



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

النشاط الترويحي الرياضي



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في الترويح الرياضي

بعنوان:

دور الأنشطة الترويحية الرياضية في التقليل من بعض
الضغوطات النفسية والتوافق المهني لدى أساتذة التعليم
الثانوي

" دراسة وصفية بالأسلوب المسحي أجريت على مستوى ثانويتي " أحمد بومهدي
و مهداوي أحمد " بسيدي لخضر ولاية مستغانم

تحت إشراف الدكتور:

من إعداد الطالبة:

- مزيلط ياسين د. بلعيدوني مصطفى

السنة الجامعية:
2020 - 2021 م



إهداء

الحمد لله فالق الأنوار وجاعل الليل والنهار ثم الصلاة والسلام على سيدنا محمد المختار

الحمد لله الذي وفقني لهذا ولم أكن لأصل لولا فضل الله عليا أما بعد: من دواعي الفخر

والاعتزاز أن أهدي ثمرة جهد هذا العمل المتواضع إلى

روح أبي وأمي الغاليين إلى من سهرت على تربيتي وكانت لي نعمة الأم جدتي إلى من

كانت سندا لي دائما إلى إخوتي وأخواتي

إلى عائلتي مزيلط

إلى كل الأقارب والأصدقاء ورفقاء الدراسة دون استثناء. إلى كل من ترك أثرا طيبا في

حياتي إلى كل من يقدر العلم ويسعى في طلبه

إلى من يذكرهم قلبي ونساهم قلمي.

كلمة الشكر

بسم الله الرحمن الرحيم

قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ

نحمد الله ونشكره، إذ انعم علينا بنعمته وأكرمنا بفضله وعطائه بأن وفقنا وأمدنا بالقوة وألهمنا هبة الصبر بإنجاز هذا العمل المتواضع، نتمنى أن يكون منارة في درب طلب العلم والمعرفة ونبراس يحمله ويواصل مسيرته غيرنا بإذن الله.

نتقدم بالشكر والامتنان والتقدير لأستاذتنا ومؤطري "الدكتور بلعيدونيمصطفى" الذي أفادني وكان خير موجه وناصح، كما نتوجه بخالص الشكر إلى وعينة الدراسة المتمثلة في أساتذة التعليم الثانوي الذين ساعدونا بتوجيهاتهم وإرشاداتهم اشكر كل الشكر من ساهم معنا في انجاز هذا العمل ولو معنويا وأرجو من الله أن يجعل هذا العمل خالص لوجهه الكريم

الباحث

"مزيط ياسين"

محتويات البحث

محتوى البحث

الصفحة	العنوان
	شكر و تقدير
	إهداء
	محتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
	ملخص البحث
	التعريف بالبحث
1	مقدمة
3	مشكلة البحث
4	الفرضيات
4	أهداف البحث
5	أهمية البحث
5	أسباب اختيار الموضوع
5	مصطلحات و مفاهيم الدراسة
6	الدراسة السابقة و المشابهة
	الباب الأول الجانب النظري
	الفصل الأول : الأنشطة الترويحية
12	تمهيد
12	مفهوم الترويح
13	أنواع الترويح
18	العوامل المؤثرة في الترويح
20	دوافع الترويح

22	الترويج الرياضي
22	أنشطة الترويج الرياضي
23	خصائص الترويج الرياضي
24	مميزات الترويج الرياضي
25	خلاصة
الفصل الثاني أساتذة التعليم الثانوي	
27	تمهيد
27	تعريف الأستاذ
28	مشكلات الأستاذ
28	دور الأستاذ
30	لمحة تاريخية على نشأة التعليم الثانوي
32	المبادئ العامة لتنظيم شعب التعليم الثانوي
32	مبادئ التنظيم المشتركة بين نمطي التعليم
33	مبادئ التنظيم شعب التعليم الثانوي و التكنولوجي
33	مظاهر الإصلاح التربوي الجديد
34	الانتقال من مفهوم البرنامج إلى مفهوم المنهاج
34	تطبيق المقاربة عن طرق الكفاءات
35	إدماجتكنولوجيات الأعلام الآلي
35	ترقية أدوار جديدة في خدمة المتعلم
35	الأهداف العامة للتعليم الثانوي
36	تحقيق النمو المتكامل للطالب
37	أهمية التعليم الثانوي
37	المراهقة و التغيرات الجسمية و السلوكية
37	الارتباط بمشكلات المجتمع
38	التنمية الاجتماعية و التطور الحضاري

38	علاقة التعليم الثانوي بالتعليم العالي
39	خلاصة
	الباب الثاني الجانب الميداني للموضوع
	الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية
42	تمهيد
42	منهج البحث
43	مجتمع الدراسة
43	عينة البحث
43	متغيرات البحث
43	مجالات البحث
44	أدوات البحث
45	الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة
	الفصل الثاني : عرض و تحليل النتائج
50	عرض و تحليل النتائج
93	استنتاج عام
54	الاقتراحات و التوصيات
96	خاتمة
98	المراجع
101	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
46	يمثل معامل الثبات و صدق الأستبيان	01
51	جدول رقم (1) يوضح هل عدد الساعات ترهق الأستاذ أسبوعيا	02
52	جدول رقم (2) يوضح هل عمل الإستاذ متداخل مع الحياة العائلية	03
53	جدول رقم (3) يوضح هل هناك ضغوطات تمارس على الاستاذ لتحسين نوعية عمله	04
54	جدول رقم (4) يوضح هل مهنة التدريس متعبة	05
55	جدول رقم (5) يوضح هل تزج الاساتذة لامبالاة أغلبية التلاميد للدراسة	06
56	جدول رقم (6) يوضح هل يشعر الاساتذة بصعوبة التدريس في ظل وجود فروق فردية بين التلاميذ	07
57	جدول رقم (7) يوضح هل يزج الاساتذة تدني ثقتهم بانفسهم	08
58	جدول رقم (8) يوضح هل نقص الوسائل التعليمية يزيد من الشعور بالقلق و التوتر	09
59	جدول رقم (9) يوضح هل يزج الاساتذة عدم تواجد الدعم من قبل الادارة	10
60	جدول رقم (10) يوضح هل يرهق الاساتذة تصحيح الاوراق	11
61	جدول رقم (11) يوضح هل يشعر الاستاذ بان الاكتظاظ في القسم يسبب له ارهاقا مضاعفا	12
62	جدول رقم (12) يوضح هل يعاني الاستاذ من عدم انضباط التلاميذ داخل القسم	13
63	جدول رقم (13) يوضح هل تورق الصراعات مع الزملاء في المهنة	14
64	جدول رقم (14) يوضح هل يشعر الإستاذ بانه لا يشارك في القرارات التي تتخذ في المؤسسة	15

65	جدول رقم (15) يوضح هلمهنة التدريس مهنة شاقه	16
66	جدول رقم (16) يوضح هل تعاني من تدخل الاساتدة في شؤون زملائهم الآخرين	17
67	جدول رقم (17) يوضح هل مهنة التدريس تضر بالصحة	18
68	جدول رقم (18) يوضح هل تنزعج من التلاميذ الذين يعبتون بمرافق المؤسسة	19
69	جدول رقم (19) يوضح هل تحرص على تكوين علاقات ايجابية مع الزملاء	20
70	جدول رقم (20) يوضح هل تجد متعة حقيقية في عملك	21
71	جدول رقم (21) يوضح هل تتناسب مهنة التدريس مع الصحة و اللياقة ؟	22
72	جدول رقم (22) يوضح هل تشعر بعدالة وموضوعية المسؤولين في تعاملهم معك ؟	23
73	جدول رقم (23) يوضح هل يساعدك جو الثانوية على تادية عملك بنجاح ؟	24
74	جدول رقم (24) يوضح هل تستطيع تعليم المهارات للتلاميذ بسهولة ؟	25
75	جدول رقم (25) يوضح هل تحقق مهنة التدريس الميول و الرغبات ؟	26
76	جدول رقم (26) يوضح هل تعتقد ان مرافق المؤسسة غير مهياة لتنفيذ البرامج التعليمية	27
77	جدول رقم (27) يوضح هل تشعر بالسرور ادا خرجت في رحلة مع تلاميذك	28

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل عدد الساعات ترهق الأستاذ أسبوع	51
02	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل عمل الإستاد متداخل مع الحياة العائلية	52
03	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله	53
04	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل مهنة التدريس متعبة	54
05	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تزجج الاساتدة لامبالاة اغلبية التلامب للدراسة .	55
06	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يشعر الأساتذة بصعوبة التدريس في ظل وجود فروق فردية بين التلاميذ	56
07	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يزجج الاساتدة تدني ثقتهم بانفسهم	57
08	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل نقص الوسائل التعليمية يزيد من الشعور بالقلق و التوتر.	58
09	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يزجج الاساتدة عدم تواجد الدعم من قبل الادارة	59
10	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يرهق الاساتدة تصحيح الاوراق	60
11	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يشعر الاستاد بان الاكتظاظ في القسم يسبب له ارهاقا مضاعفا	61
12	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يعاني الإستاد من عدم انضباط التلاميذ داخل القسم	62
13	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تؤرق الصراعات مع الزملاء في المهنة	63
14	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يشعر الإستاد بانه لا يشارك في القرارات التي تتخذ في المؤسسة	64
15	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل مهنة التدريس مهنة شاقة ؟	65

66	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تعاني من تدخل الاساتذة في شؤون زملائهم الآخرين	16
67	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل مهنة التدريس تضر بالصحة ؟	17
68	بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تنزعج من التلاميذ الذين يعبثون بمرافق المؤسسة	18
69	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تنزعج من التلاميذ الذين يعبثون بمرافق المؤسسة ؟	19
70	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تحرص على تكوين علاقات ايجابية مع زملاءك ؟.	20
71	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تجد متعة حقيقية في عملك ؟	21
72	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تتناسب مهنة التدريس مع الصحة و اللياقة ؟	22
73	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تشعر بعدالة و موضوعية المسؤولين في تعاملهم معك	23
74	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يساعدك جو الثانوية على تادية عملك بنجاح ؟	24
75	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تستطيع تعليم المهارات للتلاميذ بسهولة	25
76	بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تحقق مهنة التدريس الميول و الرغبات	26
77	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تعتقد ان مرافق المؤسسة غير مهيأة لتنفيذ البرامج التعليمية	27
78	شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تشعر بالسرور ادا خرجت في رحلة مع تلاميذك	28

ملخص البحث :

تناول هذا البحث بعنوان – دور الأنشطة الترويحية الرياضية في التقليل من بعض الضغوطات النفسية و التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي في ولاية مستغانم (سيدي لخضر) , إبراز دور النشاط الترويحي الرياضي في تخطي مختلف العقبات النفسية , معرفة أهمية النشاط الترويحي الرياضي للتقليل من الضغوطات النفسية و التوافق المهني , إظهار بعض الحقائق العلمية و الكشف عنها فيما يخص دور النشاط الترويحي الرياضي في التقليل من الضغوطات النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي أي مساهمة النشاط الترويحي الرياضي في التقليل من التوتر النفسي و القلق و الإحباط.

وقد استخدمنا في بحثنا هذا الاستبيان الموجه لأساتذة التعليم الثانوي وهذا لجمع المعلومات التي تساعدنا في الوصول إلى إجابات لأسئلتنا , وقد تبنت الدراسة المنهج الوصفي حيث يعرف أحد أشكال التحليل و التغيير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة و تصويرها كمياً عن طريق جمع البيانات و معلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة و تلخص الأساليب الإحصائية فيما يلي : اختبار ك2 الجدولية , مستوى الدلالة , و درجة الحرية.

وقد أسفرت النتائج النهائية أن الأنشطة الترويحية الرياضية لها دور في التقليل من بعض الضغوطات النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي , وأن النشاط الترويحي الرياضي يعمل على التحرر من الضغوط و التوتر العصبي المصاحب للحياة المهنية لأساتذة التعليم الثانوي و تحقيق التوافق المهني و التقليل من القلق و الإحباط و الإحساس بالراحة .

وبذلك تكون نسبة تحقق فروض البحث بنسبة ايجابية و قد فسرت النتائج و نوقشت على ضوء مقابلتها بالفرضية و مقارنتها بالدراسات السابقة و المشابهة و بذلك تكون نسبة تحقق الفروض كاملة .

Résumé de la recherche :

Cette recherche, intitulée - Apports des activités sportives récréatives dans la réduction du stress psychologique et de l'adaptation professionnelle chez les enseignants du secondaire dans l'état de Mostaganem (Sidi Lakhdar), mettant en évidence le rôle des activités sportives récréatives dans le dépassement de divers obstacles psychologiques, connaissant l'importance des sports récréatifs activité pour réduire le stress psychologique et Compatibilité professionnelle, montrant et révélant certains faits scientifiques concernant le rôle des activités sportives récréatives dans la réduction du stress psychologique chez les enseignants du secondaire, c'est-à-dire la contribution des activités sportives récréatives dans la réduction du stress psychologique, de l'anxiété et de la frustration.

Nous avons utilisé dans notre recherche ce questionnaire adressé aux enseignants du secondaire et ceci afin de collecter des informations qui nous aident à atteindre des réponses à nos questions, et l'étude a adopté l'approche descriptive où l'une des formes d'analyse et de changement scientifique organisé est connue. pour décrire un phénomène ou un problème spécifique et le décrire quantitativement en collectant des données et des informations standardisées Sur le phénomène ou le problème, les méthodes statistiques sont résumées comme suit : tableau K2, niveau de significativité et degré de liberté.

Les résultats finaux ont montré que les activités sportives récréatives contribuent à réduire les pressions psychologiques des enseignants du secondaire, et que les activités sportives récréatives permettent de libérer les pressions et les tensions nerveuses associées à la vie professionnelle des enseignants du secondaire et d'atteindre une compatibilité professionnelle et de réduire l'anxiété, frustration et se sentir tranquillement.

Et au lieu de cela, le pourcentage de réalisation des hypothèses de recherche est positif, et les résultats ont été interprétés et discutés à la lumière de leur entretien avec l'hypothèse et la comparaison avec des études précédentes et similaires, et au lieu de cela, le pourcentage de réalisation des hypothèses est complet.

مقدمة

مقدمة

أن انتشار أوقات الفراغ ومواجهة زيادة الطلب على الترويح في القرن الواحد والعشرين والذي يطلق عليه عصر الفراغ، أصبح التحدي الذي يواجه عصرنا بل يواجه كل المجتمع ، فقد أصبحت ظاهرة الفراغ والترويح تدخل في إطار نسيج النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع، كما بدأ الاهتمام بالترويح كأحد مظاهر السلوك الحضاري للفرد، وقد تزايد الاهتمام بالترويح لمواجهة الزيادة المتنامية لوقت الفراغ في المجتمع المعاصر وكذلك لزيادة الطلب على مناسط الترويح الاستثمار هذا الوقت .

لقد ولدت الرياضة ونشأت في كنف الترويح وارتبطت إلى أقصى حد بوقت الفراغ لأن جوهر الرياضة يتأسس في المقام الأول على أهداف ترويحية، ولأن عوامل الالتقاء كثيرة بين قيم النظامين من حيث أهميتها للإنسان مثل : المتبعة والتسلية والبهجة وإزالة التوتر والاسترخاء والصحة واللياقة، الخبرة للخبرة الجمالية، الإثارة والتنافس والجهد البدني، الانجاز الشخصي والتنافس الشريف، التعبير عن النفس وتحقيق الذات وغيرها وهي كلها تعبر عن قيم وحاجات أساسية للإنسان وخاصة في العصر الحديث حيث تنال عوامل الاغتراب من الفرد وتكاد تستحق شخصية الإنسانية ويميل الإنسان بالفطرة على حب لهو واللعب إذ يجد اللذة الكاملة في اللعب مع غير حيث أن روح المنافسة والربح والخسارة هي من سمات الممارسة الرياضية والتي يتوجه إليها الفرد بغيت التحقيق مساع مختلفة منها الفزيولوجية والاجتماعية إلى جانب الراحة النفسية التي تغيب في معظم الحالات حيث يحس بالتوترات واضطرابات تؤثر سلبا على نفسية هذا الأخير.

أشارت بعض الدراسات إلى صعوبة وجود وظيفة أو مهنة خالية من الضغوط , ولكن تختلف حدة هذه الضغوط من مهنة إلى أخرى و من شخص إلى آخر , و ذلك "لاختلاف مصادر هذه الضغوط في المنظمات و المهن 4 المختلفة , واختلاف نسبة الاستجابة إلى هذه الضغوط من شخص لآخر , نظرا لاختلاف الفروق الفردية فيما بينهم و ردود أفعالهم تجاه المواقف الضاغطة .(عسكر سمير أحمد , 1988, ص7).

وإن تأثير هذه الضغوط لا يقتصر فقط على الحالة النفسية بل يمتد إلى أدائهم حيث يعقد المدرس توافقه المهني مما يؤدي الى عدم انسجامه مع مهنته وعدم الانتفاع من قدراته في مجال عمله.

مع أهمية موضوع المضغوطات وعلاقتها بالجوانب الصحية والنفسية والسلوكية للفرد وآثارها التي تتركها على المؤسسات التربوية خاصة ، وباعتبار الأستاذ هو محرك العملية التربوية والتعليمية ويحتل مكانة فعالة في التواصل المعرفي والتربوي للأجيال، حيث ينظر مهنة التدريس على مر العصور على أنها مهنة العطاء، ولكن من يمارس تلك المهنة في الوقت نفسه هم بشر يتأثرون سيكولوجيا بمناخ عملهم كما يؤثرون في مجتمعهم.

فحسب تصنيف منظمة العمل الدولية " تعد مهنة التدريس من أكثر مجالات العمل ضغوطا فهي أكثر المهن الضاغطة وذلك من خلال ما تزخر به البيئة التعليمية من مثيرات ضاغطة.(التنبراوي، 2003، ص150).

ويعد أصحاب مهنة التدريس أكثر معاناة من غيرهم من الضغوط النفسية تنطوي عليه هذه المهنة من متاعب وأعباء مسؤوليات والمطالبات بالمساهمة في إعداد الفرد الصالح من مختلف الجوانب لتكوين مجتمع رزن في ظل متغيرات تقنية سريعة يصعب متابعتها فيجعل الفرد يعجز على التكيف معها ويسبب له ضغطا نفسيا ويضطر الأساتذة لمواجهة المواقف الصعبة إلى البحث عن اهم السبل من أجل المحافظة على استقراره وتوزنه النفسي فيستخدم من أجل ذلك الأنشطة الرياضية الترويحية كوسيلة لخفض حدة التوتر والقلق والإحباط الذي يشعر به. ولذلك ارتئينا في دراستنا هذه على البحث عن دور الأنشطة الترويحية في التقليل من الضغوطات النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي والتي تهدف من خلالها إلى إبراز دور الأنشطة الرياضية الترويحية في التقليل من القلق والإحباط والتوتر النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي والفائدة العلمية التي تحملها هذه الدراسة في البحث العلمي.

حيث قسمنا دراستنا إلى بابين:

الأول نظري والثاني تطبيقي حيث النظري يتكون من فصلين: الفصل الأول يتمحور حول الأنشطة الترويحية الرياضية والفصل الثاني يتناول أساتذة التعليم الثانوي

الإطار العام للدراسة:

مشكلة البحث:

يعتبر النشاط الترويحي الرياضي أحد أهم النشاطات الترفيهية والترفيهية والترفيهية لما له من نتائج إيجابية على حياة الفرد العلمية والعملية فهو يساعده في إعادة بعثه لطاقته وتجديدها لمواكبة الأعمال الشاقة والابتعاد عن الروتين اليومي للعمل والمدرسة كما أنه يساهم بشكل كبير في تقويم سلوكيات الأفراد وانخراطهم في جماعات مما يسهل العمل ويعطي أكثر حيوية وبالتالي المرودية والإنتاجية تكون في أعلى مستوياتها.

والترويح الرياضي أصبح جزءا من النظام التربوي الاجتماعي في كل المجتمعات وذلك لدوره الحيوي في تحقيق العديد من الفوائد البدنية والصحية والنفسية والاجتماعية والتي تؤدي إلى الارتقاء الشامل بالمجتمع وزيادة فعاليته وإنتاجية أفراده وذلك من خلال مبدأ إتاحة الفرصة للجميع لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية كل حسب ميوله وقدراته.

هذا وتعتبر الضغوطات النفسية من أكثر المشكلات التي يعاني منها أساتذة التعليم الثانوي حيث تصدر عنهم أشكال متعددة من ضغوطات النفسية كالقلق والاحباط والتوتر النفسي غيرها من المشكلات النفسية.

وبما أن النشاط الترويحي الرياضي يلعب دورا هاما في تحقيق الأغراض الصحية والنفسية والاجتماعية و المهنية بالفرد يستطيع أن يدرك بسهولة الدور الذي يلعبه هذا النشاط في التكيف مع الضغوطات و المهنية و اندماج أساتذة التعليم الثانوي في محيطه الاجتماعي و الدور الذي يعطيه هذا الأخير في التقبل الاجتماعي و كذا تقبل الضغوطات مما يستدعي من الأساتذة ممارسة نشاط الترويحي الرياضي كوسيلة للتقليل والتخلص من الضغوطات النفسية و المهنية .

إرتأينا أن نخوض في دراسة هذا الموضوع محاولين مساعدة هذه الشريحة من المجتمع من خلال إبراز مدى أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في تخفيف من الضغوطات النفسية و المهنية التي يعاني منها أساتذة التعليم الثانوي بالإجابة على تساؤلات التالية :

التساؤل العام:

هل النشاط الترويحي الرياضي يساهم في التخفيف من الضغوطات النفسية و المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي؟.

تساؤلات فرعية:

هل النشاط الترويحي الرياضي يساهم في التخفيف من صفة القلق لدى أساتذة التعليم الثانوي
هل النشاط الترويحي الرياضي يساهم في التخفيف من صفة الإحباط لدى أساتذة التعليم الثانوي.؟

فرضيات البحث :

الفرضية العامة:

النشاط الرياضي الترويحي له دور فعال في التقليل من الضغوطات النفسية و المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي.

الفرضية الجزئية:

النشاط الترويحي الرياضي له دور في التخفيف من صفة القلق لدى أساتذة التعليم الثانوي.
النشاط الترويحي الرياضي له دور في التخفيف من صفة الإحباط لدى أساتذة التعليم الثانوي.

أهداف البحث:

- محاولة إبراز أهمية النشاط الترويحي الرياضي في التخفيف من الضغوطات النفسية و المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي.

- تحسيس الأساتذة بأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بأنواعها، لما فيها من فائدة جسمية ونفسية و مهنية تعود بالإيجاب عليهم.
- إبراز الضغوطات النفسية وتأثيراتها على مزاولة مهنة التدريس .

أهمية البحث :

- 1-أدراك دور النشاط الترويحي الرياضي في تخطي مختلف العقبات النفسية و المهنية .
- 2 -الدور الذي تلعبه الممارسة الفعالة للنشاط الترويحي الرياضي لدى أساتذة التعليم الثانوي .
- 3 -أعطاء الحافز الذي يدفع الأساتذة لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية .
- 4 -أنجاز مردود علمي و اجتماعي للحد من الضغوطات النفسية و المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي .
- 5 -الوقوف على أهم العوامل المسببة للضغط النفسي الذي يعيشه الأستاذ بصفته الحلقة الأساسية في المنظومة التربوية.

مصطلحات البحث:

تتضمن دراستنا ثلاث مفاهيم أساسية لابد من تحديدها وهي:

الأنشطة الرياضية الترويحية- الضغوطات النفسية والتوافق المهني- أساتذة التعليم الثانوي.

النشاط الترويحيالرياضي:

النشاط البدني الترويحي في مفهومه الخاص هو تلك الألعاب أو الرياضات التي تمارس في أوقات الفراغ والخالية من المنافسة الجديدة أو بمعنى آخر هي تلك الرياضات التي تمارس خارج الإطار الفدرالي التنظيمي فالنشاط الرياضي الترويحي يمثل وسيلة من وسائل ملء الفراغ كما أنه مني على مبدأ المتعة المتضمن فلسفة الحياة(تهاني عبد السلام محمد، 2007، ص46).

الضغوطات النفسية :

هي حالة الضغط يعاني منها الفرد والتي تعبر عن ذاتها في الشعور بالانتهاك والاحترق الذاتي القلق الاكتئاب والتوتر المشدود.

التوافق المهني:

يقصد به عملية مهنية فعالة مستمرة يقوم بها الموظف , من أجل الحصول على التناسق و الترابط بينه و بين البيئة المهنية الخاصة بوظيفته و المحافظة على النتائج الحاصل عليها.(عباس عوض 1980 ص32)

أساتذة التعليم الثانوي:

هو الشخص المكلف بالتدريس في مرحلة التعليم الثانوي يتمتع بالكفاءة والإعداد والتأهيل حيث يقوم بتدريس مادة واحدة حسب تخصصه وتكوينه.

الدراسات المشابهة:

الدراسة الأولى:

بوزيد منير، 2006، مستغانم، بعنوان " فعالية النشاط الرياضي الترويحي في الوقاية من حالات القلق عند الطلبة الجامعيين " .

حيث سعى الباحث إلى تحقيق الأهداف التالية:

معرفة الأوقات التي يكون فيها الطالب الجامعي أكثر قلقا .

معرفة العوامل النفسية والانفعالية التي تؤثر في الطلب عند الممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.

التعرف على حجم الممارسة الرياضية في أوقات الفراغ وميول الطالب في اتخاذ الأنشطة الرياضية الترويحية كوسيلة للتخلص من المشاكل النفسية بشكل عام وحالات القلق بشكل خاص .

استخدام الباحث المنهج الوصفي الجمع البيانات والمعلومات استخدم الاستبيان والاختبار والمقابلة .

الدراسة الثانية :

دراسة مها صبري حسن ، 2008 : علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الوظيفية لدى الممارسات والغير الممارسات للأنشطة الرياضية هدفت الدراسة إلى معرفة الضغوط النفسية التي تواجه الطالبات الممارسات والغير ممارسات للنشاط الرياضي المنتظم، استخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، عدد العينة 40 طالبة، أهم نتيجة توصل إليها الباحث إلى أن النشاط الرياضي المنتظم دور إيجابيا في تحسين أغلب المتغيرات وانعكس على خفض الضغط النفسي للطالبات.

الدراسة الثالثة :

دراسة طالب بن لزرق إبراهيم مستغانم 2011, 2012 تحت عنوان ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من الضغوطات النفسية" دراسة أجريت على كبار السن 40-50 سنة.

المشكلة: هل وممارسة النشاط الرياضي الترويحي تقلل من الضغوطات النفسية لكبار السن؟.

ماهي أهم أنواع الأنشطة الرياضية الترويحية المفضل ممارستها للتقليل من الضغوطات النفسية .

أهداف البحث :

إبراز مكانة النشاط الرياضي الترويحي وأهميته في تحسين الحالة النفسية للأفراد.

التركيز على دور هذا النوع من الممارسة الترويحية في التعامل وكسب الثقة للغير وروابط الصلة والتفاهم بين الأشخاص.

الفرضيات: ممارسة النشاط الرياضي الترويحي يقلل من الضغوطات النفسية لكبار السن .

لرياضات الجماعية من أهم الأنشطة الترويحية المفضل ممارستها لهذه الفئة للتقليل من الضغوطات النفسية.

عينة 20 فرد

منهج البحث: وصفي.

تعليق : تشابهت هذه الدراسة نوع ما مع دراستنا من حيث ام النشاط الرياضي الترويحي يقلل من الضغوطات النفسية بشكل عام .

النقد : فعلا يمكن لكبار السن ممارسة الأنشطة الترويحية لكن هذا ينعكس عليهم سلبا خاصة للذين

يعانون من الأمراض المزمنة فعليه فيمكن التحقيق من حجم العمل الذي يقومون به مقارنة بصغار السن اللذين يتحملون نوعا ما.

الدراسة الرابعة :

دراسة بوعزيز محمد (2013) تحت عنوان العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى أساتذة التعليم المتوسط " هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني عند أساتذة التعليم المتوسط الممارسين والغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية.

فعرض الطالب الباحث أنه توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني عند أساتذة التعليم المتوسط الممارسين والغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية، العينة متكونة من 304 استاذا وأساتذة من المتوسطات ولاية مستغانم، اهم نتيجة ليحصل عليها هو أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية.

الدراسة الخامسة :

دراسة الطالبين بشير بوعلام وبراعة بوزيان مستغانم 2018-2019 تحت عنوان " دور

ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في التخفيف من الضغوط المهنية عند الأطباء"

أجريت الدراسة على مجموعة من الأطباء بالمؤسسة العمومية الاستشفائية احمد ملغري- ولاية سعيدة.

المشكلة : هل النشاط الرياضي الترويحي يساهم في التخفيف من الضغوطات النفسية لدى الطبيب؟

ماهي هي أهم الضغوطات التي يعاني منها الطبيب الغير ممارس للنشاط الرياضي الترويحي؟.

أهداف البحث:

معرفة اهم الضغوطات المهنية التي يعاني منها الأطباء عند مزاولة مهامهم في المؤسسات الاستشفائية – محاولة إبراز أهمية النشاط الرياضي الترويحي في التخفيف من حدة الضغوطات المهنية لدى الأطباء.

فرضيات البحث: النشاط الرياضي الترويحي يساهم في التقليل من الضغوطات المهنية لدى الأطباء.

الضغوطات التي يعاني منها الطبيب الغير ممارس للنشاط الرياضي الترويحي ناتجة عن عدة جوانب المادية والبشرية .

عينة البحث :50طبيب.

منهج البحث: وصفي تحليلي .

التعليق على الدراسات :

اهتمت اغلب الدراسات الى دور الأنشطة الترفيهية الرياضية في التخفيف من بعض الضغوطات النفسية و التوافق المهني، في حين كانت الدراسات الخاصة بالأساتذة قليلة و

اعتمد أغلب الباحثين في دراستهم على المنهج الوصفي التجريبي بنسبة اقل، و توصلت اغلبها الى أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي له دور في التخفيف من الضغوطات النفسية وتحقيق التوافق المهني .

جديد الدراسة الحالية:

على ضوء نتائج هذه الدراسة ارتأى الطالب الباحث ان يحذوا في هذا المسعى بأجراء هذا النوع نت البحةث (دور الأنشطة الترويحية الرياضية في التخفيف من بعض الضغوطات النفسية التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي)على البيئة الجزائرية و الأهتمام بالاساتذة بسبب قلة الدراسات عن هذه الفئة نظرا لأهميتها و مهامها النبيلة في المجتمع و ذلك بغرض معرفة دور الأنشطة الترويحية الرياضية في التخفيف من بعض الضغوطات النفسية التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي.

الباب الأول الجانب النظري

الفصل الأول

الأنشطة الرياضية الترويحية

تمهيد :

إن الحاجة للترويح عن النفس حاجة إنسانية ولها أهميتها وعادة ما نجد أننا نضع الترويح في مكان جانبي من حياتنا و لا نعطيه من الأهمية شيء، ويتوقف ذلك على الوعي الترويحي عند الفرد، وان يدرك مدى أهميته بالنسبة له وللمجتمع. فالترويح مظهر من مظاهر النشاط الإنساني يتميز بالصحة و الاتزان والصحة هنا بمعناها الواسع الذي يشمل الصحة الجسمانية والعقلية والعاطفية وليس فقط خلو الفرد من الضعف والمرض فالنشاط الرياضي الترويحي يهدف إلى السعادة التي ينشدها كل فرد، والترويح له مكانة مميزة في جعل الحياة المتزنة بين العمل والراحة فتكتمل الحياة في معناها وتزداد في رونقها بالترويح و تصبح أكثر إشراقا وأكثر بهجة .

1- مفهوم الترويح : إن كلمة الترويح بلفظها العربي لم تستخدم إلا قليلا في الكتابات الاجتماعية، بل استخدمت في مكانها ألفاظا أخرى مثل الفرغ , اللهو , اللعب وهي في اللغة العربية من فعل راح ومعناها السرور والفرح .

إن مصطلح الترويح مشتق من الأصل اللاتيني *recreation* ولقد تم استخدامه في بادئ الأمر لتعريف النشاط الترويحي الذي يتم اختياره بدافع شخصي بوجه هام , إلا انه قد تباينت الآراء حول مفهوم الترويح وذلك لعدم وجود تعريف محدد له ، ولذا سوف نتناول بالدراسة عرضا أهم الآراء حتى نتمكن من فهم الترويح وفقا للاتجاهات المعاصرة في المجال التربوي والاجتماعي حيث يرى :

-غوردن (gorden) إن الترويح يعني النشاط والأعمال التي يقوم بها الفرد أو الجماعة خلال أوقات فراغ .

-وبالنسبة لتعريف أوجي Augé تسلّيات وانشغالات نتعاطاها بمحض إرادتنا أثناء وقت لا يجوز العمل العادي .

وبينما يرى كر اوس Krous أن الترويح هو تلك الأوجه من النشاط أو الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ, والتي يتم اختيارها وفقا لإرادة الفرد بغرض تحقيق السرور والمتعة لذاته واكتساب العديد من القيم الشخصية والاجتماعية. (الحمامي، 2013)

1-2 أنواع الترويح :

لقد تعددت الأنشطة الترويحية وتنوعت أشكالها فمنه الفكرية والعاطفية أو الفردية والجماعية أو المقيدة أو العابرة ومن بين أهم التقسيمات فقد قسمه أحد الباحثين إلى :

1-2-1 النشاط الترويحي الفعال actif loisir: ويدل على النشاطات الترويحية المبدعة كالرياضة و الغناء و الرسم.

1-2-1 نشاط ترويحي غير فعال : وهو نشاط غير فعال يقف صاحبه موقف المستمتع او المتفرج (laintouraine 1996 p565)

الأنشطة الترويحية إلى مايلي:

أ/ **الأنشطة الايجابية** : وهي تتمثل في الأنشطة التي يشترك فيها الفرد ويمارسها بصورة إيجابية، مثل ممارسة الأنشطة الرياضية أو الرسم أو العزف على الآلات الموسيقية .

ب / **الأنشطة الاستقبالية** : ويقصد بها استقبال الفرد لنشاط خارجي عن طريق الحواس كما هو الحال في القراءة أو مشاهدة التلفزيون أو مشاهدة المباريات الرياضية في الملاعب .

ج/ **الأنشطة السلبية** : ويقصد بها أن الفرد يقوم بنشاط لا يبذل جهد مثل النوم أو الاسترخاء

1-3 أقسام الأنشطة الترويحية :

1-3-1 الترويح الثقافي : يشتمل الترويح الثقافي على أوجه عديدة من النشاط الذي يلعب دورا أساسيا في تنمية الشخصية الإنسانية وتفتحها وضروري لمعرفة الفرد لوسطه ويساهم في إدماج الإنسان في بيئته الاجتماعية مثل القراءة والكتابة أو الراديو والتلفزيون.

1-3-2 الترويح الفني : أو الهوايات الفنية وهي أنشطة ترويحية تمنح الفرد الإحساس بالجمال والإبداع والابتكار وتعمل على إكسابه القدرات والمهارات وتنمي المعلومات وهناك

أنواع كثيرة من الهوايات الفنية، ويهتم الفرد غالباً بالهواية التي لا تكون تكاليفها باهظة ومن أنواع الهوايات: جمع الطوابع والأشياء الأثرية، هوايات التعلم والتصوير، هوايات الابتكار وفن الزخرفة... الخ. (إبراهيم الفقي إدارة الوقت ط دار الفكر للطباعة والنشر عمان 1998 ص09).

1-3-3 الترويح الاجتماعي: يضم هذا الصنف كل النشاطات التي تتضمن المعاملات والعلاقات الاجتماعية، وبعبارة أخرى النشاطات المشتركة بين مجموعة من الأفراد بهدف الراحة أو التسلية أو تحسين المعاملات الاجتماعية كالمشاركة في جمعيات ثقافية أو الجلوس مع أفراد الأسرة، زيارة الأقارب، الجلوس في المقهى..... الخ. (خفاهي محمد عبد السالم، 1993، ص25).

كما يساهم الترويح الاجتماعي في إيجاد فرص التفاعل بين الأفراد والجماعات وتوثيق العلاقات والروابط بينهم، حيث قسم **كوربين** الأنشطة الترويحية الاجتماعية إلى: (الحفلات والحفلات الترفيهية، متنوعات كالبحت عن الكنز والألعاب الجماعية).

1-3-4 الترويح الخلوي: يقصد به قضاء وقت الفراغ في الخلاء بين أحضان الطبيعة، ويعتبر من الأركان الهامة في الترويح حيث يساهم في إشباع ميل الفرد للمغامرة والتغيير والبحث عن المعرفة واكتساب الاعتماد عن النفس والعمل مع الجماعة ويمكن وهناك عدة أنواع للأنشطة الخلوية منها: النزاهات والرحلات، التجوال والترحال أو السياحة الترويحية، الصيد، المعسكرات مثل الكشافة... الخ. (خفاهي محمد عبد السالم، 1993)

1-3-5 الترويح العلاجي: الواسع للخدمات، التي تستخدم للتدخل الإيجابي في بعض نواحي السلوك البدني أو الانفعالي أو الاجتماعي لإحداث تأثير مطلوب في السلوك ولتنشيط وتطور ونمو الشخصية وله قيمة وقائية وعلاجية لا ينكرها الأطباء. فالترويح من الناحية العلاجية يساعد مرضى الأمراض النفسية على التخلص من الانقباضات النفسية، وبالتالي استعادة ثقته بنفسه وتقبل الآخرين له، ويجعله أكثر سعادة وتعاوناً، ويساهم بمساعدة الوسائل العلاجية الأخرى على تحقيق سرعة الشفاء، كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو وشلل الأطفال

وحركات إعادة التأهيل، وأصبح الترويح العلاجي معترف به في معظم المستشفيات وخاصة في الدول المتقدمة. (حلمي إبراهيم وليلي السيد فرحات، 1998، ص 34)

1-3-6 الترويح التجاري: هو مجموعة من الأنشطة الترويحية التي يتمتع بها الفرد نظير مقابل مادي ويرى البعض أن الترويح التجاري يدخل في نطاقه السينما المسرح والإذاعة والتلفزيون والصحف والجرائد، وغيرها من المؤسسات الترويحية التجارية الأخرى وهو يعتبر تجارة رابحة أصحاب رأس المال في المجتمعات الاشتراكية تعتبر العديد من المؤسسات الترويحية التجارية السابق ذكرها، مؤسسة لخدمة ورعاية جميع أفراد الشعب للمساعدة في تنميتهم تنمية شاملة، وهي ملك للدولة وتستغلها لصالح الشعب وليس لصالح رأس المال. (عطيات محمد خطاب، 1982، ص 64.65.66)

1-3-7 الترويح الرياضي: يعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في البرامج الترويحية لما يتميز به من أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة الشخصية من النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية .

إن مزاولة النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول إلى المستويات العالية، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة، حيث أنه خلال مزاولة ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي ويمكن تقسيم الترويح الرياضي :

(أ) الألعاب الصغيرة الترويحية: هي عبارة عن مجموعة متعددة من الألعاب كالجري وألعاب الكرات الصغيرة وألعاب الرشاقة، وما إلى غير ذلك من الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدوات ممارستها .

(ب) الألعاب الرياضية الكبيرة : وهي الأنشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة ويمكن تقسيمها طبقاً لوجهات نظر مختلفة ألعاب فردية أو زوجية أو جماعية، أو بالنسبة لموسم اللعبة ألعاب شتوية أو صيفية أو تمارس طول العام .

(ج) الرياضات المائية: وهي أنشطة ترويحية تمارس في الماء مثل السباحة، كرة الماء أو التجديف والزوارق، وتعتبر هذه الأنشطة خاصة السباحة من أحب ألوان الترويح خاصة في بلادنا .

1-3-8 الترويح والاسترخاء: يفترض العديد من المفكرين وعلماء النفس أن اللعب والترويح

الأنشطة البدنية عمى وجو العموم تعد وسيلة من الوسائل الطبيعية للاستحمام النفسي .
والاسترخاء العقلي والبدني, على اعتبار أن هذه الأنشطة لها القدرة الإيجابية على التخلص من التوتر والشد العصبي والإرهاق النفسي والقلق والإجهاد .

-بعض الأفراد يفضلون الاسترخاء عن طريق الأنشطة البدنية كالهرولة أو لعب الجولف أو التنس بينما يحقق البعض الآخر الاسترخاء عن طريق الاستغراق في عمل عقلي كقراءة كتاب يستحث الفكر أو لعب الشطرنج أو حل مسابقة للكلمات المتقاطعة .

-وهناك أنشطة أخرى للاسترخاء والترويح عن النفس كالاستمتاع بأحلام اليقظة بالاستلقاء على شاطئ البحر, أو مشاهدة سلبية لموقف كوميدي في التلفزيون .

-ولعل الاسترخاء من أهم الفوائد النفسية الناتجة من ممارسة الترويح, فالترويح فألوان قادراً عمى استبدال مشاعر الإرهاق والتعب والجزع والتوتر بمشاعر والمتعة والسعادة والراحة فهو قادر على تحويل العقل المتعب إلى عقلية متفتحة وعلى تحويل النفسية المنهارة المحطمة إلى نفسية منتعشة مقبلة على الحياة.

-والحاجة إلى الاسترخاء أحد الحاجات المهمة للأفراد بعد عناء يوم عمل مرهق أو في أعقاب خبرة انفعالية منزعة أو بعد واجب ثقيل أو ممل لمدة طويلة. (جمال درويش وأمينالخوني، 2001، ص 191-192)

1-4 أهمية الترويح :

تشير الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية وللترويح إلى إسهامات الترويح في حياة المجتمعات المعاصرة في النقاط التالية:

-تحقيق الحاجات الإنسانية للتعبير الخالق عن الذات .

-التحرر من الضغوط و التوتر العصبي المصاحب للحياة العصرية .

-توفير حياة شخصية وعائلية زاخرة بالسعادة والاستقرار .

- تنمية ودعم القيم الديمقراطية. (محمد علي محمد 1985 ، ص 22)

وترى تهاني عبد السالم" أن تحقيق السعادة التي يتطلع إليها كل إنسان دون اعتبار للجنس أو العصر البشري أو للعقائد هو المحور الأساسي كما يرى الباحثون في مجال الترويح والصحة النفسية أن مناشط الترويح ذات الطابع التنافسي تتيح للفرد التعبير عن الميول والاتجاهات وإشباع حاجاته النفسية .

وفي دراسة أجريت على طالب المدارس والكليات بالولاية، أوصى الباحثون بأن تكون مناشط الرياضة و الترويح جزءا من حياتهم وذلك لتحسين حالتهم النفسية. إلا أن الدراسة أكدت على أنه لا ينبغي الاعتقاد بأن الترويح هو الدواء ذو التأثير الفعال للشفاء من تلك الأمراض ولكنه يعد من أهم العوامل المساهمة في سلامة الصحة النفسية والصحة العقلية للفرد .

وأكد الأطباء و المختصون في مجالات الطب النفسي و علم النفس و الترويح على ضرورة مشاركة الفرد في مناشط الترويح للتقليل من التوتر العصبي و النفسي الناتج عن الإرهاق في العمل، كما أكدوا على طبيعة العالقة بين الترويح و الصحة النفسية للفرد(كمال درويش محمد الحمامي، 1996، ص 56).

1-6 العوامل المؤثرة في الترويح :

- أشارت الدراسات إلى أن كل من حجم وقت الفراغ ومناشطه والترويح تتأثر بالعديد من المتغيرات التي ترتبط ب: الجنس، السن، درجة التعلم، نوع العمل، حجم الأسرة، المستوى الاجتماعي والاقتصادي. وفيما يلي يقوم المؤلفان بتوضيح المتغيرات المرتبطة بحجم وقت الفراغ ومناشطه والترويح مع الاسترشاد ببعض الدراسات العربية والأجنبية التي تمت في هذا المجال حتى يمكن إدراك أهمية تلك المتغيرات وتأثيرها على حجم وقت الفراغ ومناشطه وعلى مناسط الترويح وان كان هناك العديد من التداخل بين هذه المتغيرات .

الجنس- السن -درجة التعلم -نوع العمل - حجم الأسرة .

1-1-6-الجنس- تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاط التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي يمارسها البنات، فالبنات في مرحلة الطفولة تفضل اللعب بالدمى والألعاب المرتبطة بالتدبير المنزلية والمكعبات، بينما يفضل البنين اللعب باللعب المتحركة والآلية وكذلك يفضلون ألعاب المطاردة .

ولقد أوضحت دراسات هورتريك أيضا إلى أن الفروق بين الجنسين تبدوا واضحة فيما يرتبط بالقراءة والاستماع إلى برامج الإذاعة ومشاهدة برامج التلفزيون .

وكذلك أوضحت دراسة اليزابيث تشاليلد أن البنات والبنين في مرحلة الطفولة من سن (12) سنة يميلون إلى ممارسة المناشط الإبداعية والبدنية والتحليلية، إلا أن ترتيب تلك المناشط لدى البنين هو وفقا للترتيب السابق بينما تأتي ممارسة النشاط البدنية لدى البنات في الترتيب الأخير .

2- 1-6-السن : تشير الدراسات العلمية إلى أن ألعاب الأطفال تختلف عن ألعاب الكبار وأن الطفل كلما نمى وكبر في السن قل نشاطه في اللعب.

توضح دراسات كل من ليتمان و ويتي أنه كلما كبر الطفل زادت مسؤوليته وارتباطاته وبالتالي قل حجم وقت الفراغ المتاحة له، كما أشارت دراستهما إلى أن مقدار اللعب

الاجتماعي يتناقض مع التقدم في عمر الفرد حيث أوضحت النتائج أن متوسط ألعاب الأطفال في سن السابعة والنصف من العمر قد بلغ 27 نشاطا للعب بينما انخفض هذا المقدار إلى 13 في سن السادسة عشر و النصف .

كما دلت العديد من الدراسات العلمية على أن الأنشطة الرياضية تقل بين كبار السن وخاصة المناشط تتصف بالمخاطرة بينما يزداد إقبالهم على قضاء وقت الفراغ في الراحة والاسترخاء وفي المشي و التجول .

و كذلك أوضحت الدراسات العلمية أن الفرد بعد سن التقاعد عن العمل يكون لديه وقت فراغ أطول عن غيره من الفئات العمرية الأقل .

وفي العديد من الدراسات العلمية أكدت النتائج أن ممارسة مناشط الترويح بوجه عام ومناشط الترويح بوجه خاص تؤدي إلى ما يلي :

-زيادة قدرة العاملين على زيادة قدرة الإنتاج في المؤسسات التي يعملون بها.

- الإقلال من أيام غياب العاطلين عن العمل .

-الإقلال من نسبة إصابات العمل لدى العاملين .

-زيادة مستوى التحصيل العلمي .

-التداخل بين هذه المتغيرات

1-7دوافع الترويح :

-إن الترويح لا يهدف إلى غرض سوى في حد ذاته وأن دوافعه الأولية هي السرور أو السعادة أو الإشباع ومثل هذه النظرة للترويح تعبر من وجهة نظر العديد من العلماء ضيقة تقتصر على هدف واحد وتغفل باقي الأهداف الأخرى فالأنشطة الترويحية متعددة ومتنوعة ولكل منها أهدافه و أغراضه التي تسهم في بناء الفرد وتنميته،ومن النتائج التي أسفرت عليها بعض البحوث ما يلي :

- ❖ اكتساب الحيوية و اللياقة البدنية .
- ❖ الميول الرياضية .
- ❖ قضاء وقت الفراغ .
- ❖ اكتساب نواحي اجتماعية وخلقية .
- ❖ المحافظة على المستوى الرياضي والوصول للبطولة .

-ومن هذه البحوث يتضح أن هناك العديد من الأهداف التي تدفع الفرد إلى ممارسة النشاط الرياضي الترويحي كما أن الفرد لا يمارس الرياضة الترويحية بهدف أو دافع واحد بل قد يكون لأكثر من دوافع أو هدف. (أمينأثور الخولي. 2001 أصول التربية البدنية. دار الفكر العربي.مصر. ص 151)

ولكي تستطيع أن تفهم مكونات الدوافع أو الأهداف السابق ذكرها لممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ تقدم فيما يلي بعض مكونات الدوافع :

1 - 7 - 1 دوافع اكتساب الصحة و اللياقة البدنية :

- لكي يكتسب الحيوية تعويضا عن الجلوس أمام المكتب ساعات طويلة خلال الأسبوع .
- لتجديد النشاط و الحيوية حتى يقبل على العمل بذهن متفتح .
- للمحافظة على لياقتي البدنية وعلى صحتي وان الوقت الذي يضيع يعود على الإنسان بالفائدة .
- للاحتفاظ بلياقتي البدنية ألنني أريد أن أكون في أتم لياقة لكي أنجح في عملي.
- لتقوية عضلاتي وتحديد نشاطي .

2 - 7 - 1 دوافع الميول الرياضية :

- لأنني أميل إلى السباحة و أجد اللذة في ممارستها .
- ألن التنس هو رياضتي الوحيدة التي أمارسها في وقت فراغي باستمرار .
- منذ الصغر هوايتي كرة القدم ومازلتأمارسها حتى الآن .

3 - 7 - 1 دوافع قضاء وقت الفراغ :

- ✚ لكي أستمتع بوقت الفراغ وإيجاد التبادل بين المجهود الذهني و العضلي
- ✚ التسلية وملاً وقت الفراغ بحرية وشعوري بالراحة و السعادة .
- ✚ أأن الرياضة ترويح للنفس وتمضية وقت فراغ مثمر ومفيد .

4 - 7 - 1 دوافع النواحي العقلية و النفسية :

- أأن الرياضة تزيل المتاعب النفسية وتبعد التوتر العصبي .
- أأنني أشعر بالراحة النفسية .
- أأن العقل السليم في الجسم السليم .
- أأن الرياضة غذاء للروح .

5 - 7 - 1 مكونات الدوافع الاجتماعية والخلقية :

- تثبت في الفرد روح الجماعة .
- أأن الرياضة لها حياة اجتماعية طيبة .
- أأن الرياضة تعلم الأفراد الأخلاق الحميدة والروح الرياضية وقوة الإرادة .
- لتنمية التعاون والولاء للجماعة

1 - الترويح الرياضي :

يعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويح، لما يتميز به من أهمية كبرى للمتعة الشامل للفرد، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة الشخصية من النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية إن مزاولة النشاط البدني سواء كان بغرض استغلالها لوقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول إلى المستويات العالية، يعتبر طريقاً سلمياً نحو تحقيق الصحة العامة، حيث أنه خلال مزاولة ذلك النشاط يتحقق لفرد النمو الكامل من

النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى تحسين كفاءة الأجهزة المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي. (د. إبراهيم رحمة، 1998 ، صفحة)

- 2 أنشطة الترويح الرياضي :

تمثل الرياضات و الألعاب الجانب الأعظم من برامج الترويح الرياضي كما انه يمكن تنظيمها وفقا للهدف واحتياجات واهتمامات الأفراد والجماعات، وبذلك نجد أن الاشتراك في تلك الأنشطة يتأثر بالعناصر التالية: المستوى المهاري، السن، الجنس، الحالة البدنية، والحالة الصحية للفرد، ووفقا الآراء كل من رينولدكارلسون، جانيت ماكلين، تيودور ديب، جيمس بيترسون، فانه يتم تقسيم أنشطة الترويح الرياضي إلى المجموعات الرئيسية التالية:

أ- الألعاب والمسابقات ذات تنظيم البسيط .

ب- الألعاب أو الرياضات الفردية .

ج- الألعاب أو الرياضات (الجماعية الزوجية) .

د- ألعاب أو رياضات الفرق .

. 3 خصائص الترويح الرياضي :

من أهم الخصائص التي يتميز الترويح الرياضي ما يلي :

- تهيئة الفرص للنشاط الحركي: إتاحة فرصة المشاركة للجميع من خلال توفير المنشآت والتجهيزات اللازمة وإعداد البرامج المناسبة .

- الهادفة : نشاط هادف وبناء يسهم في تنمية المهارات والقيم والاتجاهات التربوية وتطوير الشخصية .

- الايجابية: ممارسة النشاط وعدم الاقتصار على المشاهدة .

-المساواة : لكل فرد الحق في المشاركة بغض النظر عن المراحل العمرية أو الجنس أو المستوى المهاري .

حرية الاختيار: اختيار أي نوع أو مستوى من الرياضات المختلفة .

الدافعية: المشاركة في النشاط تتم بدافع ذاتي (برغبة وإرادة الفرد).

التنوع: تتوفر الأنشطة التنافسية وغير التنافسية في مستويات مختلفة لكي تتفق مع حاجات ورغبات وميول الأفراد .

الوقاية والتأهيل: يساعد الممارسين على الوقاية من الأمراض العصرية المرتبطة بنقص الحركة كأمراض القلب والدورة الدموية، والبدانة، وبعض الأمراض النفسية والاجتماعية... الخ، ويساعد بشكل فعال في تأهيل المرضى والمصابين والمعاقين .
التفاؤل: المشاركة الإيجابية تؤدي إلى تحقيق السعادة وتنمية وتطوير صحة الفرد وزيادة إنتاجية، مما يبعث روح التفاؤل لدى الممارس .

الكشف عن الموهوبين: تعتبر نشاطات الترويح الرياضي القاعدة الأساسية التي تركز عليها عملية الكشف عن الموهوبين وأصحاب القدرات المتميزة. تركز عليها عملية الكشف عن الموهوبين وأصحاب القدرات المتميزة في مختلف الألعاب والرياضات .

استثمار وقت الفراغ: يعتبر الترويح الرياضي وسيلة مثلى لاستثمار أوقات الفراغ المتزايدة لدى جميع أفراد المجتمع .

والترويح الرياضي يختلف في خصائصه عن الأنشطة الرياضية للمستويات العليا، كرياضات المحترفين وأشبه المحترفين، فمثال بالمقارنة مع رياضة المنافسات (الرسمية، المحلية و الدولية)(صياد، 2018).

-مميزات النشاط الترويح الرياضي :

- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على رفع مستوى الحيوية والجد ومقاومة التعب .
- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على التخلص من الضغط العصبي والإحساس بالراحة .
- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على رفع كفاءة الأجهزة المختلفة كالجهاز الدوري التنفسي .
- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على التخلص من الطاقة الزائدة. (صياد، 2018 ، ص48).

خلاصة :

إن النشاط البدني الترويحي يتمثل في فائدته التي تعود على الأفراد فهو يعتبر وسيلة ترويحية وعلاجية إذا تم استغلالها بصفة منتظمة ومستمرة .

فهو يساهم في تكوين شخصية الأفراد من جميع الجوانب الجانب الصحي الجانب النفسي الجانب والاجتماعي وبالتالي تكوين شخصية متزنة تتميز بالتفاعل الاجتماعي والاستقرار العاطفي والنظرة المتفائلة للحياة.

الفصل الثاني

أساتذة التعليم الثانوي

تمهيد :

يعتبر التعليم الثانوي من ركائز النظام التعليمي والتربوي يفاعل، ليس فقط بسبب موقعه كهمزة وصل بني مرحلتي التعليم الأساسي والتعليم الجامعي من جهة، وبني التشغيل والتكوين المهني من جهة أخرى، إنما بصفة خاصة لأنه يمثل مرحلة منتهية ومتواصلة يف نفس الوقت، وهذا يكون بامتحان شهادة البكالوريا التي تعتبر الجسر لمزاولة الدراسات العليا، أين يتحدد مصريه ومستقبله الدراسي والمهني، ولقد شهد التعليم الثانوي تطورا ملحوظا عن طريق تحقيق نتائج ايجابية كالتوسع المعتبر لشبكة مؤسسات التعليم الثانوي وتزايد عدد التلاميذ

تعريف الأستاذ /المدرس اصطلاحا :

بعرف فيليب جاكسون philipjackson الأستاذ على انه صانع القرار يفهم طلبته وبتفهمهم قادرا على اعادة صياغة المادة الدراسية ويشكلها بشكل يسهل على الطلبة باستيعابها ويعرف مادا يعمل ومتى يعمل فالإستاد ليس مجرد شخص مهني يملك معرفة معينة و نوعا من المهام لكي يؤدي بها وظيفته وإنما عليه فوق ذلك إن يمتلك الشجاعة اللازمة للقيام بإعمال البحث و التنقيب وعنده الجرأة اللازمة على تحري الحقيقة والبحث عنها و الكشف عن المجهول .

وبقول كومبلسارتور (1972) complais Arthur أن الاستاد الجيد هو أولا وأخيرا شخص فريد من نوعه و شخصيته متميزة عن غيرها. اما David Berlin فيرى ان الاستاد رجل اجرائي لا ينجز عدة أعمال إجرائية في الصف كل يوم ويخطط و ينظم و يرشد و يوجه وله قدرة توطيد العلاقة بينه و بين الطلبة الذين يتعاملون معه فأدا كانت العلاقة جيدة انعكس ذلك على نشاط الطلبة و اذا كان العكس مال نشاطهم نحو الفتور.

هناك من عرفه : بأنه جزء من الأجهزة المنفذة لرسالة التعليم في المجتمع وهو العامل الأول و الأساسي و القائم على نقل المعلومات و المعارف العلمية و الخلقية إلى بناء المجتمع و يتم ذلك ضمن المدرسة (إبراهيم.1973.ص583)

ويعرف الطالب بان الاستاد هو الذي يقوم بتدريس المواد الدراسية وإعداد المواطن الصالح و تكوين الأجيال.

مشكلات الاستاد/المدرس :

لكل مهنة من المهن مشكلاتها التي تتفاوت في حدتها وعددها بقدر الظروف المحيطة بهذه المهنة وطبيعتها والتعليم كمهنة لا يخلو من المشاكل و التي تواجه كل أطراف العملية التعليمية من التلاميذ ومعلمين والطاقم الإداري.

وبالنظر إلى من يتحمل القسط الأكبر من العملية التربوية و التعليمية ألا وهو المعلم ويلاحظ ان هذه المشاكل يعاني منها كل المعلمين في كل الأطوار التعليمية.

فما يلي نستعرض هذه المشاكل بانجاز :

- صعوبة في حصر الأهداف التي يتوقع من التلاميذ انجازها نتيجة العملية التدريسية.
- صعوبة في اختيار الأهداف وصياغتها وطرق تزويد التلاميذ بها قبل البدء في التدريس.
- صعوبة في فهم التلاميذ من خلال اختلاف انفعالاتهم وقدراتهم الاجتماعية و العقلية.
- صعوبة في تحديد نقاط ضعف كل تلميذ أو تحديد مدى استيعابه و استعداده وقدرته على انجاز الأهداف التعليمية المرغوبة.
- صعوبة اختيار مبادئ التعليم التي تتفق مع طبيعة المواقف التعليمية المتنوعة و التي تفرها عليه شروط النشاط التعليمي الذي يقوم به .
- صعوبة اختبار وسائل و طرق التدريس الفعالة و الهادفة (عبد الحميد 1997 ص19)

دور الاستاد /المدرس :

- يعد الاستاد عنصرا هاما من العناصر التربوية اد انه يعمل مع الطلبة لفترة طويلة ويستطيع من خلالها ملاحظة تصرفهم وسلوكهم ولهذا يأتي دوره معهم على النحو التالي:
- ليجاد جو اجتماعي سليم في الصف و المدرسة تسوده المحبة و التعاون.
- احترام شخصية الطالب و مبادئه و أفكاره.

- الاتزان الانفعالي في المواقف التعليمية.
- رعاية الفروق الفردية بين الطلبة بحيث يعامل كل الطالب حسب قدراته و إمكانياته.
- اعتماد الأسلوب العلمي في حل المشكلات التعليمية.
- استخدام الوسائل الإيضاحية المتنوعة عند تقديم المادة.
- التعرف على حاجات الطلبة و مشاكلهم.
- إثارة دافع التحصيل لدى الطلبة بحيث يساعدهم على اكتشاف قدراتهم و إمكانياتهم.
- دراسة مشكلة الطلبة أفرادا وجماعات واكتشاف حالات سوء التوافق المبكرة لديهم وإحالتها للمرشد التربوي (سعيد عبد العزيز 2004ص254)

1- تعريف التعليم الثانوي :

تعرف المرحلة الثانوية بالمرحلة التي تلي المرحلة الأساسية بجميع أنواعها وفروعها، وتقابل مرحلة التعليم الثانوي مرحلة المراهقة حسب تقسيم مراحل النمو النفسي حيث يتطابق هذا التقسيم للنظام التربوي مع مراحل النمو للفرد ، نفس الشأن بالنسبة للمرحلة التعليمية فكل مرحلة تختلف عن غيرها باختلاف المناهج الدراسية، الأساليب التعليمية وغري ذلك من نواحي النشاط المدرسي والمرحلة الثانوية يف النظام التربوي الجزائري تمثل النقطة المركزية للمراحل التعليمية بحيث أن جذورها مغروسة يف التعليم الأساسي وفروعها ممتدة إلى التعليم العالي ومراكز التكوين الأخرى. (صالح أحمد وزكي، 1972:41).

لقد تم الشروع في إعادة تنظيم المدرسة الثانوية وفقا لمؤهلات الطلبة وحجات المجتمع بنظام جديد يعرف " المقاربة بالكفاءات "ويمكن أن نستدل هنا بالمصطلح الذي حددته "اليونسكو" Unesco "المقصودة بالتعليم الثانوي المرحلة الوسطى من سلم التعليم حيث يسبقه التعليم الأساسي ويليه التعليم العالي، وذلك معظم بلدان العامل المتقدمة منها والنامية على حد سواء. (الميثاق الوطني، 1986: 279).

فالتعليم الثانوي إذن هو المرحلة التالية من مراحل نظام التعليم العام والتي تلي مرحلة التعليم الابتدائي والمتوسطة، وفي هذه المرحلة يبدأ تخصص الطلبة في العلوم أو في الأدب.

1-1-لمحة تاريخية على نشأة التعليم الثانوي :

إن الذي يبحث في تاريخ الأمم وتراثها وحضارتها جيد أن تربية أبناء وتعليمهم وإعدادهم للحياة المستقبلية كانت من بين الاهتمامات الأساسية لجميع الآباء، فيحاولون توفير التعليم لأبنائهم قدر ما استطاعوا إما في بيوتهم أو في مدارس خاصة أو في مدارس نظامية وذلك لتحقيق أهداف وغايات مختلفة تبعا لمستوياتهم الاجتماعية والاقتصادية أو مسؤوليتهم السياسية أو لمعتقداتهم الدينية، ومن أجل ذلك أنشأت المدارس وأقيمت المؤسسات التعليمية بمختلف مراحلها ومستوياتها، لتهيئ الظروف المواتية لارتقاء كل فرد إلى منسوب أعلى من الرشد و الوعي لممارسة أنشطة الحياة المختلفة.

بخصوص مدارس التعليم الثانوي فقد نشأت نشأة نظامية وأكاديمية بارزة في بداية العصور الذهبية اليونانية وذلك لما بدأ العجز واضحا على التعليم الأول(الابتدائي) في تلبية الحاجات الاقتصادية والسياسية لبعض الطبقات الاجتماعية حيث اهتمت به في البداية الطبقات الاستقرائية والحاكمة ذات المنزلة الاجتماعية والمالية العالية.

أم الطبقات المتوسطة والعامية فليس لها الحق في هذا النوع من التعليم حتى لا تصل إلى المناصب السياسية العليا في البلاد، حيث كانت هذه المناصب لا تمنح إلا لمن له معارف ومعلومات عن مختلف العلوم، حتى لا تظهر قدراتهم ومهارتهم في المناقشات السياسية والفلسفية التي تسمح لهم بالارتقاء والتقدم إلى مرتبة النخبة المختارة لإدارة شؤون البلاد السياسية والاقتصادية، وكل هذا كان حافزا قويا لتوسيع نطاق المدرسة الثانوية وتنوع علومها ومعارفها فكانت العلوم التي تدرس فيها هي العلوم اللغوية والآداب والهندسة النظرية وعلوم البالغة، وقيام الحضارة الرومانية سار عالرومانيون إلى ترجمة العلوم اليونانية وآدابها ونقلوا هذا النوع من المدارس إلى بلادهم فظهر نوع جديد من المدارس سيختلف عن مدارسهم المعروفة أطلق عليها اسم المدارس "الأجرومية" تهتم بالقواعد الصرفية والنظر في النصوص الأدبية، وكانت تحتوي(130)مدرسة ثانوية تعد الأفراد لاشتراك في الحياة الأمة والحصول على المراكز الهامة من وظائف مجلس الشيوخ الروماني، ويشرف على التدريس في هذه المدارس أساتذة يونانيون وقد اهتموا بتدريس الأدب اليوناني وثقافتهم.

لما سقط الحكم الجمهوري وقام مقامه النظام الإمبراطوري انخفضت قيمة هذه المدارس لتغري أساليب الحكم وأصبحت الخطابة ليست من الأساليب الحيوية المؤثرة في السياسة العامة لكن الكنيسة الكاثوليكية أرادت أن تعيد لهذه المدارس اعتبارها وقيمتها خدمة لأغراضها الخاصة المتمثلة في إعداد الأشخاص الراغبين في العمل بالكنائس أو ليصبحوا في المستقبل قادة لها أو مترجمين للإنجيل وفهمه فهما صحيحا، ومن أجل تحقيق هذه الأغراض قدمت لها مساعدات وتشجيعات مالية كبيرة أنعشت هذه المدارس سالتى ظلت تهيئ الموظفين السياسيين وتكوين القساوسة، ولما قاربت العصور الوسطى من نهايتها، وتغيرت الأوضاع الثقافية والاقتصادية تغيرت وظيفة هذه المدارس خاصة بعد أن بدأت تتدفق على أوروبا موجات متتابعة من الكتب العربية الإسلامية المترجمة وما تعلمه من نظريات وأفكار علمية تتحدى الأفكار المسيحية، وصارت أوروبا كلها متوج بالعلم والفلسفة.

فشعت هذه الأمواج الثقافية الحركة العلمية في المؤسسات التعليمية والطب التي تساعد على تنشيط الحركة العلمية في الجامعات الأوروبية، ونتيجة لهذا التفاعل الثقافي والفلسفي والعلمي قامت اتجاهات فكرية جديدة مثل الاتجاه الواقعي، الذي يبحث عن المفاهيم والآراء العامة والاتجاه الإنساني بالتأمل في العامل واستقصاء البحث في العلوم الطبيعية.

تعتبر هذه العوامل وغريها مفتاح لباب النشاط المعرفي العقلي ووسعت نافذة الحياة أمام الطبقات المختلفة في أوروبا فكانت بمثابة المولد الجديد للعقل الذي بدأ يتحرر من السلطة الكنيسة، مما أدى إلى تغيير المدرسة الثانوية والتأثير فيها بحيث اتسعت مجالاتها وتنوعت موادها الدراسية وصار من بين أهدافها فهم التراث الإنساني كله والإطلاع على حياة المجتمعات السابقة حتى صارت تعرف المدارس الإنسانية، ولما زادت النهضة العلمية اتساعا وعمقا في مجال الاكتشاف والاختراع، تزايد بعد ذلك عدد من العلماء في مختلف العلوم والفنون، وكذا التطورات الاقتصادية والصناعية وقام الثورة الصناعية في أوروبا التي كانت بحاجة كبيرة إلى قدرات علمية ومهارات يدوية تواكب التطورات الجارية في عالم الصناعة فبدأت المؤسسات التعليمية الثانوية والعالية تكيف برامجها وفقا لمتطلبات العصر الصناعي، وقبلت فكرة إدخال الدراسات الفنية والتدريس لتقني ضمن مواد الدراسة بالتعليم

الثانوي حتى صارت وظيفة المدرسة الثانوية هي خدمة أهداف تعلم الحرف والمهارات وتنمية الاستعدادات، خدمة المطالب الصناعية الحديثة التي ساعدت على انتشار التعليم الثانوي وتوسعه في أوروبا وغربيها من القارات الأخرى. (علي، براجل، 1991: 12).

1-2-المبادئ العامة لتنظيم شعب التعليم الثانوي :

1-2-1-مبادئ التنظيم المشتركة بين نمطي التعليم :

أ- يرمي التعليم الثانوي إلى ضمان التكوين العام لكل طلابه من أجل:

-تسهيل إدماجهم في الحياة الاجتماعية .

-دعم ثقافتهم الأساسية و العامة .

-اكتسابهم معارف نظرية وعلمية يمكن استثمارها في مختلف فضاءات النشاط والتكوين.

ب- يتابع الطلبة تعليمهم في السنة الأولى لجذعين مشتركين أحدهما ذو اتجاه أدبي و الثاني ذو اتجاه علمي و تكنولوجي .

ت- في نهاية الجذع المشترك لبناء على تقييم نتائج الطلبة و قدراتهم في الحدود التي تسمح لها الخريطة المدرسية .

ث- من الضروري أن توفر شعب التعليم الثانوي تكويناً واسعاً يمكن للطلبة من اكتساب معارف نظرية وتقنية ومهارات متنوعة و يمكن إعادة توجيه الطلبة عند نهاية السنة الثالثة ثانوي عند الضرورة بناء على مقاييس تربوية صارمة .

ج- يخضع تحديد شعب التعليم الثانوي لمبادئ الانسجام الاقتصادي داخل منظومة ال تربية والتكوين. تختتم السنة الثالثة في نمط التعليم بامتحان خاص هو:

أما بكالوريا الثانوي .

أما بكالوريا التعليم الثاني التكنولوجي. (قرار إعادة هيكلة التعليم الثانوي 1992: 3-4)

1-2-2- مبادئ تنظيم شعب التعليم الثانوي و التكنولوجي :

أ - يوجه طلبة الجذوع المشتركة المقبولون في التعليم الثانوي العام و التكنولوجي إلى إحدى شعب هذا النمط من التعليم التي تناسبهم أثر من غيرها.

ب - تستجيب شعب التعليم العام، و التكنولوجي لنمط الانسجام العمودي بين الجذوع المشتركة في السنة الأولى ثانوي وشعب التعليم العالي وفق أجماليات الكبيرة للتكوين .

ت - أن تراعي هيكله السنة الأولى في الجامعات وضعية الهيكل المتبعة في التعليم الثانوي .

ث - تكون المجالات التعليمية التي تناولها كل شعبة واسعة بالقدر الكافي لاستجابة لمستلزمات التكوين العالي .

ج - يمكن تنظيم جديد لإعادة توجيه بين الشعب المتقاربة عند الضرورة .

ح - من الضروري أن يسمح تنظيم التعليم الثانوي العام و التكنولوجي بالتكفل بالطلبة الذين يظهرون تفوقا ملحوظا في مادة أو مجموعة من المواد. (المنشور الوزاري، 2001: 9-10).

1-4-4- مظاهر الإصلاح التربوي الجديد : عرف المجتمع الجزائري تغيرات عميقة، وفتحت طموحات التقدم في ظل على التكنولوجيا و الاتصال، كل هذا أدى إلى ضرورة إحداث تغيرات حيث قامت وزارة التربية الوطنية بتنصيب لجنة وطنية لبناء البرامج التربوية وذلك بإعادة النظر في المواد الدراسية وكان ذلك في أكتوبر 1998 وهذا لتشخيص الوضع الحالي للبرامج و الاستعداد لإعداد مناهج على أساس مشاريع تمهيدية للمرجعية، ووثائق أخرى أعدتها مديريات التعليم على المستوى الوطني ومن بني أهم مظاهر الإصلاح نذكر :

استخدام إستراتيجية التعليم والتعلم على مبادئ مقارنة التدريس بالكفاءات
التي تجعل المتعلم محور العملية التعليمية لاقتراح وضعيات ووسائل وأدوات تقويمية تتسجم
مع خصوصية المادة وطبيعة المعارف والغايات الجديدة للمناهج .
تحرير المعلم من القيود النمطية وجعله أكثر حركية وفتح مجال الاجتهاد و المبادرة
والإبداع.

- تمكين المتعلم من التحكم في الكفاءات المكتسبة، وتوظيفها بأكثر حظوظ .

(قرار الوزاري رقم 50، 2005: 39).

كمانج أيضا من مستجدات المناهج:

1-4-1- الانتقال من مفهوم البرنامج إلى مفهوم المنهاج :

لقد تميز المنهاج الجديد بين مصطلحي " برنامج " و " منهاج " إذ أن البرنامج يدل على
المعلومات و المعارف التي يجب تلقينها للطفل خلال فترة معينة، أما المنهاج فهو يشمل كل
العمليات التكوينية التي يساهم فيها التلميذ تحت مسؤولية المدرسة خلال فترة التعلم، أي كل
المؤثرات التي من شأنها إثراء تجربة المتعلم خلال الفترة المعينة.

1-4-2- تطبيق المقاربة عن طرق الكفاءات:

تطبيق منطق التعلم المركز على التلميذ ونشاطاته ورد فعله لوضعيات و مشكلات تدفعه إلى
التفكير، فليس المهم تقديم معارف يدفع التلاميذ إلى استعمال قدراته في تعامله مع الوضعيات
الجديدة وربطها مع الوضعيات المعيشية، وما يميز المقاربة هو أنها أساس إدماجي، توازن
بين ما هو معرفي وما هو مهارتي وسلوكي والمساهمة في نمو التلميذ و تكوين شخصية قادرة
على أن تعلم نفسها بنفسها مدى الحياة. (فريد عادل، 2003: 18).

- 3-4-3- إدماج تكنولوجيات الإعلام الآلي :

الإعلام والاتصال عن طريق الكمبيوتر لغة جديدة وأصبحت أساسية لا يمكن تجاهلها وأهميتها
لا تكمن فقط في التحكم في الآلة لتحسين الأداء التربوي و تحقيق التعليمات

المقصودة في هذا الموضوع، بتغيير دور المعلم في القسم الذي يحتاج إلى كفاءات جديدة تضاف إلى تكوينه القاعدي .

1-4-4-1- ترقية أدوار جديدة في خدمة المتعلم :

للتلميذ أدوار جديدة في المدرسة، فليس هو العنصر الذي يلقى معارف و يتعلمها دون نشاط فالمقاربة الجديدة تعطيه حق المشاركة مع المعلم في بناء معارفه ضمن علاقة تفاعلية فالمتعلم يبحث عن المعلومة و يقيمها و يستعملها. (فريد عادل، 2003: 20).

3 5 -الأهداف العامة للتعليم الثانوي :

الهدف العام من التعليم الثانوي هو خلق الشخصية السوية المتزنة التي تستطيع عبور مرحلة المراهقة بسلام، وتحدد مسار اتجاهاته و نمط مناهجه وكيفية إيجاد الطرف الناجحة التي تساعد الناشئين المراهقين من الانتقال السليم من الطفولة و الحياة المدرسية إلى النضج والكمال و حياة المجتمع، و الانتقال السليم يتحقق عن طريق مراعاة بعض الأهداف التالية:

- 1 -اكتساب الطلاب المفاهيم العلمية الإنسانية و تسخيرها لخدمة المجتمع .
 - 2 -تزويد الطلاب م هارات فكرية ومناهج البحث العلمي .
 - 3 -تحسين مهارات الطلاب اللغوية وقدرتهم الأدائية و إعدادهم مهنيا و تكنولوجيا .
 - 4 -تزويد الطالب بالمهارات السلوكية و القيم .
 - 5 -تنمية تقدير المسؤولية واحترام القانون و القيم .
 - 6 -تكوين اتجاهات الشعور بالانتماء و القدرة على التكيف .
 - 7 -تقدير نجاحات الإنسان و قبول مسؤولية المواطنة وإدراك المواقف والأحداث الدولية .
 - 8 -إكساب الطالب حاسة التذوق الفني و تقدير الجمال .
 - 9 -مساعدة الطالب على معرفة ذواتهم و تقدير الآخرين .
- (رمضان محمد القدافي و محمد الفالوقي، 1997: 123-135)

حسب الباحث Foulque Paul "1977" التعليم الثانوي يسعى إلى تكوين الإنسان للإنسان وليس لوظيفة محددة وإذا كانت المدرسة الثانوية لا تعطي ثقافة علمية فهي تجعل الأفكار في حالة تقبل ثقافة من هذا النوع ، فيما بعد فهي إذا كانت تحضر الإنسان لوظيفة معينة فهي تجعله أكثر قدرة على التحضير للوظيفة وبصفة عامة فأهداف المدرسة الثانوية يمكن أن نلخصها في النقاط التالية :

- 3-5-1- تحقيق النمو المتكامل للطالب في إطارين هما :

3-5-1-1- الإطار العقلي :

يكتسب الطلاب المعلومات والمهارات والاتجاهات والعادات والجرأة .

3-5-1-2- الإطار العام الاجتماعي :

بحيث تتكامل و تتوازن جوانب شخصية الفرد، وإعداد الطالب للحياة العملية في المجتمع وتنمية الاتجاه العلمي واحترام العمل اليدوي والالتزام الاجتماعي .

(إبراهيم عصمت مطوع، 1997 : 352-353)

أما النظام التربوي الجزائري فحدد التعليم الثانوي كالتالي:

يمنح التعليم الثانوي الطلبة باختلاف شعبهم تكويناً ثقافياً أساسياً قصد تحقيق أهداف معرفية ، ومنهجية سلوكية تسمح لهم باكتساب مهارات تقنية و يمكن حصر الأهداف المعرفية فيما يلي :

-التحكم في اللغة العربية والتعرف على التراث الثقافي الوطني بإبعاده العربية والإسلامية والتحكم في الرياضيات ومعرفة لغتين أجنبيتين على الأقل .

-تربية المواطن وتوعيته بمبادئ حقوق الإنسان والعدالة الاجتماعية و واجبات المواطن وتنظيم المجتمع والتنمية الاجتماعية والاقتصادية .

-يساهم التعليم الثانوي في دعم واكتساب مجلة من السلوكات التي من شأنها أن تساعد على إتباع مناهج فعالة بالنسبة للنشاطات التعليمية و لعملية التعلم

3-6- أهمية التعليم الثانوي :

التعليم الثانوي يقبل أهم وأخرج مرحلة عمرية يف حياة الفرد إذ أنه يغطي مرحلة المراهقة وهي مرحلة بناء الذات وتكوين الشخصية ذات الاتجاهات والقيم السليمة وهذه الفترة من العمر (12-18) بمثل:

- مرحلة الإعداد الجاد للمواطني قيمته ومعتقداته وسلوكه وهويته .
- تحقيق الأهداف الرئيسية للتعليم الثانوي يعتبر أهم مرحلة تعليمية لتحقيق الأهداف العامة للتربية في أي مجتمع خاصة إذا اعتبرنا أن المرحلة الأولى من التعليم (الابتدائي) تهتم بإمداد النشء بالأساسيات الأولى للتعلم من قراءة وكتابة وعمليات حسابية وأصول الانتماء والمواطنة وأن المرحلة الأخيرة من التعليم (الجامعي) تقتصر على قلة منتقاة لأسباب علمية واقتصادية واجتماعية ووظيفية وانطلاقاً من هذه المعطيات الموضوعية يمكن تحديد أهمية الثانوي في النقاط التالية:

3-6-1- المراهقة والتغيرات الجسمية والسلوكية :

على المدرسة الثانوية أن توفر مختلف العوامل التي تساعد على تحقيق مطالب هذه المرحلة المراهقة وما يصاحبها من تغيرات أساسية في البناء والإدراك والسلوك وما يتبعها من متطلبات أساسية لكل ناحية من نواحي النمو التي تكون شخصية الفرد ، وتحدد سلوكه وعلاقته وتتجلى خلال التعليم الثانوي الذي يغطي هذه المرحلة الحرجة.

3-6-2- الارتباط بمشكلات المجتمع :

يكثُر ما تنبع مشاكل المراهق من مشكلات المجتمع الذي يعيش فيه وترتبط ظروفه بأحوال هذا المجتمع، وكل ما يحيط به من أزمات وما يسوده من فلسفات، وما يطرأ عليه من تغيرات تؤثر على المراهق وبالتالي تعليمية.

3-6-3- التنمية الاجتماعية والتطور الحضاري :

التعليم الثانوي ليس نوعاً من الترف أو الرفاهية التعليمية وإنما يمثل فترة الإعداد الجاد للمواطن وبناء الأطر الفنية المتوسطة التي تحتاجها التنمية وتساهم بجدية في تحقيق الأهداف الرئيسية للمجتمع في الرقي والتطور الحضاري. (رمضان محمد القذافي ومحمد الفالوقي، 122:1997-123).

كما يتصل التعليم الثانوي اتصالاً وثيقاً بما يسبقه ويلحقه من مراحل التعليم، وهي صلة تتطلب الدقة في تخطيط مناهجه بحيث يلائم مختلف أهداف ومناهج تلك المراحل التعليمية من ناحية، وتناسب ظروف المتعاملين و رغباتهم من ناحية ثانية، وتشبع احتياجات المجتمع وتحقيقاً للأهداف العامة المنشودة من ناحية ثالثة، وهذا ما أدى إلى ضرورة إعداد النظر في مختلف المناهج التعليمية في المرحلة النوية وتسيطر أهداف تربوية جديدة. أين ينسجم التعليم الثانوي مع التوجهات الجديدة للبلاد في مختلف الميادين السياسية، الاجتماعية الاقتصادية و الثقافية، وقد عمد المشرفون عند وضع المناهج الجديدة على مراعاة هذه التوجهات انطلاقاً من المبادئ العامة المستخلصة من النصوص المرجعية للبلاد مبنئ:

- بناء الهوية الجزائرية .

- تكوين نظرة على العامل المتغيرات.

- تنمية القدرة على التأثي و التغيرات كما مست المجالات الأساسية من:

- تنمية الشخصية .

- ترقية الفنون .

التحكم في اللغات: توظيف الرياضيات، العلوم، التكنولوجيا في الحياة اليومية، الاهتمام

بالعالم الخارجي بجميع جوانبه (القرار الوزاري: رقم 50، 10 ماي، 2005: 2).

3-7- علاقة التعليم الثانوي بالتعليم العالي :

من القضايا الأساسية في إصلاح التعليم الثانوي هو ربط هذه المرحلة بالتعليم العالي وجعل شعبه وتخصصاته تتساوى أو تتكافأ مع تخصصات التعليم العالي ومع أساليبه ونشاطه التربوي العام وتبدو ضرورة التوفيق بينهما في بعض الجوانب مثل:

1/ إعداد التلاميذ إعداداً متكاملًا للمهن و الوظائف حسب ما يقتضيه المجال العلمي في البلاد.

2/ إعدادهم لاكتساب أسس المعرفة التي تمكنهم من التواصل في الخبرة التعليمية و الانتقال من مستوى أدنى إلى مستوى أعلى من المراحل التعليمية أو في الوظيفة المهنية والتدريسية بنوع تحصيلي ثابت ومستقر. إن هذه الأسس المعرفية العلمية تجعل للتلاميذ فيما بعد قادرين على

تتبع الدراسة العلمية في المستويات العليا، و كدها هي أن نظام التعليم يمثل التعليم الحقيقية التي نكدها هي أن نظام التعليم العام و فروعها تمثل الشعب و التخصصات و هذه الفروع ترتبط ارتباطا وثيقا بمجالين أساسيين:

- التعليم العالي .

- الحاجات الاجتماعية الاقتصادية .

فكلما دعت الضرورة أو تطورات الحاجة أصبح الوضع يتطلب نوعية معينة أو قدرة خاصة أو تكويننا محددًا أطلقت الفروع أغصانا جديدة، لكنها تبقى لاصقة و متصلة بالجزء الأصلي تتغذى منه و يغذي المجالات المتصلة بها .

إن هذه العلاقة تكون أسلوبا تعاونيا يخفف من حدة التوتر القائم بين التعليم و التخطيط الاقتصادي. (عليبراجل، 1991: 22).

خلاصة :

يتبين لنا أن مرحلة التعليم الثانوي حلقة هامة في سلسلة المراحل التعليمية، فيها يبدي التلميذ رغبته في التغيير، وتمتاز بنظام ومنهج خاص وصارم يهدف إلى تكوين جيد للتلاميذ المقبلون في نهاية الثانوية على اجتياز شهادة تمكنهم من دخول الجامعة .

كما تتعاقب فترة تمدرس التلميذ في الثانوية تغيرات على المستوى الثقافي و العلمي نظرا للمعارف الجديدة التي يتلقاها، ونظرا لاندماجه في جماعات مختلفة مما يجعل هذه المرحلة الهامة تخضع لعدة إصلاحات تربوية لمواكبة التطور العالمي وكذلك لأحداث التوافق وتنمية الدافعية للعلم من خلال مناهج مرتبطة بخبرات التلاميذ فهم يسعون إلى التحرر من سيطرة الراشد عن طريق النجاح و دخول الجامعة.

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

الإجراءات منهجية البحث

تمهيد :

يعتبر هذا الفصل جوهره البحث حيث نقوم فيه بمعالجة المشكلة المطروحة اد يحتوي على طرق العمل ومنهجيته و الوسائل التي تساعد الباحثين على كشف الموضوع و الوصول الى نتائج التي تقدم البحث وهذا مما يحتويه من طرق و منهجية و وسائل تخدم هدف البحث .

1 -المنهج البحث:

في بحثنا هذا اعتمدنا على البحث الوصفي المسحي و هذا لملائمته لطبيعة موضوع الدراسة و أهدافها و نوع المشكل المطروح.

1-2 مجتمع البحث :

تمثل مجتمع البحث من أساتذة التعليم الثانوي على مستوى ولاية مستغانم و البالغ عددهم 3507 أستاذ على مستوى الولاية. أما مجتمع المناطق المقصودة قدر ب 140.

وبما ان مجتمع الدراسة يتناول اساتذة التعليم الثانوي بدائرة سيدي لخضر مستغانم وهم الفئة المستهدفة في البحث ومن خلال الارقام المقدمة فان عدد الاساتذة يقدر ب 60 استاد .

1/3 عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث عشوائيا قوامها 60 استاذ و اساتذة للتعليم الثانوي لمختلف المواد حيث تمثل 7.5 % من مجتمع البلديات المقصودة ، حيث تم الاتصال بهم عن قرب ، و عن طريق زملائهم الاساتذة في المهنة و هم مشكورين على ذلك ، اضافة الى استخدام وسائل التواصل كالانترنت (الايمل)

وبما ان مجتمع الدراسة يتناول اساتذة التعليم الثانوي بدائرة سيدي لخضر مستغانم وهم الفئة المستهدفة في البحث ومن خلال الارقام المقدمة فان عدد الاساتذة يقدر ب 60 استاد .

1-3 طريقة اختيار العينة :حيث كان اختيار أساتذة الطور الثانوي بطريقة عشوائية.

4/متغيرات البحث :

أ/المتغير المستقل :النشاط الترويحي الرياضي.

ب/المتغير التابع :الضغوطات النفسية و التوافق المهني.

5/مجالات البحث :

5-1 **المجال البشري** : مجتمع الدراسة يقصد به جميع وحدات المعاينة التي نختار منها العينة وفي دراستنا يتألف مجتمع البحث 60 عينة من مجموع اساتذة التعليم الثانوي بسيدي لخضر مستغانم

5-2 **المجال الزمني** : كانت مدة اجراء هذه الدراسة من عشرة (10) فيفري الى 12 جوان 2021

5-3 **المجال المكاني**: اجريت الدراسة الميدانية لهذا الموضوع على مستوى اساتذة ثانويتي احمد بومهدي و مهراوي بسيدي لخضر مستغانم .

6/ أدوات البحث:

-المصادر و المراجع

-الدراسات السابقة و البحوث المتشابهة

شبكة الأنترنت

-الوسائل الأحصائية و الاستبيان

2-الدراسة الاستطلاعية :

أجرينا دراسة استطلاعية و هذا لضمان السير الحسن لموضوع بحثنا و ذلك قبل توزيع الاستبيان على العينة الرئيسية حيث قمنا بتوزيعه على عينة مكونة من 10 اساتذة اختيروا بطريقة عشوائية من مجتمع عينة البحث، حيث تم توزيعه يوم 20 مارس 2021 وتم استرجاعه بعد اسبوع ثم قمنا بتوزيعه على نفس العينة و استرجعناه بعد اسبوع ايضا، وهذا لغرض معرفة مدى فهم استيعاب افراد العينة لأسئلة الاستبيان الخاصة بمقياس الضغوطات النفسية و مقياس التوافق المهني و قصد ايجاد المعاملات العلمية التالية :

-المعاملات العلمية : قام الطالب الباحث باجراء بعض المعاملات العلمية للتحقيق من صلاحية الاستبيان في الدراسة الحالية واشتملت على :

عينة الدراسة الاستطلاعية : اجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة عددها 10 من اساتذة الطور الثانوي .

7-الأسس العلمية للاستبيان :

7-1 **الثبات** : واستخدم الطالب الباحث إحدى طرق الحساب ثبات الاختبار وهي طريقة " تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه " (معامل الارتباط test-retest) للتأكد من مدى دقة و استقرار نتائج الاختبار.

وعلى هذا الأساس قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات (نفس العينة نفس المكان نفس التوقيت نفس الأساتذة).

2-7 الصدق : وباستعمال الوسائل الإحصائية التالية تم حساب ثبات و صدق الاختبار .

-صدق الأداة : بعد أن تم تحكيم أداة البحث (الاستبيان الخاص بالضغوطات النفسية و التوافق المهني) من طرف سادة الخبراء على مستوى معهد التربية البدنية و الرياضية مستغانم وهم:

-الأستاذ : جبوري بن اعمر

الدكتور: عتوتي نور الدين

الدكتور : بوعزيز محمد

معامل الارتباط

حساب معامل الثبات :

معامل الثبات وصدق الاستبيان:

المحاور	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معامل الثبات	معامل الصدق	ر. جدولية
الضغط النفسي	10	09	0.05	0.94	0.97	0.602
التوافق المهني				0.95	0.97	

قيمة "ر" الجدولية 0.602 عند مستوى الدلالة 0.05 ن=10

يتبين من خلال هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط للاستبيان تراوحت (محصورة) ما بين (0.96 – 0.97) بالنسبة إلى الصدق و (0.92-0.95) بالنسبة إلى الثبات بالرجوع إلى جدول.

الدلالات الارتباط البسيط (لبيرسون) لمعرفة ثبات و صدق الاختبار عند مستوى الدلالة 0.05 و هذه القيم دالة احصائيا بالمقارنة مع "ر" الجدولية التي بلغت و عليه يتبين للطالب الباحث ان الاستبيان الذي تم بناءه بغرض قياس الضغوطات النفسية و التوافق المهني لدى اساتذة التعليم الثانوي يتميز بدرجة الثبات و صدق عاليتين عند مستوى الدلالة 0.05

3-7 الموضوعية : تعتبر الموضوعية من اكثر المشاكل التي تؤثر في الثبات لذلك لابد من الدقة المتناهية في اجراء الاختبار و تسجيل النتائج *source spécifiée non valide* و يعرفها (محمد حسن علاوي) : "هي مدى تحرر المحكم او الفاحص من العوامل الذاتية كالتحيز"

ان الطلب الباحث استخدم في بحثه هذا الاستبيان بعد تقديمه الى مجموعة من المحكمين الذين تتوفر فيهم درجة الدكتوراة فما فوق على مستوى معهد التربية البدنية و الرياضية و ذلك بغرض التحكيم ثم بعد ذلك تقديمها على مجموعة من الاساتذة .

فبين بان فقرات و عبارات اداة الاستبيان التي تم بنائها سهلة و في متناول المختبرين .

وبناء على الخطوات السابقة يمكن للطالب الباحث ان يستخلص ان اداة الدراسة (الاستبيان الخاص بالضغوطات النفسية و التوافق المهني) يتميز بدرجة عالية من الثبات و الصدق و الموضوعية .

الدراسات الإحصائية :

ان الهدف من استعمال الوسائل الاحصائية هو التوصل الى مؤشرات كمية تساعدنا على التحليل و التفسير و التأويل و الحكم على مختلف المشاكل باختلاف نوع المشكلة و تبعا لهدف الدراسة ولكي يتسن لنا التعليق و التحليل عن النتائج الاستمارة بصورة واضحة و سهلة قمنا باسلوب التحليل الاحصائي و المتمثل في طريقتين هما :

1-النسبة المئوية :

س _____ 100

X _____ ع

فان _____ س * 100 = x

ع

X : النسبة المؤوية

ع : عدد الاجابات (عدد التكرارات)

س : عدد افراد العينة

2- اختبار حسن المطابقة (ك2) :

يستخدم اختبار ك2 بنوع خاص في اختبار احدي دلالة الفرق بين تكرار حصل عليه الباحث

source spécifiée non valide

ويتم حسابه بالطريقة التالية : حيث ان :

م المجموع

ك ش التكرار المشاهد

ك ت (كش) التكرار المتوقع

درجة الحرية = عدد الاختبارات - 1.

$$\chi^2 = \frac{\sum (K \text{ ش} - K \text{ ت})^2}{K \text{ ت}}$$

العينة

تكرار المتوقع = $\frac{\text{العينة}}{\text{عدد الاختبارات}}$

درجة الحرية = عدد الاختبارات - 1

معامل الارتباط لبيرسون (معامل الثبات):

نكتب معادلة الارتباط لبيرسون كالتالي:

(الشربيني, 1995, ص132)

حيث أن :

مج س : مجموع قيم الأختبار (س)

مج ص: مجموع قيم إعادة الأختبار.

مج س2 :مجموع مربعات قيم الاختبار س.

مج ص2:مجموع مربعات قيم إعادة الاختبار .

(مج س2) :مربع مجموع قيم الاختبار س.

(مج ص2): مربع مجموع القيم إعادة الاختبار ص .

مج (س.ص): مجموع القيم بين الاختبار القيلي س و الختبار البعدي ص .

الفصل الثاني

عرض تحليل و مناقشة النتائج

تمهيد :

تتطلب منهجية البحث عرض و تحليل النتائج و مناقشتها , وعلى هذا الأساس اقتضى الأمر عرض و تحليل النتائج التي ألت إليها الدراسة وفق طبيعة البحث و إجراءاته , حيث قام الطالب الباحث بتفريغ الاستثمارات الأستبائية في جدول قصد معالجة نتائجها إحصائياً.

سنتطرق في هذا الفصل ألى عرض نتائج الدراسة الميدانية , وهذا من خلال المعالجة الإحصائية لإجابات أفراد العينة المختارة في البحث , بأتباع المنهج الوصفي , و باستعمال أدوات البحث المتمثلة في أداة الاستبيان الضغوطات النفسية و التوافق المهني سنقوم بمناقشة هذه النتائج بتحليل القيم المحسوبة بمختلف الطرق الإحصائية في ظل الإطار النظري الخاص بالدراسة.

المحور الاول: الضغوطات النفسية

السؤال 01 : يرهقني عدد الساعات التي ادرسها أسبوعياً

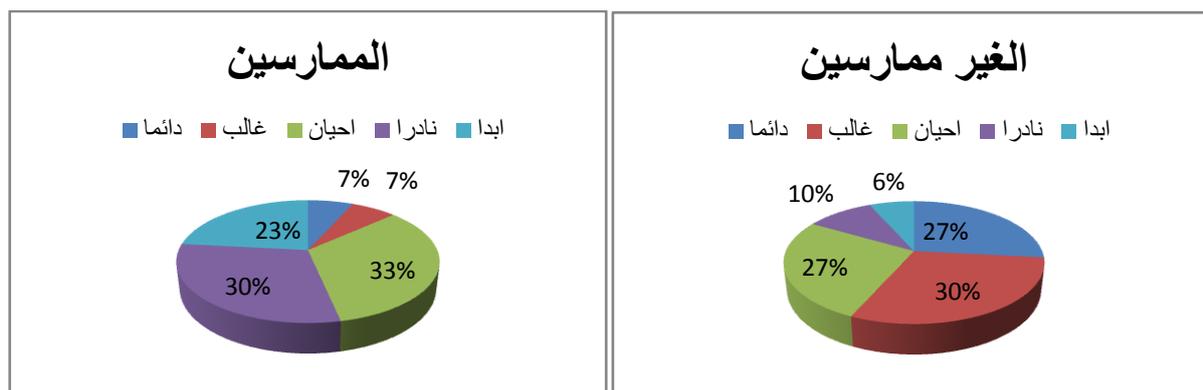
المحسوبة	كأ 2	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائماً	
9.66		07	09	10	02	02	الممارسين
		23	30	33	7	7	النسبة المئوية
7		02	03	08	09	08	الغير ممارسين
		6	10	27	30	27	النسبة المئوية
9.49	كأ2 الجدولية						
4	درجة الحرية						

جدول رقم (1) يوضح هل عدد الساعات ترهق الأستاذ أسبوعياً

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كأ2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 9.66 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كأ2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة احصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو احيانا ما ترهقهم عدد ساعات التي يدرسونها وبنسبة 33% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كأ2 المحسوبة 7 وهي اصغر من كأ2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم

وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه غالبا من الاساتذة الغير ممارسين ما يرهقم عدد الساعات التي يدرسونها اسبوعيا وبنسبة 30 % .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل عدد الساعات ترهق الأستاذ أسبوع

السؤال 02:

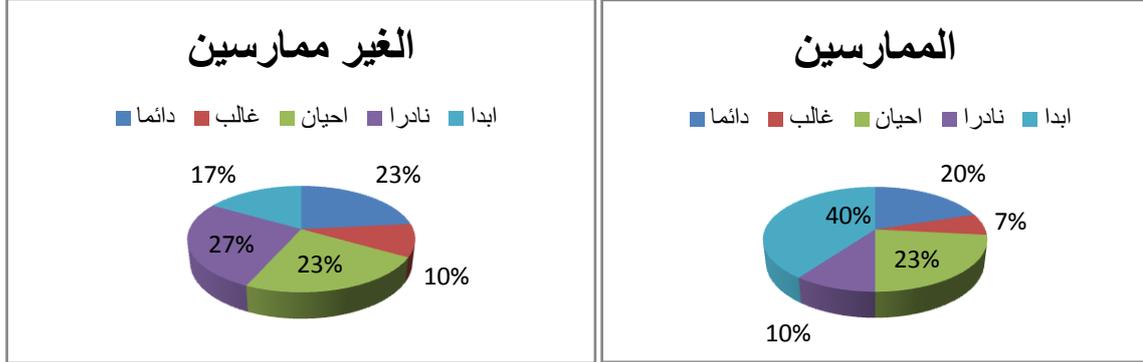
المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالب	دائما	
كا 2						
10.33	12	07	06	02	03	الممارسين
	40	23	20	07	10	النسبة المئوية
3.66	04	04	05	08	09	الغير ممارسين
	13	13	17	27	30	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (2) يوضح هل عمل الأستاذ متداخل مع الحياة العائلية

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الاساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما يتداخل العمل في الحياة العائلية وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 3.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم

وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه دائما من الاساتذة الغير ممارسين ما يتداخل العمل في الحياة العائلية وبنسبة و 30 % .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل عمل الأستاذ متداخل مع الحياة العائلية

السؤال 03:

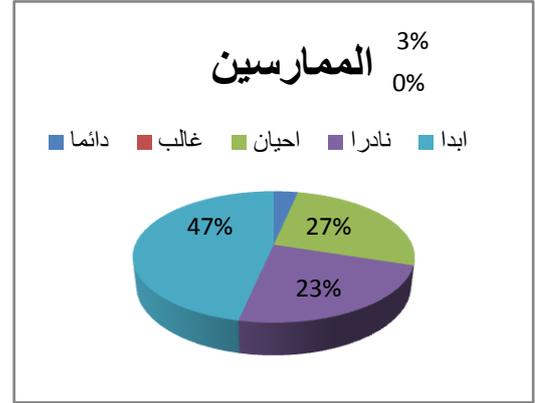
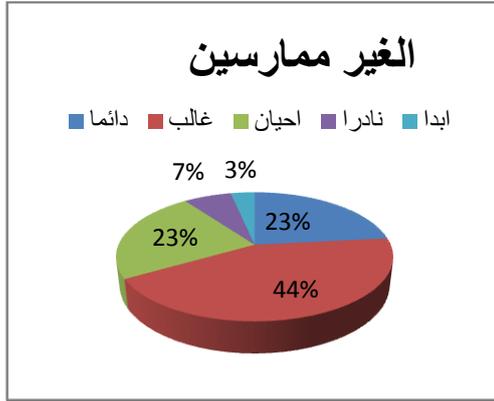
المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
كا 2						
10.33	12	03	07	02	06	الممارسين
	40	10	23	07	20	النسبة المئوية
2.66	05	08	07	03	07	الغير ممارسين
	17	27	23	10	23	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (3) يوضح هل هناك ضغوطات تمارس على الاستاذ لتحسين نوعية عمله.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الاساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاذ لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم

وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27 %



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل هناك ضغوطات تمارس على الاستاذ لتحسين نوعية عمله

السؤال 04

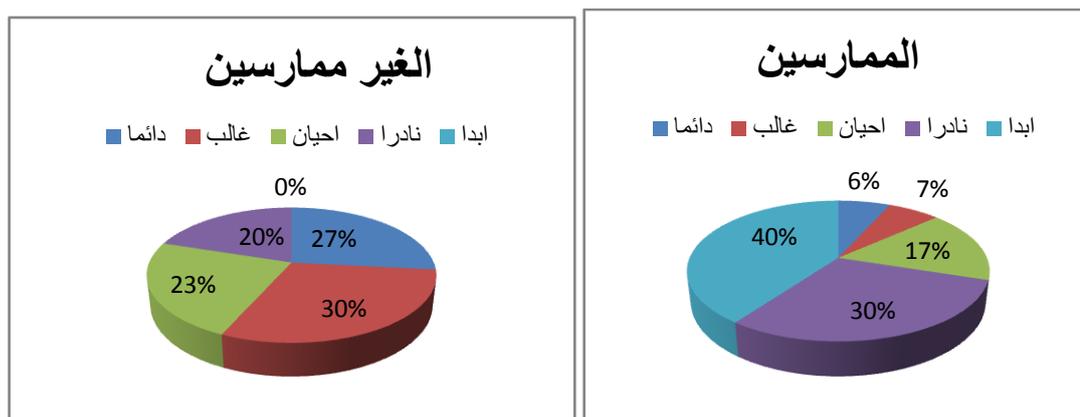
المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالب	دائما	
2 كا						
0.66	05	05	07	06	07	الممارسين
	17	17	23	20	23	النسبة المئوية
7	01	02	07	13	07	الغير ممارسين
	3	7	23	44	23	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (4) يوضح هل مهنة التدريس متعبة .

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح

الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة الأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل مهنة التدريس متعبة

السؤال 05

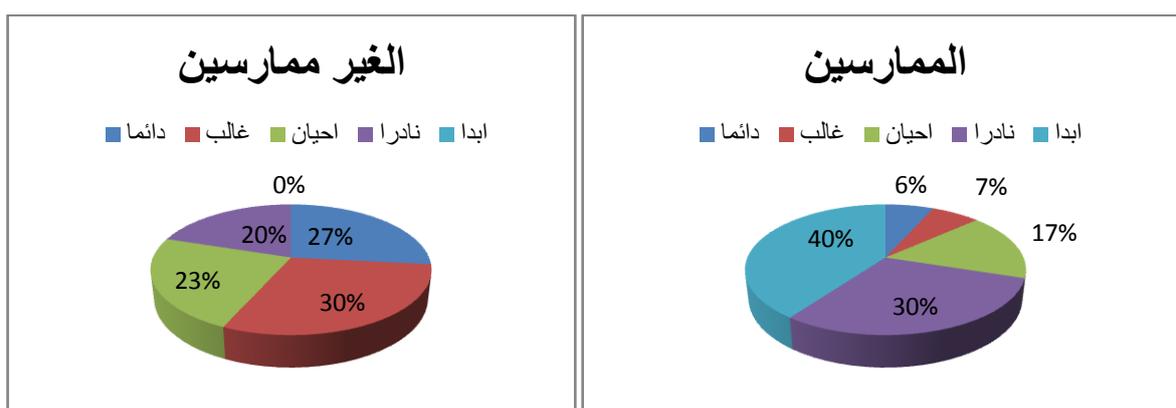
كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
21.33	00	03	07	05	15	الممارسين
	0	10	23	17	50	النسبة المئوية
17.66	00	05	04	07	14	الغير ممارسين
	0	17	13	23	47	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (5) يوضح هل تزج الاساتذة لامبالاة أغلبية التلاميذ للدراسة.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة

الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة الأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تزج الأساتذة لامبالاة اغلبية التلاميذ للدراسة.

السؤال 06

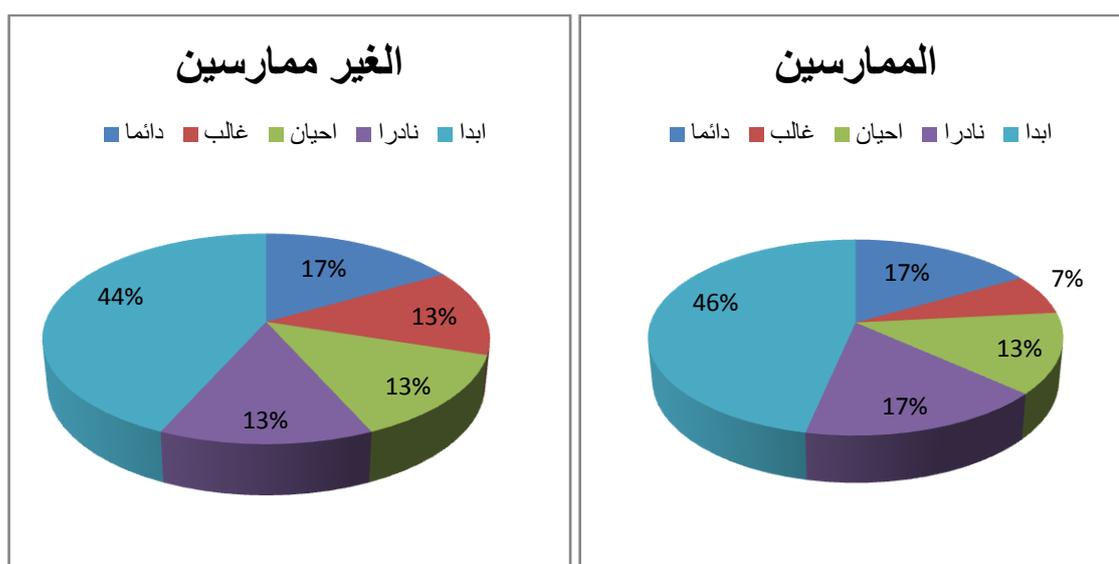
كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالب	دائما	
13	12	09	05	02	02	الممارسين
	40	30	17	07	06	النسبة المئوية
8.33	00	06	07	09	08	الغير ممارسين
	0	17	13	23	47	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (6) يوضح هل يشعر الاساتذة بصعوبة التدريس في ظل وجود فروق فردية بين التلاميذ.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى

الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة الأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27%



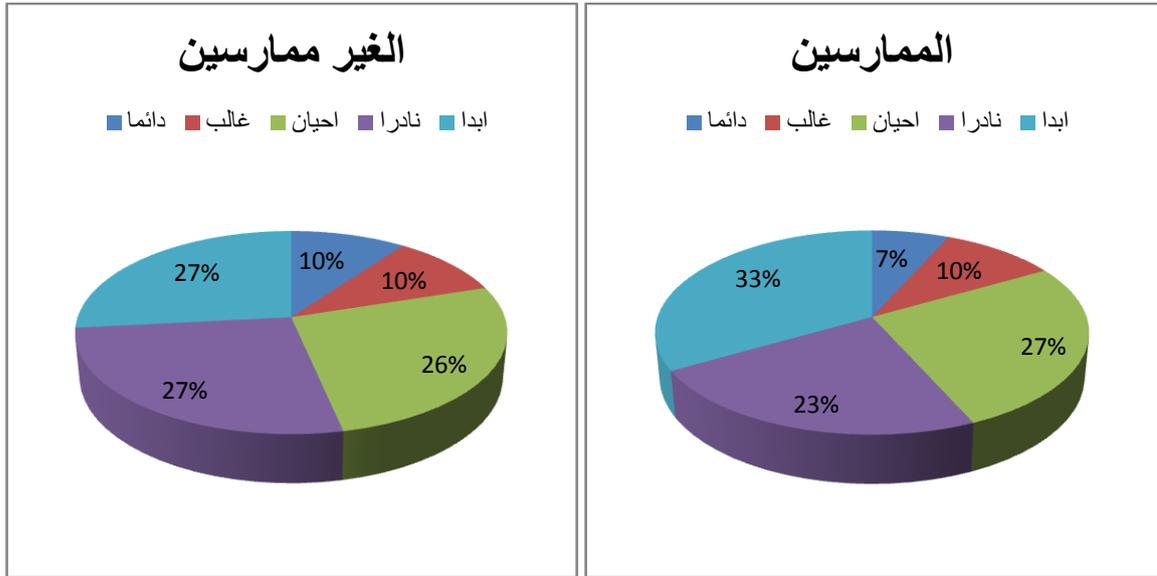
شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يشعر الأساتذة بصعوبة التدريس في ظل وجود فروق فردية بين التلاميذ

المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
كا 2						
14.33	14	05	04	02	05	الممارسين
	46	17	13	07	17	النسبة المئوية
8.33	05	04	03	12	06	الغير ممارسين
	17	13	10	40	20	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (7) يوضح هل يزعم الأساتذة تدني ثقتهم بانفسهم.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعيه عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يزعم الاساتذة تدني ثقتهم بانفسهم

السؤال 08

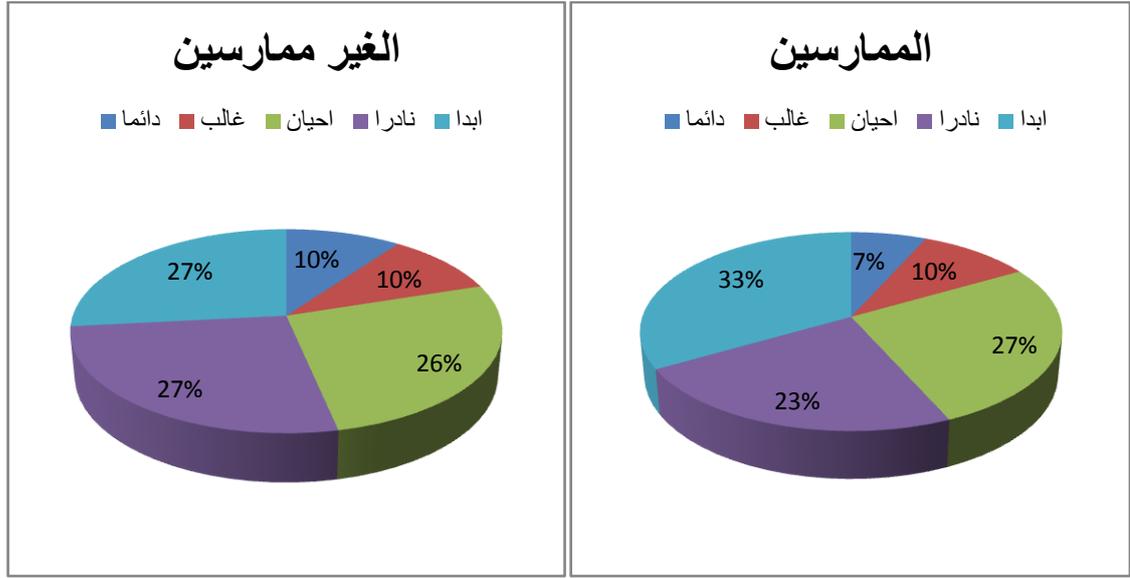
المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
كا 2						
18	01	01	06	09	13	الممارسين
	03	03	20	30	44	النسبة المئوية
1.66	05	04	07	06	08	الغير ممارسين
	17	13	23	20	27	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (8) يوضح هل نقص الوسائل التعليمية يزيد من الشعور بالقلق و التوتر.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم

وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل نقص الوسائل التعليمية يزيد من الشعور بالقلق و التوتر.

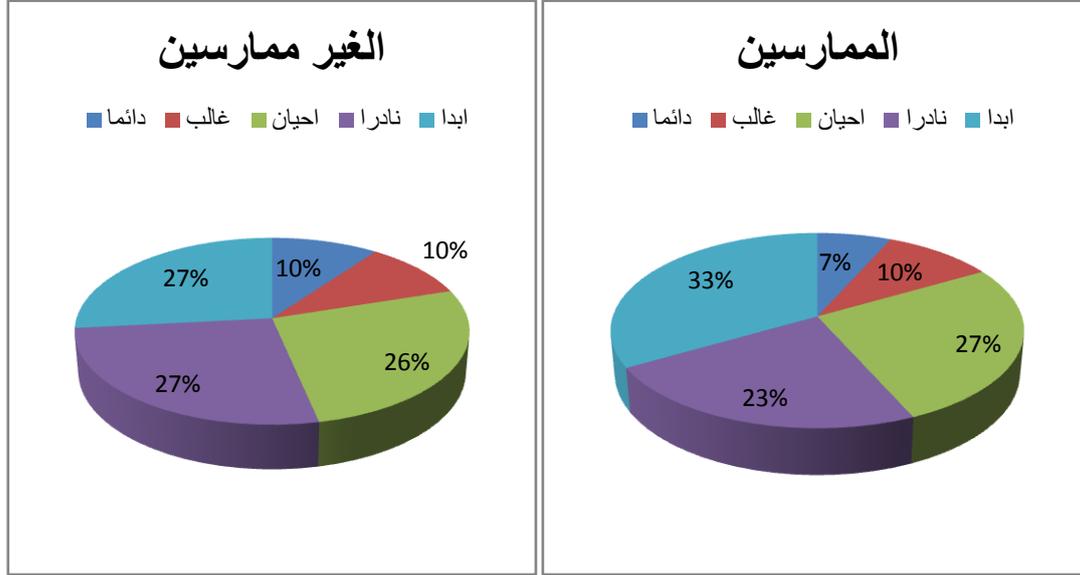
السؤال 09

المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
2 كا						
1.66	08	07	05	04	06	الممارسين
	27	23	17	13	20	النسبة المئوية
5.66	04	02	07	09	08	الغير ممارسين
	13	07	23	30	27	النسبة المئوية
9.49	2 كا الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (9) يوضح هل يزعم الاساتذة عدم تواجد الدعم من قبل الادارة.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الاساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة احصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27 % .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يزعم الاساتذة عدم تواجد الدعم من قبل الادارة .

السؤال 10

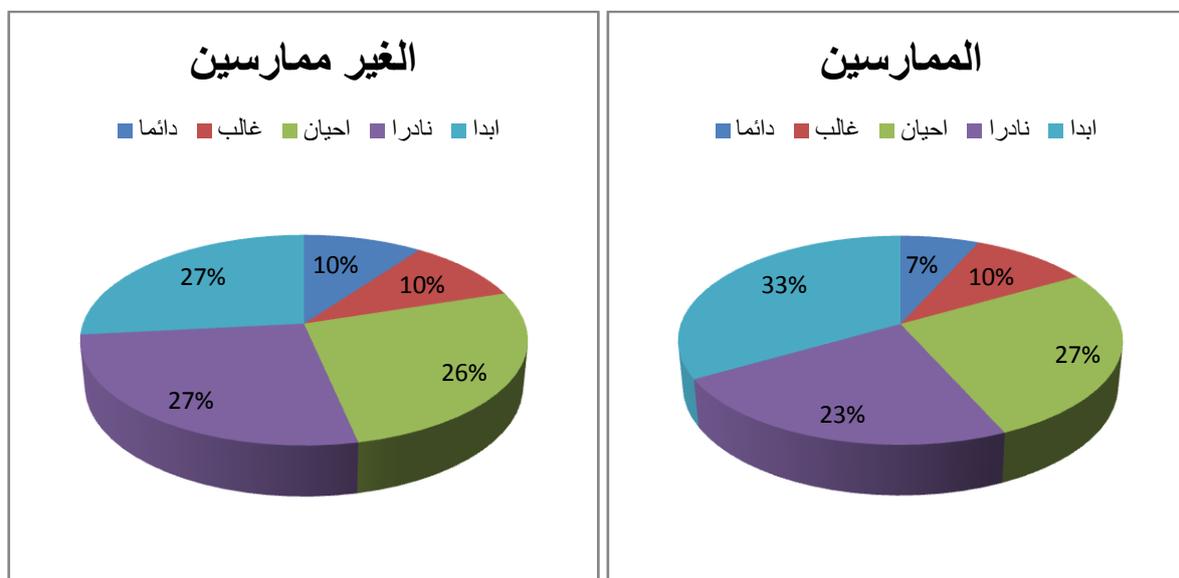
كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
10.33	03	03	07	06	12	الممارسين
	07	10	23	20	40	النسبة المئوية
4.33	09	06	08	04	03	الغير ممارسين
	30	20	27	13	10	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (10) يوضح هل يرهق الاساتذة تصحيح الاوراق .

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الاساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح

الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة الأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27% .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يرهق الاساتذة تصحيح الاوراق .

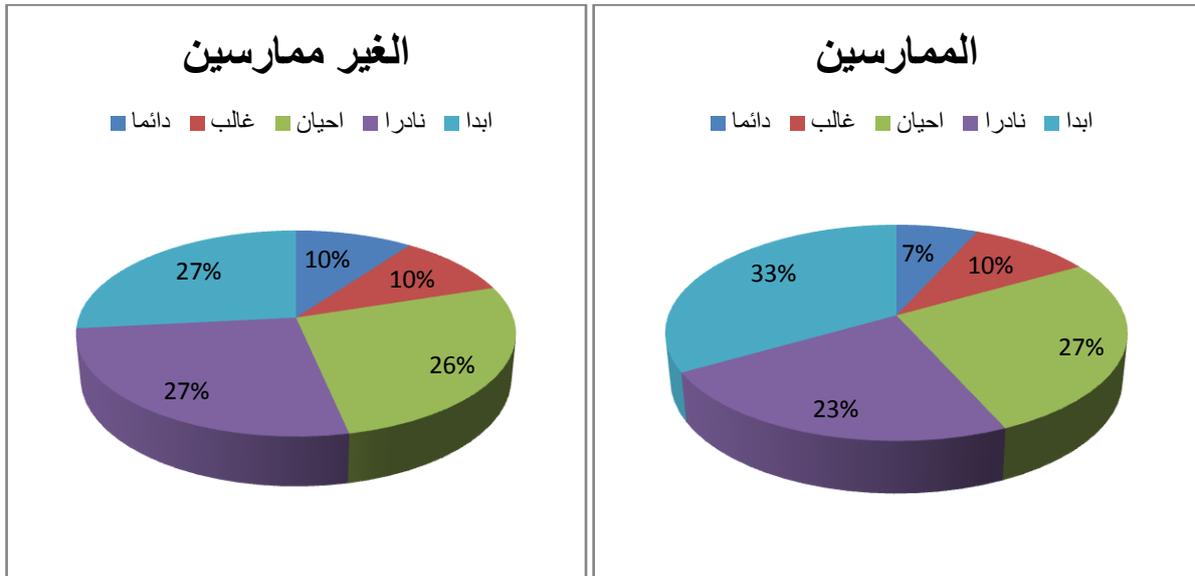
السؤال 11

كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
13	00	03	08	08	11	الممارسين
	00	10	27	27	36	النسبة المئوية
3	06	09	06	03	06	الغير ممارسين
	20	30	20	10	20	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (11) يوضح هل يشعر الاستاد بان الاكتظاظ في القسم يسبب له ارهاقا مضاعفا.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27% .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يشعر الاستاد بان الاكتظاظ في القسم يسبب له ارهاقا مضاعفا .

السؤال 12

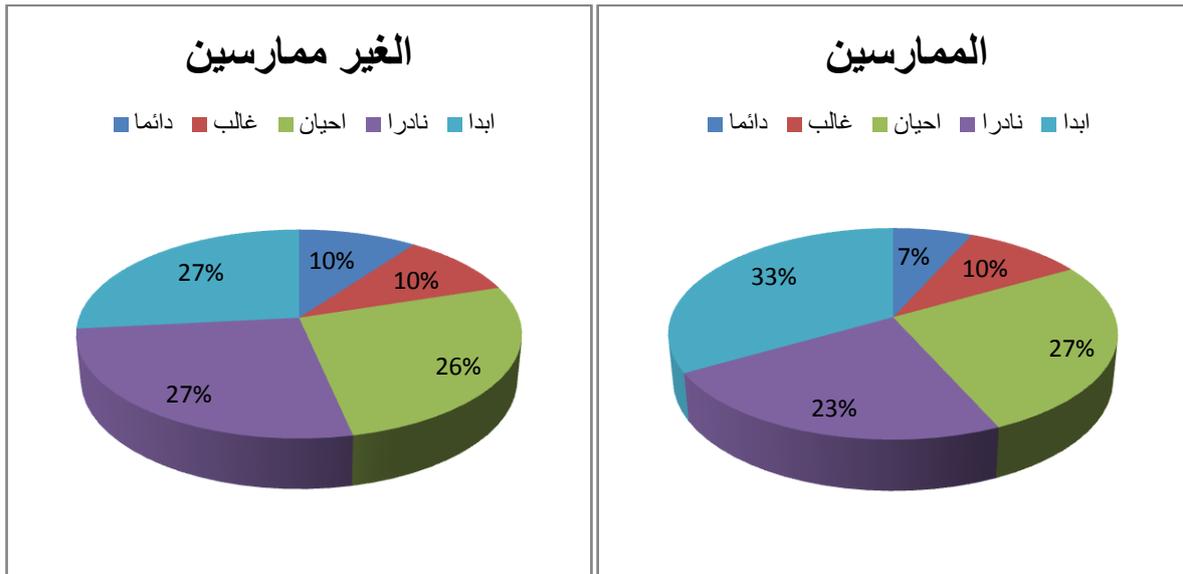
كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالب	دائما	
13	12	05	08	00	05	الممارسين
	40	17	27	00	16	النسبة المئوية
3.66	08	04	08	03	07	الغير ممارسين

	27	13	27	10	23	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (12) يوضح هل يعاني الاستاد من عدم انضباط التلاميذ داخل القسم .

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة 27% .



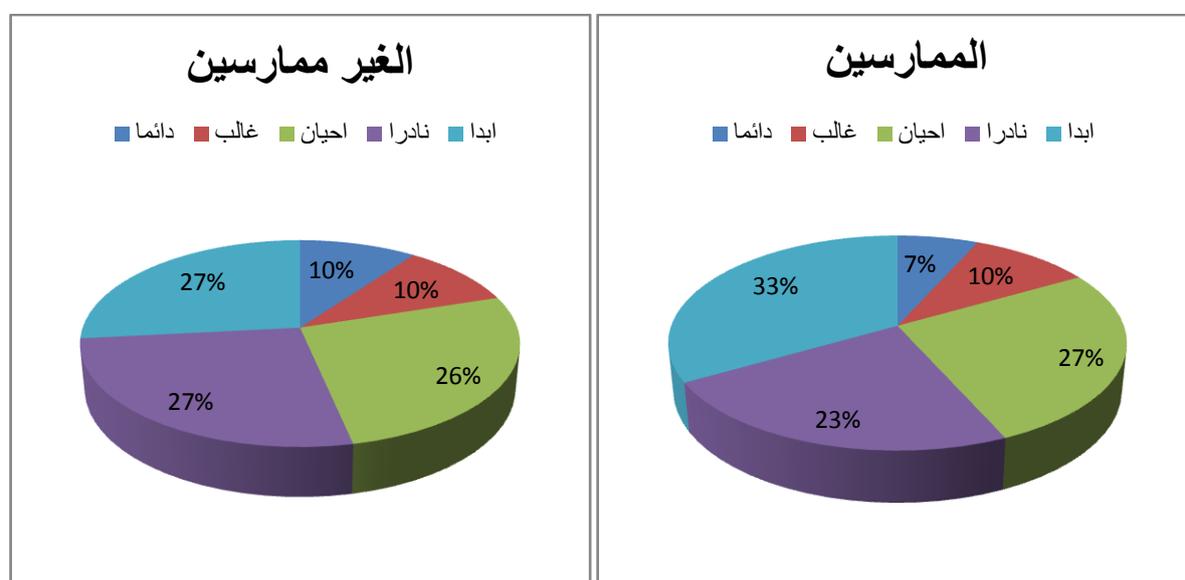
شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يعاني الاستاد من عدم انضباط التلاميذ داخل القسم

المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
2 كا						
14.33	14	04	03	03	06	الممارسين
	47	13	10	10	20	النسبة المئوية
1.66	08	07	06	05	04	الغير ممارسين
	27	23	20	17	13	النسبة المئوية
9.49	2 كا الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (13) يوضح هل تؤرق الصراعات مع الزملاء في المهنة .

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الاساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة 27% .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تفرق الصراعات مع الزملاء في المهنة .

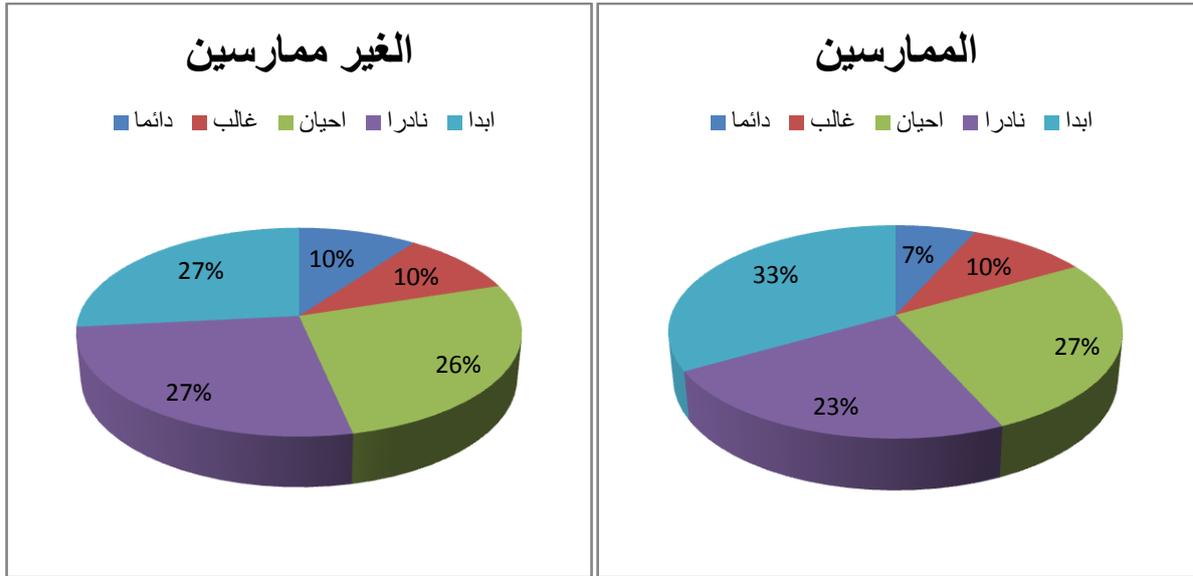
السؤال 14

المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
2 كا						
7.66	10	07	08	03	02	الممارسين
	33	23	27	10	07	النسبة المئوية
5	08	08	08	03	03	الغير ممارسين
	27	23	20	17	13	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (14) يوضح هل يشعر الإستاذ بأنه لا يشارك في القرارات التي تتخذ في المؤسسة.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27% .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يشعر الإستاد بانه لا يشارك في القرارات التي تتخذ في المؤسسة .

المحور الثاني: التوافق المهني :

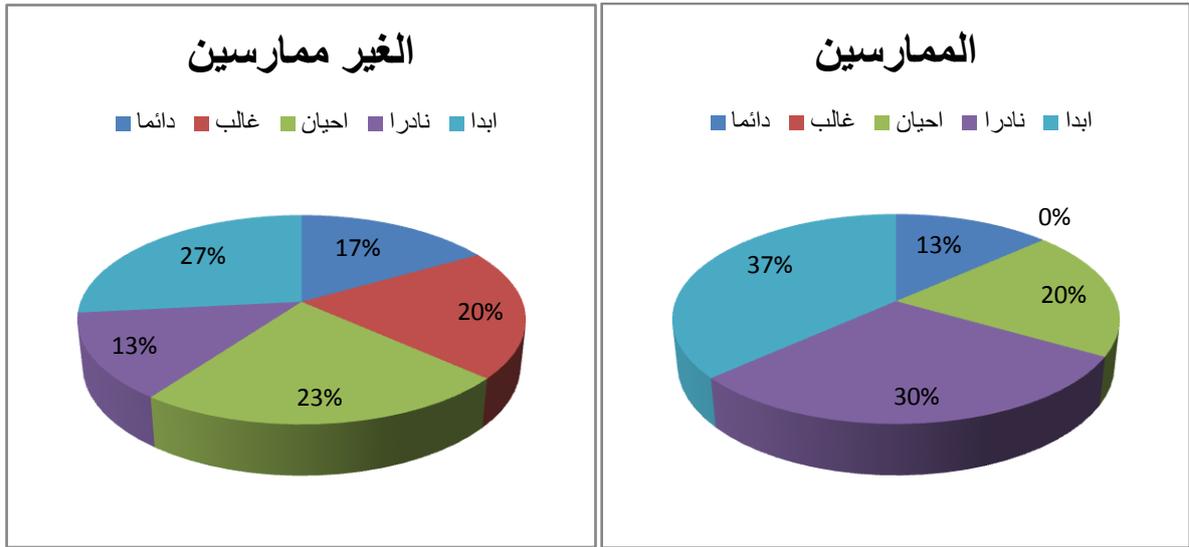
السؤال الأول:

المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
22.33	00	00	09	08	13	الممارسين
	00	00	30	27	43	النسبة المئوية
14.66	02	00	10	08	10	الغير ممارسين
	07	0	33	27	33	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (15) يوضح هل مهنة التدريس مهنة شاقة؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة 27% .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل مهنة التدريس مهنة شاقة؟.

السؤال 02 :

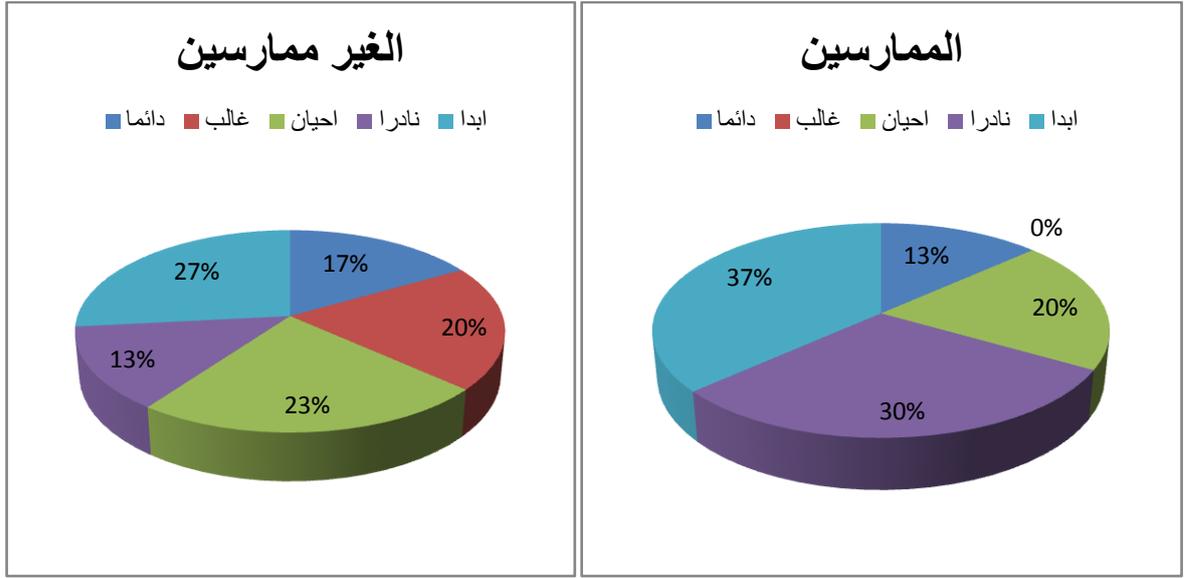
المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالب	دائما	
12.33	11	09	06	00	04	الممارسين
	37	30	20	00	13	النسبة المئوية
1.66	08	04	07	06	05	الغير ممارسين
	27	13	23	20	17	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (16) يوضح هل تعاني من تدخل الاساتذة في شؤون زملائهم الآخرين؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم

وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27 % .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تعاني من تدخل الأساتذة في شؤون زملائهم الآخرين؟.

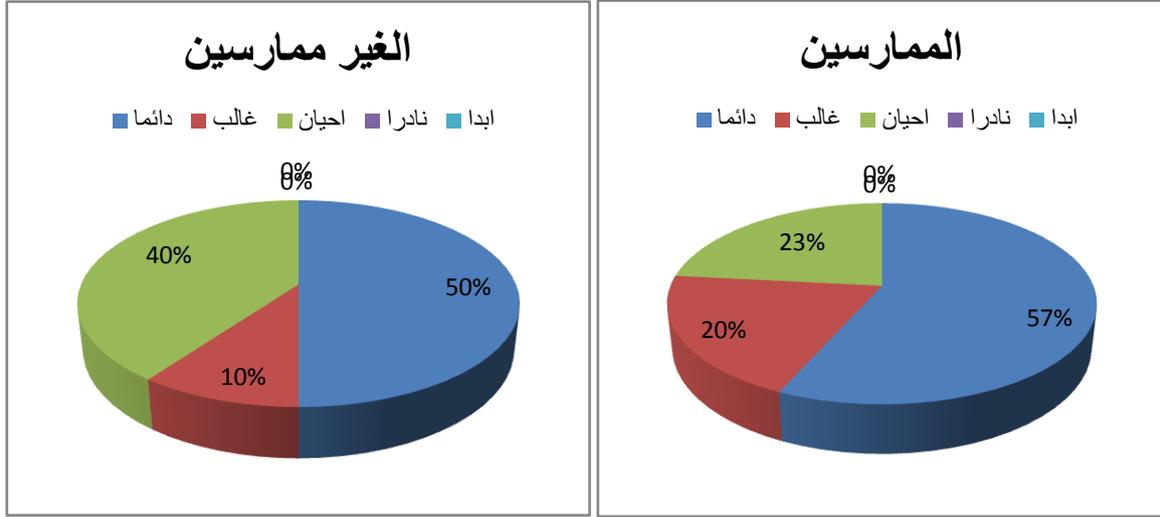
السؤال 03 :

المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
2 كا						
14.33	02	00	10	09	09	الممارسين
	07	0	33	30	30	النسبة المئوية
5.66	04	06	11	05	04	الغير ممارسين
	13	20	37	17	13	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (17) يوضح هل مهنة التدريس تضر بالصحة؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاذ لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27 % .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل مهنة التدريس تضر بالصحة؟.

السؤال 04 :

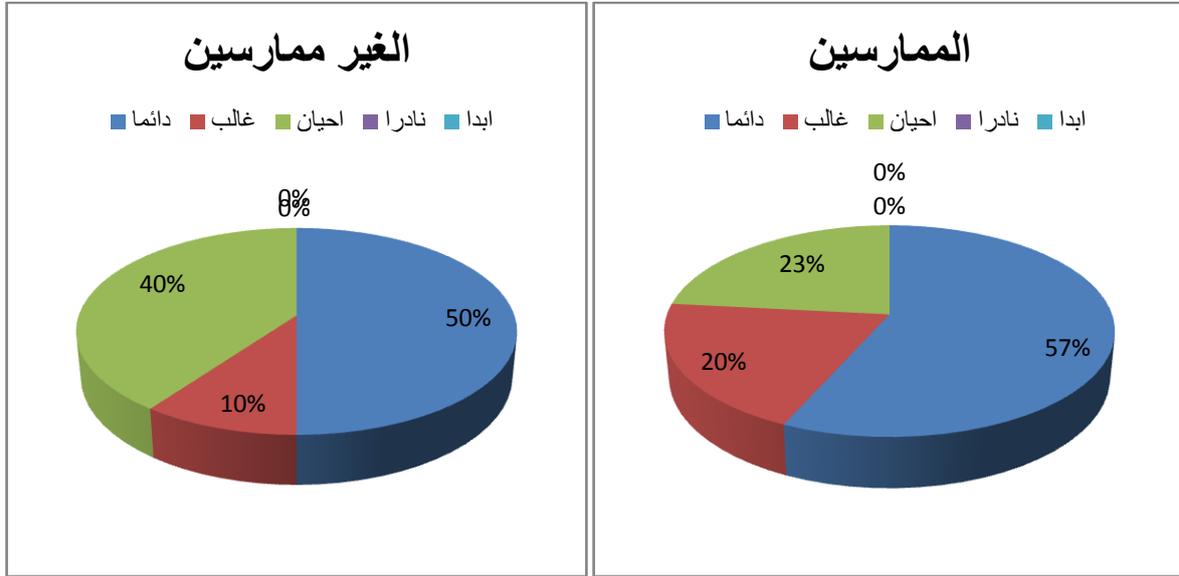
كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
76	00	01	01	03	25	الممارسين
	00	03	04	10	83	النسبة المئوية
45	00	00	05	05	20	الغير ممارسين
	00	00	17	16	67	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (18) يوضح هل تنزعج من التلاميذ الذين يعيثون بمراقف المؤسسة؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة احصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح

الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27% .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تنزعج من التلاميذ الذين يعيئون بمرافق المؤسسة؟.

السؤال 05 :

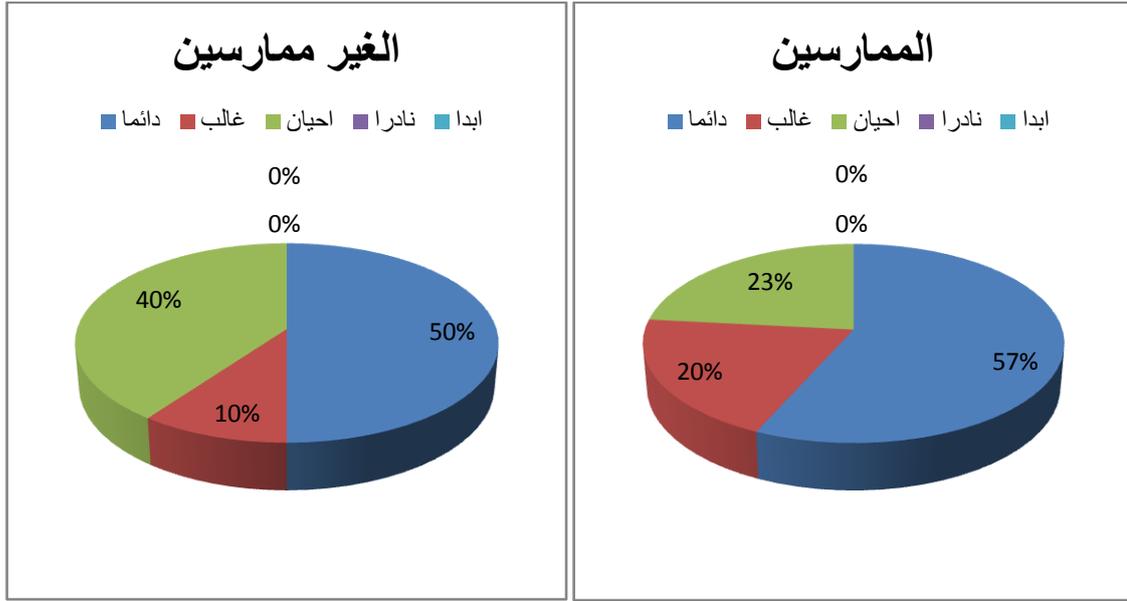
كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
32.33	00	00	07	06	17	الممارسين
	00	00	07	06	57	النسبة المئوية
33	00	00	12	03	15	الغير ممارسين
	00	00	40	10	50	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (19) يوضح هل تنزعج من التلاميذ الذين يعيئون بمرافق المؤسسة؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الاساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى

الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله ونسبة 40% .

اما بالنسبة الأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل ونسبة و27% .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تنزعج من التلاميذ الذين يعيثون بمرافق المؤسسة؟.

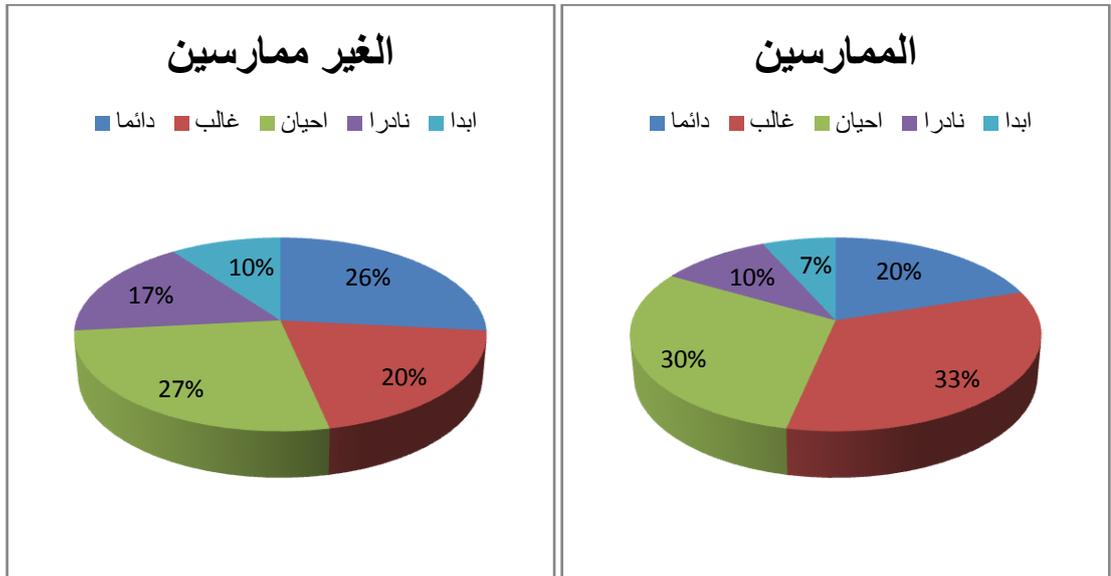
السؤال: 06 :

كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
56.33	00	00	03	05	22	الممارسين
	00	00	10	17	73	النسبة المئوية
34.33	00	00	04	09	17	الغير ممارسين
	00	00	13	30	57	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (20) يوضح هل تحرص على تكوين علاقات ايجابية مع الزملاء؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الاساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27% .



1 و 2 يوضح هل تحرص على تكوين علاقات

شكل بياني رقم
اجابية مع الزملاء؟

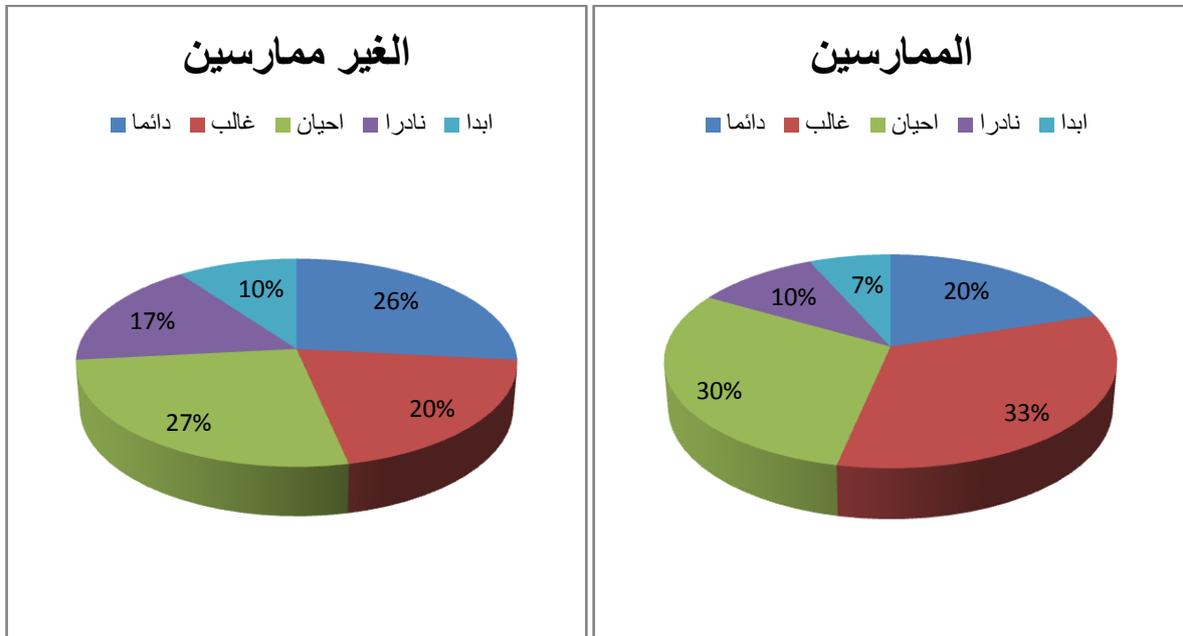
السؤال 07:

كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالب	دائما	
30.33	00	00	05	16	09	الممارسين
	00	00	17	53	30	النسبة المئوية
12.33	04	00	09	06	11	الغير ممارسين
	13	00	30	20	37	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					

جدول رقم (21) يوضح هل تجد متعة حقيقية في عملك ؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27% .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تجد متعة حقيقية في عملك ؟.

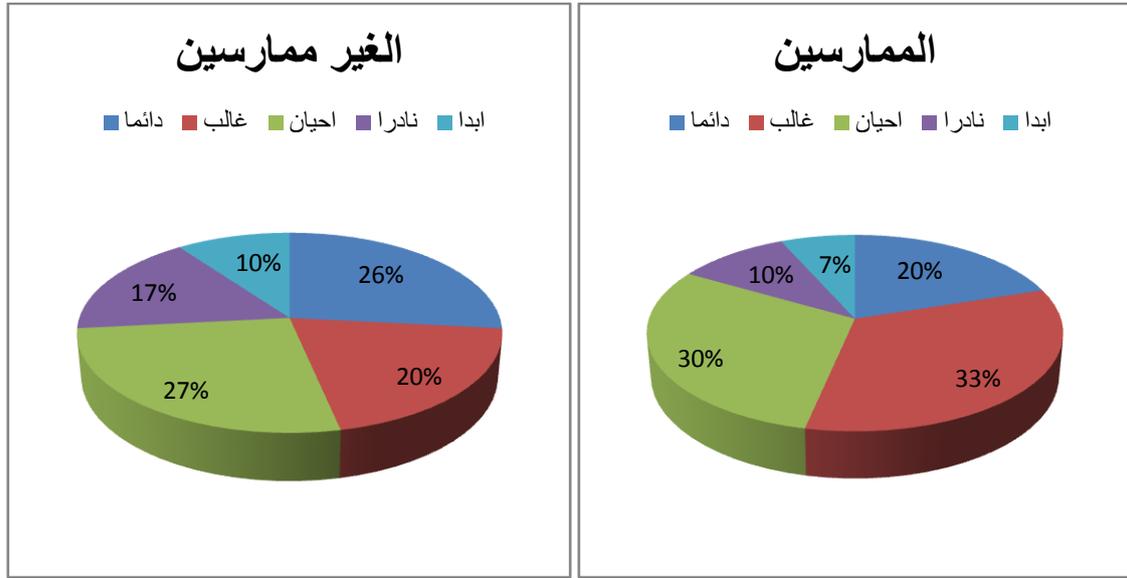
السؤال 08:

المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
كا 2						
13.33	03	01	12	09	05	الممارسين
	10	03	40	30	17	النسبة المئوية
03	04	00	09	06	11	الغير ممارسين
	13	20	30	23	14	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (22) يوضح هل تتناسب مهنة التدريس مع الصحة و اللياقة؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27% .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تتناسب مهنة التدريس مع الصحة و اللياقة؟.

السؤال 09:

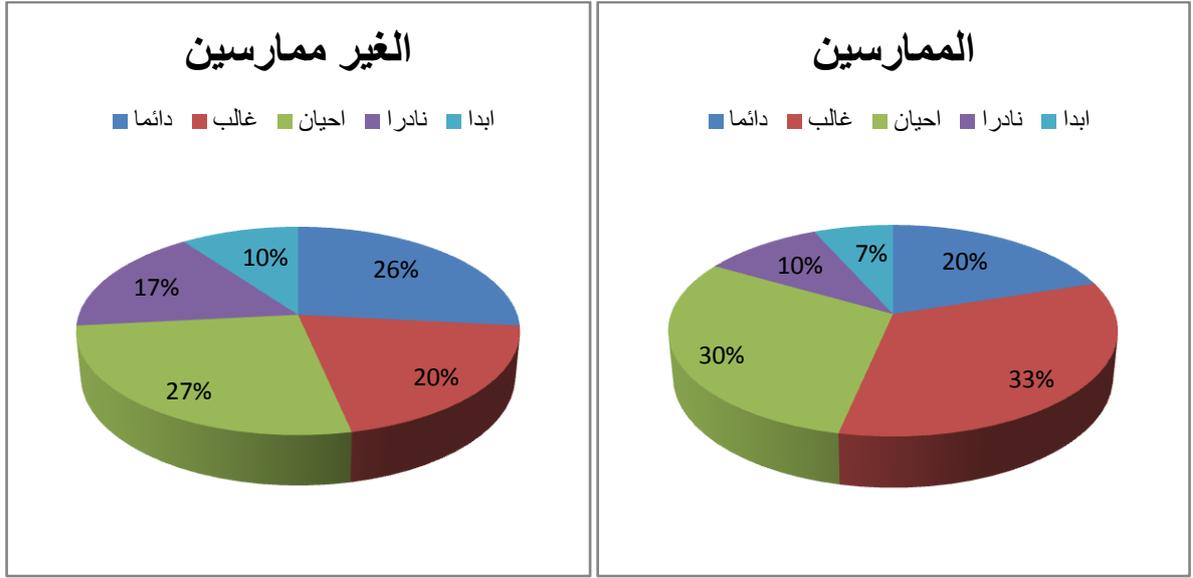
المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالب	دائما	
2 كا						
المحسوبة						
8.33	02	03	09	10	06	الممارسين
	07	10	30	33	20	النسبة المئوية
3	03	05	08	06	08	الغير ممارسين
	10	17	27	20	26	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (23) يوضح هل تشعر بعدالة وموضوعية المسؤولين في تعاملهم معك؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم

وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27 % .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تشعر بعدالة وموضوعية المسؤولين في تعاملهم معك ؟.

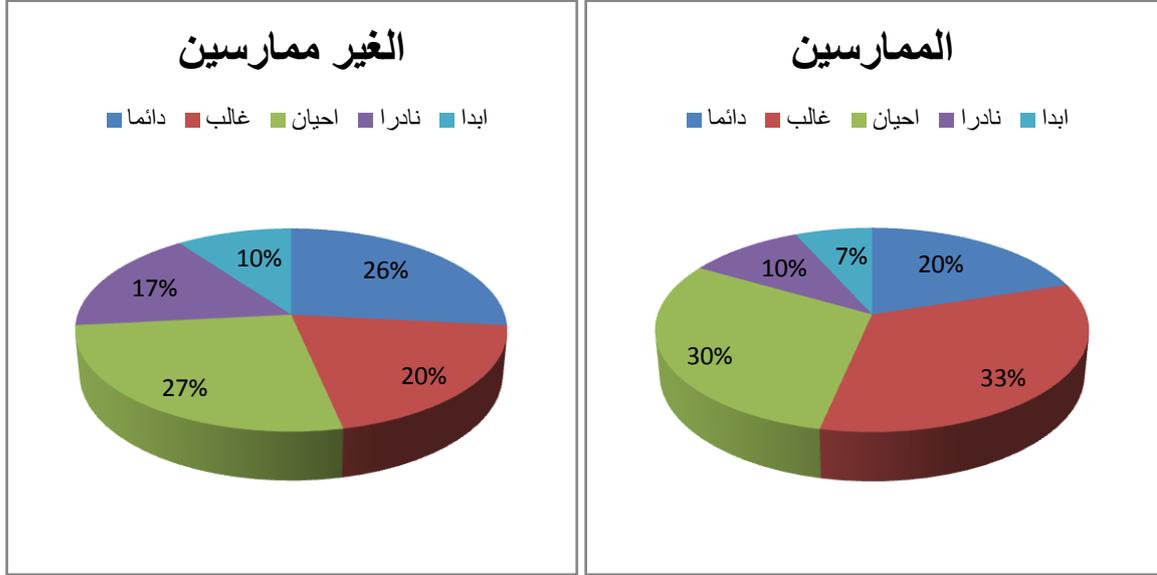
السؤال 10 :

المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
كا 2						
6.33	02	04	06	09	09	الممارسين
	07	13	20	30	30	النسبة المئوية
3.33	07	03	05	09	06	الغير ممارسين
	23	10	17	30	20	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (24) يوضح هل يساعدك جو الثانوية على تادية عملك بنجاح ؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاذ لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و27 % .



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل يساعدك جو الثانوية على تادية عملك بنجاح ؟

السؤال 11 :

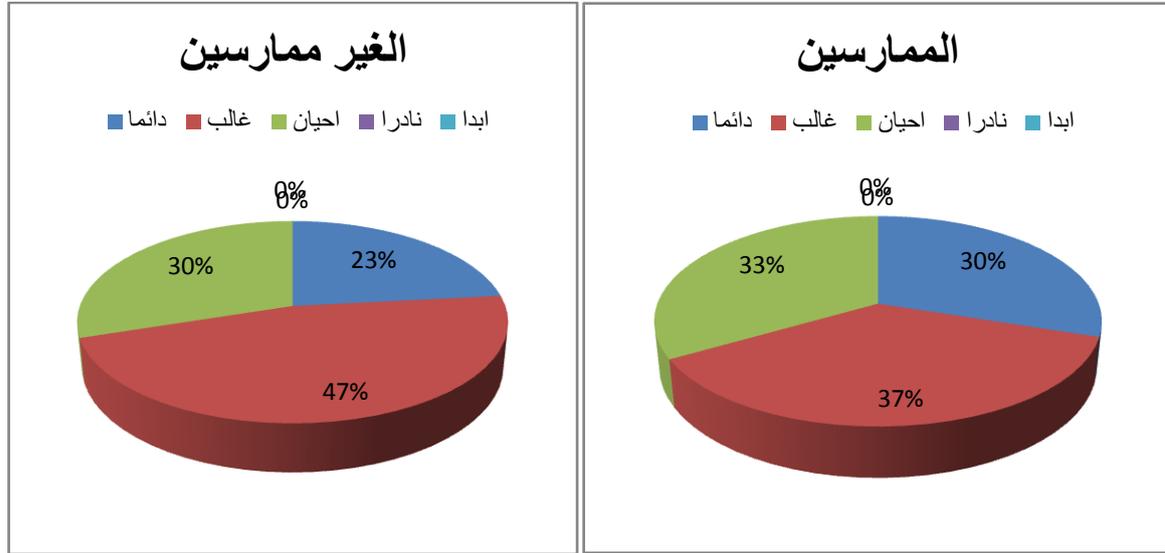
كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
21	00	00	09	09	12	الممارسين
	00	00	30	30	40	النسبة المئوية
17	00	01	10	10	09	الغير ممارسين
	00	03	33	34	30	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (25) يوضح هل تستطيع تعليم المهارات للتلاميذ بسهولة ؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح

الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تستطيع تعليم المهارات للتلاميذ بسهولة؟.

السؤال 12 :

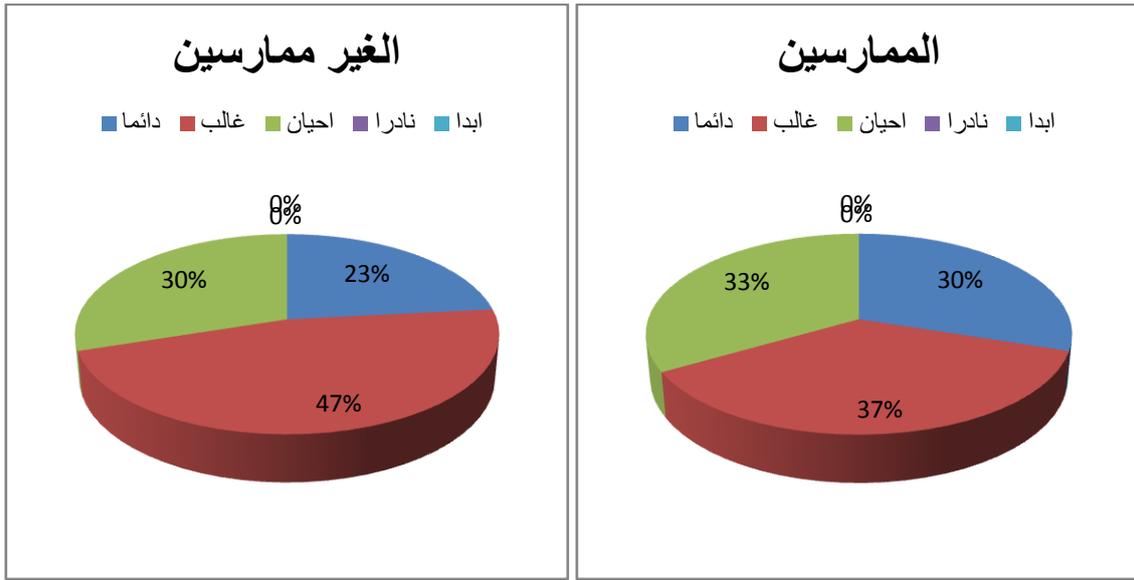
المحسوبة كا 2	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
1.33	05	05	08	05	07	الممارسين
	17	17	27	16	23	النسبة المئوية
3.66	04	04	05	08	09	الغير ممارسين
	13	13	17	27	30	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (26) يوضح هل تحقق مهنة التدريس الميول و الرغبات؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى

الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة الأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تحقق مهنة التدريس الميول و الرغبات ؟.

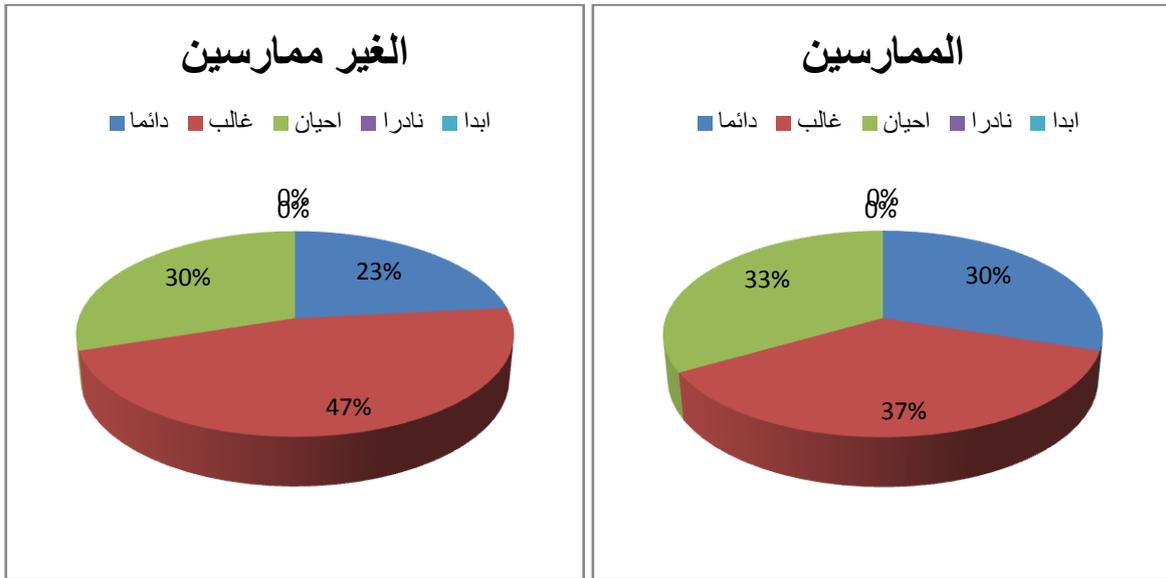
السؤال 13 :

المحسوبة كا 2	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
9.66	07	12	05	04	02	الممارسين
	23	40	17	13	07	النسبة المئوية
4	06	10	06	04	04	الغير ممارسين
	20	34	20	13	13	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (27) يوضح هل تعتقد ان مرافق المؤسسة غير مهياة لتنفيذ البرامج التعليمية ؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تعتقد ان مرافق المؤسسة غير مهية لتنفيذ البرامج التعليمية؟.

السؤال 14 :

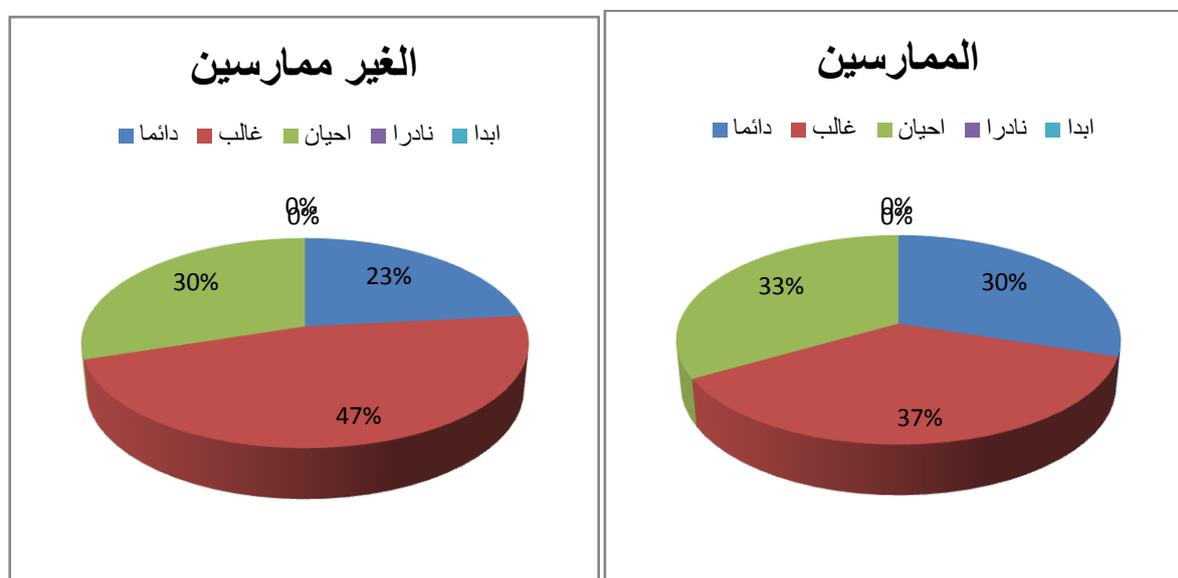
كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
24.33	00	00	07	09	14	الممارسين
	00	00	23	30	47	النسبة المئوية
30.33	0	0	09	05	16	الغير ممارسين
	0	0	30	17	57	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					

4	درجة الحرية
---	-------------

جدول رقم (28) يوضح هل تشعر بالسرور اذا خرجت في رحلة مع تلاميذك؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تشعر بالسرور اذا خرجت في رحلة مع تلاميذك؟.

السؤال 15 :

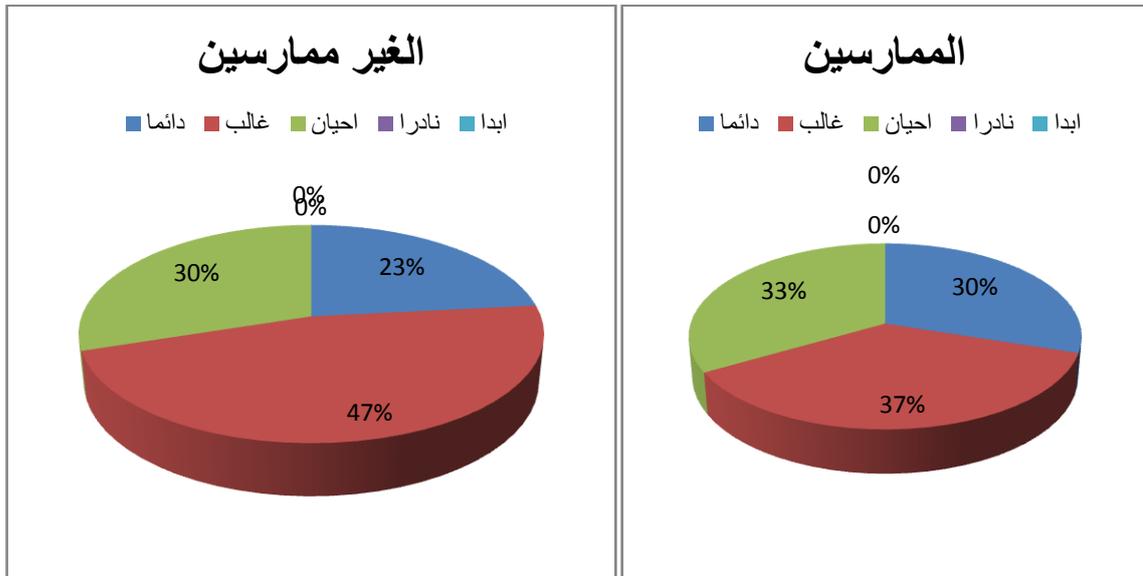
كا 2 المحسوبة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالب	دائما	
27	00	00	06	09	15	الممارسين
	00	00	20	30	50	النسبة المئوية
20.33	0	0	09	10	11	الغير ممارسين

	0	0	30	33	37	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (29) يوضح هل تميل للمرح اثناء تدريسيك ؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة 27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تميل للمرح اثناء تدريسيك ؟.

السؤال 16 :

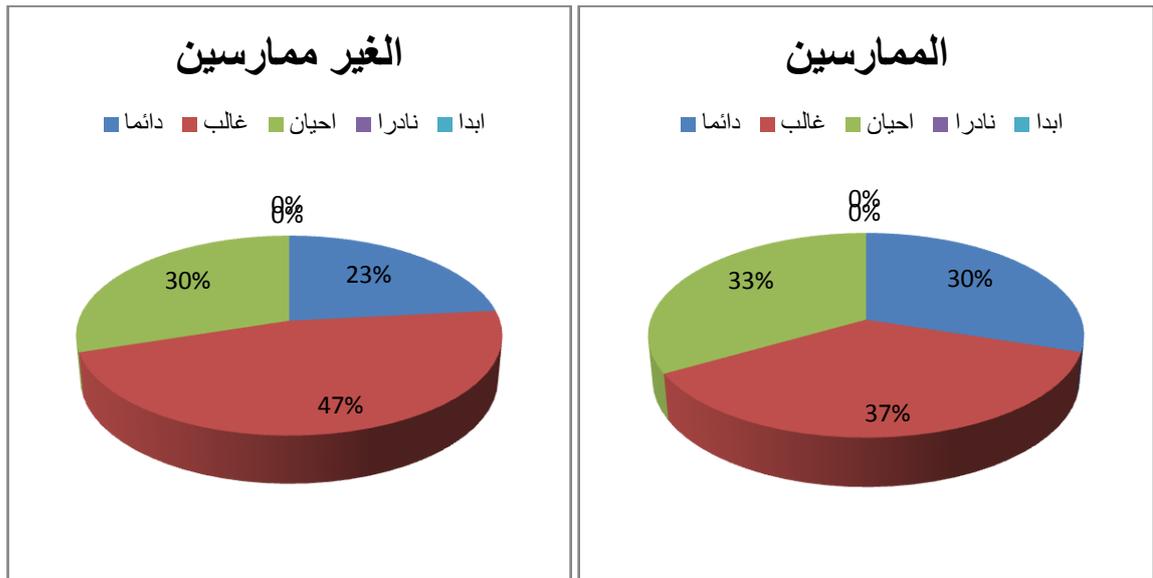
كا2 المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
24.33	00	00	07	09	14	الممارسين

	00	00	23	30	47	النسبة المئوية
19.66	0	02	05	10	13	الغير ممارسين
	02	07	17	33	43	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (30) يوضح هل تشعر بان لك مكانة بين التلاميذ ؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الاساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تشعر بان لك مكانة بين التلاميذ ؟.

السؤال 17 :

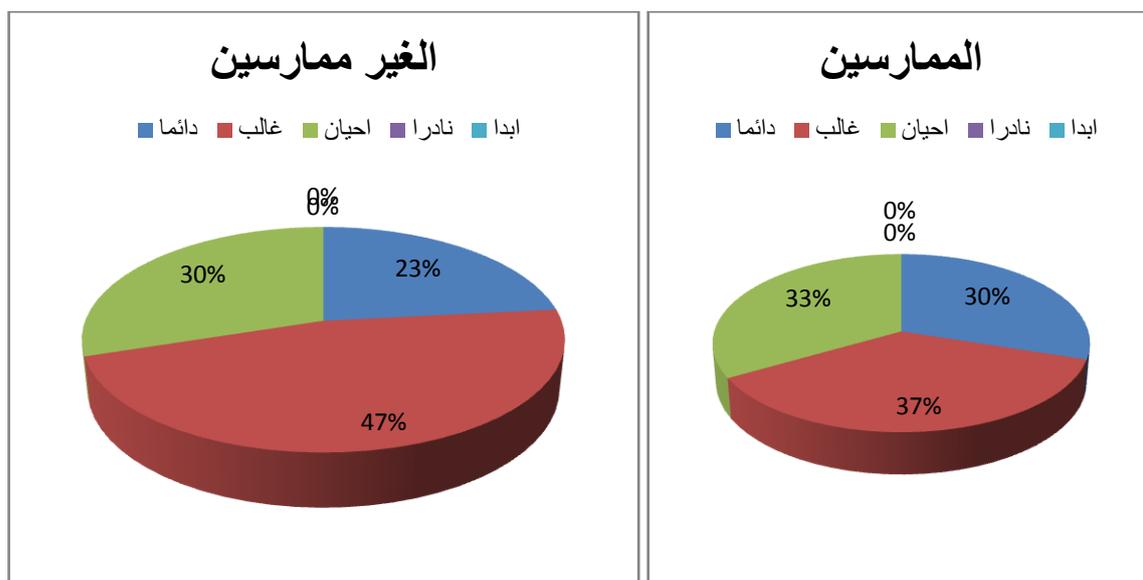
كا 2	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما
------	------	-------	--------	-------	-------

المحسوبة						
30.66	01	00	05	07	17	الممارسين
	03	00	17	23	57	النسبة المئوية
21.66	0	02	04	13	11	الغير ممارسين
	00	07	13	43	37	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (31) يوضح هل تشعر بالضيق لعدم ملاحظة نتائج جهدك مع التلاميذ؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27 %



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل بالضيق لعدم ملاحظة نتائج جهدك مع التلاميذ ؟

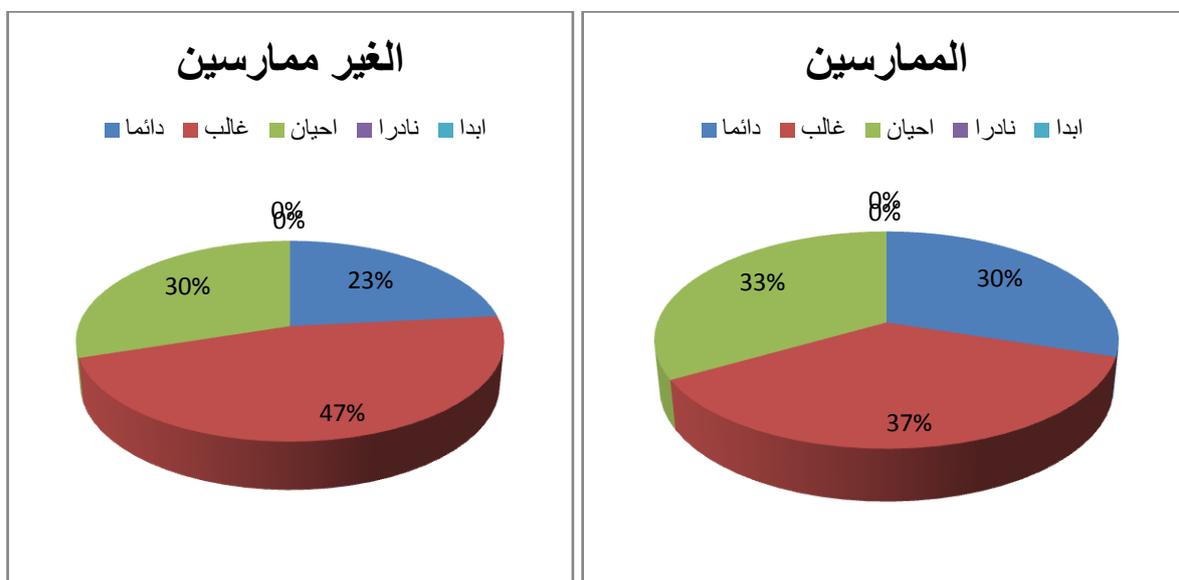
السؤال 18 :

المحسوبة	أبدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	
20.33	00	00	10	11	09	الممارسين
	00	00	33	37	30	النسبة المئوية
24.33	0	00	09	14	07	الغير ممارسين
	00	00	30	47	23	النسبة المئوية
9.49	كا2 الجدولية					
4	درجة الحرية					

جدول رقم (32) يوضح هل تشعر بتقدير التلاميذ لمجهوداتك ؟.

من خلال الجدول رقم (1) المعبر عن النتائج اجابات الأساتذة الممارسين و الغير ممارسين وباستخدام اختبار كا2 حسن المطابقة تبين ان القيمة بلغت 10.33 بالنسبة للأساتذة الممارسين وهي اكبر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي هناك فروق معنوية لصالح الجواب الحاصل على اكبر تكرارا وهو أبدا ما توجد هناك ضغوطات تمارس على الاستاد لتحسين نوعية عمله وبنسبة 40% .

اما بالنسبة للأساتذة الغير ممارسين بلغت قيمة كا2 المحسوبة 2.66 وهي اصغر من كا2 الجدولية التي بلغت 9.49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية و انطلاقا من اسخدام النسبة المئوية تبين انه نادرا من الاساتذة الغير ممارسين ما يتواجد ضغوطات لتحسين نوعية العمل وبنسبة و 27%



شكل بياني رقم 1 و 2 يوضح هل تشعر بتقدير التلاميذ لمجهوداتك ؟

مناقشة النتائج

مناقشة نتائج الدراسة :

2-1 مناقشة النتائج في ظل الفرضية الأولى :

النشاط الترويحي الرياضي له دور في التقليل من بعض الضغوطات النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي و بعد تحليل نتائج الاستبيان لدى أساتذة التعليم الثانوي نجد ان الجداول المحور الأول رقم 2-4-3 كانت قيمهم ك2 المحسوبة أكبر من ك2 الجدولة و هذا يبين أن الفرضية دالة إحصائياً و الذي مفادها أن استمرارية ممارسة الأنشطة الترويحية توفر لنا الراحة النفسية و التخلص من المكبوتات و ممارسة الأنشطة الجماعية تخفف من الضغط و التوتر النفسي .

و هذا ما جاء في دراستنا النظرية من تبين دور الأنشطة الترويحية الرياضية في أظهار و أبرز أقصى ما يمكن للنشاط الترويحي الرياضي أن يساهم في الحد و التقليل من التوتر النفسي لاساتذة التعليم الثانوي و يقول ليفي (1995) في هذا الشأن "أن التوتر هو نمط و أسلوب استجابات الجسم للتأثيرات و الاحتياجات أو الضغوط , و يعتبر ليفي من الأوائل الذين صاغوا نظرية متعلقة بالتوتر النفسي ثم تفرعت بعد ذلك الدراسات و البحوث المختلفة التي ربطت التوتر بمعظم سمات الشخصية .

و لتدعيم نتائج هاته الفرضية لاعتبار ممارسة النشاط الترويحي الرياضي من أفضل العوامل التي تساعد في مقاومة الضغوط النفسية التي تشير إليها شيرمان (1994) إلى أهمية النشاط البدني في عملية الاسترخاء و التقليل من الضغط النفسي خاصة التمرينات الهوائية مثل : المشي يقلل من حدة التوتر و الحزن حيث المشي السريع لمدة 20 دقيقة إلى 30 دقيقة بعد عملية التكيف و ذلك بسرعة تقدر ب 5كلم/سا من 3 إلى 4 مرات في الأسبوع بشدة متوسطة 50 % إلى 70% يقلل من حدة التوتر.

و تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة الباحث (مها صبري حسن 2008) تحت عنوان: "علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الوظيفية لدى الممارسات و الغير ممارسات للأنشطة الرياضية" التي تؤكد بأن النشاط الرياضي له دور ايجابي الذي ينعكس على خفض الضغط النفسي للطلبات.

و في هذا نستنتج أن النشاط الترويحي الرياضي يخفف من التوتر النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي .

و في الأخير من خلال المعطيات السابقة يتأكد لنا بأن النشاط الترويحي الرياضي له دور في التقليل من التوتر النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي .

2-1 مناقشة النتائج في ظل الفرضية الثانية :

بما أن النشاط الترويحي الرياضي له دور في التخفيف من صفة الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي , و بعد تحليل النتائج الاستبيان الموجه للأساتذة توصلنا إلى أن جداول المحور الثاني كانت قيمة ك2 المحسوبة أكبر من ك2 الجدولة وهذا ما يبين أن الفرضية دالة إحصائياالذي مفادها على أن الأساتذة عند ممارستهم للأنشطة الترويحية الرياضية يكسبون صفات تساعدهم في حياتهم اليومية المهنية بنسبة كبيرة بالشعور بالحماس و ابتعادهم عن بعض مظاهر العزلة و الانطواء و التغلب على المشاكل المهنية و المواقف الصعبة و هذا ما يدل على أثبات صدق الفرضية التي ترى أن النشاط الترويحي الرياضي له دور في التقليل من صفة الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي .

وهذا ما يتفق مع دراستنا النظرية التي ترى أن الأنشطة الترويحية الرياضية لها المساهمة الايجابية في تمتين الروابط الاجتماعية و التخفيف من الضغوطات النفسية و المهنية ما بين الأساتذة منة خلال ممارستهم للأنشطة الترويحية الرياضية , و هجا ما يؤيده (ناهد محمود سعد أنبالي , رمزي فهيم) في كتابهم: " طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية" و أيضا يرى (الستار إبراهيم) " أن الاسترخاء العضلي من بين الأنشطة الترويحية , و أكد أماكنية استخدام الاسترخاء بوصفة أسلوب من أساليب الترويح العلاجي و الضبط في حالات الإحباط واستعماله في التطمين التدريجي في المواقف المثيرة للقلق.

و هذا ما أكدته دراسة الباحث (بوعزيز محمد 2013) تحت عنوان "علاقة الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى أساتذة التعليم المتوسط " و الذي تحصل على أهم نتيجة هو أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية .

و توصل الباحث في الأخير إلى أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لهذه الفئة تساعدهم على تصريف طاقتهم و توجيهها و حسن استغلالها , كما تساعد بزيادة الثقة في النفس هذا من جهة و من جهة أخرى للأنشطة التي تعتبر الوسيلة الوحيدة التي يستطيع الأفراد من خلالها التقليل من حدة القلق و زيادة الثقة في النفس و التغلب على المشاكل النفسية و المهنية التي تصادفهم في حياتهم اليومية و المهنية.

الاستنتاج العام :

من خلال الدراسة التي قمنا بها في بحثنا هذا حاولنا أظهار مدى التغير الايجابي لضغوطات النفسية و التوافق المهني أثناء القيام بالنشاط الترويحي الرياضي , فكانت الفكرة الرئيسية التي استخلصناها استنادا على الدراسة التطبيقية التي قمنا بها باستعمال أسئلة الاستبيان و بعد التحليل و استخلاص النتائج و جدنا بأن الأساتذة يمروا بمرحلة من أصعب المراحل في حياتهم أذ يتعرضوا لتغيرات اجتماعية و اضطرابات و ضغوطات نفسية و مهنية و السبب يعود إلى التغيرات الفيزيولوجية التي تطرأ عليهم خلال هذه المرحلة حيث يقع في صراع مع نفسه في بعض الأحيان و لهذا يستوجب عليه بعض النشاطات الترويحية الرياضية التي تساعد في تحقيق التوازن النفسي و المهني و تنمية الصفات البدنية في نفس الوقت.

فممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المستمرة و المنظمة لها تأثير فعال على الأساتذة و ذلك للتخلص من المكبوتات النفسية و تحقيق التوافق المهني و لأن هناك توافق بين الجانبين و بالنظر للإنسان على أنه وحدة سيكولوجية و لهذا فالمختصون النفسانيون ينصحون بممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لأنها تنشيط الجسم و تهدىء الروح و الأعصاب و تخرج الفرد من عزلته و تكسبها ثقة بالنفس , أي أنها تلعب دورا كبيرا في المساهمة و الوقاية من الضغوطات النفسية و تحقيق التوافق المهني .

فكانت النتائج التي توصلت إليها الدراسة تتمثل في :

— النشاط الترويحي الرياضي له دور في التقليل من بعض الضغوطات النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي.

— يمكن اعتبار النشاط الترويحي الرياضي وسيلة ناجحة في تحقيق التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي.

أذن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تساعد الأساتذة في رفع مستوى الحيوية و الجد و مقاومة التعب و التحرر من الضغوطات النفسية أي التخلص من الخوف و التوتر النفسي المصاحب في الحياة المهنية لأساتذة التعليم الثانوي و تحقيق التوافق المهني ,

نرجو من المسؤولين و كل المهنيين استغلال هذه النتائج من اجل توظيفها فيما يخدم الأساتذة التي لها دور بصفة خاصة و جميع أفراد المجتمع.

الاقتراحات و التوصيات:

على ضوء النتائج المتصل عليها من هذه الدراسة تبين لنا أن للأنشطة الترويحية الرياضية لها أهمية في التقليل من الضغوطات نفسية و تحقيق التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي ارتأينا إلى بعض الاقتراحات و التوصيات على القائمين في هذا المجال يأخذونا عين الاعتبار و هي كالتالي:

- التنشيط الترويحي الرياضي في الوسط المهني .
- توفير الوسائل الترويحية في المرافق المهنية التي تستعمل في التعليم و التدريب لأساتذة التعليم الثانوي أذ تعتبر وسيلة فعالة و ناجعة في نمو مختلف الجوانب النفسية و المهنية و الاجتماعية و البدنية و العقلية .
- تحبيب النشاط الترويحي البدني الرياضي لأساتذة التعليم الثانوي من قبل الأيظارات الخاصة بالمجال الرياضي في المؤسسات.
- الاهتمام بالواقع المهني و الاجتماعي لأساتذة .
- العمل على جعل الأنشطة الترويحية الرياضية ذات أهمية عند الأساتذة للتخلص من التوترات النفسية و المشاكل المهنية .
- تشجيع الدورات الرياضية و الأنشطة الترويحية أثناء أوقات الفراغ.
- توفير الحيز الملائم للممارسة النشاط الترويحي الرياضي كإنشاء المركبات الرياضية و الملاعب الخ
- البحث و الدراسة في تعدد مجالات الصحة النفسية و العامة للأساتذة قصد رفع مستوى الأداء لديهم في الميدان.
- التركيز على دور الممارسة في رفع من مستوى العلاقات الأسرية و الاجتماعية لدى الأفراد في ميدان التدريس.

الخاتمة

خاتمة :

يعد البحث في دور الأنشطة الترويحية الرياضية في التقليل من بعض الضغوطات النفسية و التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي , و من خلال الدراسة الميدانية لثانويتي أحمد بومهدي و مهداوي بدائرة سيدي لخضر ولاية مستغانم و بعد الاستئناس بالجانب النظري و الاعتماد على أدوات البحث وهي الاستبيان الموجه لأساتذة التعليم الثانوي توصلنا إلى ما يلي :

أن النشاط الترويحي الرياضي له أهمية بالغة في التقليل من بعض الضغوطات النفسية و تحقيق التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي , فرغم أن النشاطات الترويحية الرياضية تعتبر علاج لكثير من الحالات النفسية إلا أنه لم تؤخذ حفظها الوافر من المؤسسات التعليمية للطور الثانوي .

أن قيمة البحث العلمي تكمن في مدى ملامسته للواقع باعتباره المرجع الحقيقي لقياس درجة التطابق المعرفية و الميدانية و هذا ما وجدناه في بحثنا حيث تحققت كل الفرضيات , ووجدنا أن للنشاط الترويحي الرياضي له دور في التقليل من صفة القلق و الإحباط و التوتر و تحقيق التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي .

و بالتالي تصبح أهمية الثانويات في تكوين و غرس ميول و اتجاهات الأساتذة نحو ممارسة النشاط الترويحي الرياضي و استثمارهم لأوقات الفراغ بصفة ايجابية و بناءة من خلال ممارسة اللعب المفيد و الذي يجلب لهم الراحة النفسية و التوازن و التوافق النفسي و المهني مما يساعدهم على مجابهة مختلف الضغوط النفسية و التكيف معها و التقليل من حدتها .

المراجع

قائمة المصادر و المراجع :

المراجع باللغة العربية :

1 – د محمد محمد الحمامي . د عايدة عبد العزيز مصطفى . الترويج بين النظرية و التطبيق 2001 ص 29.

- 2 - أبراهيم الفقي .أدارة الوقت ط دار الفكر للطباعة و النشر عمان 1998. ص09.
- 3- أمين أنور الخولي .أصول التربية البدنية و الرياضية .دار الفكر العربي .مصر 2001 ص151.
- 4- عبد السلام عبد الغفار .مقدمة في الصحة النفسية .2001.ص109.
- 5- حامد عبد السلام زهران .الصحة النفسية و العلاج النفسي .عالم الكتب المحرر ص37 1997.
- 6- د عايدة عبد العزيز مصطفى و محمد الحماحي 2001 الترويح بين النظرية و الترويح.
- 7- كمال درويش و أمين الخوني 2001 ص191-192.
- 8- أحمد فاضل .الترويح الرياضي .جامعة نايف العربية.السعودية 2007 ص 28.
- 9- أمين الخولي .محمود عبد الفتاح عنان .عدنان درويش "التربية الرياضية المدرسية دليل المعلم , ط4 , دار الفكر العربي , القاهرة , 1998.
- 10- أمين الخولي و محمود عبد الفتاح و عدنان درويش : التربية الرياضية المدرسية , دليل معلم الفصل و طالب التربية العلمية , دار الفكر , القاهرة ص24.
- 11- .التنبرايوي، 2003، ص 150 .
- 12- جروان السابق و كنز الوسيط ,قاموس عربي فرنسي , دار السابق للنشر و التوزيع ,بيروت 1985.
- 13- عسكر سمير أحمد , 1988, ص 7 .
- 14-سمبر محمد عبد العزيز , جودة المنتج بين إدارة الجودة الشاملة ة الأيزو 9000 , 10011, دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع 1995.
- 15- محمد عوف , مدرس في المدرسة و المجتمع , المكتبة الأنجلومصرية , القاهرة , بدون طبعة , 1987.
- 16- مصطفى خليل الشرقاوي , علم الصحة النفسية , المحرر النهضة العربية للطباعة و النشر ص 277 سنة 1983.

- 17 - د كمال درويش و د محمد الحماحي , رؤية عصرية للترويج و أوقات الفراغ , الطبعة الأولى 1998, مركز الكتاب للنشر , القاهرة , مصر .
- 18- حلمي أبراهيم و ليلى السيد فرحات 1998 الصفحة 34 .
- 19-أبو أسعد أحمد عبد اللطيف , و أحمد نايل العزيز . التعامل مع الضغوط النفسية . الصفحة 24 2001سنة .
- 20- د كمال درويش و د أمين الخولي , الترويج وأوقات الفراغ , ملتزم الطبع و النشر دار الفكر العربي , القاهرة , مصر , 2001,ص105.
- 21- محمد خطاب النسلط الترويحي و برامجه ,مكتبة القاهرة الحديثة, القاهرة ,مصر.
- 22-محمد علي حافظ و اخرون عدلي سليمان و أسماعيل رياض1961 ,الترويج و خدمة الجماعة , القاهرة , مصر .
- 23- محمد منير مرسي , الإدارة المدرسية الحديثة , طبعة معدلة و منقحة , القاهرة , مصر سنة 1995.
- 24- و داد الخامي 1970 ,بحث دوافع النشاط الرياضي في وقت الفراغ , المكتبة الأنجلو مصرية, القاهرة ,مصر.
- 25 - محمد علي محمد 1985 , وقت الفراغ في المجتمع الحديث , دار النهضة العربية , بيروت لبنان .
- 26- محمد زيان عمر 1996 , المنهج العلمي :مناهجه و تقنياته , الجزائر : الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية .
- 27- محمد شفيق 1998 ,البحث العلمي :الخطوات المنهجية لأعداد البحوث الاجتماعية .الاسكندرية مصر , المكتب الجامعي الحديث .
- 28- بشير عبد الرحيم الكلوب : الوسائل التعليمية و أعدادها و طرق استخدامها , مكتب المحتسب , دار أحياء علوم الدين ,بيروت 1985.
- 29- حسبن عبد الجواد , الألعاب الصغيرة , دار العلم للمعلمين ,بيروت 1982.

قائمة المراجع باللغة الأجنبية :

- laintouraine 1969 p 265 (s.d.)
- laintrouaine P266 (1969)
- jean brilman . les meilleures pratiques de manegement .editiondorganisation 1998.
- m.debesseladolesentp.u.f 1959-p06.
- www.isoconseil-com/iso 9001/comparairo.htm
- .

قائمة المراسيم و المناشير :

- 1.قرار وزاري رقم SM 13/ ل 03/02/1993 الموقع من طرف وزارة التربية الوطنية أحمد جبار الوزارة الداخلية و الجماعات المحلية , محمد حردي , ووشير الشباب و الرياضة عيد القادر خمري .

المواقع الالكترونية:

- 1 - الموقع الإلكتروني ويكيبيديا 2020
- 2 -الموقع الإلكتروني-المكتبة الرياضية الشاملة 2020.

الملاحق

المعلومات الشخصية

الجنس: ذكر أنثى

الحالة الاجتماعية : متزوج أعزب

السن سنة الخبرة المهنية سنة

الأقامة : المدينة الريف

– المسافة بين السكن و مقر العمل كم – وسائل النقل لمكان العمل

– النشاط الترويحي الرياضي الممارس في أوقات الفراغ

– حسب اعتقادك ماهي الدوافع الممارسة الترويحية في أوقات الفراغ :

.....
.....
.....

– أولا : مقياس الضغوط النفسية

العبرة	دائما	غلبا	أحيانا	نادرا	أبدا
برهقني عدد الساعات التي أدرسها أسبوعيا					
أشعر بأن عملي متداخل مع حياتي					
أشعر بأن هناك ضغوط تمارس عليا لتحسين نوعية عملي					
أرى بأن مهنة التدريس متعبة					
تزعجني لا مبالاة أغلبية التلاميذ للدراسة					

أشعر بصعوبة التدريس في ظل وجود فروق فردية بين التلاميذ					
تزعجني تدني ثقتي بنفسي					

					نقص الوسائل التعليمية يزيد من شعوري بالقلق و التوتر
					يزعجني عدم توتجد الدعم من قبل الإدارة
					يرهقني تصحيح الأوراق
					أشعر بأن الأكتظاظ في الأقسام يسبب لي أرهاقا مضاعفا
					أعاني من عدم أنضباطتلاميذي داخل القسم
					تؤرقني صراعاتي المستمرة مع زملائي في المهنة
					أشعر بأنني لا أشترك في القرارات التي تتحد في المؤسسة

ثانيا : مقياس التوافق المهني

أبدا	نادرا	أحيانا	غلبا	دائما	العبرة
					مهنة التدريس مهنة شاقة
					تعاني من تدخل الأساتذة في شؤون زملائهم الآخرين
					تعنقد بأن مهنتك تضر بالصحة
					تنزعج من التلاميذ الذين يعبثون بمرافق المؤسسة
					تشعر بالسرور في الأوقات التي تمضيها مع زملائك
					تحرص على تكوين علاقات ايجابية مع زملائك
					تجد متعة حقيقية في عملك

					ترى بأن صحتك و لياقتك العامة تناسب مهنة التدريس
					تشعر بعدالة و موضوعية المسؤولين في تعاملهم معك
					يساعدك جو الثانوية على تأدية عملك بنجاح
					ترى بأنك تستطيع تعليم المهارات لتلاميذك بسهولة
					تحقق مهنة التدريس ميولك و رغباتك
					تعتقد بأن مرافق المؤسسة غير مهيأة لتنفيذ البرامج التعليمية
					تشعر بالسرور أدا خرجت في رحلة مع زملائك
					أنت تميل للمرح أثناء التدريس
					تشعر بأن لك مكانة خاصة لدى تلاميذك
					تشعر بالضيق لعدم ملاحظة نتائج جهدك مع تلاميذك
					تشعر بتقدير التلاميذ لمجهوداتك