلك فموقع التلميذ يميل إلى الأعلى .

الناحية السلوكية (العاطفية):

عندما يحدث تطور بدني واجتماعي فالاستنتاج الذي يمكن أن نلمسه هو أن التلاميذ سوف يحملون مشاعر طيبة نحاه بغضهم البعض، ولذلك فان موقع التلميذ في هذه القناة يكون نوعا ما إلى الأعلى

الناحية الذهنية: هناك تغيير بسيط في الموقع في القناة الذهنية، حيث أن التلاميذ سوف يشاركون في عملية التذكر، وسوف تكون للوصف الصادر من المعلم ولا يحيد عنه، وفي الحقيقة هناك تحول قليل جدا بعيدا عن الحد الأدنى،بناءا على اتخاذ القرارات حسب عطاء الله أحمد (أحمد، الصفحات 101-102)

2-7- الأسلوب التبادلي (التطبيق بتوجيه الأقران)

2-7-1- بنية الأسلوب التبادلي :

يقول موسكا موستن وآخرون :"كلما امتلك التلميذ أو الطالب المعلومات الكافية عن طبيعة أدائه بوقت مبكر ازدادت فرص تصحيح الأداء، لذلك فان المقياس المثالي المتوفر للتغذية العكسية المباشرة معلم واحد لتلميذ واحد "،"ويحتاج هذا الأسلوب إلى تنظيم الفصل بحيث تتيح فرص التغذية العكسية المباشرة، لذلك ينظم الفصل في أزواج ويكلف كل فرد بدور خاص، بحيث يقوم احدهم بالأداء ويسمى (الطالب المؤدي)، والآخر بالملاحظة ويسمى (الطالب الملاحظ)، ويكون دور المؤدي هو انجاز العمل واتخاذ القرارات كما هو في الأسلوب التدريبي، أما دور الملاحظ فيكون إعطاء التغذية العكسية للمؤدي، وهو يتصل بالمدرس ،هذا الأخير يكون دوره هو ملاحظة كل من المؤدي والملاحظ، وهو يتعامل فقط مع التلميذ الملاحظ، وتستمر العلاقة المتبادلة بين الطالبين حتى ينتهي التلميذ المؤدي من عمله وبعد ذلك سيستبدل الدور حيث يصبح التلميذ المؤدي ملاحظا والتلميذ الملاحظ مؤديا ،والمدرس هو الذي يتخذ جميع قرارات التخطيط، ويتخذ التلميذ المؤدي القرارات الخاصة بالتنفيذ أما تحويل القرارات من المدرس إلى التلميذ فتحدث في التقييم والتقويم، فيتخذ مسند الملاحظ قرارات التغذية العكسية " (عدة، 1996الصفحات 60-61)

"إن استخدام هذا الأسلوب يؤدي إلى خلق واقع جديد ويعني ذلك إيجاد علاقات جديدة بين المدرس والمتعلم"ويتمثل دور المدرس كما يلي :

- اتخاذ قرارات التخطيط .
- إعطاء نوع العمل في شكل بيانات .
- ملاحظة ومراقبة عمل التلميذ المؤدي والملاحظ .
- يكون المدرس بالقرب من التلميذ الملاحظ عندما يحتاج إليه ويتم ذلك بالتحرك من ثنائي إلى ثنائي آخر بغية الإجابة عن الأسئلة .
- الاستماع إلى كيفية تقديم التغذية العكسية من قبل التلميذ الملاحظ .
- إعطاء التغذية العكسية إلى التلميذ المؤدي والملاحظ، إذا كان هناك تصحيح ضروري والانتقال إلى نشاط آخر .
- يجب على المدرس الانتقال بسرعة إذا حدث أي سلوك خاطئ عند أي ثنائي ولكي يستطيع التلميذ الملاحظ أن يقوم بدوره المحدد خلال مرحلة التقويم ينبغي عليه إتباع الخطوات التالية
- تسلم ورقة الواجب من المدرس والتي بموجبها يصحح الأداء .
- مراقبة انجاز التلميذ المؤدي . (عدة، 1996صفحة61)
- مقارنة وموازنة العمل أو الأداء مع ورقة الواجب .

– الحكم حول كون الانجاز صحيحا أم لا .

– إعلام وإخبار التلميذ المؤدي بهذه النتيجة،وخاصة بعد الانتهاء من العمل

ومن خلال هذا نلاحظ الصلاحيات الجديدة التي تخول للمتعلم أن يشارك في عملية التدريس بشكل فعال وحيوي ، ويعطي التغذية الراجعة، وهذا دور جديد في عملية التعلم . (أحمد، 2006، صفحة 107)

2–7–2– توضيح ادوار الأسلوب التبادلي :

إن الدور في الأسلوب التبادلي يوضحه موسكا موستن وسارة اشوورث في النقاط التالية :

– الانشغال في العملية التعليمية التي تؤدي إلى العلاقات الاجتماعية والتي تعتبر قريبة بالنسبة إلى هذا الأسلوب ، وإعطاء وامتلاك التغذية العكسية مع الزميل .

– الانشغال في خطوات هذه العملية ، وملاحظة أداء الزميل ، ومقارنة الأداء مع ورقة الواجب، والتوصل إلى الاستنتاجات وتبادل الآراء ، وإيصال نتائج الأداء مع الزميل .

– تطوير صفات الصبر،والتحمل، والصدق، والنبل،والتي هي مطلوبة في نجاح هذه العملية .

– التدريب وخيارات التغذية العكسية المتوفرة، والتي تؤدي إلى استمرار العلاقات .

– التعرف على المشاعر الخاصة ورؤية نجاح زميل له .

– تطويرالترابط والعلاقات الاجتماعية التي تكون ابعد من مجرد أداء المهارة .

2–7–3– أهداف الأسلوب التبادلي :

إن من خاصية هذا الأسلوب انه يخلق سلوكيات جديدة وظروف جديدة لتحقيق أهداف أخرى يلخصها لنا عباس احمد صالح السامرائي فيما يلي :(أحمد،2006، صفحة 87)

– تحقيق أهداف اجتماعية بخلق علاقة معينة ومن نوع خاص بين التلاميذ .

– خلق حالة الصبر والتحمل .

– خلق حالة جديدة من إعطاء أو تسليم التغذية الراجعة .

– الدقة في إعطاء التغذية الراجعة وحسب ورقة البيانات .

– احترام أمانة التلميذ الملاحظ .

– تسهيل تعلم العمل المطلوب ،وذلك بسبب التغذية الراجعة المباشرة من طرف التلميذ الآخر .

ويقسم ساري حمدان وآخرون أهداف هذا الأسلوب إلى مجموعتين ، منها ما لها علاقة بالموضوع التدريسي ومنها ما يرتبط بالمتعلمين أنفسهم (حمدان،1993، صفحة 38)

أ) الأهداف المرتبطة بالأسلوب الدراسي :

– إتاحة الفرصة المتكررة لممارسة العمل مع الزميل .

– ممارسة العمل تحت ظروف الحصول المباشر على التغذية الراجعة مع الزميل .

– ممارسة العمل دون أن يقدم المعلم التغذية الراجعة، أو معرفة متى يصحح الأخطاء .

– تصور الأجزاء وفهمها، وتعاقبها أثناء العمل .

ب) الهداف المرتبطة بدور المتعلمين :

– هي نفس الأدوار التي ذكرها موسكا موستن وسارة اشوورث وهي موضحة سابقا .

2–7–4– تطبيق الأسلوب التبادلي :

يعتبر الأسلوب التبادلي من الأساليب الحديثة التي يؤدي تطبيقها إلى حدوث علاقات جديدة بين المعلم والمتعلم تسهم في تطوير الترابط والعلاقات الاجتماعية، يقول د.عطاء الله احمد (أحمد،2006، صفحة 109):"الأسلوب التبادلي يعتبر أسلوبا جديدا، وان واقع هذا الأسلوب وطبيعة الدوار الجديدة توجد بعض المتطلبات الاجتماعية والنفسية الجديدة لكل من المعلم والمتعلم،حيث يجب القيام بتعديلات وتغييرات كبيرة في السلوك الآمر الذي يقود إلى إدراك حالة جديدة يمكن أن تحدث في الحصة ".

بالإضافة إلى انتقال القرارات التسع إلى المتعلم في مرحلة الدرس (الأداء) فان المعلم يقوم لأول مرة بنقل قرارات التغذية العكسية للتلميذ،يقول موسكا موستن وسارة.أ (موستن،1991، صفحة 104):"إن كلا من المعلم والتلميذ بحاجة إلى تقبل هذا الواقع الجديد بكل ثقة وارتياح،كما يجب أن يفهم كلاهما مقدار قيمة هذا الأسلوب وتأثيره في تطور التلاميذ فرديا "

أ–مرحلة ما قبل الدرس :

يقوم المدرس بتصميم ورقة المعيار لكي يستخدمها الملاحظ لتقييم الأداء أثناء تنفيذ الدرس وتتضمن ورقة الواجب خمسة أشياء (أجزاء) ذكرها موسكا .م وسارة .أ (موستن،1991، صفحة 108)في النقاط التالية :1– وصف خاص للواجب الحركي، وهذا يتضمن تقسيم المهارة أو الواجب إلى أجزاء متسلسلة .

2– نقاط معينة يتم مراجعتها عند الأداء، ويتم الرجوع إليها عندما تكون هناك صعوبة في الأداء، ويقوم المعلم بمعرفتها من خلال التجارب السابقة .

3– صور وأشكال لتوضيح الواجب .

4– نماذج للسلوك اللفظي الذي يمكن استخدامه عند التغذية العكسية وتبرز فائدته في المراحل المبكرة في استخدام الأسلوب التبادلي .

5– وسيلة للتذكير بدون المراقب ويكون مفيدا خاصة في الفعاليات أو وحدات التدريس القليلة الأولى، وبعد أن يقوم التلميذ بمعرفة التصرفات الملائمة لا يكون من الضرورة احتواء استمارة أو ورقة الواجب (المعيار) على وسيلة التذكر هذه .

ب–مرحلة الدرس (التنفيذ) :

يعتبر المدرس مسوؤل عن اتخاذ جميع قرارات التخطيط، وملاحظة كل من التلميذ المؤدي والملاحظ وان يكون تعامله مع الملاحظ فقط، بحيث تتم قرارات التنفيذ حسب ما تراه زينب عمر وغادة جلال عبد الحكيم (زينب علي،2008، صفحة 135) وفقا للاتي :

– إتاحة الفرصة لكل زميل أن يعمل مع زميل ملاحظ .

– أن يوضح للتلميذ أن غرض الأسلوب هو إتاحة الفرصة للتلميذ المؤدي ممارسة العمل مع الزميل الملاحظ للحصول المباشر على التغذية الراجعة .

– أن يوضح للتلميذ أن كل فرد له دوره كمؤدي وكملاحظ بالتبادل .

– أن يوضح للتلميذ المؤدي أن دوره ينحصر في اتخاذ قرارات التنفيذ وان يكون اتصاله بالتلميذ الملاحظ فقط .

– أن يوضح للتلميذ الملاحظ أن دوره ينحصر في قرارات التقويم من خلال إعطاء قرارات التغذية أثناء الأداء وحتى الانتهاء من العمل .

– إعطاء فكرة للتلميذ بان التغذية الراجعة تتم من التلميذ الملاحظ فقط .

– إعطاء فرصة للتلميذ لمناقشة نقاط معينة من العمل مع الزميل الآخر .

– يدرك الملاحظ نتائج الانجاز من خلال متابعة تقدم الزميل المؤدي .

ج–قرارات التقويم :

وتتم قرارات التقويم من خلال إعطاء التغذية الراجعة من التلميذ الملاحظ إلى زميله المؤدي، سواء أثناء الأداء أو بعد الانتهاء منه، مستخدما في ذلك ورقة المعيار الخاصة بالأداء الصحيح،وقد يتصل التلميذ الملاحظ بالمدرس عند الضرورة، ويقوم المعلم بالإجابة على أي استفسار من الملاحظ، وفي نهاية التقويم يتم تبديل الأدوار لكل من الملاحظ والمؤدي .

2–7–5– دور كل من المدرس والتلميذ في الأسلوب التبادلي :

حسب ما تراه زينب علي عمر (علي،2008، صفحة 136)

أولا – دور المدرس :

1) إعداد بطاقة العمل التي سوف يستخدمها التلميذ الملاحظ .

2) تحديد الموضوع الدراسي .

3) تحديد الهدف من الدرس .

4) إعداد الملعب وتقسيم التلاميذ ثم توزيع بطاقات العمل على التلاميذ الملاحظين .

5) أن يوضح للتلاميذ النقاط الهامة في هذا الأسلوب وكيفية تنفيذه .

6) الإجابة على أي استفسارات في هذا الأسلوب وكيفية تنفيذه .

ثانيا – دور التلميذ :

1) استلام ورقة العمل الخاصة بالأداء من المدرس .

2) ملاحظة الأداء الحركي للزميل المؤدي .

3) إعطاء التغذية الراجعة لتصحيح الأداء الحركي من خلال البيانات والمعلومات المدونة في ورقة العمل .

4) الاتصال بالمدرس عند الضرورة .

5) يتم تبديل العمل بين التلميذ المؤدي والملاحظ، فيصبح التلميذ المؤدي ملاحظ والملاحظ مؤدي .

2-7-6- مميزات وعيوب الأسلوب التبادلي :

أولا: مميزاتـه:

إن هذا الأسلوب يتميز بنقاط يختصرها لنا عباس احمد صالح السامرائي (السامرائي،1991، صفحة 89) فيما يلي :

- يفسح المجال أمام كل تلميذ أن يتولى مهام التطبيق .
- يفسح المجال للتعلم عن كيفية إعطاء التغذية الراجعة في الوقت المناسب .
- لا يحتاج إلى وقت كبير في التعلم .
- يفسح المجال لممارسة القيادة لكل تلميذ .
- للتلاميذ مجال واسع للإبداع في تنفيذ الواجب

ثانيا:عيوبـه :

ويؤكد عباس احمد السامرائي على أن هذا الأسلوب لا يخلو من السلبيات والتي يمكن ذكرها فيما يلي:

- صعوبة السيطرة على تنفيذ دقة الواجب .
- الحاجة إلى أجهزة وأدوات كثيرة .
- كثرة المناقشات بين التلاميذ حول تنفيذ الواجب .
- كثرة الاستعانة بالمعلم حول حل الإشكال وتنفيذ الواجب .
- كثرة ضغوط العمل على المعلم .

2-7-7- قنوات التطور في الأسلوب التبادلي :

إذا قمنا باستخدام الاستقلالية معيار لعلاقة الأسلوب بتطور القنوات بإمكاننا توجيه السؤال التالي :

- ما هو مقدار استقلالية التلميذ في اتخاذ القرارات الذاتية في هذه القنوات ؟

	الحد الأدنى			الوسط					الحد الأقصى	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
التطور من الناحية البدنية							x			
التطور من الناحية الاجتماعية								x		
التطور من الناحية السلوكية									x	
التطور من الناحية الذهنية									x	

درجة الاستقلالية في الأسلوب التبادلي تبعا لعملية اتخاذ القرار وتطوره

الناحية البدنية :

في قناة التطور البدني، موقع التلميذ يكزن مشابها بما هو عليه في الأسلوب التدريبي، عندما يكون التلميذ قائما بدور العامل، فالقرارات الممنوحة تتخذ من قبل التلميذ .

الناحية الاجتماعية :

أما موقع التلميذ في قناة التطور الاجتماعي فيتحرك باتجاه الأعلى،فتتبادل الأدوار في هذا الأسلوب ويخلق حالة من العلاقات الاجتماعية الكثيرة المتداخلة أكثر من الأسلوب التدريبي .

الناحية السلوكية (العاطفية) :

وعندما تقع أو تحصل العلاقات الاجتماعية المتبادلة فالاستنتاج هنا أن شعورا جيدا يمكن أن يحدث باتجاه الآخرين، وباتجاه النفس، ولذلك فموقع التلميذ في القناة السلوكية يمكن أن يتحرك قريبا من الأعلى.

الناحية الذهنية :

هناك انتقال أو تحرك بسيط في موقع التلميذ في القناة الذهنية، فالموقع يتحرك قليلا باتجاه الأعلى، وذلك بسبب انشغال التلميذ الملاحظ بعمليات ذهنية متعددة، مثل المقارنة والتركيز على تنفيذ البيانات وأخيرا عمل الخاتمة والاستنتاج وإعطاء التغذية الراجعة .

* مما سبق يرى الطالب الباحث أن الأسلوب التبادلي هو احد الأساليب الحديثة التي تساهم في بناء شخصية المتعلم من خلال منحه دورا مهما في العملية التعليمية حتى يكون فعالا في محيطه المدرسي ومجتمعه ،وذلك بمنحه قرارات التنفيذ التسعة خلال مرحلة الأداء ،بالإضافة إلى ذلك منحه ولأول مرة قرار التغذية الراجعة والحكم على الأداء ،كما انه يخلق علاقات جديدة بين المتعلمين بعضهم البعض وبين المدرس وبالتالي ضمان تطور العلاقات والترابط الاجتماعي والذي يعتبر عامل مهم في العملية التعليمية ككل .

2-8- الأسلوب التضميني (التطبيق الذاتي المتعدد المستويات)

2-8-1- مفهوم أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات :

إن هذا النوع من أساليب التدريس الذي يهتم بالمتعلم والتركيز عليه في العملية التعليمية وتصميم البرامج الخاصة له.و يرى سعيد الشاهد ان الهدف الأساسي لهذا الأسلوب هو إعتماد المتعلم على نفسه في إنجاز الواجب الحركي و تثبيت المهارات الحركية من خلال تقديم المهارات للمتعلم في شكل حركات متدرجة في الصعوبة لينتقي منها ما يتناسب مع قدراته كخطوة أولى يخطو منها إلى الواجب التالي حتى يصل إلى تحقيق الهدف النهائي دون مساعدة . (الشاهد، 1995، صفحة 65)

كما ان هذا الأسلوب هو الأمثل في مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين لأنه يسمح بإشتراك جميع المتعلمين في التعلم في نفس الوقت وبمستويات متعددة كلا حسب قدراته وبالتالي يكون المعلم هو الملاحظة والتوجيه والإرشاد . . (الشاهد، 1995، صفحة 98)

2-8-2- البنية الأساسية لأسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات :

الاساليب الأربع السابقة تحمل صفة واحدة هي وضع أو تحديد العمل وما على التلميذ إلا إختيار هذا الحد او المستوى المطلوب منه .

اما اسلوب الإدخال او التضمين فقد اوجد لنا مبدا جديدا في وضع العمل المطلوب أو تحديده، حيث قام بوضع مستويات مختلفة من الإنجاز ضمن العمل الواحد .

وهذه الحالة الجديدة أوجدت للتلميذ قرارا رئيسيا يتخذه بنفسه لا يمكن إتخاذه في الأساليب السابقة وهو من أي نقطة أو مستوى يستطيع ان يدخل إلى الموضوع أو العمل المطلوب .

والمثال الأتي يمكن أن يوضح ما ذهبنا إليه .

أمسك حبل او عارضة على إرتفاع قدمين تقريبا من الأرض و أطلب من التلاميذ أن يثبوا من فوقه، فسوف يكون بإستطاعة جميع التلاميذ ان يقفزوا من فوقه ، الخطوة الثانية إرفع الحبل والعارضة لعدة سنتيمترات و أطلب من التلاميذ ان يقفزوا من فوقه فإنهم سوف يفعلون ذلك جميعهم ، و إذا ما إستمريت في رفع الحبل وطلبت من التلاميذ إجتيازه ففي كل مرة سوف لا يتمكن بعض التلاميذ من إجتيازه بعض التلاميذ من إجتيازه إلى ان تصل إلى مستوى لا يقوى على إجتيازه إلا القلة منهم .

إن هذه الحالة من التنظيم الحاص وهي الوثب من فوق الحبل الموضوع بصورة أفقية تضع لنا تصميم ووضع حالة عمل واحدة .فجميع التلاميذ مطالبون بإجتياز الحبل وهو على نفس المستوى، وفي مثل هذه الحالة يحدث إبعاد بعض التلاميذ لفشلهم في إجتياز الحبل و هكذا .

والأن إن هدف العملية هو إبعاد مجموعة من التلاميذ فهذا التنظيم سوف يكون ملائما ومناسبا، ولكن إن هدف هذا الاسلوب المباشر هو التضمين وليس الإبعاد أي إدخال أو تضمين جميع التلاميذ في العمل فماذا يجب ان نعمل لتحقيق هذا لهدف ؟

ما هو التنظيم وما هو التغيير الذي يجب إحداثه في تصميم الموضع للوصول إلى حالة الإدخال أو التضمين بدل الإبعاد ؟

ومن أجل إيجاد حل لهذه المشكلة بإستعمال نفس الحبل لغرض إدخال أو تضمين أو إشتراك جميع التلاميذ وهو وضع الحبل بشكل مائل فأحد أطرافه يربط في الحد الادنى لمستوى التلاميذ والطرف الاخر يوضع بمستوى الكتف مثلا .

ونطلب من التلاميذ الوثب من الحبل دون إعطائهم أي تعليمات ، فسوف يقوم التلاميذ بالإنتشار على طول الحبل وسوف يثب الجميع كلا من المكان الذي يختاره بأنفسهم فكل تلميذ سوف ينجح بإجتياز الحبل أي ان كل واحد سوف يدخل (يتضمنه) العمل وهذه الحالة طبعا مناسبة وغرضها مناسب ومطابق، فالغرض أو القصد اذا هو إيجاد وخلق ظروف وحالات تعمل على الإدخال أو التضمين وعليه فان الحبل المائل يحقق هذا الهدف .

ومرة ثانية أطلب من التلاميذ تكرار العمل فسوف يقوم الجميع بالانتشار على طول الحبل والقفز من فوقه بنجاح وسوف يكون دورك مراقبة وملاحظة التلاميذ وعدم الإقتراب او التصحيح ومن خلال ملاحظتك للتلاميذ سوف نرى ان بعضا منهم يستطيعون القفز من مكان اعلى من السابق ومن الممكن إيجاد مواقف مختلفة بدرجات الصعوبة لأي مهارة تسمح لإدخال وتضمين كافة التلاميذ كل حسب قدرته الحركية (الشاهد، 1995، الصفحات 68-69)

ولننظر الان الشكل التالي ونحلل ما يقوم به المعلم والتلميذ :

شكل رقم (3) البنية الأساسية لأسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات

المراحل	(A)	(B)	(C)	(D)	(E)	القائم بالعمل
مرحلة ما قبل الدرس	(م)	(م)	(م)	(م)	(م)	ت: تلميذ
مرحلة الدرس	(م)	(ت)	(ت ع)	(ت)	(ت)	ت ع: تلميذ عامل
مرحلة ما بعد الدرس	(م)	(م)	(ت م)	(ت)	(ت)	ت م : تلميذ ملاحظ

إن دور المعلم في هذا الأسلوب هو إتخاذ قرارات مرحلة ما قبل الدرس اما التلميذ فيتخذ قرارات مرحلة التدريس يضمنها القرار الخاص بالمستوى او النقطة التي يبدأ فيها العمل ويدخل إليه .أما في مرحلة ما بعد

التدريس فالتلميذ يقوم بإتخاذ قراراته التقويمية من إنجازه وطما تعلمه في اسلوب المراجعة الذاتية، وكذلك القرار الذي سوف يدخل منه أو يبدا العمل القادم (الكريم، 1990، صفحة 72)

2-8-3- تطبيق أسلوب الإدخال أو التضميني :

يمكن إستعمال هذا الأسلوب مع التلاميذ بعد عرض فكرة الحبل المائل وتطبيقها على المهارات الاخرى، وهذا الإدخال سوف يولد شعورا جيدا لدى التلاميذ . وبعد عرض الفكرة يمكن توضيح الاعمال المطلوب أداؤها بناءا على هذه الفكرة والطلب من التلاميذ القيام بها وما على التلميذ إلا تسلم الورقة الموضح فيها الاعمال ومستويات مختلفة وإتخاذ قراره حول المكان الذي سيقوم بالعمل فيه والمستوى الذي سيبدأ منه، ومن خلال ذلك سوف نلاحظهم يقومون بأعمالهم ويتخذون القرارات عن المراحل القادمة .

أما دور المعلم فيكون بملاحظة التلاميذ والانتقال إلى كل تلميذ وإعطائه التغذية الراجعة بنفس الطريقة المتبعة في الأسلوب السابق، فالتغذية الراجعة سوف تكون على إخاذ القرارات من قبل التلميذ وليس على إنجازه العمل وإتصاله مع التلميذ سيكون بتوجيه السؤال التالي : (كيف تقوم بدورك)؟

وفي أكثر الاحيان سيكون رد التلميذ (أنا إخترت المستوى وانا الان أعمل في المستوى الرابع) وسوف تكون التغذية الراجعة من قبله بالشكل التالي : (أنا أرى أنك تعرف كيف تتخذ قراراك)

والتركيز هنا سوف يكون على إستعمال التغذية الراجعة ويجب تجنب التغذية الراجعة التي تشير إلى إختيار المستوى ، ودور التلميذ هو إختيار المستوى الذي يريده ولا يسأل المعلم عن ذلك . (الكريم، 1994، صفحة 126)

2-8-4- أهداف أسلوب الإدخال (التطبيق الذاتي المتعدد المستويات) :

إن الاهداف التي يكمن التوصل إليها بموجب إستعمال هذا الأسلوب هي :

1- إدخال أو تضمين جميع التلاميذ

2- توفير العمل للتلاميذ على الرغم من الفروق الفردية بينهم .

3- توفير فرصة الرجوع إلى مستوى أدنى لغرض إنجاح الإنجاز .

4- الفرصة للدخول للعمل من أي مستوى يريده .

5- فرصة الإنتقال إلى الاعلى إذا ما رغب التلميذ في ذلك .

6- أكثر فردية من الأساليب السابقة وذلك لأنها لا توفر للتلميذ مستويات مختلفة لكل عمل واحد .

2-8-5- مميزات أسلوب التضمين :

1- يوفر فرص لجميع التلاميذ لقيام بأداء الواجب المكلفين به .

2- يكون الأداء حسب إمكانية كل فرد .

3- الأسلوب يشجع التلاميذ على تقويم أنفسهم أثناء العمل .

4- يشجع التلاميذ على الاعتماد على النفس .

5- يشجع المجال أمام التلاميذ للقيام بمحاولات أكثر لأداء الواجب .

2-8-6- عيوب الأسلوب التضميني :

1- لا يفسح المجال للمعلم بمراقبة جميع التلاميذ عند أدائهم .

2- يحتاج إلى أجهزة وأدوات كثيرة وكذلك إلى ساحات واسعة .

3- يقلل روح المنافسة بين التلاميذ .

4- يشجع روح التباطؤ في العمل (الكريم، 1994، صفحة 127)

2-8-7- قنوات التطوير في أسلوب الإدخال (التضمين) (أحمد، 2006، الصفحات 127-128)

	الحد الأدنى				**الوسط**				**الحد الأقصى**	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
التطور من الناحية البدنية									x	
التطور من الناحية الاجتماعية					x					
التطور من الناحية السلوكية								x		
التطور من الناحية الذهنية							x			

درجة الاستقلالية في الأسلوب التضميني تبعا لعملية اتخاذ القرار وتطوره

يجب أن نتفحص العلاقة بين حقيقة أسلوب التضمين وتطور القنوات، أو القنوات القابلة للتطور ، ونبحث عن مكان الفرد من كل هذه القنوات .

درجة الاستقلالية في الأسلوب التدريبي تبعا لعملية اتخاذ القرارات وتطور الفترات

الناحية البدنية :

ناحية التلميذ من القناة البدنية يتحرك نحو الاعلى وبإتجاه الحد الأقصى وذلك لان التلميذ يصبح مستقلا إلى حد كبير في إتخاذ القرارات المتعلقة بالتطور البدني لديه . وقد صممت وحدات التدريس لأسلوب التضمين لهذا الغرض، وذلك لان التلاميذ يقومون بإتخاذ قرار معين حول علاقتهم بالخيارات الموجودة ضمن موضوع الدرس .

الناحية الإجتماعية :مادام هذا الأسلوب يعمل على الزيادة الفردية في العمل، حيث إن كل تلميذ يعمل بصورة منفردة إ يتخذ قراراته بنفسه ويختار مسار عمله بنفسه أيضا، فإن موقعه في هذه القناة يكون باتجاه الأدنى، ويجب على التلميذ أن لا يتخذ أي قرار بنفسه بشان علاقته الإجتماعية خلال الدرس .

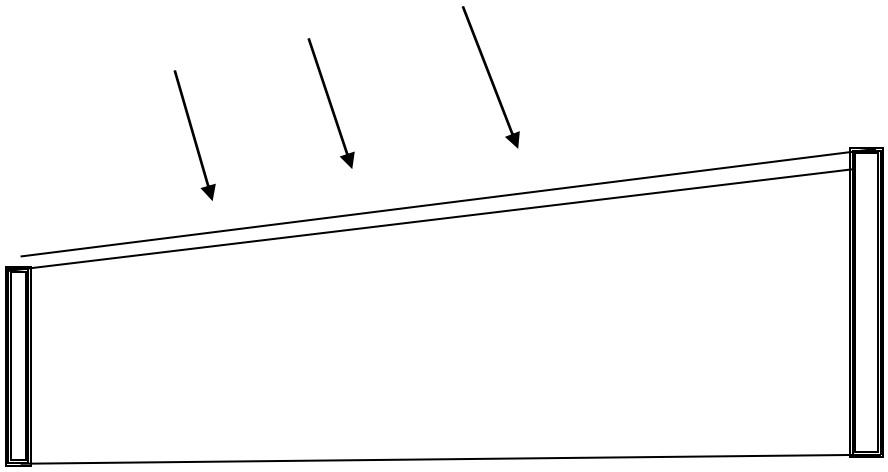
الناحية السلوكية : نفس ما هو موجود ، فإن موقع التلميذ من القناة السلوكية يكون بإتجاه الأعلى وذلك لان حقيقة إتخاذ القرار حول العمل او الإنجاز الناجح والمقبول سوف يخلق حالة من الرضا والقبول .

الناحية الذهنية :أما موقع التلميذ في القناة الذهنية فينتقل نحو الاعلى، وما دام التلميذ يشتغل بالتركيز والمقارنة مع ورقة الواجب، فهذه الحالة تتطلب دلرجة عالية من التذكير والتلميذ يكون أكثر إستقلالية .

2-8-8- إختيار وتصميم الموضوع الدراسي :

2-8-8-1- مفهوم درجة الصعوبة :

إذا نظرنا إلى الحبل المائل في الشكل ( ) نجد أن التدرج في الإرتفاع على طول الحبل تمثل قدرات المتعلمين بدرجات مختلفة من الصعوبة داخل نفس العمل، والعمل هو الوثب من فوق الحبل بطريقة معينة، بغض النظر عن الإرتفاع، فالتغيير يحدث في الإرتفاع والذي يحدد درجة الصعوبة (الكريم، 1994، صفحة 132)



شكل(4) نموذج الحبل المائل

يرى الطالب الباحث من خلال ما سبق ان أسلوب التطبيق المتعدد المستويات (التضميني) هو فرصة لجميع التلاميذ بأداء الواجبات المكلفين بها حسب إمكانية كل تلميذ في المستوى الذي يرغب فيه حسب إمكانياته، وبالتالي هذا يشجع التلاميذ على العمل وتقويم أنفسهم أثناء العمل من خلال الإعتماد على النفس، وهذا بحد ذاته جدير بأن يزرع في نفس التلميذ الثقة في إمكانياته والتدرج في المستوى ولما لا حتى يجرب المستوى الذي يراه أعلى من مستواه .

2-9- تنويع أساليب التدريس :

إذا تعرضنا إلى درس التربية البدنية والرياضية نجد انه مليء بالحرية والانطلاق والخبرات والمواقف التي تربي النشء والكبار وتثبت فيهم التذوق الفني وتقدير الانفعالات وتوجيهها ،ولذلك فمن اجل تحقيق الأهداف المسطرة لابد من استعمال عدد من الأساليب المتنوعة حسب الهدف المطلوب حتى انه يمكن استعمال أكثر من أسلوب في درس واحد وذلك حسب الموقف التعليمي،يقول احمد حسين اللفاني وآخرون(اللفاني،1995، صفحة 39) "إن أفضل أسلوب في موقف قد لا يكون كذلك في موقف آخر "ويضيف محمد حمص(حمص،1997، صفحة 90)عن أهمية تنويع أساليب التدريس "لتنفيذ الأنشطة التي تحتويها أجزاء الدرس المختلفة وخاصة فيما يتعلق بالتعليم وتنمية المهارات الحركية في الجزء الأساسي من الدرس ،تستخدم طرق وأساليب متعددة تتناسب مع الموقف التعليمي ،ومستوى التلاميذ وخصائصهم السنية والهداف المراد تحقيقها "وبالتالي فان التركيز والعمل بأسلوب واحد لا يؤدي إلى تحقيق جميع أهداف التربية البدنية تقول عفاف عبد الكريم "في علاقات التعليم والتعلم لا يوجد أسلوب أفضل من الآخر كما لا يوجد أسلوب واحد يمكن أن يحقق جميع أهداف التربية البدنية ولكن يمكن أن يحقق جزءا منها " ومن اجل تحقيق الأهداف التربوية الحديثة أصبح تنويع أساليب التدريس ضرورة ملحة تعكسها التجاوب مع الأوضاع ،ومراحل النمو الجسمي والنفسي والاجتماعي للمتعلم وتلبية لعدد الطلاب المتزايد ،يقول إبراهيم بسيوني وفتحي الديب (الدّيب،1994، صفحة 201) "انه لا يوجد أسلوب تدريس يوصف بأنه الأسلوب الأمثل في التدريس ،وذلك لان نجتح أي أسلوب يتوقف على عوامل متعددة تتصل بالمنهج والتلاميذ وظروف حياتهم بالمدرسة نفسها "ويقول محمد زياد حمدان،(حمدان،1999، صفحة 03) عن اختلاف أساليب التدريس "لا يمكن الحكم على أي أسلوب إيجابا أو سلبا لان كل أسلوب يمتاز بمتطلبات نفسية وتربوية ومادية محددة قد تلاؤم نوعا من التلاميذ دون غيرهم "فكل أسلوب لديه خصائص ومميزات تجعله ذات أهمية يتساوى فيها مع أساليب التدريس الأخرى ،وليس بالضرورة أن ينجح أسلوب في موقف أو حصة ،يقول موسكا موستن وسارة اشوورث(موستن،1991، صفحة 06)"إن الأسلوب الذي يستخدم بنجاح في موقف ما أو حصة ما قد لا ينجح أو يفي بالغرض إذا استخدم في موقف أو حصة أخرى " ،يرى معظم المفكرين في مجال التدريس أن الجهود المبذولة في مجال التعليم كبيرة ،والوقت المخصص طويل والنفقات باهظة ،لكن النتائج هزيلة وهذا يعود في رأيهم إلى الأساليب المعتمدة والى تكوين المدرس وحصيلته ،يقول فاخر عاقل (عاقل،1980، صفحة 288)"إن السبب الرئيسي في انخفاض مستوى التعليم هو أساليب التدريس التي يتبعها المدرسون التي تحتاج إلى تطوير كبير وإصلاحات جذرية ،ولاسيما في الصفوف المكتظة بالطلاب "

وعليه لابد أن تكون للمدرس حصيلة معتبرة من الخبرات والمعارف التي يحتاجها ويطبقها في التدريس ،يقول عباس احمد صالح السامرائي (السامرائي،1991، صفحة 16) " إن التدريس الجيد يعتمد على أن تكون حصيلة جيدة من أساليب التدريس تتفق وطبيعة الفعالية والمتعلمين والجو والساحة ...."ولذلك فانا من أسباب انخفاض مستوى التعليم هو اعتماد المدرس في العمل المدرسي على أسلوب واحد مما يبعث الملل وبالتالي عدم تحقيق الهدف المطلوب ،ويضيف أيضا عباس احمد صالح السامرائي (السامرائي،1991، صفحة 16) "إن المدرس الذي يستعمل أسلوبا تدريسيا واحدا في درسه فانه سيؤدي حتما إلى الملل والجمود وعدم تحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة من سلوك كل متعلم "لذلك لا يمكن أن يحقق أسلوب واحد جميع أهداف التربية بل يحقق جزءا منها فقط ،تقول عفاف عبد الكريم(عفاف،1994، صفحة 08) "إن أي أسلوب من أساليب التدريس إذا استخدم لفترة من الزمن يمكن أن ينجز قدرا معيبا من الأهداف،فإذا تغيرت الأهداف وجب أن يتغير معها أسلوب التدريس ،ولذلك لا يوجد أسلوب أفضل من الأخر كما لا يوجد أسلوب واحد يمكن أن يحقق جميع أهداف التربية البدنية ولكن يحقق جزءا منها فقط " إن أساليب التدريس المتبعة خلال درس التربية البدنية والرياضية لابد أن تتماشى مع متطلبات العصر والتغيرات التي تحدث في المجتمع من حين لأخر ولذلك يجب أن تتماشى وتتوافق مع ميول المتعلم وقدراته وبالتالي تترك انطباعا جيدا للتلاميذ بضرورة المبادرة والمشاركة في العمل والنشاط ،يقول في هذا الصدد فكري حسن ريان (ريّان،1995، صفحة 449) "إن الأساليب الحديثة في التدريس تدعو إلى تهيئة فرص الحرية للتلاميذ للتعبير عن أرائهم واتخاذ المبادرة والمشاركة في التخطيط لأنشطتهم التعليمية وتعديل خططهم خلال التغيير الذي يقومون به تحقيقا لأهدافهم المرتبطة بتلك الأنشطة "

وفي هذا الخصوص يذكر أيضا "لطفي بركات احمد"(بركات،1981، صفحة 167) "يجب أن يسمح أسلوب التدريس للمتعلم أن يعمل بيديه ويفكر ويحاول ويجرب ويبحث حتى يتعلم "

* مما سبق يرى الطالب الباحث انه حتى تزيد فاعلية التدريس يجب الاهتمام بأساليب التدريس وإعادة النظر في الأساليب المتبعة وذلك من خلال تنويع استعمال هذه الأساليب من اجل تحقيق التنمية الكاملة للمتعلم ،لان الاعتماد على أسلوب واحد قد يحقق جزءا فقط من أهداف التربية وليس كلها وعليه فالمرونة على سلسلة أساليب التدريس هي فقط التي يمكن من خلالها أن تحقق الأهداف التربوية مجتمعة (من الناحية البدنية، الاجتماعية، الانفعالية، والمعرفية)،بالإضافة إلى ذلك لابد من احترام شخصية المتعلم من إشراكه في تحديد الأساليب التي تساعده على التعلم والتي يستطيع من خلالها كشف قدراته وتنمية وتطوير العمليات العقلية لديه (كالتفكير، التحليل ،المقارنة ...)،وبالتالي تزيد ثقة الطالب في نفسه من خلال الخبرات والاتجاهات وأنماط السلوكات التي اكتسبها خلال الدرس مما يساعده ذلك إلى أن يغدو عنصرا فعالا في مدرسته ومجتمعه ككل .

خلاصة :

لقد احتوى هذا الفصل على الأساليب التدريسية الحديثة، التي تعد أهم المطالب الأساسية لعملية التدريس حيث أنها أعطت تصورا جديدا للعلاقة بين المعلم والمتعلم والهدف، فالأسلوب هو الذي يحدد للمعلم السلوك الذي يسلكه مع الطلبة والذي بدوره يؤثر على شخصية الطالب ويساهم في بناءها بشكل كبير حتى يستعد لمواجهة صعوبات العصر والتفاعل الناجح في الحياة .

وقدمنا من خلال هذا الفصل كل ما يساعد المعلم على معرفة أساليب التدريس، والدور الذي تلعبه في تطوير شخصية الطالب من خلال الفرص التي تقدمها له في اكتساب خبرات ومهارات تساعده في التأقلم مع متغيرات العصر، حيث تم التطرق في هذا الفصل إلى ما يلي :

* مفهوم أساليب التدريس .
* أهمية أساليب التدريس .
* تحليل العملية التدريسية .
* العلاقة بين المعلم والمتعلم والهدف .
* تحليل أساليب التدريس .

أولا :الأسلوب التدريبي .

ثانيا :الأسلوب التبادلي .

ثالثا : الأسلوب التضميني .

* تنويع أساليب التدريس.

الفصـــل الثالث

التوافق النفسي الإجتماعي

تمهيد:

تعتبر الصحة النفسية هي حالة دائمة نسبيا ،يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا (شخصيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته) ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه ، ومع الآخرين" لذلك فالصحة النفسية لا تعني خلو الفرد من الأمراض ، بل تعني التوافق الاجتماعي والتوافق الذاتي والشعور بالرضا والسعادة والحيوية والاستقرار بالإضافة إلى الإنتاج الملائم في حدود إمكانية الفرد وطاقاته، ولا يختلف اثنان على أهمية الأثر الوقائي والتحسيني الذي يمثله النشاط البدني الرياضي بشكل عام على التوافق النفسي والاجتماعي للكبار والصغار، من منطلق أن الإنسان وحدة متجانسة بين العوامل البيولوجية، الوجدانية والاجتماعية.

ومما سبق ارتأينا تناول محور التوافق النفسي الاجتماعي لما يمثله من معيار عالي القيمة يعكس الجوانب النفسية والاجتماعية لطلبة المرحلة الثانوية ، وسنحاول في نفس السياق تناول العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي والصحة النفسية بشكل عام .

3-1- مفاهيم التوافق :" adjustment " يرى (دسوقي، 1988، صفحة 47)

أنّ التعدد في معاني هذا المفهوم يرجع إلى تباين رؤية البعض له، وكثرة إستخدامه في كثير من ميادين الفكر الإنساني على الرغم من أهمية مفهوم التوافق، إلا أنه لم يستقر بعد على تعريف محدد له، فقد إستخدم بمعان مختلفة، كالتكيف في مجال العلوم البيولوجية، أو التوافق في مجال الصحة النفسية والعقلية، من هذا المنطلق بدا الباحث النظر إلى المفاهيم المتباينة والمختلفة للتوافق .

يقر كل من " ووفلك ونيكولش" woolfolk & nicolich" (1998) نقلا عن " بياجيه" " piager" (piaget.j, 1977, p. 86) أن الفرد من لحظة ميلاده يبدأ في البحث عن طريق للتوافق بأقصى درجة مرضية مع البيئة التي يعيش فيها، ويتضمن هذا التوافق البحث المتواصل والمستمر عن الطريق المناسب لتحقيق الإنسجام مع البيئة بطريقة فعالة، هناك عمليتان او طريقتان أساسيتان تشملهم عملية التوافق" adjustment" أو التكيف " adaptation "

أ – التمثيل أو الإستيعاب assimilation :

والتمثيل ببساطة هو مدى إستخدام الفرد لما يعرفه من قبل أو ما يستطيع عمله عند مواجهته لمجال جديد أو موقف جديد، ويحدث التمثيل عندما يستفيد الفرد من سلوكيات معينة قد تكون طبيعية او متعلمه، فمثلا عندما يعطى الطفل عبة ناطقة تصدر عدة نغمات أو كلمات نجد الطفل يمصها او يقلدها في محاولة للتعرف عليها واستيعابها .

ب الملائمة accommodation :وتحدث الملاءمة عندما يجد الفرد أن نتيجة الإمتثال لشيء معين بإستخدام سلوك متعلم او مكتسب غير مرضي أو غير مشبع، وهكذا ينمو لديه سلوك جديد ففي حالة إمتصاص الطفل للعبة الناطقة، سوف تنمو لديه تصرفات جديدة للتعامل مع هذه اللعبة، ومن خلال عملة المحاولة والخطأ من الممكن ان يتعلم الطفل السلوك المناسب للتعامل مع هذه اللعبة .

في الحقيقة إننا في حاجه إلى كلا العمليتين معظم الوقت لتحقيق تكيفنا وتوافقنا السليم، وعلى الرغم من ذلك فغن هنالك اوقات لا تستخدم فيها المحاكاه او الملاءمة وخاصة عندما تكون المواقف والأحداث التي يواجهها الناس غير مألوفة وغريبة عنهم فقد يفضلون ببساطة تجاهل تلك المواقف تماما، فالخبرة السليمة تناسب نوع تفكير الشخص في عمله في الوقت المحدد .

يرى مصطفى فهمي (فهمي م.، 1979، صفحة 75)إن من الخصائص المهمة للتوافق أنه مسألة نسبية تختلف بإختلاف الظروف الإجتماعية والاقتصادية ، كما انه يتوقف على عاملي الزمان والمكان، فالشخص قد يكون متوافقا في ناحية معينة في حياته وغير متوافقة في ناحية اخرى، فقد يكون متوافقا في حياته الأسرية وغير متوافقا في حياته المهنية، كما ان الشخص قد يتوافق مع أفراد جماعة معينة ولا يتوافق مع أفراد جماعة اخرى، ومن ثم يمكن القول ان للتوافق أبعاد ومستويات متعددة ، والحياة ما هي إلا سلسلة من عملية التوافق، معنى ذلك أن التوافق في واقعه هو حالة الإشباع المتوازن لدوافع الرفد وحاجاته، وتعتمد دوافع الفرد في أساساها على ميله الطبيعي إلى الحفاظ على تحقيق مقوماته وإمكانياته الذاتية في المستوى البيولوجي والنفسي والإجتماعي على حد سواء، ففي المستوى البيولوجي نجد أن أجهزة الجسم كلها تعمل في إتجاه متكامل، مما يشار إليه بالتوازن الفسيولوجي، وفي المستوى النفسي يسعى الفرد للحفاظ على تكامل الذات لان أي خلل في هذا التكامل (كالشعور بالنقص والعجز او الشعور بالذنب ...) يؤدي إلى إعاقة التوازن النفسي أو إلى عاهة نفسية تماثل الإعاقة أو العاهة الجسمية بل وتفوقها من حيث التسبب في تفكك الشخصية، ويمكن القول ان الإستقرار في نمط الشخصية التي سيكون عليها في المستقبل، وسوف يمكن بالتالي التنبؤ بأسلوب التوافق الذي يستخدمه في حياته وردود أفعاله في المواقف المختلفة .

ويعرف فرج عبد القادر طه، وآخرون (طه، 1993، صفحة 62)التوافق، بأنه: معيارًا أساسيًا لتحقيق السواء النفسي والاجتماعي للفرد في إطار علاقة الفرد بالمجتمع؛ حيث يتضمن التوافق خفض التوتر الذي يستثير الحاجات، أما سوء التوافق فانه ينشأ عندما تكون الأهداف ليست سهلة في تحقيقها، أو عندما تتحقق بطريقة لا يوافق عليها المجتمع.

والتوافق كحالة من التوازن والاستقرار والتكامل النفسي والاجتماعي الأفضل أن يصل إليها التلميذ الذي يقوم بعملية التوافق، وهى حالة نسبية وليست نهائية لأن كلاً من التلميذ وبيئته في حالة تغير دائم(علاوي،1997، صفحة 31) .

ويرى حامد عبد السلام زهران(زهران،2001، صفحة 09)، أن التوافق يعد من المفاهيم التي تلقى اهتمامًا كبيرًا من علماء النفس والاجتماع وهو جوهر الصحة النفسية، بل ويعتبره العلماء مرادفًا لها ومعيارًا للتمييز بين الصحة النفسية السوية وغير السوية.

ويدل مفهوم التوافق الاجتماعي على مدى مرونة الإنسان في تغيير أنماط الحركة حتى يوائم بين ما يحدث في نفسه من تغيرات مختلفة وبين ظروف البيئة المحيطة به.

ويمكن من خلال التعريفات السابقة ملاحظة أن معظمها يتفق على أن التوافق عبارة عن عملية يقوم بها التلميذ بغرض الوصول إلى تحقيق التغيير، وذلك كما جاء في تعريف حامد زهران، ومصطفى فهمي، وأن هذه العملية تشتمل تعديلاً في سلوك التلميذ، وهو ما اتفق عليه كل من حامد زهران، وأحمد عزت راجح، ومصطفى فهمي الذين أشاروا إلى هذا التعديل بمصطلح التفاعل بين سلوك التلميذ والبيئة.

ولقد أضاف حامد عبد السلام زهران، وأحمد عزت راجح، أن التعديل يمكن أن يكون فى البيئة المحيطة بالتلميذ أيضًا.

كما أشارت بعض التعريفات السابقة إلى أن هدف هذه العملية بالإضافة إلى إقامة العلاقة المتوائمة والمتناغمة مع البيئة هو إشباع وإرضاء حاجات التلميذ كما جاء فى تعريف أحمد عزت راجح.

3-2- إتجاهات العلماء لتفسير مفهوم التوافق : (قنديل، 1993، الصفحات 105-106)

يعتبر مصطلح التوافق من المفاهيم التي حظيت بإنتشار واسع بين علماء النفس الذين إستخدموه بمعاني كثيرة متداخلة متشابهة، وهذا راجع بدون شك إلى تباين خلفياتهم العلمية والثقافية، هذا ما حذا بالباحث إلى دراسة المفاهيم والتعريفات المختلفة لهذا المصطلح في محاولة لتبيين نواحي الاختلاف والتشابه بينهما .

3-2-1- الاتجاه النفسي :

يقوم هذا الإتجاه أساسا على الإهتمام بالجانب السيكولوجي في الفرد، حيث يرى أصحاب هذا الإتجاه أن التوافق يتحقق بإشباع حاجات الفرد ودوافعه وهذا يعني أن التوافق خفض للتوتر، ويتحقق هذا عن طريق الإعتدال في الإشباع، إشباع عام لا إشباع لدافع واحد على حساب دوافع اخرى، توافق يتميز بالضبط الذاتي وتقدير المسؤولية، ومن أصحاب هذا الإتجاه " سميث و كاشر "smith & katsher "، " شافر وشوبن " " saffer & shoben "، " وولسن " wilson "، صلاح مخيمر .

" سميث و كاشر "smith & katsher "(1961) ان التوافق السوي بالنسبة للإنسان هو الاعتدال في الإشباع العام للشخص، وليس في إشباع لدافع واحد شديد وعاجل على حساب دوافع اخرى، فالشخص المتوافق توافقا ضعيفا، هو الشخص غير الواقعي وغير المشبع والمحبط والمتعجل في إشباع دوافعه وحاجاته، والذي يميل إلى التضحية بإهتمامت الاخرين وذلك لإشباع حاجة حالية شديدة وملحة .

" شافر وشوبن " "saffer & shoben " (1965) من مفهوم سميث السابق، حيث يقرران ان الكائن الحي يحاول في البداية إشباع دولفعه بأيسر الطرق، فإذا لم يتيسر ذلك راح يبحث عن أشكال جديدة للإستجابة، فيلجا إما لإحداث تعديل في البيئة أو تعديل دوافعه نفسها، وبهذا المعنى تكون الحياة كلها عبارة عن عملية توافق مستمر بالنسبة للكائن الحي وهي عملية ضرورية فيما يتعلق بعملية البقاء الحيوي له .

وقد ذكر " وولسن " wilson "(1970) تعريفا للتوافق يعتمد على نموذج بيولوجي يفترض ان جميع المخلوقات تميل إلى ان تحتفظ بحالة من الثبات الداخلي، وتسمى هذه الحالة من الخاصية البيولوجية homeostasis وعلى المستوى السيكولوجي فإن هذا يسمى عملية التوافق وهي التي تشير إلى السلوك العام الذي يبدا ببداية

التوتر وينتهي بالوصول إلى الهدف الذي يقلل من التوتر، وفي هذه الحالة فإن الشخص المتوافق هو الذي تعلم الطرق والسلوك المؤثرة في تقليل التوتر.

يعرف صلاح مخيمر(1972) التوافق لا يتم مرة واحدة وبصفة نهائية، بل إنه عملية مستمرة بإستمرار الحياة، ذلك ان الحياة هي سليلة من الحاجات يحاول الفرد إشباعها، فكلها تواترات تهدد إتزان الكائن بالضياع، ومن ثم تكون محاولاته لإزالة هذه التوترات لإعادة الإتزان من جديد .

3-2-2- الاتجاه الإجتماعي :

ويقوم هذا الاتجاه أساسا على ان التوافق هو عملية إجتماعية تقوم على مسايرة الفرد لمعايير المجتمع، ولمواصفات الثقافة، وذلك من خلال قدرته على القيام باستجابات متنوعة تلائم المواقف المختلفة، وتشبع رغباته وحاجاته، وهذا يعني ان التوافق من وجهة نظر اصحاب هذا الإتجاه يعكس أسلوب الفرد في مواجهة ظروف الحياة وحل مشاكله، ومن اصحاب هذا الاتجاه " جوردن""gordon " ليزلي فيلبس"

leslie philips"، هنري "" henry " فاي وريشلي"" phye reschly "" برنار""bernard "

يرى كل من فاي وريشلي"" phye reschly "(1979) يتحدد بدرجة الفاعلية التي يقابل بها الفرد مستويات الإستقلال الشخصي والمسؤولية الإجتماعية المتوقعة في عمره وجماعته الثقافية .

يوضح برنار""bernard " ان من صور التوافق ان يغير الفرد سلوكه بما يناسب الظروف والمواقف الجديدة أو يقلع عن سلوك إعتاده وألفه إلى سلوك اخر، حين يتضح له ان السلوك الاول لا جدوى منه، مسايرة الفرد لمعايير المجتمع، ولمواصفات الثقافة أو أن يغير الفرد البيئة نفسها، فالتوافق عملية مستمرة .

3-2-3- الاتجاه النفسي الإجتماعي التكاملي :

ويقوم هذا الإتجاه أساسا على التفاعل والتكامل بين الاتجاهين السابقين حيث يرى أصحاب هذا الاتجاه ان التوافق عملية ذات شقين فهي تتضمن إنتساب الفرد إلى المجتمع بطريقة أكثر فاعلية ، وفي نفس الوقت يقد المجتمع الوسائل لتحقيق الطاقة الكامنة داخل الفرد ، للإدراك والشعور والتفكير والنشاط الخلاق مشتملة على التغيير الحادث في المجتمع ذاته، ولان الفرد والمجتمع يرتبط كل منهما بالأخر في علاقة تأثيرية متبادلة فكلاهما لا يمكن تصوره بدون الاخر، وحيث غن تقييم سلوك الفرد يتم في إطار صحته العقلية، فإن تقييم المجتمع أو جوانب او أشكال معينة فيه يتم بنفس الصورة، فغذا كانت معاييرنا عن الشخص المتوافق محددة تحديدا ثقافيا فغن معاييرنا عن المجتمع الصالح لها نفس الخصائص فهذا يعني التوفيق بين المدخل النفسي والمدخل الإجتماعي، أي المنهج التكاملي الذي يؤكد تأزر المطالب البنائية مع المطالب البنائية الشخصية، من أصحاب هذا الإتجاه سيد محمد غنيم ، " أيدليبرج" " eidelberg " " ووملان" " wolmen ". أيزنك وأرنولدا" " eysenck & arnold" ، حامد زهران " فون جيلمر" " von gilme "

يرى سيد محمد غنيم ان التوافق يتضمن تفاعلا مستمرا بين الشخص وبيئته، فللشخص حاجات وللبيئة مطالب وكل مهما يفرض مطالبه على الأخر، ويتم التوافق أحيانا عندما يرضخ الشخص ويتقبل الظروف التي لا تقوى

على تغييرها، ويتحقق التوافق احيانا أخرى عندما يعبئ الفرد إمكانياته البناءة فيعدل الظروف البيئية التي يقف في سبيل أهدافه وفي أغلب الأحيان يكون التوافق حلا وسطا بين هذين الطرفين (غنيم، 1987، صفحة 89)

ويشير أحمد عزت راجح إلى أن التوافق الاجتماعي، يعنى: قدرة الإنسان على التوائم والتوازن بينه وبين بيئته مادية كانت أو اجتماعية، أي قدرته على مجاراة ظروفها ومتطلباتها ومعاييرها وقوانينها على نحو لا يتنافى مع رضائه عن نفسه ورضاء المجتمع عنه (راجح،1976، صفحة 15)

ويرى كذلك أن التوافق، هو: أن يغير التلميذ سلوكه وإيجاد علاقة أنسب وأصح بينه وبين البيئة المحيطة، ويكون عن طريق الامتثال للبيئة أو التحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه وبينها، كما يشير أيضًا إلى أن الشخص المتوافق الذي ينجح في التكيف مع بيئته المادية والاجتماعية يشعر دائمًا بالسعادة والرضا والراحة والطمأنينة النفسية؛ مما يترتب عليه الكفاءة في العمل وزيادة الإنتاج (راجح،1976، صفحة 16)

3-3- شروط تحقيق التوافق النفسي الإجتماعي :

ومن أهم الشروط التي تحقق التوافق أن تكون البيئة التي يعيش فيها التلميذ من النوع الذي يساعد على إشباع هذه الحاجات في البيئة، وألا يتعرض لكثير من عوامل الإعاقة والإحباط التي تؤدى عادةً إلى نوع من الاختلال في التوازن أو عدم الملائمة، فإشباع الحاجات لدى الإنسان شرط أساسي من شروط حصوله على التوافق الذي يحقق له الاستقرار النفسي.

ويمكن النظر إلى العوامل الأساسية في إحداث التوافق الشخصي والاجتماعي للإنسان من زاويتين، هما:-

- الزاوية الأولى: قدرة الإنسان على أن يصل إلى درجة من التوافق مع نفسه أي مع القيم والأهداف التي ارتضاها لنفسه ودرجة لا بأس بها من التوافق مع الجماعة التي يعيش فيها.

- **الزاوية الثانية**: ويترتب على شعور الإنسان بتقبله لذاته وتقبل الآخرين له الشعور بالسعادة والارتياح فيما يقوم به من تصرفات وسلوك (فهمي،1996، صفحة 151).

ويذكر عاقل فاخر أنه لتحقيق التوافق النفسي الإجتماعي يجب ان ناخذ بعين الاعتبار الامور التالية : (عاقل، 1977، صفحة 124)

أ- ان يتقبل الإنسان ذاته وان تكون لديه ثقة بنفسه وإحتراما لذاته، ولديه الرغبة في تقبل النقد والإستفادة منه وذلك حتى يتعرف على نقاط ضعفه ونقاط قوته، ومن ثم يستطيع إستخدام قدراته بطريقة أكثر فاعلية

ب- ان يؤمن الفرد بقدرته على التعامل مع مشاكل الحياة، شعوره بقبول الاخرين له، الاعتماد على مبادئه الخاصة ، توجيه سلوكه وتصرفاته بدلا من الإعتماد على معتقدات وافكار الاخرين، إشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في ان واحد ، وعلى الأقل بصورة لا تضر بالغير ولا تتنافى مع معايير المجتمع .

ج- لتحقيق التوافق النفسي الإجتماعي يجب ان نضع في حسباننا مواجهة الحقيقية كهدف اولي للمتعلم والمعلم، وان نتعامل مع الفرد ومشاكله الشخصية مباشرة، وتلك المواجهة الشجاعة الواضحة للواقع، ومواجهة الظروف الكائنة في البيئة التي يعيش فيها وإدراكه لطبيعة قدراته الموجودة صفة مبدئية للتوافق الكفء .

د- ان يتقبل الفرد الاخرين كما يتقبل ذاته، وان يضع نفسه في مكان الاخرين، بمعنى ان يكون قادرا على التفكير والشعور والتصرف بنفس الطريقة التي يفعلها الاخرون .

هـ- أن يكون الفرد متسامحا مع الأخرين متغاضيا عن نقاط ضعفهم ومساوئهم وان يمد يد المساعدة إلى أولئك الذين يحتاجون المساعدة .

و- أن تكون اهداف الفرد متماشية مع أهداف الجماعة خاصة عندما تكون اهداف الجماعة تقوم أساسا على إحترام حقوق الاخرين .

ز- شعور الفرد بالمسؤولية الإجتماعية بين افراد الجماعة الاخرين، ويقصد بذلك رغبة الفرد في التعاون مع أفراد الجماعة والتشاور معهم في حل او مناقشة ما يواجهه من مشكلات إجتماعية او تنظيمية تخص امور الجماعة وتنظم حياتهم واعمالهم، كذلك تتضمن المسؤولية الإجتماعية ضرورة إحترام الفرد لأراء الاخرين والمحافظة على مشاعرهم .

ح- تتضح قدرة الفرد على تحقيق التوافق النفسي الإجتماعي بالإضافة إلى ما سبق في ميله إلى مسايرة الجماعة والإحساس بالألفة والمودة، والميل إلى التفاني في كل أمر يهم الجماعة، وكذلك التضحية بمصالحه في سبيل المصلحة العامة للجماعة .

فمعنى هذا ان أهداف الفرد الشخصية يجب ان لا تتعارض مع هذا الهدف الإنساني الكبير، وإلا حدث التناقض والتضارب بين أهداف الفرد واهداف الجماعة، ومن ثم ينشا الصراع بين الفرد والجماعة فتضطرب عملية التوافق النفسي الاجتماعي بينه وبين بقية الجماعة، وان يكون الشخص واثقا بذاته حتى يقّم نفسه بطريقة واقعية . يرى صلاح مخيمر (مخيمر، 1981، صفحة 79) أن الفرد العادي يكتسب شخصيته وقدرته العملية إذا توافق مع المتطلبات التي يفرضها عليه دوره، وفي الوقت ذاته يرجئ او يتنازل عن بعض رغباته وحاجاته حتى يتمكن من ان يعيش على أسس عقلية منسجمة مع من حوله، مما يؤدي إلى نجاح الفرد في إقامة علاقات إجتماعية سوية مع الأخرين، وهذا يتيح له ان يشارك بحرية في انشطة الجماعة، كما يتطلب منه ان يسخر مهاراته وامكاناته لصالح الجماعة، وهو لن يتراجع وانما سيكون قادرا على ان يحط من قدر نفسه في مواقف معينة، وفي المقابل فغنه سيحظى بقبول الجماعة وإحترامها، كما انه سيستفيد من نتاج مهارات وانشطة الأفراد الاخرين، ومن ثم يكتسب الصفات الأساسية التي تجعل منه كائنا بشريا فريدا .

3-4 -خصائص التوافق النفسي والإجتماعي :

نرى أن التوافق عملية دينامية وظيفية، تستند في مهمتها إلى وجهات النظر النشوئية والزوايا الفوتوغرافية والاقتصادية على النحو التالي:

3-4-1-التوافق عملية كلية:

ينبغي النظر إلى هذه العملية في وحدتها الكلية مما ينطوي على الدينامية والوظيفية معا، فالتوافق يشير إلى

الدلالة الوظيفية لعلاقة الإنسان من حيث هو كائن حي مع بيئته، معنى هذا أن التوافق خاصية لهذه العلاقة، فليس لها أن تصدق على مجال جزئي من المجالات المختلفة لحياة الفرد وليس لها أيضا أن تقتصر على المسالك الخارجية للفرد في إغفال تجاربه الشعورية، ومدى استشعاره من رضى اتجاه ذاته وعالمه.

3-4-2-التوافق عملية دينامية:

أي أن التوافق لا يتم مرة واحدة وبصفة نهائية بل يستمر ذلك لأن الحياة سلسلة من الحاجات .ومحاولة إشباع أي من الدوافع والرغبات ومحاولة إرضائها .فكلها توترات تهدد اتزان الكائن الحي ومن ثم تكون محاولته لإزالة التوترات لإعادة الاتزان من جديد، والدينامية تعني في أساسها أن التوافق يمثل تلك المحصلة أو ذلك النت اج الذي يتمخض عن صراع القوي المختلفة، وهذه القوى بعضها ذاتي والبعض الأخر بيئي .كما أن القوى الذاتية بعضها فطري (بيولوجي) وبعضها مكتسب، وبعضها ينتمي إلى الماضي، وبعضها ينتمي للحاضر وبعضها ينتمي للمستقبل والقوى البيئية، بعضها فيزيائي وبعضها ثقافي وبعضها اجتماعي والتوافق هو المحصلة النهائية لكل هذه القوى على نحو ما تقدم.

3-4-3- التوافق عملية وظيفية:

بمعنى إن التوافق ينطوي على وظيفة هي تحقيق الاتزان من جديد مع البيئة وهناك مستويات متباينة من الإتزان، ويفرق البعض بين التلاؤم الذي هو مجرد تكيف فيزيائي وبين التوافق بمعنى الكلمة في شمولية وكلية

وب ين التوافق بمعنى الكلمة في شمولية وكلية .

3-4-4-التوافق يستند إلى الزوايا النشوئية :

يقصد به أن التوافق يكون دائما بالرجوع إلى مرحلة يعيشها من مراحل النشأة .فالتوافق بالنسبة للراشد يعني أن يعيد الاتزان مع الهيئة على مستوى الرشد، فهو يتخطى في سلوكه كل المراحل السابقة من النمو، من هنا تكون اللاسوية تعبيرا عن توقف النمو، أو عن النكوص إلى مرحلة سابقة من مراحل النمو، فالسلوك المتوافق في مرحلة بعينها من الطفولة يكون نفسه السلوك المرضي إذا ظهر عند مرحلة الرشد .

3-4-5-التوافق عملية تستند إلى الزوايا الفوتوغرافية :

هذا يعني أن التوافق يمثل تلك المحصلة التي تنتج عن صراع القوى في الحقل، ذاتية كانت أم بيئية، لكن الصراع يكتشف دائما في نهاية الأمر، صراعا بين الأنا، فهو صراع بين هذين الجهازين فمنها يبدأ الصراع بين الفرد والبيئة أو بين متطلبات متناقضة داخل الشخصية .فإنه يكتشف في نهاية الأمر صراعا بين ذات الفرد الغريزية ودفاعات الأنا عنده ، فالانا تقف تساندها الانا العليا في وجهة الهي بل أيضا في وجه الأنا العليا .

3-4-6- التوافق عملية تستند إلى الزوايا الاقتصادية :

إن نتيجة الصراع تتوقف على كمية الطاقة المستمرة في كل من القولين المتصارعين فإذا نأت الحفر الغريزية، تزيد كمية طاقاتها على كمية الطاقة المستثمرة في الدفاع .فستكون النهاية افتقارا لهذه الحفر الغريزية، هذا

وكمية الطاقة عند فرد ما تعتبر ثابتة، وبالتالي إذا كانت الطاقة الضائعة في المكونات والدفاعات عظيمة الكبر، تكون كمية الطاقة المتبقية تحت تصرف الجانب الشعوري في الأنا شديدة ومن هنا تكون عاجزة عن أن تواجه متطلبات السهر والأنا العليا في مواجهتها لمواقف الحالة الخارجية وذلك هو المعنى العلمي للشخصية الضعيفة.

بعد هذا التحليل السابق للعملية التوافقية نجد أنها من أدق وأعمق التحليلات فهي :

أولا :قد ترجع العملية التوافقية إلى إطارها من الشخصية من حيث هي تكامل أو اتزان يسعى دائما إعادة التكامل والاتزان.

ثانيا : قد أعتبر التوافق عملية كلية دينامية وظيفية، تستند في مهمتها إلى وجهات النظر النشوئية والفوتوغرافية والإقتصادية، وبذلك قد طوق كافة الجوانب العملية التوافقية مما يسمح بفهم وتفسير هذه العملية في تبدلاتها المختلفة، وما يتولد عنها من مظاهر سلوكية متعددة، فالتوافق عملية محورية سواء كانت بالنسبة للسوية أو اللاسوية، وتكون السوية غذا نجح الفرد في مضي صراعات الإشباع، وتكون اللاسوية إذا فشل الفرد في ذلك ويلجأ إلى كبت الصراع بوسائل وفاعلية ألية بدائية (باهي، 2006، الصفحات 67-68)

3- 5-أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي :

عند الحديث عن التوافق ، يتبادر إلى ذهن الفرد التوافق بمعناه العام والواسع والذي يشمل جميع مجالات حياة الفرد الشخصية والاجتماعية. وبالرغم من أن هناك محصلة عامة للتوافق يمكن أن يشار إليها على هذا الأساس فإنه لا يمكن تجاهل الجوانب المختلفة له. وفي هذا المجال نشير إلى أن للتوافق أبعاد تشمل:

3- 5-1-التوافق الشخصي(النفسي):

ويتضمن السعادة مع النفس والرضا عنها ، وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية والفطرية والثانوية ، ويعبر عن سلم داخلي حيث يقل الصراع الداخلي ، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مرحلة المتتابعة(زهران حامد،1997، صفحة 27) .

3- 5-2-التوافق الاجتماعي:

يعني أن ينشىء الفرد علاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها كما يقول "وولمان" في تعريفه أن تحقيق الانسجام الداخلي في الشخصية شرط لتحقيق الانسجام مع البيئة الخارجية وتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومعاييره الاجتماعية وتقبل التغير الاجتماعي، التفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة والمشاركة في النشاط الاجتماعي مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.

3- 5-3-التوافق المهني:

ويتضمن التوافق المهني الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد علما وتدريبا لها والدخول فيها والإنجاز والكفاءة والإنتاج والشعور بالرضا والنجاح . والعلاقات الطيبة مع الرؤساء والزملاء والتغلب على المشكلات ، ولا ينبغي أن يكون التوافق المهني هو توافق الفرد لواجبات عمله المحدودة ويعني ان التوافق المهني أيضا توافق الفرد لبيئة العمل (عبد الغني شريت،2006، صفحة 127) .

وعلى مستوى التوافق المدرسي للطلاب، يتعرض التلاميذ في المدرسة إلى معايير متضاربة مع تلك السائد في بيوتهم. "فالمدرسة كصورة من المجتمع يقضي فيها التلاميذ فترات صباه ومراهقته حتى سن الرشد ، ومع أن التلميذ يتدرج في الإندماج بالمدرسة ، ويتعود على تقبل ما فيها من تسلط المجتمع الأكبر وضوابطه وسيطرته ، فعندما يجيء السن الذي يستطيع فيه أن ينمي ملكاته العقلية وأن يناقش المجتمع الحساب فهو في خوف من الصورة الكبيرة التي تنتظره(المجتمع) ، والتي ليست هذه (المدرسة) غير صورتها المصغرة – يحس بالقلق والثورة: لماذا كل هذه المواد الدراسية؟ ما قيمة كل التحصيل؟ ما الداعي للتمسك بالنظام وتقييد الحرية؟

وهل هذا مطلوب للحياة العملية؟ هل الامتحان مقياس سليم القدرات ، أم أن الذي يحفظ هو الذي يتفوق؟ هل الصمت والسكوت وعدم المناقشة أو الاعتراض هو الأدب المطلوب، والذي ينتقد ويحلل ويفكر باستقلال وحماس يكون غير مرضي عنه؟ (دسوقي،1976، صفحة 27) .

ومن مظاهر سوء التوافق المدرسي الغياب المتكرر للتلميذ وعدم الانتظام المستمر في الدراسة بالتالي فشله الدراسي الذي قد يؤدي إلى التسرب المبكر وما يترتب عنه من مشاكل اجتماعية.

3-6- مجالات التوافق النفسي:

هناك دروب مختلفة للتوافق النفسي تبدو في قدرة الفرد على أن يتوافق توافقا سليما وأن يتواءم مع بيئته الاجتماعية أو المهنية، مثل التوافق العقلي والتوافق الديني والتوافق السياسي والجنسي والزواجي والانفعالي والأسري والاقتصادي والمدرسي والترويحي والتوافق المهني و مما يدل على أن التوافق عملية معقدة إلى حد كبير .ويمكننا فيما يلي تعريف كل مجال من المجالات على حدى:

1-**التوافق العقلي:**

عناصر التوافق العقلي هي الإدراك الحسي والتعليم والتذكر والتفكير والذكاء والاستعدادات، ويتحقق التوافق العقلي بقيام كل بعد من هذه الإبعاد بدوره كاملا ومتعاونا مع بقية العناصر

2-**التوافق الديني:**

الجانب الديني جزء من التركيب النفسي للفرد وكثيرا ما يكون مسرحا للتعبير عن صراعات داخلية عنيفة مثال ذلك ما نجده عند كثير من الشباب الاتجاهات الإلحادية والتعصبية، ويتحقق التوافق الديني بالإيمان الصادق.ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة وتنظيم للمعاملات بين الناس ذو أثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها فهو يرضي حاجة الإنسان إلى الأمن، أما إذا فشل الإنسان في التمسك بهذا السند ساء توافقه واضطربت نفسه وأصبح عرضة للقلق .

3-التوافق السياسي:

يتحقق التوافق السياسي عندما يعتنق الفرد المبادئ الأساسية التي تتماشى مع تلك التي يعتنقها المجتمع أو يوافق عليها، أي عندما يساير معايير الجماعة التي تعيش فيها وإذا ما خالف تلك المعايير تعرض لكثير من

الضغوط المادية والنفسية، أو قد ينشأ لديه صراع داخلي يعوق إشباع كثير من حاجاته ويصيبه التوتر والقلق، وعليه أن يساير معايير الجماعة أو يغير مبادئه السياسية أو يوفق بينهما وبين التي تسود مجتمعه .أو أن يقمع هذه المبادئ والأفكار، أو أن ينتقل إلى مجتمع أخر يرحب بمبادئه حتى يتحقق له التوافق بينه وبين مجتمعه (الشربيني، 2003، صفحة 129)

4-**التوافق الجنسي**:للجنس أثر كبير جدا و بالغ الأهمية في حياة الف رد، و يتمثل ذلك الأثر في التأثير على السلوك وعلى الصحة النفسية، باعتبار النشاط الجنسي يشبع الحاجات البيولوجية وكثيرا من الحاجات سواء كانت شخصية أو اجتماعية وعدم الإشباع يؤدي إلى الإحباط وصراعات وهذا يؤدي إلى عدم التوافق الجنسي مما يدل على عدم التوافق العام.

5-**التوافق الزواجي**:

يتضمن عادة السعادة الزوجية والرضا الزواجي، ويتمثل في الاختيار المناسب للزواج والاستعدادات للحياة الزوجية والدخول فيها، والحب المتبادل بين الزوجين والإشباع الجنسي وحمل مسؤوليات الحياة الزوجية والقدرة على حل مشكلاتها والاستقرار الزواجي (العبيدي، 1999، صفحة 55)

6-**التوافق الانفعالي**:

يتمثل في الهدوء والاستقرار والثبات والضبط الانفعالي والسلوك الانفعالي الناضج، والتعبير المناسب لمثيرات الانفعال والتماسك لمواجهة الصدمات الانفعالية وحل المشكلات الانفعالية.

7-التوافق الأسري:

يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري وسلامة العلاقات بين الوالدين من جهة وبينهما وبين الأبناء من جهة أخرى، وسلامة العلاقة بين الأبناء بعضهم مع البعض، والقدرة على تحقيق المطالب الأسرية .حيث تسود المحبة والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع ، ويمتد التوافق الأسري لكي يشمل سلامة العلاقات مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية (سري، 1990، صفحة 46)

8-**التوافق الاقتصادي**:

إن التغير المفاجئ بالارتفاع والانخفاض في سلم القدرات الاقتصادية يحدث اضطرابا عميقا في أساليب توافق الفرد، ويلعب حد الإشباع دورا بالغ الأهمية في تحديد شعور الفرد بالرضا أو الإحباط، فيغلب على الفرد الشعور بالحرمان والإحباط إذا كان حد الإشباع منخفضا، ويغلب عليه الشعور بالرضا إذا كان حد الإشباع عنده مرتفعا.

9-**التوافق المهني**:

يتضمن الرضا عن العمل وإرضاء الآخرين فيه، ويتمثل في الاختيار المناسب للمهنة عن قدرة واقتناع شخصي، والاستعداد لها علما وتدريبا للدخول فيها .والصلاحية المهنية والكفاءة والإنتاج والشعور بالنجاح

والعلاقات الحسنة مع الرؤساء والزملاء، والتغلب على المشكلات، ولا ينبغي أن نتصور أن التوافق يعني توافق الفرد لواجبات عمله المحدودة، وذلك أن التوافق المهني يعني أيضا توافق الفرد لبيئة العمل.

10-التوافق الترويحي:

يقوم التوافق الترويحي في حقيقته على إمكانية التخلص مؤقتا من أعباء العمل ومسئولياته، أو التفكير فيه خارج أوقات ومكان العمل، والتصرف في الوقت بحرية .وممارسة السلوك الحر التلقائي الذي يحقق فيه الفرد فرديته، ويمارس فيه هوايات رياضية كانت أم عقلية، ويتحقق بذلك الاستجمام (الشربيني، 2003، صفحة 131)

11-التوافق الدراسي:

تبدو حالة التوافق المدرسي في العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الطالب لاستيعاب الدروس وتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة الدراسية ومكوناتها الأساسية، والتوافق المدرسي تبعا لهذا المفهوم " قدرة مركبة تتوقف بعدين أساسيين :بعد عقلي وبعد اجتماعي " (الشاذلي، 1999، صفحة 63)

هي إذن يتوقف على كفاية إنتاجية وعلاقات إنسانية، أما المكونات الأساسية للبيئة الدراسية فهي الأساتذة والزملاء، وأوجه النشاط الاجتماعي ومواد الدراسة ووقت الدراسة، ووقت الفراغ ووقت المذاكرة، وطريقة الاستذكار (الشربيني، 2003، صفحة 131)

3- 7- نظريات التوافق النفسي والاجتماعي :

هناك الكثير من النظريات التي وضعت لتفسير التوافق لدى الأفراد وبطبيعة الحال يصعب سردها بأسرها :

3- 7-1-النظرية البيولوجية الطبيعية :

ويقدر مديرها أن جميع أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم الخاصة المخ ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها أو اكتسابها خلال الحياة عن طريق الإصابات والجروح و العدوى أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد وترجع اللبنات الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من داروين منديل وجالتون كالمان . (neuf, 1981, p. 521)

3-7-2 -النظرية النفسية :

أ- نظرية التحليل النفسي :

إعتقد فرويد أن عملية التوافق الشخصي غالبا ما تكون لا شعورية أي أن الأفراد لاتعني الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم ويرى فرويد أن العصاب والذهان ماهي إلا عبارة عن أشكال من أشكال سوء التوافق ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والممتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث مسميات : قوة الأنا القدرة على العمل ،القدرة على الحب .

واعتقد "يونج" أن التوافق والصحة النفسية يمكن في استمرار النمو الشخصي دون توقف أو تعطل كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية و أهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة .

أما" ادلر "فاعتقد أن الطبيعة الإنسانية تعد أساسا أنانية وخلال عمليات التربية فان بعض الأفراد ينمون ولديهم اهتمام اجتماعي قوي ينتج عنه رؤية الآخرين مستجابين لرغباتهم ومسيطرين على الدافع الأساسي للمناقشة دون مبرر ضد الآخرين طالبا للسلطة أو السيطرة .

ب– النظرية السلوكية :طبقا للسلوكية فان أنماط التوافق وسوء التوافق يعد متعلمة أو مكتسبه وذلك من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد والسلوك التوافقي يشمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة والتي سوف تقابل بالتعزيز أو التدعيم.

ج–نظريات علم النفس الإنسان:

1. روجرز:يشير روجرز إلى أن الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق سلوكياتهم غير المنسقة مع مفهومهم عن ذواتهم.

2. ماسلو :أكد على أهمية تحقيق الذات في تحقيق التوافق السوي الجيد.

3. بيرز :أكد على أهمية التنظيم أو التوجيه وعلى أن يحيي الأفراد هذا أو الآن دون خوف من المستقبل لأن هذا سيفقد الأفراد شعورهم الفعلي بالرضا وهناك نظريات نفسية تكلمت عن هذا الموضوع.

3–7–3– النظرية الاجتماعية : يقرر مديروها أن هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق فلقد تبين أن هناك اختلاف في الأعراض الإكلينيكية للأمراض العقلية بين الأمريكيين والايطاليين وبين الأمريكيين والايرلنديين (محمد جاسم،2004، صفحة 25) .

3–8– أهمية دراسة التوافق النفسي والاجتماعي :

لدراسة التوافق فوائد تطبيقية عديدة تبدو في الميادين الآتية :

1. ميدان التربية : يمثل التوافق الجيد مؤشرا ايجابيا أو قويا يدفع التلاميذ إلى التحصيل من ناحية ويرغبهم في المدرسة ويساعدهم على إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى ،بل ويجعل من العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة والعكس صحيح ،فالتلاميذ سيؤ التوافق يعانون من التوتر النفسي ويعبرون عن توتراتهم النفسي بطرق متعددة كاستجابات التردد والقلق أو بمسالك العن في اللعب و الأنانية والتمركز حول الذات وفقدان الثقة بالنفس واستخدام الألفاظ السيئة في التعامل مع الآخرين وكراهية المدرسة والهروب منها واضطرابات سلوكية مثل اللجلجة والتلعثم وقضم الأظافر والميول الانسحابية

والسرحان والخجل والشعور بالنقص وتنعكس كل تلك المشكلات بالطبع في انخفاض التحصيل الذي هو عملية التعليم.

2. ميدان الصحة النفسية : إن سوء التوافق يمثل واحد من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي بأشكاله المختلفة وهي مجموعة الأسباب التي نطلق عليها الأسباب المرسبة ،من هنا فان دراسة الشخصية قبل المرض ومدى توافق الفرد مع أسرته وزملائه ومجتمعه تمثل نقطة هامة من نقاط الفحص النفسي والطبي للوصول

إلى تشخيص الحالة المرضية ،وبالتالي فإننا نتوقع أن الأشخاص سيؤو التوافق أكثر من غيرهم عرضة للتوتر والقلق و الاضطراب النفسي (الغني، 2004، صفحة 128).

3-9- أدوات قياس التوافق النفسي والاجتماعي:

لتحديد درجة توافق الإنسان تستخدم أساليب وأدوات تنوعت ما بين الاستبانة الذاتية، وذلك عن طريق تقديم التقارير الذاتية، وبين الملاحظة التي يقوم بها الأخصائي النفسي سواءً منها المباشرة أو غير المباشرة ، الذي أصبح لديه أدوات متطورة تساعده سواء في عملية التشخيص أو في تحليل: استعداداته – قدراته – ميوله – اهتماماته – سماته – درجة اضطرابه، ملاحظة سلوكه فى المواقف الفردية والجماعية، الوقوف على ماضيه وحاضره سواءً من الناحية الصحية أو علاقاته الاجتماعية.

ويوجد عدد من المحكات نحدد من خلالها درجة السواء من غير السواء، منها المحك الإحصائي الذي يعتمد في تحديده على درجة التوافق على التوزيع الطبيعي – المنحنى الاعتدالى – الذي يفترض أن أي خاصية بشرية تتوزع على شكل منحنى تتجمع الأغلبية في الوسط والأقلية في الأطراف، وبالتالي فإن التوافق سيكون موضعه قريبًا من متوسط المنحنى أي مع أغلب الناس، بينما سوء التوافق يقترب من أطراف المنحنى أي مع الأقليات(الدّيب،1988، صفحة 03) .

والمحك الثقافي الذي يعتمد في تحديده درجة التوافق من خلال اقتراب الفرد؛ مما هو سائد في مجتمعه، والمحك المرضى يعتمد في تحديد التوافق من خلال أعراض عيادية (جلال،1985،الصفحات281-284). ومن المقاييس الأجنبية والعربية التي حاولت قياس التوافق النفسي والاجتماعي ما يلى:-

- مقياس كاليفورنيا للتكيف الشخصي والاجتماعي كلارك، وزملاؤه (Clark and et, 1940) ، ويتضمن بعدين، هما: التكيف الشخصي، وتضم مجالات : الاعتماد على النفس والإحساس بالقيمة الذاتية والشعور بالحرية والامتناع والتحرر من الميل إلى الانفراد والخلو من أعراض الأمراض العصابية – التكيف الاجتماعي، وتضم مجالات: إتباع المستويات الاجتماعية واكتساب المهارات الاجتماعية والتحرر من الميول القيادية للمجتمع والعلاقات فى الأسرة والمدرسة والبيئة المحلية.

- اختبار منيوسوتا المتعدد الأوجه لقياس الشخصية The Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) – ترجمة محمد عماد الدين إسماعيل، وسيد عبد الحميد مرسى 1961م، ويتضمن سبعة مجالات، هي: العلاقات المنزلية – العلاقات الاجتماعية – الثبات الانفعالي – الشعور بالمسئولية – الواقعية – الحالة المزاجية – القيادة.

- مقياس الكبيسى للتكيف الشخصي والاجتماعي 1988م، ويتضمن ستة مجالات على أساس ثلاثة مجالات لبعد التكيف الشخصي، وهى: تقدير الذات – إشباع الحاجات – الأمراض العصابية، وثلاثة مجالات لبعد التكيف الاجتماعي، وهى: العلاقات الأسرية – العلاقات الاجتماعية – القيم والمعايير (رشا والي،2007، صفحة 21) .

3-10 -عمليات التوافق النفسي والاجتماعي :

إن عمليات توافق الإنسانية تسعى لمقابلة متطلبين هامين هما :

1. متطلب اجتماعي يتعلق بالتعامل مع الآخرين وينشأ بسبب المعيشة الجماعية فلآباء مطالب إتجاه الأبناء تتعلق بالتعامل مع الظروف الحياتية اليومية واحتياجاتها من مأكل وملبس وتعرف بأساليب معينة.

2. متطلبات داخلية ناشئة عن التكوين الطبيعي للفرد ولها مطالب عضوية خاصة مثل الأكل والشرب والدفء والراحة هذا من ناحية ،ومن ناحية أخرى فللإنسان حاجات اجتماعية معينة مثل الحاجة إلى التحصيل والحاجة إلى تقدير الآخرين وغيرها ،رغم تأثير عمليات التوافق بالخبرات الحاضرة لدى الفرد إلا انه من الملاحظ أيضا أن لدى الأفراد استعدادات لإبداء استجابات معينة مما يؤثر على نوعية الاستجابة التي تتوقع من الشخص في موقف ما.

فهناك ميل لدى بعض الأشخاص للاستجابة بطريقة غامضة أو مشوبة بالخوف أو مرحة أو لامبالية (محمد القذافي،1994، صفحة 73) .

3-11- ميكانيزمات التوافق النفسي والاجتماعي :

ويقصد بها الطرق التي يلجأ إليها الفرد لتحقيق توافقه إذا لم يستطع أن يحققه دونها :الكبت ،الانسحاب ،أحلام اليقظة ،أحلام النوم ن النكوص ،التبرير ،الإسقاط وغيرها من الطرق التوافق النفسي .

2-12-أساليب التوافق النفسي والاجتماعي:وهي ما يلي :

1. المعالجة أو المواجهة المباشرة كأن يشرع فورا في الإعداد للامتحان بالاستذكار ومحاولة فهم الأجزاء المطلوبة منه وحفظها ،لنفسه ومناقشتها مع الآخرين من رفاقه .
2. سلوك بديل ذات قيمة إيجابية كان يحول من القسم الذي يدرس به ليلتحق بقسم أخر بالكلية أو ينتقل من كلية إلى أخرى أو ينتقل من التعليم إلى البحث من عمل .
3. سلوك بديل ذات قيمة سلبية كان يرتب لنفسه مكانا في قاعة الامتحان بجوار طالب مجتهد يعاونه أثناء الامتحان أو يتمارض يوم الامتحان .
4. مراحل تقدمه في أساليب التوافق الشاذة كالإسراف في أحلام اليقظة و الأوهام كأن يتصور نفسه بطل قصة خيالية أو بطل مغامرات سينمائية متجاهلا المشكلة كليا وقد ينتهي به أسلوبه التوافقي الشاذ إلى العقلي إلى الجنون وقد يفكر في الانتحار (مدحت،1990،الصفحات388-390) .

3 -13- حيل التوافق:

يحاول كل إنسان جاهدا في سلوكه أن يحقق اكبر قدر من التوافق يمكنه تحقيقه، فلكل منا حاجاته ودوافعه التي يحاول إرضاؤها، سواء بيولوجية أو نفسية مع مراعاة الظروف الاجتماعية والمادية التي تحيط به. ويمكن وصف عملية التوافق (shaffer،1965p 08-09)كسلسلة من الخطوات تبدأ عندما يشعر الفرد بحاجة ما وتنتهي

عندما تشبع هذه الحاجة، وبين بدايتها ونهايتها يقوم الفرد بمحاولات مختلفة يجاهد فيها لتخطي العقبات التي تحول دون إشباعه الفوري والمباشر لحاجاته، وبذلك يزيل الإحباط الذي يستشعره إزاء عدم تحقيق رغباته .

والفرد في محاولاته لتحقيق توافقه ، يقوم بمحاولات بعضها يتم على المستوى الشعوري مثل « زيادة الجهد للتغلب على العوائق، تخفيض الهدف أو تغييره، إعادة تقدير الموقف المحبط أو الصراعي بصورة واقعية ». « ومن الممكن أن تحل معظم الاحباطات والصراعات التي يعيشها الفرد في حياته اليومية على المستوى الشعوري . وأما الصراعات الاحباطات العميقة الجذور والتي لا يمكن حلها على هذا المستوى فإنها تؤدي إلى ظهور محاولات توافقية لا شعورية وهي الحيل الدفاعية. وتشكل هذه الحيل عناصر هامة في بناء

شخصية الفرد بجانب الصراعات الاحباطات التي أدت إلى ظهورها ».ولما كان كل الأشخاص يواجهون العوائق الاحباطات، حيث لا يوجد فرد تتيح له إمكانياته وخصائصه إرضاء كافة حاجاته ودوافعه ومواجهة كافة مشاكله وحلها حلا مرضيا، فإننا جميعا نلجأ – إلى حد ما – لاستخدام هذه الحيل اللاشعورية للتوافق، والتي نميل إلى تسميتها بالحيل الدفاعية. فهذه الحيل هي المحاولات اللاشعورية للفرد لكي يحمي نفسه مما يهدد تكامل الأنا لديه ولكي يخفف كذلك من التوتر والقلق الناجمين عن الإحباطات والصراعات التي لم تحل ... والحقيقة أن هذه الحيل تساعد الفرد في محاولاته للتوافق، فقد تأخذ استجاباته شكلا بناءا في التعويض أو الإعلاء أو التوحد. ولكن من ناحية أخرى، فإن الاعتماد الزائد على الحيل الدفاعية كوسائل لحل الإحباط أو الصراع يعتبر شكلا شاذا في التوافق » (ويتموني،1967،الصفحات81-82) فنحن إذا جميعا نلجأ إلى هذه الحيل اللاشعورية كتحقيق ملتو وغير مباشر للتوافق ولخفض التوترات ولتقليل إحباطاتنا، حتى أن المرض النفسي(دانيل

لاجاش،1957،الصفحات110-111) في نهاية الأمر ليس إلا حيلا لاشعورية يلجا إليها المريض لتحقيق توافقه وتخفيض توتراته وحل صراعاته، إلا أن كيفية استخدامه لهذه الحيل تكون غير موفقة وشاذة

أما هذه الحيل الدفاعية الأساسية فهي (ويتموني،1967،الصفحات82-87) :التعويض، التحول، الإنكار، الإزاحة، الانفصال، التخيل، التوحد، الامتصاص، السلبية، التعويض الزائد، الإسقاط، التبرير، التكوين العكسي، النكوص، الكبت، الإلغاء.

والمفروض أن وظيفة الحيل الدفاعية هي الإبقاء على تكامل الأنا وبالتالي حفظ الفرد في حالة من التوازن السيكولوجي، فعندما يكون الضغط شديدا جدا حتى انه يصعب على الشخصية أن تقاوم فان الدفاعات تضعف وتبدأ في التفكك، هذه العملية تسمى الاهتزاز. وفي عملية الاهتزاز يحاول الفرد أولا أن يستخدم إجراءات دفاعية أخرى، مثلا، قد ينتقل من التبرير الخفيف إلى الإسقاط الشديد. وقد يؤدي الاهتزاز إلى حالة مذعورة من القلق نظرا لان الفرد يواجه تصدعا في المادة اللاشعورية، والمرحلة النهائية للاهتزاز عند بعض الأفراد – من وجهة النظر السيكولوجية – قد تكون استجابة ذهنية واضحة » (ويتموني،1967،الصفحات82-88).

هذا، وفي ضوء وجهة نظر التحليل النفسي في تقسيم الشخصية إلى ثلاثة أجهزة نفسية (الهو- الأنا – الأنا الأعلى) وتحديد وظائف كل منها، نجد أن الأنا – دون الهو والانا الأعلى – عليه أن يحقق توافق

الشخصية وان يقوم بالحيل الشعورية واللاشعورية لتحقيق التوافق. فالأنا يسيطر « على الحركات الإرادية، نتيجة للعلاقة السابقة التكوين بين الإدراك الحسي والفعل العضلي، كما يقوم بمهمة حفظ الذات. وهو يؤدي هذه المهمة بان يتعلم معالجة المثيرات الخارجية، فيدخر خبرات تتعلق بها (في الذاكرة) ويتفادى المثيرات المفرطة في القوة (بالهرب)، ويستقبل المثيرات المعتدلة (بالتكيف) . وهو يتعلم أخيرا تعديل العالم الخارجي تعديلا يعود عليه بالنفع (النشاط). ففي الداخل – تجاه الهو – يكتسب السيادة على مطالب الدوافع الغريزية، بان يقرر ما إذا كان يجب السماح لها بالإشباع أو إرجاء هذا الإشباع لأحيان وظروف مواتية في العالم الخارجي، أو قمع تنبيهاتها أصلا. وهو في أفعاله خاضع لاعتبار التوترات التي تحدثها المنبهات القائمة فيه أو الواردة عليه فيستشعر ارتفاعها ألما وانخفاضها لذة .. ومن ثم يكون الأنا مصيبا في فعله إذا اشبع مطالب الهو والانا الأعلى والواقع في نفس الآن. فتمكن من التوفيق بين مقتضياتها المتباينة »(فرويد،1962، الصفحات 16-17) . « ونشاط الأنا شعوري (الإدراك الحسي الخارجي، والإدراك الحسي الداخلي، والعمليات العقلية) وقبل شعوري ولا شعوري (حيل الدفاع). ويخضع تركيب الأنا لمبدأ الواقع (التفكير الموضوعي، المتسم بأوضاع اجتماعية والمعقول، في المستوى اللغوي). ويتكفل الأنا، دون الهو والغرائز، بالدفاع عن الشخصية وتوافقها مع البيئة وحل الصراع بين الكائن الحي الواقع، أو بين الحاجات المتعارضة للكائن الحي، وينظم الوصول الى الشعور والى التعبير الحركي، ويضمن (الوظيفة التنسيقية للشخصية)، على حد تعبير نونبرج ... وموجز القول أن الأنا هو الذي يوجه وينظم عمليات توافق الشخصية مع البيئة والتوترات التي تحفز الشخصية، وتحقيق إمكانياتها. وفي وظيفته هذه، لا يتقيد الأنا بانعدام أو نقص بعض المقدرات فحسب، بل يتقيد كذلك بارتشاحات الهو والانا الأعلى اللذين يحملانه على العمل في اتجاه غير ملائم أو يمنعانه عن العمل، كما يحدث مثلا في صور إجبار التكرار، والمازوكية النفسية »(دانيل لاجاش،1957،الصفحات63-65). وهكذا ينجح الأنا في تحقيق التوافق المطلوب إن هو أرضى رغبات الهو الغريزية، ورغبات الأنا الأعلى المثالية، ورغبات العالم الخارجي الواقعية جميعا في نفس الوقت. وهي غالبا ما تكون متعارضة –كان يرضي – على سبيل المثال – رغبات الهو دون اعتبار الواقع الخارجي أو الأنا الأعلى فان الشخصية في هذه الحالة يبدو عليها سوء التوافق. إذن فسوء التوافق هو فشل الشخصية في تحقيق التوافق بين مطالب الهو والانا الأعلى والعالم الخارجي .

3-14- مظاهر ومؤشرات التوافق:

3-14- 1- النظرة الواقعية للحياة:

كثيرا ما نلاحظ بعض الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل الواقع المعاش، و نجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين تعساء رافضين كل شيء، وهذا ما يشير إلى سوء التوافق أو اختلال في الصحة النفسية، وفي المقابل نجد أشخاصا يقبلون عن الحياة كل ما فيها من أفراح وأحزان، واقعيين في تعاملهم مع الآخرين متفائلين ومقبلين الحياة بسعادة، و يشير هذا إلى توافق هؤلاء الأشخاص في المجال الإجتماعي الذي ينخرطون فيه (الداهري،1999،صفحة 56) .

3-14-2- المرونة و الاستفادة من الخبرات السابقة:

الشخص السوي لديه القدرة على التكيف والتعديل والتغيير بما يتناسب مع الموقف حتى يحقق التوافق وقد يحدث التعديل نتيجة لتغير طرأ على حاجات الفرد أو أهدافه أو بيئته، كما أنه يعدل من سلوكه بناءا على الخبرات السابقة، ولا يكرر أي سلوك فاشل لا معنى له ،(كامل،1998، صفحة 29) .

3-14-3- مدى نجاح الفرد في عمله ورضاه عن نفسه:

فالفرد الناجح في عمله يشعر بالسعادة والرضى عن ذاته، فيتقبل ذاته، وما بها من عيوب، وينقد نفسه ويحاسبها باستمرار، وهذا دائما يجلب له الرضى بخلاف الفرد الذي يحلم بأكثر ما يستطيع، فلا يشعر بالسعادة، ويكون في حالة إحباط دائما، وبالتالي يشعر بعدم الرضى، إذن فأفضل طريقة وأفضل وسيلة لتحقيق الإستقرار النفسي أن يحقق الفرد أهدافا تتفق مع ميوله وإمكاناته المادية والمعنوية (صالح،2000،ص15) .

3-14-4- مستوى طموح الفرد:

الفرد المتوافق تكون طموحاته عادة في مستوى إمكانات تحقيقها، فيسعى من خلال دافع الإنجاز ليحقق مطامعه المشروعة في ضوء إمكاناته، في حين نجد الفرد الذي يعاني من الإنهيار، أو يعاني من عدائية للحياة هو شخص غير متوافق (فرج،1980، صفحة 16) .

3-14-5- القدرة على ضبط الذات و تحمل المسؤولية:

الشخص السوي هو الذي يستطيع ضبط ذاته، وأن يتحكم فيها و في انفعالاته تجاه المواقف المختلفة وأن يتحكم أيضا في حاجاته ورغباته، فيختار من هذه الحاجات تلك التي يستطيع إشباعها، فيؤجل أو يلغي تلك الحاجات التي يرى إستحالة تحقيقها، فهو لذلك يستطيع أن يوجه سلوكه الوجهة الصحيحة طبقا لخطة مستقبلية يصفها لنفسه على أساس ما يتوقعه من نجاح (فهمي،1987، صفحة 50) .

3-14-6 -الراحة النفسية:

من المعروف أن الاكتئاب والقلق والإحباط والصراع أو مشاعر الذنب أو الوسواس كلها تؤدي إلى سوء التوافق وإلى عدم الراحة النفسية، ولذلك فمن سمات الفرد المتوافق قدرته على الصمود تجاه المواقف والمشكلات التي تؤدي إلى سوء توافقه، ولذلك متى شعرنا بأن الفرد قد حقق لنفسه الراحة النفسية كان ذلك دليلا على تكيفه وتوافقه (فوزي ،2000، صفحة 73).

3-14-7- الإحساس بإشباع الحاجات النفسية:

حتى يتوافق الفرد مع نفسه، ومع الآخرين، فإن أحد مؤشرات ذلك أن يحس بأن حاجاته مشبعة، ويتمثل ذلك في إحساسه بالأمن، وبالقدرة على الإنجاز، وبالحرية والانتماء، وإذا ما أحس الفرد بعدم الإشباع حتى ولو كان ذلك وهما، فإنه يقترب من سوء التوافق (الطيب،1994، صفحة 33).

3-14-8- العلاقات الإجتماعية:

من المؤشرات التي تدل على توافق الإنسان هي علاقاته الإجتماعية مع الآخرين، وسعيه في مساعدتهم، والعمل من أجل المصلحة العامة، وأن العلاقة بينه وبين الآخرين وثيقة الصلة، يتفاعل معهم ويتحمل المسؤولية الإجتماعية ويحقق التعاون البناء، كما أنه يحظى بحب الناس له، وحبه إليهم، لأن الإنطواء والانعزال، والبعد عن الناس دلالة قاطعة عن عدم التكيف والتوافق السليم، وهي سمة الإنسان اللا سوي (فوزي ،2000، صفحة 73).

3-14-9- الامتثال و التمسك بالأخلاق الكريمة:

فالفرد المتوافق والمتمتع بالصحة النفسية يجب أن يتحلى بمجموعة من قيم متمثلة في الأمانة والصدق والوفاء والإخلاص، وتظهر في سلوكه وتصرفاته اليومية، وفي تعامله مع الآخرين، وهذه القيم والأخلاق الفاضلة تعتبر سمة هامة من سمات الشخصية المتوافقة (صالح،2000، صفحة 15) .

3-14-10- الثقة بالنفس وبالآخرين:

تعتبر الثقة بالنفس وبالآخرين مظهرا من مظاهر التوافق والتمتع بالصحة النفسية، فالفرد المتوافق لا يتشك في كل شيء، إلا بالقدر الذي تقتضيه الطبيعة، فالشك المعقول أمر طبيعي، وكذلك الثقة بالآخرين وخصوصا من هم أهل لهذه الثقة مظهرا مهما من مظاهر الصحة النفسية حين تصبح تواصلا وجدانيا وتفاعلا اجتماعيا دائما .(صالح،2000، صفحة 16) .

3-14-11- الإتزان الإنفعالي:

ونعني به قدرة الفرد على السيطرة على إنفعالاته المختلفة والتعبير عنها بحسب ما تقتضيه الظروف، وبشكل يتناسب مع المواقف التي تستدعي هذه الإنفعالات، كما أن ثبات الإستجابة الإنفعالية في المواقف المتشابهة هو علامة الصحة النفسية، والإستقرار الإنفعالي، ذلك أن تباين الإنفعالات في هذه الحالة دليل على الإضطراب الإنفعالي (كامل،1999، صفحة 22) .

3-14-12- مفهوم الذات:

تعد هذه السمة من السمات التي تشير إلى توافق الفرد أو عدم توافقه، فإذا كان مفهوم الذات يتطابق مع واقعه كما يدركه الآخرون كان متوافقا، وإذا كان مفهوم الذات لديه متضخما أدى به إلى الغرور والتعالي، مما يفقده التوافق مع الآخرين، كما قد يتسم فرد ما بمفهوم ذات متدني عن الواقع أو عن إدراك الآخرين له، وهنا يتسم سلوكه بالدونية وبتضخيم ذوات الآخرين، ويؤدي به هذا أيضا إلى سوء التوافق (الداهري،1999، صفحة 59).

3-14-13- القدرة على العمل و الإنتاج الملائم:

ويقصد بذلك قدرة الفرد على الإنتاج المعقول في حدود ذكائه وحيويته واستعداداته الجسمية، إذ كثيرا ما يكون الكسل والخمول دلائل على شخصيات هددتها الصراعات، واستنفذت طاقاتها المكبوتة، كما أن قدرة الفرد على إحداث تغييرات إصلاحية في مجتمعه وبيئته دليل على توافقه وتمتعه بالصحة النفسية (كامل،1999، صفحة 24) .

3-15- العوامل الأساسية في إحداث التوافق:

هناك عدة عوامل تتدخل لتجعل الفرد متوافقا نفسيا واجتماعيا، نذكر أهمها :

3-15-1- الدوافع:

الدافع هو حيلة داخلية جسمية أو نفسية، توترية تثير السلوك في ظروف معينة، وتتواصل حتى تنتهي إلى هدف معين، فإذا لم يتحقق هذا الأخير، فإن الفرد يبقى في حالة توتر، فسير دوافع الإنسان الفطرية والاجتماعية والشعورية واللاشعورية نحو تحقيق أهدافنا من العوامل الفعالة في إحداث التوازن بشتى أبعاده، وإشباع هذه الدوافع يتوقف على ما يتوفر لدى الفرد من أساليب تيسر له إشباع دوافعه الملحة، وتتوقف كذلك على فكرة الفرد عن نفسه، وذلك بما يتميز به من مرونة في مواجهة المواقف الجديدة، والدافع مرتبط ارتباطا قويا بالتوافق ، إذ هو سلسلة من الخطوات تهدف إلى هدف معين، ولا تنتهي إلا بالوصول إلى الغاية المنشودة، وبهذا يتحقق التوافق (عوض،1996، صفحة 55) .

3-15-2 -الحاجات:

إن ما يولد الدافع هو الحاجة إلى إشباع الحاجات بمختلف أنواعها لتحقيق الراحة النفسية، ومن بين هذه الحاجات نذكر :الحاجات الفيزيولوجية :وهي حاجات تسعى إلى تحقيق التوازن الوظيفي والعضوي، كالحاجة إلى الأكل، الشرب والنوم...

-الحاجات النفسية الوجدانية :وهي تسعى إلى تحقيق التوازن والتكامل النفسي، كالحاجة إلى الأمن، التقدير والاحترام، الحب، الإحساس بالحرية، وإشباع الدوافع والميول والرغبات....

-الحاجات الإجتماعية: هي حاجات تسعى لتحقيق التكيف والتوافق الإجتماعي، كالحاجة إلى تكوين علاقات إجتماعية، والحاجة إلى القيام بالواجبات وتحمل المسؤولية، والحاجة إلى المحافظة على الأخلاق والعادات الإجتماعية (الزارد،1997، صفحة 20).

فإشباع كل هذه الحاجات أمر ضروري للغاية، فإشباعها يساهم في تحقيق التوافق النفسي والإجتماعي وفي حالة ما إذا تعسر إشباعها، فإن الفرد بلا شك يحاول إيجاد أية وسيلة يشبع بها حاجته، وقد تكون هذه الوسيلة غير سوية لا يقرها المجتمع، فتختل بذلك عملية التوافق (زهران،1977، صفحة 33)

3-15-3- أن تتوفر لدى الفرد العادات و المهارات التي تيسر له إشباع حاجاته الملحة:

لا شك أن المهارات والعادات إنما تتكون في المراحل المبكرة من حياة الفرد، فالتوافق هو في الواقع محصلة لما مر به الفرد من خبرات و تجارب أثرت في تعلمه للطرق المختلفة التي يشبع بها حاجاته، ويتعامل بها مع غيره من الناس، في مجال الحياة الإجتماعية، ولهذا يؤكد "فرويد" على أهمية السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل من حيث تكوين شخصيته، ففيها تنمو لديه بذور التوافق أو عدمه، لأن هذا الأمر يتأثر بالجو الإجتماعي الذي تربى فيه الفرد من حيث توفر الحنان والدفء العاطفي والشعور بالأمن من جانب الوالدين أم لا، ومنه فإن خبرات الطفولة تحدد بدرجة واضحة وسيلة الرضى النفسي والتوافق في الحياة المتأخرة (فهمي،1987، صفحة 36) .

3-15-4- أن يعرف الفرد نفسه:

معرفة الإنسان لنفسه تعد شرطا أساسيا من شروط التكيف الجيد، ومعرفة الإنسان لنفسه تتضمن ما يلي:

• أن يعرف الإنسان الحدود والإمكانيات التي يستطيع بها أن يشبع رغباته، بحيث تأتي رغباته واقعية ممكنة التحقيق.

• أن يعرف الشخص إمكانياته وقدراته، ذلك أنه إذا ما عرف هذه الإمكانيات والقدرات، فإنه لا يرغب في شيء لا تسمح هذه القدرات والإمكانيات بتحقيقه، أما إذا كان جاهلا بها، فإن رغباته قد تأتي بحيث تعجز هذه الإمكانيات عن تحقيقها، فتترتب عن ذلك عوامل التوتر والإحباط الذي يعد عاملا من عوامل اختلال التوافق (مصطفى زيدان، صفحة 220) .

3-15-5- تقبل الفرد لنفسه:

إن فكرة رضى الإنسان عن نفسه من أهم العوامل التي تؤثر في سلوكه، فإذا كانت هذه الفكرة حسنة، فإن ذلك يدفع الفرد إلى العمل والتوافق مع الآخرين.كما أن ذلك يدفعه إلى النجاح حسب قدراته دون أن يحاول العمل في مجالات لا تسمح له قدراته بالنجاح فيها، أما الفرد الذي لا يتقبل نفسه، فانه يتعرض لإحباطات تجعله يشعر بالعجز والفشل، فقد بينت دراسة "جابر عبد الحميد جابر" أن المجموعة الأقل رضى عن نفسها تميل إلى عدم الإتزان في حياتها الإنفعالية، كما كانت اقل توافقا في حياتها المنزلية إذا ما قورنت بالمجموعة الأكثر تقبلا لذاتها (زيد،1987، صفحة 214) .

3-15-6- المرونة:

يقصد بها استجابة الفرد للمؤشرات الجديدة استجابة ملائمة، فالشخص غير المرن لا يتقبل أي تغيير يطرأ على حياته، ومن ثم فإن توافقه يختل وعلاقته بالآخرين تضطرب، إذا ما انتقل الى بيئة جديدة يغاير أسلوب الحياة فيها الأسلوب الذي مارسه وتعود عليه، في حين أن الشخص المرن يستجيب للبيئة الجديدة بشكل ملائم، وبالتالي يحقق التوافق بينه وبين بيئته، معنى ذلك أن توافق الفرد يكون أفضل وأسهل كلما كان الفرد مرنا، والعكس صحيح (عوض،1996، صفحة 57) .

3-16- أنواع التوافق :

تحدث الدكتور احمد عزت راجح عن أنواع التوافق فيذكر: « يبدو التوافق في قدرة الفرد على أن يتكيف تكيفا سليما وان يتواءم مع بيئته الاجتماعية أو المادية أو المهنية أو مع نفسه .. لسوء التوافق مجالات مختلفة. فهناك سوء التوافق الاجتماعي، وهو عجز الفرد عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها، أو عجزه عن عقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس – مع والديه أو إخوته وزملائه، أو المدرسة أو زوجته وأطفاله، أو رؤسائه أو مرؤوسيه .. وهناك سوء التوافق المهني وهو إخفاق الفرد في عمله، أما لعدم تناسب قدراته مع عمله، أو لأنه يجد عسرا في صلاته الاجتماعية بزملائه ورؤسائه في العمل.. وهناك أيضا سوء التوافق الاقتصادي والديني والسياسي.. هذا الى سوء التوافق الذاتي ويبدو في عدم رضاء الفرد عن نفسه، أو استصغاره إياها، أو احتقاره لها،

أو عدم الثقة فيها، أو كرهها وإدانتها ..»(عزت راجح،1973،الصفحات 562-563) ،ثم يضيف:« ومما يجب توكيده أن سوء التوافق في مجال معين يكون له صداه وأثره في جميع المجالات الأخرى فالإنسان وحدة نفسية جسمية اجتماعية إن اضطرب جانب منها اضطربت له سائر جوانبها. لذا غالبا ما تجتمع ضروب سوء التوافق لدى الشخص الواحد» (عزت راجح،1973، صفحة 563) .

وفي رأينا أن التوافق في أي ميدان من ميادين الحياة المختلفة (كميدان الأسرة، أو الميدان الدراسي، أو الميدان المهني أو الميدان الذاتي الداخلي ..) ليس في نهاية الأمر إلا مظهرا من مظاهر توافق الفرد العام بدا أكثر وضوحا في ميدان معين أو أكثر. وان وضوحه في هذا الميدان أو تلك الميادين إنما يرجع إلى طبيعة توافق الفرد العام وطبيعة علاقات الفرد بالميدان أو الميادين التي اتضحت فيه. وكان التوافق العام هو الأصل بينما طبيعة توافق الفرد في ميدان معين هو مجرد فرع يتفرع عن هذا الأصل ويتأثر به. وهكذا نتوقع أن يبدو سوء توافق الفرد العام أكثر وضوحا في ميدان معين أو أكثر، واقل وضوحا في غيره أو غيرها. وعلى هذا قد نجد فردا سيء التوافق في ميدان العمل حسنه في ميدان الأسرة، في نفس الوقت الذي قد نجد فيه آخر سيء التوافق فيهما معا وربما في غيرهما أيضا. كما أننا غالبا ما نجد أن سوء توافق الفرد في ميدان معين قد انعكس تأثيره على غيره نتيجة لوحدة الكائن الحي كما هو معروف علميا.

3-17- العوامل المؤثرة على التوافق النفسي والاجتماعي :

من أهم عوامل تحقيق التوافق توفر مطالب النمو النفسي السوي في جميع مرحلة وبكافة مظاهره جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا ، ومطالب النمو هي الأشياء التي يتطلبها النمو النفسي للفرد ، ويؤدي عدم تحقيق مطالب النمو إلى شقاء الفرد وفشله وصعوبة تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة والمراحل التالية ، وفيما يلي أهم مطالب النمو خلال المراحل المتتابعة(زهران،1997، صفحة 35).

أ- تنامي استغلال الإمكانات الجسمية إلى أقصى حد ممكن ، وتحقيق الصحة الجسمية ، وتكوين عادات سليمة في الغذاء والنوم وتعلم المهارات الجسمية الضرورية للنمو السليم ، وحسن المظهر الجسمي العام.

ب- النمو العقلي المعرفي واستغلال الإمكانات المادية إلى أقصى الحدود الممكنة ، وتحصيل أكبر قدر ممكن من المعرفة والثقافة العامة وعادت التفكير الواضح ، ونمو اللغة وسلامة التعبير عن النفس ، وتنمية الابتكار.

ج- النمو الاجتماعي المتوافق إلى أقصى حد مستطاع ، وتقبل الواقع وتكوين قيم سليمة ، والتقدم المستمر نحو السلوك الأكثر نضجا وسلامة التعبير عن النفس ، وتنمية الابتكار.

د- النمو الانفعالي إلى أقصى درجة ممكنة ، وتحقيق الصحة النفسية بكافة الوسائل ، وإشباع الدوافع الجنسية والوالدية والميل إلى الاجتماع ، وتحقيق الدافع إلى التحصيل والنبوغ والتفوق ، وإشباع الحاجات مثل الحاجة إلى الأمن والانتماء والمكانة والتقدير والحب والمحبة والتوافق والمعرفة وتنمية القدرات والنجاح والدفاع عن النفس والضبط والتوجيه والحرية (عبد الغني شريت،2006، صفحة 132)

وبالرغم من ضرورة تحقيق مطالب النمو فإن هناك العديد من عوامل تؤدي إلى إعاقتها وإحداث سوء التوافق فالفرد يسوء توافقه ويسلك سلوكا غير متوافق عندما يعجز عن التوافق وحل مشكلاته بطرق واقعية أو بحيل دفاعية معتدلة ، إذ أنه عندما لا يستطيع أن يحتفظ بتوازنه النفسي فإنه يتخذ أساليب سلوكية شاذة لحل أزمانه النفسية. إلا أن الأزمات النفسية وحدها لا تفسر عدم القدرة على التوافق ، بل لابد من النظر إلى شخصية الفرد ككل وإلى ماضيه ووراثته وتربيته وما يتعرض له من إحباطات وصدمات بالإضافة إلى معرفة اتجاهاته وعاداته. مما يعني عوامل سوء التوافق متعددة ، ونوجز عوامل سوء التوافق في العوامل الآتية:

أ– عوامل وراثية وجسمية: للوراثة أثرها في سلوك الفرد فإذا كانت الوراثة سليمة وكذلك التربية و البيئة فإننا نتوقع أن يكون الفرد حسن التوافق ، إلا أن بعض الاضطرابات الوراثية والتي يمكن أن ترتبط ببعض الإعاقات العقلية أو الجسمية تكون سببا لسوء التوافق " فضعف القلب وضعف البنية قد يعوق الطالب عن مشاركة زملائه في النشاطات

الرياضية والترفيهية ، وقبح المنظر قد يعوق الشخص عن الزواج وتكوين الأصدقاء ، وضعف الإبصار قد يعوق الطالب عن الالتحاق بالكليات العسكرية وغيره من الكليات التي تشترط سلامة الإبصار. وتتفاوت العاهات في تأثيرها على مدى التوافق لدى الفرد حسب جسامتها وكذلك بناء على نظرة المجتمع فكلما كانت العاهة كبيرة كلما قل التوافق وكلما ساءت نظرة المجتمع أي النبذ والإهمال والاحتقار وكذلك العطف الزائد إلى شعور الفرد بأنه عاجز وعالة فإن ذلك يزيد من سوء توافقه.

ب– عوامل بيئية واجتماعية:

"ويقصد بها القيود التي يفرضها المجتمع – في علاقته وتقاليده وقوانينه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات – وتعوق الشخص عن تحقيق بعض أهدافه. من هذه العوائق منع الوالدين أبنائهما من إشباع بعض رغباتهم تأديبا وتربية" فالظروف الاجتماعية والأسرية السيئة كالتفكك الأسري والظروف الاقتصادية السيئة والتغيرات السريعة تمثل عوامل لسوء التوافق(عبد الغني شريت،2006، صفحة 133) .

ت– عوامل نفسية:

بالرغم من أن التوافق سمة أو خاصية نفسية، فإن ذلك لا يعني عدم تأثرها بالمتغيرات النفسية الأخرى، إذ أن هناك عوامل كثيرة يمكن أن تساعد على التوافق الحسن أو تزيد من حدة سوء التوافق فالإضطرابات النفسية عوامل ومظاهر لسوء التوافق ، كما تعتبر عوامل مساعدة على إحداثه. ومنها على سبيل المثال لا الحصر:

* الانفعالات الشديدة وغير المناسبة للموقف حيث لهذه الانفعالات غير المتوازنة أثرها السيئ من الناحية الجسمية والنفسية والاجتماعية.

* عدم فهم المرء لذاته أو التقدير السالب للذات وضعف مشاعر الكفاية يمكن أن تكون سببا لسوء التوافق ، كما يمكن أن تعوق قدرة الفرد على تحديد أهداف مناسبة مما يعني الفشل في تحقيق هذه الأهداف ، وهذا يمكن أن يضاعف من سوء التوافق النفسي والاجتماعي والتعرض لمزيد من الاضطرابات.

* صراع الأدوار: يلعب الفرد أدورا متعددة تبعا لما يتوقعه المجتمع وقد يلعب دورين متصارعين في آن واحد مما يؤدي إلى سوء التوافق إذا لم يستطع التنسيق بين هذه الأدوار ويحقق الانسجام بينها.
* الاضطرابات النفسية بكافة أنواعها حيث يكون سوء التوافق مظهرا من مظاهرها.

ث– عوامل مادية واقتصادية:

" يعتبر نقص وعدم توفر الإمكانات المادية عائقا يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة، وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط، لذا اعتبر الإمام على الفقر عدوا للإنسان وقال : لو كان الفقر رجلا لقتلته، باعتباره عائقا قويا يمنع الفقراء من إشباع حاجاتهم الأساسية ويسبب لهم الكدر والألم" (شريت،2006، صفحة 134).

3-18– الأليات الدفاعية كوسيلة لتحقيق التوافق النفسي:

هي الأساليب السلوكية التوافقية اللاشعورية، أو الحيل النفسية الدفاعية .إن الميكانيزمات الدفاعية التوافقية أو حيل التوافق النفسي، و هي ردود فعل دفاعية يستخدمها الفرد للتخفيف من حدة توتره، بسبب فشله في تحقيق هدفه، فيقوم بكثير من المحاولات المختلفة التي تهدف إلى التغلب على العوائق، والوصول إلى الهدف الذي يشبع دوافعه ويخفف من توتره، وهذه الأساليب كثيرة ومتنوعة .فيلجأ الإنسان عادة إلى الطرق أو الأساليب التوافقية المباشرة، وإذا فشلت هذه الأسباب فأنه يلجأ إلى طرق أو أساليب أخرى غير مباشرة.

1**–أساليب التوافق المباشرة** :ويشتمل بشكل عام ما يلي:

-العمل الجدي ومضاعفة الجهد.

-تغيير الطريقة.

-تغيير السلوك.

—تغيير الهدف.

-تنمية مهارات جديدة.

-إعادة تفسير الموقف.

-تأجيل إشباع الدافع إلى حين.

2**–أساليب التوافق غير المباشرة:**هي عبارة عن أنواع من السلوك أو التصرفات التي تستهدف حل الأزمة النفسية عن طريق حيل لا

شعورية ويمكن أن نذكر من بينها ما يلي:

أ –التوافق باستخدام أساليب اعتدائية:

تشمل الإعتداء وتوجيه الاذى إلى الغير، أو إلى الذات نفسها، ومن الحيل التي تقع تحت هذا النوع :

أ :1 **–العدوان**" :يعتبر حيلة لا شعورية لخفض التوتر نتيجة لتأزم شديد، (العبيدي، 1999، صفحة 95) وقد يكون العدوان على الأشياء التافهة، لا علاقة لها بمصدر التوتر، أو صريحا، فيتخذ صورة الكيد والتشهير أو الامتناع عن المساعدة .كما قد يكون هدفه عاما مثل العدوان على النظم والتقاليد... أما العدوان على الذات،

فهو أكثر خطورة وأكثر تعقيدا، مثل ما نراه لدى الأطفال، كأن يرمي بنفسه على الأرض، أو يضرب رأسه على الحائط، حين يمنع من الوصول إلى هدفه.

أ :2 –الإسقاط" :وهو وسيلة لا شعورية يلقي بها الفرد اللوم عن نفسه ليتحرر من المسؤولية التي يشعر بها وذلك بأنسابها للآخرين (العبيدي، 1999، صفحة 96)كما أنها تجعل الإنسان يشعر بأن النزاعات والرغبات البغيضة إلى نفسه هي صفات غيره، فهو بهذا يتصف بغيره ما يشعر به هو في داخل نفسه كالكذب، الغش، الغرور وغيرها من العيوب .وتشير له" إخلاص عبد الحفيظ "على أنه حيلة دفاعية تتيح للفرد التخلص من بعض جوانب شخصيته من داخله إلى البيئة الخارجية، الأمر الذي يؤدي إلى خفض التوتر والقلق لديه .وذلك بتخليص تحسين نفسه من الخصائص والصفات غير المرغوبة فيها وإلصاقها بالآخرين مما يقلل من شأنهم،وهو بذلك يحاول تحسين صورته بالنسبة للآخرين (الحفيظ، 2006، صفحة 40)

ب –التوافق باستخدام أساليب هروبية (إنسحابية) مثل:

ب :1 –النكوص" : وهو تراجع الفرد إلى أساليب طفليه أو بدائية من السلوك والتفكير حين تعترضه مشكلة أو حين يعجز عن التغلب بطريقة بنائية على ما يعانيه من إحباط أو صراع" (القدافي، 1998، صفحة 110) إذ يحدث أحيانا وبعد أن ترتقي" الأنا إلى مستوى أعلى من النضج النفسي، أو تواجه مخاوف متعددة تهددها، مما يجعلها تلجأ إلى النكوص عن طريق الارتداء إلى مرحلة مبكرة من مراحل العمر، هروبا مما يواجهه من ضغوط (كمثال عودة الأطفال عادة إلى مص الإصبع عند شعورهم بالخوف أو التهديد، وهو عودة إلى مرحلة الرضاعة).

ب :2 –النسيان :هو" حيلة يرجع إليها الفرد للتخلص من الدوافع غبر المقبولة والرغبات التي استحال تحقيقها والذكريات المؤلمة .فتختفي اختفاء تاما عن الوعي وعن الفرد .ويزول ما كان يمكن أن يترتب عنها من سلوك (الشاذلي، 1999، صفحة 100) كأن ينسى الفرد اسم شخص يكرهه وقد يتسع نطاق النسيان فيشمل نسيان فترة من حياة الفرد.

ج –التوافق باستخدام الكبت:

يعتبر من أهم وسائل الدفاع النفسية، وتتمثل عملية الكبت في قيام" الأنا "بدفع الأفكار والخبرات والرغبات التي تمثل المسائل التي تتعارض مع الدين أو الأخلاق أو العادات أو التقاليد، والتي يرغب في ممارستها من جهة إلا انه يخشى عواقبها الاجتماعية من جهة أخرى والميول والذكر، ويستنفذ الأنا كثيرا من طاقتها النفسية في هذه العملية من أجل بقاء الأفكار غير المرغوب فيها حبيسة اللاشعورية .يعرفه" مجدي أحمد "بأنه عملية لاشعورية، يلجأ إليها الفرد للتخفيف مما يعانيه من صراع أو قلق، وهو عبارة عن إبعاد

الذكريات المؤلمة والنزعات غير المرغوبة، والتي تسيء إلى تقدير الفرد لذاته ودفعها إلى اللاشعور،حيث تبقى بعيدة ولا تثير القلق (محمد، 2003، صفحة 81)

د –التوافق باستخدام أساليب دفاعية:

د :1 –التبرير :هو أسلوب يلجأ إليه الفرد ليعلل به سلوك ما بأسباب منطقية أو أعذار، ولكن هذه الأعذار والأسباب ليست هي الأسباب الحقيقية لما قام به من سلوك .ولكنها وسيلة لإخفاء ما يشعر به الفرد من عار أو خجل، أو محاولة لخداع الذات أو الضمير، ترمي إلى إبعاد الشعور بالذنب والحصول على احترام الذات (صالح، 2000، صفحة 44) ويختلف التبرير عن الكذب، فالتبرير هو حالة لاشعورية يخدع بها الفرد نفسه والآخرين . أما الكذب فهو عملية شعورية بحيث يخدع بها الآخرين ولا يخدع نفسه، كما يكون واعيا ومدركا بأسباب سلوكه ودوافعه (محمد م.، 2004، صفحة 155) .

د:2 –التقمص :هو حالة لا شعورية يلجأ الفرد إليها بغرض خفض التوتر النفسي، وإشباع الدوافع المحيطة عن طريق اندماج الفرد لا شعوريا في شخصية فرد أخر، فيتمثل سلوكه وصفاته .وقد يندمج الفرد في تقمص شخصية جماعة معينة نجحت في تحقيق الأهداف التي فشل هو في تحقيقها (مسعود، 2007، صفحة 136) .

هـ –التوافق عن طريق المرض والأوجاع البدنية :يظهر ذلك في استخدام الم رض لا شعوريا ليتهرب من لوم الناس أو من لوم ضميره .ويعفى نفسه من مواجهة المواقف العصيبة، وتحمل المسؤوليات ولا يكون للمرض ما يبرره من الناحية العضوية، ويدخل المرض هنا تحت دائرة الأمراض (النفس جسمية) .كمثال عن ذلك الصراع الذي ينتاب الأطفال صباح كل يوم حتى لا يذهبون إلى المدرسة، باعتبار يكرهون المدرسة أو المدرس أو ما شابه ذلك (الشاذلي، 1999، صفحة 100)

*** أهداف الآليات والحيل الدفاعية اللاشعورية:**

يذكر علماء النفس أن من أهداف الحيل الدفاعية اللاشعورية هو الوصول إلى نوع من التوازن بين الدوافع والحاجات الصعبة المنال والمستحيل تحقيقها، أو غير المقبولة اجتماعيا وبين الدوافع المضادة للقيم والمعايير الأخلاقية والدينية والموانع الطبيعية .بالإضافة إلى تحقيق الاستقرار العاطفي والانفعالي والشعور بالأمن .والوصول إلى أنماط سلوكية وسطى تمكن الفرد من تخفيف التوتر.

يشير" أحمد حسن صالح بأننا جميعا أسوياء وغير أسوياء نلجأ إلى جميع الأساليب اللاشعورية ونستخدمها .ولكن الاختلاف بين الأسوياء والمرضى هو الاستخدام المناسب والمعتدل لها، بحيث يؤدي ذلك إلى تحقيق التوافق الشخصي، أو نجاح الفرد في التوافق والتعايش مع المجتمع الذي ينتمي إليه، ومعايشة الواقع) .

(صالح، 2000، صفحة 49)كما أكد" فرويد "أيضا على أن الاستخدام المبالغ فيه للحيل الدفاعية يؤدي بالفرد إلى الاضطراب النفسي وبالتالي إلى المرض النفسي وسوء التوافق.

3–19– معايير التوافق:

يعرف عبد الحميد مرسي الشخص السوي بأنه"هو الذي سقف من المشكلات موقف ايجابيا بناءا بمعنى انه يواجه العوامل التي تسبب المشكلات ويحاول في حدود الإمكان أن يزيل هذه العوامل أو يتغلب عليها وذلك بمواجهتها مواجهة موضوعية أما الشخص المنحرف أو الغير متوافق فهو الذي لا يستطيع أن يحقق هذه الصفات العامة في سلوكه وهو لا يعالج العوامل الأصلية التي تسبب المشكلة بل يعالج مظاهرها فقط"

فالسلوك الشاذ إذن هو مغاير عن سلوك العامة إذ يتميز بالفشل في مواجهة العوائق أو التهرب منها باستعمال طرق التوائية وذلك عكس السوي "،أن مفهوم السواء والشذوذ مفهوم نسبي فلا يوجد حد قاطع بين ما هو سوي و ما هو شاذ يمكن أن نعتبر حدا مميزا ففي أي مجموعة كبيرة من الأشخاص لا نستطيع أن نقوم بقدر كبير من "الثقة "أن هذا غير سوي إلا إذا كان الشذوذ واضحا تماما "وفي خصم هذا المجال الواسع الذي يقع بين جدية كل من السلوك السوي والشاذ تحتم على العديد من الباحثين وضع

معايير يمكن القياس بواسطتها الشذوذ و السواء في التوافق و على هذا الأساس ظهرت عدة معايير من بينها :

1) **المعيار الإحصائي** : تعتمد هذه الوجهةعلى المنهج الرياضي لتحديد معيار السواء والشذوذ في التوافق تستعمل المنحنى الاعتدالي للاستدلال على ذلك عن طريق توزيع السمات والخصائص النفسية فتفترض :أن معظم الأشخاص وان الحالات القليلة على جانبي منتصف المنحنى هم شواذ فالفرض الإحصائي يقول أن (المدى السوي) يظم نقط ما يقرب من الثلثين اللذان يقعان في وسط التوزيع ،وحسب هذه الوجهة فان المتوافق دراسيا مثلا هو الطالب الذي لا ينحرف بعيدا في أي الاتجاهين عن المتوسط أو معيار التوافق (فرج، صفحة 35) .

2) **المعيار الباتولوجي**: ترى هذه الوجهة أن الشذوذ هو حالة مرضية تتميز بالاضطراب بوجود أعراض تبين ذلك أما السلوك السوي فهو سلوك خال من هذه المظاهر أي أن الشخص الذي يملك شخصية سوية هو شخص بلا أعراض،وبناءا على هذه الوجهة يتبين أن أغلبية الناس يعانون من هذه الحالة المرضية (سوء التوافق) إن لم نقل كل الناس وهذا أما يعاب على وجهة النظر هذه باعتبار أن أعراض سوء التوافق لا يمكن أن لا تتوفى في إنسان ما ولو بنسبة ضئيلة .

3) **المعيار المثالي** : أهم يميز هذه الوجهة أنها تتفق إلى حد كبير في تحديد الجوانب المثالية في السمات والخصائص الشخصية فارتفاع الذكاء مثالية ونسمي الشخص سويا كلما اقترب أكثر من المثل الأعلى أما مثاليا في ذكائه أو في جماله أو في صحته السليمة ،ومن خلال هذه الوجهة يتبين أنها تعاكس الوجهة

الإحصائية بحيث تميل إلى جعل الأغلبية أسوياء فالسلوك يتحدد بالمثالية في السلوك والتفكير وشدة الاقتراب من هذه المثالية العليا في السمات أما البعد عنها فهو الشذوذ وسوء التوافق ومن خلال وجهات النظر الثلاثة التي تناولناها من بين العديد من الوجهات التي درست معايير لتحديد السواء والشذوذ في التوافق يظهر تباين اتجاهات حيث يبينها "ايزنك" في انتقاداته حيث يرى أن الوجهة الإحصائية قاصرة في تحديد السواء والشذوذ بالنسبة لبعض السمات كالذكاء أو الجمال أو الصحة ،أما الوجهة الباتولوجية أن كانت الأصلح والأوضح في السواء أو الشذوذ بالنسبة للاضطرابات الانفعالية والانحرافات النفسية ،إلا أنها حسب رأي "فرج عبد القدر طه" ينقصها تحديد الدرجة التي ينبغي أن يصلها الاضطراب الانفعالي حتى بعد شذوذ كما يرى أن الخبرة تبين انه نادرا مانجد فردا خاليا تماما من الأعراض وخاصة في الظروف الضاغطة وعن الوجهة المثالية يرى "ايزنك"أن المعيار المثالي نادرا التكرار من الناحية الإحصائية أو غير

موجود تماما في المجتمع المدروس وحسب فرج عبد القادر طه فالمعيارين المثالي والإحصائي يعتبران أهم المعايير المستخدمة وأكثرها قبولا واشملها في وصف السواء والشذوذ(فرج، صفحة 49) .

4) **المعيار الحضاري** :وهو يشبه الاتجاه الاجتماعي في تفسير التوافق ،ويرى أن الشخص السوي هو الذي يساير قيم ومعايير مجتمعه ،و الشاذ هو من يسير عكس ذلك لقد سبق وان ذكرنا أن الاتجاه الاجتماعي لا يمكن قبوله لكونه يعتمد على احد شقي العملية التوافقية وهو المجتمع ،و يقلل من قيمة الفرد بكل ما يملك من قدرات وإبداع كما انه ليس حتما أن تكون قيم المجتمع ومعاييره صالحة بل قد تكون هي نفسها فاسدة ،زيادة على اختلافها من مجتمع لأخر .

5) **المعيار الطبيعي** :السواء حسب هذا المعيار كل ما يعتبر طبيعي من الناحية الفيزيقية أو الإحصائية والسلوك السوي هو الذي يساير الأهداف و الشاذ هو الذي يناقضها وهكذا فان المعيار لايختلف عن النظرة الاجتماعية ز المثالية وذلك أن ماهو طبيعي في المجتمع ماقد يكون عكس ذلك في مجتمع أخر ويرى فرج عبد القادر طه ان المعايير المستخدمة والأكثر قبولا ،واشملها في وصف السواء والشذوذ وأكثر ها فائدة في الاستخدام التطبيقي في حياتنا اليومية (روبيح ،2007، صفحة 78) .

3-20- التوافق وسوء التوافق:

نستنتج مما سبق أن التوافق يعني التغلب على الاحباطات تحقيق الأهداف وإشباع الدوافع والحاجات بطريقة يقبلها الآخرون وتقبلها القيم الاجتماعية من جانب ، وتحقيق الانسجام والتوافق بين الدوافع والحاجات وانعدام الصراع النفسي من جانب آخر . فإذا تحقق ذلك أصبح الفرد متوافقا توافقا حسنا. وتعتمد طبيعة التوافق على ثلاثة عناصر تشمل الفرد ويقصد به التركيب النفسي للشخص، والحاجات ،

والآخرون الذين يشاركونه الموقف ولابد من تحقيق الانسجام بين هذه العناصر ليتم التوافق ، بمعنى أن تحقق أهدافه وتشبع حاجاته بطريقة مقبولة

اجتماعيا فيحدث الاستقرار النفسي ويتم التوافق الشخصي(النفسي) وكذلك الاجتماعي.

إن عجز الفرد عن تحقيق دوافعه وإشباع حاجته نظرا لضغوط اجتماعية أو عجز عن التنسيق بين هذه الدوافع أو تم إشباعها بشكل يتنافى مع القيم الاجتماعية ولا يرضى من حوله يؤدي إلى سوء التوافق ويتعرض الفرد لاضطرابات نفسية.

3-21- التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالأنشطة الرياضية:

إن العوامل النفسية لها قدر كبير في تحقيق النجاح في مستوى أداء جميع الأنشطة الرياضية سواء الفردية أو الجماعية ، فالرغبة المتاحة للحصول على مزيد من التقدم والارتقاء الذي يتمثل في مجال الحركة من الخصائص المؤكدة لإنتاجها وهي القوة والطاقة العضوية التي يمكن أن تعبر عنها خاصية الجلد أو قدرة الفرد على الاستمرار في بذل الجهد وتحقيق الحركة بحيث يصل إلى نتيجة أفضل. إن لياقة الفرد للأنشطة الرياضية المختلفة تحدد بمدى تركيب جسمه لأداء العمل المطلوب والفاعلية التي يمكن لأعضائه وأنظمته إنجاز المجهود بها .

فهناك ثلاثة أوجه للياقة وهي :

1. اللياقة التشريحية،Analomical Fitness
2. اللياقة الوظيفية، physiologie Fitness
3. اللياقة النفسية، psychological Fitness

إذن صلاحيات الفرد لممارسة نشاط رياضي معين تتحدد بالصلاحيات البدنية والنفسية.

إن قيام الفرد بعمل يدقق مع التكوين العام لشخصية يتيح له فرصا أكبر يتيح فرصا للتعبير عن شخصيته وإرضاء دافعه كما يساعده على الاطمئنان والاستقرار النفسي هذا إلى جانب أن سعادة الفرد تحقق عن طريق حب العمل ورضاه عنه ، وشعوره بقيمة نفسه كعضو نافع في المجتمع يساهم في تقدمه وبالعكس إذا لم يقم بعمل يتفق مع قدراته فإن يفشل ويؤدي به إلى الشعور بالنقص وعدم الأمن.

فهناك الكثير من الأنشطة الرياضية التي تتأثر كثيرا بالناحية النفسية من خلال مزاولة مسابقاتها يمكن للعديد من السمات النفسية أن تتطور كالجرأة والعزيمة والإرادة والإصرار والمثابرة كذلك تعتدل بعض العادات غير المرغوبة كالأنانية والفردية (حسين باهي،2006، صفحة 81) .

إن ممارسة أنشطة رياضية تكسب الفرد درجة عالية من القدرة على التوافق الشخصي والاجتماعي وبالتالي يستطيع أن يتكيف مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه يؤثر ويتأثر وهذه أكبر علامة على الصحة النفسية العالية فهي تكسب الفرد المرح والسعادة وحسن قضاء الوقت الحر الذي يؤدي إلى سعادة الفرد وصحة المجتمع.

ومن خلال ذلك نجد أن ممارسة الرياضة بشكل عام تتجه إلى الاتجاه الأخلاقي المثالي حيث أنها منافسات لا ينهزم فيها فرد من فرد آخر ولا فريق من فريق آخر إنما هي منافسات بين الأفراد أو المجموعات لإظهار كفاءتهم وقدراتهم ومهاراتهم لتحقيق البطولات.

فهي من الناحية الاجتماعية تنمي السمات الإرادية والخلقية للأفراد فهي تكسبهم قوة العزيمة والصب ومواصلة الكفاح لتحسين المستويات والوصول إلى الأهداف التي تسعى غليها الأفراد أو المجموعات هذا بالإضافة إلى اكتسابهم الروح الرياضية العالية واحترام الآخرين والجلد والقدرة على مواجهة الصعاب أثناء ظروف المنافسات الصعبة. فالرغبة الملحة للحصول على مزيد من التقدم والارتقاء الذي يتمثل في مجال الحركة المؤكدة لإنتاجها وهي القوة والطاقة العضوية والتي يمكن أن تعبر فيها خاصية الجلد أو قدرة الفرد على الاستمرار في بذل الجهد وتحقيق الحركة بحيث تصل إلى نتيجة أفضل(حسن،2002، صفحة 104)

لقد أظهرت نتائج كثير من الدراسات البحثية في المجال الرياضي أهمية التوافق الشخصي وتأثيره على التحصيل العلمي والنظري على الأنشطة الرياضية المختلفة والذي يتمثل في مستوى الأداء بأن هناك فروق دالة بين المتفوقين رياضيا وغير المتفوقين رياضيا على مستوى التوافق الشخصي .....

كما أشارت بعض الأبحاث إلى وجود فروق جوهرية بين المجموعتين المرتفعة في اللياقة البدنية والمنخفضة في اللياقة البدنية في التوافق الشخصي لصالح المجموعة الأولى وهذا يعني أنها تتمتع بتوافق شخصي أفضل من المجموعة الثانية.

لقد أظهرت نتائج العديد من البحوث التي أجريت في مجال السمات الشخصية أن هناك فروقا تميز الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين.

فعلى سبيل المثال أظهرت نتائج الدراسات التي أجريت في البيئة الأجنبية مثل (كوبر، cooper ، 1967م)، و(كان ، kane ، 1976 م) ، و(ستشور ، Schurr ، 1977 م) و (مورجان ، Morgan ، 1980 م) أن الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين يتميزون بالسمات التالية:

- الثقة بالنفس
- الانبساطية
- المنافسة
- الاستقرار الانفعالي
- انخفاض القلق

كذلك أوضحت نتائج الدراسات التي أجريت في البيئة العربية مثل :

(فرغلي ،1976م) ،(السنتريسي1976م) ،(عوض 1977 م) ،(عبد الله 1982م) أن الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين:

- الانبساطية
- الاتزان الانفعالي
- المسؤولية
- العدوانية.

هذا وبالرغم من أن نتائج البحوث السابقة تفيد تميز الرياضيين ببعض السمات الشخصية مقارنة بغير الرياضيين ، فإن هناك مشكلة هامة تتعلق بما هي محكات تحديد الرياضي ، حيث يلاحظ أن بعض البحوث والدراسات أجريت على عينات من رياضي الجامعات ، بينما بحوث أخرى أجريت على عينات من رياضي المستوى العالي. وربما يفسر ذلك لنا أحد الأسباب الهامة لعدم اتفاق نتائج المقارنة.

إن هناك اتجاها حديثا يعضد وجهة النظر التي ترى أن الأفراد يمتلكون سمات شخصية معينة تجذبهم نحو ممارسة الرياضة. وهذا الاتجاه رغم وجاهته لا يعني عدم تأثير خبرة ممارسة الرياضة على سمات الشخصية ، ولكن يمكن توقع أن هذا التأثير يحدث خاصة بالنسبة للنشء في مرحلة التكوين والنمو(راتب،2000،الصفحات 43-44) وقد ذكر بهاء الدين إبراهيم سلامة (سلامة،2007، صفحة 46) أن التربية الرياضية تسعى إلى تنمية النواحي النفسية والبدنية والاجتماعية والعقلية ، وذلك على النحو التالي:

1. تحقق التربية الرياضية – من خلال ممارسة أنشطتها- السرور والسعادة بصفة عامة والرضا وإشباع الرغبات والميول بصفة خاصة ، ويتضح ذلك عندما يتعلم الفرد مهارة جديدة نافعة كتعلم السباحة أو أي مهارة أخرى كان الفرد يرغب في تعلمها أو حريصا على ممارستها ، في هذه الحالة يشعر الفرد بالرضا والسعادة التي لا حدود لها ، كما تزداد سعادة الفرد أكثر يشعر بالبهجة والفرح عندما يسجل هدفا معينا في مباراة أو زمنا معينا في

سباقات العدو أو الجري أو السباحة، أو عندما يسجل رقما معينا في سباقات الرمي والوثب وغيرها، كل ذلك يجعل الفرد يشعر بالسعادة والسرور ، كما أن النجاح في إحدى هذه المهارات قد يعوض الفرد عن بعض مظاهر الفشل في مجالات أخرى دراسية أو مهنية أو اجتماعية تقابله في حياته، وهذا كله يساعده على الاتزان النفسي ويحسن من الاستقرار الوجداني ويقلل من التوتر الداخلي مما يرفع ويحسن من مستوى الصحة النفسية.

2. تسهم ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة في تنمية اللياقة البدنية العامة وتحسين الصحة بشكل عام ، وتساعد تلك الأنشطة في تحسين وظائف أجهزة الجسم المختلفة مثل:"الجهاز الدوري- النفسي- العضلي- الهضمي- العصبي"

3. تنمي ممارسة الأنشطة الرياضية كثيرا من المعارف والمعلومات المتصلة بنوع النشاط والرياضة التي يمارسها الفرد ، كما تساعد مواقف اللعب المختلفة على تنمية القدرات العقلية للفرد وتحفيزها وخاصة عندما يواجه الفرد المنافس ويحاول فهم طريقة لعبة وكيفية مواجهته ، كما أنه أثناء الممارسة يحاول الفرد التركيز بهدف الفوز أو تحقيق أفضل مستوى من ممكن، وهذا كله يعتمد على الجهاز العصبي الذي يتحكم في جميع الحركات اللاإرادية للفرد ، وهذا بدوره ينمي العمليات العقلية العليا في الفرد(سلامة،2007،الصفحات47-48) .

4. تساعد التربية الرياضية من خلال ممارستها على اكتساب الأنماط السلوكية الحميدة والخبرات المتعددة في نواحي النظام والطاعة والالتزام ، واكتساب الصفات الخلقية الفاضلة، كما تنمي ممارسة الأنشطة الرياضية العلاقات الاجتماعية الطيبة بين الجماعات والأفراد مما يجعلهم أكثر قدرة على تقبل المواقف الصعبة في اللعب وخارج اللعب بصدر رحب ، كما أن الرياضيين أكثر قدرة على ضبط النفس وكبح جناح الغضب عند الضرورة والتحلي بأنبل الصفات الخلقية في أصعب المواقف وكل ذلك يساعد على تنمية النواحي الاجتماعية.

ونصل في نهاية الأمر إلى أن قدرة الفرد على التوافق النفسي بأبعاده يكسبه استمتاعا بالحياة والعمل وبالأسرة والأصدقاء ويشعر بالطمأنينة والسعادة وراحة البال كل ذلك يعمل على زيادة الكفاية والعمل كما أن التوافق النفسي يساعد صاحبة على أن يكون ناجحا في عمله أيا كان نوع هذا العمل بالرغم من أن المستوى التالي في الأداء يتطلب مقومات صاحبة أساسية منها صحة وسلامة الجسم وكذا توفر بعض عناصر اللياقة البدنية إلا أن ذلك لا يقلل من أهمية التوافق النفسي في علاقته بمستوى الأداء كافة الأنشطة الرياضية سواء الفردية أو الجماعية (حسن،2002، صفحة 106) .

3-22- مشكلات التوافق النفسي في المجال الرياضي:

3-22-1- قياسه في المجال الرياضي:

إن التوافق بشقيه الشخصي والاجتماعي من أهم التوافقات التي يجب أن يتمتع به الطالب الملتحق بكلية التربية حيث أن النوعين من التوافق المطلوبان لأداء العمل في الأنشطة الرياضية المختلفة فهناك الأنشطة التي لها علاقة بالتوافق الشخصي مثل الميدان والمضمار باعتبار أنها مسابقات فردية وهناك أنشطة تعتمد على التوافق مثل كرة واليد على أساس أنها أنشطة جماعية.

ويمكن الكشف عن مستوى التوافق النفسي من خلال استخدام الاختبارات النفسية التي هذين البعدين مثل اختبار الشخصية المجردة للمرحلة الإعدادية والثانوية وأيضا اختبار الشخصية ليهوم بل ولكن هذه الاختبارات تقيس التوافق النفسي بحد ذاته وليس التوافق النفي في مجال الأنشطة الرياضية المختلفة كما ان هذه المقاييس قديمة وجه إليها الكثير من النقد (حسين،2001،الصفحات 75-76) .

لذلك بدا الاهتمام في عمل مقاييس التوافق النفسي الرياضي في الأنشطة الرياضية المختلفة وقد اجتهد كثير من المتخصصين في مجال علم النفس ببناء مقاييس مقننة للتوافق النفسي حتى يمكن استخدامها في كثير من الأهداف فمثلا يمكن تطبيقها على الطالبات الملتحقات بكلية التربية الرياضية لانتقاء أصلح الطالبات اللاتي يتميزن بارتفاع في درجة التوافق النفسي .

فقبل الاهتمام بالعمل على تحقيق الشخصية السوية لابد وان تدرس مضمون النظام الذي سوف تتعرض له الطالبة داخل الكليات التي ستنتمي إليها، أن الالتحاق بكليات التربية الرياضية يعني أن المسالة لا يقتصر فقط على توفر سمات شخصية تهيئ لضمان لون من الحياة الإجتماعية و المضي فيها بنجاح وإنما ترجع في أساسها إلى وجود الفرد في نظام إجتماعي معين له خصائصه المميزة واكتساب الصورة النمطية للشخصية التي تمثل هذا النظام.

ومن هنا ترجع أهمية استخدام مقاييس نفسية للتوافق النفسي في المجال الرياضي وبشكل متخصص للمميزات ككل نشاط عن الأنشطة الأخرى حتى يمكن الانتقاء والتقدم والارتفاع بمستوى الأداء(حسين،2001، صفحة 76) .

3-22-2-خدمات وبرامج الإرشاد والعلاج النفسي والأخصائي النفسي التربوي الرياضي:

هناك حاجة ملحة وضرورية إلى خدمات وبرامج الإرشاد النفسي في المجال الرياضي حيث أن المسببات الحقيقية للتوترات النفسية غير المستقرة تجاه هذه المسابقات هو الخوف والرهبة أو الشعور بالعجز في أدائها ترجع إلى الانطباعات والمواقف والمحاولات التعليمية، فيجب أن يكون الهدف من البرامج الخاصة بالإرشاد والعلاج النفسي الكشف عن مدى توافق الرياضي مع المشكلات والظروف التي تواجهه في العملية التدريبية أو التعليمية أنها مجال جديد يواجه فيه المتعلم أو الناشئ أنشطة كثيرة ومتنوعة منها السهلة ومنها الصعبة والجديدة وبذلك يمكن تحديد نوع الخدمات والبرامج بهدف الإرشاد والعلاج النفسي.

إن الأخصائي النفسي التربوي الرياضي هو الذي يهيئ الحالة النفسية المتزنة للاعب العادي والوصول به إلى أعلى مستوى من الإنجاز من خلال عمليات الإعداد النفسي، فهو يقوم بكثير من المهام والتي منها دراسة السمات الشخصية المميزة للاعبين والتعرف على الصفات الإيجابية والسلبية فيهم حتى يمكن الوصول إلى تقرير نهائي لحالة اللاعب النفسية والعصبية وتتم ذلك تلك الدراسة من عقد جلسات ومحادثات تمهيدية يشع فيهاالأخصائي جدوى هذه النوعية من الإعداد وانعكاساتها على مستوى الأداء وإنجازه الفني.

إن وجود الأخصائي النفسي التربوي الرياضي ضرورة أثناء التدريب والمباريات فهو يعمل على رفع الروح المعنوية للاعبين ويعمل على زيادة الثقة في أنفسهم وإزالة حالة الرهبة فيهم هذه العوامل التي تكون سببا في تحجيم طاقاتهم وتقليل مبادراتهم خلال الأداء وهذا بالتالي يكون له تأثيره الكبير في مساعدة اللاعبين على التكيف الشخصي والاجتماعي وقدرتهم على التوافق النفسي في مجال الرياضي مما يكون له الأثر الكبير على مستوى الصحة النفسية لدى اللاعبين إذن لابد من تواجد هذا الأخصائي النفسي التربوي الرياضي في حياة الرياضيين (مصطفى حسين،2001،الصفحات77-78) .

3-22-3-التوافق عملية مستمرة:

إن التوافق النفسي عملية كلية مستمرة ديناميكية وظيفية لا تنتهي بإنتهاء فترة معينة من الزمن أو مرحلة دراسية لهذا يجب أن يكون الإهتمام بالصحة النفسية للطالب مع بداية دخوله المدرسة ومستمرا معه بإستمرار الحياة ويتم تسجيل حالته أولا بأول في بطاقة خاصة به تلحق مع كل مرحلة دراسية ينتقل إليها حتى يمكن عن طريقها الإهتمام بالدراسة الفردية وذلك أن كل مرحلة تمثل تاريخا اجتماعيا ونفسيا ويجب أن تكون هذه الدراسة تتبعيه شاملة تمكن المدرسة التالية من متابعة حالة الطالب أول بأول.

وقد يتعرض كثير من الرياضيين والناشئين لحالات سوء التوافق نتيجة للضغوط النفسية الكثيرة من جانب الأسرة والمجتمع أو بالتالي يصعب علاجها بسهولة نتيجة لعدم المعرفة السابقة عن أحوالها وظروفها وبالتالي كان من الضروري عمل بطاقات متضمنة الجوانب الصحية من الناحية النفسية والتي يجب أن تحتوي في مضمونها على العناصر المهمة والتي منها:

- ظروف الطالبة أو الطالب الإجتماعية و الإقتصادية و الثقافية.
- الأحوال الشخصية.
- صفاتها الشخصية واستعداداتها المميزة وسلوكياتها.
- مستوى أدائها في الأنشطة الرياضية.
- هواياتها ونواحي النشاط التي تميل إليها.

– ما يواجهها من مشكلات خاصة في كل جانب من جوانب النمو(حسين،2001، صفحة 79) إذن فالتوافق عملية مستمرة يهدف بها الشخص إلى أن يغير من سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه وبين البيئة حيث تعتبر عاملا هاما في تشكيلة شخصيته وتكوين اتجاهاته وميوله ونظرته للحياة أو بمعنى آخر تكوين أسلوبه في التكيف مع نفسه ومع مجتمعه.

3-22-4- الاهتمام بالعملية التعليمية والتوافق النفسي:

على المدرسة أن تولى رعايتها واهتماماتها لكل طالب وطالبة بغض النظر عن أوجه القصور فيهما فيجب أن تكون على علم بقدرات واستعدادات ومستوى أداء كل طالب وطالبة وتقوم بتعديل عملية التعلم بحيث تتناسب مع الإمكانيات وفي الوقت نفسه عليها أن تساعد ضمنا على النمو السوى ودلك لأن أحد وظائفها

كمدرسة هي مساعدة الفرد المتعلم على تنمية قدراته وإمكانياته إلى أقصى درجة ممكنة وعملية النمو هذه لا تتحقق إلا في جو من الحرية تتقدم فيه الكثير من القيود أو حرية الطالبة في المجموعة مرتبطة ومحدودة بحرية الآخرين فيجب عليه أن يتعلم احترام حقوق زملائه فالحرية تصبح عائق إذا سمح لكل فرد أن يفعل ما يشاء .
إن النجاح الناتج من ارتفاع مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة له اثر كبير في التوافق الشخصي إذ أن التحصيل المرتفع يتبع عادة تقدير ورضا من المحيطين به سواء من المدرسات أو من الزملاء .
وهذا بدوره يؤدي إلى ثقة الطالب بنفسه وشعوره بالارتياح وبالتالي يتحقق التوافق الشخصي أما الرسوب والفشل الناتج عن انخفاض المستوى في الأداء نتيجة تحقيق رقم أو من زمن أو مسافة صغيرة يتبعه في العادة تأنيب للنفس ولوم الآخرين وشعوره بعدم الارتياح والرضا عن النفس وهذا بدوره يؤدي إلى سوء التوافق الشخصي فلابد من أن تكون المدرسة أو التربية الرياضية في المدرسة على علم ودراية بمبادئ الصحة النفسية السوية من خلال تنمية التوافق النفسي لديهم فيجب عليها أن تقوم بتشجيع الطلبة وبث الحماس في نفوسهم وزيادة الثقة إلى مستوى أحسن كل ذلك يساعد الطلبة على النجاح والتفوق(باهي،2006، صفحة 90)

خلاصة:

نستخلص من خلال تناولنا هذا الفصل أن التوافق النفسي و الإجتماعي عملية كلية دينامكية وظيفية لا تنتهي بانتهاء فترة معينة من الزمن أو مرحلة دراسية لهذا يجب أن يكون الاهتمام بالصحة النفسية للطالب مع بداية دخوله المدرسة ومستمرا معه باستمرار الحياة.

إن عملية التوافق تحدد من خلال عاملين رئيسين، يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه أي ما هو مرتبط بمحيطه الداخلي من حاجات ودوافع وخبرات وقيم و ميول وعواطف ومختلف الانفعالات التي توجه سلوك الفرد ، والعامل الثاني يتمثل في البيئة المحيطة بالفرد بما في ذلك الأسرة والمدرسة والصحبة التي تؤثر على توافق الأفراد.

والثابت أن النشاط البدني الرياضي التربوي يعتبر أحد العوامل الأساسية التي يمكنها أن تسهم في الاستقرار النفسي والاجتماعي ، لذلك يتوجب على المدرسة (التربية الرياضية) والأسرة(الوالدين) أن تكون على علم ودراية بمبادئ الصحة النفسية السوية ، من خلال تنمية التوافق النفسي و الاجتماعي لديهم ، وذلك

بتشجيع وتعزيز مشاركة الطلبة النشطة بالفعاليات الرياضية لاسيما منها التربوية حتى يمكنهم الاستفادة من كل الفوائد البدنية والنفسية والاجتماعية الذي يزخر بها النشاط البدني الرياضي التربوي .

المـــــراهقة

وخصائص المرحلة العمرية (16-17سنة)

تمهيـــد:

لقد أكد العلماء الباحثون عن ضرورة دراسة مرحلة المراهقة باعتبارها أهم مراحل العمر، كما تجعلنا أقدر على التعامل مع المراهق نم جهة وعلى فهم حالته النفسية من جهة أخرى.

وتعتبر المراهقة أصعب المراحل التي يتميز بها الإنسان لكونها تشتمل على عدة تغيرات ناتجة عن تأثر المراهق بعوامل داخلية نفسية وفسيولوجية وانفعالية، و كذا جسمية واجتماعية تؤثر عل سلوكه وعلى شخصيته وهذه التغيرات الجسمية تكون في النمو السريع للعظام والعضلات مما يسبب له عدم التوافق العصبي والعضلي، وعدم اتزان حركاته وكذا من خلال النضج الجنسي الذي يجعله سريع الانفعال وقليل التركيز والانتباه. أما من الناحية النفسية فيظهر عليه عدم الاستقرار النفسي وبما أن المراهق يلعب دوراً كبيرً ومؤثراً في مجتمعنا بصفته قاعدة القوة ومستقبل الأمة. لذلك وجب علينا أن نوليه اهتماماً خاصاً وذلك بمعرفة التغيرات التي يمر بها، والمشاكل التي يعانيها، إلى جانب تلبية حاجياته الأساسية وكذا العلاقة التي تربطه بالتربية البدنية والرياضية. وإيجاد بعض الحلول للقضاء على مشاكله وانفعالاته.

4-1- مفهوم المراهقة:

يؤكد العلم الحديث أن المراهقة منعطف خطير في حياة الإنسان ،وهي التي تؤثر طيلة حياته على سلوكه الاجتماعي الخلقي والنفسي، ولذلك لابد من تحليل ودراسة الظواهر النفسية والسلوكية التي تعتري الكائن البشري أثناء هذه الفترة العصيبة من حياته الانفعالية لاتصالها اتصالا وثيقا بسعادته أو بؤسه أو بصورة أدق واشمل بسلوكه الاجتماعي.

4-1-1- لغة:

كلمة المراهقة Adolescence مشتقة من الفعل اللاتيني Adolexere و معناه التدرج نحو النضج الجسمي و العقلي و الإجتماعي و الإنفعال(الدسوقي،2003، صفحة 147) ، ويرجع أصلها في اللغة العربية إلى الفعل "راهق" الذي يعني الإقتراب من الشيء، فراهق الغلام فهو مراهق أي قارب الإحتلام، ورهقت الشيء رهقا أي قربت منه،والمعنى هنا يشير إلى الإقتراب من النضج والرشد، و كذلك يستخدم لفظ المراهقة "Adolescence" عادة ليدل على فترة الإنتقال من الطفولة المتأخرة إلى الرشد(وديع فرج،2001،ص119)

4-1-2-إصطلاحاً:

المراهقة مرحلة نمائية من مراحل النمو تقع بين الطفولة و الرشد و تمثل هذه المرحلة فترة حرجة من حياة الفرد بمعنى أنها تحتاج إلى التكيف من نوع جديد. وتختلف تماماً عما كان الفرد قد تعود عليه من قبل، و هي تبدأ عادة بنهاية مرحلة الطفولة و تنتهي بانتهاء مرحلة النضج و الرشد.

يرى (قشقوش، صفحة 1989) أن مرحلة المراهقة مرحلة ذات طبيعة بيولوجية و إجتماعية على السواء، إذ تتميز بدايتها بحدوث تغيرات بيولوجية، عند الأولاد و البنات، و يتواكب مع هذه التغيرات و تصاحبها تضمينات إجتماعية معينة (الدسوقي،2003، صفحة 145).

فالمراهقة هي عملية الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب،وتتميز بأنها فترة بالغة التعقيد لما تحمله من تغيرات عضوية ونفسية وذهنية تجعل من كامل النمو وليس للمراهقة تعريف دقيق ومحدد،فهناك العديد من التعاريف والمفاهيم الخاصة بها.

فيعرفها البهي فؤاد السيد"على أنها المرحلة التي تسبق الرشد وتصل بالفرد إلى اكتساب النضج" والمراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي بذلك عملية بيولوجية حيوية في بدايتها ،ظاهرة اج في نهايتها (السيد،1975، صفحة 257) .

أما مصطفى فهمي "فيرى أن كلمة مراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني adolescence أو grow up ومعناها التدرج نحو النضج الجنسي والبدني والعقلي والانفعالي "(صالح العبودي،1989، صفحة27) .

وكلمة مراهقة مشتقة من الفعل "راهق" بمعنى تدرج نحو النضج ويقصد به مجموعة من التحولات الجسدية والنفسية التي تحدث مابين الطفولة والرشد (علاوي،1982، صفحة 21).

وهناك من يخلط بين البلوغ والمراهقة لذا يجب التمييز بينهما "فالمراهقة هي التدرج نحو النضج والاكتمال،والبلوغ يقصد به نضج الأعضاء الجنسية واكتمال وظائفها، ومن خلال ذلك يتضح لنا أن البلوغ يقصد به جانب واحد من جوانب المراهقة

أما عن السن الذي يحدث فيه البلوغ فانه يختلف باختلاف الجنس والظروف الاجتماعية والمناخية التي يعيش في وسطها المراهق وفي ما يخص الفرق بين الجنسين فان هذه التغيرات تحدث عند البنات في سن مبكرة ولا تحدث عند الأولاد غالبا قبل 12 سنة،كما ينبغي الإشارة إلى أن هناك فروق فردية واسعة بين الأفراد في سرعة نموهم واكتمال نضجهم

4-2- طبيعة المراهقـة:

المراهقة مرحلة من مسار الحياة موجودة بين سن الطفولة وسن الرشد ، ومن الناحية البيولوجية هي تلك المرحلة التي تبدأ من بداية اكتمال العظام أما من الناحية النفسية الاجتماعية فهي مرحلة انتقالية يعبر فيها الفرد من الطفولة إلى الرشد ،وقد عرفها حامد عبد السلام زهران "فترة نمو شامل ينتقل خلالها الكائن البشري من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد "حيث يفقد الطفل توازنه الجسمي والعقلي وتظهر عليه تغيرات عضوية عميقة تعطي للجسم صفة أخرى وقوى أخرى ويترك الطفل ألعابه القديمة الطفولية،وتظهر لديه أحلام اليقظة التي قد تعرقل أحيانا العمل الدراسي (زهران،1972، صفحة 390).

والمراهقة فترة حرجة حيث يكون فيه المراهق حساسا إلى حد كبير ،حيث يواجه مواقف جديدة عليه وأحيانا تكون مخيفة ،دون أن تكون لديه خبرة لمواجهة هذه المواقف ويعتقد stanly hall "من طبيعة المراهق أن يتأرجح بين النقض والنقيض من الحالات النفسية حيث يميل إلى الانتقال من مزاج إلى أخر في وقت قصير وهذا ما يعرف بأزمة المراهقة " (اسماعيل،1982، صفحة 20).

ومن خلال ما سبق يظهر انه من السهل تحديد بداية المراهقة لكن من الصعب تحديد نهايتها ،كما أنها تعتبر من المراحل الحساسة في حياة الإنسان،وذلك لما يحدث فيها من تغيرات نفسية وفيزيولوجية تؤثر بصورة بالغة على الفرد في المراحل اللاحقة من عمره.

4-3-الفرق بين المراهقة و البلوغ:

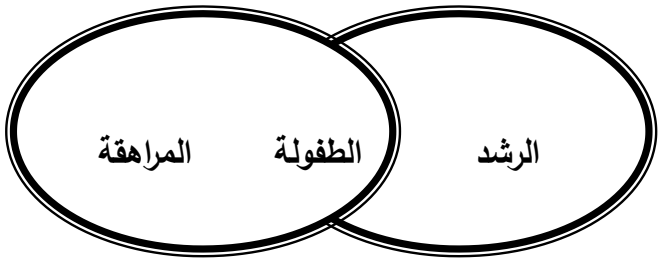
إن البلوغ يعني الجانب العضوي للمراهقة من حيث نضج الوظيفة الجنسية ، و يحدد علماء النفس الفيزيولوجي البلوغ بأنه مرحلة من مراحل النمو الفيزيولوجي التي تسبق المراهقة ، و يستمر أثناءها ، و تحدد نشأتها و فيها يتحول الفرد من كائن لاجنسي إلى كائن جنسي(منسي،1991، صفحة 192)، و معنى ذلك أنه يمكن تعريف البلوغ على أنه نضج الغدد التناسلية و اكتساب معالم جنسية جديدة، وفيها يصبح الفرد قادرا على المحافظة على نوعه و استمرار سلالته (نور،2004، صفحة 15) ، و على ضوء ما سبق ينظر إلى البلوغ كجزء من المراهقة و ليس مرادفا لها ، و هو بمثابة الخطوة الأولى من جملة مراحل النضج(راتب،1999، صفحة 131)

4-4-تحديد المجال الزمني للمراهقة:

بداية المراهقة و نهايتها ليست واحدة عند كل الأطفال ، لأن الخصائص التي تحدد بدايتها تظهر مبكرة عند بعض الأطفال و متأخرة عند البعض الآخر، و يرجع ذلك إلى عوامل كثيرة منها الوراثة الجنس و طبيعة الطفل و البيئة الإقتصادية و الإجتماعية ، و هي عادة ما تبدأ من سن 11 و 13 سنة و تمتد حتى 18 و 21 سنة ، و نلاحظ قصر فترة المراهقة في المجتمعات البدائية حيث ينضج الطفل بسرعة ، حتى تكاد تنعدم فترة المراهقة بالنسبة له ، في حين تطول فترة المراهقة في المجتمعات الغربية الحديثة (فرج،2001، صفحة 119).

بينما هي تضم من وجهة نظر علم الإجتماع أولئك الأفراد الذين يحاولون اجتياز الفجوة بين مرحلتين هما: مرحلة الطفولة، و هي مرحلة يعد الاعتماد أبرز معالمها، ومرحلة الرشد ، و هي مرحلة يمثل الإستقلال و القدرة على اتخاذ القرارات و تحمل المسؤوليات أبرز خواصها (الدسوقي،146 ،صفحة 2003،).

الشكل رقم (5) : تحديد المجال الزمني للمراهقة



4-5-مراحل المراهقة: يتحدث (**زهران**، 1999صفحة67)عن مرحلة المراهقة باعتبارها إحدى حلقات النمو النفسي ، تتأثر بالحلقات السابقة و تؤثر بدورها في الحلقات التالية لها.

و يقسم مرحلة المراهقة إلى 03 مراحل فرعية :

- مرحلة المراهقة المبكرة : و تستمر ما بين (12-13-14) سنة.
- مرحلة المراهقة المتوسطة : و تستمر ما بين (15-16-17) سنة.
- مرحلة المراهقة المتأخرة : و تستمر ما بين (18-19-20) سنة.

ومن المقيد أن نرسم حدود عمرية تقريبية لهذه المرحلة في الحالات العامة والسوية، وإذا كانت محاولات قد نجحت بعض الشيء في تحديد بعض التغيرات الجسمية والنفسية لهذه المرحلة، أو تحديد زمن اكتمالها إلا أنه لم يتم اية النضج الانفعالي أو الاجتماعي أو العقلي بشكل دقيق، ذلك لأن الأمر بعد وضع حدود دقيقة لبداية أو يتوقف على عدة عوامل منها:

-الطفولة وخبراتها.

-الثقافة التي يعيش فيها المراهق.

-الظروف الفردية للمراهق (الغزي، 1976، صفحة 20)

ولقد حاول بعض الباحثين تقسيمها إلى:

المرحلة الأولى :تبدأ مع بداية البلوغ وتتميز بالزيادة في الغرائز والقوة الفسيولوجية، حيث يصبح لدى الأطفال نزوات شقية وعدوانية ويندهش لذلك.

المرحلة الثانية : تبدأ مع سن الخامسة عشر أي عندما يبدأ المراهق في التحكم الجيد في نزواته، والسبب يرجع الى ان هذه النزوات أصبحت أقل حدة، أو إلى أن المراهق يكون قد إكتسب الوسائل التي يستطيع بها السيطرة على هذه النزوات (grumberg, 1982, p. 682)

وهناك من قسمها إلى ثلاث مراحل هي:

1- **مرحلة ما قبل المراهقة** :وتكون ما بين الثالثة عشر والخامسة عشر، وفيها يكون المراهقون مهتمون أساسا بطرح أسئلة تتعلق بالتغيرات الجسمية التي يتعرضون لها.

2-مرحلة المراهقة بمعنى الكلمة :وتنحصر ما بين الخامسة عشر والسابعة عشر وفيها تتحول اهتمامات المراهقين نحو الآخرين خاصة الجنس المقابل، للبحث عن الصداقة والتجارب الجديدة.

3- مرحلة نهاية المراهقة : وتكون بعد سن السابعة عشر، وفيها يهتم المراهقين بإكتساب إستقلاليتهم والتفكير في مستقبلهم (denval, 1990, p. 13)

وهناك تقسيم أخر يحددها فيما يلي:

1- مرحلة بداية المراهقة : وتعرف بعملية المثلنة (l'idéalisation) لصديق من نفس الجنس، وتعرف على انها عملية نفسية ترتفع بواسطتها صفات وقيمة الموضوع إلى درجة الكمال .

2-**مرحلة المراهقة بمعنى الكلمة** :وفيها يهتم المراهقين بالجنس الأخر.

3- مرحلة نهاية المراهقة :وهي التدعيم والتمتين وأزمة الهوية (حجازي، 1985، صفحة 216)

وعلى كل فهناك أراء شائعة في تحديد الحدود العمرية للمراهقة تقسمها كالتالي:

1-ما قبل المراهقة (11-13 سنة)

وهي فترة لا تتعدي العامين وتسميها" شارلوت "بمرحلة" الاتجاه السلبي "وذلك أن سلوك الفتى والفتاة يتجه نحو السلبية والإعراض عن التفاعل الكامل، ويصعب عليه أن يتحكم في سلوكه الانفعالي وذلك نتيجة لطفرة التغيرات الفسيولوجية والغددية التي تجعله مفرط الحساسية بذاته ومشغولا باجترار الصراعات.

2-المراهقة المبكرة (14-16 سنة)

وهي الفترة التي تلي المرحلة السابقة وتمتد أحيانا حتى سن السادسة عشر، وتسمى هذه المرحلة أحيا بسن الغرابة والارتباك لأنه في هذه السن يصدر عن المراهق أشكال من السلوك تكشف عن مدى ما يعانيه من حساسية زائدة حيث تزداد طفرة النضج الجسمي، وحيث لا يكون قد تهيأ له الفرص ما تجعله يتكيف مع مقتضيات الثقافة العامة التي يعيش فيها.

3-المراهقة المتأخرة (17-20 سنة)

تصادف هذه المرحلة الأخيرة من التعليم الثانوي أو التعليم العالي، وتعرف غالبا بسن اللياقة والواجهة وحب الظهور، وذلك نظرا لشعور المراهق بالغبطة حيث يكون محط أنظار الجميع.

وأهم مراحل التطور في هذه المرحلة توافق الفرد مع نوع الحياة وأشكالها وأوضاعها السائدة بين الراشدين .فهو يتصرف بما يحقق له هدفه الذي ظل فترة طويلة يسعى إليه وهو الوصول إلى اكتمال الرجولة (الغزي، 1976، صفحة 90)

4-6- أهم النظريات التي تفسر المراهقة:

4-6-1- نظرية ستانلي هول:

إن نظرية ستانلي هول تعتبر أن المراهقة هي عبارة عن مرحلة التغير الشديد أو ميلاد جديد مصحوب بالضرورة بنوع من الشدائد والمحن والتوترات وصعوبة التكيف في كل موقف يواجه المراهق.

ويؤخذ عن هول مصطلح العواطف والتوتر حيث استعمله لما تتميز به فترة المراهقة من تعارض وتصارع لدى المراهق بين الإنسانية والمثالية القسوة والرقة والعصيان، وتشير نظريته إلى أن الفرد يرث الخصائص البيولوجية الخاصة بالجنس البشري إذ أنها تدخل في تركيب المورثات.

وفي آخر الدراسات التي قام بها "هول" لعمل الأجناس البشرية اتضح له أن المراهقة ظاهرة حضارية وثقافية وهذا يعني أنه تراجع في الأخير عن نظريته في المراهقة على أنها أزمة حتمية يمر بها كل فرد مهما كانت وضعيته ومهما كانت بيئته.

4-6-2- نظرية "سيجموند فرويد"":

ويشير أن الغريزة الجنسية تظهر وتنكشف لأول مرة عندما يصل المراهق إلى سن البلوغ ويضيف قائلاً: "لقد علمتنا التجارب بأن عملية قولبة الإرادة الجنسية للجيل سوف تتم عندما يسعى الراشدون الكبار إلى فرض سيطرتهم وتعميق نفوذهم في نفوس أطفالنا بصورة مبكرة بالتدخل في حياتهم الجنسية قبل وصولهم إلى السن البلوغ بدلاً من الانتظار والتريث حتى تنتهي العاصفة المدمرة"، وهذا ما ذهب إليه الدكتور "عبد الغني الديدي" على أن المراهقة مرحلة انفعالية وتناقضات سلوكية يحدث فيها النكوص إلى الطفولة ويظهر الصعاب بشكل لا بأس به .

4-6-3- نظرية جيزيل وعملية النضوج:

ينفرد "جيزيل" من بين الآخرين بوصفه أصناف السلوك عبر مراحل، فهو لا يقر الإشارة إلى المراهق بصفة عامة بل تحدد المراهقة في رأيه بالمفهوم الجسمي والعمليات الفطرية التي تسبب النمو والتطور المتزامن وبالقابلية على الاستنتاج وكذلك المراهقة حسب جيزيل هي المرحلة التي يتأثر فيها الفرد بعوامل فسيولوجية(حافظ،1989، صفحة 29)

4-7- جوانب النمو المختلفة في مرحلة المراهقة وأبرز مظاهرها :

تبدا مرحلة المراهقة عند الإنسان حين يصل إلى البلوغ الجنسي ويكون ذلك في المتوسط بحدود سن 13 سنة، وتنتهي على الأغلب في سن 21 سنة، أي أنها تستمر فترة من الزمن لا تقل عن ثماني سنوات، (عريفج، 1993، صفحة 137)حيث تختلف هذه المرحلة عن جميع المراحل الحياتية للفرد، ويلاحظ النمو السريع والشامل من الناحية الجسمية، العقلية، الوجدانية والإجتماعية والخلقية ... وفي هذه المرحلة تظهر الخصوصيات الفردية بطريقة خاصة، وتكون الصفات الوراثية والواقع الخارجي الذي ينشأ فيه عاملا في ظهورها (akramouv, 1990, p. 105)فتتميز هذه المرحلة ببعض الخصائص والمظاهر وتتمثل فيما يلي :

4-7-1- مظاهر النمو الجسمي والفسيولوجي :تعد مرحلة المراهقة الطفرة في النمو الجسماني بشكل عام فهي مرحلة (نور، 2004، صفحة 17) نمو جسماني سريع لا يفوقها في النمو إلا مرحلة ما قبل الميلاد، حيث تعتبر مرحلة نمائية سريعة تشتمل جميع مكونات الجسم الفسيولوجية(نمو الاجهزة الداخلية) والعضوية (نمو الاجهزة الخارجية) وتتفاوت اعمار دخول الجنسين في مرحلة المراهقة، حيث أن الإناث يسبقن الذكور عادة في بلوغها (الشيباني، 2003، صفحة 133)، ومن أبرز مظاهر النمو الجسمي والفسيولوجي ما يلي :

- يستطرد النمو في اتجاهاته في هذه المرحلة حتى يصل إلى غايته في نهايتها ، وتتضح السمات الجسدية للفردوتستقر ملامح وجهه .
- تستمر الزيادة في الطول لدى الذكور إلى حوالي 19 سنة، كما تستمر الزيادة في الوزن لدى الجنسين حتى الرشد ويلاحظ تفوق الذكور على الإناث في كل من الطول والوزن

-يصل الفرد إلى التوازن الغددي، واكتمال النضج للخصائص الجنسية الثانوية، ويتم التكامل عنده بين الوظائف الفسيولوجية.

-تكتمل الأسنان الدائمة بظهور أضراس العقل الأربعة، كما يكتمل النضج الهيكلي والنضج الجسمي في نهاية المرحلة.

- تبدأ سرعة نمو الغدد التناسلية الذكرية في هذه المرحلة حتى تصل إلى إكتمال نضجها في الرشد، ويستطرد نمو الغدة التناسلية الانثوية حتى تصل إلى وزنها الكامل .
- تنضج درجة وضوح القوة البدنية عند الذكور عنها لدى الإناث مما يجعلهم يتفوقون عليهن في الانشطة الرياضية خلال سنوات هذه المرحلة (السيد، 1985، صفحة 360)

4-7-2- مظاهر النمو الحركي :من أبرز مظاهرها ما يلي:

في بداية مرحلة المراهقة ينمو الجسم نموا سريعا، فينتج عن هذا النمو السريع غير المتوازن ميل المراهق لأن يكون كسولا خاملا قليل النشاط والحركة، وهذه المرحلة على خلاف المرحلة السابقة) الطفولة المتأخرة (التي كان يتميز فيها الطفل بالميل للحركة والعمل المتواصل وعدم القابلية للتعب، وذلك لأن النمو خلال الطفولة المتأخرة يسير في خطوات معتدلة .فالمراهق في بدء هذه المرحلة يكون توافقه الحركي غير دقيق فالحركات تتميز بعدم

الاتساق، فنجد أن المراهق كثير الاصطدام بالأشياء التي تعترض سبيله، وكثيرا ما تسقط من بين يديه الأشياء التي يمسك بها.ويساعد على عدم استقراره الحركي التغيرات الجسمية الواضحة والخصائص الجنسية الثانوية التي طرأت عليه، وتعرضه لنقد الكبار وتحمله العديد من المسؤوليات الاجتماعية، مما يسبب له الارتباك وفقدان الاتزان.

وعندما يصل المراهق إلى قدر من النضج، تصبح حركاته أكثر توافقا وانسجاما .فيزداد نشاطه ويمارس المراهقون التدريبات الرياضية محاولين إتقان بعض المهارات الحركية التي تحتاج الى دقة وتآزر حركي مثل العزف على آلات موسيقية ويعض الألعاب الرياضية المتخصصة والكتابة على الآلة الكاتبة (معوض، 2003، صفحة 340)

4-7-3- مظاهر النمو العقلي :

إن الحياة العقلية نحو التمايز والذي يقوم على الذكاء والإدراك والتذكر والتفكير والتخيل .. هي قدرات عقلية لدى المراهق تلعب دورا كبيرا في تكوين صورته عن ذاته وتقييمه لها .

وتشير الدراسات إلى أن منحنيات نمو الذكاء في فترة المراهقة لا تظهر على هيئة قفزة سريعة كما هو الحال في النمو الجسمي، ويلاحظ زيادة القدرة على إكتساب المهارات والمعلومات وعلى التفكير والإستنتاج، كما ان الفروق الفردية في النواحي العقلية تأخذ بالوضوح، وتبدأ قدرته وإستعداداته في الظهور، كما تزداد القدرة على الإنتباه والملاحظ والنقد والإدراك (زهران، 1983، صفحة 143) .

- يصل النمو في الذكاء إلى أقصاه ما بين الثامنة عشر والعشرين، أما القدرات العقلية الأخرى تستمر في النمو والتباين والتمايز خاصة القدرات اللغوية والميكانيكية والمكانية، بمعنى أن قدرة الفرد على فهم الألفاظ واستخدامها، وقدرته على حل الأجزاء الميكانيكية وتركيبها، وقدرته على فهم الأوضاع المختلفة للإشكال الهندسية تظل في نموها المطرد خلال هذه المرحلة .وتبين البحوث أن هناك فروقا في درجة نمو هذه القدرات، وأن هناك فروقا واضحة فيما يلحقها من ضعف بعد ذلك، فبعضها يأخذ في الضعف بعد سن العشرين وهي القدرات التي تقيسها اختبارات التجانس والتشابه، والاختبارات العددية وإكمال الجمل، وبعضها الأخر يستمر في الزيادة بنسبة ضئيلة بعد هذا السن وهي القدرات التي تقيسها اختبارات معاني الكلمات والمعلومات العامة.

-يتمكن المراهق من استيعاب المفاهيم والقيم الأخلاقية المتعلقة بالصواب والخطأ، ومن فهم معاني الخير والفضيلة والعدالة وغير ذلك من القيم الأخلاقية، كما تتبلور لديه القدرة على اكتساب المهارات العقلية والمفاهيم اللازمة للمواطنة الصالحة.

-يصبح المراهق أكثر قدرة على تقويم نفسه، واستخدام المناقشة المنطقية والتمييز بين ما هو واقعي وما هو مثالي.

-يميل المراهق في حل مشاكله العملية والعقلية إلى فرض الفروض المختلفة، وتحليل الموقف تحليلا منطقيا متسقا وتزداد قدرته على التفكير المستقل واتخاذ القرارات واصطناع فلسفة معينة له في الحياة.

-يزداد طول فترة الانتباه، كما تزداد القدرة على تركيز التفكير مما يزيد من قدرته على الحفظ والتذكر القائم على الفهم واستنتاج العلاقات.

- تظهر النظرة المستقبلية لدى المراهق في هذه المرحلة وتبدو إهتمامات الذكور حول عدد من مجالات الحياة المستقبلية أكثر مما عليه من الإناث .

4-7-4- مظاهر النمو الجنسي:

النمو الجنسي له أهمية في حياة الفرد عامة والمراهقين خاصة، والنمو الجنسي مرتبط بالنمو الجسمي والفسيولوجي والانفعالي والاجتماعي (معوض، 2003، صفحة 377) فالغريزة الجنسية تعد من أقوي الغرائز تأثيرا على الصحة النفسية، ومن أكثرها عرضة للكبت والضبط من قبل بعض العادات والقيم الاجتماعية والنمو الجنسي تبدا علامته بظهور العادة الشهرية عند الإناث مع وجود حالات تأخر، وعسر وغياب هذه العادة عند عند بعضهن .والسبب في ذلك يرجع إلى وجود إضطراب هرموني أو أزمة نفسية أو مرض حاد .أما عند الذكور فتظهر مع أول عملية قذف أو احتلام كدليل بيولوجي على إنتاج السائل المنوي، والنمو الجنسي له جانبين : الأول يتمثل في اكتساب الخصائص الجنسية الأولية والثانوية -أما الجانب الثاني فيرتبط بالنمو الوظيفي لهذه الخصائص. فالوظيفة الجنسية تتطور عند المراهق بالتدرج، وللوسط التربوي العائلي والمدرسي والاجتماعي عامة تأثير بالغ في تطويرها وتوجيهها الوجهة الصحيحة، فبعد نضج الأعضاء التناسلية تبدأ اهتمامات المراهقين تتمركز حول النمو الحاصل لهذه الأعضاء .كما تنصب انشغالاتهم حول قضايا الجنس وتفصيلاته خاصة عند الطرف الأخر، فتزيد الطاقة الجنسية لديهم من تطفلهم لمعرفة الكثير عن وأسرار الجنس، والتفكير أكثر في خبايا وأسرار الجنس والتفكير أكثر في تكوين علاقات عاطفية وغالبا ما تكون هذه العلاقات سطحية وغير ثابتة ترمي إلى البحث عن المتعة .وأي اضطراب أو خلل في النمو الجنسي يصبح سببه المراهق متشككا في قدراته التناسلية ومتخوفا من مستقبله العلائقي، ويرى في هذا عائقا في تحقيق طموحاته.

وفي بعض الأحيان تكون الغجابات الخاطئة أو الغامضة، او عدم الرد من قبل الأباء، او أساليب التنشئة الإجتماعية الرافضة أو المقيدة للغريزة الجنسية، أو نقص التوجيه السليم لها من الاسباب الكامنة وراء إنحراف الوظيفة الجنسية عند بعض المراهقين، فيلجئون إلى مصادر خاطئة بحثا عن إجابات لإستفساراتهم ، كما يقدمون على ممارسة بعض السلوكات الجنسية التي يجدون فيها متنفسا لهذه الطاقة ، والإستمناء او العادة السرية كما يسميها العض من اكثر السلوكيات الجنسية إنتشارا بين المراهقين، فبواسطتها يتعمدون الإثارة الذاتية للأعضاء التناسلية بغية الحصول على اللذة، وهذه العادة ليست مقصورة على الذكور فقط بل حتى الإناث يقبلنا عليها . وقد اعتبرها بعض الباحثين الغربيين أنها أسلوب تعبيري للحالة الجنسية .ومن مظاهر النمو الجنسي الاعتناء الزائد بالمظهر الخارجي خاصة عند المراهقات .وخلال هذه الفترة تتغير نظرة المراهق من الرومانسية
إلى الميول الجنسية الصريحة، ومن نظرة مثالية إلى نظرة جنسية، ويظل المراهق متأرجحا بين حبه الرومانسي ودوافعه الجنسية المتحفزة حتى تنتهي فترة المراهقة.

وبين التفسير الغربي الليبرالي الذي لا يضع قيودا للنشاط الجنسي والأسلوب الرافض لهذا النشاط نجد التصور الإسلامي الذي يعترف بهذا النشاط، ولا ينظر إلى العلاقة بين الرجل والمرأة على أنها رباط من أجل إشباع

جنسي فقط، بل ينظر إليها زيادة على ذلك على انها علاقة سكينة ومودة، وعندما زامن ظهور البلوغ مع بداية سن الرشد قد حسم الموقف بتوجيهه السليم والطبيعي للطاقة الجنسية، لأن تحمل المسؤولية من حيث ترتيب الثواب والعقاب دنويا وأخرويا تبدأ بداية المراهقة، وغالبا ما ينصح بالزواج المبكر كحل للقضاء على السلوكيات الجنسية المنحرفة في هذه الفترة .وبغض النظر عن السلوكيات الشاذة والتذبذب في العلاقات الجنسية وتغلب الجانب العاطفي فيها فإن هذه المظاهر مؤشرا على تطور النشاط الوظيفي للخصائص الجنسية المكتسبة وفي هذا تكمله للنمو العام (البستاني، 1989، صفحة 101)

4-7-5- مظاهر النمو الانفعالي :

يتميز المراهق في هذه المرحلة بشدة التأثر والحساسية والإنفعالية، وذلك نتيجة لإختلاف توازنه الغددي والهرموني الداخلي (peetres, 1998, p. 13) بحيث تتميز هذه المرحلة بقلق نتيجة التغيرات الجسمية والنفسية والتي تؤدي بالمراهق إلى القلق الجنسي، مثله كأي دافع اخ، ويلاحظ عدم الثبات الإنفعالي للمراهق متجليا في تحول سلوكه بين سلوك الاطفال وتصرفات الكبار، وتغير شعوره بين الحب والكراهية والشجاعة والخوف، والانشراح والإكتئاب والتدين والإلحاد، والحماس واللامبالاة (مخول، 1991، صفحة 166)

ومن مظاهر الإنفعالية في هذه المرحلة ما يأتي :

-يحاول المراهق التوافق مع المتغيرات التي تطرأ على جسمه وتقبلها ويرتبط شعوره بالرضا أو عدمه بمدى اقترابه أو ابتعاده من النموذج الذي يتصوره لنفسه أو من الصورة التي يود أن يكون عليها.

- يزداد شعور المراهق بذاته ويتجلى ذلك في مشاعر التمرد والعصيان والثروة والغضب التي يبذلها نحو مصادر السلطة في الأسرة والمدرسة والمجتمع وخاصة تلك التي يحس انها تعيق نشاطه وتحول بينه وبين تحقيق غاياته (عريفج، 1993، صفحة 142)

-نتيجة تضارب الانفعالات وعدم استقرارها يؤدي ذلك بالمراهق إلى الشعور باليأس والقلق والشعور بالإخفاق والإحباط الذي ينعكس على انطوائه الذاتي وميله للعزلة، والعجز المادي قد يكون السبب المباشر الذي يحول دون تحقيق رغباته وأهدافه.

-يعتقد المراهق أن الكبار لا يفهمونه ويريدون السيطرة عليه وأن أفكارهم قديمة، وأن المجتمع لا يساعده، فيفسر المساعدة أو النصيحة على أنها تسلط وإهانة .ومن مظاهره سلوك التحدي والعصيان والانحراف ومخالفة الجماعة (الشيباني، 2003، صفحة 218) .

-تأخذ عاطفة الحب في هذه المرحلة بالتبلور، ومن المعروف أن الحب المتبادل يعد من أهم خصائص النمو الانفعالي، نظرا لما يترتب عليه من إحساس بالقبول من الآخرين.

-تتسم انفعالات المراهق بالقوة والحساسية المفرطة وعدم الثبات، مما حول دون تحكمه في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية، فهو قد يضحك في موقف جاد أو محزن، ثم يستشعر خطأ ويندم، وقد يتصرف تصرفا غير لائق، ثم يعود ليلوم نفسه وتنتابه الكآبة ووخز الضمير وأحيانا يبدو مسرورا مبتسما ثم يصبح مغموما مهموما.

تتأثر استجابات المراهق الانفعالية إلى حد كبير بمستويات المعايير والقيم التي تفرضها الجماعة والثقافة القائمة على أفرادها المختلفين .وعليه فإن أكثر ما يخشاه المراهق هو أن يشذ سلوكه عن إطار الجماعة التي يتفاعل معها، أو يهبط عن معاييرها وقيمها، وتؤثر هذه الخشية في انفعالاته وتميل به إلى الشك في أفعاله وأفعال الآخرين (معوض، 2003، صفحة 317)

- تؤدي مشاعر المراهق المتعلقة بالجنس إلى إحساسه بالذنب والخطيئة.
- يلاحظ التردد في سلوكه نتيجة عدم الثقة بنفسه .
- يكون خياله خصبا، وفي عالم الخيال يتخطى المراهق حدود الزمان والمكان، وفي الخيال يحل مشكلاته ويحقق رغباته .
- وفي احلام اليقظة تختلف الرغبات بالواقع، ويحتل دور البطل ويشعر بأهميته، ويحقق لنفسه الامن والرغبات والحاجات غير المشبعة تحت الضغوط الاجتماعية، ويجد مهربا من المواقف التي لا يستريح إليها، وفي احلام النوم يكون المراهق دائما هو البطل والمؤلف والمخرج (matvat, 1972)

من خلال ما تقدم يجب الاهتمام بمشاكل المراهق الانفعالية والمبادرة إلى حلها وعلاجها قبل أن تستفحل، بالإضافة إلى العمل على تخليصه من التناقض الانفعالي، والاستسلام الزائد لأحلام اليقظة، وتوفير الجو المليء بالحب والفهم والرعاية وهو ألزم ما يكون بالنسبة للنمو الانفعالي السوي للفرد المراهق وتحقيق الصحة النفسية.

4-7-6- مظاهر النمو الاجتماعي:

لا شك أن النمو الاجتماعي للمراهق هو جانب مهم من جوانب النمو النفسي التي يمر بها المراهق بجانب النمو الجسمي، والجنسي والنمو العقلي والنمو الانفعالي، فكل هذه جوانب مختلفة من جوانب النمو تتكامل فيما بينها رغم اختلافها لكي تسهم في نقل الفرد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة، وهي إن صح التعبير، إنما هي تغيرات سريعة ومتلاحقة تغشى شخصية المراهق عامة وتشكل سلوكه وتضعه على حافة مرحلة جديدة من النمو (محمد م.، 2003، صفحة 267) .

تتمايز العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة بأنها أكثر تمايزا وأكثر اتساعا وشمولا عنه في مرحلة الطفولة، فبنمو الفرد وتزداد وتتسع أفاق علاقاته الاجتماعية لتتابع مراحل النمو المضطرد .وتستمر عملية التطبيع والتنشئة الاجتماعية.

تزداد مجالات النشاط الإجتماعي في هذه المرحلة ويتنوع الإتصال الشخصي بالمدرسين والقادة والرفاق والمخالطين والاخرين والذين يتفاعل معهم المراهق على مدى اكثر تنوعا وشمولا، وبإتساع دائرة العلاقات والتفاعل الإجتماعي، يتخلص المراهق من بعض جوانب الأنانية التي تطبع سلوكه في مرحلة الطفولة فيحاول ان يأخذ ويعطي ويتعاون مع الاخرين .

وأثناء تفاعل المراهق وتعامله مع الآخرين تتأكد لديه مظاهر الثقة بالنفس، وتأكيد الذات، محاولته إشعارهم كفرد له كيان مستقل، ولذا نجد ميل المراهق للعناية بمظهره وملبسه وطريقة حديثة، فنجده يتحدث كثيرا عن نفسه وعن قدراته وتفوقه في مجالات التحصيل الدراسي، أو عن جولاته وغرامياته مع الجنس الأخر .وفي هذه المرحلة يثور المراهق ويتمرد على سلطة الأسرة والمدرسة وقيودهما .ويميل بطبيعته للاندماج مع جماعة الأقران، والامتثال لآرائها ، فيستبدل بإخلاصه لأهل بيته إخلاصا لأصدقائه وزملائه، فعن طريق جماعة الأصدقاء التي هي خير متنفس له، يجد الراحة النفسية التي تقيه وتخفف عنه عوامل الكبت والإحباط ولذا يتولد لدى المراهق شعور بالولاء والاحترام لهذه الجماعة،ورغبته في الاستحواذ على إرضائها والاندماج تحت لوائها.ويقبل كل ما يصدر عنها عن طيب خاطر .وشعور المراهق باتفاقه مع الجماعة ووحدته معها يجعله يحس بأنه ليس وحيدا في أزمته التي يتجاوزها . ولذا نجد أن المراهقين يميلون لتكوين الصداقات والبعد عن العزلة والانطواء، فيخلو الصديق لصديقه، ويحكي له مغامراته مع أفراد الجنس الآخر، ونشاطه الرياضي وكيفية تمضيه وقت فراغه .مثل هذه العلاقات وتبادل المعلومات تثري حياة المراهق وتساعد على نمو شخصيته.

ويمكن تلخيص أهم خصائص ومظاهر النمو الاجتماعي فيما يلي:

أ – الاستقلال :يميل المراهق للاستقلال والتحرر من قيود الأسرة وتبعيتها.

ب– الولاء لجماعة الأصدقاء في الوقت الذي يسعى للتحر من قيود الأسرة .

ج– التمرد والثورة: يثور على الأسرة ويتحداها وتمتد ثورته وتمردهّ إلى المدرسة والمجتمع بتقاليده وقيمته .

د– الزعامة : الميل للزعامة عندما تبرز الشخصية وتتميز بالقوة والتماسك، ويختار عامة الافراد الزعيم من بينهم الذي يتصف بمميزات عقلية أو جسمية أو إجتماعية، والقدرة على حل مشكلات الجماعة والتصرف فيها .

هـ– الميل للجنس الأخر : يميل المراهق غلى الجنس الاخر ويحاول ان يجذب إنتباهه .

و– المنافسة : تشتد المنافسة بين المراهق وإخوته أو اترابه، وتأخذ المنافسة شكلا فرديا، فهو يتنافس فس التفوق والتحصيل الدراسي والنشاط الرياضي والفني ،كالتمثيل والموسيقى والرسم.... وقد يزداد التنافس فتسيطر نزاعات الأنانية ويبدو ذلك في شكل صراع ومعاناة وتوتر، فيصاحب ذلك الوقعية والإنتقام، وقد تكون المنافسة ظاهرة صحية في إطار المعقول، تثري حياة الفرد وتنمي مواهبه وقدراته وتشحنه على التقدم والإرتقاء، وتتطور المنافسة إلى مستوى يسودها روح الفريق الذي يعمل في تناسق وتكامل وتعاون

(معوض، 2003، صفحة 352)

4–8– أنماط المراهقة :

يمكن تمييز أشكال عامة عن المراهقة من حيث التوافق مع الذات ومع الآخرين ومن حيث عدم التوافق .وفيما يلي شرح لأنماط المراهقة:

أ –المراهقة المتوافقة السليمة:

تتميز بالإستقرار العاطفي وتكامل الاتجاهات، والتوافق مع الذات ومع الآخرين، الرضا عن الذات

والاعتدال والقدرة على تحمل الإحباط وتجاوز القلق .هذه المراهقة هي التي توفرت لها المعاملة الأسرية السميحة التي تتسم بالحرية والتفهم، واحترام رغبات المراهق وعلى تأكيد الثقة بالنفس، وشعور المراهق بقيمته .إضافة إلى الجو الأسري الهادئ (الغزي، 1976، صفحة 112)

ب –المراهقة الإنسحابية المنطوية:

تتميز بالإنطواء والاكتئاب والسلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص ، وقلة النشاط والإستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان .والتثبيت على المراحل الطفولية من النمو والاتجاه إلى النزعة الدينية المتطرفة بحثا عن الراحة النفسية والخلاص من مشاعر الذنب (زيدان، 1986، صفحة 121)

هذه المراهقة ناجمة عن اضطرابات الجو النفسي في الأسرة لسيطرة الوالدين، الحماية الزائدة، ضعف المستوى الاقتصادي والاجتماعي .التخلف في التكوين الجسمي وسوء الحالة الصحية، نقص إشباع الحاجة والتثبيت على الأدوار الأولى لنمو أدوار السنة الأولى من العمر.

ج –المراهقة العدوانية المتمردة:

سماتها الثورة ضد السلطة والانحراف الجنسي، والميل للأذى والتدمير، التأثر السريع بأبطال الروايات والأفلام، الشعور بالظلم والقلق والاستغراق في أحلام اليقظة ونقص الحس الأخلاقي والاجتماعي.الأسباب هنا تعود إلى التربية الضاغطة المتزمتة و القمعية، أو ضغطها أو رخاوتها، مما يعيق تكوين الضمير الأخلاقي والكوابح الداخلية.

د –المراهقة المنحرفة:

سماتها الانحراف الخلقي والجنوح المضاد للمجتمع، والانتماء إلى أسرة مفككة أو منحلة أخلاقيا.ويكون سببها مرور الفرد بخبرات شاذة وصدمات عاطفية وقصور الرقابة الأسرية أو تخاذلها .تجاهل رغبات الولد وحاجاته، النقص الجسماني والضعف العقلي وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة.كما أن هذا النوع من الحالات يمثل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني .فإذا كانت الصورتين السابقتين غير متوافقة أو غير متكيفة، إلا أن مدى الانحراف لا يصل في خطورته إلى الصورة السادية حيث نجد الانحراف الخلقي والانهيار النفسي (الغزي، 1976، صفحة 113)

4–9– أنواع المراهقة:

لقد قسم "صموئيل مغاربوس" المراهقة إلى أربعة أنواع:

4–9–1– المراهقة المكيفة:

يتسم هذا النوع من المراهقة بالهدوء والميل والاستقرار العاطفي والخلو من جميع التوترات الانفعالية السلبية وتتميز فيها علاقة المراهق بالآخرين بالحب والتفتح.

4–9–2– المراهقة الإنسحابية:

هي عكس المراهقة المكيفة، تتميز بالانطواء والعزلة والخجل والصفات الأخلاقية.

4-9-3- المراهقة العدوانية: تتميز بتمرد المراهق على الأسرة والمدرسة والمجتمع وعدم التكيف والتحلي بالصفات اللاأخلاقية (إسماعيل،130، صفحة 1982،).

4-9-4- المراهقة المنحرفة:

يتميز فيها المراهق بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي وعدم القدرة على التكيف وإيذاء الآخرين، فعلى الأساتذة أن يكونوا على دراية كاملة بهذه الأنماط للتعامل معها، وأنها تصادفه حتماً في مشواره المهني أو الرياضي، وتتآلف من ثلاثة أنماط أو أنواع هي:

4-9-4-1- المراهقة المبكرة: تبدأ من (11-14) سنة حيث تصادف هذه المرحلة الطور الثالث، تمتد من بدا النمو السريع الذي يصاحبه البلوغ وحتى بعد البلوغ بسنة تقريباً أي عند استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة للفرد.

4-9-4-2- المراهقة المتوسطة: تتراوح ما بين (14-18) سنة تصادف في الغالب الطور الثاني والثالث وسنتناول في هذا الفصل خصائص هذه المرحلة بالتفصيل.

4-9-4-3- المراهقة المتأخرة: فيما يحاول المراهق تكييف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه محاولاً التعرف على ضبط النفس وغالباً ما تمتد هذه المرحلة ما بين (18-21) سنة (معروف،1986، صفحة 17) ' تؤثر على سلوكه وتترك انطباعات وآثار واضحة في شخصيته، والفكرة الرئيسية لدى جيزل فيما يخص سيكولوجية المراهقة تدور حول النضوج الذي يعرفها بأنها: "العملية الفطرية الشاملة للنمو الفرد وتكوينه وتتعدل وتتكيف عن طريق الغدة الوراثية للفرد" (نوري،1990،، صفحة 29).

4-10- العوامل المؤثرة في انفعالات المراهق:

تتلخص هذه العوامل في التغيرات الجسمية والجانب العقلي والعلاقات الاجتماعية والشعور الديني.

أ -التغيرات الجسمية:

تتأثر انفعالات المراهق بنمو الغدد الصماء أو ضمورها، فنشاط الغدد التناسلية بعد سكونها طوال مرحلة الطفولة، وضمور غدد أخرى بعد نشاطها طول الطفولة، كل هذه عمليات داخلية لها أثارها النفسية الانفعالية في الفتى أو الفتاة، كما تتأثر انفعالاته بالتغيرات الظاهرة التي تطرأ على أجزاء جسمه، وبتغير النسب الجسمية لأعضائه، ولا بد أن يفهم البالغ أن هذه التغيرات طبيعة، حتى يتكيف معها، وإنها دليل الرجولة أو دليل الأنوثة الكاملة.

ب -العمليات العقلية:

يتغير إدراك المراهق للعالم المحيط به نتيجة للنمو العقلي في جوانبه المتمايزة، وتتأثر انفعالات المراهق بهذا التغير، وتؤثر بدورها في استجاباته، فقد يغضب لموقف فهمه فهما خاطئا، أو ظن أن الآخرين يسخرون منه، فلا بد من توضيح كل موقف حتى لا يفهم أي موقف فهما خاطئا.

ج –العلاقات العائلية:

يتأثر النمو الانفعالي للمراهق بالجو الاجتماعي السائد في عائلته، فأي مشاجرة تنشأ بين الوالدين تؤثر في انفعالاته، وتكرار هذه المشاجرات يؤخر نموه السوي، ويعوق اتزانه الانفعالي، ومغالاة الوالدين في السيطرة على أمور حياته اليومية، والاستمرارية في معاملته كطفل صغير يحتاج إلى إرشاد دائم .وإعاقة وإخضاعه ميوله وهواياته لاختيار الوالدين لمهنته المقبلة، وشعوره بالحرمان المالي الشديد الذي يهبط بمكانته بين الرفاق، وإهمال تدريبه على ضبط انفعالاته منذ الطفولة .كل هذا يؤثر تأثيرا ضارا في نموه الانفعالي.وقد يثور المراهق على هذه البيئة، أو يكبت هذه الثورة في نفسه ليعاني بذلك ألوانا مختلفة من الصراع النفسي .

د –سلوكيات جماعة الأقران وقيمهم:

تتأثر النواحي الانفعالية لدى المراهق بالقيم التي تسود جماعة الأقران، فيخشى المراهق أن يشذ بسلوكه الجديد عن سلوك الجماعة التي يتفاعل معها، أو يبتعد عن مستوى القيم الذي تحدده .فالجماعة التي تحترم العمل والجد تدفع المراهق إلى أن يجتهد، حتى يحتفظ بعضويته فيها، بل ويحصل على مركز مرموق نتيجة جهده .أما الجماعة التي تشجع التسرب من المدرسة أو الانحراف بأي صورة من الصور، فتدفعه إلى تقليدها في ذلك وإن كان غير مقتنع به .فإن جماعة الأقران تحدد بسلوكها وقيمها ما يرضي المراهق وما لا يرضيه.

لذا ينبغي على الأسرة أن تراعي ما يلي:

–يجب على الوالدين ألا يتشاجرا أمام الأولاد، أو إشعارهم بأي خلافات بين الوالدين .ذلك لأن الطفل أو المراهق يكره البيئة المليئة بالخلافات، أو قد يكره أحد الوالدين.

–ألا يتدخل الوالدين في كل أمور حياة المراهق، لأنه يريد أن يشعر بالاستقلال، فإنه أصبح رجلا .والتوجيهات يجب ألا تأتيه في صورة أوامر.

–أن يشجع الوالدان المراهق على الاستقلال والاعتماد على النفس، مع توجيهه عندما يلزم الأمر بالنصائح وملاحظة سلوكه ومعرفة سيرته.

–العناية بالجانب المالي، فلا يضيقا عليه فينحرف ليحصل على المال، أو يشعر بالدونية أو الرفض، ولا يسرفا كذلك في إعطائه فينحرف أيضا.

–معرفة جماعة الأقران التي ينتمي إليها ضرورية، حتى تعرف من هو وكيف يسلك.

–نصح المراهق واستشارته في السلوكيات الخاطئة التي تسلكها جماعته أو عناصر منها، حتى يتجنب هو مثل هذا السلوك.

–تشجيع المراهق على استخدام عقله في نقد ما يرى أو يسمع.

–إثارة نوازع الخير لدى المراهق وتحفيزه على خدمة الآخرين (طه ش.، بدون تاريخ، صفحة 78)

4–11– العوامل المؤثرة في النمو الاجتماعي للمراهق:

هناك العديد من العوامل التي تؤثر في النمو الاجتماعي للمراهق، ونحاول في هذا الجانب التطرق لأهم

هذه العوامل والتي تتلخص في الأسرة والمدرسة وجماعة الأقران لما لها من تأثير على سلوك الفرد ونموه الاجتماعي.

– 1الأسرة:

للأسرة أثر هام في شخصية المراهق، وهي تختلف من حيث تنظيمها وحجمها ومن حيث عدد أفرادها وأعمارهم، ثم من حيث العلاقات الانفعالية بينهم .وكذلك مركزها الاجتماعي والاقتصادي، وأهم ما يتدخل في التكوين النفسي للمراهق هو العلاقات العاطفية الجيدة بينه وبين والديه وبينه وبين إخوته، وهذه العلاقات تتأثر دون شك بعدد الأفراد ومركز المراهق منهم .تتطلب تربية المراهق الصحيحة أسرة سوية يسودها الاتزان والعلاقات السليمة، التي توفر للمراهق الإشباع العاطفي والشعور بالانتماء وتقدير الذات، وتتسع إلى مجال الثقة بين المراهق ووالديه، فالثقة المتبادلة لها أثرها الهام في الاستقرار الانفعالي والنضج الاجتماعي للمراهق (يونس، 2004، صفحة 143)

وقد لوحظ أن الطفل حين يراهق يصبح أكثر حساسية لمركز أسرته الاجتماعي وأسلوب حياتهما وإمكانياتهما المادية، وكثيرا ما يقارن بين والديه وغيرهما من الأفراد.

–فيجب على الأسرة مساعدة المراهق على بناء الثقة بنفسه وإعطائه الفرصة ليعبر عن أرائه وأفكاره ومناقشته فيها بمرونة وهدوء، حتى يستطيع كشف أخطائه بنفسه وتكوين مبادئ ومعايير صحيحة تتفق والمجتمع الذي يعيش فيه .كما يجب عليها أيضا أن تساعده تدريجيا في استقلاليته ورغبته في التحرر من قيودها بطرق عدة، منها التصرف المادي،وكذا اختيار الأصدقاء إلا بقدر.على أن يكون ذلك عن طريق التوجيه لا الأمر .ومساعدته على اجتياز مرحلته بهدوء واتزان وهذا لتحقيق توافقه الاجتماعي (معوض خ.، 2003، صفحة 355)

2–المدرسة:

المدرسة هي الوسط الذي يأخذ بيد النشء من المنزل إلى المجتمع الأكبر، مهيئين للعمل والبناء فيه .ومن واجبها تهيئة الجو الملائم للنمو السليم في كل مرحلة من المراحل .والمدرسة توفر للمراهق حياة الجماعة التي يصعب أن يجدها في الأسرة، لاختلاف نوع التفاعل وشكل العلاقات بداخلها، وهي بذلك تؤثر في تغيير اتجاهات الفرد المراهق حيث أن تغيير الجو الاجتماعي يؤدي إلى تغيير في التفكير والاتجاهات، كما أن جماعة الفصل كجماعة فرعية، لها تأثيرها أيضا في سلوك المراهق الذي يرغب في القبول الاجتماعي، وإشباع الشعور بالانتماء فيمتثل عادة لعاييرها وأسلوب سلوكها .فإذا استطاعت المدرسة أن توفر جوا اجتماعيا سليما، يحقق التناسق والانسجام بين جماعة التلاميذ، تكون قد مهدت الطريق لنمو متكامل لدى المراهق .وهناك كثير من الوسائل التي تستطيع المدرسة أن تحقق من خلالها حياة مدرسية تعين التلاميذ على تنمية شخصياتهم .فالقيادة الديمقراطية مثلا التي تشع منها روح العدالة والمساواة والتفاهم .كفيلة بإخراج شخصية متزنة يمكنها تحمل مسؤولياتها بإيجابية وفاعلية، والمراهق لم يعد طفلا ولم يصبح بعد راشدا، فهو يحتاج إلى مثل هذا النوع من القيادة التي تعطيه من الثقة في نفسه قدرا

يساعده على مقابلة الصعوبات وحل المشكلات وتعوده احترام الغير، وتقبل المعارضة والقدرة على النقد الذاتي ...الخ .وعلى العكس من ذلك فإن القيادة الديكتاتورية والتي تتمثل في سلطة متزمتة في الإدارة أو المدرسين تملأ جو المدرسة بالخوف والرعب، مما يؤدي إلى الانفجار أحيانا داخل الفصل أو خارجه، أو اللجوء إلى حيل ملتوية، يحاول بها المراهق استرجاع شعوره بذاته وبحريته .ونتيجة مثل هذه القيادة تكون شخصيات فاقدة الثقة بنفسها وبغيرها .هذا ومن الضروري أن تكون هناك مجموعة من اللوائح والقوانين التي تنظم العلاقات القائمة في المدرسة، سواء بين التلاميذ وهيئة التدريس والمشرفين أو بين التلاميذ أنفسهم .وتستطيع المدرسة من خلال هذه اللوائح والقوانين أن تنمي في تلاميذها الحياة الجماعية المنظمة، وذلك عن طريق إشراك التلاميذ في وضعها والقيام على تنفيذها .فيشعرون أنها ليست مسلطة عليهم من الخارج وهذا النوع يسمى بالحكم الذاتي، لأنه صادر من التلاميذ أنفسهم .وتأتي أهمية الحكم الذاتي من أن كثير من التلاميذ يخشون مخالفته خوفا من الوقوف أمام زملائهم موقف اتهام، مما يؤثر على مكانتهم الاجتماعية بين الأصدقاء .وتستطيع المدرسة أيضا أن تنمي في تلاميذها أنماط السلوك الاجتماعي السليم .من خلال نواحي النشاطات المختلفة سواء الرياضية أو الاجتماعية .فمثلا تتيح ممارسة الألعاب الرياضية المختلفة للتلاميذ فرصا متنوعة للتعاون والاحترام... الخ .فعلى المدرسة أن تراعي اشتراك جميع التلاميذ في ذلك ولا تركز اهتمامها على تكوين فرق بغرض الفوز فقط في المنافسات، لأن ذلك قد يؤدي إلى ظهور أشكال من التنافس غير المرغوب.

3-جماعة الأقران:

ببلوغ سن المراهقة يتسع المجال الاجتماعي أمام المراهق، فلا تبقى الأسرة محور التفاعل لديه كما كانت في السابق، بل يمتد هذا المجال إلى علاقات خارجية تتمثل أكثر ما يكون في هذه الفترة في تكوين الأصدقاء، وتصبح الصداقة التي كانت تتصف بالاتساع والسطحية في مرحلة الطفولة المتأخرة أعمق وأشد .فنجد أن صداقة المراهق تتحول من الصداقات المؤقتة إلى الصداقات الأكثر دواما وتماسكا وثباتا .كما تتميز بنوع من التغاير والتمايز، الموثوق " "Runer" بمعنى أن أصدقاء المراهق لا يكونون على درجة واحدة من القرب منه فمنهم كما يرى" رانر به والمقرب والرفيق والصاحب .... الخ .ويغلب على الأصدقاء أن يكونوا من نفس الجنس، و يمكن تفسير ذلك بأن البيئة نفسها تفرض التفريق بين الإناث والذكور .واختيار المراهق لأصدقائه من نفس الجنس ليس إلا إحدى المحاولات التي يبذلها للارتباط بقيم البيئة، حتى يحقق لنفسه القبول الاجتماعي الذي يشعره بالأمن والاطمئنان.

والصداقة ليست مظهرا من مظاهر النمو الاجتماعي فقط، بل هي مظهر من مظاهر زيادة الشعور بالذات، وهي تدل على رغبة المراهق في تدعيم موقفه إزاء الراشدين وتحقيق تحرره من سلطة الكبار .و لجماعة الأصدقاء أثر كبير على سلوك المراهق قد يفوق أثر المنزل أو المدرسة .ويتأثر هذا السلوك بنوع العلاقة القائمة بين جماعة الأصدقاء، وبالعادات والتقاليد التي تفرضها الجماعة على أفرادها .وأهمية هذه الجماعة أنها له الجو المناسب للمعاملات الاجتماعية مع الغير، وتنمي فيه روح الإنتماء، وتبرز مواهبه وتؤثر على نموه الخلقي، من حيث قبوله

للمعايير والقيم والتقاليد .هذا إلى أن جماعة الأصدقاء أحيانا قد تسلك مسلكا عدوانيا، اتجاه الجماعات الأخرى فتنحرف بنشاطها، وتتعصب لآرائها وتقاليدها .وقد تنبذ أي فرد من أفرادها إذا شذ عن نشاطها .كما أنها قد تحيط سلوكها بالسرية وتضع الحدود بينها وبين المجتمع من حولها أو تنحدر إلى طريق خاطئ فتخرب وتعتدي ....الخ.

ويلاحظ أن انضمام المراهق إلى جماعة من المنحرفين، قد يرجع إلى الحرمان العاطفي وعدم إشباع حاجاته إلى الانتماء داخل الأسرة .أو لشعوره بالقلة والتفاهة فيندفع إلى أول جماعة يستطيع من خلالها تأكيد ذاته وإشباع دوافعه إلى القبول والانتماء .و في هذه الحالة على الأسرة أن تعالج مثل هذا الموقف بحذر واتزان فلا تلجأ إلى التهديد والوعيد، بل تبحث عن أصل الداء، وتعيد النظر في العلاقة بينها وبينه لتعرف حقيقة ما يتطلب الموقف من علاج (يونس، 2004، صفحة 145)

3-12- أهمية دراسة المراهقة المتوسطة:

ترجع أهمية دراستنا لمرحلة المراهقة إلى:

1)- إعتبار هذه المرحلة مرحلة دقيقة، فاصلة من الناحية الإجتماعية إذ يتعلم فيها المراهق تحمل المسؤوليات الإجتماعية و الواجبات كمواطن في المجتمع.

2)- يتكون لدى المراهق أفكارا عن الزواج و الحياة الأسرية، و كذلك المهنة و الدور الإجتماعي الذي سيقوم به في المستقبل، وإعداد نفسه لهذه المهنة.

3)- تأتي أهمية هذه المرحلة أيضا في كونها مقابلة لمرحلة التعليم الأساسي و التي يتم فيها تشكيل وإعداد الثروة البشرية من حيث إكتشاف قدرات الفرد واستعداداته و مهاراته و توجيهها و إرشادها التربوي السليم حتى يساهم كل فرد في عملية بناء مجتمعه حضاريا و ثقافيا و إنتاجيا.

4)- بالإضافة إلى ذلك تأتي أهميتها للوالدين و المربين و لكل من يتعامل مع المراهق حتى يقف على الخصائص و الأسس النفسية لهذه المرحلة و يراعيها في تربية و توجيه المراهقين (منسي،191، صفحة 1991).

4-13- الملامح الأساسية لمراحل النمو في مرحلة المراهقة المتوسطة:

تعتبر المراهقة أولا و قبل كل شيء مرحلة تغير في النمو الجسمي و الفزيولوجي و يعتبر هذا النمو العضوي هو الأساس الذي يقوم عليه النضج الإنفعالي و الإجتماعي و العقلي،...إلخ (منسي،1991، صفحة 150).

4-13-1- النمو:

نعني بالنمو أنه سلسلة من تغيرات تهدف إلى غاية واحدة هي إكتمال النضج و مدى إستمراره و بدء انحداره، فالنمو بهذا المعنى لا يحدث فجأة، و لا يحدث عشوائيا، بل يتطور خطوة إثر أخرى و يسفر في تطوره هذا عن صفات عامة.

و للنمو مظهران رئيسيان نلخصهما فيما يلي:

4-13-1-1-النمو التكويني:

و نعني به نمو الفرد في الشكل والوزن والحجم والتكوين نتيجة لنمو طوله وعرضه وإرتفاعه فالفرد ينمو ككل في مظهره الخارجي العام، و ينمو داخليا تبعا لنمو أعضاءه المختلفة.

4-13-1-2-النمو الوظيفي:

ونعني به نمو الوظائف الجسمية والعقلية والإجتماعية لتساير تطور الفرد واتساع نطاق بيئته.

وبذلك يشمل النمو بمظهريه الرئيسيين على تغيرات كيميائية فيزيولوجية طبيعية، نفسية إجتماعية.

4-13-2-مطالب النمو:

تبين مطالب النمو مدى تحقيق الفرد لحاجاته و إشباعه لرغباته، وفقا لمستويات نضجه، وتطور خبراته التي تتناسب مع سنه، و لذا يظهر كل مطلب من مطالب النمو في المرحلة التي تناسبه من مراحل نمو الفرد، و تظهر هذه المطالب نتيجة لنمو عضوي أو آثار الضغوط الثقافية للمجتمع و بعضها ينتج عن القيم التي يعيش بها الفرد و من مستوى طموحه.

و بذلك تنتج مطالب النمو عن تفاعل المطالب الثلاثة مع بعضها البعض ، وتعتمد مطالب النمو في أسسها العلمية على حرية نمو الفرد في إطار يقود و معايير الجماعة، وبذلك تنتج هذه المطالب نتيجة للنمو الجسمي العضوي ، والنفسي الإجتماعي في إطار البيئة القائمة (المجد،1997،، صفحة 29).

4-14- الخصائص العمرية المميزة للمرحلة (16 17) :

تدخل هذه المرحلة العمرية في مرحلة المراهقة التي تمتد من السن 12 حتى 18 سنة فالمراهقة كلمة مشتقة من الفعل راهق بمعنى تدرج نحو النضج ،ويقصد بها مجموعة من التغيرات التي تطرأ على الفتى والفتاة سواء كانت من الناحية الجسمية أو العقلية أو العاطفية أو الاجتماعية ومن شانها أن تنقلهما من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد (ناجي،1989،صفحة 177).

وتتميز هذه المرحلة العمرية بما يلي :

4-14-1-النمو الجسمي :

تتميز هذه المرحلة بالبطء في معدل النمو الجسمي ويستعيد الفتى أو الفتاة تناسق شكل الجسم ،كما تظهر الفروق المميزة في تركيب جسم الفتى والفتاة بصورة واضحة ،ويزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة اكبر من نمو العظام حتى يستعيد الفرد اتزانه الجسمي ،ويصل الفتيان والفتيات إلى نضجهم الكامل تقريبا ،إذ تتخذ ملامح الوجه والجسم صورتها الكاملة تقريبا وتصبح عضلات الفتيان قوية ومتينة في حين تتميز عضلات الفتيات بالطراوة والليونة ويتحسن شكل القوام ويزداد حجم القلب ويكون الفتيان أطول وأثقل وزنا من الفتيات (علاوي،1998،الصفحات 131-132).

4-14-2-النمو الحركي :في هذه المرحلة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك والاضطراب الحركي ،وتأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية في التحسن والرقي لتصل إلى درجة عالية من الجودة ،كما

يلاحظ ارتقاء مستوى التوافق العضلي والعصبي بدرجة اكبر وتعتبر هذه المرحلة ذروة جديدة للنمو الحركي ويستطيع الفتى والفتات سرعة الاكتساب وتعلم مختلف الحركات وإتقانها وتثبيتها بالإضافة إلى ذلك فان زيادة قوة العضلات التي يتميز بها الفتى في هذه المرحلة يساعد كثيرا على إمكانية ممارسة أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية ،كما أن زيادة مرونة العضلات للفتات تسهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة كالجمباز وبعض التمرينات الفنية

وتسهم عملية التدريب الرياضي في الوصول إلى المستويات الرياضية العامة ،كما تلعب عمليات التركيز الواعية والإرادة القوية دورا هاما في نجاح عملية التعلم والتدريب وبلوغ النجاح بسرعة فائقة ،كم يستطيع الفتى الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية العالية في بعض الأنشطة الرياضية مثل:السبحة وكذى الجمباز والتمرينات الفنية بالنسبة للفتيات (علاوي،1998، صفحة 133).

4-14-3-النمو العقلي والانفعالي :

تشير بعض الدراسات إلى أن النمو العقلي والاجتماعي والانفعالي في هذه المرحلة يتميز بالخصائص التالية:

- ازدياد الخبرات المكتسبة من مرحلة النمو السابقة والاستفادة منها في الحكم على الأشياء ورسم الخطة الشخصية لتحقيق حاجاته.
- ازدياد النزعة إلى الاستقلال في الرأي والتصرف حتى يشعر بالمساواة مع الكبار .
- تزداد الرغبة في المناقشة والمحاجات لذاتها وخاصة مع الكبار تأكيدا للنزعة الاستقلالية .
- تتضح القدرات العقلية المختلفة وتظهر الفروق الفردية في القدرات وتتكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والرياضية والاهتمام بالتفوق الرياضي فيها واتضاح المهارات اليدوية .
- الميل إلى الاشتراك في أعمال الإصلاح الاجتماعي وتغير الأوضاع .
- الاهتمام ببحث الشؤون المتعلقة بالدين والفلسفة والرغبة في الكشف عن الأسباب والمسببات مما قد يصل إلى مستوى الخبرة وقد يعيق أيضا الاتزان النفسي.
- زيادة الرغبة في الانفراد مع شلته وتبادل الأحاديث معهم في موضوعات مختلفة وخاصة ما يتصل بها من أخبار الرياضة والجنس والملابس، وتميل الفتيات بصفة خاصة إلى التحدث عن الزواج وإنشاء الأسرة.
- زيادة ميل كل جنس إلى الجنس الأخر ويصحب ذلك زيادة الاهتمام بالمظهر والتأنق في الملابس واختيار الألوان الملفتة .
- ازدياد حساسية الشباب بالنسبة لمعاملة الكبار لهم مما يؤثر في علاقتهم بها (علاوي،1998، صفحة 143).
- بداية الاهتمام بالتخصص في الدراسات أو زيادة التفكير في أمر العمل للمستقبل، أو تكوين أسرة بالنسبة للفتيات.
- تتميز بطابع خيالي واتجاه نحو الفنون الجميلة والقراءة التي تساعد على تزويد الخيال .

– الميل لكسب المال مما يدفعه إلى القيام بأوجه نشاط مختلفة وتعلم مهارات تساعد على الكسب للحصول على مزيد من الاستقلالية في حياته.

– حساسية زائدة إما بالهروب من الواقع والكبت للانفعالات، أو بالانطلاق المؤدي إلى التهور الذي يعقبه التخاذل ولوم النفس بسبب الحاجة إلى تهدئة التوتر العصبي.

– الحاجة إلى تحمل المسؤولية وممارسة الحياة الديمقراطية عن طريق الانتماء إلى جماعة توفر له حاجته والى تمييز الكائن الفردي واستقلاله وطمأنينته

– الحاجة إلى قدر كاف من الثقافة العامة والمهارات العملية إلى جانب الخبرات الاجتماعية اللازمة لحياته.

– الحاجة إلى ممارسة نشاط اجتماعي مع من هم في سنه.

– الحاجة إلى احترام التميز والفردية وتقبلها .

– القدرة على الانتظام في جماعات والتعامل معها بطريقة ايجابية منتجة .

– زيادة الميل لاكتشاف البيئة والمخاطر والمغامرات والتجوال والترحال.

– الميل إلى الحفلات الجماعية والألعاب المشتركة وخاصة التي يشترك فيها الجنسين.

– الحاجة إلى اللعب والاسترخاء .

– متابعة الأبطال الرياضيين والأحداث الجارية.(علاوي،1998، صفحة 135).

4-14-4-النمو الفسيولوجي :

يتابع النمو الفسيولوجي لهذه المرحلة تقدمه نحو النضج

– تقل ساعات النوم عن ذي قبل ويثبت عند حوالي 8ساعات ليلا

– تزداد الشهية والإقبال على الأكل

– يرتفع ضغط الدم تدريجيا ،وينخفض معدل النبض قليلا عن ذي قبل(زهران،1995، صفحة 123).

4-15- مشاكـل المراهقة:

إن مشاكل المراهقة من المشاكل الرئيسية التي تواجه المراهقين في هاته الفترة، والسبب يعود إلى المجتمع نفسه والمدرسة والهيئات الاجتماعية والأسرة والنوادي وكل المنظمات التي لها علاقة بهذه الفئة، لهذا سوف نتناول المشاكل التي يتعرض لها المراهق.

4-15-1- المشاكل النفسية:

من المعروف أن هذه المشاكل تؤثر في نفسية المراهق وانطلاقاً من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة فيتطلع المراهق نحو التجديد والاستقلال وثورته لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق والأساليب فهو لا يخضع لأمور البيئة وتعاملها مع أحكام المجتمع، والقيمة الخلقية والاجتماعية بل أصبح يفحص الأمور ويزنها بتفكيره وعقله وعندما يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه ولا تقدر موقفه ولا تحس إحساسه الجديد، لذا فهو يسعى دون

قصد بان يؤكد لنفسه وبثورته وعناده، فإذا كان كل من في المدرسة لا يفهمون قدراته ومواهبه ولا تعامله كفرد مستقل، ولا تشبع حاجاته الأساسية في حين هو يحس بذاته وأن يعلم الكل بقدرته وقيمته.

4-15-2- المشاكل الاجتماعية:

إن النقص في التربية والتكوين يعود إلى المراهق، ففي المجتمعات البدائية كمجتمعات إفريقيا وآسيا البنت والرجل يتزوجان في سن مبكرة فتكون لهم مسؤوليات كبيرة مما تعقد من الأزمة وأحياناً في المجتمعات تمهل مرحلة المراهقة ولا تعطى لها أهمية.

4-15-3-مشاكل الرغبات الجنسية:

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد للجنس الآخر لكن التقاليد في مجتمعه تقف حائلاً دون أن ينال ما يبتغيه فعندما يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على تهذيب الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق اتجاه الجنس الآخر، وضبطها، وقد يتعرض إلى انحرافات وغيرها من السلوكات اللاأخلاقية بالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى أساليب ملتوية لا يعرفها المجتمع كمعاكسة الجنس الآخر، ولشعور بهم يقومون بالقيام بأساليب منحرفة والانحلال من بعض العادات

4-15-4- المشاكل الصحية:

إن المتابع المرضية التي يتعرض لها الشباب في سن المراهقة هي السمنة إذ يصاب المراهقين بسمنة بسيطة مؤقتة ولكن إذا كانت كبيرة فيجب العمل على تنظيم الأكل والعرض على طبيب الأخصائي فقد تكون
وراءها اضطرابات شديدة للغدد، كما يجب عرض المراهقين على الانفراد مع الطبيب للاستماع إلى متاعبه وهو في حد ذاته جوهر العلاج لأن المراهق يحس بأن أهله لا يفهمونه (محمد رفعت،1974،صفحة 220).

4-16- حاجات المراهقة:

يجمعها "حامد عبد السلام زهران" في ستة حاجات أساسية:

4-16-1- الحاجة إلى الأمن:

وتنص الحاجة إلى الأمن الجسمي والصحة الجسمية والحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، والحاجة إلى البقاء حياً، الحاجة إلى تجنب الخطر والألم، الحاجة إلى الحماية عند الحرمان من إشباع الدوافع، الحاجة إلى المساعدة وحل المشكلات الشخصية.

4-16-2- الحاجة إلى الحب والقبول:

تتضمن الحاجة إل التقبل الاجتماعي والحاجة إلى الأصدقاء، والحاجة إلى الشعبية، الحاجة إلى الانتماء إلى جماعات، والحاجة إلى إسعاد الآخرين وهذا من شأنه أن يجعل المراهق أكثر فاعلية وإنتاجية لصالح جماعته.

4-16-3-الحاجة إلى مكانة الذات:

وتتضمن الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق، الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية، الحاجة إلى الشعور بالعدالة، الحاجة إلى الاعتراف من الآخرين، الحاجة إلى التقبل من الآخرين، الحاجة إلى النجاح الاجتماعي، الحاجة إلى

الامتلاك والقيادة، الحاجة إلى إتباع قائد، الحاجة إلى المساواة مع الأفراد والزملاء في المظهر والملبس والمكانة الاجتماعية إضافة إلى الحاجة إلى تجنب اللوم.

4-16-4- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار: تتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك، الحاجة إلى تحصيل الحقائق وتفسيرها، الحاجة إلى التنظيم، الحاجة إلى الخبرات الجديدة لإشباع الذات عن طريق ، العمل، الحاجة إلى النجاح والتقدم المدرسي والتعبير عن النفس، الحاجة إلى السعي وراء الإثارة....

4-1-5- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات:

تتضمن الحاجة إلى النمو، الحاجة إلى الولاء، الحاجة إلى التغلب على العوائق، الحاجة إلى العمل الهادف ومعارضة الآخرين، الحاجة إلى معرفة الذات وتوجيهها(زهران،1995،الصفحات401-402).

4-16-6- الحاجة إلى الإشباع الجنسي:

تتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية، الحاجة إلى اهتمام الجنس الآخر وحبه، الحاجة إلى التخلص من التوتر، الحاجة إلى التوافق الجنسي، ويضيف "صموئيل مغاريوس" (1974) حاجة أساسية تتمثل في:

4-16-6-1- الحاجة إلى تهذيب الذات: تتمثل في ضبط الانفعالات والتحكم في الذات والقدرة على التحكم في سلوكه وتصرفاته لأن المراهقة هي مرحلة النضج الجنسي والحساسية المفرطة والارتباط والاضطراب (مغاربوس،1974، صفحة 75).

أما عباس محمود عوض (عوض،1987، صفحة 167) يضيف حاجتين وهما:

4-16-6-2- الحاجة إلى الاستقلال: إن النضج الجسمي لدى المراهق هو من أسباب محاولته للاعتماد على نفسه والاستقلال في اتخاذ القرارات الخاصة بحياته ونتيجة لتعدد العلاقات الاجتماعية (الأقران، الأصدقاء) يعمل المراهق نم أجل الاستقلال الانفعالي لكن تبعيته الاقتصادية من جهة ومعارضة أولياءه بفرض السلطة قد تجعله يفقد التوازن في سلوكياته وردود أفعاله.

4-16-6-3- الحاجة إلى الانتماء: إن رغبة المراهق في الاستقلال المادي والعاطفي عن الأسر مرتبط برغبته في الانتماء إلى جماعات خارج إطار الأسرة والتي تتمثل في جماعة الأصدقاء (منظمة أو غير منظمة) وهذا نتيجة لتفتح ميول المراهق واتساع دائرة اهتمامه.

4-17- دور التربية البدنية والرياضية في تخفيف القلق العام عند المراهق في مرحلة المراهقة المتوسطة:

لقد أعتبر أفلاطون جسد الإنسان كمصدر الطاقة والدافع الحيوي للفرد، كما صرح فرويد " Freud " بأن الجهاز النفسي – على حد تعبيره – هو تطور الحقيقة الجسدية الأصلية، ويؤكد لوريا « loria» أن من الخطأ تصور الشعور والإدراك الحسي على أنه مجرد عمليات سلبية بحتة، فقد تبين أن الشعور، يتضمن عناصر حركية، ولقد تعددت هذه المظاهر وتأكدت من خلال المبحث النفسو جسمي psychosomatic(الخولي،1998،، صفحة 57).

تستفيد التربية البدنية و الرياضية من المعطيات الانفعالية والوجدانية، المصاحبة لممارسة النشاط البدني، في تنمية شخصية الفرد تنمية تتسم بالاتزان الإنفعالي والشمول والنضج، بهدف التكيف النفسي للفرد، وتعتمد أساليب ومتغيرات التنمية الانفعالية في التربية البدنية و الرياضية على عدة مبادئ، منها: الفروق الفردية، وانتقال أثر التدريب، على اعتبار أن الفرد كيان مستقل له قدراته الخاصة به ، التي تختلف عن بقية أقرانه . وعلى اعتبار أن القيم النفسية المكتسبة من المشاركة في البرامج (المقننة) للتربية الرياضية، تنعكس آثارها
من داخل الملعب إلى خارجه، في شكل سلوكيات مقبولة. ومن هذه القيم النفسية السلوكية تحقيق التوازن الإنفعالي(لفتاح،1998،، صفحة 23).

وإذا تكلمنا عن أنشطة التربية البدنية والرياضية من الجانب الترويحي فإننا نجدها تساهم بدرجة ملحوظة في تفريغ الإنفعالات المكبوتة لدى المراهق وتعمل على تخفيف درجاتها من خلال منح الفرد السعادة والسرور والرضا النفسي وكلها عوامل تزيد من قدرة الفرد على التكيف في حياته مع المجتمع.

أما إذا تكلمنا على اللعب بإعتباره العنصر أو المركب الحيوي الأول في أنشطة التربية البدنية فقد أوضح كل من ميلر وليلاند وسميث أن للعب دور هام في التقليل من من المشكلات الإنفعالية كالقلق والتوتر..

في حين أشار كل باروش وأندريولا إلى دور الألعاب في تحقيق التوافق الإنفعالي لدى المراهقين كما أكد أماستر أن إستخدام الألعاب يساعد المراهق على أن يتعامل مع الأدوات والألعاب على المستوى اللاشعوري ليرتاح من الانفعالات المصاحبة(الحماحمي،1999،، صفحة 75)، يشير كل من " شيلر" و " سبنسر" إلى أن اللعب مهمته الأصلية هي التخلص من الطاقة الزائدة حيث يحتاج كل فرد إلى ممارسة مجموعة من أنشطة اللعب حتى يستطيع تقليل الطاقة، لأن طاقة الإنسان تستجمع عن طريق ضروب من التفاعلات الإجتماعية والوظائف المهنية، وهي في تصاعد مستمر، حتى إذا تجمعت في داخله وتعقدت أحس بنوع من الضيق والحرج في صدره ويعبر عن ذلك بالشعور بالانفعال الغير مفهوم وأصبح في حاجة إلى تفريغ ما بداخله واللعب في هاته الحالة يعتبر بمثابة المسرب الذي تخرج منه هذه الطاقة.

واللعب شكل من أشكال المشاركة الاجتماعية، ويمكن استخدامه في كسب روح الصداقة مع الآخرين، باعتبار أن الإنسان لا يمكنه العيش بمفرده منزويا مجترا مشاكله ولكنه يسعى دائما أن يكون له صديق يشاركه أفراحه وأحزانه، ولاشك أن الصداقة والانتماء إلى الجماعة والتعاون معهم يعتبر متنفسا حقيقيا عن القلق النفسي، لأن من فوائده:

- المساندة والتشجيع ودعم الثقة بالنفس والتقويم الإيجابي للذات.
- التحقق من صحة الأفكار والآراء الشخصية بعد تهيئة الظروف الميسرة للإفصاح عنها.
- النفع المباشر بتسخير الوقت والموارد الشخصية لخدمة الصديق وتلبية حاجاته(الدلفي،2001، صفحة 38) ،

إذن فاللعب والمشاركة الاجتماعية والوجدانية تدفع بالمراهقين الذين يعانون من الاضطربات النفسية إلى الشعور بالرضا، والإشباع، وطمأنينة النفس، وتحقيق الذات، والشعور بالبهجة، والاستمتاع، واللذة والرضا عن الحياة، وكلها مصادر للسعادة تخفف من العناء والضغوط والقلق. وبإعتبار أن دروس التربية البدنية والرياضية في معظمها

تعطى على شكل ألعاب كما ذكرنا سابقا فلا بد أن نقول أن هذه الأخيرة تساهم بشكل وفير ولها الدور الفعال في تفريغ الانفعالات المكبوتة لدى الفرد وتعمل على تخفيف درجات الاضطربات النفسية وتمنح المراهق السعادة والسرور والرضا النفسي وكلها عوامل تزيد من قدرته على التكيف في حياته مع المجتمع.إن ممارسة أنشطة التربية البدنية تساعد كثيرا في الوقاية وكذا معالجة الاضطربات النفسية إظافة إلى التكيف مع أعراضه، فتمرينات اللياقة البدنية، تمرينات التنفس أو مبارات في كرة السلة أو اليد...الخ سوف تساعد في التخلص من هذا الأخيرة وجعل المراهق أكثر إتزانا من الجانب الانفعالي.

4-18- علاقة وأهمية الممارسة الرياضية عند المراهق:

4-18-1- الرياضة عند المراهق:

في مرحلة المراهقة لا تصبح المهارة والتقنية هما الأساسيتين في الرياضة وإنما التلميذ المستعمل لهما، أي الاهتمامبقدراته وإمكانياته وميوله التي تحدد نوع اللعب الرياضي الذي سوف نمارسه ولهذا فإن الرياضة تستدعي بعض الشروط حتى يمكن للفرد القيام بها والتدريس في الأمر الأبجدية جاء لمراعاة المتعلمين بالدرجة الأولى وقدراتهم مما يجعلهم يحبون النشاط الرياضي ويميلون إليه لتفجير طاقاتهم وشحناتهم(علاوي،1998،الصفحات127-128).

كما أن الرياضة تؤدي إلى تغيرات فسيولوجية ونفسية بحيث توفر نوعاً من التداوي الفكري والبدني وتزودهم بالمهارات والخبيرات الحركية ونشاطات ملموسة وأكثر رغبة في الحياة، كما أن الرياضة تعمل على صقل المواهب وتحسين القدرات الفكرية وممارستها بصفة دائمة ومنتظمة تؤدي إلى ابتعاد التلميذ عن الكسل، وتنهي الإحساس بالملل والضجر وتملئ وقت فراغه الذي يصيغه في أشياء تافهة (أسعد،1971،صفحة 147).

4-18-2- علاقة المراهق بالممارسة الرياضية:

لكل فرد في المجتمع دوافع وأسباب واضحة للقيام بعمل ما ولقد حدد العالم والباحث أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وقسمها إلى نوعين أساسيين:

4-18-2-1- الدوافع المباشرة:

- كالإحساس بالرضا والإشباع بعد نشاط عضلي يتطلب جهداً ووقتاً خاصاً عند تحقيق النجاح.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة ومهارة وجمال الحركات كما في الجمباز والتزحلق.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتعب على التدريبات الصعبة والشاقة والتي تتطلب المزيد من الشجاعة والرادة.
- الاشتراك في المنافسات الرياضية والتي تعتبر ركن هام من أركان النشاط الرياضي.
- تسجيل الأرقام والبطولات وإحراز الفوز(علاوي،1998،، صفحة 366).

4-18-2-2- الدوافع غير المباشرة:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عند ممارسة النشاط الرياضي.

– ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع قدرة الفرد على العمل ولإنتاجية الوعي بالشعور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضة إذ يرى الفرد بانتمائه إلى النوادي الرياضية أن يمثلها رياضياً واجتماعياً.

– كما قام المفكر الباحث "محمد حسن علاوي" بالتعرف على النشاط الرياضي لأصحاب المستويات العالمية من الذكور والإناث، فاختار عينة عشوائية من لاعبين ولاعبات وتمثلت دوافعهم فيما يلي:

- نمو الشخصية.
- تمثيل الدولي.
- تحسين مستوى الرياضي البدني واكتساب نواحي عقلية ونفسية.
- كتساب سمات خلقية.
- التشجيع الخارجي.

4–18–3– علاقة المراهق بالثانوية: يشعر أنها بكل بساطة المراهقة وما تخفيه من علاقة مباشرة مع التلميذ وهذا نظراً لسنه الذي يساير أوجه المراهقة وحدتها في التأثير عليه(غياث،1984، صفحة 37).

4–18–4– المراهقة وحصة التربية البدنية والرياضية:

يتفق "ريتشارد أولرمان" (1983) مع "فرويد" في اعتبار اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للقلق الذي هو وليد –الإحباط– وهذا الأخير من شأنه أن يعرق الطاقة الغريزية للهو، ففي طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة اجتماعية مقبولة أو يستطيع المراهق حل أو على الأقل التحكم في صراعاته

اللاشعورية المرتبطة بمرحلة الطفولة وبالتالي التحكم في ذاته وفي الواقع ويفضل اللعب والنشاط الرياضي أيضاً بتمكن المراهق من تقييم وتقويم إمكاناته الفكرية والعاطفية والبدنية

ومحاولة تطويرها باستمرار كما تسمح له بالانفصال المؤقت عن الواقع بحثاً عن صدا واقعي لهوامه في عالم الأشياء وعالم الأشخاص.

كما يرى "مينجر" MENNIGER" (1924) أن اللعب والرياضة من أنماط الصراع الرمزي الذي يرتكز أساسا على العدوانية المنظمة والمقبولة اجتماعيا، كما أن الضغط الذي تولده النزوات الجنسية والعدوانية يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل الممارسة الرياضية باعتبارها الوسيلة المقبولة اجتماعياً والطريقة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاتيته وتكوين هويته، والتحكم في انفعالاته وبالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي، ومن خلال ذلك تستطيع حصة التربية البدنية والرياضية أن تساهم في تحسين العقلية، وذلك بإيجاد منفذ سليم للعواطف وخلق نظرة متفائلة جميلة للحياة وتنمية حالة أفضل من الصحة الجسمية والعقلية (سليمان،1996، صفحة 37).

فحصة التربية البدنية والرياضية تمكن المراهق من تجاوز الحوار اللغوي إلى اللغة الجسدية التي تسهل له التعبير المطلق عن مكوناته السيكو–فسيولوجية، حيث أن جزء كبير منها همشته مادية الحضارة فعن طريق الحركة

يتجاوز المراهق جميع القوانين والتقنيات والمحرمات التقليدية المفروضة وبذلك تحاول تجاوز الواقع، وبمعنى آخر تحدث قطيعة ايجابية مع الحياة اليومية الروتينية (الايجابي) حيث يتجه نحو الرياضية، والسلبي حيث يتجه نحو المخدرات والإباحية والجرائم (pBERNAR CARGILI،1976,p91)

فالرياضة هنا تعد عامل هام في بناء الأخلاق القومية وتقتل عناصر الجريمة(علي،1965، صفحة 20). كما تعتبر الوسيلة الرقى لتحقيق دوافع المراهق وحاجاته.

4-18-5- علاقة المراهق بأستاذ التربية البدنية:

علاقة الأستاذ بالتلاميذ تلعب دوراً أساسيا في بناء شخصية المراهق لدرجة أنه يمكن اعتبارها المونتاج الموصل إلى نجاح الموقف التعليمي أو فشله، إذ يعتبر التلميذ مرآة عاكسة يعكس حالة الأستاذ المزاجية واستعداده وانفعالاته، فإن هو أظهر روح التفتح للحياة والاستعداد للعمل بكل جد وعزم فإننا نجد نفس الصفات عند التلميذ، فإذا كان المعلم يميل إل السيطرة ويستعمل القوة في معاملته للتلاميذ فالنتيجة التي يجنيها المعلم تكون حتماً سلبية حيث يميل التلاميذ إلى الانسجام وإلى العدوان والانحراف، إذاً فالعلاقة بين التلميذ والمعلم ليست أمرا هيناً وبسيطاً كما تصوره البعض، إذ النجاح أو الفشل في هذه العلاقة مرتبط ارتباطا وثيقاً بمجموعة من العوامل المعقدة ومنها علاقة التلميذ بوالديه فإذا كانت علاقة المراهق مبنية على الاحترام فبالتأكيد تكون كذلك مع معلمه وإذا كانت العكس فكذلك(أسعد،1991،، صفحة 399).

بعد أن تطرقنا لأهم الخصائص العمرية للمرحلة المدروسة " المراهقة" فلا يسعنا القول بأن نعتبر تلك التغيرات الطارئة على جميع نواحي المراهق الجسمية والعقلية والنفسية الإنفعالية وغيرها هي العامل الأساسي لظهور الاضطربات النفسية عنده وأن واجب أساتذة التربية البدنية والرياضية هو تهيئة الجو الملائم حتى يتمكن هذا الأخير من تفريغ مكبوتاته الإنفعالية والتعبير عن مشاعرهم كما أننا نلح على أن يكون محتوى درس التربية البدنية يسوده المرح وكذا المشاركة الفعالة للمراهق خلال الحصة مما يساعد كثيرا في تنمية جوانب شخصيته.

خلاصـــة:

إن فترة المراهقة من أصعب المراحل في حياة الفرد فمنهم ما يجتاز هذه المرحلة بسلام ومنهم من يتعرض لمشكلان نفسية واجتماعية وعاطفية ناتجة عن التغيرات الفسيولوجية والسيكولوجية التي تصاحب هذه المرحلة، كما يصبح المراهق في هذه المرحلة من العمر غامضاً سريع التوتر والاضطراب قليل الصبر، حيث يغضب ويثور لأتفه الأسباب.

فالتربية البدنية والرياضية تلعب دوراً هاماً وكبيراَ حيث أنها قد تسهم بشكل واضح في تحديد ملامح شخصية المراهقين وذلك باستقلال دوافعهم واحتياجاتهم وميولهم الذي يتميزون بها خلال هذه المرحلة بالإضافة إلى أن التربية البدنية والرياضية توفر لهم الارتياح النفسي والذهني وتساهم في التوافق والاتزان بين النمو الجسمي والنمو النفسي والعقلي وتعمل على تنمية السمات والقيم الأساسية والأخلاقية للمراهق، وتمتص بعض الاضطرابات النفسية التي يعانيها

خلاصة الباب الأول :

وهكذا يتضح من خلال الدراسة النظرية والبحوث السابقة أن ممارسة التربية البدنية والرياضية بأسلوب منظم وموجه من خلال ما جاء به موسكا موستن بما يعرف طيف أساليب التدريس (الأسلوب التدريبي ،والتبادلي) يساعد في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي وبالتالي تنمية وتطوير شخصية الفرد المتعلم وهذا يمكنه من التفاعل مع المجتمع المحيط وبطريقة متطورة .

لقد أكدت الدراسات السابقة على أهمية أساليب التدريس في تنمية العديد من المتغيرات (الأداء،التعلم، التدريب....) في حين نجد ندرة في الدراسات التي تجمع بين أساليب التدريس والتوافق النفسي الإجتماعي على الرغم من الأهمية الكبيرة لعملية التوافق والتي تتيح للفرد التكيف والتعامل مع متطلبات العصر الحديث

الباب الثاني

منهجية البحث

عرض ومناقشة النتائج

الفصل الخامس

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

- مدخل
- الدراسة الإستطلاعية الأولى (1)
- الدراسة الإستطلاعية الثانية (2)
- أدوات الدراسة (أداة القياس) .
- الخصائص السيكومترية لأداة القياس.
- الدراسة الأساسية.
- المنهج.
- مجتمع وعينة البحث.
- مجالات البحث.
- الوحدات التعلمية في الكرة الطائرة (البرنامج التعليمي)
- المراحل الإجرائية للبحث.
- التصميم التجريبي للبحث.
- الأدوات الإحصائية .
- خلاصة جزئية.

مدخل :

إن تناولنا لهذه الدراسة جاء نظرا للحاجة الماسة إلى تجويد العملية التدريسية من خلال أساليب تدريسية تسمح للمدرسين يأت يكونوا أكثر مرونة وتأثيرا في متعلميهم .

ولإظهار جوانب الظاهرة المراد دراستها يتعين على الباحث تحديد الإطار الميداني، هذا ما جعلنا نهتم بهذا الجانب من أجل كشف ومعرفة فعالية كل من أساليب التدريس(التدريبي، التبادلي،التضميني) في رفع مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي خلال حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي، وكذلك إثبات صحة فروض الدراسة أو نفيها .

ويعتبر العامل الميداني المنظم بمثابة المترجم للأهداف التي يرمي إليها البحث من خلال التعرض لمجالات الدراسة والمنهج المتبع والعينة التي تنصب عليها هذه الدراسة، ونوع الأدوات التي ستجمع من خلالها المعلومات من الجانب الميداني، كما ان هذا الأخير يجب أن يعكس صدق وموضوعية تلك التصورات والأفكار النظرية التي يتم تكوينها حول المشكلة المطروحة والمراد دراستها .

لذلك جاء هذا الفصل الخامس المعنون(بمنهجية البحث والإجراءات الميدانية) والمتبعة في بحثنا قصد الوصول إلى الغاية التي تسعى إليها كل البحوث العلمية ألا وهي الكشف عن الحقيقة .

1- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

من خلال قراءات الباحث وإطلاعه على عديد الدراسات العلمية التي تناولت أساليب التدريس من حيث إنتشارها وإستخداماتها وأهم الصعوبات التي تقف في سبيل تطبيقها في حصص التربية البدنية ، إضافة إلى مروري في مساري الدراسي كتلميذ ومدرس وملاحظاتي على ما كان معمول به في الحصص الرياضية وطريقة أداء الأستاذ بالمقارنة مع ما يحمله من زاد علمي في مجال التخصص لاحظنا وجود هوّة وفجوة بين ما يمتلكه الاستاذ من خبرات ومعارف ومعلومات وبين ما يطبّق على أرض الواقع .

وبما أن الدراسة متعلقة بأساليب التدريس وهذا لب الموضوع ،كان من الضروري إعداد استمارة إستبيانية بقصد التقصي عن الواقع التدريسي في حصة التربية البدنية والرياضية ،ومن أجل أن يتعرف من خلالها الباحث عن مدى إلمام ومعرفة الأساتذة لأساليب "موستن " الحديثة وكذا تحديد أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية المستخدمة وأهم صعوبات إخراج الدرس .

1-1- إجراءات الدراسة :

1-1-1- منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمتة لتساؤلات الدراسة .

1-1-2- عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (30) أستاذا من أساتذة التربية البدنية والرياضية من عدت دوائر وبلديات من ولاية تيارت و تم إختيارهم بطريقة عشوائية

1-1-3- مجالات الدراسة :

المجال البشري: أساتذة التربية البدنية والرياضية

المجال المكاني :بعض متوسطات وثانويات ولاية تيارت

المجال الزماني : إمتدت من الفترة ما بين 09/13 -2015/09/22 وهي فترة تحكيم الإستبيان إلى غاية الفترة الممتدة ما بين 09/27/إلى 2015/10/8،وهي فترة توزيع وإسترجاع الإستمارات ومباشرة الباحث في تفريغ وتحليل الإستمارات المسترجعة .

1-1-4- أداة الدراسة:

تم إعداد إستمارة إستبيانية تناسب فقراتها محاورها ومجالاتها وتناسب مجالاتها موضوع الدراسة، حيث تم تقسيمها إلى ثلاث محاور ، المحور الاول خاص ببيانات عامة حول الأستاذ ، والمحور الثاني يدور حول مدى معرفة وإلمام الاستاذ لأساليب التدريس الحديثة، اما المحور الثالث فخاص بأكثر أساليب التدريس إستخداما في حصص التربية الرياضية.

ولقد مرت اداة الدراسة الحالية بعدت مراحل قبل ان تكون جاهزة وصالحة لتقسيمها على عينة الدراسة ، وسنعرض في ما يلي اهم المراحل التي مرت بها .

أ)– مراحل بناء الاستبيان :

ومن أجل ذلك باشر الباحث اتصالاته مع أساتذة وذكاترة مختصين في الميدان عن كيفية البحث في مثل هذا الموضوع و التحكم في جوانبه – بالإضافة إلى قراءته في بعض الرسائل و الكتب والمراجع – قبل الشروع في التجربة الأصلية.

لذلك قمنا بتفحص الأتي :

–دراسة سيد أحمد عدة (عدة، 1998 م)–دراسة عمور عمر (عمر، 2002) الأولى والثانية (عمر، 2008)– كما إستعنا ببعض المراجع والكتب (أساسيات التدريس د.خليل إبراهيم شبر، دار المناهج .عمان، الأردن ، ط 09،سنة 2005) –(التربية الرياضية وطرئق تدريسها ،د.محمد خميس أبو نمرة ،أ.نايف سعادة ،دار النشر، القاهرة ،ط 10،سنة 2008)

ب)– صدق وثبات الاستبيان:

للتأكد من صدق الاستبيان، ولجعله يقيس ما أعد لقياسه بالفعل قمنا بخطوتين أساسيتين هما:

–1 الخطوة الأولى: قدم الاستبيان في صورته الأولية إلى مجموعة من الأساتذة المحكمين بلغ عددهم خمسة أشخاص *(أنظر الملحق) للإدلاء برأيهم حول محتوى الإستبيان ، وطلب منهم بعد الإطلاع على موضوع الدراسة، واشكاليتها أن يبدو رأيهم حول :

– سلاسة لغة الاستبيان وتنظيمها .

– شكل الاستبيان ومدى تنظيمه وجاذبيته ؟.

– مدى علاقة وإتصال أسئلة الإستبيان بموضوع الدراسة، واشكاليتها .

مع إمكانية التعديل او الحذف، أو الإضافة حسب ما يراه السادة المحكمين وكان ذلك في الفترة 09/13 – 2015/09/22، بعدها قام الباحث بإجراءات التعديل، الإلغاء، والإضافة تطبيقا لملاحظات الدكاترة التي كانت بالخصوص حول :

– ضبط المصطلحات– تم حذف السؤال رقم (6) س.و) والذي برأي المحكمين لا يخدم موضع البحث .

ومن ثما تحصلنا على الإستبيان في صورته النهائية .

–2 الخطوة الثانية:

بعد ذلك كان لا بد من إجراء دراسة تجريبية أولية على الإستبيان للوقوف على مختلف الصعوبات التي قد تواجهنا أثناء تطبيقه بشكل نهائي، لذلك قمنا بتوزيعه على مجموعة من أساتذة التربية البدنية بلغ عددهم (6) استبعدوا فيما بعد عندما شرعنا في توزيع الاستبيان النهائي، وإتضح من خلال إجاباتهم ومناقشاتهم أن مضمون وشكل الإستبيان واضح ومفهوم لدى أغلب الأساتذة .

ومن خلال رأي الأساتذة المحكمين ورأيهم العلمي حول مدى مناسبة فقرات ومحاور أداة الدراسة من الناحية العلمية، واللغوية للتطبيق على أفراد عينة الدراسة، حيث قمنا بإجراء التغييرات والتعديلات على أداة الدراسة في

ضوء اقتراحات وتوصيات أفراد لجنة المحكمين، كما أن توزيع الإستبيان على مجموعة من الأساتذة (كعينة تجريبية) 10/11-2015/10/14 أعطانا مؤشر واضح على سهولة عباراته و إمكانية الإجابة عنها وفهم محتوى الإستبان ، وبذلك يمكن تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية . وبذلك إكتفينا بالصدق الظاهري(صدق المحكمين) والتجربة الإستطلاعية مع عينة من الأساتذة لأته لا يمكننا استعمال معادلة التطبيق، وإعادته أو أي طريقة أخرى وذلك لاحتواء الاستبيان على مجموعة من الأسئلة المفتوحة، والتي يصعب قياسها، وحسابها بأي معادلة، وذلك لعدم توفرها على معايير ثابتة،

بعد كل ذلك قمنا بمباشرة توزيع الإستمارات الإسبيانية بطريقة مقصودة على أساتذة التربية البدنية والرياضية والذي بلغ عددهم 30 أستاذا، في الفترة الممتدة ما بين 03/06/إلى 2015/03/17،وبعد إسترجاع كل الإستمارات باشر الباحث في تفريغ وتحليل الإستمارات المسترجعة فتحصلنا على النتائج التالية :

د)– تحليل الاستبيان:

الجزء الأول :

السؤال :س .أ) بماذا تعرّف الأسلوب التّدريسي ؟

تمحورت أجوبة المستجوبين فيما يلي :

–الكيفية التي ينقل بها الأستاذ معلوماته إلى التلاميذ –هو تفرد الأستاذ بطريقة معينة في التدريس تجعله متميزا عن البقية –هو إنعكاس لأراء وأفكار وخبرات الأستاذ ميدانيا مع تلاميذه –هو طابع تدريس يتسم بالوضوح والفهم من طرف التلاميذ مبني على مجموعة من المعارف والمعلومات والتي من شانها أن تعين المدرس على نجاح درسه – هو نشاط متعدد العناصر يستلزم وجود علاقة قوية بين المعلم والمتعلم والمادة التعليمية (الأنشطة الرياضية) .

السؤال س.ب) عدد الأساليب التدريسية التي يمكن إستخدامها مع التلاميذ خلال الحصة ؟

تعددت أجوبة الأساتذة في هذا السؤال ولكن كانت كلها تصب في قالب واحد وهو إستخدام أسلوب واحد يضبط التلاميذ ويوفر النظام في الحصة فكانت الإجابات كالأتي :

–الأسلوب الصارم الذي يضمن نجاح الحصة – الأسلوب المنظم للتلاميذ –الأسلوب الذي يساعد التلاميذ على تفهم المواقف التعليمية وتطبيقها – لكل أستاذ أسلوب خاص به – أسلوب العرض والمناقشة –الأسلوب الذي يطغى عليه الطابع التدريبي – الأسلوب الجماعي –الاسلوب الفردي .

السؤال س.ج) كم أسلوب تدريسي تستخدمون خلال الموسم ؟

من خلال هذا السؤال النصف مفتوح تبين أن أغلب الاساتذة يستخدمون أسلوبا تدريسيا واحدا ، حيث شكلوا نسبة 90 % (27) بينما كانت نسبة 10 % ممن يستعينون بأكثر من أسلوب تدريسي خلال الموسم .

ويرجع اغلب الأساتذة سبب إعتمادهم على أسلوب واحد في التدريس إلى :

-تجنب إختلاط الامور على التلاميذ –البقاء في إستخدام اسلوب واحد يساعد على إستمرار العمل الجيد مع التلاميذ خلال الموسم – نقص الوسائل في المؤسسة – لست عل دراية كافية بكيفية إستخدام الأساليب الأخرى– **الصعوبة في تحضير (تخطيط الدرس)** وإعداد ورقة المعيار في حال إستخدام الأساليب الأخرى

أما باقي الأساتذة الذي أجابوا بإستخدامهم لأكثر من أسلوب تدريسي يرون أن السبب يعود بالأساس إلى :

-الموقف التعليمي يفرض عليا تغيير الأسلوب –مراعاة للفروق الفردية بين التلاميذ –تنويع الاسلوب يحبب التلاميذ إلى الحصة ويضمن عدم نفورهم منها .

السؤال س.د) ظهرت حديثا مجموعة من الأساليب التدريسية رائدها " موستن" إذ بدأ العمل بها في مجال التربية البدنية والرياضية مطلع الثمانينات، فهل أنت على علم بها؟

يتضح من خلال إجابات الأساتذة أنّ أغلبهم إن لم نقل جلهم يعلمون بأساليب التدريس بحيث بلغت نسبتهم 93 % (28) وذلك عن طريق إما دراستهم لها في مسارهم الدراسي أو عن طريق إطّلاعهم ودراساتهم الخاصة في سبيل إجتياز مسابقات الماجستير في التربية البدنية .نشير فقط إلى أننا نقدم أجوبة الأساتذة كما عبروا عنها بأسلوبهم الإنشائي الخاص، وعن سبب عدم علم الباقي لها أرجعها نسبة 10 % منهم إلى السبب حسب الترتيب الذي قدمناه لهم إلى :

– جدة الموضوع في حد ذاته – طبيعة التكوين الذي تلقوه – قلة المصادر والمراجع .

وأسباب اخرى تمحورت حول: قلة الندوات والدورات في مجال التربية الرياضية عامة و أساليب التدريس خاصة – غياب التنسيق بين الأساتذة حول إمكانية تبادل المعارف والخبرات بينهم – جمود برامج التكوين وعدم مسايرتها لتطلعات الأستاذ في تحسين العملية التعليمية .

السؤال س.هـ) في حالة عدم استخدامك للأساليب التدريسية في الحصة ما هو البديل ؟

يجمع معظم الأساتذة على إستخدامهم لطريقتهم الشخصية والتي تكون مجسدة في الأسلوب السلطوي (الأمري) الذي يساعد في رأيهم على ضبط العملية التعليمية وتسهيل مهمتهم في التدريس .

السؤال س.و) من خلال تجربتك كأستاذ ،ما هي الصعوبات التي تواجه استخدام أساليب التدريس في الحصة ؟ ومن خلال منحهمٌ إقتراحات إذا تعددت إجابات ،كانت إجاباتهم مرتبة كالتالي :

يرى معظم الأساتذة ان الصعوبات تتعلق بالدرجة الأولى بالتلاميذ والبيئة المحيطة وما تتضمنه من زيادة في عدد التلاميذ ونفورهم من الحصة وكذا عدم توفر الادوات والأجهزة الرياضية المناسبة لأساليب التدريس المستخدمة يليها بالترتيب صعوبات تتعلق بالمنهاج الذي لا يراعي التقدم العلمي، ولا يتناسب مع العام الدراسي نظرا كثرة المهارات المزمع تدريسها، وكذى قلة مشاركات الأستاذ في إعداد المنهاج وتقديمه، ومحدودية صلاحية الأستاذ في التبديل والتعديل. وأخيرا يرى الأساتذة أن الصعوبات التي تواجه إستخدامهم لأساليب التدريس كخيار اخير تعود إلى شخصهم كأساتذة بسبب عدم إلمامهم بها وكذا نقص المراجع المتعلقة بأساليب التدريس، بالإضافة نقص في الدورات التدريبية الخاصة بها .

كما أضاف بعض الاساتذة في الجزء الثاني من الإجابة إلى أن أهم الصعوبات التي تواجههم متعلقة أساسا ب:
-وجود أكثر من حصة في نفس الوقت في وجود ملعب واحد – قلة عدد الحصص الاسبوعية – سوء أرضية الملاعب- إدارة المدرسة لا تؤمن بأهمية التربية الرياضية ودورها في إعداد التلاميذ وهي بذلك لا تساعد على تهيئة الجو المناسب للإبتكار والإبداع - نظرة المجتمع للرياضة - الروتين اليومي للأستاذ وكذى إعتماده على أسلوب واحد خلال مساره التعليمي يجعله غير متحمس بالمرة في محاولة توظيف أساليب تدريسية اخرى

إستنتاج جزئي أول :

من خلال الجزء الأول من الإستبيان استخلصنا جملة من النتائج :

- أساتذة التر بية البدنية منهم من يعرفون عن مجموعة أساليب التدريس الحديثة " لموستن " ومنهم من لا يعرف
- الأساتذة يستخدمون أسلوبا تدرسيا واحدا خلال الحصة .
- إستخدام أسلوبين على الأكثر خلال الموسم كله هذا إذا تعددت المواقف أو من اجل عدم نفور التلاميذ من الحصص حسب رأيهم .
- أغلب أساتذة التربية البدينة يدرسون وفق خصوصيتهم في التدريس أي ما يرونه يخدم الحصة ووفقا لخبراتهم ومعلوماتهم ومعارفهم .
- إعتماد الأستاذ على أسلوب واحد خلال مساره التعليمي يجعله غير متحمس بالمرة في محاولة توظيف أساليب تدريسية اخرى .
- صعوبة تطبيق أساليب التدريس في الميدان لما تحتويه من مشقة وجهد فكري وبدني في تحضير (تخطيط) وإعداد مستلزمات كل أسلوب .
- عدم وجود إطار عمل مشترك، وغياب للتنسيق بين الأساتذة فيما يقومون به ميدانيا ، وكذا من حيث تبادل الخبرات بينهم .

-أغلب الاساتذة يشتكون من صعوبات تدور في مجملها حول قلة الإمكانات والهياكل الموجودة في المؤسسات وقلة الميزانية المخصصة للتربية الرياضية في المدارس ،وبالتالي صعوبة تطبيق أي من الاساليب مع غياب الحافز لديهم مع هكذا ظروف .

-قلة إهتمام الوزارة الوصّية بالتربية البدنية والرياضية ،وقدم منهاجها وجمودها والتي لا تراعي التقدم العلمي .

- عدم توفير الإهتمام من قبل الإدارة المدرسية .

الجزء الثاني :

يهدف الجزء الثاني من الإستبيان إلى التعرف على أكثر الأساليب التدريسية معرفة واستخداما من قبل أساتذة التربية الرياضية في حصصهم التدريسية ،أي مدى التعرف على الأساليب التدريسية ومدى تطبيقها على أرض الواقع في التدريس العملي .

جدول رقم (1) يوضح أكثر الأساليب التدريسية معرفة واستخداما من قبل أساتذة التربية الرياضية.

العبارات (الأسلوب)	مدى التعرف عليها							مدى الاستخدام لها						
	درستها	نسبة مئوية%	اطلعت عليها	نسبة مئوية%	لم أسمع بها	نسبة مئوية%	ك2 المحسوبة	أستخدمها كثيرا	نسبة مئوية%	أستخدمها أحيانا	نسبة مئوية%	لا أستخدمها	نسبة مئوية%	ك2 المحسوبة
1	20	66.66	10	33.33	00	00	**20**	30	100 %	00	00%	00	00%	**60**
2	17	56.66	13	43.33	00	00	**15.8**	00	00	02	6.66	28	93.33	**48.8**
3	19	63.33	11	36.33	00	00	**18.2**	00	00	00	00	30	100	**60**
4	16	53.33	10	33.33	4	13.33	**15.3**	00	00	00	00	30	100	**60**
5	19	83.33	11	16.66	00	00	**18.2**	00	00	02	6.66	28	93.33	**48.8**
6	16	35.33	12	40	02	6.66	**13.2**	00	00	02	6.66	28	93.33	**48.8**
7	4	13.33	3	10	23	76.66	**24.8**	00	00	03	10	27	90	**34.8**
8	00	00	02	6.66	28	93.33	**84**	00	00	00	00	30	100	**60**
9	00	00	01	3.33	29	96.66	**54.2**	00	00	00	00	30	100	**60**
10	06	20	21	70	03	10	**18.6**	02	6.66	18	60	10	33.33	**22.8**

من خلال تحليل نتائج الجدول أعلاه يتضح ما يلي :

– بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (1) :

الجزء الأول– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (20) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم للأسلوب الأمري، حيث أن كل الأساتذة يقرّون بمعرفتهم لأسلوب العرض التوضيحي .

الجزء الثاني– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (60) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخدامهم للأسلوب الأمري، حيث أن

كل الأساتذة يعتمدون في تدريسهم على الأسلوب الأمري ، وهذا مرده حسبهم إلى طبيعة الأسلوب الأمري والذي يمكن من خلاله التحكم في الحصة ولسهولة تطلبيقه مع التلاميذ .

– بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (2) :

ا **الجزء الأول**– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (15.8) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم للأسلوب التدريبي، حيث أن كل الأساتذة يقرّون بمعرفتهم للأسلوب التدريبي إما عن طريق المطالعة أو في مرحلة الدراسة في الجامعة .

الجزء الثاني– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (48.8) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخدامهم للأسلوب التدريبي، حيث أن كل الأساتذة لايستخدمون الأسلوب التدريبي في تدريسهم رغم علمهم به لعدت إعتبارات حسبهم وهذا ما إلتمسناه من خلال الجزء الأول من الإستبانة، أهمها إعتيادهم على إستخدام أسلوب واحد (أمري) ومعرفة التلميذ كيفية التعامل معه وصعوبة تطبيق أسلوب أخر (لما يتطلبه من جهد بدني وفكري) في التخطيط والإعداد .

بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (3) :

ا **الجزء الأول**– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (18.8) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم للأسلوب التبادلي حيث أن الأساتذة على علم بالأسلوب التبادلي عن طريق قراءاتهم عنه وبدرجة أكبر دراستهم له كما ذكرو

الجزء الثاني– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (60) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخداهم للأسلوب التبادلي ،حيث تشير النتائج إلى عدم تطبيق الأساتذة لأسلوب التطبيق بتوجبه الأقران نهائيا في حصص التربية الرياضية للأسباب نفسها ومنها أن أسلوب الأستاذ الشخصي المبني على الخبرة هو الذي يساعد الأستاذ مسايرة الدرس في ظل تفهم التلاميذ له ونجاحه في ضبطهم سواء خلال الحصة أو خلال كل الموسم الدراسي .

بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (4) :

الجزء الأول– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (15.3) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم لأسلوب التطبيق الذاتي ،حيث أن جل الأساتذة يقرّون بمعرفتهم للأسلوب إما عن طريق المطالعة أو في مرحلة الدراسة في الجامعة.

الجزء الثاني– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (60) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخداهم لأسلوب التطبيق الذاتي، حيث أن نسبة 100% أي كل الأساتذة لا يستخدمونه، ويقتصرون فقط على أسلوب تدريسي واحد ، نظرا إلى ما تحتاجه الأساليب الحديثة من إمكانات وأجهزة هي بالأساس مفقودة في أغلب المؤسسات التربوية، إضافة إلى أنّ نسبة (13.33) لا تسمع به أصلا وهذا حسب ما عبروا عنه.

بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (5) :

ا **الجزء الأول**- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (18.2) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم للأسلوب التضميني ،حيث أن جل الأساتذة على علم به سواء بالدراسة أو المطالعة .

الجزء الثاني– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (48.8) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخداهم للأسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات(التضميني)، حيث أن جل الأساتذة تقريبا لا يطبقونه في حصصهم العادية

بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (6) :

ا **الجزء الأول**- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (13.2) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم أسلوب الاكتشاف الموجه،حيث أن جل الأساتذة على علم به سواء بالدراسة أو المطالعة .

الجزء الثاني- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (48.8) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخداهم أسلوب الاكتشاف الموجه حيث أن جل الأساتذة تقريبا بنسبة 93.33% لا يطبقونه في الدرس مع التلاميذ .

بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (7) :

ا **الجزء الأول**- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (24.8) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم أسلوب الاكتشاف الموجه، حيث أن أغلب الأساتذة بنسبة 76.66% لا يعلمون شيئا عنه .

الجزء الثاني- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (34.8) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخداهم أسلوب الاكتشاف الموجه حيث أن جل الأساتذة تقريبا بنسب.90% لا يطبقونه في الدرس مع التلاميذ ، وهذا شيء طبيعي ومنطقي حيث أن عدم علمهم به سيؤدي بالضرورة إلى عدم تطبيقه في الحصة . أما الشيء الذي لم يفهمه الباحث هو ان أسلوب حل المشكلات هو إمتداد لأسلوب الإكتشاف الموجه في الترتيب وأيضا في مضمونه ومحتواه ،وعلى الرغم من ذلك فالأساتذة لا يعرفونه .

بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (8) :

ا **الجزء الأول**- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (84) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر(5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم أسلوب البرنامج الفردي، حيث أن أغلب الأساتذة بنسبة 93.33% لا يعلمون شيئا عنه .

الجزء الثاني- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (60) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخداهم أسلوب البرنامج الفردي حيث أن جل الأساتذة بنسبة 100% لا يطبقونه في حصة التربية الرياضية مع التلاميذ .

بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (9) :

الجزء الأول- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (54.2) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر(5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم أسلوب أسلوب تلقين المتعلم (اسلوب المبادأة من المتعلم) ، حيث أن أغلب الأساتذة بنسبة 96.66% لا يعلمون شيئا عنه .

الجزء الثاني- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (60) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخداهم أسلوب تلقين المتعلم حيث أن كل الأساتذة بلا إستثناء لا يطبقونه أثناء تدريسهم للتلاميذ في حصة التربية البدنية .

بالنسبة للعبارة أو الأسلوب رقم (10) :

الجزء الأول- بلغت قيمة ك2 المحسوبة (18.6) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى معرفتهم لأسلوب التعلم الذاتي ،حيث أن نسبة 90% من الأساتذة على علم به سواء بالدراسة أو المطالعة .

الجزء الثاني– بلغت قيمة ك2 المحسوبة (28.8) وهي قيمة > أكبر من ك2 الجدولية التي تقدر ب (5.99)، وهذا بعني وجود فرق دال إحصائيا بين إجابات الأساتذة حول مدى إستخداهم لأسلوب التعلم الذاتي، حيث أن معظم الأساتذة تقريبا يستخدمونه بنسبة (66%)، أشير هنا فقط إلى نقطة مهمة حتى يتضح الأمر أكثر، هي أنه من خلال نقاشات مع الأساتذة في هذا الأسلوب بالذات أنّ إجابات الأساتذة عنه كانت عما يطبقونه هم لتطوير والرفع من المستوى الثقافي والعلمي لديهم وليس ما يطبّق مع التلاميذ، وهذا ما تعنيه العبارة وأسست لهذا الغرض .

إستنتاج جزئي ثاني :

من خلال الجزء الثاني من الإستبيان استخلصنا جملة من النتائج :

- أكثر الأساليب معرفة هي الأساليب المباشرة(أمري ، تدريبي، تبادلي، ذاتي ،تضميني) .
- أكثر الأساليب إستخداما في حصص التربية البدنية هو الأسلوب الأمري .
- أساتذة التربية البدنية لا يعلمون شيئا عن الأساليب الغير مباشرة .

إستنتاج عام :

توصل الباحث من خلال إجراء هذه الدراسة المسحية حول أساليب التدريس إلى أن أساتذة التربية البدنية لديهم معلومات جيدة حول أساليب التدريس المباشرة في حين لا يعلمون بالأساليب الغير المباشرة ، كما أنهم يعتمدون في تدريسهم على الأسلوب الأمري ، في حين ان إقتصارهم على أسلوب واحد رغم علمهم بالأساليب المباشرة راجع لعدت أسباب منها ان الأستاذ يعاني نقصا و قلة في الإمكانات والهياكل الموجودة في المؤسسات وقلة الميزانية المخصصة للتربية الرياضية في المدارس ،وعدم توفر الحوافز التشجيعية لتحقيق التوافق المهني. وأن إدارة المدرسة لا تؤمن بأهمية التربية الرياضية ودورها في إعداد التلاميذ .

كما أن أهم المشكلات التي تواجه الأستاذ في توظيفه لمجموعة أساليب التدريس فهي مشكلات مرتبطة بالنظام التعليمي مثل: قلة حصص التربية الرياضية خلال الأسبوع، زيادة أعداد التلاميذ في القسم الواحد، عدم ملائمة الملاعب ،والمشكلات المرتبطة بالمجتمع مثل: نظرة المجتمع للرياضة وكذا عدم تشجيع أولياء الأمور لأبنائهم على ممارسة الأنشطة الرياضية، أما المشكلات المرتبطة بالمنهاج، وهي أن قدم مناهجه وجموده جعله لا يراعي التقدم العلمي،و لا يساهم في إحداث عملية الابتكار والإبداع للمعلم، بالإضافة إلى جهل المشرفين القائمين على تنفيذ برامج التربية الرياضية بالأساليب الحديثة .

لذلك لا بد من وجود إستراتيجية عملية قابلة للتطبيق وللتنفيذ على أرض الواقع، يكون الأستاذ شريكا فعالا في اللتخطيط لها ، بحيث تشمل دراسة الصعوبات والمعوقات التي تواجه المدرسين للقيام بعملهم التربوي والتعليمي وتساعدهم على الإبتكار والإبداع مع تلاميذهم لأن (التدريس علم وفن في آن واحد) كما يقال .

2- الدراسة الإستطلاعية الثانية :

2-1- الغرض من الدراسة:

بعد عرض الإستبيان الخاص باختبار التوافق النفسي الاجتماعي على السادة الخبراء في مجال الاختصاص*
(الملحق رقم 05) كان لا بد من إجراء دراسة إستطلاعية أولى للوقوف على عدة نقاط :

- تجريب أداة القياس وذلك لمعرفة مدى ملائمة أسئلة الاستبيان من حيث صعوبة وسهولة العبارات بما يتناسب مع عينة الدراسة.- التوصل إلى أفضل طريق لإجراء البحث - معرفة الوقت الكافي لإجراء الاختبار
- للتأكد من وضوح محتوى البرامج التعليمية المقترحة
- ضبط ظروف تطبيق الوحدات التعليمية وما قد يصادفنا من صعوبات مع التلاميذ في هذا الصدد.

2-2- عينة الدراسة الاستطلاعية :

شملت عينة الدراسة الإستطلاعية (30) تلميذا من تلاميذ السنة أولى ثانوي بثانوية ديدوش مراد (زمالة المير عبد القادر) –تيارت- وقد إتضح من هذه التجربة ان تعليمات الإختبار الخاص بمقياس التوافق النفسي الإجتماعي وفقراته واضحة وانها صالحة للتطبيق على مجموعات البحث الاساسية فيما بعد، وفيما يخص الوحدات التعليمية قيد البحث (أسلوب تدريبي، تبادلي وتضممييني) فقد تم التعرف على كيفية سير الوحدات التعليمية ومستلزمات

نجاحها ،كما تبين فترة التحكم في مدة ومحتوى وضعيات التعلم بمراحله الثلاث، وذلك بعد ان إلتقى الباحث بأفراد العينية الإستطلاعية وتم تبين ماهية التجربة والهدف منها والحاجة إليها، للإشارة فقط فلقد لاحظ الباحث تجاوب كبير ورغبة في العمل من عينة الدراسة خاصة في مضمون الوحدات التعليمية وأوراق المعيار الخاصة بأساليب الدراسة .كان ذلك في يوم : 2015/09/22على الساعة 10 صباحا ، أين تم إجراء توزيع إستمارات مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الحجرة رقم 8 وإستغرق وقت الإجابة 15دقيقة ،بعد ذلك تم تطبيق وحدة تعليمية (مختلطة للتوضيح) في الكرة الطائرة بثلاث أساليب مختلفة (أسلوب تدريبي، تبادلي، تضميني) وهي الاساليب المتعلقة بالدراسة الأساسية تضمنت هذه الوحدة الإستكشافية(تعليمات الإحماء وكذا ثلاثة مواقف لكل أسلوب تدريسي بالإضافة إلى الجزء الختامي) وكل ما له علاقة بهيكل ومضمون كل اسلوب تدريسي مع فترة راحة بين كل أسلوب وأخر لمزيد من الشرح والتأكد من فهم التلاميذ لمضمون كل أسلوب ، وبعد تطبيق العينة للوحدات التعليمية وجدنا انها حققت الهدف الذي وضعت لأجله .

وبعد أسبوع أي بتاريخ 2015/09/30 أعاد الباحث تطبيق الإختبار الخاص بمقياس التوافق النفسي الإجتماعي على نفس العينة وفي نفس الظروف (توقيت ومكان الإجراء) لحساب الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة .

2-3- أدوات البحث :

إعتمد الباحث في دراسته على أدوات بغرض جمع المعلومات و البيانات وتمثلت في ما يلي:

2-3-1- المصادرو المراجع :تمت عملية سرد المعطيات و المعارف النظرية المرتبطة بالموضوع و التي تتماشى وأهداف البحث للوصول إلى صيغة علمية تخد م الدراسة ،و كذا لإيجاد توضيحات للأمور الغامضة، من خلال الإستناد على المصادر و المراجع العلمية باللغة العربية والأجنبية من كتب و مجالات و معاجم.كل ذلك وظف في الدراسة النظرية من أجل التوضيح.

2-3-2- المقابلات الشخصية :

قام الباحث بإجراء مقابلات مع أساتذة وخبراء ومستشاري التربية فيما يخص بناء الاستبيان الخاص الاساليب التدريسية الحديثة (الدراسة الإستطلاعية الاولى) وذلك من أجل تحديد معالم مشكلة البحث وكشف مختلف جوانبها، حيث تمحورت أسئلة وإستفسارات الطالب الباحث حول مدى معرفة والمام أستاذ التربية البدنية لأساليب التدريس الحديثة ومدى إستخدامها في الحصة واهم الصعوبات التي قد تواجه استخدام الأساليب في الحصة، كذلك كانت المقابلات تدور حول كيفية بناء الوحدات التعليمية في الكرة الطائرة بالأساليب التدريسة قيد الدراسة (تدريبي، تبادلي و تضميني) وأهم المهارات التي يمكن إستخدامها في نشاط الكرة الطائرة .

وبناءا على هاته المقابلات وبالرجوع الى الدراسات السابقة قام الباحث ببناء إستبيان خاص بأساليب التدريس الحديثة موجهة إلى أساتذة التربية البدنية ، وكذا بناء وتصميم وحدات تعليمية (برنامج تعليمي) بخمسة مهارات في نشاط الكرة الطائرة حسب رأي الخبراء .

2-3-3- مقياس الدراسة :

2-3-3-1- مقياس التوافق النفسي الاجتماعي :

إستخدمنا في دراستنا مقياس التوافق النفسي الاجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمان محمود والي "لتلاميذ المرحلة المتوسطة 2007 حيث يقيس إشباع التلميذ لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية، وكذلك استمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية، وتقبله لعادات وتقاليد قيم مجتمعه، وبعد اطلاع الباحثة على العديد من المراجع والمقاييس المرتبطة بهذا المقياس اقترحته، مع العلم انه يقيس بعدين أساسين هما التوافق النفسي وبعد التوافق الاجتماعي حيث يحتوي كل محور على ستة أبعاد(مجالات) وهذه الأبعاد هي

البعد الأول :المهارات الشخصية :وتعني التمتع ببعض القدرات الخاصة التي تميز تلميذا عن الأخر

البعد الثاني :الإحساس بالقيمة الذاتية :إدراك التلميذ لذاته ولعلاقته بالعلم المحيط ووعيه بخصاله وقدراته وحدوده وجوانب قوته وضعفه وبما يعوق انطلاق طاقاته .

البعد الثالث :الاعتماد على النفس :مدى قدرة التلميذ على تلبية حاجياته لنفسه مع مراعاة المرحلة السنية وما يتناسب معها من قدرات،حيث انه يوجد بعض الحاجات لا يستطيع التلميذ تلبيتها لنفسه وتختلف تلك الحاجات باختلاف المرحلة السنية

البعد الرابع :التحرر من الميل إلى الانفراد :قدرة التلميذ على الاندماج مع أقرانه في نفس المرحلة السنية وعدم الانطواء على نفسه والابتعاد عنهم .

البعد الخامس :الحالة الصحية :تعني حالة كون التلميذ لائقا من الناحية البدنية والعقلية النفسية والاجتماعية،وليس مجرد خلوه من المرض أو العاهة .

البعد السادس :الحالة الانفعالية :قدرة التلميذ على التحكم في انفعالاته في مختلف مواقف الحياة سواء في المنزل أو المؤسسات التربوية أو المجتمع المحيط به

ثانيا :التوافق الاجتماعي :

البعد السابع :اللياقة في التعامل مع الآخرين :قدرة التلميذ على التعامل مع الآخرين من زملاء وأقرباء وجيران الذين لا يعرفهم بطريقة لائقة .

البعد الثامن :الامتثال للجماعة :شعور التلميذ بالامتثال إلى جماعة تتقبله ويتقبلها، وشعور بالأم والطمأنينة، ويشبع حاجاته الانتمائية وحاجاته التي تتلق بالمركز والمكانة .

البعد التاسع :القدرة على القيادة :تمتع التلميذ بمجموعة من السمات التي تميزه عن أقرانه وتؤهله لان يقوم بعملية التأثير في الجماعة المتواجد فيها، ومن هذه السمات :الذكاء، القدرة على تحمل المسؤولية والقدرة على المثابرة، المشاركة الاجتماعية ،الالتزام ،القدرة على التعبير على رأي الجماعة التي يقودها .

البعد العاشر : العلاقات في الأسرة: مدى قدرة التلميذ في التعامل والتفاعل مع أفراد أسرته، ومدى ترابطه معهم وتوافر الحب والاحتواء والحنان بين أفراد الأسرة الواحدة ومدى تأثيرها على التلميذ .

البعد الحادي عشر :العلاقات في المدرسة :مدى قدرة التلميذ في التعامل والتفاعل مع إدارة المدرسة بما تحتويه من زملاء ومدرسين وإداريين ومدى تأثير ذلك عليه سواء كان سلبيا أو ايجابيا .

البعد الثاني عشر :العلاقات في البيئة المحيطة :مدى قدرة التلميذ في التعامل والتفاعل مع عناصر البيئة بما تحويه من أفراد سواء في الاتجاه السلبي أوالاتجاه الايجابي

وبالتالي توفر لدينا مقياس يضم 80عبارة ككل

* وقد احتوى مقياس التوافق النفسي الاجتماعي على محورين أساسين هما :

(التوافق النفسي – والتوافق الاجتماعي)،يحتوي كل محور على ستة أبعاد وكل بعد يحتوي على مجموعة من العبارات منها ما هو ايجابي ومنها ما هو سلبي كما هو موضح بالشكل التالي :

جدول رقم (2) يوضح توزيع العبارات الايجابية والسلبية حسب أبعاد المقياس

بعد التوافق النفسي				
ب	الأبعاد	**أرقام العبارات الموجبة**	**أرقام العبارات السالبة**	**المجموع**
1	**المهارات الشخصية**	68-48-36-24-12	59	6
2	**الإحساس بالقيمة الذاتية**	73-69-25-13-1	78-60-49-37	9
3	**الاعتماد على النفس**	50-14-2	28-26	5
4	**التحرر من الميل إلى الانفراد**	15-3	38-27	4
5	**الحالة الصحية**	74-28	61-51-40-16-4	7
6	**الحالة الانفعالية**	75-52-17	70-62-41-29-5	8
بعد التوافق الإجتماعي				
7	**اللياقة في التعامل مع الآخرين**	63-6	53-42-30-18	6
8	**الامتثال للجماعة**	54-43-31-19	7	5
9	**القدرة على القيادة**	-64-55-44-32-20-8 79-76-71		9
10	**العلاقات في الأسرة**	65-56-45-33-21-9		6
11	**العلاقات في المدرسة**	66-57-46-34-22-10		6
12	**العلاقات في البيئة المحيطة**	-58-47-35-23-11 77-67	80-72	9

.

جدول رقم (03) يمثل توزيع العبارات في كل بعد لمحور التوافق النفسي

الرقم	الأبعاد	عدد الفقرات
التوافق النفسي		
1	المهارات الشخصية	9
2	الإحساس بالقيمة الذاتية	5
3	الاعتماد على النفس	4
4	التحرر من الميل إلى الانفراد	7
5	الحالة الصحية	8
6	الحالة الانفعالية	6

جدول رقم (04) يمثل توزيع العبارات في كل بعد لمحور التوافق الإجتماعي .

الرقم	الأبعاد	عدد الفقرات
التوافق الاجتماعي		
1	اللياقة في التعامل مع الآخرين	5
2	الامتثال للجماعة	9
3	القدرة على القيادة	6
4	العلاقات في الأسرة	6
5	العلاقات في المدرسة	9
6	العلاقات في البيئة المحيطة	6

2-3-3-1- 1-طريقة تقييم درجات المقياس :

وذلك بتفريغ كل بعد وما يحتويه من عبارات إيجابية وسلبية على حدا ثم تحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية وهي كالآتي:

أوزان **العبارات الإيجابية** هي:

- عند الإجابة بنعم= درجة واحدة(1)
- عند الإجابة ب لا= صفر درجة (0)
- أوزان **العبارات السلبية** هي:

– عند الإجابة بنعم = صفر درجة (0)

– عند الإجابة بـ لا = درجة واحدة (1

2–4–الخصائص السيكومترية لأداة القياس لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي :

2–4–1– طرق حساب صدق مقياس التوافق النفسي الاجتماعي :

للتأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس من صدق وثبات إعتمد الباحث أكثر من طريقة لحساب الصدق على :

2–4–1–1– صدق المحكمين :

والذي يعتبره الباحث أضعف صدق ، حيث تم عرض المقياس على نخبة من المحكمين بلغ عددهم (7) محكما (مدرجة بقائمة الملاحق)، حيث وافقت الغالبية العظمى على بنود المقياس وتم الاخذ بملحوظاتهم لتاتي الصياغة النهائية لعبارات المقياس(انظر صفحة رقم ( ))

تلخصت مجمل ملاحظاتهم كما يلي :

بعد التفريغ والفرز لأراء المحكمين وملاحظاتهم تم تعيين ثلاث مجالات (القبول ، التعديل ، الرفض)

* **مجال القبول** : تم تحديد مجال القبول بالنسبة المئوية من 80 فما فوق والبنود التي قبولها في هذا المقياس هي :
..1.2.3.4.5.8.9.10.11.12.13.14.15.16.17.19.20.21.22.23.24
.25.27.28.29.30.31.32.33.34.35.36.37.38.40.41.42.43.44.45.46.47.48
49.51.52.53.54.55.56.57.58.59.60.61.62.63.64.65.66.67.68.69.70.71.
.73.75.76.77.78.79

* **مجال التعديل** : تم تحديد مجال التعديل بالنسبة المئوية من 20 إلى أقل من 80 والبنود التي تم تعديلها هي :
6.7.26.50.80

* **مجال الرفض** : لم يتم إستبعاد أي عبارة .

2–4–1–2– صدق المحتوى :

يهتم بتحليل المضمون أو الفقرات فرديا أو جماعيا، فكل فقرة من مفردات الاختبار يجب أن تمثل مقياسا صحيحا، ومناسبا بالنسبة للقدرة أو السمة آو المتغير الذي تسال عنه الفقرة، وان يتضمن الاختبار ككل فقط الفقرات التي تمثل السمات المطلوب قياسها بواسطة الاختبار(رضوان،2006،ص182–183) ولإيجاد صدق المحتوى تم عرض المقياس على (6) محكمين مختصين(انظر الملحق رقم (5) مشهودا لهم بالخبرة والكفاءة في مجال التدريس والبحث العلمي وهذا – لتعديل صياغة العبارات وتوضيحها

– إضافة أو حذف العبارات الغير مناسبة

جدول رقم (05) يوضح نسبة اتفاق المحكمين على محوري المقياس (ن=6)

المحور	النسبة المئوية%
التوافق النفسي	100
التوافق الاجتماعي	100

تم التوصل من خلال إستطلاع رأي الخبراء على قبول محاور المقياس بالإجماع كما هو موضح اعلاه بنسبة اتفاق كلي بين الخبراء ، مع وجود بعض التعديلات فقط في بعض العبارات حسب رأي الخبراء وهذا ما سيتم توضيحها من خلال الأتي :

جدول رقم (06) يبين نسبة إتفاق السادة الخبراء حول فقرات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي .

رقم الفقرة	ملائمة	غير ملائمة	بحاجة إلى تعديل	رقم الفقرة	ملائمة	غير ملائمة	بحاجة إلى تعديل	رقم الفقرة	ملائمة	غير ملائمة	بحاجة إلى تعديل	رقم الفقرة	ملائمة	غير ملائمة	بحاجة إلى تعديل
ب1-1				22				44				65			
2				23				ب8-45				ب11-66			
3				24	100 ù			46				67			
4	100 %			25				47	100%			68			
5				ب5-26	83%	17%	-	48				69	100 %		
6	83%	-	17%	27				49				70			
7	83%	-	17%	28				50	83%	-	17%	71			
8				29				51				72			
9				30				52				73			
ب2-10				31				53				74			
11				32				ب9-54	100%			ب12-75			
12				ب6-34	100 %			55				76	100 %		
13	100 %			35				56				77			
ب3-15				36				57				78			
15				37				58				79			
16				38				59				80	83%	-	17%
17				39	100 %			ب10-60							
18	100 %			ب7-40				61	100%						
ب4-19				41				62					100 %		
20	100 %			42	100 %			63							
21				43				64							

جدول رقم (07) يوضح أرقام العبارات المعدلة بعد عملية التحكيم

محاور وأبعاد التوافق النفسي الإجتماعي					
محور التوافق النفسي			محور التوافق الإجتماعي		
البعد	رقم الفقرات المستبعدة	رقم الفقرات المعدلة	البعد	رقم الفقرات المستبعدة	رقم الفقرات المعدلة
1- المهارات الشخصية	-	-7-6	**7- اللياقة في التعامل مع الآخرين**	-	-
2- الإحساس بالقيمة الشخصية	-	-	**8- الإمتثال للجماعة**	-	50
3- الإعتماد على النفس	-	-	**9- القدرة على القيادة**	-	-
4- التحرر من الميل إلى الإنفراد	-	-	**10- العلاقات في الأسرة**	-	-
5- الحالة الصحية	-	26	**11- العلاقات في المدرسة**	-	-
6- الحالة الإنفعالية	-	-	**12- العلاقات في البيئة المحيطة**	-	80

جدول رقم (08) يبين أبعاد وفقرات المقياس التي تم تعديلها بعد التحكيم

بعد التوافق النفسي		
المحور	رقم الفقرة	الفقرة قبل التعديل وبعد التعديل
1-المهارات الشخصية	7	**قبل**- أشعر بالضيق بسبب إنتقاد الاخرين لمظهري الشخصي **بعد**- أشعر بالضيق بسبب إنتقاد الاخرين لمظهري الخارجي
	8	**قبل**- أرتدي ملابس لائقة **بعد**- دائما ما اختار الملابس الجيدة التي تناسب مظهري
2-الإحساس بالقيمة الذاتية	-	-

3-الإعتماد على النفس	-	-
4- التحرر من الميل إلى الإنفراد	-	-
5-الحالة الصحية	26	**قبل**-أشعر بان سمعي ثقيل **بعد**-أشعر بأن سمعي ثقيل ويسب لي مشاكل في الحصة .
6- الحالة الإنفعالية	-	**-**
بعد التوافق الإجتماعي		
المحور	رقم الفقرة	الفقرة قبل التعديل وبعد التعديل
7- الحالة الإنفعالية	-	-
8- الإمتثال للجماعة	50	**قبل**- أنتمي إلى جماعات النشاط المدرسي . **بعد**-أنتمي إلى أحد جمعيات النشاط المدرسي وانسجم معهم وأحترم مبادئها مثل : أنشطة التربية البدنية، جمعية المسرح ....الخ
9- القدرة على القيادة	-	-
10- العلاقات في الاسرة	-	-
11- العلاقات في المدرسة	-	**-**
12- العلاقات في البيئة المحيطة	80	**قبل**-أحافظ على أثاث وادوات المدرسة. **بعد**-أشعر انه من واجبي المحافظة على هياكل المؤسسة واجهزتها

في النهاية تم الحصول على المقياس بنفس العبارات قبل التحكيم (80) عبارة ، فالتحكيم كان حول بعض العبارات فقط والتي عدّلت لتناسب فهم التلميذ حسب رأي الخبراء (**أنظر الملحق رقم 3**)

2-4-1-3- الصدق (المنطقي) الذاتي : لمعرفة صدق الأداة هنا استخدمنا مؤشر الثبات، والذي يطلق عليه أيضا اسم الصدق الذاتي، وبما أن ثبات الاختبار (أداة القياس) يعتمد على ارتباط الدرجات الحقيقية للاختبار بنفسها إذا أعيد الاختبار على نفس الأفراد الذين أجري عليهم في بادئ الأمر؛ لهذا كان الارتباط وثيقا بين الثبات والصدق الذاتي وهذا على اعتبار حساب الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق، ويحسب هذا النوع (حسانين، صفحة 192) (الصدق الذاتي) بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار وبالاعتماد على هذا النوع من الصدق ، كانت القيم بين (0.88، 0.93) وهي مبينة بالجدول رقم (10)

2-4-1-4- الصدق التمييزي :

يعبر عن مدى تمييز الإختبار بين المتعلم ذي التحصيل المرتفع، والمتعلم ذي التحصيل المنخفض في مقياس التوافق النفسي الإجتماعي، ولتعيين معامل التمييز لكل بعد ، إعتمد الباحث على عينات متعلمي العينة الإستطلاعية ، وتم إستخدام تقسيم جونسون لأن العينة صغيرة ،وذلك بإتباع الخطوات التالية :

- ترتيب علامات المتعلمين في كل بعد تصاعديا .
- تحديد 27 % من علامات المتعلمين التي تقع في الجزء العلوي من هذا الترتيب (8 علامات) .
- تحديد 27 % من علامات المتعلمين التي تقع في الجزء السفلي من هذا الترتيب (8 علامات) .
- حساب معامل التمييز لكل بعد من مقياس التوافق النفسي الإجتماعي بإستخدام إختبار (ت) .

جدول رقم (09) يوضح الصّدق التمييزي لمقياس التوافق النفسي الإجتماعي

المعالم الإحصائية	مقياس التوافق النفسي الإجتماعي
المتوسط الحسابي للعلامات العليا	50.05
الإنحراف المعياري للعلامات العليا	20.28
عدد متعلمي الفئات العليا	8
المتوسط الحسابي للعلامات الدنيا	28.75
الإنحراف المعياري للعلامات الدنيا	19.67
عدد متعلمي الفئات الدنيا	8
دلالة (ت)	9.80

نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة (ت) المقدرة ب(9.80) هي قيمة دالة مقارنة ب(ت) الجدولية المقدرة ب (1.76)، وهذا يعني وجود فروق بين مجموعة المستوى المنخفض والمستوى المرتفع لصالح المجموعة الأخيرة (المرتفع) ذات المتوسط الحسابي الذي بلغ 50.05 ، وبالتالي المقياس يمتاز بصدق تمييزي عالي .

2-4-2- طرق حساب ثبات مقياس التوافق النفسي الاجتماعي :

للتأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس من صدق وثبات إعتمد الباحث أكثر من طريقة لحساب الثبات على :

2-4-2-1- طريقة إعادة الإختبار :

قام الباحث بإجراء الإختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات (نفس المكان، نفس العينة، نفس التوقيت)، و إستعملنا لحساب معامل الثبات عملية " بيرسون " لحساب معامل الإرتباط بالطريقة المباشرة ، حيث وجد محصورا بين (0.88، 0.93) كما هو موضح بالجدول رقم (10)

الجدول رقم (10) معامل الارتباط لحسب ثبات وصدق أداة الدراسة ككل بأبعادها 12

الأبعاد	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القيمة الجدولية	معامل الثبات	معامل الصدق
1-المهارات الشخصية					0.85	0.92
2-الإحساس بالقيمة الذاتية					0.87	0.93
3-الاعتماد على النفس					**0.75**	0.86
4-التحرر من الميل إلى الانفراد					**0.88**	0.93
5-الحالة الصحية					0.79	**0.88**
6-الحالة الانفعالية	30	29	0.05	0.36	0.86	0.92
7-اللياقة في التعامل مع الآخرين					0.87	**0.93**
8-الامتثال للجماعة					0.84	0.91
9-القدرة على القيادة					0.82	0.90
10-العلاقات في الأسرة					0.86	0.92
11-العلاقات في المدرسة					0.76	0.87
12-العلاقات في البيئة المحيطة					0.83	0.91

درجة الحرية =29

يتبين من خلال المبين اعلاه أن قيم معامل الإرتباط لمقياس التوافق النفسي الإجتماعي تراوحت ما بين (0.75 ، 0.88) بالرجوع إلى جدول دلالات الإرتباط البسيط " لبيرسون " لمعرفة ثبات الإختبار عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية مقدرة ب(0.29) ، ووجدت قيم معامل الصدق محصورا ما بين (0.88، 0.93) وهذه القيم دالة إحصائيا بالمقارنة مع "ر" الجدولية، ومنه يتبين ان مقياس التوافق النفسي الإجتماعي يتميز بدرجة ثبات وصدق عالية .

2-4-2-2- طريقة التجزئة النصفية :بغرض إستخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية قام الباحث بتقسيم فقرات المقياس إلى نصفين ، قسم يتضمن فقرات فردية 40 والقسم الأخر يتضمن فقرات زوجية 40 ، ثم تم حساب معامل الإرتباط لبيرسون بينهما ، وبعد ذلك قمنا بتعديله عن طريق معادله "سبيرمان براون "، والجدول التالي وضح ذلك .

جدول رقم(11): يبين معامل الثبات مقياس التوافق النفسي الإجتماعي عن طريق التجزئة النصفية

المقياس	عبارات الاستبيان	عددها	معامل الارتباط	معامل الارتباط بعد التعديل	حجم العينة
مقياس التوافق النفسي الإجتماعي	العبارات الفردية	40	0.79	0.88	30
	العبارات الزوجية	40			

من خلال الجدول أعلاه وجدنا أن معامل الارتباط بعد التعديل 0.88 وهو يدل على معامل ارتباط عالي وأكبر من قيمة " ر " الجدولية المقدرة ب **0.38** عند مستوى الدلالة 0.05 مما يعني أن مقياس التوافق النفسي الإجتماعي يتميز بدرجة ثبات عالية .

2-4-2-3- طريقة ألفا كرونباخ :

تم حساب معامل الثبات عن طريق معامل ألفا كرونباخ الذي يعتبر مؤشر للاتساق الداخلي للاختبار المكون من درجات مركبة ،ومعامل ألفا يربط ثبت الاختبار بتباين بنوده ،فازدياد نسبة تباينات البند بالنسبة للتباين الكلي يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات (الحفيظ، 2011).

جدول رقم(12): يبين معامل الثبات مقياس التوافق النفسي الإجتماعي عن طريق معامل (&)الفا كرونباخ

رقم البعد	الأبعاد	قيم الفا	رقم البعد	الأبعاد	قيم الفا
1	المهارات الشخصية	0.71	**4**	التحرر من الميل إلى الانفراد	0.75
2	الإحساس بالقيمة الذاتية	0.74	**5**	الحالة الصحية	0.81
3	الإعتماد على النفس	0.86	**6**	الحالة الانفعالية	0.87

رقم البعد	الأبعاد	قيم الفا	رقم البعد	الأبعاد	قيم الفا
7	اللياقة في التعامل مع الأخرين	0.68	**10**	العلاقات في الأسرة	0.84
8	الإمتثال للجماعة	0.75	**11**	العلاقات في المدرسة	0.76
9	القدرة على القيادة	0.73	**12**	العلاقات في البيئة المحيطة	0.80

يبين الجدول المبين أعلاه : أن قيمة" ألفا " لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (0.68 ، 0.87) وجميع معاملات" ألفا " للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس ككل دالة عند مستوى الدلالة 0.05،مما يشير إلى مستوى ثبات عالي وأن مقياس التوافق النفسي الإجتماعي يتميز بدرجة ثبات عالية .

2-4-3 –الموضوعية:

من العوامل لهامة التي يجب أن تتوفر في المقياس الموضوعية ،والتي تعني التحرر من التميز والتعصب في الآراء، فالموضوعية تعني أن توصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا ،حيث أن أهم صفات القياس الجيد أن يكون موضوعيا لقياس الظاهرة التي اعد أصلا لقياسها، وان هناك فهما كاملا من جميع عينة البحث بما سيؤدونه،(عبد المجيد ابراهيم،ص155).

لذلك فقد بدا المقياس سهل وواضح الفقرات والمعاني لعينة التلاميذ، مما يؤكد مناسبتها لمستوى هذه الفئة، حيث نؤكد هنا على أننا وبمعية من ساعدنا في العمل(الأساتذة المساعدين) لم نسجل أي غموض، أو تأويل لعبارات أداة القياس من طرف المستجيبين سواء في التطبيق الأول، أو في إعادة التطبيق، وهذا إن دل على شيء إنما يوحي بموضوعية أداة الدراسة وهو مقوم آخر يضاف لشروط الأداة الجيدة هذا ما يجعلنا نؤكد أن أداة قياس المتغير التابع في دراستنا والمتمثلة في مقياس التوافق النفسي الإجتماعي تتميز بثبات وصدق عاليين وموضوعية يجعلنا نراهن عليها في جمع بيانات يمكن الوثوق بها.

3- الدراسة الأساسية :

3-1- المنهج العلمي المتبع : إستخدم الباحث المنهج التجريبي لأنه أفضل المناهج التي تتناسب وطبيعة الدراسة، وهو الذي يتضمن محاولة لضبط كل العوامل الأساسية المؤثرة في المتغيرات التابعة في التجربة عدا عامل

واحد يتحكم فيه الباحث ويغيره على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره في المتغيرات التابعة (جابر عبد الحميد، 1998، صفحة 200)

3-2- مجتمع وعينة البحث :

3-2-1- مجتمع البحث :

تمثل مجتمع البحث في تلاميذ السنة أولى ثانوي بثانوية ديدوش مراد ببلدية زمالة الامير عبد القادر-تيارت- حيث بلغ مجموع عدد التلاميذ (219) تلميذا "ذكور " للموسم الدراسي 2015-2016

3-2-2- عينة البحث :

بعد ان حدد الباحث مجتمع البحث (تلاميذ أولى ثانوي ذكور بثانوية ديدوش مراد)

إختار عينتها بالطريقة العشوائية والبالغ عددها (60) تلميذا موزعين بالتساوي على ثلاث أقسام وتم تحديد المجموعات بالطريقة العشوائيةّ، إذ أصبح 20 تلميذا من قسم 1 ع ت2 يمثلون المجموعة التجريبية الأولى بأسلوب التطبيق بتوجيه المدرس(تدريبي) و20 تلميذا من قسم 1 ع ت 3 يمثلون المجموعة التجريبية الثانية بأسلوب التطبيق بنوجيه الأقران (تبادلي)، و20 تلميذا من قسم 1 ع ت 4 يمثلون المجموعة التجريبية الثالثة بأسلوب التطبيق الذاتي المتعد المستويات (التضميني)، وتم إستبعاد 30 تلميذا من قسمي 1 ع ت1/و 1 ع ت5 لإشتراكهم بالتجربة الإستطلاعية .

	العدد	النسبة المئوية
المجتمع الأصلي	219	100%
عينة البحث	60	% 27

جدول رقم(13) يوضح نسبة تمثيل عينة البحث من المجتمع الأصلي

وقد راع الباحث أن الخلفية الإجتماعية والإقتصادية والتعليمية لأسر المتعلمين تكاد تكون متقاربة .

3-2-2-1- أسباب إخيار العينة :

يرى geselle amold أن المتعلمين الذين يبلغ سنهم من 17 إلى 20 سنة، يستمرون في التكيف النفسي والإنفعالي ، وتسير حياتهم نحو الحياة العادية لأي إنسان طبيعي راشد نظرا لإبتعادهم التدريجي عن فترة المراهقة ودخولهم في مرحلة الرشد وإكتمال تطورهم النفسي والعقلي (amold, 1985, p. 261) ،هذا زيادة لكون المتعلمين في هذه السن والمرحلة العمرية وبحكم دخولهم لاول مرة للثانوية فهم في مرحلة إكتشاف وبالتالي يمتازون بالهدوء والانضباط ، ما يجعلهم أكثر تقبلا لقرارات الأستاذ .

وما جعل الباحث يختار هذه المؤسسة هو ما تتوفر من إمكانيات تتوافق وشروط تنفيذ الوحدات التعليمية الخاصة بالبرنامج التعليمي ، وكذى وجود إدارة جد متفهمة وعلى رأسها مدير الثانوية ، وأساتذة ذوي خبرة وكفاءة في التدريس بالإضافة إلى إمتلاكهم خلفية نظرية جيدة بالأساليب التدريسية المباشرة منها خاصة ،

بالإضافة إلى ملاءمة التوزيع الأسبوعي للحصص المجموعات لبعض فراغات الباحث ، وهو ما سمح بتطبيق البرنامج التعليمي بالوحدات التعليمية في الكرة الطائرة في أحسن الظروف .

3-2-2-2- وصف عينة الدراسة :

تم تقسيم عينة الدراسة إلى ثلاث مجموعات متساوية العدد والجدول التالي يوضح ذلك

جدول رقم (14) يوضح عدد افراد عينة الدراسة والأسلوب المتبع مع كل مجموعة

الرقم	القسم	عدد التلاميذ	مجموعات الدراسة	أسلوب التدريس المتبع
01	1 ع ت 2	20	المجموعة التجريبية	الأسلوب التدريبي
02	1 ع ت 3	20	المجموعة التجريبية	الأسلوب التبادلي
03	1 ع ت 4	20	المجموعة التجريبية	الأسلوب التضميني
المجموع	ثلاثة أقسام	60 تلميذا	ثلاثة مجموعات	ثلاثة أساليب

3-2-2-3- مواصفات وتكافؤ مجموعات الدراسة :

ينبغي على الباحث أن يكوّن مجموعات متكافئة على الأقل فيما يتعلق بالتغيرات التي لها علاقة بمتغيرات البحث (فاندلين، 1984، صفحة 398) ،وللتأكد من تكافؤ مجموعتي الدراسة قبل البدء بتنفيذ الوحدات التعليمية ، إعتمد الباحث على نتائج المجموعات في الإختبار القبلي لمقياس التوافق النفسي الإجتماعي .

وهو ما موضح بالجدول التالي :

جدول رقم(15) يوضح المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية و(ف) فيشر للمجموعات التجريبية

المعالم الإحصائية / المتغيرات	المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة التجريبية الثالثة		F محسوبة	F جدولية	الدلالة
	متوسط حسابي	إنحراف معياري	متوسط حسابي	إنحراف معياري	متوسط حسابي	إنحراف معياري			
العمر بالسنوات	**16**	**0.64**	**15.95**	**0.60**	**16.2**	**0.52**	**0.99**		**غير دال**
الطول بالمتر	**1.58**	**0.017**	**1.58**	**0.014**	**1.58**	**0.014**	**0.19**	**3.46**	**غير دال**
الوزن بالكغ	**63.85**	**2.23**	**36.8**	**2.01**	**64.4**	**1.46**	**0.59**		**غير دال**
العدد الإجمالي	**20**		**20**		**20**				

درجة الحرية = (57.2) مستوى الدلالة= 0.05

كشف نتائج التحليل في الجدول أعلاه ان معدل النمو في متغير العمر بلغت قيمة (ف) المحسوبة لديه (0.99) أما متغير الطول فقد بلغت(ف) المحسوبة لديه (0.19)، وفي متغير الوزن بلغت قيمة (ف) المحسوبة (0.59) و هي قيم أصغر من قيمة ف الجدولية المقدرة ب(3.46) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (57.2) ، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاث حسب متغير السن والطول والوزن و وبالتالي يوجد هناك تجانس بين المجموعات ، لذلك يمكن إعتبار أن المجموعات متكافئة ومتجانسة قبل البدء في تنفيذ الوحدات التعليمية بالأساليب قيد الدراسة .

3-3- مجالات البحث :

3-3-1- المجال البشري :

أجريت الدراسة على مجموعة من التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية الرياضية " ذكور "

3-3-2- المجال المكاني :

تم إجراء الدراسة بثانوية " ديدوش مراد " ببلدية زمالة الأمير عبد القادر – تيارت –

3-3-3- المجال الزمني :

3-3-3-1- المجال الزمني الخاص بالدراسة النظرية :

فيما يخص الشروع في هذه الدراسة فقد كان منذ نوفمبر 2015 ، أين بدأت تتضح معالم الإطار النظري الدراسة بإطلاع الباحث المراجع و بعض الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة.

3-3-3-2- المجال الزمني الخاص بالدراسة الميدانية :

تمت هذه الدراسة بتطبيق الاختبار الخاص بمقياس التوافق النفسي الإجتماعي على ثلاث مراحل :

3-3-3-2-1-المرحلة الاولى :وهي أيضا تضمنت دراستين إستطلاعيتين فكانت فترة إنجاز :

* التجربة الإستطلاعية الأولى : المتعلقة بالاستبيان الخاص بأساليب التدريس الموجه للأساتذة وامتدت من الفترة 09/8 - 2015/09/17 (فترة تحكيم الإستبيان)إلى غاية الفترة بين 09/20/ الى 2015/10/2 وهي فترة توزيع و إسترجاع الاستمارات والشروع في التفريغ .

* التجربة الإستطلاعية الثانية : وهي فترة إنجاز التجربة الإستطلاعية الخاصة بمقياس الدراسة (توزيع إستمارة المقياس) للتحكيم بتاريخ 2015/09/13 إلى غاية 2015/09/20

لمعرفة مدى صعوبة وسهولة عبارات المقياس بعد تحكيمه .

3-3-3-2-2-المرحلة الثانية : وهي فترة تجريب أداة الدراسة وكانت بتاريخ 09/22/ 2015، وأعيد الإختبار بتاريخ 2015/09/30 من أجل دراسة الأسس العلمية له (صدق، ثبات، موضوعية).

3-3-3-2-3-المرحلة الثالثة : وتم تقسيمه إلى ثلاث مراحل:

أ) –الإختبارات القبلية :

إختبار التوافق النفسي الإجتماعي :

قام الباحث بإجراء الإختبار القبلي لمقياس التوافق النفسي الإجتماعي على متعلمي المجموعات التجريبية البالغ عددهم 60 متعلما بحيث تمت العملية على المجموعة الاولى التي تدرس بالأسلوب التدريبي بتاريخ الأحد 2015/09/27 ،على الساعة10:00 صباحا في الحجرة رقم 8، وهذا برفقة الأستاذ المساعد المكلف بتدريس المجموعة، أما المجموعة التجريبية الثانية فكانت الإختبار بنفس الوقت وبتاريخ الأربعاء 2015/09/30 في الحجرة رقم 10 مع الأستاذ الثاني المساعد ، والمجموعة الثالثة كانت على الساعة10:00 صباحا أيضا بتاريخ الخميس 2015/10/1 ،في الحجرة رقم 12 بمعية الأستاذ الثالث المساعد، وقد تم تذكير المتعلمين بالهدف من الإختبار وكذلك بكيفية الإجابة على عباراته .

ب)– تطبيق الوحدات التعليمية :

تم تطبيق 30 وحدة تعليمية في الكرة الطائرة (10 وحدات تعليمية لكل مجموعة) خلال 10 أسابيع من الفترة الممتدة بين 09/27/ 2015 إلى غاية 10./12/ 2015 بمعدل ثلاث وحدات تعليمية للمجموعات التجريبية الثلاث،أي وحدة تعليمية لكل مجموعة في الأسبوع .

ج)– الإختبارات البعدية :

بعد إنتهاء تطبيق الوحدات التعليمية ،تم إجراء الاختبار البعدي الخاص بمقياس التوافق النفسي الإجتماعي على مجموعات الدراسة ،في نفس ظروف إجراء الإختبار القبلي ،حيث خضعت المجموعة التجريبية الاولى (الأسلوب التدريبي) للإختبار يوم 2015/12/6 على الساعة الحادي عشر صباحا 11:00 في الحجرة رقم 8 بمعية الأستاذ المساعد، والمجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب التبادلي) يوم.2015/12/9 في نفس الوقت 11:00 صباحا وفي الحجرة رقم10 وبحضور الاستاذ المساعد، نفس الشيء للمجموعة الثالثة كان الإختبار البعدي بتاريخ 2015/12/10 على الساعة 11:00 صباحا في الحجرة رقم 12 بحضور كذلك الأستاذ الذي كلف بتدريسهم خلال هذه الفترة .

4–الوحدة التعلمية في الكرة الطائرة البرنامج التعليمي) :

البرنامج بمفهومه العام يعني خطة يلزم اتباعها ، وبرنامج التربية البدنية و الرياضية هو مجموعة من الخبرات يمارسها المشاركون من خلال الفعاليات الرياضية (السامرائي، 1987، صفحة 199)و يشير عبيد ماجدة السيد و آخرون إلى أن للتصميم التعليمي مجالا من التأثيرات الانفعالية و الوجدانية ، تشتمل على الأهداف المتعلقة بالعواطف، الانفعالات ،الرغبات ، الميول ،لاتجاهات ، التثقيف و طرائق التكييف (وأخرون، 2001، صفحة 23)، و في دراستنا هذه تبنينا وحدات تعلمية في الكرة الطائرة لثلاث مجموعات (المجموعة التجريبية الاولى تدرس بالأسلوب التدريبي والثانية بأسلوب التبادلي والمجموعة الثالثة بالأسلوب التضميني، ومن أجل إعداد محتوى الوحدة

التعلمية (البرنامج) كان لابد من أخذ أراء المختصين ،من أساتذة ومفتشي مادة التربية البدنية و الرياضية ، و الاعتماد الأكبر كان على منهاج التربية البدنية و الرياضية للطور الثانوي.

4-1- تعريف الوحدة التعلمية : هي التمفصل التعلّمي الذي يتضمن مجموعة وحدات تعليمية/ تعلّمية(حصص) قصد تحقيق هدف تعلّمي (وزارة التربيةالوطنية، 2006) تبرمج الوحدات التعلمية بما يتوافق والمجالات التعلمية المعبرة عموما على فصول السنة الدراسة ، بحيث يشمل كل مجال تعلمي نشاطين (نشاط فردي وآخر جماعي)،يجسد كل نشاط هدفا تعلميا عن طريق أجرأة معاييره في أهداف خاصة بعد التقويم التشخيصي (وزارة التربية الوطنية، منهاج التربية البدنية والرياضية ، السنة الثالثة ثانوي، 2006)

و في دراستنا هذه احتوت الوحدة التعلمية على 10 وحدات تعليمية كل أسلوب تدريسي .

4-2- دواعي إعداد الوحدة التعلمية : إن الهدف الأساسي من إعداد هذه الوحدات التعلمية ، هو التعرف على تأثير محتوى هذه الأخيرة باستخدام الأساليب قيد البحث(تدريبي، تبادلي، تضميني) في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة اولى ثانوي .

4-3- خطوات إعدادها: المنهجية المتبعة:

المراحل	العناصر المميزة
التقويم التشخيصي(الأولي)	تحديد العناصر الخاضعة للتقويم ، انطلاقا من معايير الهدف التعلمي المعني تحديد المحتوى الذي يقوم عن طريقه التقويم. تحديد منهجية تطبيق المحتوى.
تحليل النتائج (استخلاص النقائص وترتيبها حسب أولويات) تماشيا مع النشاط المختار.	
بناء الوحدة التعّلمية وتطبيقها	صياغة أهداف الحصص انطلاقا من النقائص(المعايير.) توزيعها على المدى الزمني(حسب عدد الحصص.) تحديد محتوى (وضعيات تعّلم) لكلّ هدف. اعتماد التقويم التكويني كضابط ومعدل م ا رفق لسيرورة التعّلم (في جميع الحصص.)
تطبيق الوحدات التعليمية / التعّلمية (الحصص)ميدانيا مع التلاميذ.	
التقويم التحصيلي	-إخضاع المؤشرات (النقائص) المحددة في بداية الوحدة التعلمية للتقويم -تحديد محتوى يستجيب للمؤشرات المراد تقويمها. - تحديد وسائل ومنهجية التقويم (ذاتي ، جماعي ، فردي.. -تحليل النتائج
من خلال هذا يتحدد مدى تحقيق الأهداف المسطرة ومنه مدى اكتساب الكفاءة المنتظرة	

4-4-برمجة الوحدات التعليمية:

انطلاقا من الأهداف التعلمية و اعتمادا على معاييرها المعلن عنها في الوحدة التعلمية من البرنامج

و التي يقوم المعلم بتعزيزها بمقاييس لتصبح أهداف إجرائية ا(عملية)تتضمن:

- أفعالا حركية (سلوكية)أحادية المعنى(غير قابلة للتأويل)، لها تأويل واحد.
- –قابلة للقياس و الملاحظة، التقييم و التقويم.
- في وضعية تعلم محددة و دقيقة متعلقة بمقاييس(شروط النجاح)، يمكن من خلالها الحكم على شكل الإنجاز ومدى تحقيقه، إذن فالهدف الإجرائي يجب أن يكون :

– ملموس، محسوس، يمكن للمتعلمين القيام به و للمعلم ملاحظته .

4–5–أسس و شروط بناء الوحدات التعليمية :

انطلاقا من الوحدة التعلمية يتم إستخراج الهدف الخاص(الخاص بالحصة) و تحليله، و تحديد مبادئه الإجرائية ، كما يتم تحديد المحتوى(الوضعيات التي تحقق الهدف بنسبة أكبر)مع مراعاة مستوى المتعلمين ، الوسائل ، طبيعة الجو.....، و كذلك مدة الممارسة للوضعيات ، تحديد المهام و الأدوار التي يقوم بها المتعلمون ، و في الأخير توقع الحلول للصعوبات التي تواجه المتعلم.

و في هذه الدراسة اعتمد الباحث عند وضعه لمحتوى الوحدات التعليمية على مجموعة من الأسس العلمية و الشروط المنهجية التالية:

– ملاءمة هذه الوحدات و مستوى قدرات أفراد كل عينة.

– مرونة الوحدات التعليمية و إمكانية تطبيقها ميدانيا.

– مراعاة أن يتناسب محتوى الوحدات التعليمية و الكفاءات المنتظر تحقيقها لدى المتعلمين في تلك المرحلة من التعليم.

– مراعاة أن تطبق الوحدات التعليمية لكل أسلوب بمميزاته التي تطرقنا إليها في الجانب النظري.

– مراعاة اختيار المواقف التعلمية حسب أهداف الدراسة .

و لقد خضع اختيار الوضعيات التعلمية لترتيبات هي : من النّاحيّة المنهجيّة:إتاحة الفرصة لجميع المتعلمين و استثمار كلّ الفضاء المتوفّر(السّاحة، الملعب، الأروقة)... تنوّع وتفهرس في المواقف ذات الدلالة والمعنى ذات الصبغة المشوّقة. ترتّب حسب الجهد بحيث يتبع كلّ نشاط شديد الجهد بنشاط أقلّ منه شدّة.

***من الناحية التعليماتية (الديداكتيكية) : تتسم الوضعية التعلّمية ب:**

التدرّج: تبدأ الحصّة دائما بتمرينات أو ألعاب تتصف بأقلّ جهد، بأخفّ تركيز وبأسهل تركيب وهنا تملي علينا المعالجة التعليماتيّة للنّشاط، تكييفه حسب المستوى والوقت والمساحة المطلوبة لإجرائه .

الديمومة : (الاستمرارية)تكون التمرينات والألعاب متواصلة ولا تفصل بينها فترات راحة طويلة ينجم عنها ضياع تأثير مرحلة الإحماء (التسخين.)

التقدير :تكون الصّعوبات المقترحة في مستوى القدرات البدنية ، السّلوكيّة والذّهنية للمتعلمين.

التعاقب :عند الاعتماد على تمرينات أو ألعاب تتطلّب شدّة عاليّة، يجدر إتباعها بأخرى أخفّ منها جهدا (ثانوي، مرجع سابق، صفحة 35)

4-6- المراحل الإجرائية للبحث وتطبيق الوحدات التعليمية :

تم توزيع الأفواج لبدء العمل الميداني كما يوضحه الجدول ادناه .

جدول رقم (16) يبين توزيع تعليم وتدرب المجموعات التجريبية الثلاث على مدار الأسبوع وذلك طيلة السداسي الاول من الموسم الدراسي 2016/2015

	المجموعة التجريبية الاولى	المجموعة التجريبية الثانية	المجموعة التجريبية الثالثة
الأساليب / الأيام	الأسلوب التدريبي	الأسلوب التبادلي	الأسلوب التضميني
التوقيت الفعلي للوحدة	11:00-10:00	11:00-10:00	11:00-10:00
الأحد	*		
الأربعاء		*	
الخميس			*

بعد تحصل الباحث على الموافقة الرسمية من إدارة الثانوية(أنظر ملحق الموافقة رقم ( ) ، وبعد فترة إعداد الوحدات التعليمية التي دامت شهورا (مارس إلى غاية جون 2015)، وبعد فترة التحكيم والمراجعة التي شملت هاته الوحدات من طرف أساتذة ومفتشين خلال شهر سبتمبر(2015/09/17-09/8)(ملحق رقم(6).

قام الباحث بتكليف أساتذة التربية البدنية الذين يدرسون عينات البحث في الحصص العادية بتطبيق البرنامج التعليمي المقترح وذلك خلال الفترة الممتدة من (2015/09/27) إلى (2015/12/6) بواقع حصة تعليمية في الأسبوع لكل أسلوب تدريسي زمن الحصة ساعة واحدة .

- قوام الحصة التعليمية فعليا هو(60) دقيقة وهي الفترة المقررة أصلا لتدريس الدروس التطبيقية بقسم التربية البدنية والرياضية.

- تم بناء البرنامج التعليمي المقترح بصورته الأولية حيث إشتمل على عدد من الحصص التعليمية باستخدام ثلاث أساليب تدريسية في تدريس تلاميذ السنة أولى ثانوي من سلسلة أساليب التدريس لموستن هما (الأسلوب التدريبي والأسلوب التبادلي، والأسلوب التضميني (الزوجي)

- يحتوي البرنامج المقترح على (30) وحدة تعليمية ،بحيث وزعت (10) وحدات تعليمية للأسلوب التدريبي و(10) للأسلوب التبادلي ، و (10) وحدات للأسلوب التضميني .

يشمل البرنامج على مهارات أساسية في الكرة الطائرة (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل (بالساعدين)، الإرسال الامامي المواجه من أسفل، الإرسال من اعلى (التنس)، الهجوم "الضربة الساحقة") بثلاث أساليب تدريسية من أساليب التدريس لموسكا.م،وسارةأ.2002 .

واستمد الباحث مضمون هذه الوحدات التعليمية من عدد من الدراسات والمراجع و مناهج التربية البدنية و الرياضية و الوثائق المرافقة لها الخاصة بالمرحلة الثانوية ،وذلك لما تحتويه من توجيهات تساعد المعلم في وضع محتويات الوحدات التعليمية المختلفة، و قد حرص الأساتذة المساعدون على تطبيق الوحدات التعليمية بمعية الباحث لأنهم يمتلكون خبرة و كفاءة في تدريس المادة ورصيد ومعلومات جيدة حول الأساليب قيد الدراسة.

4-6-1-المخطط التقييمي لأساليب التدريس قيد الدراسة :(صابري محمد،2008،ص62)

أولا: الأسلوب التدريبي :

أ) مرحلة التخطيط :

يحدد المدرس جميع قرارات هذه المرحلة وأهمها :

* مفهوم الأسلوب

* أهداف الأسلوب

* تحديد محتوى الوحدة التعليمية (التدريبات، وقت كل تدريب، الشدة، الزمن والمكان .....)

* المهام المطلوب تحقيقها مع النتائج الخاصة بكل مهمة .

*الإجراءات التنظيمية التالية :

- تنظيم الطلبة أثناء الأداء

- الرغبة أو عدم الرغبة في استخدام نموذج المهام

- تنظيم الأدوات

- الوقت المخصص للوحدة التعليمية

ب) مرحلة التنفيذ :

* اصطفاف التلميذ أمام المدرس

* ذكر أهداف الأسلوب وهي :

- أن يقوم الطالب بالأداء بشكل فردي

- أن يتم منح التغذية الراجعة وخاصة تحديد دور كل طالب باختيار (الطريقة، المكان، ترتيب المهام، وقت بدء التمرين، إيقاع التمرين، وقت التوقف عن الأداء، وقت الراحة، المظهر، طريقة طرح الأسئلة)

- تحديد دور المدرس في النقاط التالية :

1. المراقبة والإشراف على أداء الطلبة
2. منح تغذية راجعة وخاصة لكل طالب
3. الإجابة على أسئلة الطلبة
4. تحديد المعايير المطلوب تحقيقها من الطلبة
5. البدء بالتطبيق

ج) مرحلة التقويم :

* منح تغذية راجعة بشكل فردي لجميع الطلبة

* تقييم أداء الطلبة

ثانيا :الأسلوب التبادلي :

أ) مرحلة التخطيط :

يحدد المدرس جميع قرارات هذه المرحلة وأهمها :

* تقديم الأسلوب للطلبة مع تحديد مفهوم الأسلوب

* تقديم نتائج الوحدة التعليمية

* تحديد محتوى الوحدة التعليمية (التدريبات، وقت كل تدريب، الشدة والزمن والمكان .....)

* تحديد المهام المطلوب تحقيقها مع النتائج الخاصة بكل مهمة

* شرح ورقة الواجب التي يستخدمها المراقب

* الإجراءات التنظيمية التالية :

- تنظيم العينة أثناء الأداء

- استخدام نموذج المهام

- تنظيم الوقت

- الوقت المخصص للوحدة التعليمية

ب) مرحلة التنفيذ :

* اصطفاف العينة أمام المدرس على شكل أزواج (المراقب المؤدي)

* شرح ادوار المراقب والمؤدي وهي كما يلي :

- **المؤدي** :يقوم بأداء الواجبات واتخاذ القرارات كما في الأسلوب التدريبي والاتصال بالمراقب فقط

- **المراقب** :إعطاء التغذية الراجعة بالاعتماد على ورقة الواجب والاتصال بالمدرس عند الضرورة

* تبادل أفراد العينة الأدوار فيصبح المؤدي مراقبا والمراقب مؤديا بعد أن يكمل المؤدي الواجبات

* يجيب المدرس على أسئلة المراقب

* يتصل المدرس فقط بالمراقب

ج) مرحلة التقويم :

* يدعو المدرس العينة ويطلب منهم جمع الأدوات وأوراق الواجب

* يستفسر المدرس عن المعوقات التي حدثت في الأداء والأدوار

* يلخص المدرس سلسلة الأداء والأدوار(أنظر لنماذج من أوراق الواجب (والتي تسمي أيضا: أوراق العمل، وأوراق المهمات) في الملحقرقم(08)).

ثالثا : الأسلوب التضميني(الإحتواء)(نمرة، 2008، صفحة 167) :

أ)مرحلة ما قبل الدرس(التخطيط) :

إن قرارات التخطيط جميعها يتخذها المعلم وتضم هذه القرارات التالي :

1- إعداد خطة الدرس حسب النموذج المعتمد .

2- إختيار المهمة الحركية بما يتناسب وهذا الأسلوب بحيث يمكن تحديد مستويات متدرجة في صعوبتها .

3- ترتيب الإجراءات اللازمة التي تساعد على تحقيق الأهداف وفق مقتضيات هذا الأسلوب وهيكله البنائي

4- إعداد البطاقة المرجعية والبرنامج الفردي الذي سيتم من قبل المتعلمين .

.تقديم الأسلوب إلى التلاميذ، يهيئ المعلم" تقديم الفكرة" ويراجع مراحلها، والجمل والأسئلة المناسبة

ب) مرحلة الدرس(التنفيذ):

إن تسلسل الأحداث في هذا الأسلوب يكون كما يلي: - إعداد الملعب والادوات والاجهزة اللازمة لنجاح هذا الأسلوب- تهيئة المشهد عن طريق عرض الفكرة، و يمكن أن يتم ذلك بواسطة الشرح أو توجيه عدد من الأسئلة .إلى التلميذ تؤدي به إلى اكتشاف الفكرة

.تحديد الهدف الأساسي للأسلوب، من خلال إيجاد مدى معين يتم فيه أداء الواجب أو الواجبات -

. -توضيح دور التلميذ و الذي يتطلب: أ-تفحص الخيارات.ب- اختيار المستوى الابتدائي للأداء

ج- أداء الواجب. د - تقويم الفرد لأدائه ذاتيا بالمقارنة بالأداء المطلوب.هـ- تحديد ما إذا كان مستوى آخر .مطلوب أو مناسب أو لا

:توضيح دور المعلم يتضمن -

الإجابة على --تقديم المهمة الحركية، بعد تقديم مفهوم الأسلوب ووصف البطاقة المرجعية والبرنامج الفردي . وضع الإجراءات التنظيمية والإدارية و تحديد المعايير للأداء- أسئلة التلميذ. - بدء عملية الاتصال مع التلميذ - إعطاء إشارة البدء بإنتشار المتعلمين في الملعب وبدء العمل والإنخراط في الأدوار والأعمال الفردية .

ج) مرحلة ما بعد الدرس(التقويم) :

وتشمل القرارات التالية :

أ- يقوم المتعلمون بتقويم أدائهم وبشكل فردي مستخدمين ورقة المعيار(البطاقة المحكية) ، وفي ضوء ذلك يصدرون أحكاما على مستوى ادائهم .

ب- يلاحظ ويتابع المعلم المتعلمين، ويتحرك بينهم لتزويدهم بالتغذية الراجعة الخاصة لكل منهم عن مدى فهمه لدوره في هذا الأسلوبّ، كما يفتح قنوات إتصال فاعلة بينه وبين المتعلمين للتأكد من تنفيذ الأداء الصحيح وان المتعلم قد إختار المستوى المناسب له .

آلية تطبيق الأسلوبين :

أولا: الأسلوب التدريبي :

واشتمل الإجراءات التالية :

* في البداية تم تذكير العينة بالنتائج التعليمية
* إعطاء الإحماء العام والخاص واللازم للمهارة
* يشرح المدرس دور العينة باتخاذ القرارات التسع ودوره بإعطاء التغذية الراجعة والرد على تساؤلات العينة
* تزويد العينة بنموذج المهمات الذي يحتوي على الواجبات والنواحي الفنية للمهارة
* يعرض المدرس الواجب من خلال وسائل الإيضاح المختلفة
* يبدأ الطلبة في اتخاذ قرارات التنفيذ التسع التي أسندت إليهم
* يتحرك المدرس من تلميذ إلى آخر ليلاحظ كل من الأداء وعملية اتخاذ القرار ثم يعطي التغذية الراجعة
* يسمح المدرس للعينة بالعمل بشكل مستقل عنه وعن البقية
* يعطي المدرس للعينة الوقت الكافي لتكملة الواجب الحركي
* يجمع المدرس العينة استعدادا لختام الدرس

ثانيا :الأسلوب التبادلي :

اشتمل على الإجراءات التالية :

* إعطاء الإحماء العام والخاص اللازم للمهارة
* يؤكد المدرس للعينة أن الغرض من الأسلوب هو التعاون مع الزميل وتعلم كيفية إعطاء التغذية الراجعة
* يشرح المدرس دور كل من المؤدي والملاحظ حيث يقوم المؤدي بالأداء واتخاذ قرارات التنفيذ ويتصل فقط بزميله الملاحظ،أما بالنسبة للملاحظ فيقوم بتقديم التغذية الراجعة للمؤدي على أساس المعيار والمعد سلفا من المدرس
* يشرح المدرس المهارة ويؤدي نموذجا لها
*يستفسر المدرس ويجيب على أسئلة العينة لتوضيح ورقة معيار الواجب
* يوزع المدرس عينة البحث إلى أزواج أو يطلب من كل طالب أن يختار زميله
* يستلم الملاحظ المعيار الخاص بالأداء الصحيح من المدرس
* المؤدي ينجز الواجبات ويتخذ القرارات في مرحلة الدرس كما في الأسلوب التدريبي
*يراقب الملاحظ أداء المؤدي ويقارن الأداء بالمعيار ويستنتج أن كان المعيار صحيح أم لا وتوصيل النتائج إلى المؤدي من خلال التغذية الراجعة ويقوم بالاتصال بالمدرس إن كان ذلك ضروريا
* ينتقل بين كل طالبين من العينة (الملاحظ المؤدي)ويجيب على أسئلة الملاحظ من خلال اتصاله به
* يعزز المدرس سلوك الملاحظ المرغوب فيه ويصحح له أخطائه عندما يقوم بإعطاء تغذية راجعة غير دقيقة للمؤدي
* يستجيب المدرس للاستفسارات التوضيحية فيتحدث مع الملاحظ فقط
* يتبادل طلبة العينة الأدوار والواجبات من الملاحظ إلى المؤدي ثم العكس وذلك بعد إكمالهم الواجب المطلوب

* النشاط الختامي (أنظر لنماذج من أوراق المعيار (والتي تسمي أيضا: المحكات التقويمية، و البراميتر) في الملحق رقم(**08**))

ثالثا: أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات (التضميني) :

* تحديد المهارة والجزء المراد تنفيذه في الدرس مثل النشاط التطبيقي .

* تحديد عوامل الصعوبة في المهارة أو مستويات تنفيذ المهارة ومن العوامل : المسافة والإرتفاع ومساحة الرمي – عدد مرات التكرار .....وإذا قمنا بتحديد المهارة مثل الإرسال في الكرة الطائرة ممكن أن يستعمل المعلم المسافة او الإرتفاع (الشبكة)

* شرح الأسلوب وطريقة التنفيذ .

* وصف دور **التلميذ** والذي يتضمن :

أ- تجريب المستويات المختلفة التي وضعها المعلم .

ب- إختيار مستوى البداية في العمل لتطبيق المهارة .

ج- البدء في العمل لتطبيق المهارة .

د- تقويم الطالب لمستوى ادائه حسب المستوى الذي إختاره .

هـ- يقرر الطالب إذا كانت البداية مناسبة او غير مناسبة .

و- يقوم الطالب بتسجيل نتائج العمل مستخدما ورقة المعيار .

5- دور **المعلم** :

أ- الإجابة على أسئلة الطالب .

ب- إستمرار الإتصال بالطالب

5-التصميم التجريبي للبحث :

إن التصميم التجريبي الذي اعتمدنا عليه ارتكز على عنصر هام وهو التعيين العشوائي لمجموعات المعالجة وذلك لإزالة الفروق بين أفراد المجموعات، أما بخصوص العامل المميز لهذا التصميم هو معالجة المتغير المستقل و لأن التصميم التجريبي يتميز بإجراءات خاصة يتم أخذها بعين الاعتبار فإننا اتبعنا الخطوات التالية:

1- بعد تحديد المشكلة ومراجعة الدراسات السابقة وضعنا فروض تحدد النتائج المتوقعة.

2- تم اختيار العينة من مجتمع محدد وهو تلاميذ السنة الأولى ثانوي- ديدوش مراد بزمالة الامير عبد القادر ،ولاية تيارت، خلال الموسم 2016/2015.

3- تم توزيع الطلاب على المجموعات التجريبية بطريقة عشوائية وهذا ما سمح بتثبيت بعض العوامل التي قد يكون لها تأثير بمعية المتغير المستقل على المتغير التابع سواء كنا نعلمها، أو حتى لم تخطر على بالنا أثناء القيام بالتجربة .

4- لم نعتمد على التصميم التجريبي البسيط المتمثل في المجموعة التجريبية والضابطة ذلك لأنه من غير المعقول عدم تعرض المجوعة الضابطة إلى أي نوع من المعالجة أو تركها تدرس بالأسلوب التقليدي (الامري)

وفقط، على أن تقارن بالمجوعة التجريبية وتعود الغلبة إلى هذه الأخيرة في القياس البعدي ،إن وجه المغالطة هنا يكمن في شيئين اثنين هما :

أ) الأسلوب الأمري واحد من مجموعة أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية له ايجابياته إذا ما طبق كما نص عليه "موستن"في طيف أساليب التدريس،ولا يمكن اعتباره أسلوبا تقليديا في التدريس أو شيء أخر

ب) في البحوث التربوية يقول ابوعلام :"من غير المفيد مقارنة مجموعة أولى تتلقى معالجة معينة بمجموعة أخرى لا تتلقى أي شيء،لأن هذا الأمر أشبه بتقديم دروس خصوصية لمجموعة من الأطفال ومقارنة تحصيلهم بمجموعة أخرى لم تتلقى دروس خصوصية وإستخلاص أن المجموعة الأولى هي الأفضل، فالإستخلاص هنا غير علمي لأنه من غير المتوقع في المواقف التدريسية أن لا تفعل المجموعة الضابطة أي شيء " (أبو علام،2004،ص159)، فالأفضل وحفاظا على ما يمكن أن يجرى في الصفوف الدراسية بشكل طبيعي يضيف "أبوعلام"أن تتلقى مجموعة ما التدريس بالطريقة (أ) ومجموعة أخرى تتلقى التدريس بالطريقة (ب) وهو تصميم أفضل بكثير من إستخدام مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة.

إضافة إلى كل ذلك تم معالجة المتغير المستقل في تجربتنا بطريقة نوع المتغير المستقل وهي طريقة تعتمد في جوهرها على تقديم أنواع مختلفة من المتغير مثل :تقديم أسلوبين أو أكثر من أساليب التدريس لمعرفة أي هذه الأساليب أكثرا تأثيرا على تنمية التوافق النفسي الاجتماعي في حصص التربية البدنية والرياضية .

صفوة القول وبالاستناد إلى ما سبق من خطوات نقول أن تصميمنا التجريبي هو تصميم الاختبار(القبلي-البعدي)مع ثلاث مجموعات تجريبية في غياب المجموعة الضابطة لان كل الدراسات التي أجريت حول أساليب التدريس السابقة بينت أن لها اثر إذا ما استخدمت لفترة زمنية معينة.

جدول رقم (17) يوضح التصميم التجريبي للدراسة

المجموعة	المقاييس والإختبارات القبلية	معالجة تجريبية (متغير مستقل)	المقاييس والاختبارات البعدية
م التجريبية الاولى	مقياس التوافق النفسي الإجتماعي	وحدات تعليمية بالأسلوب التدريبي(الكرة الطائرة)	مقياس التوافق النفسي الإجتماعي
م التجريبية الثانية	مقياس التوافق النفسي الإجتماعي	وحدات تعليمية بالأسلوب التبادلي(الكرة الطائرة)	مقياس التوافق النفسي الإجتماعي
م التجريبية الثالثة	مقياس التوافق النفسي الإجتماعي	وحدات تعليمية بالأسلوب التضميني (الكرة الطائرة)	مقياس التوافق النفسي الإجتماعي

تعتبر الدراسة الحالية دراسة تجريبية، وإشتملت على المتغيرات التابعة والمستقلة التالية :

أولا : المتغيرات المستقلة :

-1.1 المتغير المستقل وهو(الأسلوب التدريسي المنتهج) ويتكون هنا من:

- الأسلوب التدريبي (أسلوب الممارسة) .
- الأسلوب الزوجي (أسلوب التعلم التعاوني) .
- الأسلوب التضميني (أسلوب الواجبات الحركية) .

-2.1 متغير نوع اللعبة المكون من: رياضة الكرة الطائرة.

ثانيا: المتغيرات التابعة:

-1-2- المتغير التابع يتمثل في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي (12)

كما ان بعض المتغيرات والتي لا يتم أخذها بعين الإعتبار قد تؤثر على نتائج الدراسة، والتي لا تدخل في تصميم الباحث ولا تخضع أيضا لسيطرة الباحث، وهذه المتغيرات يجب تحديدها وضبطها قصد السيطرة عليها، وذلك لتحقيق سلامة التصميم التجريبي ، ومن المعروف ان سلامة التصميم التجريبي له جانبان داخلي وخارجي (الزوبعي، 1981، صفحة 95)

ولتوضيح ذلك قمنا بإتباع الخطوات التالية :

5-1- السلامة الداخلية للتصميم التجريبي :

يتم التحقق من السلامة الداخلية عندما يتأكد الباحث من أن العوامل الدخيلة قد أمكن السيطرة عليها في التجربة ،حيث لن تحدث أثار في المتغير التابع (التوافق النفسي الإجتماعي)

و هذه العوامل هي:

***الظروف المصاحبة لإجراء التجربة الميدانية** : ما ينبغي التأكيد عليه أن التجربة الميدانية جرت في أحسن الظروف حسب المخطط الزمني المقترح لها من حيث :

- عدد الحصص متساوية – العمل في نفس الوقت وفي نفس المكان - العمل تحت نفس الظروف

***الأجهزة و الأدوات المستخدمة في التجربة** : تمكن الباحث من السيطرة على هذا المتغير باستخدام الأدوات نفسها مع المجموعات قيد الدراسة.

***أفراد عينة التجربة** : لقد تمت السيطرة على هذا العامل من خلال حرص الباحث على أن تكون مجموعات الدراسة متكافئة من نفس الجنس " ذكور" ومن حيث التخصص الذي ينتمون إليه (علوم تجريبية) ،

- تقسيم الطلبة إلى مجموعا ت متساوية العدد
- ضبطنا لكل مجموعة أسلوب تدريسي
- متغير نوع اللعبة واحد والمتمثل في الكرة الطائرة.

إضافة إلى تكافئهما في متغيرات (السن ، الطول ، الوزن) كما هو موضح في الجدول رقم(15) السابق .

ومن أجل السير الحسن للبرنامج المقترح تم التأكيد على :

- تحديد الغيابات والحرص على عدم غياب العينة
- تحديد الأفواج والحرص على تقيد التلاميذ بأفواجهم

– التزام العينات بالأساليب التدريسية قيد البحث

5-2- السلامة الخارجية للتصميم :

من بين العوامل التي يمكن ان تؤثر على في السلامة الخارجية لتصميم التجربة الميدانية ، العوامل والمتغيرات التالية :

***المادة التعليمية** : حرص الباحث على أن تكون المواقف التعليمية تتناسب و طبيعة الأسلوب المتبع، تلقي أفراد العينات نفس المعلومات النظرية والنواحي التعليمية والتطبيقية لأداء المهارات والواجبات الحركية الخاصة بالأساليب المقترحة ،متخذا منهاج التربية البدنية و الرياضية كمرجع أساسي.

***المدة الزمنية لتطبيق الإختبار (المقياس) و تنفيذ الوحدات التعليمية:**

لقد كانت المدة الزمنية متكافئة بين مجموعات الدراسة فيما يخص الوقت المستغرق لتطبيق الاختبار و مدة تنفيذ الوحدات التعليمية ، فكل المجموعات برمجت حصتهم من الساعة 00: 10 إلى غاية الساعة 11:00 .

6-الوسائل الإحصائية المستعملة:

من أجل الوصول إلى النتائج الإحصائية واستنباط النتائج العامة وفهمها بصورة جيدة لجأنا إلى استخدام الوسائل الإحصائية التالية:

- معامل الارتباط بيرسون (علاوي ،2008،ص 288)
- النسبة المئوية (ناجي،1988صفحة91)
- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري (الشربيني،ص129)
- إختبار حسن المطابقة (ك2) (حسين،1995صفحة132)
- الدرجة التائية (ت) (كامل،1991صفحة92)
- الصدق (المنطقي) الذاتي (الحفيظ،1993صفحة93)
- الصدق التمييزي (معمرية،2007صفحة179)
- طريقة إعادة الإختبار (test-re-test)
- طريقة التجزئة النصفية (رضوان،2006صفحة215)
- ألفا كرونباخ
- تحليل التباين F
- إختبار (دانكن لمدى المتعدد) لأي مجموعة دال (الطيب،1999صفحة118)

7- صعوبات البحث :

- صعوبة إسترجاع كافة الإستمارات الخاصة بأساليب التدريس .
- الجانب النظري من المذكرة أخذ الوقت الكبير .
- عدم وجود دراسات سابقة تربط أساليب التدريس والتوافق النفسي الإجتماعي .
- صعوبة تطبيق الأساليب التدريسية .

– خلاصة جزئية :

لا يمكن لنتائج أي بحث أن تستقيم ما لم يكن هناك تكامل وتناغم بين جميع أجزائه؛ وعليه جاء هذا الباب الثاني والذي تناولنا فيه منهجية البحث والإجراءات الميدانية بداية من تحديد متغيرات البحث مرورا بالتأكيد على الخصائص السيكومترية للمقياس المستعمل، وذلك لكي يصبح أداة علمية يمكن الوثوق مما ستجمعه من معلومات، هذا وعرجنا عن مجتمع وعينة البحث من خلال مخطط توضيحي للعينة المختارة ،دون أن نغفل عن إجراءات التطبيق الميداني وذلك بتحديد التصميم التجريبي المستعمل في الدراسة، وأخيرا الأدوات الإحصائية التي تتناسب مع هذه الدراسة؛ وهذا لكي نترجم النتائج الرقمية إلى دلالات لفظية ذات معنى .إذا ركزنا على كل هذه النقاط لأن قيمة وأهمية أي بحث علمي تكمن في التحكم في المنهجية المتبعة فيه زيادة عن الوصول إلى الحقيقة الكامنة وراء الموضوع المعالج

الفصل السادس :

عرض وتحليل النتائج

أولا : عرض النتائج .

– تمهيد :

1– عرض نتائج السؤال الأول .

2– عرض نتائج السؤال الثاني .

3– عرض نتائج السؤال الثالث .

4– عرض نتائج السؤال الرابع .

5– عرض نتائج السؤال الخامس .

خلاصة جزئية .

– تمهيد:

يمكن القول في فصل منهجية البحث والإجراءات الميدانية أن أجزاء البحث في تكامل وتناغم للوصول إلى الحقيقة العلمية، فبعد عرض الإطار المنهجي يأتي هذا الفصل في جزئه الأول ليستعرض النتائج المتوصل إليها محاولا الباحث فيه إستنطاق الأرقام والدلالات الإحصائية.

للتذكير فإننا نعرض النتائج كما أفرزتها المعالجة الإحصائية المتحصل عليها من جراء تطبيق الأسلوب التدريبي والتبادلي والتضميني محاولين معرفة تأثيرهم وإسهاماتهم في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي على ثلاث مجموعات تجريبية لتلاميذ السنة أولى ثانوي ، على أن يترك تفسير النتائج ومدى التحقق من فرضيات البحث، والاستنتاجات، والاقتراحات إلى الجزء الثاني من هذا الفصل.

1- عرض نتائج التساؤل الأولى :

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين المجموعات التجريبية الثلاث (تدريبي تبادلي تضميني)

جدول(1) يبين قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ف فيشر للاختبار القبلي بين المجموعات التجريبية.

المتغيرات	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة الاحصائية	الدلالة الاحصائية
البعد الأول	المجموعة التجريبية الأولى	4.25	0.78	0,19	**1.73**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	4.55	0.75	0.2					
	المجموعة التجريبية الثالثة	4.1	0.78	0.38					
البعد الثاني	المجموعة التجريبية الأولى	2.7	0.65	1.38	**0.92**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	2.6	0.50	2.4					
	المجموعة التجريبية الثالثة	2.85	0.58	0.8					
البعد الثالث	المجموعة التجريبية الأولى	2.25	0.44	1.70	**0.18**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	2.2	0.61	0.98					
	المجموعة التجريبية الثالثة	2.3	0.47	1.91					
البعد الرابع	المجموعة التجريبية الأولى	3.55	0.68	2.08	**1.26**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	3.9	0.71	0.42					
	المجموعة التجريبية الثالثة	3.65	0.74	2.02					
البعد الخامس	المجموعة التجريبية الأولى	4.15	0.74	0.60	**0.09**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	4.10	0.78	0.38					
	المجموعة التجريبية الثالثة	4.05	0.68	2.20					
البعد السادس	المجموعة التجريبية الأولى	2.95	0.68	0.22	**0.11**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	2.90	0.73	0.42					
	المجموعة التجريبية الثالثة	2.85	0.58	0.77					
البعد السابع	المجموعة التجريبية الأولى	2.5	0.51	0.001	**0.76**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	2.55	0.51	2.58					
	المجموعة التجريبية الثالثة	2.7	0.60	1.57					
البعد الثامن	المجموعة التجريبية الأولى	3.65	0.74	1.29	**1.61**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	4.5	0.82	1.82					
	المجموعة التجريبية الثالثة	4	0.72	0.001					
البعد التاسع	المجموعة التجريبية الأولى	3.05	0.68	0.22	**0.71**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	3.2	0.61	0.98					
	المجموعة التجريبية الثالثة	2.95	0.68	0.22					
البعد العاشر	المجموعة التجريبية الأولى	2.95	0.68	0.22	**0.14**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	2.95	0.68	0.22					
	المجموعة التجريبية الثالثة	3.05	0.68	0.22					
البعد الحادي عشر	المجموعة التجريبية الأولى	3.9	0.78	0.38	**0.22**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	3.95	0.68	0.22					
	المجموعة التجريبية الثالثة	4.5	0.68	2.20					
البعد الثاني عشر	المجموعة التجريبية الأولى	2.95	0.68	0.22	**1.58**	4.99	(2 ، 57)	0.01	غير دال
	المجموعة التجريبية الثانية	3.35	0.81	1.29					
	المجموعة التجريبية الثالثة	3.1	0.68	0.46					

من خلال الجدول نلاحظ أن قيم معامل معامل الإلتواء كانت محصورة بين (0.001 ، 2.20) وهي قيم تنتمي إلى المجال (-3 +3) ومنه توجد إعتدالية في توزيع النتائج .

– بالنسبة للبعد الأول :

-نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد الأول الخاص بالمهارات الشخصية في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط حسابي 4.25بإنحراف معياري قدره 0.78، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 4.55 بانحراف معياري 0.75، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي 4.1 بإنحراف معياري قدر ب 0.78

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 1.73 و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فرق دالة إحصائية.

– بالنسبة للبعد الثاني :

– نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد الثاني الخاص بالإحساس بالقيمة الشخصية في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط حسابي 2.7 بإنحراف معياري قدره 0.65، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 2.6بانحراف معياري 0.50، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي2.85 بإنحراف معياري قدر ب 0.58

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 0.92 و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية.

– بالنسبة للبعد الثالث :

– نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد الثالث الخاص بالإعتماد على النفس في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط حسابي 2.25 بإنحراف معياري قدره0.44، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 2.2 بانحراف معياري0.61، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي 2.3 بإنحراف معياري قدر ب 0.47

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 0.18 و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية.

– بالنسبة للبعد الرابع :

– نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد الرابع الخاص بالتحرر من الميل إلى الإنفراد في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط حسابي3.55 بإنحراف معياري قدره0.68، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 3.9 بانحراف معياري0.71، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي 3.65 بإنحراف معياري قدر ب 0.74

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية.

– بالنسبة للبعد الخامس :

– نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد الخامس الخاص بالحالة الصحية في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط الحسابي 4.15 بإنحراف معياري قدره0.74، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 4.10بانحراف معياري 0.78، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي4.05 بإنحراف معياري قدر ب0.68

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 0.09 و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية.

–بالنسبة للبعد السادس :

–نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد السادس الخاص بالحالة الإنفعالية في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط الحسابي 2.95 بإنحراف معياري قدره0.68، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 2.90 بانحراف معياري 0.73، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي 2.85 بإنحراف معياري قدر ب 0.58

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 0.11 وهي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية.

– بالنسبة للبعد السابع :

–نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد السابع الخاص اللياقة في التعامل مع الأخرين في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط الحسابي 2.5 بإنحراف معياري قدره

0.51، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 2.55 بانحراف معياري 0.51، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي 2.7 بإنحراف معياري قدر ب 0.60

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 0.76 و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية.

– بالنسبة للبعد الثامن :

– نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد الثامن الخاص بالإمتثال للجماعة في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط الحسابي 3.65 بإنحراف معياري قدره 0.74 ، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 4.5 بانحراف معياري 0.82 ، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي 4 بإنحراف معياري قدر ب 0.72

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 1.61 و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية.

–بالنسبة للبعد التاسع :

– نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد التاسع الخاص القدرة على القيادة في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط الحسابي 3.5 بإنحراف معياري قدره 0.68 ، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي3.2 بانحراف معياري 0.61، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي 2.95 بإنحراف معياري قدر ب 0.68

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 0.71 و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية.

– بالنسبة للبعد العاشر:

– نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد العاشر الخاص بالعلاقات بالأسرة في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط الحسابي 2.95 بإنحراف معياري قدره 0.68 ، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 2.95بانحراف معياري 0.68 ، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي3.05 بإنحراف معياري قدر ب 0.68

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 0.14 و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فرق دالة إحصائية.

– بالنسبة للبعد الحادي عشر:

– نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد الحادي عشر الخاص بالعلاقات في المدرسة في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط الحسابي 3.9بإنحراف معياري قدره 0.78 ، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي3.95 بانحراف معياري 0.68 ، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي 4.50 بإنحراف معياري قدر ب 0.68

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 0.22و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية.

– بالنسبة للبعد الثاني عشر:

– نلاحظ من خلال الجدول اعلاه أن قيمة البعد الثاني عشر الخاص بالعلاقات في البيئة المحيطة في الفروق بين القياسين القبلي القبلي للمجموعة التجريبية الأولى حيث بلغ المتوسط الحسابي 2.95 بإنحراف معياري قدره 0.68 ، أما المجموعة التجريبية الثانية بلغ المتوسط الحسابي 3.35 بانحراف معياري0.81، أما المجموعة التجريبية الثالثة بلغ المتوسط الحسابي 3.1 بإنحراف معياري قدر ب 0.68

أما ف المحسوبة للبعد الأول فكانت قيمتها 1.58 و هي أقل من ف الجد ولية المقدرة بـ 4.99 عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (2 ، 57) مما يعني عدم وجود فرق دالة إحصائية.

2- عرض نتائج التساؤل الثاني :

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية الأولى في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي .

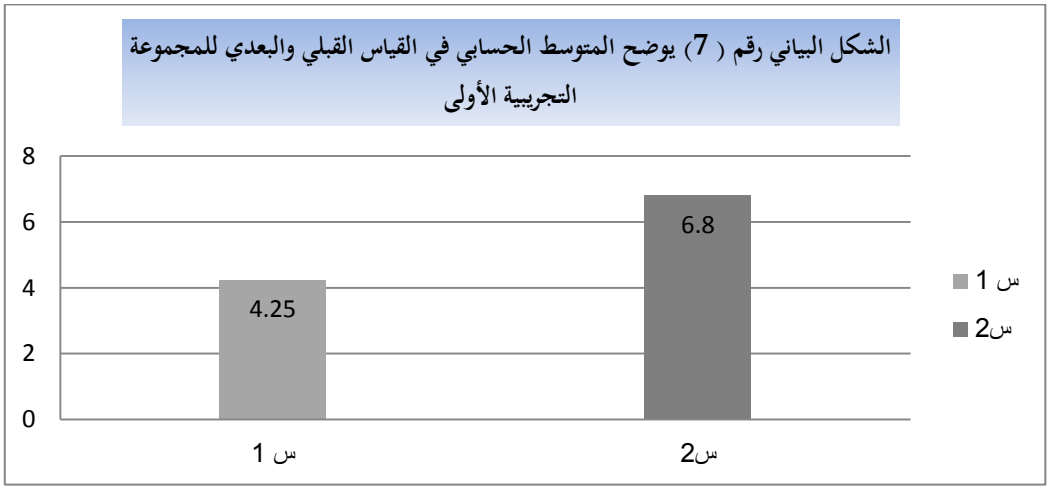
جدول(2) يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستيودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التدريبي).

المتغيرات	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية	مستوى د الاحصائية	الدلالة الإحصائية
البعد الأول	القياس القبلي	4.25	0.78	10.86	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	6.8	1.05					
البعد الثاني	القياس القبلي	2.7	0.65	8.32	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	3.65	0.67					
البعد الثالث	القياس القبلي	2.25	0.44	8.90	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	3.35	0.48					
البعد الرابع	القياس القبلي	3.55	0.68	12.25	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5.3	0.65					
البعد الخامس	القياس القبلي	4.15	0.74	13.26	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	6.05	0.75					
البعد السادس	القياس القبلي	2.95	0.68	13.30	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	4.65	0.67					
البعد السابع	القياس القبلي	2.5	0.51	15.38	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	4.3	0.47					
البعد الثامن	القياس القبلي	3.65	0.74	12.94	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	6.75	0.78					
البعد التاسع	القياس القبلي	3.05	0.68	12.25	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	4.8	0.83					
البعد العاشر	القياس القبلي	2.95	0.68	10.48	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5.6	0.71					
البعد الحادي عشر	القياس القبلي	3.9	0.78	13.85	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	7.45	1.14					
البعد الثاني عشر	القياس القبلي	2.95	0.68	11.83	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	4.85	0.67					

– بالنسبة للبعد الأول :(المهارات الشخصية)

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه الذي يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت المحسوبة للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التدريبي) أنه :

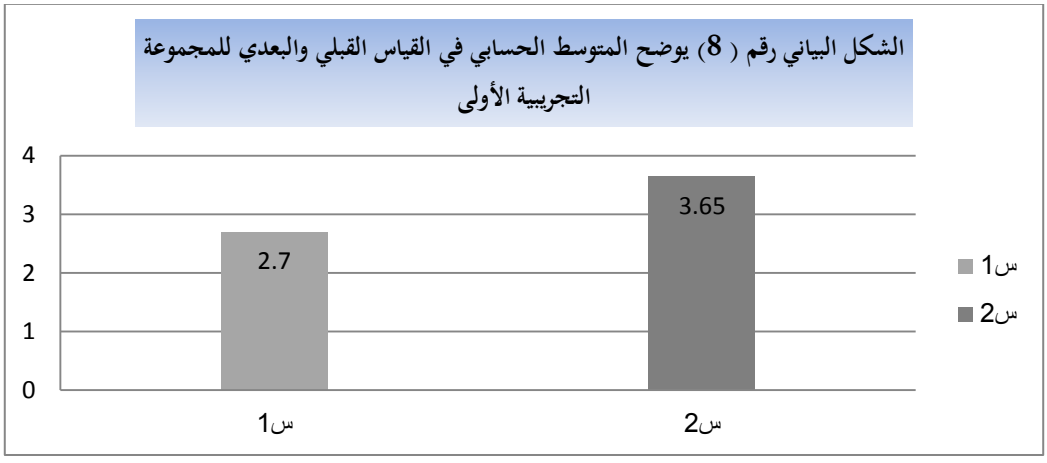
في البعد الأول بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 4.25 بإنحراف معياري بلغ 0.78، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 6.8 بإنحراف معياري قدر ب 1.05، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 10.86 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي



– بالنسبة للبعد الثاني :(الإحساس بالقيمة الشخصية)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.7 بإنحراف معياري بلغ 0.65، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 3.65 بإنحراف معياري قدر ب 0.76، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 8.32 بدرجة حرية (19)عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

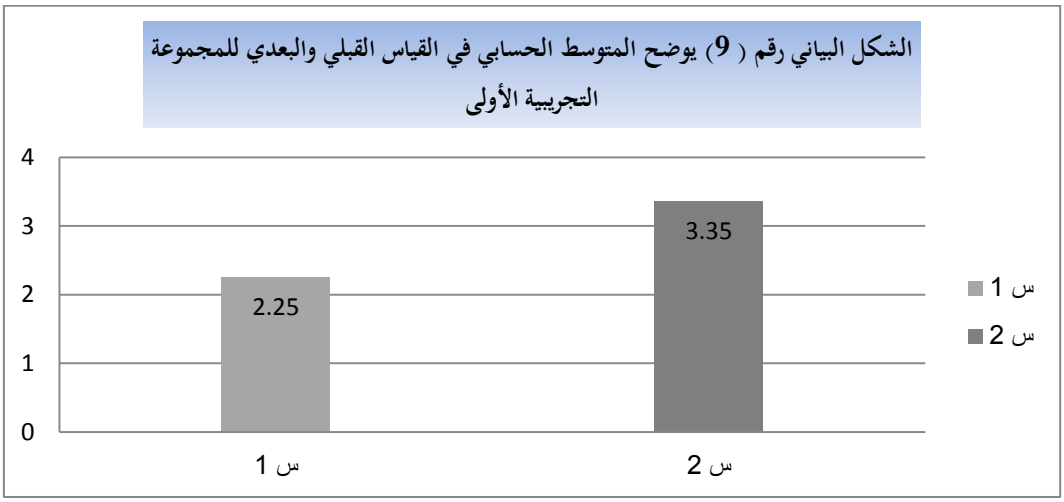
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثالث:(الإعتماد على النفس)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.25 بإنحراف معياري بلغ 0.44، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 3.35 بإنحراف معياري قدر ب 0.48، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 8.90 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

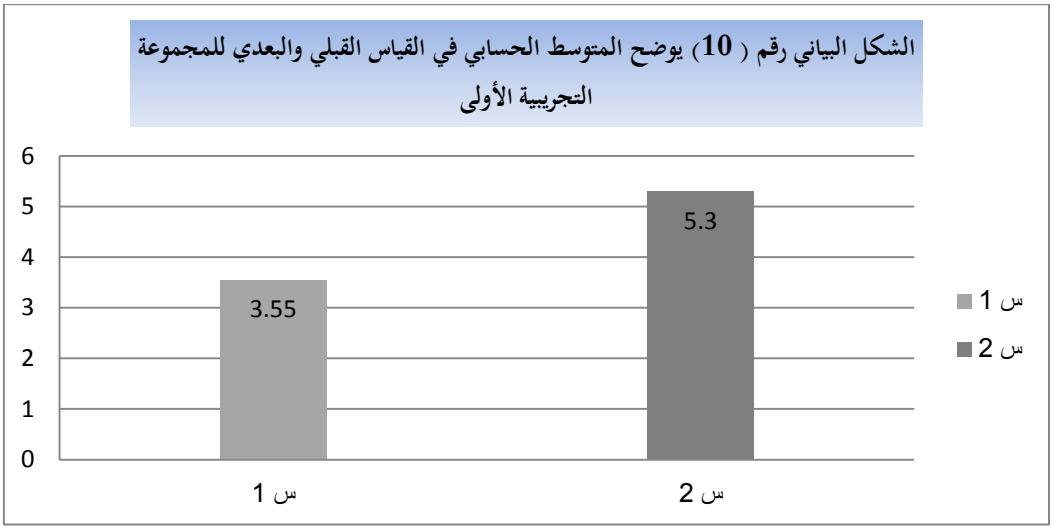
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الرابع:(التحرر من الميل إلى الإنفراد)

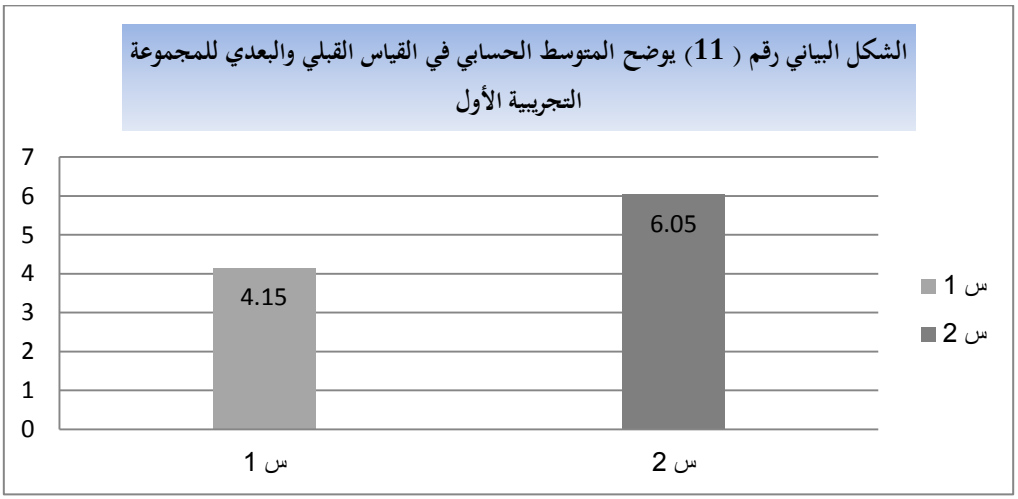
بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.35 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5.3 بإنحراف معياري قدر ب0.65، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 12.25 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الخامس:(الحالة الصحية)

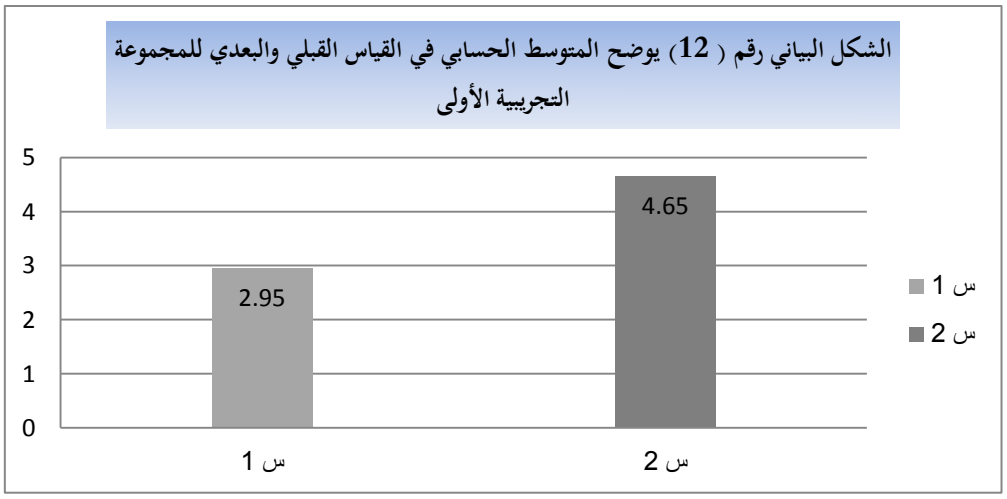
بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 4.15 بإنحراف معياري بلغ 0.74، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 6.05 بإنحراف معياري قدر ب0.75، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 13.26 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد السادس:(الحالة الإنفعالية)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.95 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.65 بإنحراف معياري قدر ب0.67، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 13.30 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

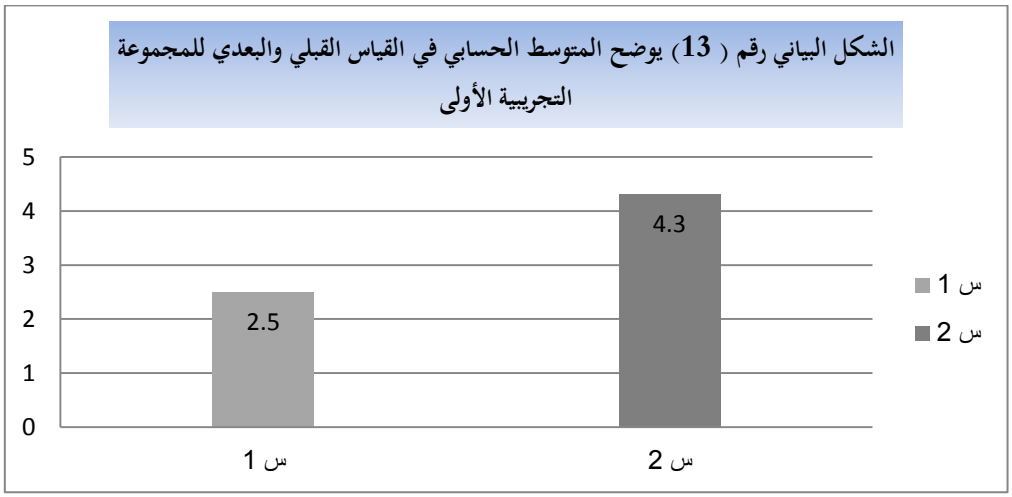
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد السابع:(اللياقة في التعامل مع الأخرين)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.5 بإنحراف معياري بلغ 0.51، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.3 بإنحراف معياري قدر ب0.47، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 15.38 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

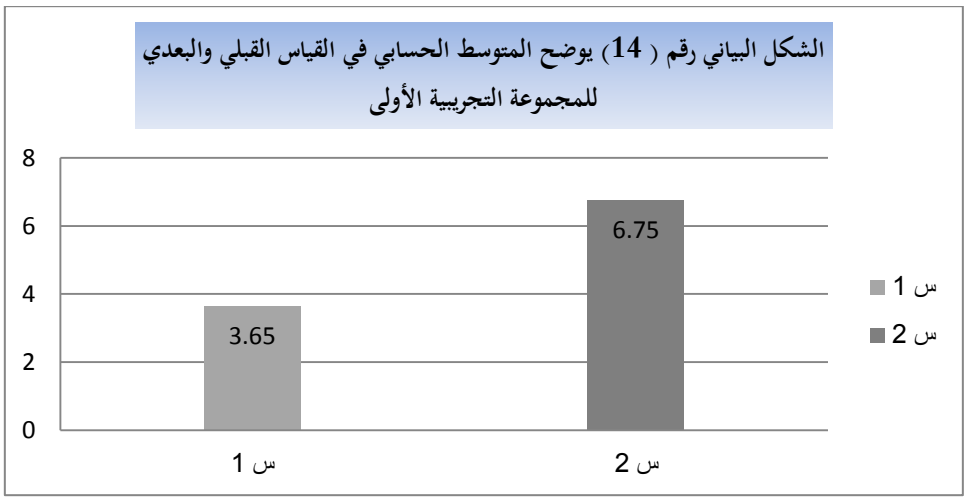
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثامن:(الإمتثال للجماعة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.65 بإنحراف معياري بلغ 0.74، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 6.75 بإنحراف معياري قدر ب0.78، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 12.94 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

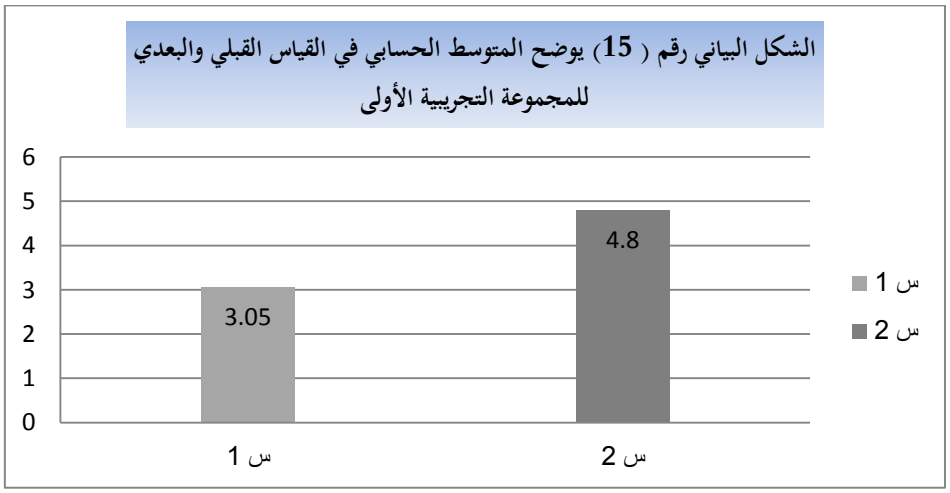
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد التاسع:(القدرة على القيادة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.05 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.8 بإنحراف معياري قدر ب0.83، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 12.25 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

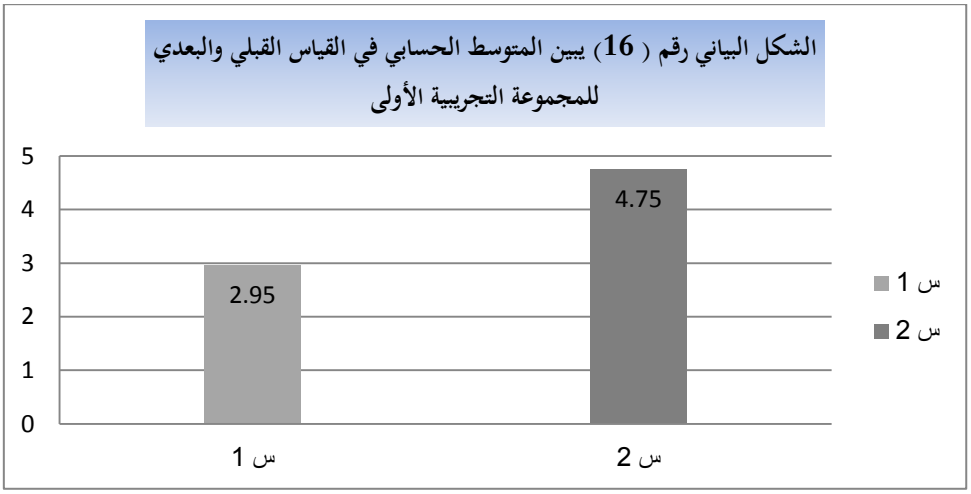
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد العاشر:(العلاقات بالأسرة)

المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.95 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5.6 بإنحراف معياري قدر ب0.71، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 13.54 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

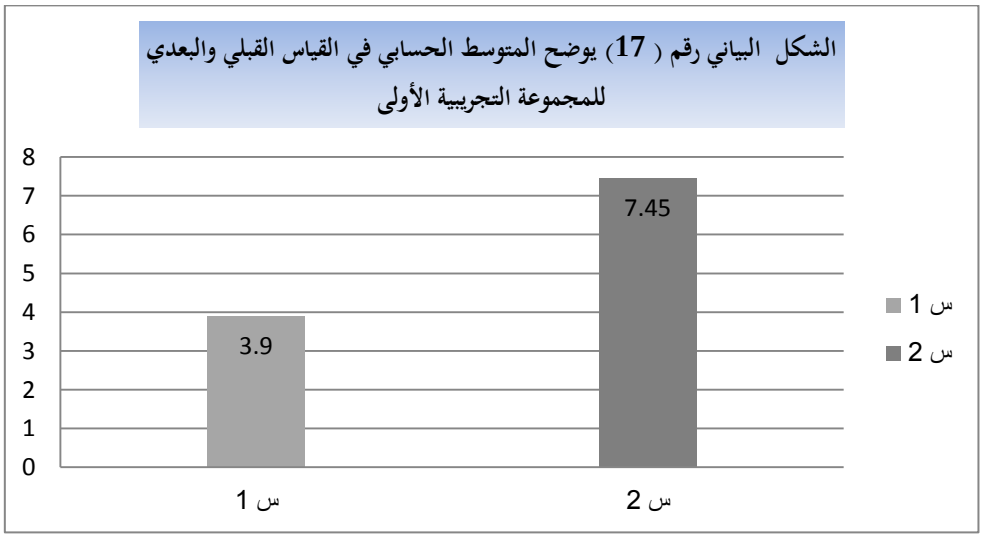
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الحادي عشر:(العلاقات في المدرسة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.9 بإنحراف معياري بلغ 0.78، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 7.45 بإنحراف معياري قدر ب1.14، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 13.85 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

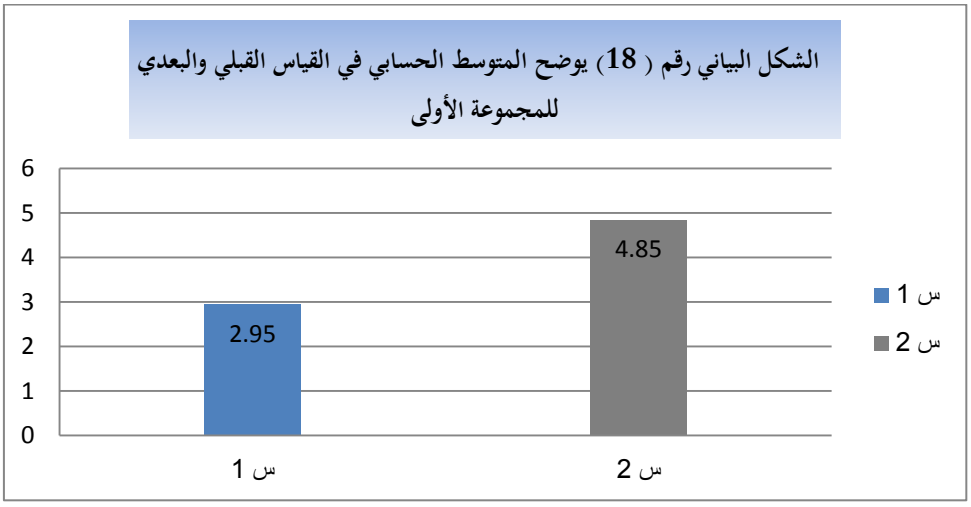
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثاني عشر:(العلاقات في البيئة المحيطة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.95 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.85 بإنحراف معياري قدر ب0.67، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 11.83 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

ومنه نستنتج أن الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) لصالح القياس البعدي .



3- عرض نتائج التساؤل الثالث :

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية الثانية في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي .

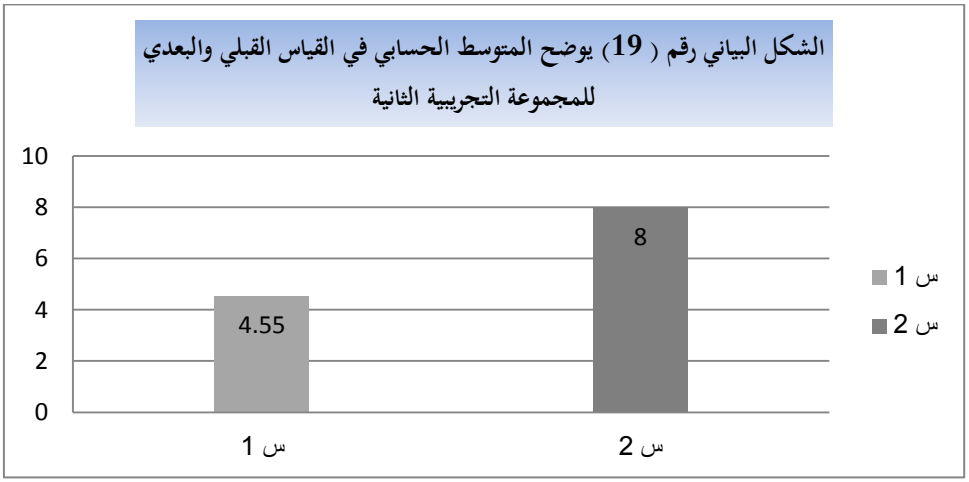
جدول رقم (3) يبين قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب التبادلي).

المتغيرات	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية	مستوى د الاحصائية	الدلالة الإحصائية
البعد الأول	القياس القبلي	4.55	0.75	11.94	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	8	0.94					
البعد الثاني	القياس القبلي	2.6	0.50	9.44	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	4.05	0.68					
البعد الثالث	القياس القبلي	2.3	0.47	10.50	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	3.45	0.51					
البعد الرابع	القياس القبلي	3.9	0.71	17.96	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5.95	0.68					
البعد الخامس	القياس القبلي	4.1	0.78	18.16	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	6.55	0.88					
البعد السادس	القياس القبلي	2.9	0.71	14.09	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	4.75	0.78					
البعد السابع	القياس القبلي	2.55	0.51	19.61	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	4.35	0.48					
البعد الثامن	القياس القبلي	4.05	0.82	15.42	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	6.65	0.87					
البعد التاسع	القياس القبلي	3.2	0.61	15.38	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5	0.72					
البعد العاشر	القياس القبلي	2.95	0.68	13.54	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5.6	0.59					
البعد الحادي عشر	القياس القبلي	3.95	0.68	17.43	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	7.95	0.82					
البعد الثاني عشر	القياس القبلي	3.35	0.81	12.07	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5.4	0.59					

– بالنسبة للبعد الأول :(المهارات الشخصية)

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه الذي يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستيودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي) أنه :

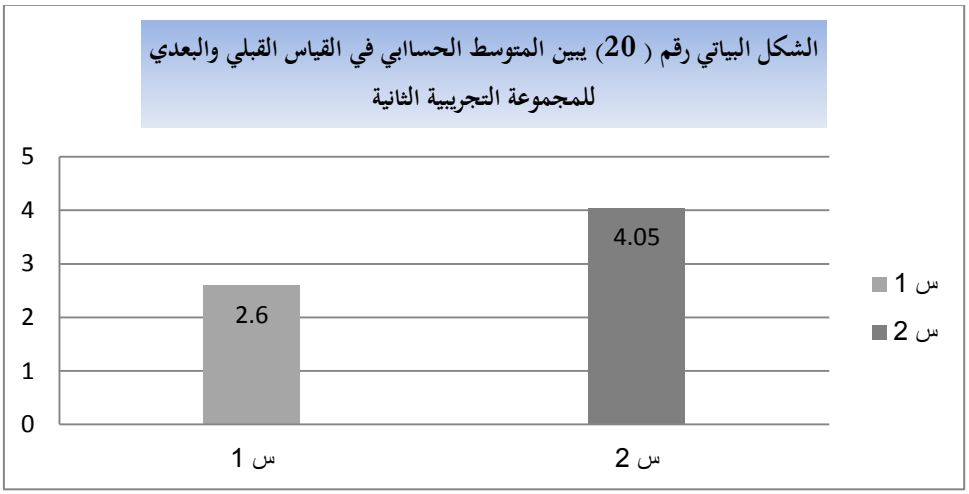
في البعد الأول بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 4.55 بإنحراف معياري بلغ 0.75، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 8 بإنحراف معياري قدر ب 0.94، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 11.94 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي



– بالنسبة للبعد الثاني :(الإحساس بالقيمة الشخصية)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.6 بإنحراف معياري بلغ 0.50، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.05 بإنحراف معياري قدر ب 0.68، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 9.44 بدرجة حرية (19)عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

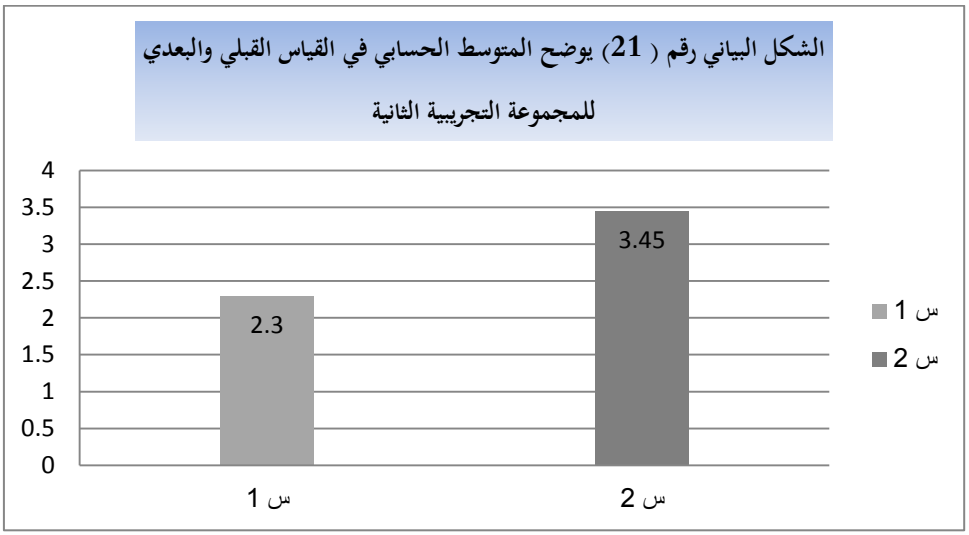
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثالث:(الإعتماد على النفس)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.3 بإنحراف معياري بلغ 0.47، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 3.45 بإنحراف معياري قدر ب 0.51، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 10.50 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

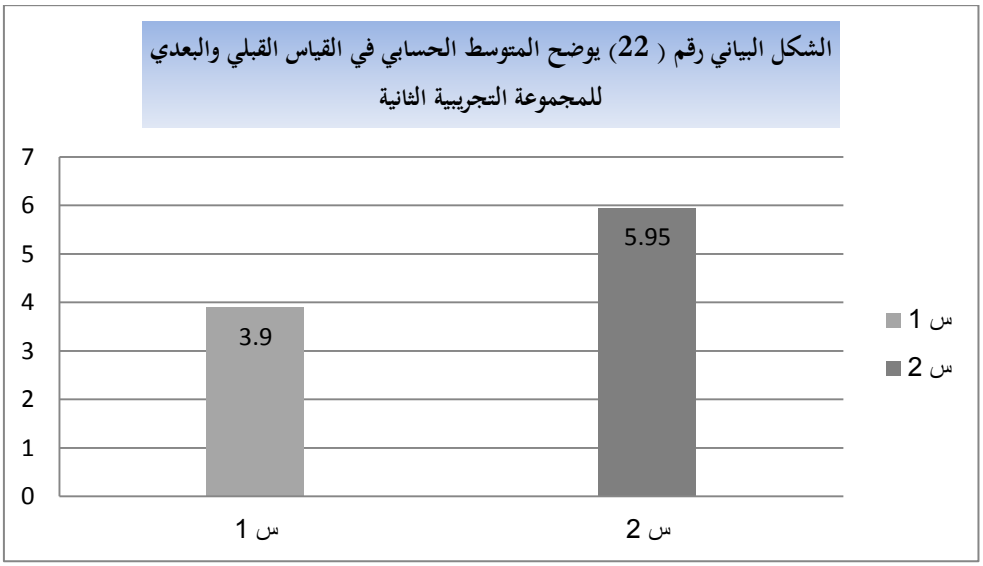
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الرابع:(التحرر من الميل إلى الإنفراد)

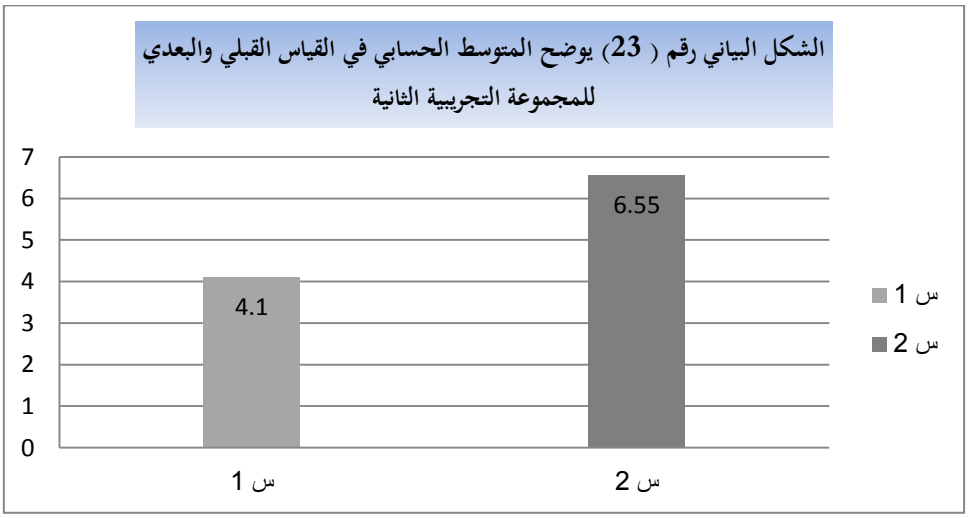
بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.9 بإنحراف معياري بلغ 0.71، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5.95 بإنحراف معياري قدر ب0.68، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 17.96 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الخامس:(الحالة الصحية)

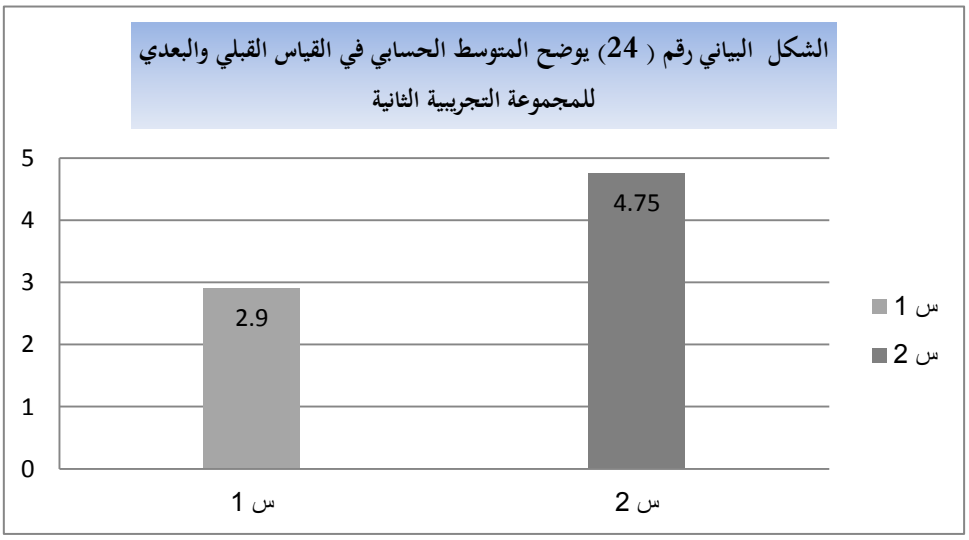
بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 4.1 بإنحراف معياري بلغ 0.78، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 6.55 بإنحراف معياري قدر ب0.88، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 18.16 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد السادس:(الحالة الإنفعالية)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.9 بإنحراف معياري بلغ 0.71، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.75 بإنحراف معياري قدر ب0.78، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 14.09 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

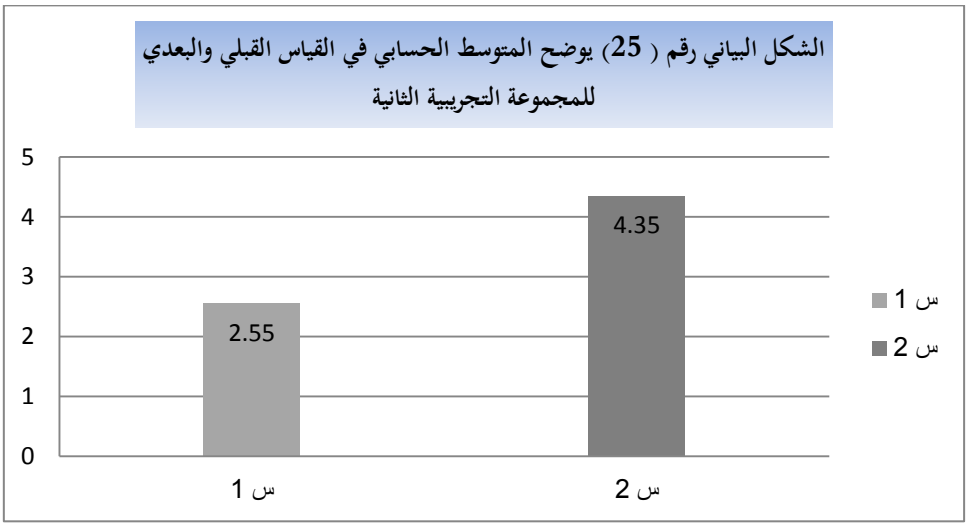
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد السابع:(اللياقة في التعامل مع الأخرين)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.5 بإنحراف معياري بلغ 0.51، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.3 بإنحراف معياري قدر ب0.47، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 15.38 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

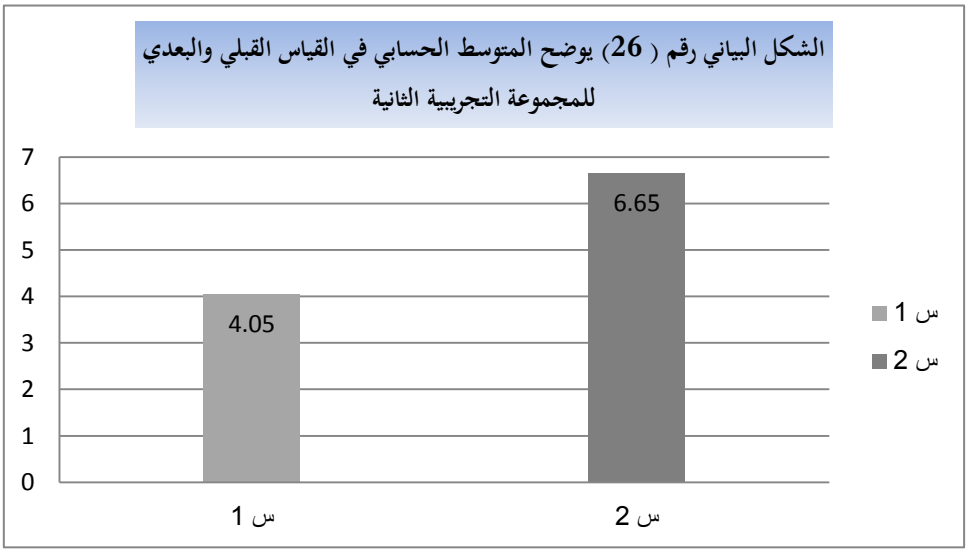
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثامن:(الإمتثال للجماعة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.55 بإنحراف معياري بلغ 0.51، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.35 بإنحراف معياري قدر ب 0.48، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 19.61 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

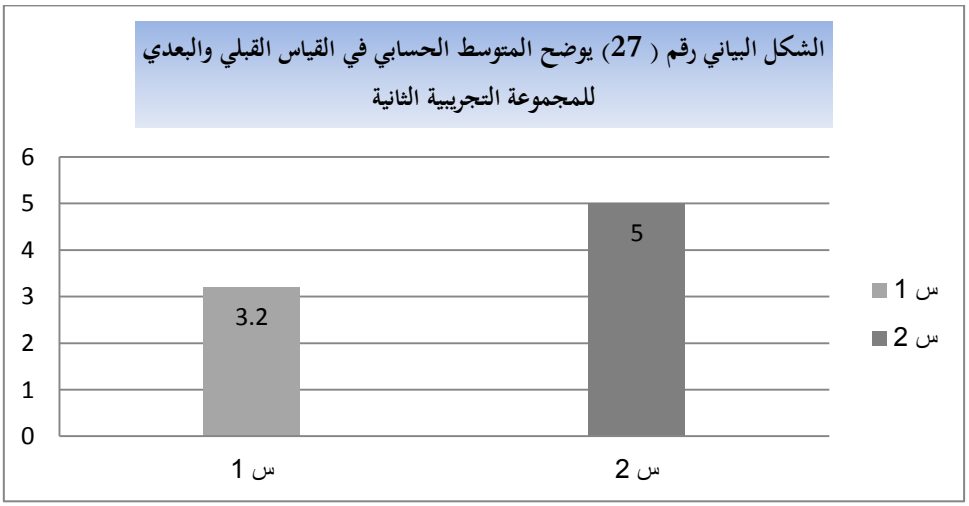
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد التاسع:(القدرة على القيادة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.2 بإنحراف معياري بلغ 0.61، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5 بإنحراف معياري قدر ب0.72، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 15.38 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

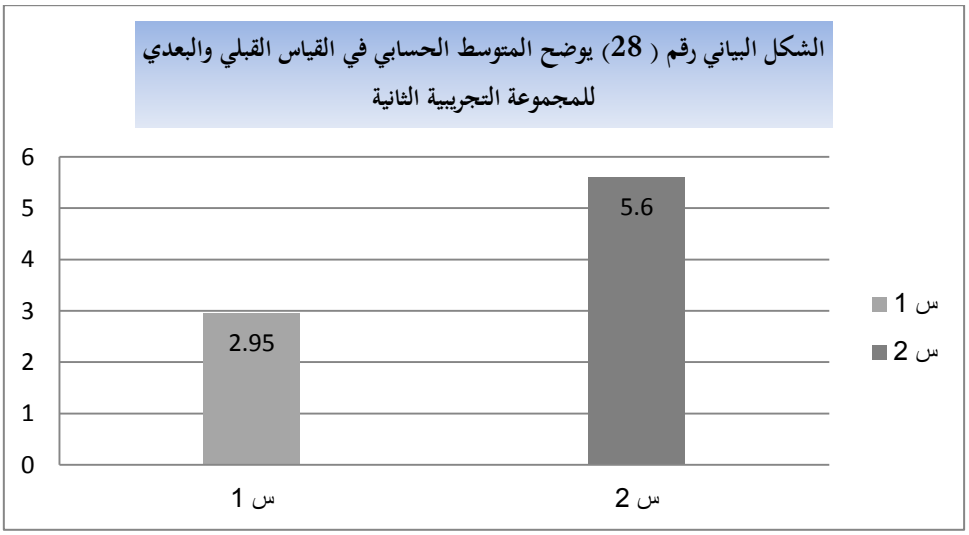
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد العاشر:(العلاقات بالأسرة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.95 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5.6 بإنحراف معياري قدر ب0.59، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 13.54 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

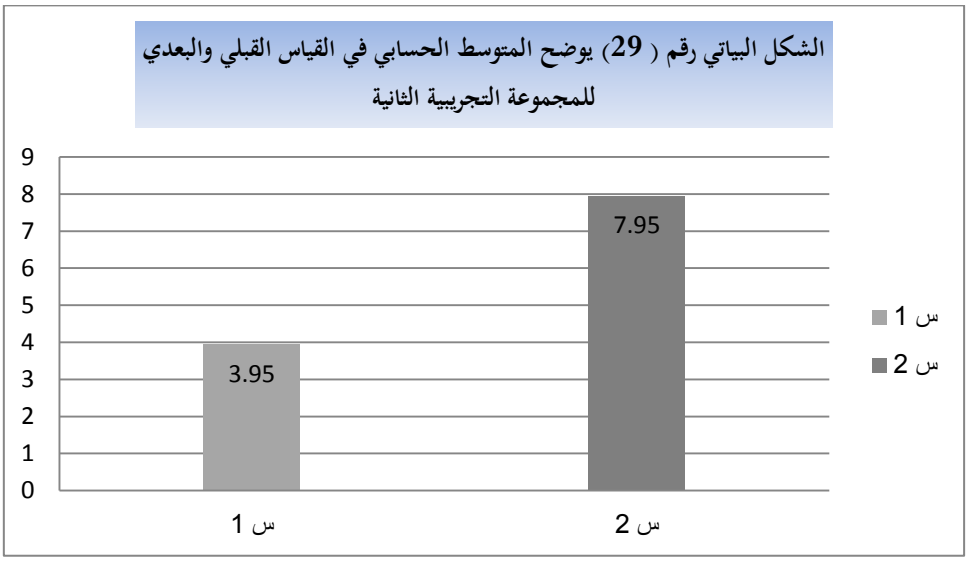
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



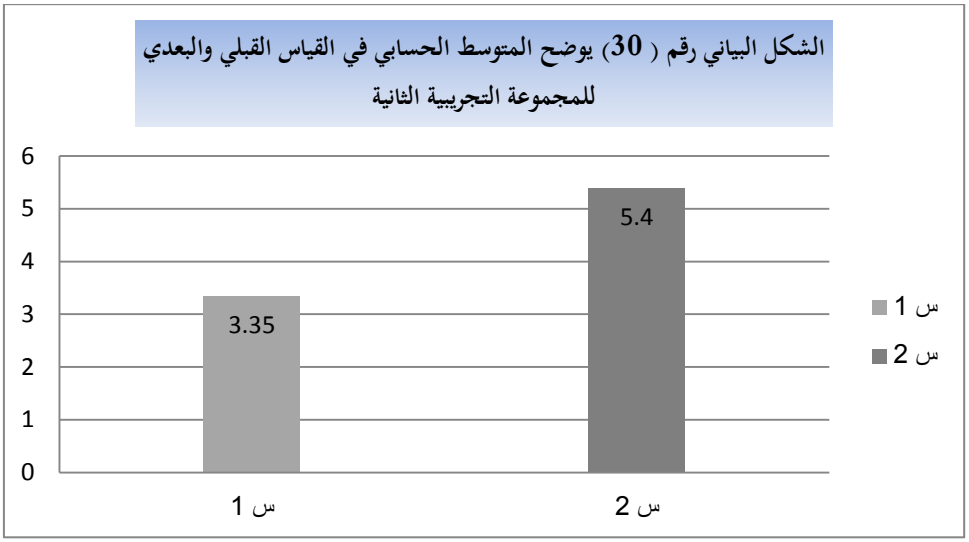
– بالنسبة للبعد الحادي عشر:(العلاقات في المدرسة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.95 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 7.95 بإنحراف معياري قدر ب 0.82.، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 17.43 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثاني عشر:(العلاقات في البيئة المحيطة) بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.35 بإنحراف معياري بلغ 0.81، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5.4 بإنحراف معياري قدر ب0.59، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 12.04بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 . ومنه الفروق بين القياسين لصالح القياس البعدي .



4- عرض نتائج التساؤل الرابع :

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية الثالثة في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي .

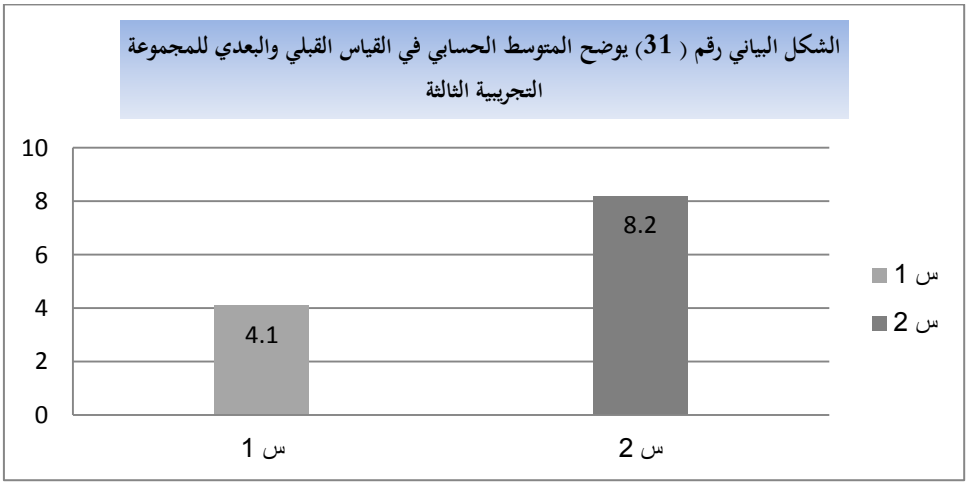
جدول رقم (5) يبين قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستيودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (الأسلوب التضميني).

المتغيرات	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية	مستوى د الاحصائية	الدلالة الإحصائية
البعد الأول	القياس القبلي	4.1	0.78	13.74	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	8.2	1.15					
البعد الثاني	القياس القبلي	2.85	0.58	11.05	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	4.35	0.48					
البعد الثالث	القياس القبلي	2.3	0.47	13.58	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	3.85	0.36					
البعد الرابع	القياس القبلي	3.65	0.74	18.05	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	6.55	0.51					
البعد الخامس	القياس القبلي	4.05	0.68	20.14	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	7.35	0.67					
البعد السادس	القياس القبلي	2.85	0.58	19.25	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5.6	0.59					
البعد السابع	القياس القبلي	2.7	0.32	26.24	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	4.85	0.48					
البعد الثامن	القياس القبلي	4.05	0.68	28.91	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	8.45	0.60					
البعد التاسع	القياس القبلي	2.95	0.68	19.43	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5.55	0.51					
البعد العاشر	القياس القبلي	3.05	0.68	15.66	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5.4	0.59					
البعد الحادي عشر	القياس القبلي	4.05	0.68	24.32	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	8.55	0.68					
البعد الثاني عشر	القياس القبلي	3.1	0.64	17.94	2.86	19	0.01	دالة
	القياس البعدي	5.5	0.68					

– بالنسبة للبعد الأول :(المهارات الشخصية)

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه الذي يبين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة (الأسلوب التضميني) أنه :

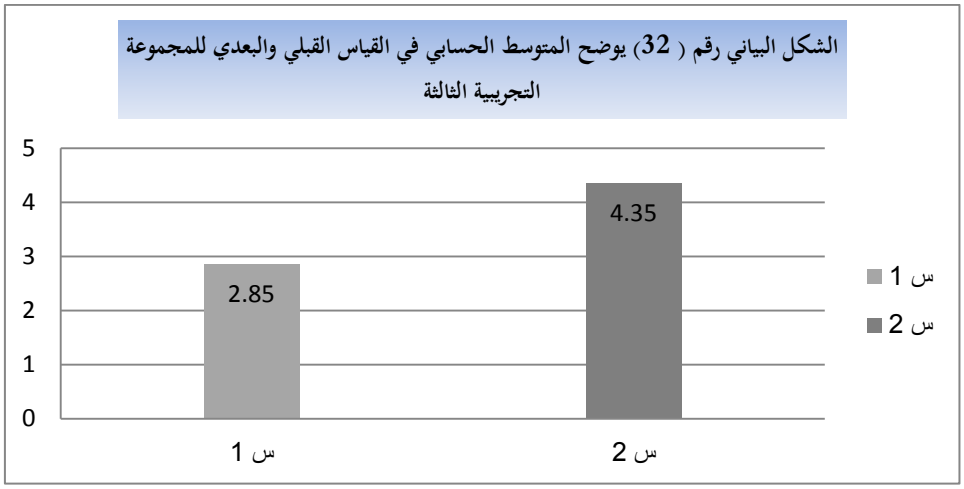
في البعد الأول بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 4.1 بإنحراف معياري بلغ 0.78، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 8.2 بإنحراف معياري قدر ب 1.15، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 13.74 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثاني :(الإحساس بالقيمة الشخصية)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.85 بإنحراف معياري بلغ 0.58، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.35 بإنحراف معياري قدر ب 0.48، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 11.05 بدرجة حرية (19)عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

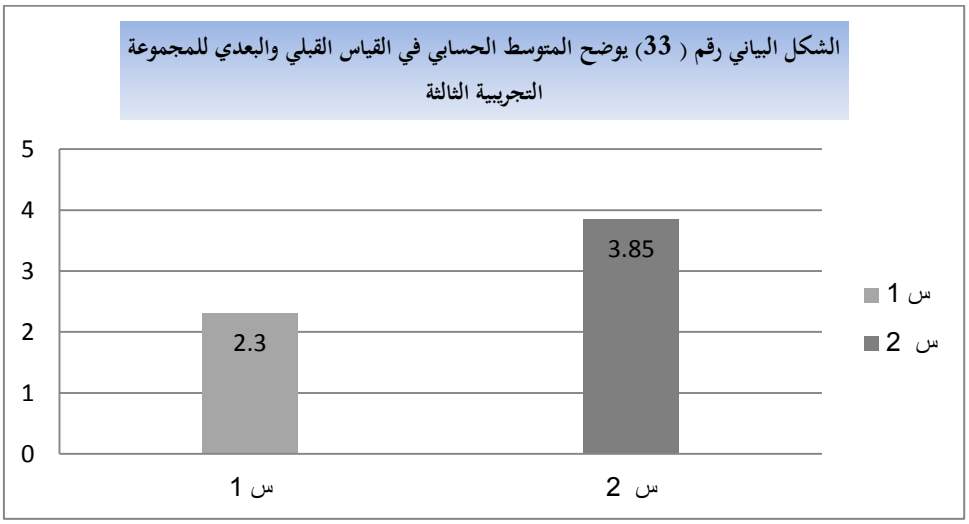
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثالث:(الإعتماد على النفس)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.3 بإنحراف معياري بلغ 0.47، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 3.85 بإنحراف معياري قدر ب 0.36، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 13.58 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

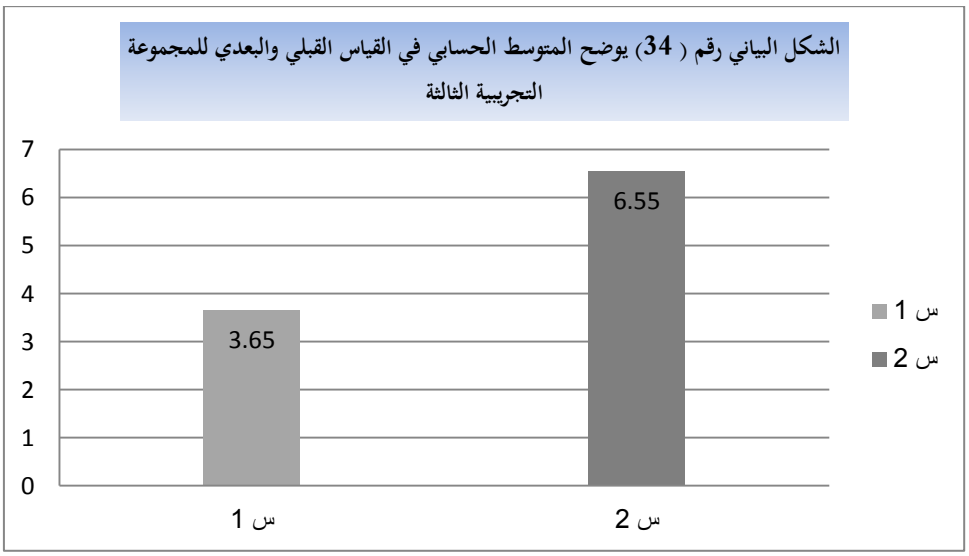
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الرابع:(التحرر من الميل إلى الإنفراد)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.65 بإنحراف معياري بلغ 0.74، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 6.55 بإنحراف معياري قدر ب0.51، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 18.05 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

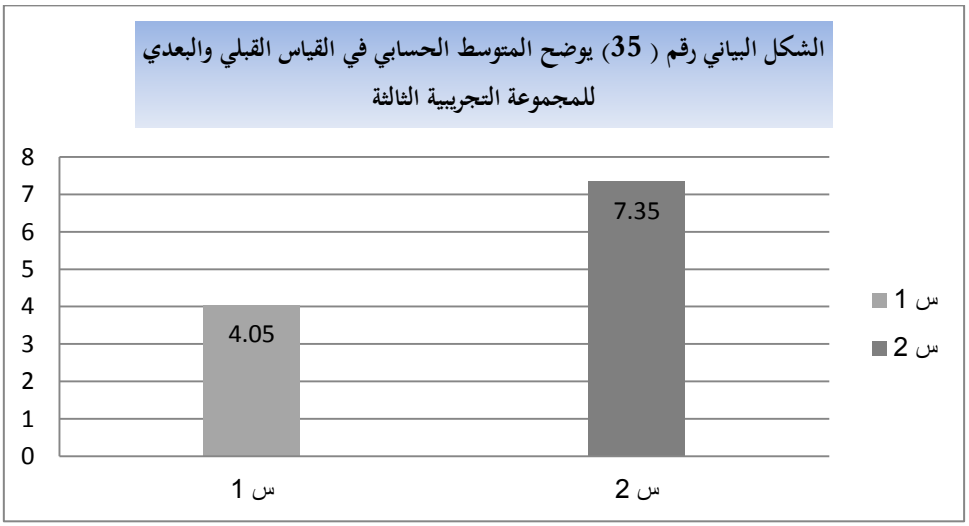
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الخامس:(الحالة الصحية)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 4.05 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 7.35 بإنحراف معياري قدر ب0.67، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 20.14 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

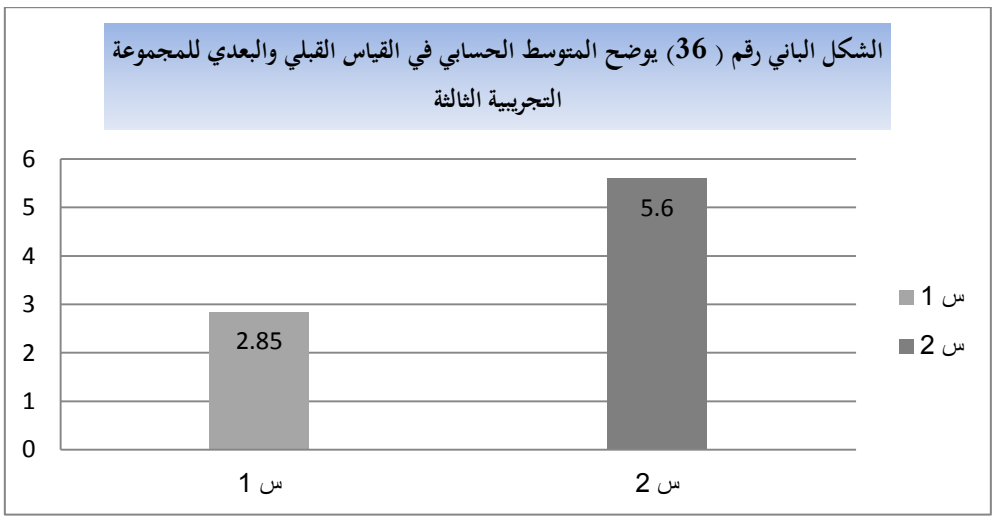
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد السادس:(الحالة الإنفعالية)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.85 بإنحراف معياري بلغ 0.58، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5.6 بإنحراف معياري قدر ب0.59، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 19.25 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

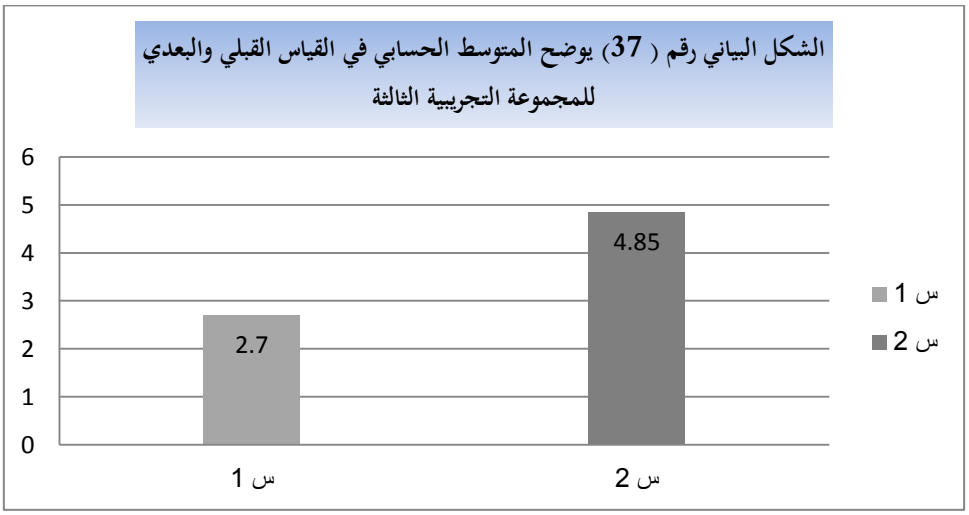
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد السابع:(اللياقة في التعامل مع الأخرين)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.7 بإنحراف معياري بلغ 0.32، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 4.85 بإنحراف معياري قدر ب0.48، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 26.24 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

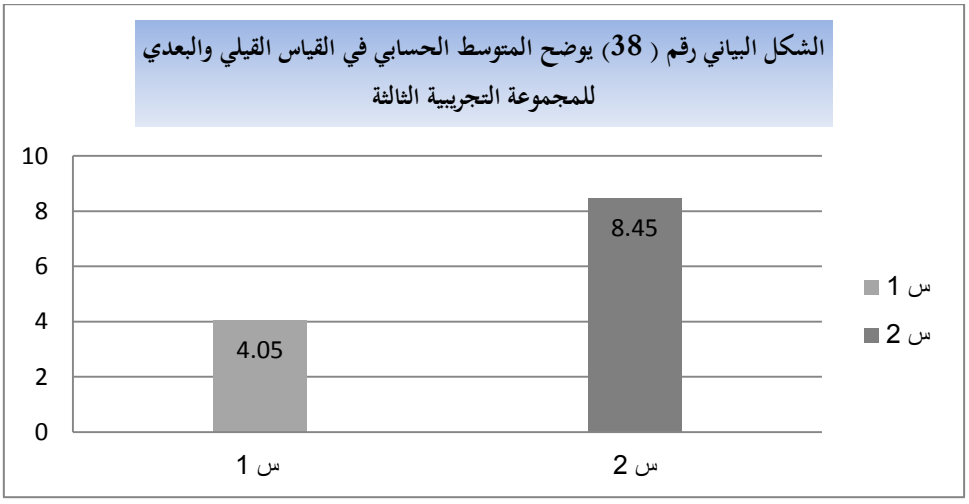
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثامن:(الإمتثال للجماعة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 4.05 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 8.45 بإنحراف معياري قدر ب 0.60، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 28.91 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

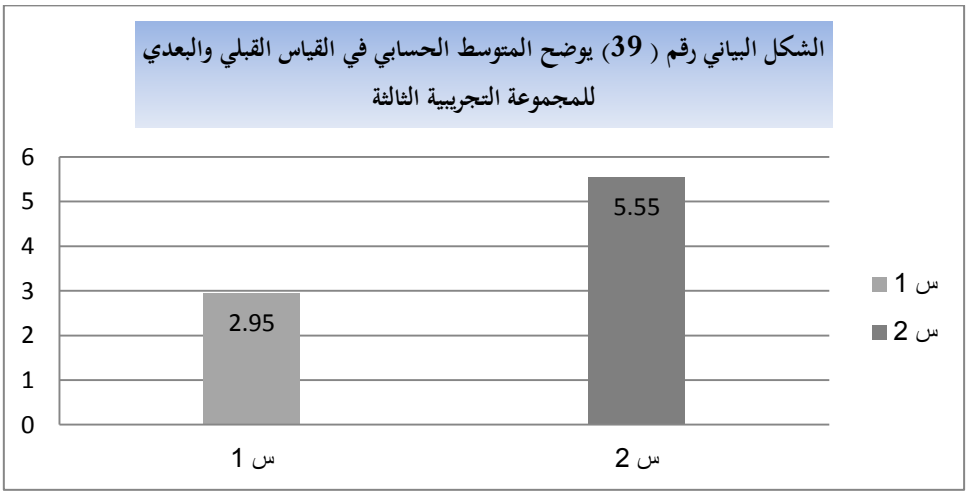
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد التاسع:(القدرة على القيادة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 2.95 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5.55 بإنحراف معياري قدر ب0.51، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 19.43 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

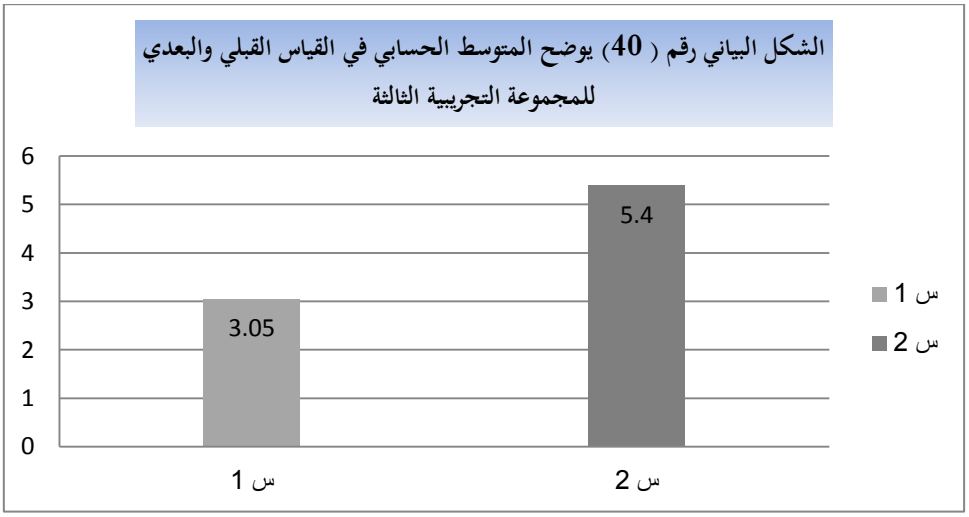
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد العاشر:(العلاقات بالأسرة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.05 بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5.4 بإنحراف معياري قدر ب0.59، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 15.66 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

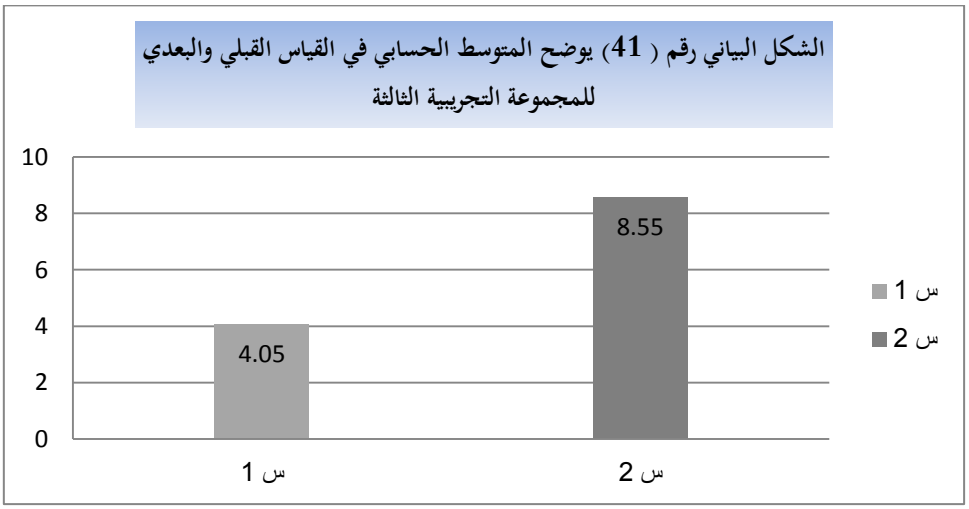
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الحادي عشر:(العلاقات في المدرسة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 4.05بإنحراف معياري بلغ 0.68، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 8.55 بإنحراف معياري قدر ب 0.68.، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 24.32 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

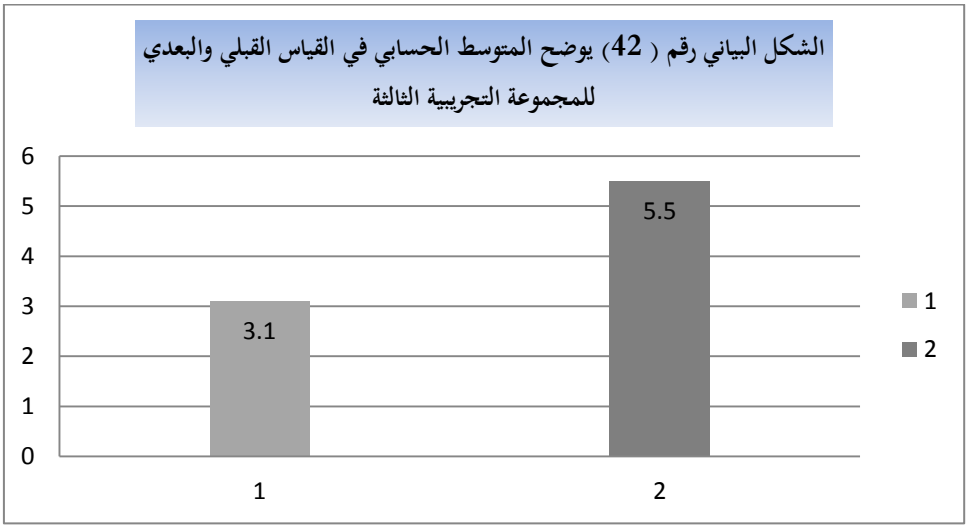
ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



– بالنسبة للبعد الثاني عشر:(العلاقات في البيئة المحيطة)

بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي 3.1 بإنحراف معياري بلغ 0.64، أما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس البعد 5.5 بإنحراف معياري قدر ب0.68، أما قيمة (ت) المحسوبة فقد قدرت ب 17.94 بدرجة حرية (19) عند مستوى الدلالة 0.01 وهي قيمة أكبر من (ت) الجدولية التي قدرت ب 2.86 .

ومنه نستنتج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين القياسين (القبلي و البعدي) ولصالح القياس البعدي .



5- عرض نتائج التساؤل الخامس :

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات التجريبية الثلاث في القياسات البعدية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي .

جدول(5) يبين قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ف فيشر للاختبار البعدي بين المجموعات التجريبية.

المتغيرات	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة الاحصائية	الدلالة الاحصائية
البعد الأول	المجموعة التجريبية الأولى	6.8	1.05	**10.03**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	7.95	0.94					
	المجموعة التجريبية الثالثة	8.2	1.15					
البعد الثاني	المجموعة التجريبية الأولى	3.65	0.67	**6.37**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	4.05	0.68					
	المجموعة التجريبية الثالثة	4.35	0.48					
البعد الثالث	المجموعة التجريبية الأولى	3.35	0.8	**6.62**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	3.45	0.51					
	المجموعة التجريبية الثالثة	3.85	0.36					
البعد الرابع	المجموعة التجريبية الأولى	5.3	0.65	**20.16**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	5.95	0.68					
	المجموعة التجريبية الثالثة	6.55	0.51					
البعد الخامس	المجموعة التجريبية الأولى	6.05	0.75	**14.22**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	6.55	0.88					
	المجموعة التجريبية الثالثة	7.35	0.67					
البعد السادس	المجموعة التجريبية الأولى	4.65	0.67	**11.46**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	4.75	0.78					
	المجموعة التجريبية الثالثة	5.6	0.59					
البعد السابع	المجموعة التجريبية الأولى	4.3	0.47	**7.92**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	4.35	0.48					
	المجموعة التجريبية الثالثة	4.85	0.48					
البعد الثامن	المجموعة التجريبية الأولى	6.75	0.78	**35.08**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	6.65	0.87					
	المجموعة التجريبية الثالثة	8.45	0.60					
البعد التاسع	المجموعة التجريبية الأولى	4.8	0.83	**6.10**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	5	0.72					
	المجموعة التجريبية الثالثة	5.55	0.51					
البعد العاشر	المجموعة التجريبية الأولى	4.75	0.71	**14.97**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	5.6	0.59					
	المجموعة التجريبية الثالثة	5.7	0.47					
البعد الحادي عشر	المجموعة التجريبية الأولى	7.45	1.14	**7.38**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	7.95	0.82					
	المجموعة التجريبية الثالثة	8.55	0.68					
البعد الثاني عشر	المجموعة التجريبية الأولى	4.85	0.67	**5.73**	4.99	(2 ، 57)	0.01	دال
	المجموعة التجريبية الثانية	5.4	0.59					
	المجموعة التجريبية الثالثة	5.5	0.68					

من خلال الجدول أعلاه والذي يبين قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ف فيشر للاختبار البعدي بين المجموعات التجريبية الثلاث .

يمكن تفسير النتائج على النحو التالي :

– بالنسبة للبعد الأول : (المهارات الشخصية)

الجدول رقم (6) يبين قيم F المحسوبة في البعد الأول :المهارات الشخصية

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد الأول	بين المجموعات	22.3	2	11.15	10.3	0.01	4.99
	داخل المجموعات	63.35	57	1.11			
	المجموع	85.65	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 22.3 وداخل المجموعات بلغ 63.35 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 11.15 وداخل المجموعات بلغ 1.11 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 10.3وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها .

الجدول رقم (7) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الأول المهارات الشخصية :

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد الاول	مجموعة 1	20	6.8	1.05
	مجموعة2	20	7.95	0.94
	مجموعة3	20	8.2	1.15

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في المهارات الشخصية نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (8) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد المهارات الشخصية باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني 3
الأسلوب التدريبي	–	1.15 دال احصائيا	1.4 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.25 غير دال
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (8) نلاحظ أنه يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي ولصالح مجموعة الأسلوب التبادلي ،كما ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،في حين لا يوجد فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد الثاني : (الإحساس بالقيمة الشخصية)

الجدول رقم (9) يبين قيم F المحسوبة في البعد الثاني : الإحساس بالقيمة الشخصية

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد الثاني	بين المجموعات	4.93	2	2.46	6.37	0.01	4.99
	داخل المجموعات	22.05	57	0.38			
	المجموع	36.98	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 4.93 وداخل المجموعات بلغ 22.05 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 2.46 وداخل المجموعات بلغ 0.38 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 6.37 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (10) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الثاني الإحساس بالقيمة الشخصية:

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد الثاني	مجموعة 1	20	3.65	0.67
	مجموعة2	20	4.05	0.68
	مجموعة3	20	4.35	0.48

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في الإحساس بالقيمة الشخصية نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (11) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الإحساس بالقيمة الشخصية باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.4 دال احصائيا	0.7 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.3 دال احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (11) نلاحظ أنه يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي ولصالح مجموعة الأسلوب التبادلي ، كما ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،و يوجد أيضا فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد الثالث : (الإعتماد على النفس)

الجدول رقم (12) يبين قيم F المحسوبة في البعد الثالث : الإعتماد على النفس

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد الثالث	بين المجموعات	2.8	2	1.4	6.62	0.01	4.99
	داخل المجموعات	12.05	57	0.21			
	المجموع	14.85	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 2.8 وداخل المجموعات بلغ 12.05 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 1.4 وداخل المجموعات بلغ 0.21 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 6.62 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (13) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الثالث الإعتماد على النفس:

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد الثالث	مجموعة 1	20	3.35	0.48
	مجموعة2	20	3.45	0.51
	مجموعة3	20	3.85	0.36

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في الإعتماد على النفس نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (14) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الإحساس الإعتماد على النفس باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.1 دال احصائيا	0.5 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.4 دال احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (14) نلاحظ أنه يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي ولصالح مجموعة الأسلوب التبادلي ، كما ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،و يوجد أيضا فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد االرابع : (التحرر من الميل إلى الإنفراد)

الجدول رقم (15) يبين قيم F المحسوبة في البعد الثالث : التحرر من الميل إلى الإنفراد

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد الرابع	بين المجموعات	15.33	2	7.81	20.16	0.01	4.99
	داخل المجموعات	22.1	57	0.38			
	المجموع	37.73	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 15.33 وداخل المجموعات بلغ 22.1 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 7.81 وداخل المجموعات بلغ 0.38 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 20.16 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (16) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الرابع التحرر من الميل إلى الإنفراد:

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد الرابع	مجموعة 1	20	5.3	0.65
	مجموعة2	20	5.95	0.68
	مجموعة3	20	6.55	0.51

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في التحرر من الميل إلى الإنفراد نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (17) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد التحرر من الميل إلى الإنفراد باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.65 دال احصائيا	1.25 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.6 دال احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (17) نلاحظ أنه يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي ولصالح مجموعة الأسلوب التبادلي ، كما ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،و يوجد أيضا فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد الخامس : (الحالة الصحية)

الجدول رقم (18) يبين قيم F المحسوبة في البعد الخامس : الحالة الصحية

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد الخامس	بين المجموعات	17.2	2	8.6	14.22	0.01	4.99
	داخل المجموعات	34.45	57	0.60			
	المجموع	51.65	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 17.2 وداخل المجموعات بلغ 34.45 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 8.6 وداخل المجموعات بلغ 0.60 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 14.22 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها .

الجدول رقم (19) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الخامس الحالة الصحية .

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد الخامس	مجموعة 1	20	6.05	0.75
	مجموعة2	20	6.55	0.88
	مجموعة3	20	7.35	0.67

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في الحالة الصحية نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (20) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الحالة الصحية باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.5 دال احصائيا	1.3 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.78 دال احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (20) نلاحظ أنه يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي ولصالح مجموعة الأسلوب التبادلي ، كما ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،و يوجد أيضا فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد السادس : (الحالة الإنفعالية)

الجدول رقم (21) يبين قيم F المحسوبة في البعد السادس : الحالة الإنفعالية

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد السادس	بين المجموعات	10.9	2	5.45	11.46	0.01	4.99
	داخل المجموعات	27.1	57	0.47			
	المجموع	38	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 5.45 وداخل المجموعات بلغ 0.47 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 10.9 وداخل المجموعات بلغ 27.1 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 11.46 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (22) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد السادس الحالة الإنفعالية.

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد السادس	مجموعة 1	20	4.65	0.67
	مجموعة2	20	4.75	0.78
	مجموعة3	20	5.6	0.59

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في الحالة الإنفعالية نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (23) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الحالة الإنفعالية باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.10 غير احصائيا	0.95 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.85 دال احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (23) نلاحظ أنه لا يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي، ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،كما ويوجد أيضا فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد السابع : (اللياقة في التعامل مع الاخرين)

الجدول رقم (24) يبين قيم F المحسوبة في البعد السادس : اللياقة في التعامل مع الاخرين .

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد السابع	بين المجموعات	3.7	2	1.85	7.92	0.01	4.99
	داخل المجموعات	13.3	57	0.23			
	المجموع	17	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 3.7 وداخل المجموعات بلغ 13.3 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 1.85 وداخل المجموعات بلغ 0.23 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 7.92وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (25) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد السابع اللياقة في التعامل مع الاخرين .

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد السابع	مجموعة 1	20	4.3	0.47
	مجموعة2	20	4.35	0.48
	مجموعة3	20	4.85	0.48

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في اللياقة في التعامل مع الاخرين نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (26) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد اللياقة في التعامل مع الاخرين باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.05 غير احصائيا	0.55 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.5 دال احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (26) نلاحظ أنه لا يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي، ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،و يوجد أيضا فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد الثامن : (الإمتثال للجماعة)

الجدول رقم (27) يبين قيم F المحسوبة في البعد الثامن : الإمتثال للجماعة.

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد الثامن	بين المجموعات	40.93	2	20.46	35.08	0.01	4.99
	داخل المجموعات	33.25	57	0.58			
	المجموع	74.18	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 40.93 وداخل المجموعات بلغ 33.25 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 20.46 وداخل المجموعات بلغ 0.58 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 35.08 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (28) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الثامن الإمتثال للجماعة .

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد الثامن	مجموعة 1	20	6.75	0.78
	مجموعة2	20	6.65	0.87
	مجموعة3	20	8.45	0.60

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في الإمتثال للجماعة نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (29) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد الإمتثال للجماعة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.1 غير احصائيا	1.8 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	1.7 دال احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (29) نلاحظ أنه لا يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي، ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،كما ويوجد أيضا فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد التاسع : (القدرة على القيادة)

الجدول رقم (30) يبين قيم F لمحسوبة في البعد التاسع: القدرة على القيادة.

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد التاسع	بين المجموعات	6.03	2	3.01	6.10	0.01	4.99
	داخل المجموعات	28.15	57	0.49			
	المجموع	34.15	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 6.03 وداخل المجموعات بلغ 28.15 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 3.01 وداخل المجموعات بلغ 0.49 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 6.10 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (31) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد التاسع القدرة على القيادة

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد التاسع	مجموعة 1	20	4.8	0.83
	مجموعة2	20	5	0.72
	مجموعة3	20	5.55	0.51

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في القدرة على القيادة نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (32) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد القدرة على القيادة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.2 غير احصائيا	0.75 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.55 دال احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (32) نلاحظ أنه لا يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي، ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،كما ويوجد أيضا فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد العاشر : (العلاقات في الأسرة)

الجدول رقم (33) يبين قيم F لمحسوبة في البعد العاشر: العلاقات في الأسرة .

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد العاشر	بين المجموعات	10.9	2	5.45	14.97	0.01	4.99
	داخل المجموعات	20.75	57	0.36			
	المجموع	31.65	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 10.9وداخل المجموعات بلغ 20.75 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 5.45 وداخل المجموعات بلغ 0.36 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 14.97وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (34) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد العاشر العلاقات في الأسرة .

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد العاشر	مجموعة 1	20	4.75	0.71
	مجموعة2	20	5.6	0.59
	مجموعة3	20	5.7	0.47

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في العلاقات في الأسرة نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (35) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد العلاقات في الأسرة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.85 دال احصائيا	0.95 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.1 غير احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (35) نلاحظ أنه يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي ولصالح مجموعة الأسلوب التبادلي ، كما ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،في حين لا يوجد فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني.

– بالنسبة للبعد الحادي عشر : (العلاقات في المدرسة)

الجدول رقم (36) يبين قيم F لمحسوبة في البعد الحادي عشر: العلاقات في المدرسة.

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد الحادي عشر	بين المجموعات	12.13	2	6.06	7.38	0.01	4.99
	داخل المجموعات	46.85	57	0.82			
	المجموع	58.98	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 12.13 وداخل المجموعات بلغ 46.85 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 6.06 وداخل المجموعات بلغ 0.82 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 7.38 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (37) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الحادي عشر العلاقات في المدرسة .

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد الحادي عشر	مجموعة 1	20	7.45	1.14
	مجموعة2	20	7.95	0.82
	مجموعة3	20	8.55	0.68

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في العلاقات في المدرسة نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (38) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد العلاقات في المدرسة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.5 دال احصائيا	1.1 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.6 دال احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (38) نلاحظ أنه يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي ولصالح مجموعة الأسلوب التبادلي ، كما ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،و يوجد أيضا فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني .

– بالنسبة للبعد الثاني عشر : (العلاقات في البيئة المحيطة)

الجدول رقم (39) يبين قيم F لمحسوبة في البعد الثاني عشر: العلاقات في البيئة المحيطة .

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
البعد الثاني عشر	بين المجموعات	4.9	2	2.45	5.73	0.01	4.99
	داخل المجموعات	24.35	57	0.42			
	المجموع	29.25	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 4.9 وداخل المجموعات بلغ 24.35 ،أما متوسط المربعات بين المجموعات 2.45 وداخل المجموعات بلغ 0.42 عند درجة الحرية (2، 57) فكانت قيمة F المحسوبة 5.73 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدرة ب4.99 عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعات وداخلها

الجدول رقم (40) يبن المتوسط والانحراف المعياري للمجموعات التجريبية في البعد الثاني عشر العلاقات في البيئة المحيطة .

المتغير	المجموعات التجريبية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد الثاني عشر	مجموعة 1	20	4.85	0.67
	مجموعة2	20	5.4	0.59
	مجموعة3	20	5.5	0.68

ولمعرفة صالح من تكون أعلى نسبة في العلاقات في البيئة المحيطة نقوم بإبرازها في الجدول التالي :

جدول رقم (41) يبين مقارنة بين المجموعات الثلاث في بعد العلاقات في البيئة المحيطة باستخدام معادلة (دانكن لمدى المتعدد)لأي مجموعة دال :

	مجموعة الأسلوب التدريبي 1	مجموعة الأسلوب التبادلي 2	مجموعة الأسلوب التضميني3
الأسلوب التدريبي	–	0.55 دال احصائيا	0.65 دال احصائيا
الأسلوب التبادلي	–	–	0.1 غير احصائيا
الأسلوب التضميني	–	–	–

من خلال الجدول (41) نلاحظ أنه يوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التبادلي ولصالح مجموعة الأسلوب التبادلي ، كما ويوجد فرق بين متوسط مجموعة الأسلوب التدريبي ومجموعة الأسلوب التضميني ولصالح مجموعة الأسلوب التضميني ،في حين لا يوجد فرق بين مجموعة الأسلوب التبادلي ومجموعة الأسلوب التضميني .

– خلاصة جزئية:

ضم الجزء الأول من هذا الفصل عرضا لنتائج أسئلة البحث الرئيسية بعد تطبيق أساليب التدريس (التدريبي والتبادلي والتضميني) على ثلاث مجوعات تجريبية (مجموعة الأسلوب التدريبي ، مجموعة الأسلوب التبادلي، مجموعة الأسلوب التضميني) لمعرفة مدى مساهمتها في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة.

ارتكز العرض هنا على التفصيل في مدى مساهمة كل أسلوب تدريسي في تأثيره على كل بعد(مجال) من أبعاد التوافق النفسي الإجتماعي التالية: المهارات الشخصية، الإحساس بالقيمة الذاتية، الإعتماد على النفس، التحرر من الميل إلى الإنفراد، الحالة الصحية، الحالة الإنفعالية، اللياقة في التعامل مع الأخرين، الإمتثال للجماعة، القدرة على القيادة، العلاقات في الأسرة، العلاقات في المدرسة، العلاقات في البيئة المحيطة ،وعلى كل هذه الأبعاد السالفة الذكر مجتمعة (المقياس ككل) فبالنظر إلى المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيم (ت) لدلالة الفروق نستطيع أن نحدد الفرق لصالح القياس القبلي، أو البعدي، ولصالح من كانت الفروق أفضل بين الأساليب (تدريبي، تبادلي، تضميني) فالمتتبع للجداول يجدنا:

1 – إستعرضنا نتائج المجموعات التجريبية الثلاث (الأسلوب التدريبي، التبادلي، التضميني) في القياسات القبلية وهذا ما تضمنه السؤال الأول من البحث

2– استعرضنا نتائج تأثير الأسلوب التدريبي في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي وهذا ما ضمه السؤال الثاني من البحث.

3– استعراضنا نتائج تأثير الأسلوب التبادلي في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي وهذا ما ضمه السؤال الثالث من البحث.

4 – استعراضنا نتائج تأثير الأسلوب التضميني في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي وهذا ما ضمه السؤال الرابع من البحث.

5– استعراضنا الفروق بين القياسين البعديين لكل من الأسلوب التدريبي والتبادلي والتضميني وهذا ما ضمه السؤال الخامس من البحث.

كل هذا جاء في خمسة جداول إحصائية، لكن تبقى هذه الأرقام صماء ما لم تجد طريقها للتحليل، والربط بالدراسات السابقة، والإطار النظري للدراسة وهو ما سنتطرق إليه في الجزء الثاني من هذا الفصل .

الفصل السادس :

عرض وتحليل النتائج

- تمهيد :

1- الإستنتاجات

2- مناقشة فرضيات البحث

1-2- مناقشة نتائج الفرضية الأولى

1-3- مناقشة نتائج الفرضية الثانية

1-4-مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

1-5-مناقشة نتائج الفرضية الرابعة

1-6-مناقشة نتائج الفرضية الخامسة

3 - الاقتراحات

- خلاصة عامة

– تمهيد:

من خلال الطرح النظري والمعالجة الميدانية، وبناء على أهداف الدراسة، وفي إطار المنهج العلمي المستخدم، ومن خلال البيانات والمعلومات التي تم الحصول عليها من عينة الدراسة وعرض النتائج، سنناقش ونحلل فرضيات البحث مستخدمين ما تم التوصل إليه في الطرح النظري من جهة، وتأييد أو معارضة ما تم التوصل إليه في الدراسات السابقة ذات العلاقة التي تناولناها بالعرض والتحليل من جهة ثانية، كل ذلك من أجل الابتعاد عن الذاتية في الحكم على الفرضيات المعتمدة، وبغية التدعيم، وإعطاء الحجج والبراهين فيما تم التوصل إليه .

1- الاستنتاجات:

من خلال التجربة التي قمنا بها، وفي ضوء ما أسفرت عنه النتائج التي تم التوصل إليها توصل الباحث إلى الإستنتاجات التالية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) في القياسات القبلية بين المجموعات التجريبية الثلاث في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي لصالح القياس البعدي .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التبادلي لصالح القياس البعدي .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التضميني لصالح القياس البعدي .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسات البعدية لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي تعزى لإختلاف نوع الأسلوب التدريسي، حيث بينت النتائج الأتي :

- ✓ تفوق الأسلوب التضميني على الأسلوب التدريبي في كل أبعاد المقياس .
- ✓ تفوق الأسلوب التضميني على الأسلوب التبادلي في أبعاد التالية (القيمة الشخصية، الإعتماد على النفس، الميل إلى الإنفراد، الحالة الصحية، الحالة الانفعالية، التعامل مع الأخرين، الإمتثال للجماعة، القدرة على القيادة، العلاقات في المدرسة) .
- ✓ لا فرق بين الاسلوب التضميني والتبادلي في أبعاد المقياس التالية (المهارات الشخصية، العلاقات في الأسرة، العلاقات في البيئة المحيطة).
- ✓ تفوق الاسلوب التبادلي على الأسلوب التدريبي في ابعاد المقياس التالية (المهارات الشخصية، القيمة الشخصية، الإعتماد على النفس، الميل إلى الإنفراد، الحالة الصحية ، العلاقات في المدرسة، العلاقات في الأسرة، العلاقات في البيئة المحيطة) .
- ✓ لا فرق بين بين الاسلوبين (تدريبي، تبادلي) في ابعاد المقياس التالية (الحالة الانفعالية، التعامل مع الاخرين، الامتثال للجماعة، القدرة على القيادة) .

-2 مناقشة فرضيات البحث:

-1.2 مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

بالنظر إلى الجدول رقم(01) الذي يمثل قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ف فيشر للاختبار القبلي بين المجموعات التجريبية الثلاث (تدريبي ، تبادلي، تضميني) .

وانطلاقا من فرضية البحث الأولى والتي تنص على أنه :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq 0.01$) بين القياسيين القبلية لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي بين المجموعات التجريبية الثلاث (تدريبي، تبادلي، تضميني)

يمكن القول:

أنه من خلال النتائج المتحصل عليها والتي دلت على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات التجريبية الثلاث (التدريبي، التبادلي، التضميني) في القياسات القبلية في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي، وبالتالي فالتلاميذ يتميزون **بنفس الدرجة** من التوافق النفسي الإجتماعي، وهنا لا نغفل الدور الهام للمدرسة من خلال حصة التربية الرياضية والتي تتعامل مع الإنسان بكل أبعاده السلوكية فبالإضافة إلى إهتمامها بالجانب البدني والحركي والجانب المعرفي فهي تهتم أيضا بوجدان الإنسان وإرتقائه وتفاعله الإنساني فهذه البرامج تثري حياته وتضفي المعنى والمغزى لوجوده وذلك من خلال فرص التعبير الحركية المختلفة والمتنوعة لتحسين مستوى درجة التوافق لديه، وفي هذا الصدد يرى "مصطفى فهمي" أن التوافق عملية مستمرة يهدف الشخص بها إلى تغيير سلوكه، ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه وبين البيئة (فهمي، 1997، صفحة 28)، فممارسة أنشطة رياضية تكسب الفرد القدرة على التوافق النفسي والاجتماعي وبالتالي يسعى لأن يتكيف مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه يؤثر ويتأثر وهذه أكبر علامة على الصحة النفسية العالية فهي تكسب الفرد المرح والسعادة وحسن قضاء الوقت الحر الذي يؤدي إلى سعادة الفرد وصحة المجتمع. (الوهاب، 2002، صفحة 104)

و تتفق دراستنا مع كل من دراسة عثمان مصطفى عثمان (1998)، عصام الدين محمد عزمي(1998)،

دعاء محمد محي الدين (2000)، أحمد يوسف عاشور(2002)، غازي محمد خير إبراهيم الكيلاني (2003)، عبد الجبار سعيد محسن (2006)، فوزية محمد عمر منذر (2007)، كاي (cai) (1995)، أوسوزن وجيرسل osthuzon & griesel (1992)،

في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات التجريبية في القياسات القبلية، سواء في تأثير أساليب التدريس بالترتيب على: بعض المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية بدرس التربية الرياضية، تحقيق بعض أهداف التربية الرياضية، تعلم مسابقة قذف القرص، المهارات الأساسية والصفات البدنية، تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة

كرة اليد ورياضة السباحة، تعلم بعض مهارات كرة السلة، تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ،ومفهوم الذات، الحالة المزاجية والتمتع بالنشاط البدني، تحقيق أهداف التربية الرياضية .

ونشير هنا إلى أن الدراسات المذكورة سابقا كلها تقريبا تناولت الأداء في حين إنفردت دراستنا بالتوافق النفسي الإجتماعي .

وتتفق دراستنا أيضا مع دراسة كل من جيهان حامد السيد إسماعيل (1990) (مستوى الأداء وعلاقته بالتوافق النفسي)، أشرف عيد إبراهيم مرعي (1990) (تأثير برنامج رياضي مقترح على درجة التوافق الشخصي الإجتماعي)، محمد إبراهيم عبد الحميد(1996) (العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسي الإجتماعي)، قبورة العربي(2006) (توظيف الأنشطة الرياضية المعدلة في تحسين التكيف الشخصي الاجتماعي)

بحيث أشارت نتائج هذه الدراسات إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياسات القبلية بين مجموعاتها التجريبية .

ومنه **فالفرضية الأولى** التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسات القبلية لمتوسطات درجات أفراد العينات على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي بين المجموعات التجريبية الثلاث محققة .

2.2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

بالنظر إلى الجدول رقم (02) الذي يمثل قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستيودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التدريبي).

وانطلاقا من فرضية البحث الثانية والتي تنص على :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي لصالح القياس البعدي .

تتفق دراستنا مع كل من دراسة أشرف عيد إبراهيم مرعي (1990)، عبد الرحيم دياب (1994)، محمد إبراهيم عبد الحميد (1996)، قبورة العربي (2006)، جبوري بن عمر(2009)، سمسوم علي (2011) ، دراسة تواتي بن قلاوز (2011)، وكذى دراسة جيهان حامد(1990) التي تناولت العلاقة بين التوافق الشخصي والاجتماعي ومستوى الاداء للطالبات في التربية الرياضية، رغم أن هذه الدراسات تناولت الأنشطة البدنية أو البرنامج الرياضي كمتغير مستقل في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي (سواء العام او الشخصي او الاجتماعي أو

النفسي الإجتماعي) بالإضافة إلى دراستها الجانب النفسي الإجتماعي وتأثيره على بعض المهارات الحياتية للمراهقين .

وقد أجمعت هذه الدراسات على اهمية الممارسة الرياضية بصفة عامة لما لها من تأثير ايجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام أو حسب ابعاده المتعددة لطلاب المرحلة الثانوية، وأوصت النتائج على ضرورة الاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقليا والأصحاء لما لها من اهمية في بناء شخصية المتعلمين .

وتتفق دراستنا أيضا مع كل من دراسة كاي (1995)، أحمد عدة(1998)، عثمان مصطفى عثمان (1998)، دعاء محمد محي الدين (2000)، أحمد يوسف عاشور(2002)، عطاء الله أحمد(2004)، عبد الجبار سعيد محسن (2006)، فوزية محمد منذر(2007)، الدراسة التي قام بها الطالب الباحث (2012) في تأثير أساليب موستن بالترتيب على :الحالة المزاجية والتمتع بالنشاط البدني، الأداء البدني والانجاز في القفزة الثلاثية، المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية، تعلم مسابقة قذف القرص، المهارات الأساسية والصفات البدنية ، المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، مهارات كرة السلة، الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات، مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي .

حيث تؤكد هذه الدراسات بما لا يدع مجالا للشك على إسهامات أساليب التدريس" طيف أساليب التدريس" لموستن في التعلم والتدريب، وبالتالي فإن نتائج الدراسة تؤكد أن الأسلوب التدريبي أثر إيجابا في تحسين مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي، حيث كانت النتائج في صالح القياسات البعدية في أبعاد المقياس،

ونشير هنا فقط أن الدراسات كلها تقريبا تناولت الأداء في حين إنفردت دراستنا بدراسة جانب اخر غير الاداء والتحصيل وهو الجانب النفسي الإجتماعي.

تتفق هذه النتيجة مع الطرح النظري الذي يعتبر الأسلوب التدريبي أكثر الاساليب التدريسية السائدة في تدريس التربية البدنية والرياضية، فهناك فرص كثيرة في هذا الحقل لتدريس المهارات لعدد كبير من الطلاب، لأن بنيته تركز على زيادة حركة كل طالب، مع توفير الوقت الكافي لممارسة النشاط والتدرب عليه، لأن هذا الأسلوب يتطلب المزيد من التكرار في العمل (محمد العمري، 1997) ، فالأسلوب التدريبي مفيد للتدريس والتدريب، وكذلك يميل في بنيته إلى الإتجاه السلوكي في التعلم الذي يركز على التغيير في السلوك المبني على الممارسة والتكرار .

والمدرس هنا يجب أن يعتاد على طريقة أخرى في التدريس وهي عدم إعطاء الأوامر للتلاميذ لكل حركة، يقول موسكا موستن:" فالمدرس في هذا الأسلوب يجب أن يعتاد ألا يعطي الأوامر لكل حركة ،أو مهارة، أو نشاط معين،كما يجب عليه أيضا أن يعطي الفرصة للمتعلم ليتعلم كيف يتخذ هذه القرارات ،ضمن الأسس التي يقررها المدرس(موستن،1991صفحة48)، وبالتالي هذا يعزز ويشجع شعور التلميذ ويمنحه الثقة بالنفس،كما و يسمح هذا الأسلوب للتلميذ بالاستقلالية في عملهم في بعض الممارسات داخل الدرس ،وخاصة في الجزء الخاص

بالتطبيق ،والممارسة للمهارات الحركية ،وبذلك تتاح فرص الاعتماد على النفس ومحاولة اكتساب الأداء الفني للمهارة وإتقانها (حمص،1998صفحة 93) وهذا الأسلوب يتغير محور سلسلة الأحداث، وتنشأ علاقة جديدة بين المعلم والتلميذ حيث يقوم المعلم بممارسة عملية الثقة بالتلميذ من حيث اتخاذ القرارات المناسبة أثناء أداء الواجب الحركي ،بينما يتعلم التلاميذ الاستقلالية في اتخاذ القرار وشكل ينسجم مع أداء الواجب الحركي " فالمعلم يقوم هنا بشرح وعرض المهارة المراد تعليمها للتلاميذ ثم ينتظر أداء المعلم ويلاحظ ويقوم من خلال التغذية العكسية (موستن،1991صفحة 50) وبالتالي بإمكان المتعلمين في هذا الأسلوب أن يمارسوا الاستقلالية في أول درجاتها، كما أنه يتميز بتوفير وقت كاف لتعلم وتكرار المهارة لاكتسابها (عفاف،1994صفحة 104)

هذه النتيجة تتفق أيضا مع ما جاء في الطرح النظري المتعلق بنمو الطالب من الناحية السلوكية (العاطفية):فعندما يحدث تطور بدني واجتماعي فالاستنتاج الذي يمكن أن نلمسه هو أن التلاميذ سوف يحملون مشاعر طيبة نحاه بغضهم البعض، ولذلك فان موقع التلميذ في هذه القناة يكون نوعا ما إلى الأعلى (أحمد ع.، 2006، صفحة 102)

ومنه **فالفرضية الثانية** التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي لصالح القياس البعدي محققة .

3.2- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

بالنظر إلى الجدول رقم(03) الذي يمثل قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستيودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التبادلي).

وانطلاقا من فرضية البحث الثانية والتي تنص على :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التبادلي لصالح القياس البعدي.

تتفق دراستنا مع كل من دراسة أشرف عيد إبراهيم مرعي (1990)، عبد الرحيم دياب (1994)، محمد إبراهيم عبد الحميد (1996)، قبورة العربي (2006)، جبوري بن عمر(2009)، سمسوم علي (2011) ، دراسة تواتي بن قلاوز (2011)، وكذى دراسة جيهان حامد(1990) هذه الأخيرة التي تناولت العلاقة بين التوافق الشخصي والاجتماعي ومستوى الاداء للطالبات في التربية الرياضية، رغم أن هذه الدراسات تناولت الأنشطة البدنية أو البرنامج الرياضي كمتغير مستقل في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي (سواء العام او

الشخصي او الاجتماعي أو النفسي الإجتماعي) بالإضافة إلى دراستها الجانب النفسي الإجتماعي وتأثيره على بعض المهارات الحياتية للمراهقين .

وقد أجمعت هذه الدراسات على اهمية الممارسة الرياضية بصفة عامة لما لها من تأثير ايجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام أو حسب ابعاده المتعددة لطلاب المرحلة الثانوية، وأوصت النتائج على ضرورة الاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للأسوياء وغير الأسوياء لما لها من اهمية في بناء شخصية المتعلمين .

وتتفق دراستنا أيضا مع كل من دراسة أوسوزن و جيرسل (1992)، كاي (1995)، سيد أحمد عدة(1998)، عثمان مصطفى عثمان (1998)، دعاء محمد محي الدين (2000)، أحمد يوسف عاشور(2002)، غازي محمد (2003)، فداء احمد نمر مهيار (2004)، عطاء الله أحمد(2004)، عبد الجبار سعيد محسن (2006)، فوزية محمد منذر(2007)، حرباش (2011)، والدراسة التي قام بها الطالب الباحث (2012) في تأثير أساليب موستن بالترتيب على: تحقيق اهداف التربية الرياضية، على الحالة المزاجية والتمتع بالنشاط البدني، الأداء البدني والانجاز في القفزة الثلاثية، المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية، تعلم مسابقة قذف القرص، المهارات الأساسية والصفات البدنية ، المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد ورياضة السباحة ، المهارات الأساسية لسباحة الزحف ، المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، مهارات كرة السلة، الحركات الأرضية في الجمباز ،ومفهوم الذات، مستوى الأداء البدني في القفز الطويل، مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي .

حيث تؤكد هذه الدراسات بما لا يدع مجالا للشك على إسهامات أساليب التدريس" طيف أساليب التدريس" لموستن في التعلم والتدريب، حيث أن الأسلوب التبادلي أدى إلى تحسن مستوى الاداء المهاري وكذا التأثير في الجانب الانفعالي وإقبال الطلبة على ممارسة الانشطة الرياضية كما جاء في هذه الدراسات ،أما نتائج الدراسة الحالية تؤكد أن الأسلوب التبادلي أثر إيجابا في تحسين مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي، حيث كانت النتائج في صالح القياسات البعدية في أبعاد المقياس .

ونشير هنا فقط أن الدراسات كلها تقريبا أنها ركزت على معرفة اثر الأساليب التدريسية المستخدمة على العديد من المتغيرات كالأداء البدني، المستوى المهاري، المستوى المعرفي ، التغذية الراجعة.....وأغفلت الجوانب الأخرى المهمة التي يمكن لأساليب التدريس تنميتها كالجوانب الاجتماعية، الذهنية، النفسية، والأخلاقية، في حين إنفردت دراستنا بدراسة جانب اخر غير الاداء والتحصيل وهو الجانب النفسي الإجتماعي.

تتفق هذه النتيجة مع الطرح النظري الذي يعتبر الأسلوب التبادلي من الأساليب الحديثة التي يؤدي تطبيقها إلى حدوث علاقات جديدة بين المعلم والمتعلم تسهم في تطوير الترابط والعلاقات الاجتماعية، يقول عطاء الله احمد: "الأسلوب التبادلي يعتبر أسلوبا جديدا، وان واقع هذا الأسلوب وطبيعة الأدوار الجديدة توجد بعض المتطلبات

الاجتماعية والنفسية الجديدة لكل من المعلم والمتعلم، حيث يجب القيام بتعديلات وتغييرات كبيرة في السلوك الآمر الذي يقود إلى إدراك حالة جديدة يمكن أن تحدث في الحصة "(أحمد،2006، صفحة 109).

وفي هذا الأسلوب تكون الحرية أكثر للتلاميذ في إتخاذ القرارات، وفي إعطاء التغذية الراجعة للزميل، وبالتالي يكون هناك تأثير مباشر على عملية التعلم وعملية تحقيق النتائج (السامرائي، 1991، صفحة 90)، ويُعطى الأسلوب دوراً رئيسياً في الأداء والملاحظة أي أنه يسعى لتحرر الطالب وتوجيهه خطوة متقدمة نحو الاستقلالية بإعطائه مجموعة من القرارات التي يكون على قدرة باستخدامها بعد أن يقرر المعلم ما هي المهارات (الواجبات) وما هي المقاييس التي يتبعها الملاحظ في تقديم التغذية الراجعة الفورية أو في تصحيح الأخطاء وتبادل الأدوار. وقد حددت (عبد الكريم، 1990) أهداف الأسلوب التبادلي باتجاهين هما أهداف مرتبطة بالموضوع الدراسي من حيث (إتاحة فرص متكررة للأداء والتغذية الراجعة المباشرة من الزميل، وقدرة على مناقشة العمل مع الزميل، وتصور وفهم الأشياء وتعاقبها في أداء العمل) وأهداف مرتبطة بدور المتعلمين من حيث (التفاعل الاجتماعي، متابعة مباشرة واستخلاص استنتاجات، تنمية الصبر والتسامح، إدراك نتائج الإنجاز، ومعرفة كيفية تزويد الزميل بالتغذية الراجعة)، وقد أكد (Boyce, 1992) على الدور الاجتماعي الذي يلعبه الأسلوب التبادلي من خلال التفاعل المشترك كملاحظ ومنفذ وقدرته على تطوير مهارات الاتصال .

هذه النتيجة تتفق أيضا مع ما جاء في الطرح النظري المتعلق بنمو التلميذ من الناحية السلوكية (العاطفية) والإجتماعية :فعندما يحدث تطور بدني وذهني ، وبحكم العلاقات الاجتماعية المتبادلة التي تحصل ، والشعور الجيد الذي يتكون بإتجاه الأخرين ، وباتجاه النفس، ولذلك فموقع التلميذ في القناة السلوكية يمكن أن يتحرك قريبا من الأعلى،كذلك الحال من الناحية الإجتماعية فموقع التلميذ يتحرك نحو الأعلى حيث أن تبادل الأدوار يخلق حالة من العلاقات الإجتماعية الكثيرة المتداخلة (أحمد ع.، 2006، صفحة 116)

ومنه **فالفرضية الثالثة** التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التبادلي لصالح القياس البعدي محققة .

4.2- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

بالنظر إلى الجدول رقم (04) الذي يمثل قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ت ستيودنت للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الأسلوب التضميني) .

وانطلاقا من فرضية البحث الثانية والتي تنص على :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التضميني لصالح القياس البعدي.

تتفق دراستنا مع كل من دراسة أشرف عيد إبراهيم مرعي (1990)، عبد الرحيم دياب (1994)، محمد إبراهيم عبد الحميد (1996)، قبورة العربي (2006)، جبوري بن عمر(2009)، سمسوم علي (2011)، دراسة تواتي بن قلاوز (2011)، وكذى دراسة جيهان حامد(1990) هذه الأخيرة التي تناولت العلاقة بين التوافق الشخصي والاجتماعي ومستوى الاداء للطالبات في التربية الرياضية، رغم أن هذه الدراسات تناولت الأنشطة البدنية أو البرنامج الرياضي كمتغير مستقل في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي (سواء العام او الشخصي او الاجتماعي أو النفسي الإجتماعي) بالإضافة إلى دراستها الجانب النفسي الإجتماعي وتأثيره على بعض المهارات الحياتية للمراهقين .

وقد أجمعت هذه الدراسات على اهمية الممارسة الرياضية بصفة عامة لما لها من تأثير ايجابي في رفع درجة التوافق النفسي العام أو حسب ابعاده المتعددة لطلاب المرحلة الثانوية، وأوصت النتائج على ضرورة الاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للأسوياء وغير الأسوياء لما لها من اهمية في بناء شخصية المتعلمين .

تتفق دراستنا مع كل من دراسة أوسوزن وجيرسل (1992)، عثمان مصطفى عثمان (1998)، عصام الدين محمد عزمي(1998)، دعاء محمد محي الدين (2000)، أحمد يوسف عاشور(2002)، بن سي قدور الحبيب (2002)، فداء احمد نمر مهيار (2004)، عطاء الله أحمد(2004)، حرباش (2011)، في تأثير أساليب موستن بالترتيب على : تحقيق اهداف التربية الرياضية، المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية، تعلم مسابقة قذف القرص، تحقيق اهداف التربية الرياضية، المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة، الصفات البدنية و الأداء الحركي في عدو الحواجز، المهارات الأساسية لسباحة الزحف، المهارات الأساسية في الكرة الطائر، مستوى الأداء البدني في القفز الطويل، حيث تؤكد هذه الدراسات بما لا يدع مجالا للشك على إسهامات أساليب التدريس" طيف أساليب التدريس" لموستن في التعلم والتدريب، حيث اكدت ان أسلوب التطبيق المتعدد المستويات يتيح الفرصة امام المتعلمين ليقوموا بقرارات ملائمة بخصوص مستوى الأداء المهاري وسهولة التعلم

والتأثير في حجم الوقت المنقضي في التعلم، كما أنه ادى إلى تحسن مستوى الاداء الحركي والمعرفي والإنفعالي كما جاء في هذه الدراسات ،أما نتائج الدراسة الحالية تؤكد أن الأسلوب التضميني أثر إيجابا في تحسين مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي، حيث كانت النتائج في صالح القياسات البعدية في أبعاد المقياس .

ونشير هنا فقط أن الدراسات كلها تقريبا أنها ركزت على معرفة اثر الأساليب التدريسية المستخدمة على العديد من المتغيرات كالأداء البدني، المستوى المهاري، المستوى المعرفي ، التغذية الراجعة.....وأغفلت الجوانب الأخرى المهمة التي يمكن لأساليب التدريس تنميتها كالجوانب الاجتماعية، الذهنية، النفسية، والأخلاقية، في حين إنفردت دراستنا بدراسة جانب اخر غير الاداء والتحصيل وهو الجانب النفسي الإجتماعي.

تتفق هذه النتيجة مع الطرح النظري الذي يعتبر الأسلوب التضميني من أساليب التدريس الذي يهتم بالمتعلم والتركيز عليه في العملية التعليمية وتصميم البرامج الخاصة له. ويرى سعيد الشاهد ان الهدف الأساسي لهذا الأسلوب هو إعتماد المتعلم على نفسه في إنجاز الواجب الحركي و تثبيت المهارات الحركية من خلال تقديم المهارات للمتعلم في شكل حركات متدرجة في الصعوبة لينتقي منها ما يتناسب مع قدراته كخطوة أولى يخطو منها إلى الواجب التالي حتى يصل إلى تحقيق الهدف النهائي دون مساعدة (الشاهد، 1995، صفحة 65)

كما ان هذا الأسلوب هو الأمثل في مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين لأنه يسمح بإشتراك جميع المتعلمين في التعلم في نفس الوقت وبمستويات متعددة كلا حسب قدراته وبالتالي يكون المعلم هو الملاحظة والتوجيه والإرشاد (الشاهد، 1995، صفحة 98) فأسلوب الإدخال او التضمين فقد اوجد لنا مبدا جديدا في وضع العمل المطلوب أو تحديده، حيث قام بوضع مستويات مختلفة من الإنجاز ضمن العمل الواحد، وهذه الحالة الجديدة أوجدت للتلميذ قرارا رئيسيا يتخذه بنفسه لا يمكن إتخاذه في الأساليب السابقة وهو من أي نقطة أو مستوى يستطيع ان يدخل إلى الموضوع أو العمل المطلوب (الشاهد، 1995، صفحة 68)

هذه النتيجة تتفق أيضا مع ما جاء في الطرح النظري المتعلق بنمو التلميذ في القنوات التطورية من الناحية السلوكية (العاطفية) والإجتماعية: فإن موقع التلميذ من القناة السلوكية يكون بإتجاه الأعلى وذلك لان حقيقة إتخاذ القرار حول العمل او الإنجاز الناجح والمقبول سوف يخلق حالة من الرضا والقبول (أحمد ع.، 2006، صفحة 127)، والشعور الجيد هذا سينعكس إيجابا على الناحية الإجتماعية .

ومنه **فالفرضية الرابعة** التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التضميني لصالح القياس البعدي محققة .

5.2- مناقشة نتائج الفرضية الخامسة :

بالنظر إلى الجدول رقم (05) الذي يمثل قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ف فيشر للاختبار البعدي بين المجموعات التجريبية (تدريبي، تبادلي، تضميني) .

وانطلاقا من فرضية البحث الثانية والتي تنص على :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسيين البعديين لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي بين المجموعات التجريبية الثالثة (الأسلوب التدريبي والأسلوب التبادلي والتضميني) .

وقبل التطرق إلى الفروق الممكنة والاختلافات التي توجد بين الأساليب التدريسية (التدريبي، التبادلي، التضميني) فإننا ننطلق مما قاله موستن :" إن مجموعة الأساليب تصور بشكل دقيق الاختلافات الموجودة بين الأساليب؛ فان ما هو جدير بالاهتمام هو عملية الافتراض ،التحقق، أو التأكد، وإثبات صحة العلاقات الممكنة بين المعارف (موستن،1991،ص26)، والخبرات التي يمتلكها أي أسلوب من الأساليب، وموقع التلميذ بين مختلف القنوات التطورية"، وبالتالي فنحن ننطلق من خلفية نظرية نسعى لتأكيدها، أو رفضه.

تتفق دراستنا مع كل من دراسة أوسوزن وجيرسل (1992) من خلال تأثير بعض أساليب التدريس على تحقيق اهداف التربية الرياضية ، حيث تفوق أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات (التضميني) على الأسلوب التعلم التعاوني (التبادلي)، و كان له تأثير فعال في المجال الإنفعالي أكثر من الأسلوب التبادلي ، ودراسة عثمان مصطفى عثمان (1998)، من خلال مقارنة فاعلية أسلوبين للتعلم على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، حيث لأسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات تأثير إيجابي أفضل من طريقة التدريس بأسلوب التطبيق الموجه التقليدي بالنسبة لتنمية المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، كما أظهرت النتائج أن أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات يزيد من فاعلية إقبال التلاميذ على عملية التعلم أفضل من الأسلوب التدريبي، كذلك ما ورد في دراسة عصام الدين محمد عزمي(1998) من خلال فاعلية إستخدام أسلوب التعلم الذاتي المتعدد المستويات في تحقيق بعض أهداف التربية

الرياضية، حيث دلت القياسات البعدية على ان أسلوب التعليم بالتطبيق الذاتي متعدد المستويات أدى لتحسن كبير في مستوى الاداء المهاري وسرعة التعلم وتنمية مكونات اللياقة البدنية وتحقيق مكونات الكفاية النفسية للتلاميذ مقارنة بأسلوب الأمر، ودراسة أيضا دعاء محمد محي الدين (2000)، من خلال تأثير إستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مسابقة قذف القرص، – لقد أظهرت القياسات البعدية تفوق أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات) على الأسلوب التقليدي وتحسن كبير في مستوى الأداء الفني والمستوى الرقمي ومستوى التحصيل المعرفي لمسابقة قذف القرص، وتتفق دراستنا مع دراسة أحمد يوسف عاشور (2002)، من خلال مقارنة أسلوبي التطبيق الموجه والتطبيق الذاتي متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين في كرة السلة، حيث تفوق أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات على كل من (التطبيق الموجه – المجموعة الضابطة) في تعلم مهارتي (التمرير، التصويب) وتنمية الصفات البدنية الخاصة بكرة السلة ، والتي تمثلت في (القوة المميزة بالسرعة للرجلين والذراعين، تحمل قوة السرعة ، الجلد الدوري التنفسي)، ودراسة بن سي قدور الحبيب (2002)، والذي أجرى دراسة مقارنة لفعالية التدريس باستخدام الاسلوبي الأمري و التضميني في تنمية بعض الصفات البدنية و الأداء الحركي للتلاميذ في عدو الحواجز، توصل من خلالها أن استخدام الأسلوب التضميني هو الأفضل والأكثر فاعلية في تنمية بعض الصفات البدنية والأداء الحركي،

حيث أكدت هذه الدراسات إسهامات أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات(التضميني) وتفوقه في العديد من المتغيرات ، كالأداء البدني، المستوى المهاري، المستوى المعرفي، الحالة المزاجية، السلوك ....

ذلك أن أسلوب التطبيق المتعدد المستويات حسب نتائج هذه الدراسات يتيح الفرصة أمام المتعلمين ليقوموا بقرارات ملائمة بخصوص مستوى الأداء المهاري وسهولة التعلم والتأثير في حجم الوقت المنقضي في التعلم، كما أنه ادى إلى تحسن مستوى الاداء الحركي والمعرفي والإنفعالي كما جاء في هذه الدراسات ،أما نتائج الدراسة الحالية تؤكد أن الأسلوب التضميني أثر إيجابا في تحسين مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي بالمقارنة مع الاسلوب التدريبي والتبادلي ،حيث كانت النتائج في صالح القياسات البعدية في أبعاد المقياس ولصالح الاسلوب التضميني .

وهذا ما يتفق مع الطرح النظري والذي يوضح من خلاله عباس أحمد صالح السامرائي أن هذا الأسلوب (التضميني) يأخذ بعين الإعتبار مستويات الصف كافة، فالتلميذ يؤدي الحركة من المستوى الذي يمكن أداؤه

ضمن العمل الواحد، وهذا القرار الرئيسي يكون من قبل التلميذ حول بدء العمل والمستوى الذي يمكن البدء منه (السامرائي، 1991، صفحة 102)، وهذا يتضمن قرار متعلق بالدخول إلى موضوع الدرس من خلال إختيار مستوى معين في اداء الواجب، وفي مرحلة ما بعد الدرس(التقويم) يقوم التلميذ بإتخاذ القرارات الخاصة بعملية تقويم الاداء (موستن، 1991، صفحة 184)و ويقرر في أي من المستويات المتوفرة يتم الإستمرار بالأداء، ويذكر عباس صالح السامرائي أن أسلوب التضمين أوجد لنا مبدأ جديدا في وضع العمل المطلوب أو تحديده، حيث قام بوضع مستويات مختلفة من الإنجاز ضمن العمل الواحد ، وهذا الاسلوب او الحالة الجديدة اوجدت للتلميذ قرارا رئيسيا يتخذه بنفسه، لا يمكن إتخاذه في الاساليب السابقة ، ألا وهو من أي نقطة أو مستوى يستطيع أن يدخل إلى العمل أو الموضوع المطلوب، (السامرائي، 1991، الصفحات 103-104) كما ان هذا الأسلوب (التطبيق المتعدد المستويات) هو الأمثل في مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين لأنه يسمح بإشتراك جميع المتعلمين في التعلم دون إقصاء في نفس الوقت وبمستويات متعددة كلا حسب قدراته وبالتالي يكون المعلم هو الملاحظة والتوجيه والإرشاد (الشاهد، 1995، صفحة 98)، ويتفق كل من "محمد خميس، نايف سعادة"

(محمد خميس، 2009، صفحة 106)، عفاف عبد الكريم (عفاف،1994صفحة 131) على أن أفضل أساليب التعلم الحديثة هو أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات، حيث أته يهدف إلى إتاحة الفرصة الفعلية لإشراك جميع المتعلمين في عملية التعلم مهما كان عددهم كل حسب مستواه وقدراته وإمكانياته وخبراتها الحركية، كما يحفز كل متعلم للإعتماد على النفس والإستقلال الفعلي بعيدا عن قرارات المعلم، ويكسبه القدرة على التعلم ومتابعة التعلم في نفس الوقت ويتيح له حرية التعلم، والتقدير الذاتي كل حسب قدراته وذلك عن طريق توفير إختبارات ذات مستويات متعددة متدرجة في الصعوبة ليختار منها كل متعلم المستوى الذي يبدأ منه التعلم، أي المستوى الذي يتناسب مع قدراته وخبراته الحركية، أي يحدد مستوى الاداء الذي تبدأ منه عملية التدريب على الحركة، حتى يصل للهدف النهائي بنجاح، وهو تعلم المهارة الحركية المطلوبة .

وبالرجوع إلى الجدول رقم (05) والجداول (8-10-17-20-23-26-29-32-35-38-41)

كانت النتائج تشير إلى وجود تباين بين مجموعة الاساليب الثلاث و لصالح الأسلوب التضميني على حساب الأسلوبي كل حساب الاسلوب التبادلي والتدريبي في أبعاد المقياس التالية (القيمة الشخصية، الإعتماد على النفس، الميل إلى الإنفراد، الحالة الصحية، الحالة الانفعالية، التعامل مع الأخرين، الإمتثال للجماعة، القدرة على القيادة، العلاقات في المدرسة)، وهذا راجع إلى خصوصية الأسلوب التضميني في الشمول والتضمين بدون إقصاء

والذي يتيح لكل التلاميذ الدخول في الواجب الحركي من المستوى الذي يتناسب مع قدراته والذي كان يبدو للبعض منهم صعبا جدا، وبالتالي هذا يشجع التلاميذ على العمل وتقويم أنفسهم أثناء العمل من خلال الإعتماد على النفس، وهذا بحد ذاته جدير بأن يزرع في نفس التلميذ الثقة في إمكانياته والتدرج في المستوى ولما لا حتى يجرب المستوى الذي يراه أعلى من مستواه وبالتالي سينعكس ذلك على باقي النواحي والجوانب المهمة الاخرى من شخصيته .

في المقابل دلت النتائج أيضا على عدم وجود فروق بين الاسلوب التضميني والتبادلي في أبعاد المقياس التالية (المهارات الشخصية، العلاقات في الأسرة، العلاقات في البيئة المحيطة)، ويعزو الباحث ذلك إلى ان وضع المتعلم في قنوات التطور من الناحية الإجتماعية كان يميل نحو الادنى مقارنة بالنواحي الأخرى (مهارية ، معرفية، سلوكية)، وهذا ما دلت عليه النتائج بالإضافة إلى انه ربما يكون السبب راجع أيضا لتقارب الأسلوبين الزوجي والتضميني، في المجموعة الاولى من طيف أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية الحديثة، كذلك يرى الطالب الباحث ان بعض المهارات والتي منها (المهارات الشخصية، العلاقات في الاسرة، العلاقات في البيئة المحيطة)تحتاج إلى فترة ومدة زمنية لتنميتها والتدرب عليها ،لأنها صلب الحياة اليومية وأساس تكوين شخصية المتعلم، كما يعزو الباحث السبب أيضا إلى فترة التدريس القصيرة مقارنة مع خصوصيات ومتطلبات هاته المهارات ، وقلة إستخدام الاساليب التدريسية في البيئة المدرسية وبالتالي عدم التمرس عليها وصعوبة فهم أليات تنفيذها ومتطلباتها .

كذلك أشارت النتائج إلى تباين بين الاسلوب التدريبي والتبادلي ولصالح الاخير في ابعاد المقياس التالية (المهارات الشخصية، القيمة الشخصية، الإعتماد على النفس، الميل إلى الإنفراد، الحالة الصحية ، العلاقات في المدرسة، العلاقات في الأسرة، العلاقات في البيئة المحيطة) وذلك نظرا لخصوصة الاسلوب التبادلي والذي تكون نتائجه فعالة وإيجابية في التركيز على فاعلية المتعلم مع زملائه بأسلوب جماعي تعاوني، كما انه ينمي الميول والرغبات والإتجاهات – وهذه المواضيع هي صلب علم النفس الإجتماع- وإحترام الاخرين مما ينعكس على تفاعل الطلبة مع باقي النواحي الاخرى (موستن، 1991، صفحة 124) .

في حين كانت الفروق بين الاسلوبين(تدريبي، تبادلي) في ابعاد المقياس التالية غير دالة (الحالة الانفعالية، التعامل مع الاخرين، الامتثال للجماعة، القدرة على القيادة) ويعزو الباحث ذلك بالإضافة إلى الاسباب السابقة الذكر ، محاذاة الاسلوبين لبعضهما في نفس المجموعة الاولى، فالتاثير في الاسلوب التدريبي يكون من طرف الاستاذ

وفي الاسلوب الزوجي يكون من طرف أخر ألا وهو المشرف على تطبيق زميله، وما دامت الفئة هي من الراشدين يكون التأثير متقارب، وزيادة على ذلك فإن المتعلم يبدأ في الأسلوب التدريبي بتحمل المسؤولية بإتخاذ قرارات التنفيذ، اما في الأسلوب الزوجي فياتمن المعلم التلاميذ على إتخاذ القرارات، فعندما لا تظهر الإختلافات بين الاسلوبين فهذا يعود إلى عدم تمرس التلاميذ للعمل وفق هذين الاسلوبين، بمعنى اخر نجد التلاميذ ينهون المهمات الموكلة إليهم بسرعة، كما ان عملية الإئتمان في الاسلوب الزوجي تحتاج إلى وعي وإدراك كبيرين من التلاميذ .

ومن خلال مناقشة الفرضة الخامسة وعند مقارنة الأساليب فيما بينها في درجة تأثيرها على ابعاد المقياس يمكن القول :

جاءت نتائج الفرضية الخامسة حول دلالة الفروق بين القياسات البعدية لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي تبعا لإختلاف نوع الاسلوب التدريسي، لتؤكد بوجود فروق في القياس البعدي عموما ولصالح بالترتيب الاسلوب التضميني ثم التبادلي ثم التدريبي . وحيث ان هذا الاختلاف نابع من خصوصية كل اسلوب، فالأسلوب التضميني يعتمد مبدأ الشمول والتضمين لأكبر عدد من التلاميذ في أداء الواجب في نفس الوقت ودون إقصاء وما يترتب عليه ذلك من نتائج إيجابية، بينما يعتمد الاسلوب التبادلي على التعلم التعاوني ذو النتائج الإيجابية والفعالة في التركيز على زيادة فاعلية المتعلم مع زملائه بأسلوب جماعي تعاوني، كما انه ينمي الميول والرغبات وإحترام الاخرين مما ينعكس على تفاعل التلاميذ، بينما يعتمد الاسلوب التدريبي على منح الوقت الكافي للأداء وإختيار الزميل الذي يرتاح معه وكذا منح الحرية في اخذ القرارات الممنوحة للمتعلم خلال مرحلة الأداء وعدم تدخل المعلم بإعطاء الأوامر وبالتالي تنشأ علاقة جديدة ومتبادلة أساسها ثقة المعلم في المتعلم بالاستقلالية ولو أنها في أول درجاتها، غير أنها تعني الكثير بالنسبة للمتعلم .

ومما سبق نستطيع أن نقول ان لكل أسلوب دور خاص في نمو الطالب من الناحية (المهارية ،المعرفية، الإجتماعية والإنفعالية) وعليه يمكن ان يتحسن مستوى التلميذ ويتحرك من الحد الادنى نحو الحد الأقصى بناء على المحك الذي يتفق عليه منذ البداية (moston.m, 2002)

ومنه **فالفرضية الخامسة** التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسات البعدية لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي تبعا لإختلاف نوع الاسلوب التدريسي محققة .

3- الإقتراحات:

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته، وبعد مناقشة النتائج يقترح الباحث ما يلي:

1- تنظيم دورات تكوينية، وتدريبية، وورشات عمل للمفتشين والأساتذة والمهتمين بالتربية البد نية و الرياضية على إستخدام الأساليب الواردة في هذه الدراسة داخل مؤسسات التعليم المختلفة .

2- ضرورة إستخدام الأساليب معا (تدريبي، تبادلي، تضميني) في حصة التربية البدنية للرفع من مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي للتلاميذ .

3- التأكيد على استخدام اكثر من أسلوب تعليمي في الدرس الواحد نظرا لخصوصية كل أسلوب تدريسي، كما أن بعضها يكمل البعض الاخر من اجل الوصول الى الهدف(التوافق النفسي الإجتماعي) ...

4- إجراء دراسات مشابهة على مراحل عمرية مختلفة لمعرفة أثر إستخدام نفس أساليب التدريس في هذه الدراسة على تنمية التوافق النفسي الإجتماعي .

5- إجراء دراسات مشابهة تستخدم نفس أساليب التدريس في هذه الدراسة على متغيرات نفسية أخرى غير التوافق النفسي والاجتماعي وفي مستويات ومراحل تعليمية أخرى .

6- إجراء المزيد من الدراسات المشابهة في موضوع التوافق النفسي الإجتماعي نظرا إلى أهميته في مجال التربية الرياضية منجهة وندرة الدراسات حولها من جهة أخرى، كل هذا لتبيين الحاجة الماسة إليها.

7- إجراء دراسات مشابهة على أساليب تدريسية أخرى من طيف أساليب التدريس لاسيما الأساليب غير المباشرة لمعرفة أثرها على تنمية التوافق النفسي الإجتماعي .

8- توفير الوسائل والإمكانيات الحديثة التي تتطلبها الأساليب التدريسية .

9- تطبيق البرنامج التعليمي الذي قام الطالب بتصميمه في رياضة الكرة الطائرة بالمؤسسات التربوية، لما له من تأثير إيجابي سواء على مستوى الأداء أو الجوانب المهمة في شخصية المتعلم (بدنية، نفسية، إجتماعية ..)

10- على المدرسة السعي لتحقيق أعلى درجات التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذها وذلك من خلال توفير الجو المدرسي الجذاب ويشتمل ذلك في توفير المواد الضرورية وتطوير برنامج التربية البدنية والرياضية وتطوير أساليب التدريس والحرص على تعزيز العلاقات الفاعلة بين التلاميذ أنفسهم وبينهم وبين الطاقم الإداري والتربوي ،واستخدام الطرق المنشطة لهذه العلاقة من خلال المناهج الرسمية والأنشطة الإضافية .

11- على أساتذة التربية البدنية والرياضية توفير الرعاية اللازمة لمن يظهر من التلاميذ عليه أي تدني في مستوى نموه النفسي والاجتماعي أو توافقه النفسي والاجتماعي وذلك يهدف غالى مساعدة هذه الحالات ومساعدتها على التوافق .

12-. يوصي الباحث بتهيئة الجو الصالح الذي ينمو فيه التلميذ بشكل طبيعي، وإتاحة المناخ النفسي المناسب لنمو الشخصية السوية، وإظهار المثال الصالح والقدوة الحسنة من خلال السلوك السوي أمامهم، ومساعدتهم على فهم النفس وتقبل الذات بشكل إيجابي.

13- كما يوصي الباحث بتوفير الظروف الملائمة إن أمكن ذلك لتحقيق سبل الشعور بالأمان والاستقرار والتوافق السليم، وتكوين العادات والقيم والاتجاهات السليمة التي تخلق طلبة أسوياء، أصحاء نفسيا وبدنيا .

14- حث الأساتذة لتلاميذ المعفيين على ممارسة التربية البدنية والرياضية وتوعيتهم بما فيها من أهمية بدنية ونفسية واجتماعية

خلاصة عامة :

إن التربية الرياضية تعتبر مظهر من مظاهر التربية تعمل على تحقيق أغراضها عن طريق النشاط الحركي الذي يستخدم البدن بهدف خلق مواطن صالح يتمتع بالنمو الشامل المتزن في النواحي البدنية والعقلية والنفسية والإجتماعية تحت إشراف قيادة واعية .

لذا كان من الضروري ان تتعدد وتتطور أساليب التدريس في المجال الرياضي لنستطيع تحقيق هذا الهدف بأبعاده البدنية والعقلية والنفسية والإجتماعية، وذلك من خلال مواقف تعليمية متنوعة مدروسة ومخطط لها، يتعرض من خلالها المتعلم لخبرات متنوعة، ولا بد على كل من يعمل في مجال التعليم في التربية الرياضية أن يقيم نفسه وطريقة وأسلوب تدريسيه، هل هي فعالة ؟ وهل تحقق شيء من أهداف التربية الرياضية السابق ذكرها ؟ وما هو مقدار تحقيق هذه الاهداف ؟ وذلك للعمل على تعديل وتطوير الأساليب المستخدمة وإستبدالها بما يحقق هذه الأهداف، إذا أظهرت نتائج التقويم ذلك، وخاصة ان السنوات الاخيرة شهدت إجراء العديد من الأبحاث التي أثبتت نتائجها التأثير الإيجابي لأساليب التدريس الغير تقليدية على النواحي(البدنية– العقلية– المعرفية– السلوكية(عاطفية) – الإجتماعية)، لذا كان من الضروري والواجب الإستفادة من هذه الأساليب في المواقف التعليمية، فكثير من المتعلمين لا يستجيبون لعملية التعليم بأسلوب واحد، بل يجب إستعمال أساليب متنوعة، وذلك لمراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين .

ولكي يستطيع المعلم دفع طلابه ليتعلموا فلا بد له ان ينتهج أساليب معينة، وليس من الكافي ان يكون المعلم ملما بمادته فقط، او ان يكون في ذهنه ما يريد ان يتعلمه الطلاب، ولكن لا بد ان يخطط بعناية للإجراءات التي سوف يستخدمها وكذلك الأنشطة التي يجب على الطلاب ممارستها، ومهما كان قدر الجهد والنشاط الذي يبذله المعلم فلن يحدث التعلم ما لم يشترك الطلاب إشتراكا إيجابيا في خبرة التعلم، وهذا يعني ان المعلم لا بد ان يكون ملما إلماما تاما بكيفية حدوث التعلم من جانب الطلاب، وكيفية تؤثر الطريقة او الأسلوب المختار على تعلمه

فالمدرس الكفء هو الذي يجيد استخدام أكثر من أسلوب في التدريس وللوصول إلى ذلك ينبغي على الأستاذ بالإضافة إلى إلمامه ومعرفته في مجال تخصصه يحتاج إلى دراية واسعة ومهارة كبيرة في اختيار أنسب الطرائق، وأحسن الأساليب لإيصال هذه المعلومات والمعارف إلى المتعلم، حتى تكون هناك نتاجات تعليمية مرغوبة، وفي عصر المعرفة يجد المتعلم كذلك نفسه في حاجة ماسة إلى المعرفة، وأحوج أكثر من أي وقت مضى إلى توظيف هذه المعرفة في واقعه المعيش حتى يستطيع فهم نفسه وتقبل ذاته بشكل ايجابي ليتمكن من مجابهة تحديات الحياة المعاصرة، ومنه يندفع ويتشجع على التعلم بما يعود عليه وعلى مجتمعه بالنفع .

هذا عن أساليب التدريس، أما بخصوص المتغير الثاني المتناول بالدراسة والمتمثل في التوافق النفسي الإجتماعي ومن خلال ما جاء به العماء في هذا المجال تعتبر الصحة النفسية هي حالة دائمة نسبيا ، يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا (شخصيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته) ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه ، ومع الآخرين"

لذلك فالصحة النفسية لا تعني خلو الفرد من الأمراض ، بل تعني التوافق الاجتماعي والتوافق الذاتي والشعور بالرضا والسعادة والحيوية والاستقرار بالإضافة إلى الإنتاج الملائم في حدود إمكانية الفرد وطاقاته .

ونتيجة لكل ما ورد في بحثنا فان ممارسة التربية الرياضية بأسلوب منظم (أساليب التدريس) يؤدي إلى حدوث التوافق الجيد والذي يخدم الصحة النفسية عموما للتلميذ، علما أن هذا التلميذ ومن خلال ممارسته للأنشطة البدنية هو الشخص الذي يحقق أدوارا مثالية في علاقته بالمجتمع وهو القائد المنظم المبادر لوحدة العمل والنشاط وبقدر ما يكون التلميذ سوي السلوك متوافقا يكون إنتاجه عاليا، وعليه لابد أن نولي التلميذ العناية الكاملة و الكافية بشخصيته من أجل مساعدته في الوصول إلى ما يصبوا إليه وكذا إستثمار قدراته في المجتمع .

كما أن قدرة الفرد على التوافق النفسي بأبعاده يكسبه استمتاعا بالحياة والعمل وبالأسرة والأصدقاء ويشعر بالطمأنينة والسعادة وراحة البال كل ذلك يعمل على زيادة الكفاية والعمل كما أن التوافق النفسي يساعد صاحبة على أن يكون ناجحا في عمله أيا كان نوع هذا العمل .

كما تتضح لنا أيضا أهمية التوافق النفسي والاجتماعي وذلك بتمكن المراهق من التوافق مع نفسه ومع بيئته المادية والاجتماعية والرضا والراحة ،وكذلك يكون قادرا على تكوين علاقات اجتماعية بالمحيطين به منمّيا سلوكاته واتجاهات لمواجهة موافق جديدة .

ولذلك فعلى الأساتذة و المعلمين في هذا الميدان أن يدركوا أنسب الطرق والأساليب والتي تؤثر على التوافق النفسي الإجتماعي للتلميذ وتجعله قادرا على تحقيق التوافق والتوازن مع متغيرات الواقع الإجتماعي بحيث تسهل له التكيف مع مختلف مستجدات المواقف التي يتعرض لها ،مما يسهم في بناء الشخصية المتوازنة والمتكاملة والتي لها دور فعال في بناء مجتمع متقدم .

لذلك جاءت هذه الدراسة النظرية والتطبيقية التي عنوناها :"أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وتحديدا(أولى ثانوي)"، تناولنا فيها تحديدا ثلاث أساليب من المجموعة الأولى لأساليب موستن في التربية البدنية والرياضية وهما الأسلوب التدريبي والأسلوب التبادلي و التضميني محاولين معرفة تأثيرهم على مستوى درجة التوافق النفسي الإجتماعي وهذا كله لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي في لعبة جماعية ومن بين الألعاب الأكثر تفضيلا في الممارسة: وهي الكرة الطائرة ، وعلى مدار الفصل الدراسي الأول من الموسم الدراسي: 2015-2016 .

أظهرت المجموعات التجريبية (مجموعة الأسلوب التدريبي ،ومجموعة الأسلوب التبادلي، ومجموعة الأسلوب التضميني) نتائج ذات تأثير ايجابي في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي ولصالح القياسات البعدية، كما بينت النتائج وجود تباين بين أساليب التدريس في درجة التأثير على أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي،

حيث تفوق الأسلوب التضميني على الأسلوب التدريبي في كل أبعاد المقياس، وتفوقه أيضا (التضميني) على الأسلوب التبادلي في أبعاد التالية (القيمة الشخصية، الإعتماد على النفس، الميل إلى الإنفراد، الحالة الصحية، الحالة الانفعالية، التعامل مع الأخرين، الإمتثال للجماعة، القدرة على القيادة، العلاقات في المدرسة)ولم تظهر

الفروق بين الاسلوب التضميني والتبادلي في أبعاد المقياس التالية (المهارات الشخصية، العلاقات في الأسرة، العلاقات في البيئة المحيطة)، ووجود تباين بين الاسلوب التدريبي والتبادلي ولصالح الاخير في ابعاد المقياس التالية (المهارات الشخصية، القيمة الشخصية، الإعتماد على النفس، الميل إلى الإنفراد، الحالة الصحية ، العلاقات في المدرسة، العلاقات في الأسرة، العلاقات في البيئة المحيطة)، في حين كانت الفروق بين الاسلوبين(تدريبي، تبادلي) في ابعاد المقياس التالية غير دالة (الحالة الانفعالية، التعامل مع الاخرين، الامتثال للجماعة، القدرة على القيادة)

عموما تمت هذه الدراسة وفق الفصول النظرية والتطبيقية التالية:

الفصل التمهيدي: سميناه بالتعريف بالبحث تناولنا فيه الخلفية النظرية للبحث، إشكالية البحث وتساؤلاته، بالإضافة لأهم المصطلحات والمفاهيم التي اعتمدنا عليها في دراستنا.

الفصل الأول: مراجعة الدراسات السابقة. وقد عرضنا فيه الدراسات بناء على متغيرات البحث، الأساليب أولا والتوافق النفسي الإجتماعي ثانيا، عقبنا على هذه الدراسات مذكرين بما انفردت به دراستنا عن هذه الأبحاث العلمية معتمدين على مبدأ الأحدث فالأحدث.

الفصل الثاني: أساليب التدريس الحديثة لموستن. وقد عرض فيه الأفكار التي قامت عليها النظرية الموحدة في التدريس، تحليل العملية التدريسية في ظل طيف أساليب موستن والعلاقة التي تربط المعلم والمتعلم والأهداف، عرض تفصيلي للأساليب التدريسية قيد البحث مع إيضاح ايجابيات وسلبيات وكذا قنوات التطور في كل أسلوب.

الفصل الثالث :التوافق النفسي الإجتماعي . وقد عرض فيه خصائص وشروط التوافق النفسي الإجتماعي ،والأبعاد والنظريات التي تفسره ثم عرضنا أهميته ،وأدوات قياسه ،ومظاهر ومؤشراته ،ثم عرجنا على العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الإجتماعي ،وعلاقة هذا الأخير بالأنشطة الرياضية .

الفصل الرابع :المراهقة . وقد عرض فيه مفاهيم مختلفة للمراهقة، طبيعتها ومراحلها، واهم النظريات التي تفسرها، بالإضافة إلى خصائصها وأنواعها، وكذا خصائص المرحلة العمرية (المتوسطة)،ثم عرجنا على أهم مشاكل وحاجات المراهقة ،وختمنا فصلنا بعلاقة وأهمية التربية الرياضية بالنسبة للمراهق .

الباب الثاني: منهجية البحث وعرض ومناقشة النتائج. جاء استكمالا للدراسة النظرية ضم فصلين رئيسيين .

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية. وقد عرض فيه الدراسة الاستطلاعية للموضوع)، بالإضافة إلى التعريف بأداة الدراسة وكيفية البحث عن ثقلها العلمي(الصدق، والثبات، والموضوعية)، مجتمع وعينة الدراسة، وكيفية اختيارها، التصميم التجريبي (وضبط المتغيرات) وإجراءات التطبيق الميداني.

الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج البحث. وقد قسم هذا الفصل الأخير إلى جزأين رئيسيين، كان الاهتمام فيه أولا بعرض النتائج التي أسفر عنها التحليل الإحصائي بالتتابع حسب أسئلة البحث، أما الجزء الثاني فكان لمناقشة النتائج بناء على الفرضيات البحثية المعتمدة، ليتم التذكير أخيرا بأهم النتائج المتوصل إليها، وكذا تقديم بعض الاقتراحات.

قائمة المصادر والمراجع

باللغة العربية والأجنبية

- القرأن الكريم، البقرة ، الأية 32 .

- الكتب :

1- أبو النجا احمد عز الدين. (2001). *معلم التربية الرياضية*. المنصورة: دار الأصدقاء.

2- أبو النجاأحمد عز الدين. (2000). *الإتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية*. المنصورة: دار الاصدقاء.

3- أبو هلال أحمد. (1979). *تحليل عملية التدريس*. الأردن: مكتبة النهضة الإسلامية.

4- سعيد خليل الشاهد. (1995). *طرق تدريس التربية الرياضية*. القاهرة: مكتبة الطلبة.

5- إبراهيم وجيه محمود. (1984). *التعلم*. القاهرة : دار المعارف

6- عبد المنعم الحنفي. (1995). *موسوعة الطب النفسي* (الإصدار (المجلد م 1)). القاهرة: مكتبة المدبولي.

7- عفاف عبد الكريم. (1990). *التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية- أساليب، إستراتيجيات، تقويم*. الإسكندرية: منشاة المعرف.

8- عنايات محمد احمد فرج. (1988). *مناهج وطرق تدريس التربية البدنية والنشاط الرايضي الخارجي*. القاهرة: دار الفكر العربي.

9- محسن محمد حمص. (1998). *المرشد في تدريس التربية الرياضية*. الإسكندرية: منشاة المعارف.

10- محمد سعيد عزمي. (1996). *أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الاساسي بين النظرية والتطبيق*. الإسكندرية: منشاة المعارف.

11- محمد محروس قنديل. (1998). *أساسيات التمرينات البدنية*. الإسكندرية: منشاة المعارف.

12- محمد نوال عطية. (2011). *علم النفس والتكيف الإجتماعي*. القاهرة: دار الكتاب.

13- نبيل سفيان. (2004). *المختصر في الشخصة والإرشاد النفسي* (الإصدار ط 1). القاهرة: دار النشر للتوزيع.

14- وجدي إبراهيم عزيز. (1997). *مهارات التدريس الفعال* (الإصدار ط 1). القاهرة: مكتبة الأنجو مصرية.

15- يس كامل حبيب. (1994). *طرق التدريس والتربية العملية في التربية الرياضية* (الإصدار مذكرات غير منشورة). مصر: كلية التربية الرياضية ببورسعيد.

16- عبد الكريم محمد السامرائي عباس أحمد صالح السامرائي. (1991). *كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية*. بغداد: جامعة بغداد.

17- محمد نوال عطية. (2011). *علم النفس والتكيف الإجتماعي*. القاهرة: دار الكتاب.

18- نبيل سفيان. (2004). *المختصر في الشخصة والإرشاد النفسي* (الإصدار ط 1). القاهرة: دار النشر للتوزيع.
19- وجدي إبراهيم عزيز. (1997). *مهارات التدريس الفعال* (الإصدار ط 1). القاهرة: مكتبة الأنجو مصرية.
20- يس كامل حبيب. (1994). *طرق التدريس والتربية العملية في التربية الرياضية* (الإصدار مذكرات غير منشورة). مصر: كلية التربية الرياضية ببورسعيد.
21 - إبراهيم وجيه محمود. (1984). *التعلم*. القاهرة : دار المعارف.
22- إجلال محمد سري. (1990). *علم النفس العلاجي* (الإصدار المجلد ط 1). مصر.
23- أحمد محمد حسن صالح. (2000). *الصحة النفسية وعلم النفس الإجتماعي والتربية الصحية* (الإصدار ط 1). اللإسكندرية: مركز الأسكندرية للكتاب.
24- إخلاص محمد عبد الحفيظ. (2006). *التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي* (الإصدار ط 1). مصر، جامعة المينا : مركز الكتاب للنشر.
25- أشرف عبد الغني وأميمة محمود الشربيني. (2003). *الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق*. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
26- إنتصار يونس. (2004). *السلوك الإنساني*. مصر: دار المعرفة الجامعية.
27- بدر إبراهيم الشيباني. (2003). *سيكولوجية النمو* (الإصدار المجلد ط 4). الكويت: مركز المخطوطات.
28- حامد عبد السلام زهران. (1983). *علم النفس النمو والمراهقة*. القاهرة: عالم الكتاب.
29- حسين احمد حشمت ومصطفى باهي. (2006). *التوافق النفسي والتوتزن الوظيفي*. مصر: الدار العالمية للنشر والتوزيع.
30- حسين فيصل الغزي. (1976). *علم النفس الطفولة*. دمشق: مطبعة خالد بن الوليد.
31- خليل مخائيل معوض. (2003). *سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة*. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتابة.
32- رمضان محمد القدافي. (1998). *الصحة النفسية والتوافق* (الإصدار ط 3). القاهرة: المكتب الجامعي الحديث.
33- سامح عريفج. (1993). *علم النفس التطوري*. دار مجد لاوي للنشر والتوزيع.
34- سامية لطفي الأنصاري وأحلام حسن مسعود. (2007). *الصحة النفسية والمدرسية للطفل*. الإسكندرية: الإسكندرية للكتاب.
35- سيد محمد غنيم. (1987). *سيكولوجية الشخصية – محدداتها- قياسها – نظرياتها*. القاهرة: دار النهضة العربية.
36- شاكر قنديل. (1993). *موسوعة علم النفس والتحليل النفسي*. الكويت: دار سعاد الصباح.

37- شحاته محروس طه. (بدون تاريخ). *أبناؤنا في مرحلة البلوغ وما بعدها*. إنتاج وحدة ثقافة الطفل شركة سفير.
38- صالح حسين الداهري وناظم هاشم العبيدي. (1999). *الشخصية والصحة النفسية* (الإصدار المجلد ط 1). بغداد: مطبعة الموصل .
39- صبرة محمد علي وأشرف عبد الغني. (2004). *الصحة النفسية والتوافق النفسي*. مصر: دار المعرفة الجامعية.
40- صلاح مخيمر. (1981). *المفاهيم- المفاتيح في علم النفس*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
41- عبد الحميد محمد الشاذلي. (1999). *الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية*. الإسكندرية: المكتب العلمي للكمبيوتر النشر والتوزيع.
42- عصام نور. (2004). *سيكولوجية المراهق*. الإسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة.
43- عفاف عبد الكريم. (1990). *طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية* . الإسكندرية: منشأة المعارف .
44- فاخر عاقل. (1977). *معجم علم النفس* (الإصدار 02). بيروت: دار العلم للملايين.
45- فرج عبد القادر طه. (1993). *موسوعة علم النفس، التحليل النفسي*. الكويت: دار سعاد الصباح.
46- نايف سعادة محمد خميس أبونمرة. (2008). *التربية الرياضية وطرائق تدريسها*. القاهرة.
47- إبراهيم أحمد أبوزيد. (1987). *سيكولوجية الذات والتوافق* . مصر: دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
48- إبراهيم مدكور،وآخرون. (1410هـ). *المعجم الوجيز*. القاهرة: مجمع اللغة العربية.
49- سعد جلال. (1985). *المرجع في علم النفس*. القاهرة: دار الفكر العربي.
50-أحمد خيري جابر عبد الحميد. (1998). *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*. القاهرة: دار النهضة العربية.
51- أحمد عزت راجح. (1973). *أصول علم النفس* (الإصدار الطبعة9). مصر: المكتب المصري الحديث للطباعة و النشر، الإسكندرية.
52- أحمد عزت راجح. (1976م). *أصول علم النفس* (الإصدار ط10). القاهرة: المكتب المصرى الحديث.
53- أحمد محمد حسن صالح وآخرون. (2000). *الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية* (الإصدار الطبعة 01). مركز الإسكندرية للكتاب، .
54- إخلاص محمد عبد الحفيظ. (2006). *التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي* (الإصدار ط 1). مصر، جامعة المينا : مركز الكتاب للنشر.
55- أسامة أنور كامل،أمين أنور الخولي. (1998). *التربية الحركية للطفل* (الإصدار ط2). القاهرة : دار الفكر العربي.
56- أسامة راتب. (2000). *علم نفس الرياضة (المفاهيم والتطبيقات)* . مصر : دار الفكر العربي .

57- أسامة كامل راتب. (1999). *النمو الحركي*. القاهرة : دار الفكر العربي.
58- أشرف عبد الغني وأميمة محمود الشربيني. (2003). *الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق*. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
59- أشرف محمد عبد الغني شريت. (2006). *الصحة النفسية بين النظري والتطبيقات الإجرائية* . الإسكندرية : مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع .
60- التكريتي ، وديع ياسين والعبيدي ، حسن محمد عبد. (1999). *التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية* (الإصدار ط1). الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر.
61- إلين وديع فرج. (2006). *خبرات في الألعاب للصغار و الكبار*. الإسكندرية: منشأة المعارف جلال حزي و شركاؤه.
62- إنتصار يونس. (2004). *السلوك الإنساني*. مصر: دار المعرفة الجامعية.
63- بدر إبراهيم الشيباني. (2003). *سيكولوجية النمو* (الإصدار المجلد ط 4). الكويت: مركز المخطوطات.
64- بهاء الدين إبراهيم سلامة. (2007). *الصحة والتربية الصحية* . القاهرة : دار الفكر العربي.
65- بوفلجة غيات. (1984). *أهداف التربية وطرق تحقيقها*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
66- بوفلجة غياث. (1993). *التربية ومتطلباتها*. الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية.
67- بوفلجة غياث وأخرون. (1994). *قراءات في طرائف التدريس* . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .
68- توقي محي الدين. (1993). *تحليل العملية التعليمية التعلمية* . عمان: معهد التربية ،اونروا ،يونسكو ، .
69- جابر عبد الحميد وأخرون. (1980). *مهارات التدريس*. القاهرة.
70- جمال الخطيب. (2000). *إعداد الرسائل الجامعية وكتابتها* (الإصدار ط 1). الأردن: دار الفكر.
71- جيمس راسل. (1978). *أساليب جديدة في التعليم والتعلم*. (أحمد خيري كاظم، المترجمون) مصر: دار النهضة العربية.
72- جيهان حامد السيد إسماعيل. (1990). *:مستوى أداء طالبات كلية التربية الرياضية في التربية العملية وعلاقته بالتوافق النفسي* (الإصدار ، رسالة ماجستير غير منشورة). مصر العربية: جامعة حلوان.
73- حامد زهران. (2001م). *الصحة النفسية والعلاج النفسى* (الإصدار ط-4). القاهرة: دار عالم الكتب.
74- حامد عبد السلام زهران. (1972). *علم نفس النمو والمراهقة* (الإصدار ط2). القاهرة : علم الكتاب .
75- حامد عبد السلام زهران. (1977). *الصحة النفسية والعلاج النفسي* (الإصدار ط 02). القاهرة: دار المعارف.
76- حامد عبد السلام زهران. (1983). *علم النفس النمو والمراهقة*. القاهرة: عالم الكتاب.
77- حامد عبد السلام زهران. (1984). *علم النفس الإجتماعي* (الإصدار ط5). القاهرة: علم الكتب.
78- حامد عبد السلام زهران. (1995). *علم النفس النمو والمراهقة* (الإصدار ط5). القاهرة: علم الكتاب.

79- حسين أحمد حشمت ، مصطفى حسين باهي. (2006). *التوافق النفسي والتوازن الوظيفي* (الإصدار ط1). مصر: الدار العالمية للنشر والتوزيع.
80- حسين سكوف. (1996). *أهمية تحضير الدروس* (الإصدار العدد 5). مجلة جزائرية للتربية.
81- حسين فيصل الغزي. (1976). *علم النفس الطفولة*. دمشق: مطبعة خالد بن الوليد.
82- خليل مخائيل معوض. (2003). *سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة*. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتابة.
83- خليل ميخائيل معوض. (2003). *سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة*. القاهرة: توزيع مركز الإسكندرية للكتاب.
84- داريل سايد نتوب. (1992). *تطورات مهارات تدريسيات*. (عباس أحمد السامرائي وأخرون، المترجمون)
85- دانييل لاجاش. (1957). *المجمل في التحليل النفسي*. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
86- ديولولد فاندلين. (1984). *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*. (ترجمة محمد نبيل وأخرون، المترجمون) القاهرة، مصر: مكتبة الأنجلو مصرية.
87- رجاء محمود أبو علام. (2004). *مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية* . مصر: دار النشر للجامعات.
88- رزيق معروف. (1986). *خفايا المراهقة*. بيروت: دار الفكر العربي للطباعة.
89- رمضان محمد القذافي. (1994). *الصحة النفسية والتوافق* (الإصدار ط2). دار الرواد.
90- رمضان محمد القدافي. (1998). *الصحة النفسية والتوافق* (الإصدار ط 3). القاهرة: المكتب الجامعي الحديث.
91- زكرياء الشربيني. (1994). *الإحصاء وتصميم التجارب في البحوث النفسية والتربوية* (الإصدار ط2). مصر.
92- زكرياء الشربيني. (1999). *الإحصاء وتصميم التجارب في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية* . مصر: دار الفكر العربي.
93- زينب علي عمر غادة جلال عبد الكريم. (2008). *طرق تدريس التربية الرياضية* (الإصدار ط 1). القاهرة: دار الفكر العربي.
94- سامح عريفج. (1993). *علم النفس التطوري*. دار مجد لاوي للنشر والتوزيع.
95- سامية لطفي الأنصاري وأحلام حسن مسعود. (2007). *الصحة النفسية والمدرسية للطفل*. الإسكندرية: الإسكندرية للكتاب.
96- سعدية محمد علي. (1980). *في سيكولوجية المراهق* (الإصدار ط1). الكويت: دار البحوث العلمية.
97- سهيركاملاحمد. (1998). *سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة*. مركزالإسكندريةللكتاب.

98- سهير كامل احمد. (1999). *الصحة النفسية والتوافق*. مصر: مركزالإسكندرية للكتاب.
99- سيجووند فرويد. (1962). *الموجز في التحليل النفسي*. (سامي محمود علي وعبد السلام القفاش، المحرر) القاهرة : دار المعارف .
100- عبد الكريم محمد السامرائي عباس أحمد صالح السامرائي. (1991). *كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية*. بغداد: جامعة بغداد.
101- عبد اللطيف بن إبراهيم بخاري. (1999). *أساليب التعليم في التربي البدنية* .
102- عبد المجيد محمد شاذلي. (2001). *الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية* (الإصدار ط2). مصر: المكتبة الجامعية ،الإسكندرية.
103- عبد المنعم الحنفي. (1995). *موسوعة الطب النفسي* (الإصدار (المجلد م 1)). القاهرة: مكتبة المدبولي.
104- عبيد ماجدة السيد وأخرون. (2001). *أساسيات فيس تصميم التدريس*. عمان ، الاردن : دار الصفاء للنشر والتوزيع .
105- عبد الحميد محمد الشاذلي. (1999). *الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية*. الإسكندرية: المكتب العلمي للكمبيوتر النشر والتوزيع.
106- عبد الجليل إبراهيم الزوبعي. (1981). *مناهج البحث في التربية*. العراق: مطبعة جامعة بغداد.
107- عبد الرحمان العيسوي. (1995). *علم النفس النمو* (الإصدار ط2). الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.
108- عبد الرحمان بن بريكة. (1994). *قراءات في طرائق التدريس* .
109- سيد محمد غنيم. (1987). *سيكولوجية الشخصية – محدداتها- قياسها – نظرياتها*. القاهرة: دار النهضة العربية.
110- شاكر قنديل. (1993). *موسوعة علم النفس والتحليل النفسي*. الكويت: دار سعاد الصباح.
111- شحاته محروس طه. (بدون تاريخ). *أبناؤنا في مرحلة البلوغ وما بعدها*. إنتاج وحدة ثقافة الطفل شركة سفير.
112- صالح العبودي. (1989). *اثر السلطة الأبوية على النمو الاجتماعي للمراهق* (الإصدار مذكرة ليسانس). الجزائر: معهد علم النفس وعلوم التربية.
113- صالح حسن الداهري. ناظم هاشم العبيدي. (سنة1999). *الشخصية والصحة النفسية* (الإصدار ط 01). الأردن: دار الكندي للنشر والتوزيع.
114- صبرة محمد علي وأشرف عبد الغني. (2004). *الصحة النفسية والتوافق النفسي*. مصر: دار المعرفة الجامعية.
115- صلاح مخيمر. (1981). *المفاهيم- المفاتيح في علم النفس*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

116- صموئيل مغاريوس. (1974). *الصحة النفسية والعمل المدرسي* (الإصدار ط2). القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
117- عادل حطاب كمال زكي. (1965). *التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية*. القاهرة: دار النهضة العربية.
118- عباس أحمد صالح السامرائي. (1987). *طرق تدريس التربية الرياضية* (الإصدار ط 2). بغداد: دار الكتاب للطباعة والنشر.
119- عباس أحمد صالح السامرائي وأخرون. (1984). *طرق التدريس في مجال التربية* . العراق: جامعة بغداد.
120- عباس احمد صالح السامرائي وعبد الكريم السامرائي . (1991). *كفاءات تدريسية في طرائق تدريس التربية البدنية والرياضية* . جامعة بغدا.
121- عباس محمد عوض. (1996). *الموجز في الصحة النفسية*. الإسكندرية: دارالمعرفة الجامعية،.
122- عباس محمود عوض. (1987). *علم النفس العام*. الإسكندرية: دار المعارف الجامعية.
123- عبد الجبار سعيد محسن . (2006). *تأثير التدريس بأسلوبي التدريجي والتبادلي في درس التربية الرياضية على مهارات كرة السلة للطلاب*
124- عنايات محمد احمد فرج. (1988). *مناهج وطرق تدريس التربية البدنية والنشاط الرايضي الخارجي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
125- غادة جلال عبد الكريم زينب علي عمر. (2008). *طرق تدريس التربية البدنية الرياضية* (الإصدار ،ط1). القاهرة : دار الفكر العربي
126- فاخر عاقل. (1977). *معجم علم النفس* (الإصدار 02). بيروت: دار العلم للملايين.
127- فاخر عاقل. (1980). *دراسات في التربية وعلم النفس* . مصر: دار الفكر العربي.
128- فتحي الديب إبراهيم بسيوني عميرة. (1994). *تدريس العلوم والتربية العلمية*. مصر: ،دار المعارف ،القاهرة.
129- فرج عبد القادر طه. (1993). *موسوعة علم النفس، التحليل النفسي*. الكويت: دار سعاد الصباح.
130- فرج عبدالقادرطه. (1980). *سيكولوجية الشخصية المعوقة للإنتاج في التوافق المهني والصحة النفسية*. القاهرة: مكتبةالخانجي.
131- فكري حسن ريان. (1995). *التدريس* . القاهرة: عالم الكتب.
132- فؤاد البهي السيد. (1975). *الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة*. القاهرة : دار الفكر العربي.
133- فؤاد بهي السيد. (1985). *الأسس النفسية* (الإصدار المجلد ط 4). القاهرة: دار الفكر العربي.
134- فوزي محمد جبل. (2000). *الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية*. الإسكندرية: المكتبةالجامعية،الازايطة.

135- فيصل محمدخير الزارد. (1997). *مشكلات المراهقة والشباب* (الإصدار ط 01). بيروت: دار النفائس.
136- قارعة حسن محمود سليمان أحمد حسين الفاني. (1995). *التدريس الفعال* .
137- قيس ناجي عبد الجبار. (1989). *تطور القابلية البدنية في العمر المدرسي* .
138- كمال دسوقي. (1976). *علم النفس ودراسة التوافق* (الإصدار ط 02). مصر: دار النهضة العربية.
139- كمال دسوقي. (1988). *ذخيرة علم النفس* (الإصدار المجلد الأول). القاهرة: الدار الدولية للنشر والتوزيع.
140- كوفيل ويتموني وكوستيلو وروك. (1967). *علم النفس الشواذ*. (محمود الزيادي، المترجمون) القاهرة: دار النهضة العربية.
141- لطفي بركات احمد. (1981). *دراسات في تطوير التعليم في الوطن العربي*. بغداد .
142- مالك سليمان مخول. (1991). *علم النفس الطفولة والمراهقة*. القاهرة: مطابع مؤسسة الوحدة.
143- نايف سعادة محمد خميس. (2009). *التربية الرياضية وطرائق تدريسها*. القاهرة.
143- محمد زياد حمدان. (1999). *أساليب التدريس* . الإسكندرية: دار المعارف .
145- نبيل سفيان. (2004). *المختصر في الشخصة والإرشاد النفسي* (الإصدار ط 1). القاهرة: دار النشر للتوزيع.
146- نيلي رمزي فهيم ناهد محمود سعد. (1998). *طرق التدريس في التربية الرياضية*. مصر : دار المعارف.
147- هناء عبد الو هاب حسن ،حسين أحمد حشمت مصطفى حمس باهى. (2002). *الصحة النفسية في المجال الرياضي- نظريات، تطبيقات*. دار النشر مكتبة.الانجلو المصرية مطبعة محمد عبد الكريم حسان .
148- وجدي إبراهيم عزيز. (1997). *مهارات التدريس الفعال* (الإصدار ط 1). القاهرة: مكتبة الأنجو مصرية.
149- وفاء درويش. (2008). *دراسات تطبيقية علمية في مجال علم النفس الرياضي* (الإصدار ط 01). الإسكندرية: دار الوفاء، لدنيا الطباعة والنشر.
150- يس كامل حبيب. (1994). *طرق التدريس والتربية العملية في التربية الرياضية* (الإصدار مذكرات غير منشورة). مصر: كلية التربية الرياضية ببورسعيد.
151- مدحت عبد الحميد. (1990). *الصحة النفسية والتفوق الدراسي* . بيروت : دار النهضة العربية .
152- مروان عبد المجيد إبراهيم. (بلا تاريخ). *الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات في التربية البدنية والرياضية*. مصر: دار الفكر العربي.
153- مصطفى باهي حسين أحمد حشمت. (2007). *التوافق النفسي والتوازن الوظيفي*. مصر: الدار العلمية للنشر والتوزيع.

154- مصطفى حجازي. (1985). *معجم مصطلحات التحليل النفسي*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجزائرية.
155- مصطفى زيدان. (1996). *النمو النفسي للطفل والمراهقة والأسس الصحية* (الإصدار ط1). جدة : دار الشرق ،جدة ،ب.ت.
156- مصطفى غالب. (1984). *علم النفس التربوي في سبيل موسوعة نفسية*، (الإصدار ط2). بيروت: منشورات مكتبة الهلال.
157- مصطفى فهمي. (1979). *التوافق الشخصي والإجتماعي*. القاهرة: مكتبة الجانحي.
158- مصطفى فهمي. (1996). *سيكولوجية الطفولة والمراهقة* (الإصدار ط 04). القاهرة: مكتبة مصر.
159- مصطفى فهمي. (1997). *علم النفس الإجتماعي* (الإصدار المجلد ط 4). القاهرة.
160- مصطفى فهمي. (سنة1987). *دراسات في سيكولوجية التكيف* (الإصدار ط 02). القاهرة: مكتبة الخانجي.
161- مقدم عبد الحفيظ. (2011). *الاحصاء والقياس النفسي والتربوي* (الإصدار ط3). الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
162- موسكا موستن، وسارة اشوورث. (1991). *تدريس التربية الرياضية*. (جمال صالح حسن، المترجمون)
163- ميخائيل إبراهيم أسعد. (1971). *مشكلات المراهقين في المدن والريف* (الإصدار ط1). القاهرة: دار المعارف.
164- ميخائيل إبراهيم أسعد. (1991). *مشكلات الطفولة والمراهقة* (الإصدار ط 02). بيروت: دار الأفاق الجديدة.
165- محمد عبد الظاهر الطيب. (1994). *مبادئ الصحة النفسية*. الإسكندرية: دارالمعرفة الجامعية.
166- محمد صبحي حسنين. (1999). *القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية* (الإصدار جزء أول،ط 4). القاهرة: دار الفكر العربي.
167- محمد صبحي حسانين. (1995). *القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية* (الإصدار ج1). القاهرة.

الرسائل الجامعية :

168- عمور عيسى عمر. (2002). *الأساليب التطبيقية في الدروس العملية بقسم التربية البد نية والرياضية* (الإصدار – دراسة تقويمية– رسالة ماجستير غير منشورة "). الجزائر : معهد التربية البدنية والرياضية .
169- عمور عيسى عمر. (2008).:دراسة مقارنة لمعرفة إستخدام أساليب التدريس والصعوبات التي تواجه المعلمين في الجزائر والأردن. الجزائر: جامعة الجزائر. معهد التربية البدنية والرياضية – سيدي عبد الله –.
170- سيد أحمد عدة. (1998 م). *أثر التدريس بأسلوبي التطبيق بتوجيه المدرس والأقران على تنمية بعض عناصر الأداء البدني والإنجاز في الفترة الثلاثية* (الإصدار رسالة ماجستير غير منشورة). مستغانم: بالمدرسة العليا لأساتذة "ت.ب.ر"

171- رشا عبد الرحمن محمد والي . (2007). *تأثير برنامج للألعاب التمهيدية الجماعية على التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية* (الإصدار رسالة ماجيستر ،منشورة كلية التربية الرياضية). مصر: جامعة المنصورة.

172- أحمد يوسف محمد عاشور. (1997). *مقارنة أسلوبي التطبيق الموجه والتطبيق الذاتي متعدد المستويات على بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة للمبتدئين في كرة السلة* (الإصدار رسالة ماجستير). كلية التربية الرياضية ببورسعيد، مصر: جامعة قناة السويس.

173- أشرف عيد إبراهيم مرعي. (1991). *تأثير برنامج رياضي مقترح على التوافق الشخصي والإجتماعي لدى التلاميذ المعاقين بدنيا من تلاميذ المرحلة الاعدادية* (الإصدار رسالة دكتوراه غير منشورة). مصر: جامعة حلوان.

174- بن سي قدور الحبيب. (2002). *دراسة مقارنة لفعالية التدريس باستخدام الاسلوبي الامري و التضميني في تنمية بعض الصفات البدنية و الأداء الحركي للتلاميذ في عدو الحواجز*. مستغانم: معهد التربية البدنية والرياضية .

175- بن قناب الحاج تواتي أحمد بن قلاوز. (2012). *دور التربية البدنية والرياضية في تنمية التوافق النفسي والإجتماعي وإكتساب بعض المهارات الحياتية للمراهقين* . مستغانم.

176- جبوري بن عمر. (2010). *أثر ممارسة الانشطة البدنية الرياضية على التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية* . مستغانم : رسالة ماجستير غير منشورة .

177- حرباش إبراهيم. (2011). *أثر التدريس بالأسلوبين التضميني والتبادلي على الرفع من مستوى الأداء البدني في القفز الطويل* . مستغانم: قسم معهد علوم وتقنيات النشاطلت البدنيةوالرياضية .

178- حسن عمر السوطري. (2007). *اثر استخدام بعض اساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الإقتصاد المعرفي*. الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.

179- دعاء محمد محي الدين. (2000). *تأثير إستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مسابقة قذف القرص* (الإصدار رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة طنطا ، مصر : كلية التربية الرياضية بطنطا .

180- سفيان حلمي حافظ محمد. (2004). *برنامج مقترح باستخدام القصص الحركية وأثره في تنمية التحصيل المعرفي وبعض المهارات الحركية والابتكار الحركي لدى تلاميذ الصف الأول- ابتدائي-" رسالة دكتوراه غير منشورة"للتربية الرياضية بسوهاج* (الإصدار جامعة الوادي). مصر: جامعة الوادي.

181- سمسوم علي. (2011). *تأثير النشاطات البدنية والرياضية التربوية على تحقيق التوافق النفسي والإجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية*. الجزائر: المجلة العلمية لعلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية الجزائر .

182- عثمان مصطفى عثمان. (1998). *مقارنة فعالية أسلوبين للتعلم على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والمعرفية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية* (الإصدار رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة قناة السويس ، مصر : كلية التربية الرياضية لبنين ببورسعيد .

183-عصام الدين محمد عزمي. (1998). *فاعلية إستخدام أسلوب التعلم الذاتي المتعدد المستويات في تحقيق بعض أهداف التربية الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الاساسي بمدينة قنا* (الإصدار رسالة دكتوراه غير منشورة). مصر : كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية .

184- عطاء الله أحمد. (2004). *تأثير أساليب الترديس بالتغذية الراجعة الفورية على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة* (الإصدار رسالة دكتوراه غير منشورة). الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية.

185- غازي إبراهيم الكيلاني. (2003). *أثر إستخدام ثلاثة أساليب تدريس على تلعم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد والسباحة* (الإصدار رسالة دكتوراه غير منشورة). الاردن: جامعة عمان العربية.

186- قبورة العربي. (2006). *توظيف الانشطة الرياضية المعدلة في تحسين التكيف الشخصي والإجتماعي للمعاقين سمعيا* . مستغانم : رسالة ماجستير غير منشورة .

187- مجاهد مصطفى. (2012). *أثر إستخدام بعض أساليب التدريس في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي* (الإصدار رسالة ماجستير). مستغانم: قسم معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

188- محمد إبراهيم عبد الحميد . (1996). *العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقليا*. رسالة ماجستير -جامعة عين شمس-.

189- محمد عيد إبراهيم عبد الحميد. (1996). *العلاقة بين ممارسة بعض الانتشطة الحركية على التوافق النفسي الإجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقليا* . مصر: جامعة عين شمس.

190- مخلفي رضا. (2008). *علاقة النشاط الرياضي بصورة الجسم وأثرها على تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين ،دراسة متمحورة حول البعد النفسي الإجتماعي :رسالة ماجستير،معهد التربية البدنية والرياضية*. الشلف.

191- ميرفت على خفاجه. (1992). *دراسة مقارنة لتأثيلر بعض أساليب التدريس في التربية البدنية على مستوى اداء بعض المهارات الحركية بالمرحلة الإعدادية* (الإصدار كلية التربية الرياضية للبنين). الإسكندرية: مجلة نظريات وتطبيقات.

المقالات والأبحاث :

192- فداء أحمد نمر مهيار. (2004). *أثر إستخدام بعض أساليب التدريس لموستن على تعلم المهارات الأساسية لسباحة الزحف* (الإصدار الجزء الأول). الإسكندرية: المؤتمر العلمي الدولي الثامن لعلوم التربية البدنية والرياضية المنعقد ما بين 5 و 7 أكتوبر2004 ، كلية التربية البدنية للبنين.

193- عبد الجبار سعيد محسن. (2006). *تأثير التدريس بأسلوبي التدريبي والتبادلي في درس التربية الرياضية على مهارات كرة السلة للطلاب* (الإصدار المجلد الثاني). الأردن: المؤتمر العلمي الدولي الخامس،علوم الرياضة في عالم متغير -10-11 أيار 2066، كلية التربية الرياضية.

194- فوزية محمد عمر منذر. (2007). *تأثير أسلوبي التدريس التدريبي والتبادلي على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ،ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي "المرحلة الإعدادية"* . جامعة اليرموك، كلية التربية الرياضية ، الأردن : المؤتمر العلمي الدولي الثاني "المستجدات العلمية في التربية البدنية والرياضية أيام:9و10 أيار 2007،مجلد البحوث.

195- النداف عبد السلام. (2004). *أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريسية على مستوى وتكرار أداء مهارتي الإرسال الطويل والإرسال القصير في الريشة الطائرة* (الإصدار المجلة الأردنية). الأردن: مجلة دراسات للعلوم التربوية، المجلد 31.

196- أبو النجا احمد عز الدين. (1996). *مقارنة فاعلية اسلوبين من اساليب التدريس على المستوى المعرفي والبدني والمهاري بردس التربية الرياضية بالمرحلة الإعدادية* (الإصدار المجلد الثاني العدد الحادي عشر). كلية التربية الرياضية جامعة المنيا: مجلة علوم الرياضة.

197- أبو النجا احمد عز الدين. (1996). *مقارنة فاعلية اسلوبين من اساليب التدريس على المستوى المعرفي والبدني والمهاري بردس التربية الرياضية بالمرحلة الإعدادية* (الإصدار المجاد الثامن العدد الحادي عشر). كلية التربية الرياضية جامعة المنيا: مجلة علوم التربية.

198- سعاد سليمان. (1991). *درجة التوافق لدى طلبة جامعة السلطان قابوس وعلاقتها بكل من متغيرات الجنس والفصل الدراسي والمعدل التحصيلي والموقع السكني*، (الإصدار مجلد 26العدد01). عمان: مجلة دراسات العلوم التربوية

199- عبد الرحيم دياب. (1994). *تأثير الممارسة الرياضية على التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية* (الإصدار العدد 12). مصر: المجلة العربية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .

200- محمد محمد الشحات محمود. (2002). *تأثير إستخدام بعض أساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الاساسية في رياضة الهوكي لطلاب التربية الرياضية جامعة حلوان* (الإصدار المجلد السادس عشر ، العدد الثاني). جامعة حلوان: المجلة العلمية، الرايضة علوم وفنون.

الجهات الحكومية، القوانين والمراسيم :

201- ساري حمدان وأخرون.(1993): دليل معلم التربية الرياضية للصفوف"10.9.8" .وزارة التربية والتعليم.المملكة الأردنية الهاشمية.ط1

202- اللجنة الوطنية للمناهج وزارة التربية الوطنية. (2006). *الوثيقةالمرافقة لمنهاج التربية التربية البدنية والرياضية، السنة الثالثة ثانوي.* الجزائر.

203- اللجنة الوطنية للمناهج وزارة التربية الوطنية. (2006). *منهاج التربية البدنية والرياضية ، السنة الثالثة ثانوي.*

المعاجم :

204- المنجد في اللغة والإعلام (1993): دار الشروق،ط31 ، بيروت .

مواقع الانترنت :

205 -www.iusst.org/

206 -www.iraqacad.org/

207 --http://www.hayatnafs.com/mona3at_fi_alnafs/sportcompetition-description&treatment.htm-

208 -eng-kfs.ahlamontada.com/t355-topic

209 -www.saspea.com

210 -www.manarasabeel.com

211 -nsinaiedu.alafdal.net/t69-topic

212 -forums.nilepark.net/t13704/

213 -www.sst5.com/BookInfysf.aspx?File_no=474&SecID=12

– المراجع باللغة الأجنبية :

214 -akramouv .(1990) .*selection et preparation des jeunes fotballeurs .* alger: P.U.

215 -bernard matvat .(1972) .*psychologie de l'enfant et de léadolescent .* paris.

216 -grumberg, p. l. (1982). *psychiatrie clinique approche centimétrique* (éd. 3 imprssion). gaétan mornin.

217 -jos peetres .(1998) .*les adolescents difficiles et leurs parents* .paris: boeck belin université.

218 -neuf, d. a.-b. (1981). *nouveau larousse médical.* paris: librairie la rousse.

219 -piaget.j. (1977). *sience of education and the psychology of the child PENGUIN books.*

220 -sauveur boukris et elise denval .(1990) .*l'adolescence l'age des tempets hachette* .france.

221 -.s.x, c. (1995). *effect of there teachning styles on college student mode states, enjouyement of physical activity and attitude toward teaching* (éd. ph.d thsis). usa: university of arkonson.

222 -akramouv .(1990) .*selection et preparation des jeunes fotballeurs .* alger: P.U.

223 -bernard matvat .(1972) .*psychologie de l'enfant et de léadolescent .* paris.

224 -geselle amold .(1985) .*l'adolescent de 10 à 16 ans* 6 (الإصدار éme .(france :édition .p.u.f. paris.

225 -grumberg, p. l. (1982). *psychiatrie clinique approche centimétrique* (éd. 3 imprssion). gaétan mornin.

226 -jos peetres .(1998) .*les adolescents difficiles et leurs parents* .paris: boeck belin université.

227 -Mosston, M& .Ashworth, S .(2002)) . *Teaching Physical Education*5 thed .(New York: Macmillan College Publishing Compan.

228 -neuf, d. a.-b. (1981). *nouveau larousse médical.* paris: librairie la rousse.

229 -osthuzon and griesel .(1992) .*the effect of the command reciprocal and inclusion teaching style on the raelisation of objective impphysical education for hight school boys* .sport physical education recreation veruserd borg.

230 -piaget.j. (1977). *sience of education and the psychology of the child PENGUIN books.*

231 -s.axhworth & moston.m .(2002) .*teaching physical education .* new york: macmillan college publishing company.

232 -sauveur boukris et elise denval .(1990) .*l'adolescence l'age des tempets hachette* .france.

ملخص البحث

- ملخص البحث باللغة العربية
- ملخص البحث باللغة الفرنسية
- ملخص البحث باللغة الإنجليزية

ملخص البحث باللغة العربية، الفرنسية والإنجليزية

أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي

مجاهد مصطفى

ملخص :

إن مرحلة المراهقة مرحلة مهمة وحساسة من مراحل حياة الإنسان بالنظر إلى ما تشهده شخصية المراهق خلالها من تغيرات ونمو، كما أن دخول المراهق إلى المدرسة (المتوسطة) يطرح عليه بشدة مشكلة التوافقAdjustment مع هذا المجتمع والتفاعلinteraction معه ،مع ملاحظة التعسّف في الفصل بين مشكلات التوافق عند المراهقين ومشكلات النمو والتغيير الذي يطرأ على المجتمع الذي يعيشون فيه،ولهذا الصدد أشار إريكسون Ericson إلى التوافق على أنه عبارة عن علاقة تكيفية مع البيئة، وتتضمن القدرة على تلبية الفرد لإحتياجاته وتلبية معظم المتطلبات الإجتماعية منها والفسيولوجية، وتشير مشاهدات وملاحظات كثيرة إلى أن تلاميذ المدرسة المتوسطة يواجهون مشكلة التوافق بحدة في هذا الطور، حيث تتم العلاقات في المدرسة بطابع لا شخصي وحيث تتفاعل جماعات كبيرة من المراهقين والمراهقات بدون عمق، ولا إستمرارية ولا مراعاة لظروف كل الأشخاص ،و في الواقع أن توافق التلاميذ مع بيئتهم المدرسية يتطلب منهم تعديلات في أساليبهم وإستراتيجياتهم، ومهاراتهم من أجل النجاح والإنجاز.وهذا ما تسعى إليه التربية البدنية والرياضية باعتبارها أحد النظم التربوية التي تهدف إلى تحقيق أقصى قدر من التطور والتنمية الشاملة المتزنة والمتكاملة لطاقات المتعلم حركيا ومعرفيا واجتماعيا ونفسيا تبعا لقدراته وإستعداداته وحاجاته وميوله، وذلك من خلال ممارسة موجهة ومنظمة للأنشطة البدنية والرياضية المختلفة والتي تعرف بأساليب التعليم (التدريس) والتي من خلالها تنّظم المعلومات والمواقف والخبرات التربوية التي تقدم للتّلميذ ويتفاعل معها لتحقيق أهداف الدّرس مما ينعكس ايجابا على شخصية التلميذ وبالتالي علاقته ببيئته والمجتمع الذي يعيش فيه (التوافق) ،وهذا ما تهدف اليه الدراسة من خلال التعرف على مدى تأثير الأسلوب التدريبي والتبادلي في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي

الكلمات الدالة : اساليب التدريس ، التوافق النفسي الإجتماعي، المرحلة الثانوية (المراهقة).

وانطلاقا مما سبق تمحورت إشكالية هذه الدراسة حول هذا التساؤل العام:

هل يؤثر إستخدام كل من أسلوبي التطبيق بتوجيه(المدرس والأقران) والتطبيق الذاتي المتعدد المستويات إيجابا في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي. وهل تختلف درجة التأثير بينهم ؟

و ضمن هذا التساؤل العام يمكن أن ندرج مجموعة من التساؤلات الجزئية نوردها على النحو التالي:

1– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq 0.01$) في القياسات القبلية بين المجموعات التجريبية الثلاث في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي ؟ .

2– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي لصالح القياس البعدي ؟ .

3– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التبادلي لصالح القياس البعدي ؟ .

4– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التضميني لصالح القياس البعدي ؟ .

5– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq 0.01$) بين القياسين البعديين لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي بين المجموعات التجريبية الثلاث ؟ .

وبناءا على هذه التساؤلات وضعنا مجموعة من الفرضيات صغناها كالتالي:

الفرضية العامة :

يؤثر إستخدام كل من أسلوبي التطبيق بتوجيه(المدرس والأقران) والتطبيق الذاتي المتعدد المستويات إيجابا في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي وتختلف درجة التأثير بينهم .

الفرضيات الجزئية :

1–لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq 0.01$) في القياسات القبلية بين المجموعات التجريبية الثلاث في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي .

2– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي لصالح القياس البعدي .

3– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التبادلي لصالح القياس البعدي .

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التضميني لصالح القياس البعدي .

5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسات البعدية لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي بين المجموعات التجريبية الثلاث .

وعلى ذلك فإن هذا البحث يهدف إلى:

أهداف البحث :

أردنا من خلال هذه الدراسة التعرف فيما إذا كانت هناك :

1- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسات القبلية بين المجموعات التجريبية الثلاث في أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي .

2- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التدريبي لصالح القياس البعدي .

3- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التبادلي لصالح القياس البعدي .

4- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي الإجتماعي في الأسلوب التضميني لصالح القياس البعدي .

5- فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.01$) بين القياسيين البعديين لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي بين المجموعات التجريبية الثلاث .

ولأجل تحقيق هذه الأهداف كان لزاما على الطالب الباحث الإلمام بالدراسة من الناحية النظرية وكذا التحقق من الفرضيات عمليا عن طريق التطبيق، لذلك احتوت الدراسة على بابين على النحو التالي:

الباب الأول: الدراسة النظرية

يحتوي الباب الأول على ثلاثة فصول و هي:

- **الفصل الأول:** الدراسات السابقة والبحوث المشابهة
- **الفصل الثاني:** أساليب التدريس

– **الفصل الثالث**: التوافق النفسي الاجتماعي

– **الفصل الرابع** : خصائص المرحلة العمرية (16- 17 سنة)

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

ويضم ثلاثة فصول وهي:

- **الفصل الأول**: منجية البحث و الإجراءات الميدانية
- **الفصل الثاني** : عرض وتحليل النتائج المتوصل إليها بعد إجراء الدراسة الأساسية.

وكما هو موضح أعلاه فقد باشر الطالب الباحث الجانب التطبيقي للبحث بإجراء دراسة استطلاعية أولى لتثمين مشكلة البحث، حيث شملت في قسمها الأول عينة قوامها 30 أستاذا لمادة التربية البدنية والرياضية لولاية تبارت، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى إلمام الأساتذة لأساليب التدريس واهم الصعوبات التي يواجهها خلال الحصة، وقد توصلنا من خلالها إلى معرفة الأساتذة للأساليب المباشرة لموستن لكنهم لا يعملون بها. كما أنهم يجهلون أغلب الأساليب الغير ماشرة، كما تعددت الصعوبات التي تواجه الأستاذ حسب ما جاءت به إجاباتهم .

وتبعث هذه الخطوة دراسة استطلاعية ثانية على عينة قوامها 30 تلميذ من قسم السنة أولى علوم بثانوية ديدوش مراد ولاية تيارت كان الهدف منها التأكد من الأسس العلمية لأدوات البحث (الصدق، الثباث، الموضوعية)، وكذا الوقوف على مختلف الصعوبات التي يمكن أن يصادفها الطالب الباحث أثناء تطبيق مقاييس الدراسة الأساسية.

إنتهج الباحث المنهج التجريبي وقد تم تقسيم عينة الدراسة إلى ثلاث مجموعات(مجموعة الأسلوب التدريبي، مجموعة الأسلوب التبادلي، مجموعة الأسلوب التضميني)، بمعدل (20) تلميذا لكل مجموعة، وقد دامت فترة تدريس عينات البحث(الأفواج) السداسي الأول من الموسم الدراسي 2016/2015 م

وكأداة لجمع البيانات، إستخدم الطالب الباحث مقياس التوافق النفسي الاجتماعي والذي قامت بتصميمه الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمان محمود والي " والذي يحتوي على محورين : محور التوافق النفسي ومحور التوافق الإجتماعي ،بحيث يحتوي كل محور على ستة أبعاد بها مجموعة من العبارات التي تخدم كل بعد، ويضم المقياس بصورته النهائية (80) عبارة ككل، بالإضافة إلى إعتماد برنامج تعليمي بالأساليب قيد الدراسة (التدريبي، التبادلي، التضميني) في لعبة الكرة الطائرة .

ولحساب المعاملات الإحصائية تم استخدام :المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، حساب الإرتباط بالطريقة العامة لبيرسون، الصدق الذاتي، معادلة "سبيرمان براون "، الفاكرومباخ ، و(ت) لدلالة الفروق بين متوسطين مرتبطين ن1 = ن2، (ف) فيشر لدلالة الفروق، معادلة (دانكن لمدى المتعدد) .

وقد أظهرت نتائج الدراسة تأثير الأساليب التدريسية إيجابا في تنمية (رفع مستوى درجة) التوافق النفسي الإجتماعي حيث كانت النتائج في صالح القياسات البعدية .

كما بينت النتائج وجود تباين بين أساليب التدريس في درجة التأثير على أبعاد مقياس التوافق النفسي الإجتماعي، حيث كان التفوق بالترتيب (الأسلوب التضميني، ثم الأسلوب التبادلي، ثم الأسلوب التدريبي)

وعليه يوصي الباحث بضرورة التنويع في إستخدام الأساليب التدريسية لما لها من تأثير إيجابي على نواحي عديدة وخاصة الجانب النفسي الإجتماعي .

- إجراء دراسات مشابهة على أساليب تدريسية أخرى من طيف أساليب التدريس لاسيما الأساليب غير المباشرة لمعرفة أثرها على تنمية التوافق النفسي الإجتماعي .
- إجراء دراسات مشابهة تستخدم نفس أساليب التدريس في هذه الدراسة على متغيرات نفسية أخرى غير التوافق النفسي والاجتماعي وفي مستويات ومراحل تعليمية أخرى .
- تدريب الهيئات التدريسية (الأساتذة، المفتشين..) على أساليب التدريس الحديثة من خلال دورات الإعداد والتطوير التي لا بد أن تنتهجها الوزارة الوصية .

ملخص البحث باللغة الفرنسية :

Résumé:

L'adolescence est une étape importante et sensible dans la vie de l'être humain par rapport aux changements et à l'évolution que subit sa personnalité ,Son entrée au collège durant cette étape de sa vie , lui pose un problème d'ajustement avec la société et d'interaction et ainsi ERICSSON a pointé du doigt l'intégration avec son environnemen,Plusieurs remarques ont été faites sur le comportement de l'adolescent au collège tel que la rébellion car la relation entre adolescents est superficiel , ils sont sensibles à toutes remarques , ils aiment se montrer toujours fort et ne montrer aucun signe de faiblesse ceci est une humiliation pour eux,Et pour s'en sortir avec ce genre de situation cela demande un changement de méthodes et de stratégies afin d'atteindre la réussite et ceci est le but de l'éducation sportive qui vise à réaliser une grande évolution dans le niveau physique , intellectuel , social et mental. En fonction de ses capacités physiques bien sûr, et cela en pratiquant des exercices sportifs différents, enseigné par des spécialistes qui à la fin donneront un résultat positif sur la personnalité et les relations de l'élève avec son entourage et C'est ça que l'étude a pour objectif à travers la connaissance de l'influence du style d'entraînement et d'échanges dans le développement d'ajustement psychosociologique pour les élèves de la première année secondaire.

Mots clés : style de l'enseignement /ajustement psychosociologique /l'étape secondaire (l'adolescence).

Dans ce contexte, on peut poser la question suivante :

Est-ce qu'il existe un effet positif sur l'utilisation de chaque style d'application, avec l'orientation (l'enseignant et les collègues) et l'auto-orientation à plusieurs niveaux sur l'ajustement psycho-social chez les élèves de 1 ère année secondaire et s'il y a une différence au niveau de cette influence ?

D'où découlent d'autres interrogations:

1) Existe-t-il une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 dans les pré-mesures dans les dimensions de l'ajustement psycho-social?

2) Existe-t-il une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre la pré-mesure et la post -mesure dans les moyennes de l'ajustement psycho-social dans le style d'entraînement pour la post-mesure ?

3) Existe-t-il une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre la pré-mesure et le post –mesure dans les moyennes de l'ajustement psycho-social du style réciproque pour le post-mesure ?

4) Existe-t-il une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre la pré-mesure et la post –mesure dans les moyennes de l'ajustement psycho-social du style d'intégration pour la post-mesure?

5) Existe-t-il une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre les deux post –mesures dans les moyennes de l'ajustement psycho-social entre les trois groupes expérimentaux ?

De cette problématique, on peut supposer :

Hypothèse générale :

L'utilisation de chaque style d'application avec l'orientation (l'enseignant et les collègues) et l'auto-orientation à plusieurs niveaux influent positivement sur l'ajustement psycho-social chez les élèves de 1 ère année secondaire.

Les hypothèses secondaires :

1) Il n'existe pas une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 dans les pré-mesures dans les dimensions de l'ajustement psycho-social.

2) Il existe une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre la pré-mesure et la post -mesure dans les moyennes de l'ajustement psycho-social dans le style d'entraînement pour la post-mesure.

3) Il existe une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre la pré-mesure et la post –mesure dans les moyennes de l'ajustement psycho-social du style réciproque pour la post-mesure.

4) Il existe une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre la pré-mesure et la post –mesure dans les moyennes de l'ajustement psycho-social du style d'intégration pour la post-mesure.

5) Il existe une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre les deux post –mesures dans les moyennes de l'ajustement psycho-social entre les trois groupes expérimentaux .

Les objectifs :

On peut résumer les objectifs de cette étude s'il existe :

1) une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 dans les pré-mesures dans les dimensions de l'ajustement psycho-social.

2) une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre la pré-mesure et la post -mesure dans les moyennes de l'ajustement psycho-social dans le style d'entraînement pour le post-mesure.

3) une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre la pré-mesure et la post –mesure dans les moyennes de l'ajustement psycho-social du style réciproque pour le post-mesure .

4) une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre la pré-mesure et la post –mesure dans les moyennes de l'ajustement psycho-social du style d'intégration pour le post-mesure.

5) une différence significative entre les groupes expérimentaux au niveau de signification 0,01 entre les deux post –mesures dans les moyennes de l'ajustement psycho-social entre les trois groupes expérimentaux.

ont sélectionné 60 élèves parmi l'ensemble des élèves du lycée pour faire l'expérience.Le chercheur à utilisé la méthode expérimentale en divisant l'objet d'étude en trois parties :
la partie de la méthode d'entraînement ،la partie de la méthode d'échange et la partie de la méthode d'inclusion Avec la moyenne de 20 élèves pour chaque méthode sachant que l'étude a duré pendant le début du cursus lycéen de l'année 2015 /2016 , il a aussi utilisé l'échelle psychosociale autant que moyen de récolte de données.Ce dernier a été créé par la scientifique égyptienne "Racha abdelrahman Mahmoud weli " et qui contient deux axes différents
L'axe de l'accord psycho sociale, chaque axe contient 6 dimensions qui contiennent à leurs tour plusieurs expressions travaillant chaque dimension à la fin l'échelle contient 80 expressions en tout en plus du programme l'éducation avec les 3 méthodes : d'entraînement, d'échange et d'inclusion dans le jeux du volley Ball Et pour compter les opérations statistiques il a utilisé :
Le compte moyen ،La méthode générale de Birson ،L'auto honnêteté L'équation de Spirman Brown ،L'équation de donkan .
Les résultats ont démontré l'influence positive des méthodes d'enseignement sur la croissance et l'évolution du degret de l'accord psycho sociale ;Le chercheur conseil donc de varier l'utilisation des méthodes d'enseignement car cela est positif sur le côté psychosocial .
- de mener des études similaires aux méthodes indirecte pour connaître leurs impacte sur la croissance de l'accord psycho-sociale
-de mener des études similaires qui utilisent les même méthodes d'enseignement dans cette dernière. Sur le changement psychologique, autres que l'accord psychologique et sociale et avec des nivaux différents
- d'entraîner les membres supérieur (enseignants, inspecteurs. ..ect) sur les nouvelles méthodes

---

ملخص البحث باللغة الإنجليزية :

The impact of some modern teaching methods in psycho-social adjustment of the students of the first year secondary school

Modjahed Mustapha

Summary :

The adolescence is a very important and sensitive stage of human life to that seen during the adolescent personality changes and growth, and that the entry of the adolescent to middle school put it as a strongly problem of the Adjustment with this community and interaction with him, with a note of arbitrariness in the separation of compatibility problems when adolescents and the problems of growth and the change in the society in which they live, but this regard leads to 'Eriksson's' point to the adjustment that it is an adaptive relationship to the environment, and include the ability to meet the individual's needs and meet most of the social requirements, including physiological, and suggest views and observations of many pupils in middle school facing sharply the adjustment concept in this step, where the relations in the school character is not a personal problem and where interact large groups of teenagers without depth, nor continuity nor mind the circumstances of each person, and in fact, the students agree with the school environment requires them to the adjustments in tactics and strategies, and skills in order to succeed and to achieve their aims . What physical education and sports seeking for him as one of the educational systems which aims to maximize the development of comprehensive development balanced and integrated energies learner physically and cognitively, socially and psychologically, depending on their abilities and prepare, and needs and hopes, Through an oriented practice and organization of physical activities and sports and various known methods of education (teaching) which organizes the information, attitudes and educational experiences offered to pupils and interacts with them to achieve the lesson objectives which will reflect positively on the student's personality and thus its relationship with its environment and society in which they live (adjustment) .this aim of the study by identifying the extent of

the impact of the training method and cross the psychological adjustment and social development of the students of the first year high school (secondary school).

Key words : teaching methods, psycho-social adjustment , high school (adolescence).

Proceeding from the above problematic issue , this study is focused on this question.

- Do the usage of both application styles affect the direction of (the teacher and peers) and Multilevel self-application positively in the psycho-social adjustment for students in the development of a first year high school ? Is the degree of impact varies among them?

Within this question, we can include a set of questions partially as follows:

1/ - Are there significant differences at the level of significance ($a \geq 0.01$) in the previous measurements between the three experimental groups; in the psychological adjustment and social dimensions of the scale?

2/ - Are there significant differences at the level of static significance ($a \geq 0.01$) between the measurement of previous and the telemetric averages scores of the sample of those students on the psycho-social adjustment in the practice method in favor of the posttest measurement scale?

3/. There are statistically significant differences at the level of significance ($a \geq 0.01$) between the measurement of previous and telemetric averages scores of the sample of those students on the psycho-social adjustment in the reciprocal method scale in favor of the posttest measurement? .

4/- Are there significant differences at the level of statistic significance ($a \geq 0.01$) between the measurement of previous and telemetric averages scores of

the sample on the psychological and social adjustment in favor of task style method for measuring the posttest scale?

5/ Are there significant differences at the level of statistic significance (a ≥ 0.01) between the telemetric indices to the averages scores of the sample of students on the psychological adjustment between the three experimental groups scale?

Based on these questions, we put a set of hypotheses coming as follows:

General hypothesis:

Use of each styles of the application method affects the guidance (the teacher and peers) and the Multilevel self-application positively in the psychological and social adjustment for students in the development of a first year high school and vary the degree of influence among them.

Partial hypotheses:

1-There is no statistically significant differences at the level of significance (a ≥ 0.01) in the previous measurements between the three experimental groups in the psycho-social adjustment scale.

2- - There are statistically significant differences at the significance level (a ≥ 0.01) between the measurement of previous and telemetric average scores of the sample of students on the psycho-social adjustment scale in the practice method in favor of the posttest measurement.

3-- There are statistically significant differences at the significance level (a ≥ 0.01) between the measurement of tribal and telemetric average scores of the sample of students on the psycho-social adjustment in the reciprocal method for the posttest scale.

4-- There are statistically significant differences at the level of significance (a ≥ 0.01) between the measurement of previous and telemetric average scores of

the sample of students on the psycho-social adjustment in favor of task style method for measuring the posttest scale.

5-- There are statistically significant differences at the significance level (a ≥ 0.01) between the posttest measurements of the average scores of the sample on the psychological adjustment between the three experimental groups scale.

Thus, this research aims to:

Research goals:

We wanted through this study to know whether there are :

Statistically significant differences at the significance level (a ≥ 0.01) between previous measurements between the three experimental groups in the psycho-social adjustment scale.

Statistically significant differences at the level of significance (a ≥ 0.01) between the measurement of previous and telemetric average scores of the sample on the psycho-social scale in the practice method in favor of the posttest measurement.

Statistically significant differences at the level of significance (a ≥ 0.01) between the measurement of previous and telemetric average scores of the sample on the psycho-social adjustment in reciprocal method for the measurement of posttest scale .

Statistically significant differences at the level of significance (a ≥ 0.01) between the measurement of previous and posttest average scores of the sample on the psycho-social adjustment in favor of task style method for measuring the posttest scale.

Statistically significant differences at the significance level (a ≥ 0.01) between the posttest indices of the average scores of the sample on the psychological adjustment between the three experimental groups scale.

In order to achieve these goals ,the student researcher had to know his study from theoretical side as well as the verification of theses hypotheses in practice side , so the study contained two parts as follows:

Part I: Theoretical study

Part I contains three chapters are:

- **Chapter One**: previous studies and similar researches

- **Chapter II**: Teaching Methods

- **Chapter III**: psycho-social adjustment

- **Chapter IV**: age characteristics step (16-17 years)

Part two : Empirical study

Part II contains three chapters are:

- **Chapter I**: Methodology of the research and Field procedures
- **Chapter II**: exposition and analysis of the outputs. After a baseline study.

As it is shown above, the researcher has started his practical research with an initial study survey to evaluate the problem of the research, which included in the first a sample of 30teachers of physical education and sports for the state of Tiaret , this study aimed to investigate the extent of knowledge of the teachers teaching methods and the most important difficulties faced by the course , we have known that teachers knew the direct methods to" Musten " but they do not

work out. As they are unaware of most of the indirect methods, as there were many difficulties faced by the teacher as it is show in their answers.

This step leads to a second exploratory study on a sample of 30 pupils from the Department of the first year secondary school of Didouch Murad state of Tiaret. The aim was to ensure the scientific basis for the research tools (honesty, preservance, objectivity), as well to stand on the various difficulties that may be encountered researcher student during his application of the basic measures of the study.

The study sample included 60 pupils were chosen at random from the original community, which reached 219 pupils in the first year stream in Didouch Mourad secondry school that is situated in Zmalet El Emir Abdelkader city, state of Tiaret .

Researcher followed the experimental method. The sample has been divided into three groups (practice style group , and reciprocal style group , task style group with an average of 20 pupils per group .the study has been done during the first period of the school year 2015/2016 .

As a tool to the study , the researcher used the style of psycho-social compatibility, which designed by Egyptian researcher : “ Racha Abdelrahmane Mahmoud Wali “ which contains two axes: psychological adjustment and social ones , So that each axis contains six dimensions by a group of expressions or statements that serve every dimension. The module includes with his final way 80 expressions as a whole, in addition to the educational program within the styles under study (practice, recipocal, and task styles) in volley-ball .

To calculate the statistical transactions we used: Arithmetic mean and the standard deviation. To calculate the link with the public way of “ Pearson”, self-honesty and the equation of “ Siperman Brown “ , and (T) To denote the

individual differences between the two means connected N1=N2 , and (F) that denotes the differences , the Equation of “Danken) Multiple term.

The results of the study showed the effect of teaching methods positively in raising the level of psychosocial degree of consensus, where the results were in favor of the dimensional measurements.

The results also show there is a difference between teaching in the degree of influence on the psychosocial dimensions of compatibility scale where the classification was as follow (the task style first, the reciprocal style second, the practice style at last). Accordingly, the researcher recommends that variety in the use of teaching methods because of its positive impact on many aspects, especially the psychological aspect of social.

- Using similar studies on other teaching styles of the overall teaching methods, particularly indirect methods to determine its impact on the psychosocial development of compatibility.
- Conduct similar studies that used the same techniques on other psychological variables is psycho-social compatibility and in other levels and stages of learning.
- Training the teaching stuff (teachers and inspectors) on modern teaching methods through the preparation and development of courses that must be pursued by the Minister in charge.

قائمة الملاحق

ملحق رقم (1)

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم –
معهد علوم وتقنيات النشطات البدنية والرياضية

إستطلاع رأي الخبراء حول

استبيان موجه لأساتذة التربية البدنية والرياضية

السيد الأستاذ الدكتور / .....

السلام عليكم وبعد:

يقوم الباحث بإعداد رسالة لحصول على درجة الدكتوراه في التربية البدنية والرياضية تحت عنوان:
" أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في ميدان التربية البدنية والرياضية في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي "

ونظرا لما تتطلبه الدراسة قمنا بإعداد إستبيان خاص بدراسة أكثر الأساليب التي تستخدم في حصة التربية البدنية والرياضية وكذلك الصعوبات التي تواجه أستاذ التربية البدنية في نجاح حصته ،
ويتكون الإستبيان من ثلاث أجزاء :
الجزء الأول: بيانات عامة .
الجزء الثاني: مدى معرفة وإلمام الاستاذ لأساليب التدريس الحديثة .
الجزء الثالث: تحديد أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية المستخدمة وأهم صعوبات إخراج الدرس.

وحيث أن سيادتكم من الخبراء في هذا المجال لذى الرّجاء منكم إبداء الرأي فيما تتضمنه الإستبانة وذلك بالموافقة أو التوجيه بالتعديل الذي يوافق رأي سيادتكم .
نحيطكم علما أن كل ما ستدلون به لا يستعمل إلا لأغراض البحث العلمي، كما أنها لا توجد أجوبة صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ما يهمنا رأيكم الشخصي.

شاكرين مسبقا تعاونكم معنا

الطالب الباحث: مجاهد مصطفى

السنة الجامعية: 2017/2016

أولا: **معلومات عامة عن المدرس.**

1)– المؤهل العلمي:؟.

خريج المعهد التكنولوجي ليسانس ماجستير دكتوراه

– دبلوم الدراسات العليا في الرياضة.

– شهادة أخرى.

2)– الجنس؟.

– ذكر ☐

– أنثى ☐

3)– سنوات الخبرة:

من* 1–5 سنة ☐ * 6– 10 سنوات ☐ * من10 سنوات فما فوق ☐

4) الوظيفة:

(أستاذ / مفتش)……

• مكان التدريس:

(متوسطة / ثانوية)……

الجزء الأول: مدى معرفة وإلمام الاستاذ لأساليب التدريس الحديثة .

س.أ)– بماذا تعرف الاسلوب التدريسي ؟.

……

……

س.ب)– عدد الاساليب التدريسية التي يمكن استخدامها مع التلاميذ في الحصة ؟.

……

……

……

س.ج)– كم أسلوب تدريسي تستخدمون خلال الموسم ؟ ولماذا ؟.

– واحد. – اثنان. – مجموعة أساليب.

……

……

س.د)– ظهرت حديثا مجموعة من الأساليب التدريسية رائدها " موستن" إذ بدأ العمل بها في مجال التربية البدنية والرياضية مطلع الثمانينات، فهل أنت على علم بها؟.

– نعم ☐ – لا ☐

- إذا كان جوابك (ب: نعم) فهل لك أن تذكر البعض منها ؟.

.....

.....

- إذا كان جوابك (ب: لا) فما هي الأسباب التي أدت إلى عدم علمك بها ؟

.(إذا تعددت إجاباتك رتب حسب الأهمية من 1 إلى 4)

1- طبيعة تكوينكم الذي تلقيتموه . 2- جدة الموضوع في حد ذاته. 3- قلة المصادر والمراجع.

4- أشياء أخرها أذكرها:

.....

.....

س.هـ)- في حالة عدم استخدامك للأساليب التدريسية في الحصة ما هو البديل ؟

.....

.....

س.و)- هل لك ان تبدي رايك حول أساليب التدريس في العملية التعليمية (باختصار من فضلكم) ؟.

.....

.....

.....

س.ز)- من خلال تجربتك كأستاذ ،ما هي الصعوبات التي تواجه استخدام أساليب التدريس في الحصة ؟

(إذا تعددت إجاباتك رتب حسب الأهمية من 1 إلى 4)

1-صعوبات تتعلق بالأستاذ (نقص في المراجع ،نقص في الدورات التدريبية، عدم الإلمام بأساليب التدريس....)

2-صعوبات تتعلق بالتلاميذ وبالبيئة المدرسية (زيادة عدد التلاميذ ،نفور التلاميذ وعدم مبالاتهم، عدم توفر الأدوات، عدم ملائمة الملاعب قلة عدد الحصص الأسبوعية، ..)

3-صعوبات تتعلق بالمنهاج (المنهاج لا يتناسب مع العام الدراسي، قدم المنهاج، صلاحية الأستاذ في التبديل والتعديل محدودة ،قلة مشاركة الأستاذ في إعداد المنهاج وتقديمه...).

.....

.....

.....

.....

.....

الجزء الثاني: أساليب التدريس المستخدمة في حصة التربية البدنية والرياضي

الرقم	الأساليب التدريسية	مدى التعرف عليها			مدى الاستخدام لها		
		درستها	اطلعت عليها	لم أسمع بها	أستخدمها كثيرا	أستخدمها أحيانا	لا أستخدمها
01	**الأسلوب الأمري**، المباشر (التوضيحي): هو الأسلوب الذي يتخذ فيه المعلم جميع القرارات والمتعلم يستجيب لكل قرار بناء على أمر أو إيعاز، فالمعلم يعطي إشارة بالأمر لكل حركة أو مهارة والمتعلم يؤدي وينفذ طبقا لذلك.						
02	**الأسلوب التدريبي** (بتوجيه المعلم): في هذا الأسلوب تتحول القرارات التسع الخاصة بمجموعة القرارات التنفيذية من المعلم إلى المتعلم، ويتخذ المعلم جميع قرارات التخطيط والتقويم، وعلى المتعلم أداء العمل المقدم له من المعلم بنوع من الحرية الاستقلالية في حين يقتصر دور المعلم على ملاحظة الأداء وإعطاء تغذية راجعة.						
03	**الاسلوب التبادلي** :هو ذلك الأسلوب الذي يتم فيه تقسيم الطلاب داخل المجموعة الواحدة الى ثنائيات للعمل معا بالتبادل، إحداهما يؤدي والاخر يلاحظ. ويكون دور الملاحظ هو تقديم التغذية راجعة بالمعلومات للمؤدي فيما يختص بأدائه. ومساعدته في تحديد متى يمكنه إنجاز العمل .						
04	**أسلوب التطبيق الذاتي**: ينمي هذا الأسلوب وعي المتعلم عن أدائه، والتصور والإدراك الحس-حركي لديه ويعطيه الفرصة ليصبح أكثر اعتمادا على نفسه في معرفة ما يجب وما لا يجب أن ينجر عند أداء العمل، ويقارن أدائه بالمعيار وعلى أساسه يكرر الأداء الصحيح أو يصحح الأداء الخاطئ أو ينتقل إلى عمل جديد						

05	**الاسلوب التّضميني (الاحتواء)** هو ذلك الاسلوب الذي يراعي الفروق بين المستويات المختلفة للطلاب في الفصل الواحد حيث يؤدي الحركة من المستوى الخاص به، والعمل على اشراك جميع الطلاب في الاداء في وقت واحد . وكل حسب مستواه ويقتصر دور المعلم في اتخاذ القرارات في مرحلة ما قبل الدرس بينما يتخذ التلميذ قرارات الدرس						
06	**أسلوب الاكتشاف الموجه:** يعتمد هذا الاسلوب على نوع من التفاعل الفكري بين المعلم والمتعلم حيث يقوم المعلم بطرح اسئلة متتالية على المتعلم يقابلها استجابة حركية من المتعلم تؤدي الى اكتشاف الحركة المارد الوصول اليها .						
07	**اسلوب حل المشكلات** : ان الفرق الدال بين هذا الاسلوب والاسلوب السابق هو تنمية القدرة على التنويع والتشعيب فيؤدي هذا بدوره الى اكتشاف عدة بدائل، كما يتخذ المعلم قرارات التخطيط، أما قرارات التنفيذ والتقويم يشترك كل منهما (المعلم والمتعلم) في اتخاذها						
08	**البرنامج الفردي** : في هذا الاسلوب يكتشف المتعلم طبيعة السؤال او المشكلة ويقوم هو بتصميمها ،وهذا يعني ان قرارا التخطيط انتقل جزء منها الى المتعلم الذي يقوم باكتشافه وتصميمه، وهذا الاسلوب يحتاج فقرات لفظية لفترة من الزمن، فالمتعلم يحتاج الى وقت للتفكير ووقت للتجريب ووقت للأداء ووقت للاستيعاب						
09	**اسلوب تلقين المتعلم (اسلوب المبادأة من المتعلم):** بالرغم من التشابه بين هذا الاسلوب والاسلوب السابق الا انه يتميز عنه بمبادرة المتعلم باستخدام الاسلوب فيتقدم الى المعلم ويظهر له الرغبة في تنفيذ مجموعة من الفقرات اللفظية/ الحركية' كما ان المتعلم هو الذي يتخذ قرارات التخطيط والتنفيذ ويشترك مع المعلم في قرارات التقويم .						
10	**اسلوب التعلم الذاتي** :من الممكن ان يتخذ الفرد جميع قرارات التخطيط والتنفيذ والتقويم بنفسه وهذا الاسلوب لا يطبق داخل الفصول الدراسية ولكن يطبق عندما ينشغل الفرد في تعليم نفسه، وهذا الاسلوب يكمن تنفيذه في أي وقت وفي أي مكان وهو دليل على مقدرة الانسان ان يدرس ويتعلم وينمو .						

ملحق رقم (2) الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية-مستغانم-

إستطلاع رأي الخبراء حول إستمارة خاصة

بمقياس التوافق النفسي الإجتماعي

الأستاذ/ الدكتور/ السيد / المحترم: .....

تحية طيبة وبعد.....

يقوم الباحث بإعداد رسالة لحصول على درجة الدكتوراه في التربية البدنية والرياضية تحت عنوان:

" أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في ميدان التربية البدنية والرياضية في تنمية التوافق النفسي الإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي "

لذلك يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الاستبيان الخاص بمقياس التوافق النفسي الاجتماعي من إعداد الباحثة "رشا عبد الرحمان محمود ولي"

و نظرا لما تختصون به في هذا المجال يرجى التكرم بالموافقة على تحكيم هذا المقياس.

لذلك يرجى قراءة فقراته بتمعن و عناية لإضافة أو تعديل أي فقرات أو اقتراحات ترونها مناسبة و إبداء ملاحظاتكم حول:

- علاقة العبارة بالبعد
- سهولة الفقرة وتناسبها مع العينة المدروسة
- الوضوح من حيث المضمون والصيغة واللغة.

وأخيرا تقبلوا منا فائق الإحترام والتقدير

البيانات الشخصية

إسم الخبير / .....

الإختصاص / ..... **الطالب الباحث:**

الدرجة العلمية / ..... مجاهد مصطفى.

الجامعة / .....

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي

مقياس التوافق النفسي الاجتماعيينقسم إلى قسمين

1- التوافق النفسي :

الأبـــعاد	قبول	عدم قبول
1- المهارات الشخصية		
2- الإحساس بالقيمة الشخصية		
3- الإعتماد على النفس		
4- التحرر من الميل إلى الإنفراد		
5- الحالة الصحية		
6- الحالة الإنفعالية		

2- التوافق الاجتماعي :

الأبـــعاد	قبول	عدم قبول
7- اللياقة في التعامل مع الآخرين		
8- الإمتثال للجماعة		
9- القدرة على القيادة		
10- العلاقات في الأسرة		
11- العلاقات في المدرسة		
12- العلاقات في البيئة المحيطة		

عبارات مقياس التوافق النفسى والاجتماعى لتلاميذ المرحلة الثانوية

م	عبارات المقياس	قبول	عدم قبول	تعديل
أولاً: التوافق النفسى:				
البعد الأول: المهارات الشخصية:				
1	أستطيع تكوين صداقات جديدة التعديل :.....			
2	أنا متعاون مع زملائى التعديل :.....			
3	أتمتع بحسن التصرف التعديل :.....			
4	أجد صعوبة فى بدء حديث مع تلميذٍ تعرفت عليه لأول مرة التعديل :.....			
5	أتردد فى الإجابة على الأسئلة الشفوية للمعلم التعديل :.....			
6	أشعر بالضيق بسبب انتقاد الآخرين لمظهرى الشخصى التعديل :.....			
7	أرتدى ملابس لائقة التعديل :.....			
8	أسعى لاكتساب صداقات جديدة التعديل :.....			
9	أجد صعوبة فى التعبير عن مشاعرى تجاه الآخرين التعديل :.....			
البعد الثانى: الإحساس بالقيمة الذاتية:				
10	أحس بالرضا عن نفسى التعديل :.....			
11	قدرتى على التحصيل الدراسى أفضل من زملائى التعديل :.....			
12	كثيرًا ما أشعر بالكراهية لنفسى التعديل :.....			
13	كثيرًا ما أشعر بحبى لذاتى التعديل :.....			
14	أمارس اللعبة التى أحبها عادة التعديل :.....			
البعد الثالث: الاعتماد على النفس:				
15	أعتمد على نفسى فى قضاء حاجاتى التعديل :.....			
16	أقوم بإنجاز واجباتى المدرسية بنفسى التعديل :.....			
17	أتراجع فى قراراتى عندما يختلف معى زملائى التعديل :.....			
18	أعتمد على غيرى فى تلبية احتياجاتى التعديل :.....			

البعد الرابع: التحرر من الميل إلى الانفراد:				
19	كثيرًا ما أعانى من الوحدة التعديل :.....			
20	أشعر كثيرًا بالضيق والاكتئاب التعديل :.....			
21	أفضل الوحدة عن مشاركة الآخرين التعديل :.....			
22	أفكر كثيرًا فى الابتعاد عن الآخرين **التعديل :.....**			
23	أشعر كثيرًا بالخجل التعديل:.....			
24	أشعر بالوحدة حتى لو كنت مع الآخرين التعديل :.....			
25	أميل إلى الوقوف فى مؤخرة الطابور المدرسى التعديل :.....			
البعد الخامس: الحالة الصحية:				
26	أشعر بأن سمعي ثقيل التعديل :.....			
27	أستعمل نظارة طبية التعديل :.....			
28	أتغيب كثيرًا عن المدرسة بسبب المرض التعديل :.....			
29	أصاب باضطرابات جسمية، مثل: إمساك – إسهال – مغص – عسر هضم. التعديل :.....			
30	أشعر بالتعب عقب حصة التربية الرياضية التعديل :.....			
31	أعانى من الوزن الزائد بالنسبة لزملائي التعديل :.....			
32	أعتبر نفسي عصبيًا إلى حدٍ ما التعديل :.....			
33	لدى لياقة بدنية عالية التعديل :.....			
البعد السادس: الحالة الانفعالية:				
34	أستطيع السيطرة على انفعالاتي التعديل :.....			
35	أشعر بالتوتر عندما يسألني المعلم أثناء الحصة التعديل :.....			
36	تتقلب حالتي المزاجية بين السعادة والحزن دون سبب التعديل :.....			
37	لدى إحساس بالرغبة في عقاب نفسي التعديل :.....			
38	عندما أغضب أضرب الكراسي والأدراج بعضها بعضًا التعديل :.....			
39	أغضب بسهولة وأهدأ بسرعة التعديل :.....			

ثانيًا: التوافق الاجتماعي:				
البعد السابع: اللباقة فى التعامل مع الآخرين:				
40	أتضايق من تدخل الآخرين في شئونى التعديل :.....			
41	أشعر بأنني أعامل زملائي معاملة حسنة لائقة التعديل :.....			
42	أشعر أنني موضع تقدير واحترام من الآخرين التعديل :.....			
43	أحرص على مشاركة الآخرين في أفراحهم وأحزانهم التعديل :.....			
44	أحب مساعدة غيري التعديل :.....			
البعد الثامن: الامتثال للجماعة:				
45	أشعر بأنني أنتمي لمن حولى التعديل :.....			
46	عادةً ما يحتاج إلىَّ زملائي التعديل :.....			
47	أشعر بالفرح عند سماع نجاح زملائي التعديل :.....			
48	أمتثل لإرشادات ونصائح المعلمين التعديل :.....			
49	أحسن اختيار أصدقائي التعديل :.....			
50	أنتمي إلى جماعات النشاط المدرسي التعديل :.....			
51	ألتزم بأخلاقيات المجتمع الذي أعيش فيه التعديل :.....			
52	أتقبل عادات وتقاليد وقيم مجتمعى التعديل :.....			
53	أشعر بأنه يجب علىَّ رد الجميل لزميل قدم لى أية خدمة التعديل :.....			
البعد التاسع: القدرة على القيادة:				
54	أتطوع لتحمل المسئولية من أجل زملائى التعديل :.....			
55	يتاح لي إبداء الرأي في مختلف الأمور التعديل :.....			
56	أتولى قيادة الفصل فى حصة التربية الرياضية التعديل :.....			
57	لدى القدرة على التضحية وخدمة الآخرين التعديل :.....			
58	أستطيع التأثير فى الآخرين التعديل :.....			
59	يمكننى قيادة الفريق وإعطاء لكل فرد دور التعديل :.....			
البعد العاشر: العلاقات فى الأسرة:				

60	أحظى بالحب والرعاية من قِبل أسرتى التعديل :.....				
61	أقوم بدعوة أقاربي لحضور أي مناسبة تخصني التعديل :.....				
62	تتسم علاقتى بأخوانى بالحب والتفاهم التعديل :.....				
63	أعتقد بأني مطيع لوالدىَّ التعديل :.....				
64	غالبًا ما تنتهى مشكلاتى مع أخواتى قبل أن تبدأ التعديل :.....				
65	أشعر بأن أسرتى تحاول أن تتخذ لى قراراتى بدلاً منى التعديل :.....				
البعد الحادى عشر: العلاقات فى المدرسة :					
66	أتبع آداب الدخول والخروج للفصل التعديل :.....				
67	أحافظ على نظافة مدرستى التعديل :.....				
68	ألتزم بالحضور للمدرسة فى المواعيد المحددة التعديل :.....				
69	أحافظ على أدوات الأنشطة المدرسية المختلفة التعديل :.....				
70	أحب أن اشترك مع زملائى فى بعض الرحلات المدرسية التعديل :.....				
71	أقبل دعوة زملائى لى لحضور أى مناسبة التعديل :.....				
72	أتضايق كثيرًا عندما ينادينى المعلم فجأة للإجابة على سؤال ما التعديل :.....				
73	ينظر إلىَّ المعلمون على أننى تلميذ مجتهد التعديل :.....				
74	أشعر بالضيق بسبب حصولى على درجات ضعيفة من المعلم التعديل :.....				
البعد الثانى عشر: العلاقات فى البيئة المحيطة :					
75	أشعر بأن المحافظة على الممتلكات العامة أمر بالغ الأهمية التعديل :.....				
76	أحرص على إقامة علاقات طيبة مع جيرانى التعديل :.....				
77	أحافظ على مشاعر جيرانى التعديل :.....				
78	أشعر بالسعادة فى تعاملى مع الجيران وأهل الحى التعديل :.....				
79	ألقى القمامة من النوافذ خارج الفصل التعديل :.....				
80	أحافظ على أثاث وأدوات المدرسة التعديل :.....				

ملحق رقم (03)

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد إبن باديس–مستغانم

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

إستبيان خاص بالتلاميذ

في إطار البحث الذي نقوم به تحت عنوان "دراسة مدى تأثير أساليب التدريس التدريبي والتبادلي والتضميني في رفع مستوى درجة التوافق النفسي والإجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي" والذي يندرج في إطار البحث العلمي لنيل شهادة الدكتوراه في التربية البدنية والرياضية.

لهذا نرجو منكم أعزاء التلاميذ المشاركة في إتمام البحث بإعطاء أجوبتكم على الأسئلة التي سوف نطرحها عليكم. ونحيطكم علما بأن أجوبتكم ستستعمل لغرض البحث فقط كما أنه لا توجد أجوبة صحيحة وأخرى خاطئة.
ونشكر مسبقا على مساعدتكم لنا.

ملاحظة: توضع علامة (X) على الإجابة المختارة.

القسم ..... الجنس:.....

الاسم واللقب:..... السن:.....

من إعداد الطالب الباحث:

- مجاهد مصطفى

مقياس التوافق النفسي الإجتماعي

الرقم	عبارات المقياس	الإستجابة	
		نعم	نعم
01	أستطيع تكوين صداقات جديدة		
02	أحس بالرضا عن نفسي		
03	أعتمد على نفسي في قضاء حاجاتي		
04	كثيرا ما أعاني من الوحدة		
05	أشعر بأن سمعي ثقيل ويسب لي مشاكل في الحصة .		
06	أستطيع السيطرة على إنفعالاتي		
07	أتضايق من تدخل الآخرين في شؤوني		
08	أشعر بأنني أنتمي لمن حولي		
09	أتطوع لتحمل المسؤولية من أجل زملائي		
10	أحظى بالحب والرعاية من قبل أسرتي		
11	أتبع أداب الدخول والخروج للفصل		
12	أشعر بأن المحافظة على الممتلكات العامة أمر بالغ الأهمية		
13	أنا متعاون مع زملائي		
14	قدرتي على التحصيل الدراسي أفضل من زملائي		
15	أقوم بإنجاز واجباتي المدرسية بنفسي		
16	أشعر كثيرا بالضيق والاكتئاب		
17	أستعمل نظارة طبية		
18	أشعر بالتوتر عندما يسألني الأستاذ أثناء الحصة		
19	أشعر بأنني أعامل زملائي معاملة حسنة لائقة		
20	عادة ما يحتاج إلي زملائي		
21	يتاح لي إبداء الرأي في مختلف الأمور		

22	أقوم بدعوة أقاربي لحضور أي مناسبة تخصني		
23	أحافظ على نظافة الثانوية		
24	أحرص على إقامة علاقات طيبة مع جيراني		
25	أتمتع بحسن التصرف		
26	كثيرا ما أشعر بالكراهية لنفسي		
27	أتراجع في قراراتي عندما يختلف معي زملائي		
28	أفضل الوحدة عن مشاركة الآخرين		
29	أتغيب كثيرا عن المدرسة بسبب المرض		
30	تتقلب حالتي المزاجية بين السعادة والحزن دون سبب		
31	أشعر أنني موضع تقدير وإحترام من الآخرين		
32	أشعر بالفرح عند سماع نجاح زملائي		
33	أتولى قيادة الفصل في حصة التربية البدنية والرياضية		
34	تتسم علاقاتي باخواني بالحب والتفاهم		
35	ألتزم بالحضور للثانوية في المواعيد المحددة		
36	أحافظ على مشاعر جيراني		
37	أجد صعوبة في بدء حديث مع تلميذ تعرفت عليه لأول مرة		
38	كثيرا ما أشعر بحبي لذاتي		
39	أعتمد على غيري في تلبية إحتياجاتي		
40	أفكر كثيرا في الإبتعاد عن الآخرين		
41	أصاب بإضطرابات جسمية: كإمساك، إسهال، مغص، عسر هضم.		
42	لدي إحساس بالرغبة في عقاب نفسي		
43	أحرص على مشاركة الآخرين في أفراحهم وأحزانهم		
44	أمتثل لإرشادات ونصائح المدرسين		
45	لدي القدرة على التضحية وخدمة الآخرين		

46	أعتقد بأنني مطيع لوالدي		
47	أشعر انه من واجبي المحافظة على هياكل المؤسسة واجهزتها		
48	أشعر بالسعادة في تعاملي مع الجيران وأهل الحي		
49	أتردد في الإجابة على الأسئلة الشفوية للاستاذ		
50	أمارس اللعبة التي أحبها عادة		
51	أشعر كثيرا بالخجل		
52	أشعر بالتعب عقب حصة التربية الرياضية		
53	عندما أغضب أضرب الكراسي والأدراج بعضها بعضا		
54	أحب مساعدة غيري		
55	أحسن إختيار أصدقائي		
56	أستطيع التأثير في الآخرين		
57	غالبا ما تنتهي مشكلاتي مع أخواني قبل أن تبدأ		
58	أحب أن أشترك مع زملائي في بعض الرحلات المدرسية		
59	ألقي القمامة من النوافذ خارج الفصل		
60	أشعر بالضيق بسبب إنتقادي الآخرين لمظهري الخارجي .		
61	أشعر بالوحدة حتى لو كنت مع الآخرين		
62	أعاني من الوزن الزائد بالنسبة لزملائي		
63	أغضب بسهولة وأهدأ بسرعة		
64	أنتمي إلى أحد جمعيات النشاط المدرسي وانسجم معهم وأحترم مبادئها مثل : أنشطة التربية البدنية، جمعية المسرح ....الخ		
65	يمكنني قيادة الفريق وإعطاء لكل فرد دور		
66	أشعر بأن أسرتي تحاول أن تتخذ لي قراراتي بدلا مني		
67	أقبل دعوة زملائي لي لحضور رأي مناسبة		
68	أحافظ على أثاث وأدوات المؤسسة		

69	أرتدي ملابس لائقة		
70	أعتبر نفسي عصبيا إلى حد ما		
71	ألتزم بأخلاقيات المجتمع الذي أعيش فيه		
72	أتضايق كثيرا عندما يناديني الاستاذ فجأة للإجابة على سؤال ما		
73	أسعى لإكتساب صداقات جديدة		
74	أميل إلى الوقوف في مؤخرة الطابور المدرسي		
75	لدي لياقة بدنية عالية		
76	أتقبل عادات وتقاليد وقيم مجتمعي		
77	ينظر إلي الاساتذة على أنني تلميذ مجتهد		
78	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري تجاه الآخرين		
79	أشعر بأنه يجب علي رد الجميل لزميل قدم لي أية خدمة		
80	أشعر بالضيق بسبب حصولي على درجات ضعيفة من الاستاذ		

ملحق رقم (04)

قائمة بأسماء الأساتذة والذكاترة المحكمين للإستمارة الخاصة بأساليب التدريس

الرقم	الإسم واللقب والدرجة العلمية	الجامعة / الجهة
01	أ.د علي محمد عبد المجيد	عميد كلية التربية الرياضية بنين جامعة .....
02	د. حمدي محمد	جامعة .....
03	د. بلكبيش قادة	جامعة مستغانم
04	د. واضح أمين	جامعة تيسمسلت
05	د. بومعزة محمد الأمين	جامعة تيسمسلت
06	د. رضوان بن جدو بعيط	جامعة الجلفة

ملحق رقم (05)

قائمة بأسماء الأساتذة والذكاترة المحكمين لأداة القياس (مقياس التوافق النفسي الإجتماعي)

الرقم	الإسم واللقب والدرجة العلمية	الجامعة / الجهة
01	أ.د علي محمد عبد المجيد	عميد كلية التربية الرياضية بنين جامعة .....
02		
03	د. بلكبيش قادة	جامعة مستغانم
04	حرشاوي يوسف	جامعة مستغانم
05	بومسجد عبد القادر	جامعة مستغانم
06	رضوان بن جدو بعيط	جامعة الجلفة
07	هواري سعايدية	جامعة تيسمسلت

ملحق رقم (06)

قائمة بأسماء الأساتذة والذكاترة المحكمين للوحدات التعليمية بالأساليب التدريسية في الكرة الطائرة

الرقم	الإسم واللقب والدرجة العلمية	الجامعة / الجهة
01	د. عوض سي أحمد	جامعة السودان
02	د. حمدي محمد	جامعة .....
03	د. عنتري محمد	جامعة تيسمسلت
04	د.بومعزة محمد الأمين	جامعة تيسمسلت
05	د. بن نعجة محمد	جامعة تيسمسلت
06	أ .	
07	أ .	

ملحق رقم (07) يبين جداول الدراسة الأساسية الأسلوب التدريبي (قبلي)

البعد / العينة	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	البعد السابع	البعد الثامن	البعد التاسع	البعد العاشر	البعد الحادي عشر	البعد الثاني عشر
1	5	2	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3
2	4	3	3	3	3	2	2	5	3	3	5	3
3	3	3	2	3	5	3	2	3	2	2	4	2
4	4	2	2	4	4	4	3	4	3	3	3	3
5	5	4	2	3	4	2	2	3	3	2	3	2
6	4	2	2	4	4	3	2	4	3	3	4	3
7	5	3	2	2	5	3	3	3	4	3	3	3
8	6	2	2	4	3	3	2	3	2	2	4	2
9	4	2	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4
10	4	3	3	4	4	2	3	5	2	3	6	3
11	5	3	2	4	5	4	3	4	3	3	4	3
12	4	4	3	3	4	3	2	3	2	2	4	2
13	5	3	2	4	5	3	2	3	3	3	5	3
14	3	3	2	3	4	2	3	3	4	4	4	4
15	4	3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3
16	3	2	2	3	4	3	2	4	3	4	3	4
17	4	2	3	4	4	3	3	4	4	2	4	2
18	4	3	2	3	6	4	3	5	4	3	3	3
19	5	3	3	5	4	2	2	3	3	3	4	3
20	4	2	2	4	4	3	3	4	3	3	4	4

الأسلوب التدريبي (بعدي)

البعد / العينة	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	البعد السابع	البعد الثامن	البعد التاسع	البعد العاشر	البعد الحادي عشر	البعد الثاني عشر
1	8	3	3	7	6	5	4	7	6	5	7	5
2	6	4	4	5	5	4	4	7	4	4	9	4
3	6	4	3	5	7	5	4	6	4	4	6	4
4	6	3	3	6	6	5	5	7	5	4	6	5
5	7	4	3	5	7	5	4	6	5	5	9	5
6	8	3	4	6	7	4	5	7	6	4	7	4
7	7	4	3	4	6	5	5	7	5	4	7	5
8	8	3	3	6	5	4	4	6	4	5	8	5
9	7	3	3	5	6	5	4	7	5	5	6	5
10	8	4	4	5	6	4	4	6	4	4	9	4
11	6	3	3	5	7	6	5	7	6	5	7	5
12	6	5	3	5	5	4	4	6	4	5	6	5
13	7	4	3	5	6	5	4	6	4	6	8	6
14	7	3	4	5	6	4	4	7	5	6	6	6
15	9	5	3	6	5	4	4	8	4	5	9	5
16	5	3	3	5	6	5	4	9	5	6	7	6
17	5	3	4	6	7	4	4	7	6	4	8	4
18	6	4	4	5	7	6	5	6	6	4	9	4
19	7	4	3	5	6	4	4	7	4	5	7	5
20	7	4	4	5	5	5	5	6	4	5	8	5

الأسلوب التبادلي (قبلي)

البعد / العينة	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	البعد السابع	البعد الثامن	البعد التاسع	البعد العاشر	البعد الحادي عشر	البعد الثاني عشر
1	5	2	2	4	3	2	2	4	3	2	5	3
2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2
3	6	3	3	3	4	2	2	4	3	3	4	3
4	4	3	2	4	3	3	2	3	2	2	3	4
5	5	2	2	3	5	3	3	3	3	3	4	4
6	4	3	2	4	4	2	3	5	3	3	4	3
7	4	3	3	5	5	3	2	4	3	3	5	5
8	5	2	2	4	4	2	3	4	4	4	4	3
9	4	3	2	5	3	4	2	5	4	3	4	4
10	5	2	3	4	4	2	3	4	3	4	3	3
11	3	3	3	5	4	4	3	4	3	3	5	5
12	5	2	2	3	5	3	2	3	4	3	5	4
13	4	3	2	3	4	3	3	5	3	2	4	3
14	5	2	1	3	4	4	2	3	2	4	4	3
15	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4
16	4	3	2	5	4	3	3	4	3	3	3	3
17	4	2	2	4	4	2	3	6	4	3	4	3
18	5	3	2	4	5	3	2	4	4	2	3	3
19	6	3	2	3	6	4	2	5	3	3	4	3
20	5	2	1	4	4	3	3	4	4	2	4	2

الأسلوب التبادلي (بعدي)

البعد / العينة	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	البعد السابع	البعد الثامن	البعد التاسع	البعد العاشر	البعد الحادي عشر	البعد الثاني عشر
1	7	3	3	6	6	4	5	7	5	6	7	5
2	8	4	4	7	6	5	5	7	4	5	8	6
3	9	5	4	5	6	4	5	5	5	6	7	5
4	8	5	3	6	5	5	4	6	4	6	8	6
5	7	4	3	5	8	5	5	7	5	6	7	6
6	9	4	3	6	7	4	5	8	6	5	9	5
7	9	5	3	7	6	6	4	7	5	4	9	6
8	7	4	4	6	7	4	5	6	5	6	8	5
9	8	4	4	7	6	5	5	8	6	6	9	6
10	7	4	4	6	6	4	5	6	5	6	7	5
11	9	3	4	7	7	6	5	6	5	5	8	6
12	9	3	3	6	8	4	4	6	6	6	7	6
13	8	5	4	6	7	5	5	7	5	6	9	5
14	8	4	3	5	6	6	5	6	4	5	8	4
15	6	5	4	5	5	5	6	7	4	6	8	6
16	9	4	3	6	7	6	5	6	5	6	7	5
17	8	4	3	6	6	4	5	8	6	6	9	5
18	7	4	4	6	7	4	4	6	5	5	8	5
19	9	3	3	5	8	5	5	8	4	6	7	5
20	7	4	3	6	7	4	5	6	6	5	9	6

الأسلوب التضميني (قبلي)

البعد / العينة	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	البعد السابع	البعد الثامن	البعد التاسع	البعد العاشر	البعد الحادي عشر	البعد الثاني عشر
1	3	3	2	3	4	4	2	4	2	2	3	3
2	4	3	2	4	4	3	3	5	3	3	5	3
3	5	3	2	3	5	3	3	4	3	3	4	3
4	3	2	3	4	3	3	2	5	4	3	5	3
5	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	4
6	4	3	2	3	4	2	3	4	3	3	3	3
7	5	4	2	4	3	3	2	3	2	3	4	3
8	3	3	3	4	5	2	3	4	3	2	4	2
9	4	4	3	5	4	2	3	4	2	3	5	3
10	4	3	2	4	3	2	3	5	3	2	3	2
11	5	3	2	4	5	3	3	4	4	4	4	4
12	5	3	2	3	4	3	2	4	3	3	4	3
13	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3
14	4	2	2	3	3	4	2	5	3	4	5	4
15	3	3	2	4	4	3	4	4	2	3	4	3
16	5	3	2	5	5	3	3	4	3	3	4	3
17	4	3	2	4	4	2	3	4	2	4	3	4
18	5	2	3	3	4	3	2	5	2	4	4	4
19	4	2	2	4	5	3	2	3	4	2	5	2
20	5	2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3

الأسلوب التضميني (بعدي)

البعد / العينة	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	البعد السابع	البعد الثامن	البعد التاسع	البعد العاشر	البعد الحادي عشر	البعد الثاني عشر
1	8	4	4	6	7	6	5	8	5	5	9	5
2	7	4	4	7	7	5	5	9	6	5	9	6
3	9	4	4	6	8	5	5	8	6	5	9	5
4	8	4	4	6	7	6	4	9	6	6	9	6
5	9	4	3	7	8	6	5	9	5	6	8	6
6	9	4	4	6	7	6	5	9	6	5	9	5
7	5	5	4	7	8	6	4	8	5	6	7	6
8	6	4	4	7	7	5	5	9	6	4	8	4
9	9	5	4	7	8	6	5	9	5	6	9	6
10	8	4	4	6	6	4	5	9	5	5	8	4
11	9	4	3	7	7	6	5	7	6	6	7	6
12	9	4	4	6	8	6	4	8	5	5	9	5
13	9	5	4	6	8	5	5	8	6	6	9	6
14	8	4	4	7	6	6	5	9	5	6	9	6
15	8	5	3	6	7	5	6	8	6	5	9	6
16	9	5	4	7	8	6	5	8	6	5	8	5
17	9	5	4	6	8	5	5	9	5	5	8	6
18	7	4	4	7	7	6	4	9	6	6	9	6
19	9	4	4	7	8	6	5	8	6	6	9	6
20	9	5	4	7	7	6	5	8	5	5	9	5

نموذج للدرس للمجموعة التجريبية الأولى بإستخدام أسلوب الممارسة (التطبيق بتوجيه المدرس)

إسم التلميذ : الدرس الأول الموضوع: لتعلم مهارة : الإرسال الامامي المواجه من أسفل.

الأسبوع :الأول . التاريخ : / / 2016 . الزمن: 60دقيقة الشدة المتوسّطة (55–60 %)

*توجيهات للطالب يجب مراعاتها :

–لطالب حرية إتخاذ قراقرا التنفيذ (الأوضاع–المكان–وقت البداية للعمل–التوقيت والإيقاع الحركي–الإنتهاء من العمل–الراحة–إلقاء أسئلة للتوضيح)بعد شرح المعلم.

–إعطاء وقت للطالب ليعمل بمفرده مع إتاحة الحصول على تغذية راجعة من المعلم .

–التغذية الراجعة من المعلم إما تكون فردية أو جماعية حسب حجم الأخطاء .

–مشاهدة نموذج الاداء من خلال الأستاذ أو زميل وورقة معيار الاداء الموجودة مع الطالب والمصممة من قبل المعلم .

مقارنة الأداء بما جاء في ورقة المعيار ووضع تقرير في خانة التقويم بمستوى الطالب.

فترات الراحة البينية يتم خلالها مراجعة ورقة المعيار .

م	أجزاء الوحدة	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستخدمة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
					بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
	الجزء التمهيدي (الإحماء 8د	مرحلة (التسخين – تفادي الإصابات– اليقظة والتركيز)	*الجري حول ملعب الكرة الطائرة. *تمرين الإطالة والتسخين : –(وقوف) دوران الرأس. –(وقوف) دوران الذراعان(يمنى ثم يسرى –(وقوف) (الذراعان جانبا)دوران الذراعان مع زيادة محيط الدائرة.. –وقوف فتحا.الذراعان جانبا،عاليا) وثني الجذع امام أسفل وتبادل لف الجذع جانبا للمس مشط القدم باليد العكسية. –(وقوف) مسك الرجل اليمن إلى أعلى ثم للداخل ثم خلف (نفس الشيء الرجل اليسرى). –'وقوف) دوران الركبتين من مفصل الركبة. –(جلوس) مد الركبتين ونزول الرأس إليهما. –(وقوف)دوران القدم اليمنى من المفصل ثم القدم اليسرى . –(من وضع الرقود) ثم الوقوف والجري للأمام بطول الملعب. –(وقوف فتحا .اليدين امام الصدر)عمل خطوات جانبية امام الشبكة . –(وقوف فتحا .اليدين امام الصدر) عمل حائط صد فردي أمام الشبكة . *يخلو الطالب بنفسه في بعد الإحماء لمراجعة كيفية اداء العمل المهاري طبقا لورقة المعيار وكذلك لمشاهد النموذج من المعلم في الخطو ة التعليمية القادمة .	ملعب كرة الطائرة	-	1.5ق 10ثا 10ثا 30ثا 30ثا 30ثا 30ثا 15ثا 15ثا 30ثا 30ثا 1 ق 1 ق 1 ق					

م	أجزاء الوحدة	المرحلة	المواقف	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستخدمة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
						بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
1	الجزء التمهيدي (الإحماء)	خطوات تعليم مهارة الإرسال الامامي المواجه من أسفل	1	(وقفة الاستعداد) يقوم اللاعب بعمل مرجحة بالرجلين للأمام وللخلف وذلك على المشط والعقب للقدمين(تشبه حركة بندول الساعة	ملعب كرة الطائرة	-	2ق	2	1 ق بين كل مجموعة	مراعاة النواحي الفنية (تعليمات ، وإرشادات) للخطوات التعليمية من 1-6 كما بالوحدات التعليمية (برنامج العمل) مرقمة حسب موقع المواقف			
2	الجزء الرئيسي		2	لاعبان (ا ب) من وقفة الاستعداد يقوم الاعب (ا) بدحرجة الكرة على الارض بالذراع المؤدية للاعب (ب) مع رفع الذراع امام عاليا قليلا والثبات 2 ثا في هذا الوضع (المسافة بين الاعبين عرض الملعب أي 9 م) مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة	15 مرة متتالية لكل لاعب	-	2 لكل لاعب	1ق لكل مجموعة				
			3	(وقفة الاستعداد) يقوم اللاعب بضرب كرة معلقة بالذراع المؤدية (الضاربة)من أسفل نقطة للكرة مع تقدم الرجل لخلفية للأمام	قائم – حبل ملعب – كرة الطائرة	15مرة متتالية لكل لاعب	-	3	1 ق بين كل مجموعة				
			4	(وقفة الاستعداد مسك الكرة بالذراع الحرة) يقوم الاعب بقذف الكرة بالذراع الحرة(الحاملة للكرة) لاعلى وفي إتجاه الذراع الضاربة وامام الرجل الخلفية وتركها تسقط على الأرض	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	15مرة متتالية لكل لاعب	-	3	1ق لكل مجموعة				
			5	(وقفة الاستعداد مسك الكرة بالذراع الحرة) نفس الخطوة التعليمية السابقة مع عدم ترك الكرة تسقط على الأرض بمسك الكرة بالذراع الضاربة مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	-	2	2	1ق لكل مجموعة				
			6	منافسة تطبيقية بين التلاميذ			10 ق						

3	**الجزء الختامي**	التهدئة	–تمارين الاسترخاء. –تمارين إطالة ومرونة. –نظرة سريعة إلى المحتوى الذي تعلمه، –وإعطاء تغذية راجعة للمجموعة ككل –معلومات عن الدرس القادم .	ملعب كرة الطائرة	-	7د	–	–				

الأسبوع الأول **البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة الإرسال الامامي المواجه من أسفل**

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
أ–خطوات تعليم حركات الرجلين	1	(وقفة الاستعداد) يقوم اللاعب بعمل مرجحة بالرجلين للأمام وللخلف وذلك على المشط والعقب للقدمين(تشبه حركة بندول الساعة) ثم فرد جميع مفاصل الجسم، وتقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة	–	1ق	2	1 ق بين كل مجموعة	1–المرحلة التمهيدية : بالنسبة للضارب بالذراع الأيمن(والعكس للضارب بالذراع الأيسر): –الوقوف فتحا المسافة بين القدمين باتساع الصدر أو الحوض –القدم اليسرى اماما ومشط القدم اليمنى الخلفية بمحاذاة عقب القدم اليسرى الامامية ومشطى القدمين يشيران للأمام –الذراع اليمنى الضاربة مفرودة بجوار الجسم والذراع الحرة(الحاملة للكرة) منثنية من مفصل المرفق امام الجسم وفي مستوى الحوض – تقدم الرجل الخلفية للامام للإستفادة من محصلة القوة أثناء اداء المهارة			
ب–خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية (الضاربة)	2	لاعبان (ا ب) من وقفة الاستعداد يقوم الاعب (ا) بدحرجة الكرة على الارض بالذراع المؤدية للاعب (ب) مع رفع الذراع امام عاليا قليلا والثبات 2 ثا في هذا الوضع (المسافة بين الاعبين عرض الملعب أي 9 م) مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة	15 مرة متتالية لكل لاعب	–	2 لكل لاعب	1ق لكل مجموعة	أثناء حمل الكرة بالذراع المؤدية : تحمل الكرة على كف اليد مفتوحة والاصابع مضمومة مع فرد الذراع المؤدية وتكون بجوار الجسم –أثناء الدحرجة بالذراع المؤدية : يكون المسار الحركي للذراع بأن يمرجح أما ما–خلفا –عاليا. –أثناء دحرجة الكرة : يكون المسار الحركي للذراع بان يمرجح خلفا –أمام– عاليا– مع دحرجة الكرة على الأرض والثبات 2 ثانية .			

تابع ب – خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية .	3	(وقفة الاستعداد) يقوم اللاعب بضرب كرة معلقة بالذراع المؤدية (الضاربة)من أسفل نقطة للكرة مع تقدم الرجل لخلفية للأمام	قائم – حبل ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	15مرة متتالية لكل لاعب	–	3	1 ق بين كل مجموعة	مراعاة نفس النقاط الفنية السابق شرحها مع ملاحظة الأتي: –تؤدى المرجحة بالذراع الضاربة وهي مفرودة –تضرب الكرة بكف اليد والأصابع مضمومة ومفرودة ومشدودة –النظر موزع على الكرة والمكان المراد توصيل الكرة اليه . –فرد جميع مفاصل الجسم عند لحظة ضرب الكرة –المتابعة بالرجل الخلفية والذراع الضاربة .			

تابع :1- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال الامامي المواجه من أسفل

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
تابع ب – خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية .	4	(وقفة الاستعداد مسك الكرة بالذراع الحرة) يقوم الاعب بقذف الكرة بالذراع الحرة(الحاملة للكرة) لاعلى وفي إتجاه الذراع الضاربة وامام الرجل الخلفية وتركها تسقط على الأرض	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	15مرة متتالية لكل لاعب	-	3	1ق لكل مجموعة	*مراعاة وقفة الإستعداد الصحيحة . –مراعاة عدم قذف الكرة بعيدا عن الجسم ولا قريبة منه، وذلك كي يكتسب اللاعب المسار الصحيح للكرة .			

ج-خطوات الربط بين الذراع الضاربة والرجلين والكرة والمحين	5	(وقفة الاستعداد مسك الكرة بالذراع الحرة) نفس الخطوة التعليمية السابقة مع عدم ترك الكرة تسقط على الأرض بمسك الكرة بالذراع الضاربة مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة -كرة الطائرة	-	2	2	1ق لكل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوات السابقة . -مراعاة ان تكون الذراع الضاربية مفرودة ومسك ومقابلة الكرة والكف مفتوح، والاصابع مضمومة ومشدودة وذلك كي يكتسب اللاعب الإدراكات الحسية السليمة للمسار الصحيح للكرة لحظة مقابلة الذراع الضاربة للكرة . *توجيه اليد الضاربة للكرة لتستقر عليها وعدم ضربها بقوة .			
	6	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

الأسبوع الثاني : البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال الامامي المواجه من أسفل

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
ج-خطوات الربط بين الذراع الضاربة والرجلين والكرة والمبين	1	لاعبان (ا ب) :اللاعب(أ) من وضع الوقوف ممسك بكرة أمام الجسم. -اللاعب (ب) من موقفة الإستعداد يقوم بضرب الكرة من أسفل نقطة لها بكف اليد للذراع الضاربة وهي مفتوحة مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة -كرة الطائرة	15 مرة متتالية لكل لاعب	-	2 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة	*مراعاة نفس النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوات السابقة –تعمل الذراع الحرة بالضبط وكأنها حاملة للكرة أثناء أداء الخطوة التعليمية . -الذراع الضاربة مفرودة مع مراعاة المرجحة السابق شرحها . - مراعا المتابعة بالذراع الضاربة والمتابعة بالرجلين بتقدم الرجل الخلفية للأمام .			
	2	(وقفة الاستعداد) يقف اللعب أمام حائط مستوي ويبعد عنه 3م ثم يقوم بضرب الكرة من أسفل نقطة لها إتجاه أعلى خط مرسوم على الحائط بإرتفاع 2.5م مع عدم سقوط الكرة على الأرض	حائط -كرة الطائرة	10 مرات متتالية لكل لاعب	-	3	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية (وقفة الاستعداد) سبق شرحها 2-المرحلة الأساسية (لحظة قذف وضرب الكرة) : -قذف الكرة بالذراع الحرة(الحاملة للكرة)لأعلى اتجاه الذراع المؤدية(الضارب) مع مرجحة الاخيرة امام-اسف-خلفا-عل ان تكون الذراع مفرودة وبجوار الجسم . -النظر موزع على الكرة والمكان المراد توصيل الكرة إليه . - المرحلة الختامية (المتابعة) : المتابعة بالذراع الضاربة وكذى تقد الرجل الخلفية للأمام للدخول إلى الملعب لأداء باقي المهما مع الفريق .			
	3	لاعبان (أ ب) بينهما شبكة يقف كل منهما على خط 3م يقومان بتبادل اداء مهارة الإرسال الامامي المواجه من أسفل أعلى الشبكة وخلف خط 3 متر .	ملعب كرة الطائرة -كرة الطائرة	10 مرات متتالية لكل لاعب	-	4 لكل لاعب	1ق بين كل مجموعة	*مراعاة الشرح السابق للمراحل الفنية للمهارة . -أن يكون قوس الطيران للكرة أعلى من الخطوات السابقة للتغلب على ارتفاع الشبكة وتوصيل لكرة للمكان المراد توصيلها اله بملعب الفريق المنافس. - مراعاة عدم لمس خط 3 م بالقدمين			

الأسبوع الثاني: **البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : التمرير من أسفل بالساعدين معا**

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
خطـــــــوات تعليم حركة الرجلين	1	(وقوف)الجري ثلاث خطوات ثم الوقوف وقفة الإستعداد والثبات في هذا الوضع لمدة (2) ثانية	ملعب كرة الطائرة	-	2 ق	3	1ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية (وقفة الاستعداد) -الوقوف فتحا لمسافة بين القدمين باتساع الحوض أو الصدر وثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي لحفظ التوازن . -مشط القدمين يشيران للأمام وفي اتجاه تمرير الكرة . -ثني الركبتين مع ميل الجذع للأمام . -الذراعان منثنيتان من مفصل المرفق بحيث يكون العضدين بجوار الجسم والساعدين امام الجسم وموازيين للأرض . -النظر للامام وموزع على الكرة والمكان المراد توصيل الكرة إليه . - التحرك أولا يفيد الوصل للكرة ثم يتم إتخاذ وقفة الإستعداد تحت الكرة مباشرة .			
	2	(وقفة الإستعداد بمنتصف كل مستطيل بالترتيب) التحرك باتخاذ خطوة لجميع الجهات أمام-جانبا يمينا-جانبا يسارا-خلفا ثم الوقوف وقفة الإستعداد عند كل نقطة لمدة (1) ثانية	ملعب كرة الطائرة طباشير	3 مرات بعدد المستطيلات	-	2	1ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق شرحها . *هذه التحركات مهمة جدا للوصول للكرة كي يتعلم المبتدئ تحركات القدمين طبقا لنوعية المهارة . *في هذه الخطوة تتعلم كيفية دوران الملعب طبقا لقانون اللعبة (مع إتجاه عقارب الساعة)			

	3	(وقوف) بمنتصف الملعب عند مركز(6) والتحرك لكل نقطة ثم الوقوف عندها وقفة الإستعداد لمدة (1)ثانية بترتيب تسلسل الأرقام	ملعب كرة الطائرة طباشير	6 مرات بعدد النقاط	--	2	1ق بين كل مجموعة	*مراعة النقاط السابق شرحها . *يضاف لحركات السابقة الذكر التحرك القطري للأمام أو قطري للخلف.			

الأسبوع الثاني : البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : التمرير من أسفل بالساعدين معا

الخطوات	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
خطـــوات تعليم حركة وضع الذراعين	4	لاعبان(أ،ب) اللاعب (أ) من وضع الوقوف ممسك بالكرة والذراعان مفرودتان كاملا أمام الجسم وفي مستوى الحوض للعب الأخر، اللاعب (ب) من وقفة الاستعداد يقوم بمقابلة الكرة بالساعدين مع عدم ترك اللاعب (أ) للكرة .	-ملعب -كرة الطائرة	-	2ق	2 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة الرئيسية (لحظة التمرير) : -يعد التحرك والوقوف وقفة الإستعداد تحت الكرة يتم تشبيك الكفين مع فرد الذراعين كاملا اما الجسم ثم فرد جميع مفاصل الجسم المنثنية لمقابلة الكرة وتمريرها بالساعدين مع ثبات الذراعين المفرودتين دون إشتراكها الفعلي في الحركة . 2-المرحلة الختامية : يستمر اللعب في فرد جسمه إلى ان يصل غلى للوقوف على مشطي القدمين ثم التحرك للأمام لحفظ الإتزان ليتحول إلى المتطلبات التالية للعب .			
خطوات التوافق او الربط بين حركة الرجلين والذراعين والكرة والمعبين	5	لاعبان(أ،ب) بينهما مسافة 1م يقوم اللاعب (أ) الممسك بالكرة برميها من أسفل لأعلى للاعب (ب) والذي يقوم بتمريرها الكرة بالساعدين معا للاعب (أ) .	كرة الطائرة	15 مرات متتالية	-	3 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة	مراعاة النواحي الفنية للمهارة . -التحرك بالرجلين للوصول أسفل الكرة .			
	6	لاعبان (أ ب) بينهما مسافة 3م يقوم اللاعب(أ) برمي الكرة عاليا لترتطم بالأرض ثم يقوم اللاعب (ب) بالتحرك حسب إتجاه الكرة وتمريرها من أسفل بالساعدين معا للاعب (أ) .	ملعب -كرة الطائرة	10 مرات متتالية	-	3 لكل لاعب	2ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط النقاط الفنية السابقة للمهارة *التحرك للوصول للكرة . *مراعاة الآتي عند لحظة التمرير : -إذا كانت الكرة قريبة من الزميل تكون الذراعان موازيان للأرض -إذا كان التحرك لليمين تكون الرجل اليمنى امام قليلا لمواجهة الزميل لحظة التمرير، والعكس صحيح اذا كان التحرك لليسار			
	7	(وقفة الإستعداد .أمام الحائط) يقوم اللاعب بالتمرير من أسفل بالساعدين معا بعد إرتداد الكرة من الأرض (المسافة بين اللاعب والحائط 3 متر)	حائط كرة الطائرة طباشير	15 مرة متتالية	-	3	1 ق بين كل مجموعة	*مراعة النقاط الفنية السابقة . *التحرك بالرجلين للوصول للكرة . -فك الكفين بين كل تمريرة وتمريرة لسهولة الحركة ثم تشبيك الكفين أثناء التمرير فقط .			
	8	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

الأسبوع الثالث : ح 2: البرنامج التعليمي المستخدم لتعمل مهارة : التمرير من أعلى وللأمام .

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
أداء المهارة كاملة من خلال تدريبات زوجية	1	لاعبان (أ ب) المسافة بينهم (4)م يقوم اللاعب (أ) برمي الكرة من أسفل لأعلى لترتطم بالأرض ثم يقوم اللعب (ب) بتمرير الكرة من اعلى وللأمام للزميل (أ)	ملعب كرة الطائرة- كرة طائرة	10 مرات متتالية	-	4 لكل لاعب	3 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية للمهارة . *لإتمام التمرير بصورة صحيحة يتطلب من اللاعب الجري بسرعة حسب إرتداد الكرة من الأرض للوصول تحت الكرة ولمواجهة الزميل الأخر، لإتخاذ وقفة الإستعداد الصحيحة ثم التمرير .			
	2	(وقفة الإستعداد أمام حائط)على مسافة 4م بقوم اللاعب بتمرير الكرة من أعلى وللأمام بعد إرتداد الكرة من الأرض	حائط -كرة طائرة	15 مرة متتالية	-	5	2 ق بين كل مجموعة	*مراعاة كافة النقاط الفنية السابق تداولها في الخطوات السابقة .			
كرة عنبر	3	. لاعبان (أ ب) المسافة بينهم (4)م يقوم اللاعب (أ)برمي الكرة من أسفل لأعلى بكلتا اليدين إلى اللاعب (ب) الذي يقوم بدوره بتمرير الكرة من اعلى وإلى الامام للاعب (أ) دون سقوط الكرة على الأرض	- ملعب -كرة الطائرة	10 مرات متتالية	-	5 لكل لاعب	3 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابقة . * على اللاعب (أ) تنويع إتجاهات الكرة مع مراعاة قوس طيران عالي للكرة كي يستطيع اللاعب (ب) إتخاذ وقفة الإستعداد والتمرير .			
	4	(وقفة الإستعداد أمام حائط) على مسافة 2م يقوم اللاعب بالتمرير للأعلى وللأمام على الحائط بإستمرار .	حائط -كرة الطائرة	-	3 ق	5	3 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النواحي الفنية السابقة. *التحرك الدائم لضمان عدم سقوط الكرة على الأرض . *إتخاذ وقفة إستعداد والكفين امام الجبهة قبل عملية التمرير بلحظة .			

الأسبوع الثالث : البرنامج التعليمي المستخدم لتعمل مهارة : التمرير من أعلى وللأمام .

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
أداء المهارة في صورة كاملة من خلال تدريبات فردية	5	نفس الخطوة السابقة ولكن اللاعب داخل دائرة قطرها 3م وتبعد عن الحائط مسافة 3م من مماس الدائرة .	حائط كرة الطائرة- طباشير	-	3 ق	3	3 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابقة . *عدم سقوط الكرة على الأرض . *عدم الخروج من الدائرة .			
	6	لاعبان (أ ب) أمام حائط وعلى بعد مسافة 3م،يقومان بالتمرير من اعلى وللأمام على الحائط بالتبادل .	حائط -كرة طائرة	-	3 ق	3	3 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابقة . *التحرك الدائم لضمان عدم سقوط الكرة على الأرض *مراعاة النواحي القانونية للمهارة .			
أداء المهارة في صورة كاملة (تدريبات زوجية)	7	لاعبان (أ ب) يقف كل لاعب داخل دائرة قطرها 3م والمسافة بين الدائرتين4 م ،يقومان بالتمرير من أعلى إلى أسفل .	ملعب - -كرة الطائرة- طباشير	-	3 ق	3	3 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية للمهارة . *عدم سقوط الكرة على الأرض . *عدم الخروج من الدائرة . *مراعاة النواحي القانونية للمهارة .			
	8	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

الأسبوع الرابع ح 1 : -البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال من أعلى (التنس)

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
أ-خطوات تعليم حركات الرجلين	1	(وقوف) الجري ثلاث خطوات ثم الوقوف والثبات لمدة (2)ثانية إتجاه الشبكة	ملعب كرة الطائرة	-	2ق	3	2 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية : بالنسبة للضارب بالذراع الأيمن(والعكس للضارب بالذراع الأيسر): -الوقوف فتحا المسافة بين القدمين باتساع الصدر أو الحوض -القدم اليسرى اماما ومشط القدم اليمنى الخلفية بمحاذاة عقب القدم اليسرى الامامية ومشطى القدمين يشيران للامام -الوزن(ثقل الجسم) موزع بالتساوي على القدمين . -الكتفين إتجاه الشبكة، الرجل الحرة عكس اليد الضاربة تكون للأمام - العينان على الكرة ** فتح اليد الضاربة			
	2	(وقوف) من مركز (1)التحرك لكل مركز(نقطة) بالترتيب ثم الوقف عندها (2) ثا برفع الذراع الضاربة عاليا وتكون الذراع الحرة على مستوى الحوض	ملعب كرة الطائرة	-	2.5 ق	3	2.5 ق بين كل مجموعة	تراعي نفس النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوة التعليمية السابقة *هذه التحركات مهمة جدا للوصول للكرة كي يتعلم المبتدئ كيفية تحركات القدمين طبقا لنوعية المهارة * في هذه الخطوة يتعلم كيفية دوران الملعب طبقا لقانون اللعبة (مع إتجاه عقارب الساعة)			
ب-خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية (الضاربة)	3	لاعبان (ا ب) من وقفة الاستعداد يقوم اللاعب (ا) برمي الكرة عاليا فوق مستوى الكتف بالذراع المؤدية للاعب (ب) والثبات 2 ثا في هذا الوضع (المسافة بين اللاعبين عرض الملعب أي 9 م)	ملعب -كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	-	3 لكل لاعب	3ق لكل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابقة . أثناء حمل الكرة بالذراع المؤدية : تحمل الكرة على كف اليد مفتوحة والاصابع مضمومة مرجحة الذراع المؤدية خلفا حيث يكون المرفق لأعلى . *استخدام القوة حتى تضمن وصول الكرة لزميلك في صورة قوس عالي * مراعاة عدم تحرك أي جزء من الجسم بعد رمي الكرة .			

-البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال من أعلى (التنس)

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات مستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
ج- خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية (الضاربة) والرجلين	4	لاعبان (ا ب) نفس الخطوة التعليمية السابقة مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	–	2 لكل لاعب	3 ق بين كل مجموعة	*مراعاة نفس النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوات السابقة . *ضرورة تحويل وزن الجسم إلى القدم الامامية . *ملاحظة مهمة جدا : لا يكون هناك متابعة لليد الضاربة			
	5	(وقوف مسك الكرة) يمسك اللاعب الكرة ويرميها باليد الحرة عاليا ثم يقوم برفع الذراع الضاربة عاليا ويضرب الكرة أثناء سقوطها أعلى مستوى الرأس واليد الثانية تكون اما الكرة لتمسكها .	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	-	5	2ق لكل مجموعة	مراعاة النقاط الفنية السابقة للمهارة . • تجنب استخدام القوة الكبيرة لتجنب ضياع الكرة • النظر يكون على الكرة • فتح اليد الضاربة • قذف الكرة قريبة من الجسم			
د- خطوات الربط بين الذراع الضاربة والرجلين والكرة والهبوط	6	لاعبان(أ ب)المسافة بينهما 1م اللاعب (أ)من وضع الوقوف ممسك بالكرة والذراعان مفرودتان لأعلى، يقوم اللاعب(ب) من وضع الوقوف الثابت امام الكرة المحمولة ويقوم بضربها بمرجحة الذراع كل مرة (أسفل للخلف ثم للأعلى) وهكذا	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	–	4	2ق لكل مجموعة	2-المرحلة الرئيسية: (اللمس) : *مرجحة الذراع الضاربة خلفا على أن يكون المرفق لأعلى *لمس الكرة باليد المفتوحة .*مكان لمس الكرة اسفل منتصفها *المرحلة الختامية(المتابعة): -تحويل وزن الجسم إلى القدم الامامية . -لا يكون هناك متابعة لليد الضاربة (أي توقف حركة الذراع سريعا عقب لمس الكرة)			

	7	لاعبان (أ ب) المسافة بينهما 6م يقوم اللاعب (أ) برمي الكرة عاليا بالذراع الحرة ثم يقوم بضربها اتجاه اللاعب (ب) الذي يعيدها اليه من اسفل الى الاعلى	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	–	2 ق	5	2 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النواحي الفنية للمهارة . *قذف الكرة امام اليد الضاربة . *قذف الكرة قريبة من الجسم . *مرجحة الذراع خلفا وان يكون المرفق لأعلى . *لمس الكرة باليد المفتوحة ومن أسفل منتصف الكرة .			
	8	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

الأسبوع الرابع : ح 1: - البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الضرب الساحق

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	أدوات مستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
أ-خطوات تعليم حركات الرجلين	1	(وقفة الاستعداد) بإتجاه عرض الملعب، يقوم اللاعب بالتقدم من خلال تقديم الرجل اليسرى اولا تتبعها اليمنى خطوتين ثم التوقف 1 ثا ثم يكمل العمل	ملعب كرة الطائرة	-	2ق	3	2 ق بين كل مجموعة	*الوقوف فتحا المسافة بين القدمين باتساع الصدر أو الحوض. *الذراعان مفرودتان إتجاه الأسفل . * عند التقدم بالخطوة الأولى والثانية لا بد ان تتقدم الرجل اليسرى اولا بالنسبة للضارب بالذراع اليمنى والعكس صحيح . *الخطوتان الأولى والثانية تكونان قصيرتان			
	2	(وقفة الاستعداد)نفس الخطوة التعليمية السابقة مع ضرورة التقدم بالخطوة الاولى بالرجل اليسرى قصيرة لكن الخطوة الثانية تكون الرجل اليسرى عميقة	ملعب كرة الطائرة	-	2ق	3	1 ق بين كل مجموعة	* تراعي نفس النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوة التعليمية السابقة مع مراعاة ترتيب الحركات رجل يسرى قصيرة تتبعها رجل يمنى ثم رجل يسرى عميقة تتبعها رجل يمنى وهكذا . *مراعاة وضع الذراعين دائما لا تعملان بل مفرودتان لأسفل فقط .			
ب-خطوات تعليم حركات الذراعين والرجلين	3	نفس الوضعية السابقة مع الإستعانة بعمل الذراعين عند كل خطوة	ملعب كرة الطائرة	-	2 ق	3 لكل لاعب	2 ق لكل مجموعة	* تكون الذراعان مفرودتان إلى أسفل عند وضع الإستعداد لكن بمجرد بدء الخطة الاولى بالرجل اليسرى للضارب الايمن ترتفع الذراعان من خلال إنثناء من مفصل المرفق إتجاه الحوض لتعود بسرعة أسفل إستعداد للخطوة الثانية .(عمل مستمر بين الخطوتين الاولى والثانية)			
التوافق بين حركات الرجلين والذراعين والكرة	4	(وقوف مسك الكرة) يمسك اللاعب الكرة ويرميها باليد الحرة عاليا ثم يقوم برفع الذراع الضاربة عاليا ويضرب الكرة أثناء سقوطها أعلى مستوى الرأس واليد الثانية تكون امام الكرة لتمسكها .	ملعب كرة الطائرة -كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	-	5	2ق لكل مجموعة	مراعاة النقاط الفنية السابقة للمهارة . ● تجنب استخدام القوة الكبيرة لتجنب ضياع الكرة ● النظر يكون على الكرة ● فتح اليد الضاربة قذف الكرة قريبة من الجسم			

الأسبوع الرابع : تابع ح 1 - البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الضرب الساحق

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	أدوات مستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	أداء العمل		تغذية راجعة من المعلم
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			مكتمل (م)	غير مكتمل (غ)	
ب – خطوات تعليم التوافق بين حركات الرجلي ن والذراعين والكرة	5	(وقفة الاستعداد)نفس الخطوة التعليمية السابقة لكن هذه المرة رمي الكرة عاليا باليد الحرة ثم عمل خطوتين والإرتقاء من أجل ضربها بالذراع الضاربة على أن تقابلها الذراع الحرة	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	–	15 مرة	3	2 ق بين كل مجموعة	1–المرحلة التمهيدية: *تغطية مسافة الإقتراب بعت خطوات :–تستلزم ان تكون الخطوة الاولى بالرجل اليسرى للضارب الأيمن والعكس وتكون قصيرة ،والخطوة الثانية سريعة وعميقة وواسعة –مرجحة الذراعين خلفا حتى مستوى الوسط . *كلا الذراعين تتمرجحان للأمام ثم عاليا أمام الكرة .			
ج– أداء المهارة كاملة في صورة فردية	6	يقف اللاعب وقفة الإستعداد إتجاه الحائط يقوم بضرب الكرة بكلتا اليدين نحو الارض لترتفع اعلى مستوى الراس ثم يقوم بالإرتقاء لضربها (أداء الإرسال الساحق) نحو الحائط .	–حائط ملعب كرة الطائرة	–	3 ق	3 لكل لاعب	3ق لكل مجموعة	2–المرحلة الرئيسية: يتم الوثب بعد خطوتي الإقتراب عند إنتقال ثقل الجسم من العقبين إلى الأمشاط تبدأ الذراعان بالمرجحة من الخلف،ثم القيام بالوثب عاليا –بعد الوصول إلى أقصى إرتفاع تتحرك الذراع الضاربة لأعلى حيث تثنى من مفصل المرفق– المرفق يكون اعلى من مستوى الكتف ومتجه للامام والجذع في حالة تقوس خفيف للخلف –اللمس يكون بمؤخرة اليد وتكون مفتوحة. ويكون في المنتصف الخلفي للكرة –اثناء اللمس يكون الإمتداد الكامل لذراع الضاربة			
	7	نفس الخطوة السابقة لكن يقوم اللاعب برمي الكرة عاليا وضربها على الحائط مباشرة مع أداء خطوتي الإقتراب	ملعب كرة الطائرة –حواجز	20 مرة متتالية لكل لاعب		3	2 ق لكل مجموعة	مراعاة النواحي الفنية والقانونية للمهارة 3–المرحلة الختامية : اليد الضاربة تتابع الكرة بإتجاه الهدف –يكون الهبوط على القدمين بالتساوي من نفس المكان الذي بدأ منه الوثب للحفاظ على التوازن –مراعاة وجود إنثناء خفيف للركبتين لإمتصاص قوة هبوط الجسم .			
	8	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

نموذج للدرس للمجموعة التجريبية الأولى بإستخدام أسلوب التعلم التبادلي (التطبيق بتوجيه الأقران)

إسم التلميذ : **الدرس الثالث**

الأسبوع :الثاني . **التاريخ : / / 2016 .**

الموضوع: لتعلم مهارة : التمرير من أسفل بالساعدين معا

الزمن: 60دقيقة **الشدة المتوسّطة (55–60 %** **) (المتوسطة)**

***توجيهات للطالب المؤدي يجب مراعاتها :**

–يقوم المؤدي بإتخاذ قرارات التنفيذ (الأوضاع–المكان–وقت البداية للعمل–التوقيت والإيقاع الحركي–الإنتهاء من العمل–الراحة–إلقاء أسئلة للتوضيح).

––مشاهدة نموذج الاداء من خلال الأستاذ أو زميل وورقة معيار الاداء الموجودة مع الطالب والمصممة من قبل المعلم .

–قرارات الراحة البينية يتم خلالها مراجعة ورقة المعيار وتبديل المهام مع الطالب الملاحظ

–دورك هو أداء الأعمال والإتصال فقط بالطالب الملاحظ.

–تقبل تصحيح الأخطاء من الطالب الملاحظ والحصول على التغذية الراجعة منه .

*** توجيهات للطالب الملاحظ يجب مراعاتها :**

–التعاون مع الطالب المؤدي فدورك (كملاحظ–كمشارك–كمعاون–كمنافس–كجهاز–كعائق) مع تقديم التغذية الراجعة وتصحيح الإخطاء .

–تقويم الطالب المؤدي في خانة التقويم بوضع علامة(–) في خانة ( ) إذا كان الاداء صحيح، أو خانة (x) إذا الأداء به أخطاء .

–مقارنة الأداء بما جاء بورقة المعيار مع الإتصال بالمعلم في الامور الصعبة .

فترات الراحة البينية يتم خلالها تبديل المهام مع الطالب المؤدي .

م	أجزاء الوحدة	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستخدمة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
					بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2	
											x	

	الجزء التمهيدي (الإحماء) 7د	مرحلة (التسخين –تفادي الإصابات –اليقظة والتركيز)	*الجري حول ملعب الكرة الطائرة. *تمرين الإطالة والتسخين : –(وقوف) دوران الرأس. –(وقوف) (الذراعان جانبا)دوران الذراعان مع زيادة محيط الدائرة.. –وقوف فتحا.الذراعان جانبا،عاليا) وثني الجذع امام أسفل وتبادل لف الجذع جانبا للمس مشط القدم باليد العكسية. –(وقوف) مسك الرجل اليمن إلى أعلى ثم للداخل ثم خلف (نفس الشيء الرجل اليسرى). –'وقوف) دوران الركبتين من مفصل الركبة. –(جلوس) مد الركبتين ونزول الرأس إليهما. –(وقوف)دوران القدم اليمنى من المفصل ثم القدم اليسرى . –(من وضع الرقود) ثم الوقوف والجري للأمام بطول الملعب. –(وقوف فتحا .اليدين امام الصدر)عمل خطوات جانبية امام الشبكة . –(وقوف فتحا .اليدين امام الصدر) عمل حائط صد فردي أمام الشبكة . *يخلو الطالب بنفسه في بعد الإحماء لمراجعة كيفية اداء العمل المهاري طبقا لورقة المعيار وكذلك لمشاهد النموذج من المعلم في الخطو ة التعليمية القادمة .	ملعب كرة الطائرة	- - - - - - - - - 1مرة - -	2ق - 15ثا 30ثا 30ثا 30ثا - - 30ثا 15ثا 15ثا - 15ثا - 1 ق 1 ق						*عزيزي التلميذ: عليك بتنفيذ جزء الإحماء بجدية ونشاط لما له من فائدة على جسمك وصحتك، ولأنه يقلل من الإصابات ويعمل على رفع كفاءة جميع الأجهزة الحيوية الداخلية والخارجية في جسمك ، ويهيئ الجسم لتقبل الأعباء التي ستقع عليه في الأجزاء التالية سواء كانت بدنية او مهارية ، كما انه يعمل على تنشيط الجسم وزيادة القدرة على الإنتباه

م	أجزاء الوحدة	المرحلة	المواقف	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستخدمة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (تستخدم كتغذية راجعة)
						بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2	
												x	
1	الجزء التمهيدي (الإحماء)	خطوات تعليم مهارة الإرسال الأمامي المواجه من أسفل	1	(وقفة الاستعداد) يقوم اللاعب بعمل مرجحة بالرجلين للأمام وللخلف وذلك على المشط والعقب للقدمين(تشبه حركة بندول الساعة	ملعب كرة الطائرة	–	2ق	2	1 ق بين كل مجموعة				–إثني ركبتيك –قد الرجل الخلفية للأمام
2	الجزء الرئيسي		2	(وقوف)الجري ثلاث خطوات ثم الوقوف وقفة الإستعداد والثبات في هذا الوضع لمدة (2) ثانية	ملعب كرة الطائرة	–	1.5 ق	2	1 ق بين كل مجموعة	مراعاة النواحي			

			(وقفة الإستعداد بمنتصف كل مستطيل بالترتيب) التحرك باتخاذ خطوة لجميع الجهات أمام–جانبا يمينا–جانبا يسارا–خلفا ثم الوقوف وقفة الإستعداد عند كل نقطة لمدة (1) ثانية	3	ملعب كرة الطائرة طباشير	3 مرات بعدد المستطيلات	-	2	1ق بين كل مجموعة	الفنية (تعليمات ، وإرشادات) للخطوات التعليمية من 1–6 كما بالوحدات التعليمية (برنامج العمل) مرقمة حسب موقع المواقف			**–ميلان الجذع نحو الأمام** – تضرب الكرة بكف اليد –الأصابع مضمومةومفرودة ومشدودة – النظر موزع على الكرة
			(وقوف) بمنتصف الملعب عند مركز(6) والتحرك لكل نقطة ثم الوقوف عندها وقفة الإستعداد لمدة (1)ثانية بترتيب تسلسل الأرقام	4	ملعب كرة الطائرة طباشير	6 مرات بعدد النقاط	--	2	1ق بين كل مجموعة				
			لاعبان(أ،ب) اللاعب (أ) من وضع الوقوف ممسك بالكرة والذراعان مفرودتان كاملا أمام الجسم وفي مستوى الحوض للعب الأخر، اللاعب (ب) من وقفة الاستعداد يقوم بمقابلة الكرة بالساعدين مع عدم ترك اللاعب (أ) للكرة .	5	كرة الطائرة	15 مرات متتالية	-	3 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة				
			لاعبان(أ،ب) بينهما مسافة 1م يقوم اللاعب (أ) الممسك بالكرة برميها من أسفل لأعلى للاعب (ب) والذي يقوم بتمريرها الكرة بالساعدين معا للاعب (أ)	6	كرة الطائرة	15 مرات متتالية	-	3 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة				
3	**الجزء الختامي**	التهدئة	–تمارين الاسترخاء.–تمارين إطالة ومرونة.–نظرة سريعة إلى المحتوى الذي تعلمه، –وإعطاء تغذية راجعة للمجموعة ككل –معلومات عن الدرس القادم .		ملعب كرة الطائرة	-	6د	-	-				– المتابعة بالرجل الخلفية والذراع الضاربة

الأسبوع الأول 1-البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة الإرسال الأمامي المواجه من أسفل

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2	
										x	

أ-خطوات تعليم حركات الرجلين	1	(وقفة الاستعداد) يقوم اللاعب بعمل مرجحة بالرجلين للأمام وللخلف وذلك على المشط والعقب للقدمين(تشبه حركة بندول الساعة) ثم فرد جميع مفاصل الجسم، وتقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة	-	1ق	2	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية : بالنسبة للضارب بالذراع الأيمن(والعكس للضارب بالذراع الأيسر): -الوقوف فتحا المسافة بين القدمين باتساع الصدر أو الحوض -القدم اليسرى اماما ومشط القدم اليمنى الخلفية بمحاذاة عقب القدم اليسرى الامامية ومشطى القدمين يشيران للأمام -الذراع اليمنى الضاربة مفرودة بجوار الجسم والذراع الحرة(الحاملة للكرة) منثنية من مفصل المرفق امام الجسم وفي مستوى الحوض - تقدم الرجل الخلفية للامام للإستفادة من محصلة القوة أثناء اداء المهارة			**-إثني ركبتيك** **-قد الرجل الخلفية للأمام** **-ميلان الجذع نحو الأمام**
	2	(وقفة الاستعداد) يقوم اللاعب بضرب كرة معلقة بالذراع المؤدية (الضاربة)من أسفل نقطة للكرة مع تقدم الرجل لخلفية للأمام	قائم – حبل ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	-	15مرة متتالية لكل لاعب	3	1 ق بين كل مجموعة	مراعاة نفس النقاط الفنية السابق شرحها مع ملاحظة الأتي: -تؤدى المرجحة بالذراع الضاربة وهي مفرودة -تضرب الكرة بكف اليد والأصابع مضمومة ومفرودة ومشدودة -النظر موزع على الكرة والمكان المراد توصيل الكرة اليه . -فرد جميع مفاصل الجسم عند لحظة ضرب الكرة -المتابعة بالرجل الخلفية والذراع الضاربة .			– تضرب الكرة بكف اليد -الأصابع مضمومةومفرودة ومشدودة
ب-خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية (الضاربة)	3	لاعبان (ا ب) من وقفة الاستعداد يقوم الاعب (ا) بدحرجة الكرة على الارض بالذراع المؤدية للاعب (ب) مع رفع الذراع امام عاليا قليلا والثبات 2 ثا في هذا الوضع (المسافة بين الاعبين عرض الملعب أي 9 م) مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة	-	15 مرة متتالية لكل لاعب	2 لكل لاعب	1ق لكل مجموعة	أثناء حمل الكرة بالذراع المؤدية : تحمل الكرة على كف اليد مفتوحة والاصابع مضمومة مع فرد الذراع المؤدية وتكون بجوار الجسم -أثناء الدحرجة بالذراع المؤدية : يكون المسار الحركي للذراع بأن يمرجح أما ما-خلفا –عاليا. -أثناء دحرجة الكرة : يكون المسار الحركي للذراع بان يمرجح خلفا –أمام- عاليا- مع دحرجة الكرة على الأرض والثبات 2 ثانية .			– النظر موزع على الكرة - المتابعة بالرجل الخلفية والذراع الضاربة

تابع :1- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال الامامي المواجه من أسفل

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2	
										x	
تابع ب– خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية .	4	(وقفة الاستعداد مسك الكرة بالذراع الحرة) يقوم الاعب بقذف الكرة بالذراع الحرة(الحاملة للكرة) لاعلى وفي إتجاه الذراع الضاربة وامام الرجل الخلفية وتركها تسقط على الأرض	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	15مرة متتالية لكل لاعب	-	3	1ق لكل مجموعة	*مراعاة وقفة الإستعداد الصحيحة . –مراعاة عدم قذف الكرة بعيدا عن الجسم ولا قريبة منه، وذلك كي يكتسب اللاعب المسار الصحيح للكرة .			**–إثني ركبتيك** **–قد الرجل الخلفية للأمام** **–ميلان الجذع نحو الأمام** – تضرب الكرة بكف اليد
ج–خطوات الربط بين الذراع الضاربة والرجلين والكرة والعينين	5	(وقفة الاستعداد مسك الكرة بالذراع الحرة) نفس الخطوة التعليمية السابقة مع عدم ترك الكرة تسقط على الأرض بمسك الكرة بالذراع الضاربة مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	-	2	2	1ق لكل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوات السابقة . –مراعاة ان تكون الذراع الضاربية مفرودة ومسك ومقابلة الكرة والكف مفتوح، والاصابع مضمومة ومشدودة وذلك كي يكتسب اللاعب الإدراكات الحسية السليمة للمسار الصحيح للكرة لحظة مقابلة الذراع الضاربة للكرة . *توجيه اليد الضاربة للكرة لتستقر عليها وعدم ضربها بقوة .			–الأصابع مضمومةومفرودة ومشدودة – النظر موزع على الكرة – المتابعة بالرجل الخلفية والذراع الضاربة
	6	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

الأسبوع الثاني: **1البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : التمرير من أسفل بالساعدين معا**

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2	
										x	
خطـــــــوات تعليم حركة الرجلين ووقفة الإستعداد)	1	(وقوف)الجري ثلاث خطوات ثم الوقوف وقفة الإستعداد والثبات في هذا الوضع لمدة (2) ثانية	ملعب كرة الطائرة	–	2 ق	3	1ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية (وقفة الاستعداد) -الوقوف فتحا لمسافة بين القدمين باتساع الحوض أو الصدر وثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي لحفظ التوازن . -مشط القدمين يشيران للأمام وفي اتجاه تمرير الكرة . -ثني الركبتين مع ميل الجذع للأمام . -الذراعان منثنيتان من مفصل المرفق بحيث يكون العضدين بجوار الجسم والساعدين امام الجسم وموازيين للأرض . -النظر للامام وموزع على الكرة والمكان المراد توصيل الكرة إليه . - التحرك أولا يفيد الوصل للكرة ثم يتم إتخاذ وقفة الإستعداد تحت الكرة مباشرة .	6د		-إتخذ وقفة الإستعداد الصحيحة. -إثني ركبتيك أكثر نحو الأسفل . -ارفع مرفقيك بجوار الجسم وقم بثنيهما -اليدان متلاصقتان . -التحرك للوصول للكرة كي لا تسقط على الأرض -فك كفيك بين كل تمريرة
	2	(وقفة الإستعداد بمنتصف كل مستطيل بالترتيب) التحرك باتخاذ خطوة لجميع الجهات أمام–جانبا يمينا–جانبا يسارا–خلفا ثم الوقوف وقفة الإستعداد عند كل نقطة لمدة (1) ثانية	ملعب كرة الطائرة طباشير	3 مرات بعدد المستطيلات	-	2	1ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق شرحها . *هذه التحركات مهمة جدا للوصول للكرة كي يتعلم المبتدئ تحركات القدمين طبقا لنوعية المهارة . *في هذه الخطوة تتعلم كيفية دوران الملعب طبقا لقانون اللعبة (مع إتجاه عقارب الساعة)			
	3	(وقوف) بمنتصف الملعب عند مركز(6) والتحرك لكل نقطة ثم الوقوف عندها وقفة الإستعداد لمدة (1)ثانية بترتيب تسلسل الأرقام	ملعب كرة الطائرة طباشير	6 مرات بعدد النقاط	--	2	1ق بين كل مجموعة	*مراعة النقاط السابق شرحها . *يضاف لحركات السابقة الذكر التحرك القطري للأمام أو قطري للخلف.			

الأسبوع الثاني : 2 البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : التمرير من أسفل بالساعدين معا

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2	
										x	
أ-خطوات تعليم حركة وضع الذراعين	4	لاعبان(أ،ب) اللاعب (أ) من وضع الوقوف ممسك بالكرة والذراعان مفرودتان كاملا أمام الجسم وفي مستوى الحوض للعب الأخر، اللاعب (ب) من وقفة الاستعداد يقوم بمقابلة الكرة بالساعدين مع عدم ترك اللاعب (أ) للكرة .	-ملعب -كرة الطائرة	-	2ق	2 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة الرئيسية (لحظة التمرير) : -يعد التحرك والوقوف وقفة الإستعداد تحت الكرة يتم تشبيك الكفين مع فرد الذراعين كاملا اما الجسم ثم فرد جميع مفاصل الجسم المنثنية لمقابلة الكرة وتمريرها بالساعدين مع ثبات الذراعين المفرودتين دون إشتراكها الفعلي في الحركة . 2-المرحلة الختامية : يستمر اللعب في فرد جسمه إلى ان يصل غلى للوقوف على مشطي القدمين ثم التحرك للأمام لحفظ الإتزان ليتحول إلى المتطلبات التالية للعب .			-إثني ركبتيك أكثر نحو الأسفل . -ارفع مرفقيك بجوار الجسم وقم بثنيهما
ب-خطوات التوافق او الربط بين حركة الرجلين والذراعين والكرة والعينين	5	لاعبان(أ،ب) بينهما مسافة 1م يقوم اللاعب (أ) الممسك بالكرة برميها من أسفل لأعلى للاعب (ب) والذي يقوم بتمريرها الكرة بالساعدين معا للاعب	كرة الطائرة	15 مرات متتالية	-	3 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة	مراعاة النواحي الفنية للمهارة . -التحرك بالرجلين للوصول أسفل الكرة .			-اليدان متلاصقتان . -التحرك للوصول للكرة كي لا تسقط على الأرض -فك كفيك بين كل تمريرة
	6	لاعبان (أ ب) بينهما مسافة 3م يقوم اللاعب(أ) برمي الكرة عاليا لترتطم بالأرض ثم يقوم اللاعب (ب) بالتحرك حسب إتجاه الكرة وتمريرها من أسفل بالساعدين معا للاعب (أ) .	ملعب -كرة الطائرة	10 مرات متتالي	-	3 لكل لاعب	2ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط النقاط الفنية السابقة للمهارة *التحرك للوصول للكرة . *مراعاة الآتي عند لحظة التمرير : -إذا كانت الكرة قريبة من الزميل تكون الذراعان موازيان للأرض -إذا كان التحرك لليمين تكون الرجل اليمنى امام قليلا لمواجهة الزميل لحظة التمرير، والعكس صحيح اذا كان التحرك لليسار			
	7	(وقفة الإستعداد .أمام الحائط) يقوم اللاعب بالتمرير من أسفل بالساعدين معا بعد إرتداد الكرة من الأرض (المسافة بين اللاعب والحائط 3 متر)	حائط كرة الطائرة طباشير	15 مرة متالية	-	3	1 ق بين كل مجموعة	*مراعة النقاط الفنية السابقة . *التحرك بالرجلين للوصول للكرة . -فك الكفين بين كل تمريرة وتمريرة لسهولة الحركة ثم تشبيك الكفين أثناء التمرير فقط .			

	8	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

الأسبوع الثالث : 1- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : التمرير من أعلى وللأمام

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظة1	ملاحظة2	
										x	
خطوات تعليم حركة الرجلين (وقفة الاستعداد)	1	(وقوف) الجري في المكان ثم الوقوف وقفة الإستعداد لمدة(2) ثانية .	ملعب كرة الطائرة	-	2 ق	3	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية (وقفة الإستعداد) : *بالنسبة للاعب الأيمن (والعكس صحيح للاعب الأيسر): – القدمان متباعدتان مسافة بإتساع الحوض أو الصدر والمشطان يشيران للامام وثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي . – القدم اليمنى أمام بحيث مشط القدم الخلفية بمحاذاة عقب القدم الامامية – إنثناء قليل لركبتين مع ميل الجذع قليلا للأمام . –ثني الذراعان من مفصل المرفق بحيث يكون الكفين أمام الوجه (الجبهة)بمسافة لا تقل عن 15سم تقريبا وان يرسم الإبهامان والسبابتان مثلث والأصابع منتشرة ومرتبطة واليدين تأخذ إستدارة(شكل) الكرة . – النظر للأمام وموزع على الكرة المراد وصول الكرة إليه .			إثني مفصل المرفقان وهما أمام الوجه –أرسم مثلث بأصابع يديك حول الكرة –أنظر أمامك وللكرة حتى تصل اليها –قم بمتابعة الكرة بالذراعين والكفين –قدم رجلك الخلفية للأمام لتحافظ على توازنك
	2	(وقفة الإستعداد)بداية من مركز رقم(1) مرورا بجميع المراكز (مع إتجاه عقارب الساعة) يقف اللاعب وقفة الإستعداد لمدة (1) ثانية عند كل مركز بالملعب	حائط –كرة الطائرة –طباشير	مرتين عند كل مركز ثم التوقف	-	2	1 ق بين كل مجموعة	*مراعة النقاط الفنية لوضعية الإستعداد : – من وقفة الإستعداد عند أي مركز بالملعب لا بد أن يواجه اللاعب مركز (2)عند التمرير – التحركات داخل الملعب إتجاه عقارب الساعة). – عند التحرك من مركز إلى أخر يكون الجري عادي مواجه ثم عند كل مركز يقف اللاعب وقفة الإستعداد على ان يواجه مركز (2) لنفس الملعب			
خطوات تعليم حركة الذراعين(الإحساس بالكرة)	3	(قرفصاء(جلوس) من وضع الإستعداد) وضع الكفين على الكرة والضغط عليها بإستمرار لمدة (5)ثا ثم الوقوف وقفة الإستعداد مع مسك الكرة لمدة(5)ثا ثم ترك الكرة تسقط على الارض والإحتفاظ بهذا الوضع لمدة (5)ثا	ملعب –كرة الطائرة ر	10مرة متتالية	-	2	1ق	2-المرحلة الرئيسية (لحظة التمرير) : –بعد الجري والوصول تحت الكرة لإتخاذ وقفة الإستعداد يقوم اللاعب بفرد جميع مفاصل الجسم المنشية مع فرد كامل للذراعين وتمرير الكرة بالأصابع . –نقل ثقل الجسم على القدم الامامية وكذا مشطى القدمين . 3-المرحلة الختامية(المتابعة) : –عمل متابعة بالذراعين والكفين مع نقل القدم الخلفية للأمام لحفظ الإتزان والتحرك لإتمام باقي المهام المطلوبة بعد ذلك .			

الأسبوع الثالث تابع 2 البرنامج التعليمي المستخدم لتعمل مهارة : التمرير من أعلى وللأمام .

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2	
										x	
خطوات تعليم حركة الذراعين(الإحساس بالكرة)	4	(وقفة الإستعداد) يقوم اللاعب بعمل تنطيط بالكرة على الأرض من الثبات باليد اليمنى ثم باليد اليسرى ثم باليدين معا امام الجسم .	ملعب كرة الطائرة- كرة طائرة	15 مرة متتالية لكل يد	–	2	1 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق شرحها . *عمل تنطيط بالأصابع وهي منتشرة ومشدودة في حالة العمل بيد واحدة وفي حالة العمل باليدين معا . *مراعاة المثلث على أن يكون الإبهامان قاعدة المثلث والسبابتان رأس المثلث ،والمسافة بين الإبهامين والسبابتين من 3-5 سم تقريبا			إثني مفصل المرفقان وهما أمام الوجه -أرسم مثلث بأصابع يديك حول الكرة -أنظر أمامك وللكرة حتى تصل اليها
	5	لاعبان (أ ب) المسافة بينهم (4)م اللاعب (أ) من وضع الجلوس نصفي والضغط على الكرة، يقف وقفة الإستعداد ثم يقوم برمي الكرة للزميل (ب) وعمل متابعة بالذراعين والرجلين بأخذ خطوة للأمام .	– ملعب –كرة الطائرة	10 مرات متتالية	–	3 لكل لاعب	1ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق تداولها في الخطوات السابقة . *عند توصيل الكرة للزميل يأخذ مسار الكرة قوس طيران قدر الإمكان .			
خطوات تعليم حركة الذراعين والرجلين	6	(وقفة الإستعداد أمام حائط) المسافة بين اللاعب والحائط 6م يقوم اللاعب برمي الكرة عاليا امام الجبهة على الحائط ثم مسك الكرة قبل سقوطها على الأرض. ملحوظة: أثناء رمي الكرة ومسكها وبعد إرتدادها من الحائط تكون الكرة من امام الجبهة .	حائط –كرة الطائرة	10 مرات متتالية	–	3	1 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النواحي الف نية السابق شرحها . *أثناء رمي الكرة على الحائط يتم فرد جميع مفاصل الجسم وعمل متابعة بالذراعين والرجلين مع مراعاة قوس الطيران للكرة . *تتطلب المتابعة بالرجين التحرك حسب إرتداد الكرة من الحائط سواء كان التحرك (للأمام –للخلف- يمين-يسار) .			-قم بمتابعة الكرة بالذراعين والكفين -قدم رجلك الخلفية للأمام لتحافظ على توازنك -قم برفع الكرة عاليا على شكل قوس

	7	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

الأسبوع الرابع 1-البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال من أعلى (التنس)

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2	
										x	
أ-خطوات تعليم حركات الرجلين	1	(وقوف) الجري ثلاث خطوات ثم الوقوف والثبات لمدة (2)ثانية إتجاه الشبكة	ملعب كرة الطائرة	-	2ق	2	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية : بالنسبة للضارب بالذراع الأيمن(والعكس للضارب بالذراع الأيسر): -الوقوف فتحا المسافة بين القدمين باتساع الصدر أو الحوض -القدم اليسرى اماما ومشط القدم اليمنى الخلفية بمحاذاة عقب القدم اليسرى الامامية ومشطى القدمين يشيران للامام -الوزن(ثقل الجسم) موزع بالتساوي على القدمين . -الكتفين إتجاه الشبكة، الرجل الحرة عكس اليد الضاربة تكون للأمام - العينان على الكرة ** فتح اليد الضاربة			-قدم قدمك اليسرى أماما على أن تكون والرجل اليمنى خلفا -رجلك الحرة دائما تكون عكس اليد الضاربة.
	2	(وقوف) من مركز (1)التحرك لكل مركز(نقطة) بالترتيب ثم الوقف عندها (2) ثا برفع الذراع الضاربة عاليا وتكون الذراع الحرة على مستوى الحوض	ملعب كرة الطائرة	مرتين لكل مركز	-	2	1 ق بين كل مجموعة	تراعي نفس النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوة التعليمية السابقة *هذه التحركات مهمة جدا للوصول للكرة كي يتعلم المبتدئ كيفية تحركات القدمين طبقا لنوعية المهارة * في هذه الخطوة يتعلم كيفية دوران الملعب طبقا لقانون اللعبة (مع إتجاه عقارب الساعة)			-إفتح يدك التي تحمل بها الكرة -إرمي الكرة قريبة من جسمك وليس بعيدة -مرجح ذراعك خلفا وأسفل ثم اعلى لتضرب الكرة. --افتح يدك لتضرب الكرة
ب-خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية (الضاربة)	3	لاعبان (ا ب) من وقفة الاستعداد يقوم اللاعب (ا) برمي الكرة عاليا فوق مستوى الكتف بالذراع المؤدية للاعب (ب) مع تقدم الرجل الخلفية للأمام ،والثبات 2 ثا في هذا الوضع (المسافة بين اللاعبين عرض الملعب أي 9 م)	ملعب -كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	-	3 لكل لاعب	1ق لكل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابقة . أثناء حمل الكرة بالذراع المؤدية : تحمل الكرة على كف اليد مفتوحة والاصابع مضمومة مرجحة الذراع المؤدية خلفا حيث يكون المرفق لأعلى . *استخدام القوة حتى تضمن وصول الكرة لزميلك في صورة قوس عالي * مراعاة عدم تحرك أي جزء من الجسم بعد رمي الكرة . *ضرورة تحويل وزن الجسم إلى القدم الامامية . *ملاحظة مهمة جدا : لا يكون هناك متابعة لليد الضاربة			

تابع 2-البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال من أعلى (التنس)

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات مستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظة1	ملاحظة2	
										x	
ج- خطوات تعليم حركات	4	لاعبان (ا ب) نفس الخطوة التعليمية السابقة مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	–	2 لكل لاعب	3 ق بين كل مجموعة	*مراعاة نفس النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوات السابقة . *ضرورة تحويل وزن الجسم إلى القدم الامامية . *ملاحظة مهمة جدا : لا يكون هناك متابعة لليد الضاربة			–قدم قدمك اليسرى أماما على أن تكون والرجل اليمنى خلفا
د- خطوات الربط بين الذراع الضاربة والرجلين والكرة والعينين	5	(وقوف مسك الكرة) يمسك اللاعب الكرة ويرميها باليد الحرة عاليا ثم يقوم برفع الذراع الضاربة عاليا ويضرب الكرة أثناء سقوطها أعلى مستوى الرأس واليد الثانية تكون اما الكرة لتمسكها .	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	-	5	2ق لكل مجموعة	مراعاة النقاط الفنية السابقة للمهارة . • تجنب استخدام القوة الكبيرة لتجنب ضياع الكرة • النظر يكون على الكرة • فتح اليد الضاربة • قذف الكرة قريبة من الجسم			–رجلك الحرة دائما تكون عكس اليد الضاربة. –إفتح يدك التي تحمل بها الكرة
	6	لاعبان(أ ب)المسافة بينهما 1م اللاعب (أ)من وضع الوقوف ممسك بالكرة والذراعان مفرودتان لأعلى، يقوم اللاعب(ب) من وضع الوقوف الثابت امام الكرة المحمولة ويقوم بضربها بمرجحة الذراع كل مرة (أسفل للخلف ثم للأعلى) وهكذا	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	-	4	2ق لكل مجموعة	2–المرحلة الرئيسية: (اللمس) : *مرجحة الذراع الضاربة خلفا على أن يكون المرفق لأعلى *لمس الكرة باليد المفتوحة .*مكان لمس الكرة اسفل منتصفها *المرحلة الختامية(المتابعة): –تحويل وزن الجسم إلى القدم الامامية . –لا يكون هناك متابعة لليد الضاربة (أي توقف حركة الذراع سريعا عقب لمس الكرة)			–إرمي الكرة قريبة من جسمك وليس بعيدة –مرجح ذراعك خلفا وأسفل ثم اعلى لتضرب الكرة. –افتح يدك لتضرب الكرة
	7	لاعبان (أ ب) المسافة بينهما 6م يقوم اللاعب (أ) برمي الكرة عاليا بالذراع الحرة ثم يقوم بضربها اتجاه اللاعب (ب) الذي يعيدها اليه من اسفل الى الاعلى	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	–	2 ق	5	2 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النواحي الفنية للمهارة . *قذف الكرة امام اليد الضاربة . *قذف الكرة قريبة من الجسم . *مرجحة الذراع خلفا وان يكون المرفق لأعلى . *لمس الكرة باليد المفتوحة ومن أسفل منتصف الكرة .			
	8	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

الأسبوع الرابع : 1- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الضرب الساحق

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	أدوات مستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2 x	
أ-خطوات تعليم حركات الرجلين	1	(وقفة الاستعداد) بإتجاه عرض الملعب، يقوم اللاعب بالتقدم من خلال تقديم الرجل اليسرى اولا تتبعها اليمنى خطوتين ثم التوقف 1 ثا ثم يكمل العمل	ملعب كرة الطائرة	-	2ق	3	2 ق بين كل مجموعة	*الوقوف فتحا المسافة بين القدمين باتساع الصدر أو الحوض. *الذراعان مفرودتان إتجاه الأسفل . * عند التقدم بالخطوة الأولى والثانية لا بد ان تتقدم الرجل اليسرى اولا بالنسبة للضارب بالذراع اليمنى والعكس صحيح . *الخطوتان الأولى والثانية تكونان قصيرتان			**-قدم رجلك اليسرى كخطوة أولى وتكون قريبة وقصيرة واخطو الثانية بنفس الرجل وعميقة** **-إثني ركبتين أسفل لتتمكن من الإرتقاء بشكل أفضل** **-الذراع الضاربة تبدأ بالحركة من الخلف ثم عاليا**
	2	(وقفة الاستعداد)نفس الخطوة التعليمية السابقة مع ضرورة التقدم بالخطوة الاولى بالرجل اليسرى قصيرة لكن الخطوة الثانية تكون الرجل اليسرى عميقة	ملعب كرة الطائرة	-	2ق	3	1 ق بين كل مجموعة	* تراعي نفس النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوة التعليمية السابقة مع مراعاة ترتيب الحركات رجل يسرى قصيرة تتبعها رجل يمنى ثم رجل يسرى عميقة تتبعها رجل يمنى وهكذا . *مراعاة وضع الذراعين دائما لا تعملان بل مفرودتان لأسفل فقط .			
ب-خطوات تعليم حركات الذراعين والرجلين	3	نفس الوضعية السابقة مع الإستعانة بعمل الذراعين عند كل خطوة	ملعب كرة الطائرة	-	2 ق	3 لكل لاعب	2 ق لكل مجموعة	* تكون الذراعان مفرودتان إلى أسفل عند وضع الإستعداد لكن بمجرد بدء الخطة الاولى بالرجل اليسرى للضارب الايمن ترتفع الذراعان من خلال إنثناء من مفصل المرفق إتجاه الحوض لتعود بسرعة أسفل إستعداد للخطوة الثانية .(عمل مستمر بين الخطوتين الاولى والثانية)			
التوافق بين حركات الرجلين والذراعين والكرة	4	(وقوف مسك الكرة) يمسك اللاعب الكرة ويرميها باليد الحرة عاليا ثم يقوم برفع الذراع الضاربة عاليا ويضرب الكرة أثناء سقوطها أعلى مستوى الرأس واليد الثانية تكون امام الكرة لتمسكها .	ملعب كرة الطائرة -كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	-	5	2ق لكل مجموعة	مراعاة النقاط الفنية السابقة للمهارة . • تجنب استخدام القوة الكبيرة لتجنب ضياع الكرة • النظر يكون على الكرة • فتح اليد الضاربة قذف الكرة قريبة من الجسم			

الأسبوع الرابع : تابع 1- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الضرب الساحق

الخطوات التعليمية	م	محتوى البرنامج التعليمي	أدوات مستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	التقويم		عينة من السلوك اللفظي (كتغذية راجعة)
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			ملاحظ1	ملاحظ2	
										x	
ب – خطوات تعليم التوافق بين حركات الرجلي ن والذراعين والكرة	5	(وقفة الاستعداد)نفس الخطوة التعليمية السابقة لكن هذه المرة رمي الكرة عاليا باليد الحرة ثم عمل خطوتين والإرتقاء من أجل ضربها بالذراع الضاربة على أن تقابلها الذراع الحرة	ملعب كرة الطائرة -كرة الطائرة	-	15 مرة	3	2 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية: *تغطية مسافة الإقتراب بعت خطوات :-تستلزم ان تكون الخطوة الاولى بالرجل اليسرى للضارب الأيمن والعكس وتكون قصيرة ،والخطوة الثانية سريعة وعميقة وواسعة –مرجحة الذراعين خلفا حتى مستوى الوسط . *كلا الذراعين تتمرجحان للأمام ثم عاليا أمام الكرة .			**43 د عمل فعلي** **-المرفق يكون أعلى** من مستوى الكتف – قم بمد ذراعك كاملة عند لمس الكرة اليد وهي مفتوحة. -ضرب الكرة يكون من مؤخرة ا -تابع الكرة التي ضربتها بإتجاه الهدف -إهبط بقدميك معا من نفس مكان الوثب
ج- أداء المهارة كاملة في صورة فردية	6	يقف اللاعب وقفة الإستعداد إتجاه الحائط يقوم بضرب الكرة بكلتا اليدين نحو الارض لترتفع اعلى مستوى الراس ثم يقوم بالإرتقاء لضربها (أداء الإرسال الساحق) نحو الحائط .	-حائط ملعب كرة الطائرة	-	3 ق	3 لكل لاعب	3ق لكل مجموعة	2-المرحلة الرئيسية: يتم الوثب بعد خطوتي الإقتراب عند إنتقال ثقل الجسم من العقبين إلى الأمشاط تبدأ الذراعان بالمرجحة من الخلف،ثم القيام بالوثب عاليا –بعد الوصول إلى أقصى إرتفاع تتحرك الذراع الضاربة لأعلى حيث تثنى من مفصل المرفق- المرفق يكون اعلى من مستوى الكتف ومتجه للامام والجذع في حالة تقوس خفيف للخلف -اللمس يكون بمؤخرة اليد وتكون مفتوحة. ويكون في المنتصف الخلفي للكرة -اثناء اللمس يكون الإمتداد الكامل لذراع الضاربة			
	7	نفس الخطوة السابقة لكن يقوم اللاعب برمي الكرة عاليا وضربها على الحائط مباشرة مع أداء خطوتي الإقتراب	ملعب كرة الطائرة -حواجز	20 مرة متتالية لكل لاعب		3	2 ق لكل مجموعة	مراعاة النواحي الفنية والقانونية للمهارة 3-المرحلة الختامية : اليد الضاربة تتابع الكرة بإتجاه الهدف –يكون الهبوط على القدمين بالتساوي من نفس المكان الذي بدأ منه الوثب للحفاظ على التوازن –مراعاة وجود إنثناء خفيف للركبتين لإمتصاص قوة هبوط الجسم .			
	8	منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق				التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة			

نموذج للدرس للمجموعة التجريبية الأولى بإستخدام أسلوب الواجبات (التطبيق المتعدد المستويات)التضميني

إسم التلميذ : الدرس الخامس الموضوع: لتعلم مهارة : التمرير من أعلى وللأمام.

الأسبوع :الثالث . التاريخ : / / 2016 . الزمن: 60دقيقة الشدة المتوسّطة (55–60 %)(المتوسطة)

*توجيهات للطالب يجب مراعاتها : الهدف : أن يتعلم التلميذ كيفية أداء مهارة التمرير من أعلى

– ضع الأرقام باترتيب أمام المستوى الذي يمثل نقطة البداية لك .

–مشاهدة نماذج الاداء من المعلم وطبقا لمستوى البداية لك قم بالأداء داخل المحطة التعليمية المخصصة.

في حال عدم إستطاعتك للأداء عند هذا المستوى إنتقل مباشرة إلى أداء خطوة تعليمية (محطة)أخرى حتى تستطيع اداء باقي الخطوات التعليمية، حيث انها تناسب مستواك

– يقوم التلميذ بتقدير أدائه مستخدما ورقة المعيار

– بمقدورك إكتشاف خطا ادائك بمقارنته بورقة المعيار، وحاول تصحيح هذا الخطأ، فإن لم تستطع تصحيحه أو واجهت صعوبة في ادائك ،عليك ان تستعين بالمعلم .

– فترات الراحة فرصة لتقويم الاداء.

– يقوم المعلم أيضا بتقديم التغذية الراجعة لتصحيح الاخطاء ومساعدة المتعلم .

م	أجزاء الوحدة	المرحلة (الخطوات)	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستخدمة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية	بعض المعلومات الهامة
					بالعدد	بالزمن	عدد مجموع				
	الجزء التمهيدي (الإحماء 7د	مرحلة (التسخين –تفادي الإصابات– اليقظة والتركيز)	*الجري حول ملعب الكرة الطائرة. *تمرين الإطالة والتسخين : –(وقوف) دوران الرأس. –(وقوف) (الذراعان جانبا)دوران الذراعان مع زيادة محيط الدائرة.. –وقوف فتحا.الذراعان جانبا،عاليا) وثني الجذع امام أسفل وتبادل لف الجذع جانبا للمس مشط القدم باليد العكسية. –(وقوف) مسك الرجل اليمن إلى أعلى ثم للداخل ثم خلف (نفس الشيء الرجل اليسرى). –'وقوف) دوران الركبتين من مفصل الركبة. –(جلوس) مد الركبتين ونزول الرأس إليهما. –(وقوف)دوران القدم اليمنى من المفصل ثم القدم اليسرى . –(من وضع الرقود) ثم الوقوف والجري للأمام بطول الملعب. –(وقوف فتحا .اليدين امام الصدر)عمل خطوات جانبية امام الشبكة . –(وقوف فتحا .اليدين امام الصدر) عمل حائط صد فردي أمام الشبكة . *يخلو الطالب بنفسه في بعد الإحماء لمراجعة كيفية اداء العمل المهاري طبقا لورقة المعيار وكذلك لمشاهد النموذج من المعلم في الخطو ة التعليمية القادمة .	ملعب كرة الطائرة	- - - - - - - - - - - - 1مرة - -	2ق - 15ثا 30ثا 30ثا 30ثا - - 30ثا 15ثا 15ثا - 15ثا - 1 ق 1 ق					*عزيزي التلميذ: عليك بتنفيذ جزء الإحماء بجدية ونشاط لما له من فائدة على جسمك وصحتك، ولأنه يقلل من الإصابات ويعمل على رفع كفاءة جميع الأجهزة الحيوية الداخلية والخارجية في جسمك ، ويهيئ الجسم لتقبل الأعباء التي ستقع عليه في الأجزاء التالية سواء كانت بدنية او مهارية ، كما انه يعمل على تنشيط الجسم وزيادة القدرة على الإنتباه

م	أجزاء الوحدة	المرحلة	المحطات	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستخدمة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
						بالعدد	بالزمن	مجموعات			
1	الجزء التمهيدي (الإحماء)	خطوات تعليم مهارة الإرسال الإمامي المواجه من أسفل	1	(وقوف) الجري في المكان ثم الوقوف وقفة الإستعداد لمدة(2) ثانية .	ملعب كرة الطائرة	-	1ق	3	30 ثا بين كل مجموعة		
2	الجزء الرئيسي		2	(وقفة الإستعداد)بداية من مركز رقم(1) مرورا بجميع المراكز (مع إتجاه عقارب الساعة) يقف اللاعب وقفة الإستعداد لمدة (1) ثانية عند كل مركز بالملعب	حائط – كرة الطائرة –طباشير	كل مركزين عند	-	2	1 ق بين كل مجموعة	مراعاة النواحي الفنية (تعليمات ، وإرشادات) للخطوات التعليمية من 1-6 كما بالوحدات التعليمية (برنامج العمل) مرقمة حسب موقع المواقف	
			3	(قرفصاء(جلوس) من وضع الإستعداد) وضع الكفين على الكرة والضغط عليها بإستمرار لمدة (5)ثا ثم الوقوف وقفة الإستعداد مع مسك الكرة لمدة(5)ثا ثم ترك الكرة تسقط على الارض والإحنفاظ بهذا الوضع لمدة (5)ثا	ملعب كرة الطائرة	10مرة متتالية	-	2	1ق لكل مجموعة		
			4	(وقفة الإستعداد) يقوم اللاعب بعمل تنطيط بالكرة على الأرض من الثبات باليد اليمنى ثم باليد اليسرى ثم باليدين معا امام الجسم .	قائم – حبل ملعب – كرة الطائرة	15مرة متتالية لكل لاعب	-	3	1 ق بين كل مجموعة		
			5	(نفس الخطوة التعليمية السابقة لكن من الحركة بطول الملعب	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	10 مرات متتالية	-	3 لكل لاعب	1ق لكل مجموعة		
			6	لاعبان (أ ب) المسافة بينهم (4)م اللاعب (أ) من وضع الجلوس نصفي والضغط على الكرة، يقف وقفة الإستعداد ثم يقوم برمي الكرة للزميل (ب) وعمل متابعة بالذراعين والرجلين بأخذ خطوة للأمام .	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	-	2ق	2	1ق لكل مجموعة		
			7	منافسة تطبيقية بين التلاميذ			10 ق				

3	**الجزء الختامي**	التهدئة	–تمارين الاسترخاء.–تمارين إطالة ومرونة.–نظرة سريعة إلى المحتوى الذي تعلمه، –وإعطاء تغذية راجعة للمجموعة ككل –معلومات عن الدرس القادم .	ملعب كرة الطائرة	-	6د	–	–		

الأسبوع الأول 1-البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة الإرسال الأمامي المواجه من أسفل

الخطوات التعليمية	المحطات	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
أ-خطوات تعليم حركات الرجلين	1	(وقفة الاستعداد) يقوم اللاعب بعمل مرجحة بالرجلين للأمام وللخلف وذلك على المشط والعقب للقدمين(تشبه حركة بندول الساعة) ثم فرد جميع مفاصل الجسم، وتقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة	-	1ق	2	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية : بالنسبة للضارب بالذراع الأيمن(والعكس للضارب بالذراع الأيسر): -الوقوف فتحا المسافة بين القدمين باتساع الصدر أو الحوض -القدم اليسرى اماما ومشط القدم اليمنى الخلفية بمحاذاة عقب القدم اليسرى الامامية ومشطى القدمين يشيران للأمام -الذراع اليمنى الضاربة مفرودة بجوار الجسم والذراع الحرة(الحاملة للكرة) منثنية من مفصل المرفق امام الجسم وفي مستوى الحوض - تقدم الرجل الخلفية للامام للإستفادة من محصلة القوة أثناء اداء المهارة	
	2	لاعبان (ا ب) من وقفة الاستعداد يقوم الاعب (ا) بدحرجة الكرة على الارض بالذراع المؤدية للاعب (ب) مع رفع الذراع امام عاليا قليلا والثبات 2 ثا في هذا الوضع (المسافة بين الاعبين عرض الملعب أي 9 م) مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة	2 ق	-	3 لكل لاعب	1ق لكل مجموعة	أثناء حمل الكرة بالذراع المؤدية : تحمل الكرة على كف اليد مفتوحة والاصابع مضمومة مع فرد الذراع المؤدية وتكون بجوار الجسم -أثناء الدحرجة بالذراع المؤدية : يكون المسار الحركي للذراع بأن يمرجح أما ما-خلفا –عاليا. -أثناء دحرجة الكرة : يكون المسار الحركي للذراع بان يمرجح خلفا –أمام- عاليا- مع دحرجة الكرة على الأرض والثبات 2 ثانية .	
ب-خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية (الضاربة)	3	(وقفة الاستعداد) يقوم اللاعب بضرب كرة معلقة بالذراع المؤدية (الضاربة)من أسفل نقطة للكرة مع تقدم الرجل لخلفية للأمام	قائم – حبل ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	15مرة متتالية لكل لاعب	-	3	1 ق بين كل مجموعة	مراعاة نفس النقاط الفنية السابق شرحها مع ملاحظة الأتي: -تؤدى المرجحة بالذراع الضاربة وهي مفرودة -تضرب الكرة بكف اليد والأصابع مضمومة ومفرودة ومشدودة -النظر موزع على الكرة والمكان المراد توصيل الكرة اليه . -فرد جميع مفاصل الجسم عند لحظة ضرب الكرة -المتابعة بالرجل الخلفية والذراع الضاربة .	

تابع :1- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال الامامي المواجه من أسفل

الخطوات التعليمية	المحطات	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
تابع ب- خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية .	4	(وقفة الاستعداد مسك الكرة بالذراع الحرة) يقوم الاعب بقذف الكرة بالذراع الحرة(الحاملة للكرة) لاعلى وفي إتجاه الذراع الضاربة وامام الرجل الخلفية وتركها تسقط على الأرض	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	15مرة متتالية لكل لاعب	-	3	1ق لكل مجموعة	*مراعاة وقفة الإستعداد الصحيحة . –مراعاة عدم قذف الكرة بعيدا عن الجسم ولا قريبة منه، وذلك كي يكتسب اللاعب المسار الصحيح للكرة .	
ج–خطوات الربط بين الذراع الضاربة والرجلين والكرة والميس	5	(وقفة الاستعداد مسك الكرة بالذراع الحرة) نفس الخطوة التعليمية السابقة مع عدم ترك الكرة تسقط على الأرض بمسك الكرة بالذراع الضاربة مع تقدم الرجل الخلفية للأمام	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	-	2	2	1ق لكل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوات السابقة . –مراعاة ان تكون الذراع الضاربية مفرودة ومسك ومقابلة الكرة والكف مفتوح، والاصابع مضمومة ومشدودة وذلك كي يكتسب اللاعب الإدراكات الحسية السليمة للمسار الصحيح للكرة لحظة مقابلة الذراع الضاربة للكرة . *توجيه اليد الضاربة للكرة لتستقر عليها وعدم ضربها بقوة .	
	6	لاعبان (أ ب) بينهما شبكة يقف كل منهما على خط 6م يقومان بتبادل اداء مهارة الإرسال الامامي المواجه من أسفل أعلى الشبكة .	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	10 مرات متتالية لكل لاعب	-	4 لكل لاعب	1ق بين كل مجموعة	*مراعاة الشرح السابق للمراحل الفنية للمهارة . –أن يكون قوس الطيران للكرة أعلى من الخطوات السابقة للتغلب على ارتفاع الشبكة وتوصيل لكرة للمكان المراد توصيلها اله بملعب الفريق المنافس. – المتابعة بالرجل الخلفية والذراع الضاربة	

		منافسة تطبيقية بين التلاميذ		10 ق					التركيز على تطبيق الأداء السليم للمهارة المدروسة

الأسبوع الثاني: **1البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : التمرير من أسفل بالساعدين معا**

الخطوات التعليمية	محطات	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
خطـــــــــوات تعليم حركة الرجلين و(وقفة الاستعداد)	1	(وقوف فتحا) يجلس اللاعب على كرس ثم يقف وقفة الإستعداد مع أخذ خطوة للأمام ثم لخلف والثبات في ذلك الوضع لمدة 3 ثواني	كرسي بارتفاع 60 سم	-	2 ق	2 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية (وقفة الاستعداد) -الوقوف فتحا لمسافة بين القدمين باتساع الحوض أو الصدر وثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي لحفظ التوازن . -مشط القدمين يشيران للأمام وفي اتجاه تمرير الكرة . -ثني الركبتين مع ميل الجذع للأمام . -الذراعان منثنيتان من مفصل المرفق بحيث يكون العضدين بجوار الجسم والساعدين امام الجسم وموازيين للأرض . -النظر للامام وموزع على الكرة والمكان المراد توصيل الركة إليه .	
	2	(وقوف)الجري ثلاث خطوات ثم الوقوف وقفة الإستعداد والثبات في هذا الوضع لمدة (2) ثانية	ملعب كرة الطائرة	-	2 ق	3	1ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية لوقفة الإستعداد السابق شرحها في الخطوة السابقة * التحرك أولا يفيد الوصل للكرة ثم يتم إتخاذ وقفة الإستعداد تحت الكرة مباشرة .	
	3	(وقفة الإستعداد بمنتصف كل مستطيل بالترتيب) التحرك باتخاذ خطوة لجميع الجهات أمام-جانبا يمينا-جانبا يسارا-خلفا ثم الوقوف وقفة الإستعداد عند كل نقطة لمدة (1) ثانية	ملعب كرة الطائرة طباشير	3 مرات بعدد المستطيلات	-	2	1ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق شرحها . *هذه التحركات مهمة جدا للوصول للكرة كي يتعلم المبتدئ تحركات القدمين طبقا لنوعية المهارة . *في هذه الخطوة تتعلم كيفية دوران الملعب طبقا لقانون اللعبة (مع إتجاه عقارب الساعة)	
	4	(وقوف) بمنتصف الملعب عند مركز(6) والتحرك لكل نقطة ثم الوقوف عندها وقفة الإستعداد لمدة (1)ثانية بترتيب تسلسل الأرقام	ملعب كرة الطائرة طباشير	6 مرات بعدد النقاط	--	2	1ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط السابق شرحها . *يضاف لحركات السابقة الذكر التحرك القطري للأمام أو قطري للخلف.	

الأسبوع الثاني : 2 البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : التمرير من أسفل بالساعدين معا

الخطوات	م	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
أ-خطـــوات تعليم حركة وضع الذراعين	5	لاعبان(أ،ب) اللاعب (أ) من وضع الوقوف ممسك بالكرة والذراعان مفرودتان كاملا أمام الجسم وفي مستوى الحوض للعب الأخر، اللاعب (ب) من وقفة الاستعداد يقوم بمقابلة الكرة بالساعدين مع عدم ترك اللاعب (أ) للكرة .	-ملعب -كرة الطائرة	-	2ق	2 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة الرئيسية (لحظة التمرير) : -يعد التحرك والوقوف وقفة الإستعداد تحت الكرة يتم تشبيك الكفين مع فرد الذراعين كاملا اما الجسم ثم فرد جميع مفاصل الجسم المنثنية لمقابلة الكرة وتمريرها بالساعدين مع ثبات الذراعين المفرودتين دون إشتراكها الفعلي في الحركة . 2-المرحلة الختامية : يستمر اللعب في فرد جسمه إلى ان يصل غلى للوقوف على مشطي القدمين ثم التحرك للأمام لحفظ الإتزان ليتحول إلى المتطلبات التالية للعب .	
ب-خطوات التوافق او الربط بين حركة الرجلين والذراعين والكرة والعينين	6	لاعبان(أ،ب) بينهما مسافة 1م يقوم اللاعب (أ) الممسك بالكرة برميها من أسفل لأعلى للاعب (ب) والذي يقوم بتمريرها الكرة بالساعدين معا للاعب (أ)	كرة الطائرة	15 مرات متتالية	-	3 لكل لاعب	1 ق بين كل مجموعة	مراعاة النواحي الفنية للمهارة . -التحرك بالرجلين للوصول أسفل الكرة .	
	7	لاعبان (أ ب) بينهما مسافة 3م يقوم اللاعب(أ) برمي الكرة عاليا لترتطم بالأرض ثم يقوم اللاعب (ب) بالتحرك حسب إتجاه الكرة وتمريرها من أسفل بالساعدين معا للاعب (أ) .	ملعب -كرة الطائرة	10 مرات متتالية	-	3 لكل لاعب	2ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط النقاط الفنية السابقة للمهارة *التحرك للوصول للكرة . *مراعاة الآتي عند لحظة التمرير : -إذا كانت الكرة قريبة من الزميل تكون الذراعان موازيان للأرض -إذا كان التحرك لليمين تكون الرجل اليمنى امام قليلا لمواجهة الزميل لحظة التمرير، والعكس صحيح اذا كان التحرك لليسا	

الأسبوع الثالث : 1- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : التمرير من أعلى وللأمام

الخطوات التعليمية	محطات	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
خطوات تعليم حركة الرجلين (وقفة الاستعداد)	1	(وقوف) الجري في المكان ثم الوقوف وقفة الإستعداد لمدة(2) ثانية .	ملعب كرة الطائرة	-	2 ق	3	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية (وقفة الإستعداد) : *بالنسبة للاعب الأيمن (والعكس صحيح للاعب الأيسر): – القدمان متباعدتان مسافة بإتساع الحوض أو الصدر والمشطان يشيران للامام وثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي . – القدم اليمنى أمام بحيث مشط القدم الخلفية بمحاذاة عقب القدم الامامية – إنثناء قليل لركبتين مع ميل الجذع قليلا للأمام . –ثني الذراعان من مفصل المرفق بحيث يكون الكفين أمام الوجه (الجبهة)بمسافة لا تقل عن 15سم تقريبا وان يرسم الإبهامان والسبابتان مثلث والأصابع منتشرة ومرتبطة واليدين تأخذ إستدارة(شكل) الكرة . – النظر للأمام وموزع على الكرة المراد وصول الكرة إليه .	
	2	(وقفة الإستعداد)بداية من مركز رقم(1) مرورا بجميع المراكز (مع إتجاه عقارب الساعة) يقف اللاعب وقفة الإستعداد لمدة (1) ثانية عند كل مركز بالملعب	حائط –كرة الطائرة – طباشير	مرتين عند كل مركز ثم التوقف	-	2	1 ق بين كل مجموعة	*مراعة النقاط الفنية لوضعية الإستعداد : – من وقفة الإستعداد عند أي مركز بالملعب لا بد أن يواجه اللاعب مركز (2)عند التمرير – التحركات داخل الملعب إتجاه عقارب الساعة). – عند التحرك من مركز إلى أخر يكون الجري عادي مواجه ثم عند كل مركز يقف اللاعب وقفة الإستعداد على ان يواجه مركز (2) لنفس الملعب	
خطوات تعليم حركة الذراعين(الإحساس بالكرة)	3	(قرفصاء(جلوس) من وضع الإستعداد) وضع الكفين على الكرة والضغط عليها بإستمرار لمدة (5)ثا ثم الوقوف وقفة الإستعداد مع مسك الكرة لمدة(5)ثا ثم ترك الكرة تسقط على الارض والإحنفاظ بهذا الوضع لمدة (5)ثا	ملعب –كرة الطائرة ر	10مرة متتالية	-	2	1ق	2-المرحلة الرئيسية (لحظة التمرير) : –بعد الجري والوصول تحت الكرة لإتخاذ وقفة الإستعداد يقوم اللاعب بفرد جميع مفاصل الجسم المنثنية مع فرد كامل للذراعين وتمرير الكرة بالأصابع . –نقل ثقل الجسم على القدم الامامية وكذا مشطى القدمين . 3-المرحلة الختامية(المتابعة) : –عمل متابعة بالذراعين والكفين مع نقل القدم الخلفية للأمام لحفظ الإتزان والتحرك لإتمام باقي المهام المطلوبة بعد ذلك .	

الأسبوع الثالث تابع 2 البرنامج التعليمي المستخدم لتعمل مهارة : التمرير من أعلى وللأمام .

الخطوات التعليمية	محطات	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
خطوات تعليم حركة الذراعين(الإحساس (بالكرة)	4	(وقفة الإستعداد) يقوم اللاعب بعمل تنطيط بالكرة على الأرض من الثبات باليد اليمنى ثم باليد اليسرى ثم باليدين معا امام الجسم .	ملعب كرة الطائرة- كرة طائرة	15 مرة متتالية لكل يد	-	2	1 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق شرحها . *عمل تنطيط بالأصابع وهي منتشرة ومشدودة في حالة العمل بيد واحدة وفي حالة العمل باليدين معا . *مراعاة المثلث على أن يكون الإبهامان قاعدة المثلث والسبابتان رأس المثلث ،والمسافة بين الإبهامين والسبابتين من 3-5 سم تقريبا	
	5	نفس الخطوة التعليمية السابقة لكن من الحركة بطول الملعب	ملعب - كرة الطائرة	-	2 ق	2	1ق	*مراعاة النقاط الفنية السابق تداولها في الخطوات السابقة .	
خطوات الإحساس (بالكرة مع الربط بين حركة الرجلين والذراعين	6	لاعبان (أ ب) المسافة بينهم (4)م اللاعب (أ) من وضع الجلوس نصفي والضغط على الكرة، يقف وقفة الإستعداد ثم يقوم برمي الكرة للزميل (ب) وعمل متابعة بالذراعين والرجلين بأخذ خطوة للأمام .	- ملعب -كرة الطائرة	10 مرات متتالية	-	3 لكل لاعب	1ق بين كل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابق تداولها في الخطوات السابقة . *عند توصيل الكرة للزميل يأخذ مسار الكرة قوس طيران قدر الإمكان .	
	7	(وقفة الإستعداد أمام حائط) المسافة بين اللاعب والحائط 6م يقوم اللاعب برمي الكرة عاليا امام الجبهة على الحائط ثم مسك الكرة قبل سقوطها على الأرض. ملحوظة: أثناء رمي الكرة ومسكها وبعد إرتدادها من الحائط تكون الكرة من امام الجبهة .	حائط -كرة الطائرة	10 مرات متتالية	-	3	1 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النواحي الف نية السابق شرحها . *أثناء رمي الكرة على الحائط يتم فرد جميع مفاصل الجسم وعمل متابعة بالذراعين والرجلين مع مراعاة قوس الطيران للكرة . *تتطلب المتابعة بالرجين التحرك حسب إرتداد الكرة من الحائط سواء كان التحرك (للأمام –للخلف- يمين-يسار) .	

الأسبوع الرابع 1-البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال من أعلى (التنس)

الخطوات التعليمية	محطات	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات المستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
أ-خطوات تعليم حركات الرجلين	1	(وقوف) الجري ثلاث خطوات ثم الوقوف والثبات لمدة (2)ثانية إتجاه الشبكة	ملعب كرة الطائرة	-	2ق	2	1 ق بين كل مجموعة	1-المرحلة التمهيدية : بالنسبة للضارب بالذراع الأيمن(والعكس للضارب بالذراع الأيسر): -الوقوف فتحا المسافة بين القدمين باتساع الصدر أو الحوض -القدم اليسرى اماما ومشط القدم اليمنى الخلفية بمحاذاة عقب القدم اليسرى الامامية ومشطى القدمين يشيران للامام -الوزن(ثقل الجسم) موزع بالتساوي على القدمين . -الكتفين إتجاه الشبكة، الرجل الحرة عكس اليد الضاربة تكون للأمام - العينان على الكرة ** فتح اليد الضاربة	
	2	(وقوف) من مركز (1)التحرك لكل مركز(نقطة) بالترتيب ثم الوقف عندها (2) ثا برفع الذراع الضاربة عاليا وتكون الذراع الحرة على مستوى الحوض	ملعب كرة الطائرة	مرتين لكل مركز	-	2	1 ق بين كل مجموعة	تراعي نفس النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوة التعليمية السابقة *هذه التحركات مهمة جدا للوصول للكرة كي يتعلم المبتدئ كيفية تحركات القدمين طبقا لنوعية المهارة * في هذه الخطوة يتعلم كيفية دوران الملعب طبقا لقانون اللعبة (مع إتجاه عقارب الساعة)	
ب-خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية (الضاربة)	3	لاعبان (ا ب) من وقفة الاستعداد يقوم اللاعب (ا) برمي الكرة عاليا فوق مستوى الكتف بالذراع المؤدية للاعب (ب) مع تقدم الرجل الخلفية للأمام ،والثبات 2 ثا في هذا الوضع (المسافة بين اللاعبين عرض الملعب أي 9 م)	ملعب -كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	-	3 لكل لاعب	1ق لكل مجموعة	*مراعاة النقاط الفنية السابقة . أثناء حمل الكرة بالذراع المؤدية : تحمل الكرة على كف اليد مفتوحة والاصابع مضمومة مرجحة الذراع المؤدية خلفا حيث يكون المرفق لأعلى . *استخدام القوة حتى تضمن وصول الكرة لزميلك في صورة قوس عالي * مراعاة عدم تحرك أي جزء من الجسم بعد رمي الكرة . *ضرورة تحويل وزن الجسم إلى القدم الامامية . *ملاحظة مهمة جدا : لا يكون هناك متابعة لليد الضاربة	

تابع 2-البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الإرسال من أعلى (التنس)

الخطوات التعليمية	محطات	محتوى البرنامج التعليمي	الأدوات مستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
ج- خطوات تعليم حركات الذراع المؤدية (الضاربة) والرجلين	4	(وقوف مسك الكرة) يمسك اللاعب الكرة ويرميها باليد الحرة عاليا ثم يقوم برفع الذراع الضاربة عاليا ويضرب الكرة أثناء سقوطها أعلى مستوى الرأس واليد الثانية تكون امام الكرة لتمسكها مع بقاء الذراعان حاملتين الكرة 2ثا	ملعب كرة الطائرة -كرة الطائرة	15 مرة متتالية لكل لاعب	-	2	1ق لكل مجموعة	مراعاة النقاط الفنية السابقة للمهارة . • تجنب استخدام القوة الكبيرة لتجنب ضياع الكرة • النظر يكون على الكرة • فتح اليد الضاربة • قذف الكرة قريبة من الجسم	
د- خطوات الربط بين الذراع الضاربة والرجلين والكرة والعينين	5	لاعبان(أ ب)المسافة بينهما 1م اللاعب (أ)من وضع الوقوف ممسك بالكرة والذراعان مفرودتان لأعلى، يقوم اللاعب(ب) من وضع الوقوف الثابت امام الكرة المحمولة ويقوم بضربها بمرجحة الذراع كل مرة (أسفل للخلف ثم للأعلى) وهكذا	ملعب كرة الطائرة -كرة الطائرة	20 مرة متتالية لكل لاعب	-	3 لكل لاعب	2ق لكل مجموعة	2-المرحلة الرئيسية: (اللمس) : *مرجحة الذراع الضاربة خلفا على أن يكون المرفق لأعلى *لمس الكرة باليد المفتوحة .*مكان لمس الكرة اسفل منتصفها *المرحلة الختامية(المتابعة): -تحويل وزن الجسم إلى القدم الامامية . -لا يكون هناك متابعة لليد الضاربة (أي توقف حركة الذراع سريعا عقب لمس الكرة)	

	6	لاعبان (أ ب) المسافة بينهما 6م يقوم اللاعب (أ) برمي الكرة عاليا بالذراع الحرة ثم يقوم بضربها اتجاه اللاعب (ب) الذي يعيدها اليه من اسفل الى الاعلى	ملعب كرة الطائرة - كرة الطائرة	-	2 ق	2	1 ق بين كل مجموعة	*مراعاة النواحي الفنية للمهارة . *قذف الكرة امام اليد الضاربة . *قذف الكرة قريبة من الجسم . *مرجحة الذراع خلفا وان يكون المرفق لأعلى . *لمس الكرة باليد المفتوحة ومن أسفل منتصف الكرة .	

الأسبوع الرابع : 1- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الضرب الساحق

الخطوات التعليمية	محطات	محتوى البرنامج التعليمي	أدوات مستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
أ-خطوات تعليم حركات الرجلين	1	(وقفة الاستعداد) بإتجاه عرض الملعب، يقوم اللاعب بالتقدم من خلال تقديم الرجل اليسرى اولا تتبعها اليمنى خطوتين ثم التوقف 1 ثا ثم يكمل العمل	ملعب كرة الطائرة	-	2ق	1	1 ق بين كل مجموعة	*الوقوف فتحا المسافة بين القدمين باتساع الصدر أو الحوض. *الذراعان مفرودتان إتجاه الأسفل . * عند التقدم بالخطوة الأولى والثانية لا بد ان تتقدم الرجل اليسرى اولا بالنسبة للضارب بالذراع اليمنى والعكس صحيح . *الخطوتان الأولى والثانية تكونان قصيرتان	
	2	(وقفة الاستعداد)نفس الخطوة التعليمية السابقة مع ضرورة التقدم بالخطوة الاولى بالرجل اليسرى قصيرة لكن الخطوة الثانية تكون عميقة لنفس الرجل (يسرى) مع الإستعانة بعمل الذراعين عند كل خطوة	ملعب كرة الطائرة	-	2	2	1 ق بين كل مجموعة	* تراعي نفس النقاط الفنية السابق شرحها في الخطوة التعليمية السابقة مع مراعاة ترتيب الحركات رجل يسرى قصيرة تتبعها رجل يمنى ثم رجل يسرى عميقة تتبعها رجل يمنى وهكذا . * تكون الذراعان مفرودتان إلى أسفل عند وضع الإستعداد لكن بمجرد بدء الخطة الاولى بالرجل اليسرى للضارب الايمن ترتفع الذراعان منخلا إنثناء من مفصل المرفق إتجاه الحوض لتعود بسرعة أسفل إستعداد للخطوة الثانية .(عمل مستمر بين الخطوتين الاولى والثانية)	
ب-خطوات تعليم حركات الذراعين والرجلين	3	(من وضع الوقوف) نضع 6 دوائر قريبة من بعضها إتجاه الشكة ويقوم اللاعب بالتنقل السريع بينها ثم القيام بأداء خطوتين الأولى قصيرة والثانية طويلة	ملعب كرة الطائرة -حواجز	-	2	3	1ق لكل مجموعة	*مراعاة النقاط السابق ذكرها حول اداء المهارة مع مراعاة * يكون مسار العمل في إتجاه واحد نحو الشبكة مع ضرورة .إنهاء العمل بالإرتقاء إلى أعلى مع تحرك الذراع الضاربة لأعلى إتجاه اعلى الشبكة دون لمسها	

الأسبوع الرابع : تابع 1- البرنامج التعليمي المستخدم لتعلم مهارة : الضرب الساحق

الخطوات التعليمية	محطات	محتوى البرنامج التعليمي	أدوات مستعملة	التكرارات			الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	مستوى البداية
				بالعدد	بالزمن	مجموعات			
ب - خطوات تعليم التوافق بين حركات الرجلين والذراعين والكرة	4	(وقوف مسك الكرة) يمسك اللاعب الكرة ويرميها باليد الحرة عاليا ثم يقوم برفع الذراع الضاربة عاليا ويضرب الكرة أثناء سقوطها أعلى مستوى الرأس واليد الثانية تكون امام الكرة لتمسكها .	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	10 مرة متتالية لكل لاعب	-	4	30 ثا لكل مجموعة	مراعاة النقاط الفنية السابقة للمهارة . • تجنب استخدام القوة الكبيرة لتجنب ضياع الكرة • النظر يكون على الكرة • فتح اليد الضاربة قذف الكرة قريبة من الجسم	
	5	(وقفة الاستعداد)نفس الخطوة التعليمية السابقة لكن هذه المرة رمي الكرة عاليا باليد الحرة ثم عمل خطوتين والإرتقاء من أجل ضربها بالذراع الضاربة على أن تقابلها الذراع الحرة	ملعب كرة الطائرة – كرة الطائرة	15 مرة	–	3	1د ق بين كل مجموعة	1–المرحلة التمهيدية: *تغطية مسافة الإقتراب بعت خطوات :–تستلزم ان تكون الخطوة الاولى بالرجل اليسرى للضارب الأيمن والعكس وتكون قصيرة ،والخطوة الثانية سريعة وعميقة وواسعة –مرجحة الذراعين خلفا حتى مستوى الوسط . *كلا الذراعين تتمرجحان للأمام ثم عاليا أمام الكرة .	
ج- أداء المهارة كاملة في صورة فردية	6	يقف اللاعب وقفة الإستعداد إتجاه الحائط مسافة 6م يقوم بضرب الكرة بكلتا اليدين نحو الارض لترتفع اعلى مستوى الراس ثم يقوم بالإرتقاء لضربها (أداء الإرسال الساحق) نحو الحائط .	–حائط ملعب كرة الطائرة	10 مرات متتالية	–	2	1ق لكل مجموعة	2–المرحلة الرئيسية: يتم الوثب بعد خطوتي الإقتراب عند إنتقال ثقل الجسم من العقبين إلى الأمشاط تبدأ الذراعان بالمرجحة من الخلف،ثم القيام بالوثب عاليا –بعد الوصول إلى أقصى إرتفاع تتحرك الذراع الضاربة لأعلى حيث تثنى من مفصل المرفق– المرفق يكون اعلى من مستوى الكتف ومتجه للامام والجذع في حالة تقوس خفيف للخلف –اللمس يكون بمؤخرة اليد وتكون مفتوحة. ويكون في المنتصف الخلفي للكرة –اثناء اللمس يكون الإمتداد الكامل لذراع الضاربة	
	7	نفس الخطوة السابقة لكن يقوم اللاعب برمي الكرة عاليا وضربها على الحائط مباشرة مع أداء خطوتي الإقتراب	ملعب كرة الطائرة –حواجز	15 مرة متتالية لكل لاعب	–	3	2 ق لكل مجموعة	مراعاة النواحي الفنية والقانونية للمهارة 3–المرحلة الختامية : اليد الضاربة تتابع الكرة بإتجاه الهدف –يكون الهبوط على القدمين بالتساوي من نفس المكان الذي بدأ منه الوثب للحفاظ على التوازن –مراعاة وجود إنثناء خفيف للركبتين لإمتصاص قوة هبوط الجسم .	