

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس

في التربية البدنية و الرياضية

العنوان :

الاتجاهات النفسية لتلاميذ المرحلة المتوسطة (14-15) سنة نحو ممارسة النشاط البدني

**بحث مسحي وصفي أجري ببعض
متوسطات مدينة مستغانم**

الأستاذ المشرف :

➤ د/محمد حجار

من إعداد الطالبان :

❖ بكارة سارة

❖ قسوس يمينة

السنة الجامعية: 2013-2014

شكر

الحمد لله حمداً كثيراً على نعمه ونشكره على عونه لإتمام هذا البحث المتواضع ،نتقدم بجزيل الشكر إلى الدكتور حجار محمد و الذي تكرم بقبول الإشراف على هذا البحث إذ منحنا خلال إنجازنا لهذا البحث الكثير من وقته وجهده و زودنا بتوجيهاته العلمية الدقيقة و ملاحظاته القيمة .

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ غزال محجوب و الأستاذ خالد وليد و الدكتور مقراني جمال و أستاذ طاهر الطاهر الذين قدموا لنا كل ما لديهم من علم و معرفة خلال دراستنا في معهد

كما نتقدم بشكر الخالص إلى صديقاتنا أحلام ، عائشة ،رافعة ،سامية ، ريمة ، حورية و إلى الكتكوتة الصغيرة " بكارة مریم " رعاها الله و جميع زملاء الدراسة في معهد على جهوداتهم التي بذلوها معنا خلال بحثنا هذا .

و إلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في إنجاز هذا البحث.



أهدي هذا العمل المتواضع إلى مشعل النور الوهاج سيدنا وحبيبنا محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم
إلى كل من رأى الحياة حديقة حب ووردها الأمل وأغصان أشجارها المحبة وجذورها روابط الخير وجذوعها الود
والاحترام والتسامح وإلى كل من أراد أن يقضي على رواسب الجهل والتخلف ويزرع بدلا منها بذور العلم والسلام
وإلى كل من يحمل بين جانبيه حب المسؤولية و الوطن الأجيال الصاعدة وأهديه إلى:

منبع النور كله أمي الحنوننة «فاطمة»

إلى مثال البذل والتضحية أبي الكريم «عبد الله»

وأختي العزيزة التي وقفت بجاني في أصعب المواقف التي تعرضت إليها في حياتي «أمينة» وإلى إلى أحب الناس إلي أخي «أنور»
بناتها الكتكوتان «حولة و ملاك» أطال الله من عمرهما وإلى زوجها «صالح» وإلى أختي الحبيبة «مريم» التي ساعدتني كثيرا في بحثنا
هذا وإلى كل الخالات والأخوال والأعمام و العمات وإلى كل الأقارب والأحباب.

إلى صديقاتي الحبيبات اللواتي قضين مع بعضنا أجمل الأوقات بجلوها ومرها «أحلام - حورية - أمينة - سامية - عائشة
وزوجها محمد - ربيعة وزوجها عبد القادر- إكرام - أسماء- فاطمة- أحلام دوغان- خلود» وصديقتي المقربة التي أمضيت معها
أجمل أيام حياتي «نوال» وإلى جميع الصديقات والأصدقاء.

و إلى الأستاذ الذي وافق الإشراف على هذا البحث و كان لنا سندا و ساعدنا كثيرا في هذا العمل المتواضع المشرف «الدكتور
حجار»

وإلى كل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية خاصة: الدكاترة «د/مقراني , د/خالد وليد , د/غزال محبوب.

إلى كل هؤلاء أهدي العمل المتواضع أسأل الله عز وجل أن يوفقنا لما فيه الخير لنا ولوطننا, إنه نعم المولى ونعم النصير.

سارة

إهداء

إلى حبيبي و شفيعي محمد رسول الله عليه وسلم

إلى التي أوصاني بها المولى خيرا و برا ، إلى التي حملتني وهنا على وهن و التي سهرت الليالي لأنام ملئ أجفاني إلى منبع الحب و الحنان إلى رمز الصفاء و الوفاء و العطاء إلى أُمي الغالية "جليدة ذهبية " حفظها الله .

إلى رمز العز و الشموخ إلى من وطأ الأشواك حافيا ليوصلني إلى ما وصلت إليه اليوم إلى أبي العزيز أطال الله في عمره
..سيدي أحمد..

إلى القدوة الحسنة والمرجع الأمثل إلى زوج أختي العزيز " بوسدره حسين " الذي هو بمثابة الأب ثان لي

إلى إخواني و أخواتي : بلقاسم ، ياسين ، أبو عبد الله ، قاسمية ، فضيلة ، حسبية و إلى أولادهم.

إلى كل أساتذة معهد و خاصة الأستاذة : حجار محمد، غزال محجوب ، مقراني جمال ، خالد وليد ، طاهر الطاهر الذين ساعدونا كثيرا في بحثنا هذا.

إلى صديقاتي و أخواتي : ، أحلام ، سامية ، سارة ، رافعة ، حورية ، حفصة ، ريم ، سعدية ، كتكوتة مريم ، عائشة و زوجها محمد.

إلى زملاء الدراسة ، عصام ، سيد أحمد ، غالم ، عبد المالك.

إلى عائلة : قسوس ، بكارة ، موسوي ، جليدة ، محمد.

إلى كل هؤلاء أهدي قرة جهدي المتواضع.

أمينة

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	ص
1	يبيّن توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس	70
2	يبيّن درجات العبارات الموجبة و السالبة	71
3	يبيّن شدة الاستجابة للأبعاد المقياس	71
4	يبيّن معاملات الثبات لمقياس كينيون	72
5	يبيّن ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الأول للنشاط كخبرة اجتماعية تبعاً للمجموع الاستجابات، المتوسطات، الانحرافات المعيارية ، وزن النسبي ، الترتيب.	77
6	يبيّن ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الأول للنشاط للصحة و اللياقة تبعاً للمجموع الاستجابات، المتوسطات، الانحرافات المعيارية ، وزن النسبي ، الترتيب.	79
7	يبيّن ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الأول للنشاط كخبرة توتر و مخاطرة تبعاً للمجموع الاستجابات، المتوسطات، الانحرافات المعيارية ، وزن النسبي ، الترتيب.	81
8	يبيّن ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الأول للنشاط كخبرة جمالية تبعاً للمجموع الاستجابات، المتوسطات، الانحرافات المعيارية ، وزن النسبي ، الترتيب.	83
9	يبيّن ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الأول للنشاط لخفض التوتر تبعاً للمجموع الاستجابات، المتوسطات، الانحرافات المعيارية ، وزن النسبي ، الترتيب.	85
10	يبيّن ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الأول للنشاط للتفوق الرياضي تبعاً للمجموع الاستجابات، المتوسطات، الانحرافات المعيارية ، وزن النسبي ، الترتيب.	87
11	يبيّن درجات ، نسب ، ترتيب ، المتوسطات، الانحرافات ، طبيعة اتجاهات التلاميذ ذكور – إناث نحو ممارسة النشاط البدني.	89
12	يبيّن مقارنة نتائج التلاميذ و التلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني.	92
13	يبيّن مقارنة نتائج التلاميذ و التلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني للياقة و الصحة لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني	93
14	يبيّن مقارنة نتائج التلاميذ و التلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني كخبرة توتر و	95

	مخاطرة لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني	
97	يبيّن مقارنة نتائج التلاميذ و التلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني كخبرة جمالية لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني	15
99	يبيّن مقارنة نتائج التلاميذ و التلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني لخفض التوتر لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني	16
100	يبيّن مقارنة نتائج التلاميذ و التلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني	17

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
32	يمثل ميزان التقدير البياني	1
78	يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية.	2
80	يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني للصحة واللياقة.	3
82	يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.	4
84	يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبرة جمالية.	5
86	يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني لخفض التوتر.	6
88	يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني للرياضي	7
90	يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في كل أبعاد مقياس.	8
92	يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبر اجتماعية.	9
94	يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني للياقة و الصحة.	10
95	يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبر توتر و مخاطرة.	11
97	يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبر جمالية	12
99	يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني لخفض التوتر.	13
101	يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني	14

	للتفوق الرياضي.	
--	-----------------	--

قائمة المحتويات

- أ - شكر وعرافان.....أ
- ب - الإهداء.....ب

التعريف بالبحث

- 1-مقدمة 2
- 2-مشكلة البحث 4
- 3-أهداف البحث 4
- 4-فرضيات البحث 5
- 5-أهمية البحث و الحاجة إليه..... 5
- 6-أسباب اختيار البحث 6
- 7-مصطلحات البحث..... 6
- 8-الدراسات المشابهة..... 8

الباب الأول: الدراسة النظرية.

. الفصل الأول: الاتجاهات النفسية

- تمهيد 17
- 1- مفهوم الاتجاهات النفسية..... 17
- 1-2-الاتجاه وبعض المفاهيم المتصلة به 19
- 1-2-1-القيم..... 19
- 1-2-2-الدوافع..... 20
- 1-2-3-الرأي..... 20
- 1-2-4-التعصب..... 20
- 1-2-5-الاعتقاد..... 21
- 1-2-6-السلوك..... 21
- 1-3-مراحل تكوين الاتجاه..... 21
- 1-3-1-المرحلة الإدراكية المعرفية..... 21
- 1-3-2-المرحلة التقييمية..... 22

- 22.....3-3-1-المرحلة التقديرية.
- 22.....4-1-العوامل المؤثرة في تكوين الاتجاهات.
- 22.....1-4-1-تأثير الوالدين.
- 22.....2-4-1-تأثير الأصدقاء والأقران.
- 23.....3-4-1-تأثير وسائل الإعلام المختلفة.
- 23.....4-4-1-تأثير التعليم.
- 23.....5-1-مميزات الاتجاه.
- 23.....1-5-1-الواجهة.
- 23.....2-5-1-الشدة.
- 23.....3-5-1-الانتشار.
- 23.....4-5-1-الاستقرار.
- 24.....5_5-1-البروز.
- 24.....6-1-مكونات الاتجاه.
- 24.....1-6-1-مكون معرفي.
- 24.....2-6-1-مكون انفعالي(العاطفي).
- 24.....3-6-1-مكون سلوكي.
- 25.....7-1-أنواع الاتجاه.
- 25.....1-7-1-اتجاه فردي وجماعي.
- 25.....2-7-1-اتجاه علني و سري.
- 26.....3-7-1-الاتجاه الموجب والسالب.
- 26.....4-7-1-الاتجاه القوي والضعيف.
- 26.....8-1-نظريات تكوين الاتجاه.
- 26.....1-8-1-نظريات التحليل النفسي.
- 27.....2-8-1-نظرية التعلم الاجتماعي.
- 27.....3-8-1-النظرية الجشطالتيية.
- 27.....9-1-طبيعة الاتجاهات وتصنيفاته.
- 28.....1-9-1-التطرف.
- 28.....2-9-1-المحتوى المعرفي أو المضمون.
- 28.....3-9-1-الاتجاه العام والاتجاه الخاص.

- 28.....1-9-4-قوة الاتجاه.
- 28.....1-9-5-الانعزال.
- 29.....1-10-وظائف الاتجاه.
- 29.....1-10-1-وظيفة معرفية تنظيمية.
- 29.....1-10-2-وظيفة تكيفية.
- 29.....1-10-3-وظيفة الدفاع عن الأنا.
- 29.....1-10-4-وظيفة التعبير عن الذات.
- 30.....1-11-طرق قياس الاتجاهات.
- 30.....1-11-1-طرق غير مباشرة (التفسيرية).
- 30.....1-11-2-المنبهات الإسقاطية.
- 30.....1-11-3-طريقة السلوك التعبيري.
- 31.....1-11-4-الطرق المباشرة أو اللفظية في قياس الاتجاهات.
- 31.....1-11-5-مقياس بوجاردوس.
- 31.....1-11-6-مقياس المقارنة الزوجية لـ"ترستون".
- 31.....1-11-7-مقياس التقديرات التجميعية لكارت.
- 32.....1-11-8-مقياس تمايز معاني المفاهيم.
- 32.....1-11-9-مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني.
- 33.....1-11-10-مقياس التدرج التجميعي لجوتمان.
- 34....._الخلاصة.

الفصل الثاني: مرحلة المراهقة خصائصها ومميزاتها

- 36.....تمهيد.
- 36.....2-مفهوم المراهقة.
- 37.....1-2-خصائص المراهقة.
- 37.....1-1-2-الخصائص الجسدية.
- 38.....2-1-2-الخصائص العقلية.
- 38.....3-1-2-الخصائص الانفعالية أو النفسية.
- 39.....2-2-مرحلة التعليم الإعدادي(من سن 12-15 سنة).
- 39.....1-2-2-النمو الحركي.
- 39.....2-2-2-الارتباك الحركي العام.

40	3-2-2-افتقار للرشاقة
40	4-2-2-نقص هادفية الحركات.....
40	5-2-2-الزيادة المفرطة في الحركات.....
40	6-2-2-اضطرابات القوى المحركة.....
40	7-2-2-نقص في القدرة على التحكم الحركي.....
41	8-2-2-التعارض (التضاد) في السلوك الحركي العام
41	3_2_النمو العقلي والاجتماعي و الانفعالي.....
42	4_2_الخصائص الاجتماعية.....
43	5-2-حاجات المراهق.....
44	1-5-2-الحاجات الجسمية الفيزيولوجية.....
44	2-5-2-الحاجة إلى الأمن.....
44	3-5-2-الحاجة إلى الانتماء.....
44	4-5-2-الحاجة إلى الاستقلال.....
45	5-5-2-الحاجة إلى مكانة الذات أو الحاجة إلى التقدير.....
45	6-5-2-الحاجة لتحقيق الذات.....
45	6_2_الممارسة الرياضية وعلاقتها بالمراهقة.....
46	1-6-2-دوافع مباشرة.....
46	2-6-2-دوافع غير مباشرة.....
46	3-6-2-خصائص الأنشطة الرياضية للمراهق.....
47	7-2-المراهقة وممارسة النشاط البدني الرياضي.....
47	8-2-تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق.....
48	الخلاصة

الفصل الثالث:النشاط البدني الرياضي.

50	تمهيد
50	3-تعريف النشاط البدني الرياضي.....
50	1-3-تعريف النشاط.....
50	1-1-3-تعريف النشاط البدني.....
51	2-1-3-تعريف النشاط البدني الرياضي.....

- 51.....2-3-أهداف النشاط البدني الرياضي.....
- 51.....1-2-3-أهداف التنمية البدنية.....
- 52.....2-2-3-هدف التنمية المعرفية.....
- 53.....3-2-3-هدف التنمية النفسية.....
- 53.....4-2-3-هدف التنمية الحركية.....
- 54.....5-2-3-هدف الترويح وأنشطة الفراغ.....
- 55.....3-3-أنواع النشاط الرياضي.....
- 55.....1-3-3-النشاط البدني الرياضي الترويحي.....
- 55.....2-3-3-مفهوم الترويح.....
- 55.....3-3-3-مفهوم النشاط الرياضي الترويحي.....
- 56.....4-3-3-أهداف النشاط الترويحي.....
- 57.....4-3-النشاط الرياضي التنافسي.....
- 57.....1-4-3-مفهوم النشاط الرياضي التنافسي.....
- 57.....2-4-3-إيجابيات النشاط الرياضي التنافسي.....
- 57.....3-4-3-عمليات التوافق الاجتماعي.....
- 58.....4-4-3-التعاون.....
- 58.....5-4-3-سلبيات النشاط الرياضي التنافسي.....
- 59.....6-4-3-أهداف النشاط الرياضي التنافسي.....
- 59.....5-3-النشاط البدني الرياضي النفعي.....
- 60.....1-5-3-التمرينات الصباحية.....
- 60.....2-5-3-تمارين الراحة النشطة.....
- 60.....3-5-3-المسابقات الرياضية المفتوحة.....
- 60.....4-5-3-تمارين اللياقة من أجل الصحة.....
- 61.....5-5-3-المهرجانات الرياضية.....
- 61.....6-5-3-رحلات الخلاء (التجوال).....
- 61.....7-5-3-التدريب الرياضي.....
- 61.....6-3-واجبات وخصائص النشاط البدني الرياضي.....
- 61.....1-6-3-واجبات النشاط الرياضي.....
- 63.....2-6-3-تأثير النشاط البدني الرياضي على السمات الشخصية.....

- 3-6-3- أهمية النشاط البدني الرياضي عند الجانحين المراهقين.....63.
- خلاصة.....64.

الباب الثاني : الدراسة التطبيقية.

الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

- 66.....التمهيد:
- 1-1- الدراسة الاستطلاعية.....66.
- 1-2- المنهج العلمي المتبع.....67.
- 1-3- مجالات البحث.....67.
- 1-4- مجتمع البحث.....68.
- 1-5- عينة البحث.....68.
- 1-6- متغيرات البحث.....68.
- 1-7- أدوات البحث.....68.
- 1-8- الأسس العلمية للأداة.....72.
- 1-9- الدراسة الإحصائية.....74.
- 1-10- صعوبات البحث.....74.
- 75.....الخلاصة.

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

- 1-2- عرض وتحليل و مناقشة النتائج.....77.
- 2-2- استنتاج.....102.
- 2-3- مناقشة الفرضيات.....102.
- 2-4- مناقشة الفرضية العامة.....103.
- 2-5- الاستنتاجات العامة.....104.
- 2-6- التوصيات.....104.
- الخاتمة.....106.

- المصادر و المراجع .

- الملاحق.

- ملخص البحث.

الفصل التمهيدي:

1- المقدمة

2- الإشكالية.

3- أهداف الدراسة

4- فرضيات الدراسة.

5- أهمية الدراسة.

6- أسباب اختيار الموضوع.

7- تحديد المفاهيم والمصطلحات.

8- الدراسات السابقة والمشاهدة.

مقدمة:

تؤدي دراسة الاتجاهات في مجالات حياة مختلفة بشكل عام وفي المجالات التربوية بشكل خاص وظيفة حيوية كبيرة، بالنظر إلى علاقة الاتجاه بالسلوك، حيث إن معرفتنا بالاتجاهات الأفراد، الجماعات، والأفكار، أو الأنشطة تيسر لنا عملية التنبؤ بالسلوكيات الموقعة حيال تلك الموضوعات (morris, 1984, p. 105).

وهناك عدة تعاريف للاتجاهات أمكن (لجون البورت) أن يحصرها في (سنة عشر) تعريفا أمثال (وارن) ، (تشيف) ، و(كانتريل) و(لندريج) ، وقد عرف (البورت) الاتجاه: بأنه حال من الاستعداد أو التأهب العصبي و النفسي تنظم من خلال خبرة الشخص وتكون ذات تأثير توجيهي أو ديناميكي على استجابة الفرد لجميع الموضوعات والمواقف التي تثيرها تلك الاستجابة .(سويف، 1978، الصفحات 338-340)

وقد رأى (محمد علاوي) : أن الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط الرياضي تلعب دورا هاما في الارتفاع بهذا النوع من النشاط الذي يمارسه الفرد .(علاوي، 1994، صفحة 219)

وذكرت: نيلي رمزي عن محمد عبد المنعم وآخرون : أن (سكينر) رأى أن الاتجاهات عندما تتكون لدى الفرد فغنها تأثر بطريقة ملحوظة في مستقبله حيث تعمل كأسباب للسلوك و نواتج له أيضا .(فهيم، 1991، صفحة 134)

وقد عرف الاتجاه: بأنه مجموعة من المفاهيم و المعلومات و العواطف التي تجعلنا نفضل أو لا نفضل أشخاصا معينين أو مجموعات أو أفكارا أو أنشطة .(kanfer&Goldstein, 1984)

وذكرت (مونيكا): إلى أن الاتجاهات غالبا ما تحدد نوع السلوك المتوقع للفرد كما أن قياس الاتجاهات يعتبر من الأساليب الهامة، لتحديد دوافع القبول و الرفض للجوانب المختلفة المرتبطة بالنشاط الذي يقوم الفرد بأدائه.(Monica, 1980)

ولقد أوضحت الحديد من الدراسات : أن الاتجاهات تتطور في المراحل العمرية الأولى من خلال لتعلم بالملاحظة و بواسطة التقليد ومن خلال عمليات الإشارات الكلاسيكي و عمليات الإشارات الإجرائي بالإضافة إلى النواحي المعرفية و المنطقية.(Parham, 1988, p. 538)

وتشير الدراسات أيضا: إلى أن الاتجاهات تتطور من خلال الخبرة مع موضوع الاتجاه، و إنها تجعلنا نتنبأ بسلوك الفرد المتوقع، ذلك السلوك الذي قد يتجه نحو الإيجابية أو نحو السلبية بشكل يدل على مدى القبول أو الرفض لموضوع الاتجاه.(Parhan, 1988, p. 440)

وقد أكد رحيم إلى أن أي تقدم أمة يتأثر إلى حد كبير بمدى التطور العلمي و التكنولوجي الذي تصل إليه ذلك الأمة, وأن ذلك التطور يعكس مدى كفاءة وفاعلية الأنظمة التدريبية و التربوية, وفي المجال المتوسط يعتبر الطالب عنصرا من العناصر التي يؤول عليها في العملية التربوية و التدريبية, لذلك فإن اتجاهات الطلاب أولئك الطلاب نحو النشاط الرياضي يعد من الأمور الهامة و الأساسية في بناء شخصياتهم (رحيم, 1981, صفحة 544).

وقد أشار: مجاور و الديب : إلى أن الاتجاهات تعتبر بالنسبة للفرد جانبا هاما من جوانب شخصيته, لأنه عن طريق معرفة تلك الاتجاهات يمكن التنبؤ بالسلوك الذي سوف يسلكه تجاه قضية معينة أو مواقف لها دلالاتها الاجتماعية و بذلك فإنه لا ينظر إلى ذلك الاتجاه على أنه موقف شخصي و هو ما يفرقه عن (الميل) ولكن ارتباط الاتجاه بالمواقف الاجتماعية السائدة يجعل له دلالة خاصة من الناحية التربوية مثل: الاتجاه العلمي و الاتجاه نحو التعاون والاتجاه العائلي وما يتصل بذلك و يصعب بالصبغة الاجتماعية العامة (الديب, 1981, صفحة 544).

و تعتبر التربية الرياضية من أهم العوامل للنهوض بالصحة و الحفاظ عليها, فهي تعتبر مقياسا لتقدم الأمم و ذلك بقدرة صحة شعبها و المحافظة على قدرات الشباب و الاستفادة منها و توظيفها فيما يعود بالمنفعة الخاصة و العامة, و كانت الأنشطة الرياضية, و لا تزال ظاهرة حضارية هامة, تتخطى الحدود الجغرافية, ضاربة عرض الحائط بالمواع الطبيعية بين البلدان فهي مازالت نبض و روح الشعوب, فهي المنبع الأساسي للحضارة و التقدم, و تعتبر مقياسا لتقدم الأمم صحة شعبها , و المحافظة عليه , و تعود بالمنفعة للفرد بشكل عام وخاص.

و تمكن أهمية الدراسة في كونها تتعرض لموضوع الاتجاهات النفسية لتلاميذ المرحلة المتوسطة نحو ممارسة النشاط البدني , بما قد يعمل على توفير بعض المعلومات لتكون في متناول المسؤولين القائمين على التعليم في مستغانم , و التي ربما تساهم في التعرف على أهم المشكلات التي تعاني منها تلاميذ المرحلة المتوسطة .

1-مشكلة الدراسة:

تعتبر الاتجاهات من الموضوعات الهامة في مجال علم النفس الرياضي, و الهدف المقصود من ممارسة النشاط الرياضي بأنه منه نأخذ وله نعطي, نأخذ ما نحتاج إليه من:معلومات و بيانات وخصائص ومميزات وعلى ضوءها نعطي ما يحتاج عليه من:نشاط وحركة ووعي وثقافة في برامج رياضية مقننة مدروسة . الأمر الذي يدعو للتفكير بشكل جدي ;لمعرفة ما اتجاهات طلبة المرحلة المتوسطة نحو ممارسة الأنشطة الرياضية ,وبالتالي لخص الباحث التساؤل الرئيسي فيما يلي:

2-التساؤل العام:

- ما هي طبيعة الاتجاهات لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة النشاط البدني؟

- التساؤلات الفرعية:

1-هل الاتجاهات التلاميذ المرحلة المتوسطة ايجابية أو سلبية نحو ممارسة النشاط البدني ؟

2-هل هناك فرق بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم نحو ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط؟

3-أهداف البحث:

لقد جاء بحثنا لتحقيق الأهداف التالية:

-المهدف العام :

1-التعرف على طبيعة الاتجاهات لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة النشاط البدني.

الأهداف الفرعية :

1- طبيعة الاتجاهات كانت ايجابية لتلاميذ المرحلة المتوسطة نحو ممارسة النشاط البدني.

2- طبيعة الاتجاهات كانت سلبية لتلاميذ المرحلة المتوسطة نحو ممارسة النشاط البدني.

2-توجد الفروق بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

4-الفرضيات:

الفرضية العامة :

تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى التلميذات والتلاميذ الممارسين سنة رابعة متوسط نحو ممارسة النشاط البدني.

الفرضيات الفرعية:

1- الاتجاهات النفسية لتلاميذ السنة رابعة متوسط (14-15) ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني.

2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

5- أهمية البحث:

تتجلى لنا أهمية البحث من خلال النقاط التالية:

أولاً: أن مرحلة التعليم المتوسط تتميز بأنها مرحلة انتقالية و أساسية في حياة التلاميذ و المتمثلة في المراهقة و التي تحدد فيها مساره واتجاهاته وأهدافه القادمة و التي تتوقف على أساسها حياته المستقبلية .

ثانياً: رغبتنا في تسليط الضوء على دراسة ميول و رغبات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني و الرياضي ومن ثم التمكن من تحديد ووضع برامج مناسبة وأنشطة رياضية هادفة يتفاعل معها التلاميذ ببساطة لأنهم شاركوا في إعدادها ولو بشكل غير مباشر.

فالممارسة الرياضية بالقطاع التعليمي بأوضاعها و ظروفها الراهنة تواجه مشكلات و صعوبات تحول بينها وبين تحقيق أهدافها الموجودة منها , ربما يكون الجزء الأكبر من هذه الصعوبات و المشكلات يرجع إلى عدم إدراك أهمية النشاط البدني لدى بعض المسؤولين عن كافة المستويات و كذا عند بعض التلاميذ.

6-أسباب اختيار البحث:

من دوافع اختيارنا لموضوع البحث هو التعرف على الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني و الرياضي في المؤسسات التربوية التعليمية بمرحلة التعليم المتوسط.

فقد لاحظنا من خلال عملنا مع التلاميذ في الطور المتوسط نقص في الإرشاد والتوجيه الجيد لدى التلاميذ نحو معرفة الأهداف الحقيقية للأنشطة البدنية كما لاحظنا تغييرهم وعدم استشارتهم حول هذه الأنشطة التي تقدم لهم وهذا ما خلق نوعاً من الفتور لدى التلاميذ رغم تعلقهم الكبير بالممارسة الرياضية والبدنية , لأن تطبيق أنشطة تتناسب مع ميول واتجاهات التلاميذ تجعلهم يقبلون عليها و يحققون من خلالها أهداف التربية.

ولقد استخدم الباحث مقياس كنيون لدراسة الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لتلاميذ المتوسط , فمن خلال النتائج المتحصل عليها بقياس الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني توصل الباحث إلى النتائج التالية:

1- أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ السنة الرابعة متوسط (إناث وذكور) في اتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط البدني.

2- إن لدراسة الاتجاهات النفسية دور كبير في عملية إعداد البرامج بما يتلاءم و ميول ورغبات التلاميذ قصد إضفاء أكثر حيوية على الأنشطة البدنية الممارسة.

7-مصطلحات البحث:

*الاتجاه: لغة: تعني كلمة الاتجاه في اللغة: موقف الهيئة و وضعية الجسم .

(W.E, Till, & R.Tomas.Kaja, p. 449).

* اصطلاحا: هو ميل الفرد الذي ينح بسلوكه اتجاه عناصر البيئة أو بعيدا عنها متأثرا في ذلك بالمعايير الموجبة أو السالبة التي تفرضها البيئة.(محمد، 1976)

كما له تعريف آخر حسب جوردن وايل ألبرت القائل بأن: "الاتجاه هو حالة من الاستعداد أو التأهب العصبي والنفسي تنتظم من خلاله خبرة و تكون ذات تأثير توجيهي أو ديناميكي على استجابة الفرد لجميع الموضوعات و المواقف التي تثير هذه الاستجابة " .(مصطفى، 1966، صفحة 329)

الاتجاهات النفسية :

*الاتجاه: هو تهيؤ دائم للسلوك بطريقة ثابتة نحو مجموعة من الأشياء، وهو حالة عقلية أو عصبية ثابتة توضح الاستجابة نحو شيء معين أو مجموعة من الأشياء، ليست كما هي و لكن ينظر إليها وكأن حالة الاستعداد لها نتيجتها الموجبة للشعور و العمل المرتبط بالشيء. و الاتجاه كما عرفها أحمد زكي صالح بأنه مجموعة استجابات القبول أو الرفض التي تتعلق بموضوع جدي معين .(صالح، 1971م، صفحة 801)

المرحلة المتوسطة :

هو مرحلة دراسية معتمدة من قبل الوزارة التربوية الوطنية الجزائرية حيث تقع هذه المرحلة في موقع حساس في عملية تعليم العلم فهي تأتي بعد مرحلة التعليم الابتدائي و قبل التعليم الثانوي.

المراهقة:

هي مرحلة عمرية تأتي بين الطفولة و الشباب، وفيها يعرف الفرد تغيرات جسمية ونفسية سريعة ويكتمل فيها النمو وتبدأ عادة من السنة 12_18 سنة.

-والمراهقة لغة: تعني الخفة و السفة و الجهل عشبان المحارم من شرب الخمر و نحوه كما جاء في لسان العرب.

(تركي، 1990م، صفحة 241).

فالمراقبة اصطلاحاً: هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج. (تركي، 1990، صفحة 242)

الممارسة:

الممارسة لغة: مأخوذة من الفعل مارس وتعني عالج زاول طبق عملياً , نفذ , فعل .(السابق, جروان, صفحة 19)

فالممارسة اصطلاحاً: تكرار أسلوب النشاط. ويقصد بها في البحث مجموعة السلوكيات التي يقوم بها التلاميذ في النشاط البدني .(محمد مصطفى زيدان, 1985، صفحة 59)

مفهوم النشاط البدني و الرياضي:

إن النشاط البدني والرياضي كمصطلح هو تحريك الجسم بأي طريقة تؤدي إلى استهلاك للطاقة, مثل: المشي و الجري و السباحة و اللعب بأنواعه المختلفة, فالنشاط البدني و الرياضي يتجاوز حدود الجسم ليشمل أفاق الفكر والإدراك والمشاعر والإحساسات و الانفعالات والدوافع الشخصية وهو ما يبين بصورة أوضح, إن مفهوم النشاط البدني قد خرج عن نطاق العضلات و الجسم , كما كان يعرف به, ليشمل كل جوانب النمو السليم لشخصية الفرد .

يرى " بيوتشر بتشارلز" أن النشاط البدني و الرياضي هو ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة و ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق , من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني الذي اختبر بهدف تحقيق هذه المهام.(بيسوني، 1992، صفحة 9)

7-الدراسات السابقة :

1_دراسة أنور محمود رحيم (2006):

بعنوان "اتجاهات بعض طلبة جامعة السليمانية نحو النشاط الرياضي". هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات بعض طلبة جامعة لسليمانية نحو النشاط الرياضي , وكذلك على الفروق في اتجاهات الطلبة تبعاً لما يلي: الجنس, موقف الأسرة , مكان السكن , والمرحلة الأساسية . و أجريت الدراسة على عينة قوامها (150) طالبا من طلبة كليات جامعة السليمانية, واستخدم الباحث أسلوب المسح بإطار المنهج الوصفي, حيث تم تطبيق مقياس (كنيون) للاتجاهات نحو النشاط الرياضي, وقد توصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

-ظهر أن المحور الذي يمثل التوتر و المخاطرة كان تسلسله الأول على باقي المحاور.

-إن اتجاه عينة البحث لممارسة الأنشطة الرياضية لفرص الصحة و الترويح لم يشكل نسبة كبيرة عند عينة البحث.

-ظهر أن ممارسة الأنشطة الرياضية لفرص الصحة و الترويح لم يشكل نسبة كبيرة عند عينة البحث.

- كان اتجاه عينة البحث نحو ممارسة الأنشطة الرياضية لفرص الجمالية يمثل أضعف الاتجاهات نحو ممارسة تلك الأنشطة.

2_ دراسة بهجت أبو طامع (2005) :

بعنوان «اتجاهات طلبة كلية فلسطين التقنية- حضوري نحو ممارسة النشاط الرياضي» هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة كلية فلسطين التقنية - حضوري - نحو ممارسة النشاط الرياضي, إضافة إلى تحديد الفروق في اتجاهات الطلبة تبعاً لمتغيرات: الجنس, البرنامج الأكاديمي, نوع الاختصاص المستوى الدراسي, و الممارسة الرياضية .

و لتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (150) طالبا و طالبة, طبق عليها مقياس (كينيون) المعدل لقياس الاتجاهات, وقد أظهرت نتائج الدراسة: أن اتجاهات الطلبة كانت إيجابية حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة (76%) , إضافة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في اتجاهات الطلبة نحو النشاط

الرياضي تعزى لمتغيرات: الجنس, البرنامج الأكاديمي, التخصص, والمستوى الدراسي, بينما كانت الفروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير الممارسة الرياضية ولصالح الممارسين, وقد أوصى الباحث بعدة توصيات أهمها: تعزيز اتجاهات الطلبة و زيادة الاهتمام بالأنشطة الرياضية للإناث في الكلية.

3_ دراسة أزيز خميس الشنباري (2002):

بعنوان «اتجاهات طلاب الجامعات بقطاع غزة نحو ممارسة الأنشطة الرياضية» هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلاب قطاع غزة نحو ممارسة الأنشطة الرياضية, وتكونت عينة الدراسة من (404) طالبا تم اختيارها عشوائياً, وقام الباحث باستخدام مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط الرياضي كأداة الدراسة وكانت نتائج الدراسة ما يلي:

- إن طلاب الجامعات في قطاع غزة لديهم اتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية حيث تراوحت نسبة الاستجابات ما بين (75.8% إلى 56.9%), مما يدل على الاتجاه الإيجابي نحو ممارسة الأنشطة الرياضية

. بين الطلاب الممارسين و الطلاب غير الممارسين توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.010.05) _لصالح الطلاب الممارسين في أبعاد مقياس كينيون.

4 _ دراسة وليد فتحي سابق (1999) :

بعنوان «اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو مفهوم التربية الرياضية بمحافظات القاهرة» هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو مفهوم التربية الرياضية بمحافظات القاهرة . وكانت عينة الدراسة (1146) بواقع 5% من عدد الطلاب المقيدون في المدارس الثانوية العامة الرسمية , وقد قام الباحث باستخدام مقياس (كنيون) للاتجاهات نحو النشاط البدني , كما طبق المقياس أداة البحث في صورة استمارة مطبوعة تم توزيعها على الطلبة عينة البحث . وكان من أهم نتائجها بأن طلبة المرحلة الثانوية بمحافظات القاهرة لديهم اتجاهات إيجابية بوجه عام نحو النشاط البدني.

5 _ دراسة كبوش لخضر, حكيم, غلال نور الدين 2011:

بعنوان «الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضة لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط »

و التي هدفت إلى التعرف على طبيعة هاته الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة نحو مفهوم ت.ب.ل وكذلك التعرف على الفروق بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى الممارسين للنشاط الرياضي .

و لتحقيق أهداف البحث استخدم الباحثون المنهج المسحي الوصفي على تلاميذ بعض المتوسطات لولاية تيارت لعينة مكونة من 150 طالب كما استعملوا بعض المقاييس النفسية منها مقياس (كنيون) للاتجاهات نحو النشاط البدني, و جاءت الفرضيات المقترحة كما يلي:

1_ هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم ت.ب.ر بين الممارسين و غير الممارسين.

2_ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من حيث اتجاهاتهم نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني .

فمن خلال النتائج المتحصل عليها بقياس الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية وفق مقياس (كنيون)

توصل الباحثون إلى النتائج و الاستنتاجات التالية:

أ_ إن طبيعة الاتجاهات النفسية إيجابية نحو مفهوم التربية البدنية الرياضية لدى التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي و هذا يعكس تشبعهم بالثقافة الرياضية.

ب_ إن طبيعة الاتجاهات النفسية حيادية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية للنشاط البدني لدى التلاميذ

غير الممارسين يعكس عدم تشبعهم بالثقافة الرياضية.

ج_ إن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعمل على إبراز القدرات الخاصة التي تمتلكها التلاميذ في مختلف الأنشطة الرياضية.

د_ إن ممارسة النشاط البدني و الرياضي تعمل على حفظ الصحة و اللياقة البدنية.

6_دراسة نيلي رمزي فهيم :

تهدف للتعرف على الفروق بين الاتجاهات مدرسات التربية الرياضية و موجهات وناظرات المدارس نحو النشاط البدني,

طبقت الباحثة مقياس(كنيون) لقياس اتجاهات عينة البحث نحو التربية البدنية و الرياضية و لقد تكونت عينة البحث من مدرسات التربية الرياضية و موجهات و ناظرات المدارس أسفرت النتائج على أن اتجاهات مدرسات التربية الرياضية نحو مزاولة التلاميذ للنشاط البدني كان أكثر إيجابية نحو النشاط البدني كان أكثر إيجابية نحو النشاط البدني منه لموجهات وناظرات المدارس .

7_دراسة محمود عبد الدائم:

تهدف للتعرف على العلاقة بين اتجاهات المسؤولين عن التربية الرياضية في المدارس الإعدادية و مستوى هذه المدارس, طبق الباحث مقياس(وير) wear لقياس اتجاهات عينة البحث نحو التربية الرياضية و لقد تكونت عينة البحث من : نظر وكلاء مدارس وموجهي مدارس التربية الرياضية العاملين بنطاق المدارس لعينة البحث .

8_ الدراسة ولد أحمد كمال2011:

بعنوان «الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية» بولاية البليدة و التي هدفت إلى التعرف على الفروق بين تلاميذ السنة الأولى و تلاميذ السنة الرابعة متوسط من حيث الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية و قد افترض الطالب مايلي:

- تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من تلاميذ السنة الأولى و السنة الرابعة متوسط نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية .
- وقد استخدم الباحث منهج البحث الوصفي فضلا عن مجتمع البحث الذي كان تلاميذ المرحلة المتوسطة واختيرت منه عينات بالطريقة العشوائية المقصودة المتكونة من 160 تلميذا منهم (100) مستوى الرابعة متوسط (60) لمستوى الأولى متوسط.

9_دراسة أحمد صالح 1989 بمصر :

بعنوان «اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية بنين بإدارات أسبوت التعليمه نحو النشاط البدني و الرياضي»

و التي استهدفت التعرف على اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية في محافظة أسبوت نحو النشاط الرياضي .

المقارنة بين اتجاهات التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للأنشطة الرياضية بالمرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي.و لتحقيق أهداف البحث استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي على عينة بلغ قوامها 757 تلميذا من تلاميذ الصفوف الثلاثة بالمرحلة الثانوية من الممارسين و غير الممارسين الأنشطة الرياضية بإدارة أسبوت التعليمية و لقد استخدم أيضا مقياس(كنيون) للاتجاهات نحو النشاط البدني و الرياضي.

ولقد جاءت فرضيات البحث على النحو التالي:

1_ اتجاهات التلاميذ المرحلة الثانوية نحو النشاط البدني و الرياضي إيجابية .

2_ توجد اختلافات في اتجاهات التلاميذ بالمرحلة الثانوية نحو النشاط البدني و الرياضي.

وتوصل إلى النتائج التالية:

1_ اتجاهات تلاميذ عينة البحث نحو النشاط الرياضي إيجابية.

2_ لا يوجد اختلاف في اتجاهات التلاميذ بالمرحلة الثانوية بالصفوف الثلاثة .

10_دراسة حشاشي عبد الوهاب (2000):

بعنوان «إدراك صورة الجسم وعلاقتها بتكوين الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية» استهدفت الدراسة كشف نوع العلاقة الموجودة بين تكوين الاتجاهات نحو النشاط البدني عند تلميذ المرحلة الثانوية وإدراكه لصورة جسمه و لتحقيق الأهداف استعمل الباحث مقياس (كنيون) للاتجاهات نحو النشاط البدني مقياس صورة الجسم(جسمي كما أراه) من إعداد الباحث نفسه باستعانة بمقياس أخرى كمقياس «علاوي» للذات الجسمية, و قد لجأ الباحث إلى المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على 69 تلميذ و80 تلميذة من تلاميذ السنة الثانية من التعليم الثانوي بثانوية صالح باي لولاية سطيف و جاءت فروض البحث كمايلي:

1_ هناك علاقة إرتباطية بين إدراك المراهق لصورة الجسم و أبعادها و تكوين الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني.

2_ تختلف هذه العلاقة الإرتباطية ونوعها حسب أبعاد النشاط البدني في إطار المعتقدات و المعايير الثقافية و الاجتماعية لذلك المجتمع.

8- التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال ما سبق عرضه من دراسات سابقة ستقوم الطالبتان بمناقشتها من حيث الأهداف _المنهج المستخدم _وأهم النتائج لمستخلصة منها بهدف عرض أوجه الشبه و اختلاف بينها وبين الدراسة الحالية.

أولاً: من حيث الأهداف:

اتضح أن معظم تلك الدراسات قد حاولت التعرف على اتجاهات الطلاب لممارسة الأنشطة الرياضية.

ومن الملاحظ أن جميع تلك الدراسات اختارت دراسة هدفها من خلال عينة من بيئتها ولذلك تحاول الطالبتان دراسة الاتجاهات النفسية تلاميذ المرحلة المتوسطة في متوسطات مدينة مستغانم نحو ممارسة النشاط البدني و الرياضي.

ثانياً: من حيث المنهج:

اتفقت معظم تلك الدراسات على استخدام المنهج الوصفي بالطريقة المسحية إن لم تكن جميعها و حيث إن الدراسة الحالية هدفت إلى التعرف على لاتجاهات النفسية لتلاميذ المرحلة المتوسطة في متوسطات مدينة مستغانم نحو ممارسة الأنشطة الرياضية فسوف تستخدم الطالبتان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية , لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة .

ثالثاً: من حيث الأداة:

استخدمت أغلب الدراسات السابقة مقياس "كنيون" في الرياضة و ذلك ما يتفق مع الدراسة الحالية الذي استخدمت فيها الطالبتان مقياس "كنيون" في الرياضة.

رابعاً: من حيث النتائج:

اتفقت نتائج معظم الدراسات السابقة مع نتائج الدراسة الحالية من حيث الاتجاه الإيجابي نحو ممارسة النشاط الرياضي.

9- إجراءات الدراسة :

استخدمت الطالبتان في هذه الدراسة المنهج الوصفي اللتان حاولتا من خلاله وصف الظاهرة ,موضوع الدراسة ,ثم تحليل بياناتها ,مع بيان العلاقة بين مكوناتها و الآراء التي تطرح حولها ,و العمليات التي تتضمنها و الآثار التي تحدثها.

10-مجتمع الدراسة:

اشتملت هذه الدراسة على عينة من متوسطات مدينة مستغام تلاميذ السنة الرابعة متوسط (ذكور و إناث).

وخلاصة القول: ترى الطالبتان أن هناك اختلافا تبين البحث الحالي والدراسات السابقة من حيث الآتي:

- 1-تناول البحث الحالي اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة النشاط البدني بصفة عامة كما تطرق إلى متغير الجنس بين الذكور و الإناث لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.
- 2-اهتمت الطالبتان بتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط لأنها تتميز بأنها مرحلة انتقالية ينتقل فيها التلميذ من مرحلة طفولة إلى مرحلة المراهقة.

الفصل الأول: الاتجاهات النفسية

تمهيد.

1- مفهوم الاتجاهات النفسية.

2- الاتجاه و بعض المفاهيم المتصلة به.

3- مراحل تكوين الاتجاه.

4- العوامل المؤثرة في تكوين الاتجاهات.

5- مميزات الاتجاه.

6- مكونات الاتجاه.

7- أنواع الاتجاه.

8- نظريات تكوين الاتجاهات .

9- طبيعة الاتجاه و تصنيفاته.

10- وظائف الاتجاه.

11- طرق قياس الاتجاهات.

الخلاصة.

تمهيد:

تنشأ الاتجاهات من الواقع و الظروف بيئة الفرد، لتفاعله مع الظواهر الطبيعية أو الصناعية حيث تتولد الاتجاهات من خلال تنشئة الفرد الاجتماعية نتيجة لحاجاته ومتطلباته وكلما زاد نموه ازدادت معرفته و علمه و ذلك لتعرضه لمواقف كثيرة حيث تزداد خبراته و تجاربه الشخصية وهكذا يستمر في النمو مع زيادة حاجاته وتغيرها وفق ميوله و رغباته و بالتالي تتكون اتجاهاته نحو مواضيع متعددة سواء كانت ايجابية أو سلبية, مثال ذلك ما ذكره " دويت شي و كولي نز" سنة 1951م أن زوجات من الجنس الأبيض اللواتي اضطررن إلى السكن مع زوجات من الجنس الزنجي في مشروعات سكنية عامة تغيرت اتجاهاتهن نحو الزواج و أصبحت اتجاهاتهن أكثر مودة وأقل عدوانية (محمد, بكري قدري، 1976).

1- مفهوم الاتجاهات النفسية:

هناك معان مختلفة للاتجاهات تكشف عنها التعريفات المتعددة التي قدّمها الباحثون فمن الناحية الابدولوجية فكلمة "اتجاه" ATTITUDE تستمد معناها من الايطالية ATTITUDINE وهذه الأخيرة مشتقة من اللاتينية APTITUDO (, petit robert, 1977).

وهي تعني الاستعداد الفطري لإنجاز بعض المهام (DEBOTY, 1967, p. 10)

وقد قدم العديد من العلماء تعاريف مختلفة لمصطلح الاتجاه و كان هربرت سبنسر h.spencer الفيلسوف الانجليزي من أسبق علماء النفس إلى استخدام هذا المصطلح حيث ذكر "أن الوصول إلى أحكام صحيحة في المسائل الحديثة يعتمد على الاتجاه الذهني للشخص المستمع أو المشارك فيها" وهذا الاستعمال قريب من الذي شاع به المصطلح في الدراسات النفسية الاجتماعية (مصطفى, سويق، 1996، صفحة 334).

إن مفهوم الاتجاه هو حالة وظيفية تجعل الموضوع قابلاً لرد فعل باستناده سواء إلى توقع أو استجابة لمثير حاضر تشير إلى مثير سوف يحصل موجهان كلاهما, أي التوقع والاستجابة نحو وضعية أو مهمة أو أداء مهاري .

"بروشانكيوسيدنبرغ" "PROSHANSKY ET SEIDENBERG" يعرفانه على أنه ميل معقد للاستجابة الثابتة بالموافقة أو بالمعارضة للموضوعات الاجتماعية الموجودة في بيئة ما بحيث أن تلك الاستجابة تختلف من ثقافة إلى أخرى و أنه يمكن استنتاج اتجاه من سلوك الشخص نحو المؤسسات المختلفة والجماعات , والطب و الجنس والزواج و التعلم والدين (proshansky et sridenberg, 1970, p. 97)

أما في علم النفس الاجتماعي فتستعمل الاستجابات والمقابلات و سلم الاتجاهات IES échelles "d'attitude" (sillamy, 1980, p. 121) .

أما بالنسبة لـ "مايكل أرجايل" "MICHAEL ARGYLE" فالإتجاه ميل إلى الشعور أو السلوك أو التفكير بطريقة محددة إزاء الناس الآخرين أو المنظمات أو موضوعات أو رموز ذو طبيعة بسيطة و على ذلك فقد جعل الإتجاه ثلاثي العناصر ألا و هي الشعور و السلوك و التفكير . (مايكل أرجايل, تأليف عبد الستار إبراهيم, 1973, صفحة 137)

نيوكومب "NEW COMB .T.M" من جانبه يعرف الإتجاه على أنه ليس استجابة بل ميل ثابت إلى حد ما للاستجابة بشكل معين لشيء أو موقف معين ، و يشير الإتجاه بالنسبة له إلى العلاقة بين الأفراد و إلى أي جانب من جوانب الحياة في محيط الفرد بغض النظر عما إذا كانت له قيمة سلبية أو إيجابية. كما يدلي "نيو كومب" أنه يستحسن من الناحية العلمية أن يفهم الإتجاه نحو موضوع ما على أنه يمتد على مقياس ينطلق من الانحياز المطلق نحو شيء معين بالموافقة عليه وينتهي عند عدم الانحياز بمعنى عدم الموافقة عليه ، أما نقطة الوسط فهي ترمز حسبه إلى الحياد و على ذلك تخضع الإتجاهات للقياس و الاختبار تماما مثلما يتعلق الأمر بالنسبة لدرجة الحرارة التي تتراوح بين الصفر و تحت الصفر (NEW, COMB, 1964)

أما الدكتور "محمود السيد أبو النيل" فيعطينا تعريفا للإتجاه على أنه وجهة نظر الشخص التي تدور حوله موضوع من الموضوعات سواء كانت اجتماعيا أو اقتصاديا أو سياسيا أو حول قيمة من القيم كالقيمة الدينية أو الجمالية أو النظرية أو الاجتماعية أو حول جماعة من الجماعات ، كجماعة النادي أو المدرسة أو المصنع ، كما يدلي أيضا أنه يعبر عن الإتجاه تعبيرا لفظيا بالموافقة عليه أو بعدم الموافقة عليه أو بالحيادة و أنه بإمكانه قياس الإتجاه بإعطائه درجة لكل من الموافقة والمعارضة و المحايدة . (أبو النيل, محمود, 1985, صفحة 520).

"فرنسوا ماريه" "François Mariet" يعطينا كذلك تعريفا شاملا لمفهوم الإتجاه حيث أنه يدلي بأن الإتجاه الفردي أو الجماعي ، كان في البداية في علم النفس يرمز إلى استجابة لمثير أو وضعية جسمية بينما في علم النفس الاجتماعي يمكن تقبل ثلاثة معايير لتميز الإتجاه و هي :

1- أن مكتسب يعكس السلوكات و الحاجات .

2- أنه يدوم نوعا ما

يكون مرفقا دائما بقطبية عاطفية، أي ضد أو مع و التي تمكن من إعداد سلا ليم الإتجاهات بغرض قياسها و إعطائها درجة معينة .

يضيف "ماريه" أن الإتجاه إستعداد ثابت نسبيا للاستجابة بشكل ما لمجموعة من المثيرات أو الوضعيات و أنه لا يمكن دراسة الإتجاه مباشرة ، و لكن من خلال ملاحظة التصرفات و الآراء حيث يتمكن باحث علم النفس الاجتماعي من الاستدلال عن النواة المشتركة التي تتحكم في هاته التصرفات و الآراء ألا وهي الإتجاه.

(François, mariet, 1975, pp. 21-22) و قد تتبع ألبورت ALLPORT أصول المفهوم الحديث للإتجاه و أوضح

أن هناك ثلاثة

مصادر لهذا المفهوم هي :

علم النفس التجريبي، حركة التحليل النفسي وعلم الاجتماع ومن تم عرفه كالتالي : "الاتجاه حالة استعداد عقلي وعصبي تتكون خلال التجربة والخبرة و تؤثر بصورة موجهة ديناميكية على استجابة الفرد لكل الموضوعات في المواقف التي ترتبط بهذا الاستعداد " (مصطفى, سويق, 1996, صفحة 229).

ورغم حيابة هذا التعريف على قبول غالبية المختصين إلا أنه يبقى غير شامل ولا يوجد تعريف واحد مقنن يعترف به المنشغلين في الميدان فقد تعددت التعاريف باختلاف أطرها النظرية التي يدين بها أصحابها فيعرفه "شرام" "SCHARAM" بأنه حالة مفترضة من الاستعداد للاستجابة بطريقة تقييمية. تؤيد أو تعارض موقفا مثيرا معيناً(إسماعيل محمد عماد الدين, الاخرون, 1974, صفحة 94).

ويعرفه " ستانفورد " " STANFORD " بأنه "استعداد عقلي متعلم للسلوك بطريقة ثابتة إزاء موضوع معين أو مجموعة من المواضيع . (عبد الرحمان محمد, عيسوي, 1984, صفحة 43).

1-2-الاتجاه و بعض المفاهيم المتصلة به :

1-2-1-القيم:

هي عبارة عن تنظيمات عقلية انفعالية معمقة نحو الأشخاص و الأشياء والمعاني و أوجه النشاط . (مختار, 1982, صفحة 196).

ويعرفها كذلك "كيلمان" بأنها " مجموعة من الفلسفات والمعتقدات و الافتراضات و التوقعات والاتجاهات و قواعد السلوك التي تربط المجتمع في شكل وحدة متماسكة (مزبان, 1992, صفحة 200).

إذا الفرق بين القيم و الاتجاهات هو فرق بين العام (القيمة) و الخاص (الاتجاه) حيث تمثل القيم محددات اتجاهات الفرد، فالقيم تجديدات أو تعميمات تتضح أو تكشف عن نفسها من خلال تعبير الأفراد عن اتجاهاتهم نحو موضوعات محددة، فالاتجاه الفرد نحو مبنى ضخم مثلاً قد يتأثر بالدرجة التي توجد بها قيمة الجمال عند هذا الفرد، معنى هذا أن مفهوم القيمة أعم و أشمل من مفهوم الاتجاه، وأن القيم تقدم المضمون للاتجاهات، فالقيم ينقصها موضوع محدد تنصب عليه بعكس الاتجاه الذي يرتبط دائماً بموضوع محدد فإذا كان لدى فرد آلاف الاتجاهات فإنه لديه العشرات فقط من القيم لأن القيم تشمل مجموعة من الاتجاهات المرتبطة فيما بينها . (زين العابدين, درويش, 1993, صفحة 92)

1-2-2-الدوافع :

يعرف علماء النفس الدافع بأنه حالة من القلق الداخلي أو الرغبة عند الكائن الحي للقيام بسلوك لإشباع أو تحقيق رغباته أو احتياجاته . (كامل, فرج, 1985, صفحة 25) .

و كون أن الاتجاه أيضاً يعتبر حالة نفسية أو نزعية ، لذا فهو يشبه الدافع ولكن هناك فروق بينهما و خاصة في ما يتعلق بالدوام الزمني ، قد تتوقف قوة الدافع على حالة الباحث ومن ثم فالدافع يظهر و يختفي و يعاود الظهور إلا أن الاتجاه لا يتحدد بحالة الباحث . (لويس مليكة كامل, 1970, صفحة 68).

1-2-3- الرأي: هو ما يراه الإنسان و نقصد به رأي الشخص ، و هو التعبير الذي يدلي به الفرد على استجابة لسؤال عام مطروح عليه في موقف معين ، و هكذا فالرأي يتضمن الإعلان عن وجهة نظر قد تتغير تبعاً لمواقف مختلفة ، و يجب أن نفرق بين ما يقوله الشخص لنفسه ، و هناك الرأي الخاص الذي يحتفظ به الشخص لنفسه ، و هناك الرأي المعلن الذي يشارك به مع مجموعة و هو يعرف بالرأي الشخصي . (محمود فتحي عكاشة، محمد شفيق زكي، 2002، صفحة 120). إن الرأي من وجهة نظر ترستون "TURSTON" هو الوحدة البسيطة و الاتجاه هو أكثر تعقيدا و الاتجاه في رأيه عبارة عن عدد من الآراء تندرج على بعد الموافقة و المعارضة لموضوع الاتجاه . (عبد الحليم محمود السيد، 1979، صفحة 190)

1-2-4- التعصب:

هو الحكم المسبق على شيء و هو في الحقيقة الأمر اتجاه له جانب انفعالي شديد يكون ضد شيء و لا يكون قائما على أساس منطقي أو حقائق ثابتة . و التعصب كاتجاه يصعب تعديله أو تغييره ، لذلك فإنه يشكل مشاكل في عملية التفاعل الاجتماعي تعزل الأفراد فكريا و اجتماعيا و تحد من تطورهم . (عباس محمود، آخرون، 1994، صفحة 49).

1-2-5- الاعتقاد:

إذا كانت أغلب الاستخدامات المعاصرة لمفهوم الاتجاه باعتباره: استعداد لتقييم الموضوعات بالترتيب أو عدم التفضيل و باعتبار أن هذا الاستعداد التقويمي هو السمة المحددة للاتجاهات ، على ذلك فالاستجابة الواقعة على إحدى نقاط تفصل قطبية : مفضل - غير مفضل ، أحب - أكره ، مع-ضد . (سعد، علم النفس الاجتماعي للإتجاهات التطبيقية المعاصرة، 1984، صفحة 151).

و يعرف كرتشفيلد (D.Crutchfield) الاعتقاد بأنه : تنظيم مستقر و ثابت للدراكات و المعارف حول بعض الجوانب العلم السيكولوجي للشخص أو هو نمط المعاني التي يضيفها الفرد على أحد الأشياء . (crutchfieldh, 1958, p. 51).

1-2-6- السلوك:

هو مجموعة الوقائع المادية التي تصدر عن الفرد أو عن علاقته الاجتماعية و بالتالي فهو تعبير عن الاتجاه ، إذا يمكننا التنبؤ بسلوك الفرد من خلال اتجاهه نحو مختلف المواضيع و يمكن أن يتحول الاتجاه إلى سلوك حسب المخطط التالي: اتجاه تعبيراتقولييه رأي ← قرر واستجابة "سلوك فعلي" إذن السلوك الفعلي هو تعبيراً عن اتجاه ليس مجرد كلمات و إنما حركة إيجابية نشاط حركي يأخذ صورة واقعية أو أكثر تحديداً من حيث موقفها الواقعي إزاء المنبه مصدر الفعل . (حامد عبدالله، ربيع، 1972، صفحة 133).

1-3- مراحل تكوين الاتجاه:

يرى سعد عبد الرحمن أن الاتجاه ينمو و يتطور من خلال تفاعل الفرد مع البيئة بعناصرها و مقوماتها و أصولها ، و بذلك يصبح الاتجاه دليلا على نشاط الفرد و تفاعله مع بيئته و كذا فإن عملية تكوين الاتجاه تمر بمراحل ثلاث و هي (سعد, عبد الرحمان، 1983، صفحة 223)

1-3-1- المرحلة الإدراكية المعرفية :

و هي المرحلة التي يدرك فيها الفرد مثيرات البيئة و يتعرف إليها ، وكذلك يتكون لديه رصيد من الخبرة و المعلومات ، و من ثمة يمثل هذا الرصيد الإطار المعرفي لهذه المثيرات ، كما يدرك الفرد موضوع الاتجاه من خلال اتصاله و احتكاكه بالبيئة الطبيعية و الاجتماعية المحيطة به ، فيبدأ بالميل إلى تكوين اتجاهات نحو الأشخاص ، كالإخوة و الأصدقاء و الأشياء مثلا.

1-3-2- المرحلة التقييمية :

و هي التي يقيم فيها الفرد نتائج تفاعله مع المثيرات و يكون التقييم مستندا إلى ذلك الإطار المعرفي الذي كونه الفرد لهذه المثيرات بالإضافة إلى عدة إطارات أخرى منها ما هو ذاتي غير موضوعي فيه الكثير من الأحاسيس و المشاعر التي تتصل بهذا المثير .

1-3-3- المرحلة التقديرية :

وهي المرحلة التي يصدر الفرد القرار على نوعية علاقته بهذه العناصر و المثيرات ، فإذا كان هذا القرار موجبا فإن ذلك يعني أن اتجاه الفرد يعد إيجابيا نحو المثير و إن كان القرار سالباً فإن اتجاه الفرد يعد سالباً.

1-4-1- العوامل المؤثرة في تكوين الاتجاهات :

إن التكوين الاتجاهات يتأثر بالعوامل ثقافية كما قلنا من قبل كعامل الجماعة التي ينتمي إليها الفرد ، و كل هذه تؤثر في تكوين الاتجاهات بشكل متكامل و من أهم هذه العوامل نجد:

1-4-1-1- تأثير الوالدين :

يعد تأثير الولد من أهم العوامل التي تساهم في تكوين الاتجاهات لدى الأطفال الصغار و نموها إذن إن الاتجاهات الوالدين الخاصة و ما يقدمانه من تعزيز لبعض أساليب الطفل السلوكية تأثير عميق على تكوين اتجاهاته و نموها.

1-4-1-2- تأثير الأصدقاء و الأقران :

تؤثر هذه الجماعة في الاتجاهات في الحديث الذي رواه أبو هريرة عن النبي صلى الله عليه و سلم "الرجل على دين خليله فلينظر أحدكم من يخلل" (الدمشقي الإمام أبي زكرياء يحيى بن مشرف، 1998، صفحة 144).

و لاشك بان الفرد يتأثر بآراء و أفكار و اتجاهات أصدقائه و أقرانه و يتضح هذا التأثير ابتداء من مرحلة ما قبل المراهقة و حتى سن الجامعة ، الخبرات و التجارب الشخصية التي مر بها الفرد و اكتسبها من خلال عمله و علاقته بالآخرين الخ

المؤثرات الثقافية و الحضارية التي يعيش في ظلها الفرد سواء ثقافة المجتمع أو الثقافات الدخيلة فمن الملاحظة أنها تؤثر بصورة أو بأخرى في تكوين الاتجاهات فمثلا اختلفت اتجاهات بعض المجتمعات حول مشاركة المرأة في الرياضة النخبوية عما كانت عليه سابقا .

1-4-3- تأثير وسائل الإعلام المختلفة :

من العوامل المؤثرة في تكوين الاتجاهات وسائل الإعلام المختلفة من خلال ما تقدمه من حقائق و أفكار و معارف قد تكون غائبة عن الفرد ومنها على سبيل المثال الدعاية والإعلام .

1-4-4- تأثير التعليم :

يعد التعليم مصدرا هاما آخر يزود الفرد بالمعلومات التي تسهم في نمو اتجاهاته ،و تدعيمها و بصورة عامة كلما ازدادت السنوات التي يقضيها الفرد في التعليم الرسمي كلما بدت اتجاهاته أكثر تحررا.

1-5-5- مميزات الاتجاه :

تتميز الاتجاهات من عدة عناصر تتمثل فيما يلي :الوجهة -الشدة -الاستقرار -البروز .

1-5-1- الوجهة :

تشير وجهة الاتجاه إلى شعور الفرد نحو مجموعة من الموضوعات و فيما كانت محبوبة لديه فالطالب الذي له اتجاه مرض نحو الجامعة يعني أن وجهته إيجابية نحو كل أو بعض الجوانب في الجامعة ،أما الطالب الذي يتجنب الجامعة أو نشاطاتها فإن اتجاهه سلبي ،ففي المجال الرياضي فالفرد الذي له اتجاه إيجابي نحو الرياضة فإنه يبعد تماما عن ممارستها و الاهتمام بنشاطاتها و من معرفة نجومها.

1-5-2- الشدة :

تختلف الاتجاهات من حيث الشدة إذ نجد لشخص معين اتجاهها ضعيفا نحو موضوع ما ،بينما نجد اتجاهها قويا نحو نفس الموضوع أو موضوع آخر لدى شخص آخر و لفهم الاتجاه ينبغي أن يعكس هذا الأخير مدى قوة شعور الفرد . (حرشاوي, يوسف، الصفحات 15-16).

1-5-3- الانتشار :

و يطلق عليه أيضا المدى حيث نجد تلميذا لا يحب أو يكره بشدة جانبا واحد أو جانبيين من الجوانب المدرسة بينما قد نجد آخر لا يحب أي شيء يتعلق بالتعليم الخاص أو العام .

1-5-4- الاستقرار :

من الملاحظ أن بعض الأفراد يستجيبون لسلم الاتجاه بأسلوب مستقر بينما نجد آخرين يعطون إجابات مرضية لنفس الموضوع فقد يقول فرد بأنه يعتقد بأن القضاة محايدون و في نفس الوقت يجادل قاضيا معنا ليس محايدا.

1-5-5- البروز :

ويقصد به درجة التلقائية أو التهيؤ للتعبير عن الاتجاه ويمكن ملاحظة البروز بشكل أكثر إيجابية في المواقف عن طريق المقابلات و الملاحظات .

1-6- مكونات الاتجاه:

تنقسم مكونات الاتجاه إلى مكون معرفي و مكون انفعالي و مكون السلوكي ولهذا التقسيم تاريخ طويل في ميدان علم النفس و قد دار حول هذه القضية نقاش من قبل المنظرين في ميدان السلوك الاتجا هي :

1-6-1- مكون معرفي :

حيث تتوقف قوة الاتجاه نحو الموضوع ما على دقة المعلومات و شرط أن تكون تلك المعلومات تساعد الفرد على التمييز بين هذه المعارف و تكون منظمة بشكل يسمح للفرد أن يرتب معلوماته و تكون مدرجة بحيث يحدد الفرد اتجاهه سواء عام أو خاص وكل هذه العناصر يجب توافرها حيث تتوقف قوة الاتجاه على مدى المعلومات المتوفرة لدى الفرد . (الشيخ كامل عويضة محمد، 1996، صفحة 120).

1-6-2- مكون الانفعالي (العاطفي) :

بالنسبة للمكون الانفعالي يهتم بالجانب العاطفي لهذه الاعتقادات كما يمثل مقدار الشعور الايجابي أو السلبي للفرد نحو موضوع الاتجاه، فقد يختلف شخصان في الخصائص التي يعزوها كل منهما لموضوع الاتجاه ولكن يمكن أن يكون متماثلان في درجة الشعور الايجابي أو السلبي اللذان يظهرانه نحوه . (محمد فتحي عكاشة، محمد شفيق زكي، 2002، صفحة 124).

1-6-3- مكون السلوكي:

ويتجلى هذا الأخير من خلال الاستجابة العملية نحو موضوع الاتجاه بطريقة ما. فإذا كانت لدى الفرد معتقدات سلبية عن أفراد جماعة من الجماعات، فذلك يجعله إما يتحاشى الالتقاء بهم أو يوجه لهم عقابا بأي شكل من أشكال إن أمكنه ذلك . أما إذا كانت معتقداته إيجابية تجاه هذه الجماعة فإنه يكون في أتم الاستعداد للاحتكاك بالأفراد المكونين لها و لدعمهم و لتقديم يد المساعدة لهم، ويقدم لنا الدكتور "أبو النيل" كمثال عن مكون السلوكي للاتجاه تكملة للمثال السابق، أن الزوج عندما يكون موافقا على الموضوع خروج المرأة للعمل، تتجلى إيجابية المكون السلوكي لاتجاهه نحو هذا الموضوع في سماحه لزوجته أو لابنته بالخروج للعمل.

إن الاتجاهين اللفظي و العملي، قد لا يتطابقان في بعض الأحيان ويتضح لنا ذلك أكثر عبر التجربة التي قام بها الباحث "البيير" في سنة 1934 حيث أخذ معه شخصين صينيين كانا في زيارة لأمريكا للإقامة في العديد من الفنادق و مراكز الاستراحة هناك، فاناموا فيها و تناولوا الطعام دون اعتراض أصحاب الفنادق و الاستراحات على ذلك فتمت ضيافتهم تماما كباقي الزبائن دون أي تفریق و بعد فترة زمنية، عاد "البيير" وحده إلى أصحاب تلك الفنادق و الاستراحات فسألهم عن مدى استعدادهم لتقديم خدمات فندقية للزبائن الصينيين

،فأجاب%90 من أصحاب الفنادق أنهم يرفضون استقبال زبائن صينيين .مما يتضح لنا عدم تطابق الاتجاه العملي لدى أصحاب هاته الفنادق مع اتجاههم اللفظي نحو موضوع استعدادهم لتقديم خدمات فندقية لزبائن الصينيين . (أبو النيل, محمود، 1985، الصفحات 520-522).

1-7-1- أنواع الاتجاه :

1-7-1-1- اتجاه الفردي و الجماعي :

إن الاتجاهات المشتركة بين عدد كبير من الناس تسمى اتجاهات جماعية و الاتجاهات التي تميز الفرد عن آخر تسمى اتجاهات فردية ،فإعجاب الناس بالأبطال اتجاه جماعي و إعجاب الشخص بصديق له اتجاه فردي .(زيدان محمد, مصطفى، 1965، صفحة 138).

1-7-1-2- اتجاه العلني و السري :

الاتجاه العلني هو ذلك الاتجاه الذي يسلك الفرد بمقتضاه في مواقف حياته اليومية دون حرج أو تحفظ و بهذا يمكن القول بأن مثل هذا الاتجاه غالبا و ليس دائما يكون متفقا مع معايير الجماعة و نظمها وما يسودها من قيم و ضغوط اجتماعية مختلفة و هذا الاتجاه يكون غالبا متوسط الشدة لأنه لا توجد ضغوط اجتماعية ما يحاول كفته و إيقافه ومنع الفرد من أن يعبر عن سلوكه. (فؤاد البهي السيد, سعد عبد الرحمان، 2006، صفحة 259).

أما الاتجاه السري فهو ذلك الاتجاه الذي يحرص الفرد على إخفائه في قرار نفسه ويميل في كثير من الأحيان إلى إنكار ظاهريا و لا يسلك بما يمليه عليه هذا الاتجاه ،و غالبا ما يكون هذا الاتجاه غير منسجم مع قوانين الجماعة و أعرافها وما يسودها من ضغوط و معايير. (فؤاد البهي السيد, سعد عبد الرحمان، 2006، صفحة 259).

1-7-1-3-الاتجاه الموجب و السالب :

الإيجابي هو الذي يجمع شمل الأفراد نحو الموضوع للتقرب منه ،أما السلبي هو الذي يبعدهم عنه ،فالحب و الطاعة اتجاهان إيجابيان وعكسهما الكراهية و العصيان اتجاهان سلبيان .

1-7-1-4-الاتجاه القوي و الضعيف:

اتجاهنا بالحب و الكراهية نحو موضوع معين بصفة شديدة اتجاه قوي و الاتجاه الضعيف كأن نحب أو نكره لكن بشكل أقل درجة بكثير من الاتجاه القوي ،فصاحب الاتجاه الضعيف يستنكر ما يواجهه ببرودة أما القوي فإن مواجهته تكون بالاستنكار الشديد الذي قد يتبعه الانفعال. (محمود، 1994، صفحة 36).

1-8- نظريات تكوين الاتجاهات :

هناك العديد من النظريات التي حاولت تفسير الاتجاهات سنشير إلى بعض منها وذلك على النحو التالي :

1-8-1- نظرية التحليل النفسي:

يرى أنصار نظرية التحليل النفسي و من بينهم فرويد أن اتجاهات الشخص تؤثر في سلوكه في الحياة ، كما أنها تتدخل بشكل فعال في تكوين الأنا. (حسن عبد الرحمان طاعت، 1991، صفحة 127).

و تستند هذه النظرية إلى منطق التحليل النفسي في تفسير السلوك الإنساني بدوافع الداخلية تحدد الحاجات الأساسية ضمن بنية الشخصية ، وأن الفرد يجمع مشاعر الكراهية ضد جماعته و يبلور مشاعر الانتماء لها، مع توجيه مشاعر الكراهية

و المقت للجماعات الأخرى ،لذا يرى ألبدري "أنه يمكن لاتجاهات الفرد أن تتغير في حالة دراسة ميكانزمات الدفاع لديه ، و الحلول التي تقدمها وكذلك الأعراض التي من خلالها بخفض الفرد من التوترات من خلال التحليل النفسي الذي يسعى إلى تبصير الفرد بأساس توقعاته المصطنعة وما يصاحبها من وجود اتجاهات القبول و الرفض وذلك في ضوء مبدأ الثنائية أو الازدواج عند فرويد ،حيث يرى بأن هناك قوتين متعارضتين دائمين في حياة الإنسان كالصواب و الخطأ و الحسن و الرديء و الموجب و السالب ،كما أن الإنسان يواجه في حياته اليومية استقطابات و اختبارات بين أطفال مختلفة تجعله يتخذ قرارات معينة ،وأن المرء حين يقترب من القطب الموجب يكتسب خصائصه و تصبح لديه شحنة إيجابية نحوه ،فالأعمال الحسنة التي يقوم بها الفرد يكتسب خصائصها و تصبح لديه شحنة إيجابية نحوها أكثر ،ومن تم تزداد اتجاهه نحو هذه الأعمال الحسنة " . (علي محمد، عباس، صفحة 81) .

1-8-2- نظرية التعلم الاجتماعي :

لقد ركز علماء التعلم الاجتماعي مثل باندورة و الترز (bandura& Walters) على أهمية مفهومين في عملية تكوين و تعديل الاتجاهات في التعزيز و التقليد أو المحاكاة حيث أشار إلى أن الاتجاه سواء كان (إيجابيا أو سلبيا) يمكن أن يكون مثل باقي أشكال السلوك الأخرى ، عن طريق ملاحظة سلوك النماذج اعتمادا على أنواع التعزيز المقدم ، كما أن الآباء يقومون بدور كبير في تشكيل سلوك أبنائهم ، وعلى ذلك فيمكن أن يكون الآباء نماذج حسنة أو سيئة لأبنائهم و بخاصة في السنوات الأولى من عمر الطفل ،بالإضافة إلى الأقران و البيئة المحيطة ووسائل الإعلام و لذلك يرى عبد الله أنه يمكن تطبيق جوهر هذه النظرية على نشأة و تطوير و تعديل أو تغيير الاتجاهات النفسية التي توجد لدى الراشدين و بوجه خاص الوالدين و المدرسين . (معتر عبد الله، 1989، صفحة 124)

1-8-3- نظرية الجشطالتيية :

يتبنى أصحاب الاتجاه الجشطالتي في تفسير الاتجاهات على التفسير الإدراكي و النظريات المعرفية حيث يؤكد هذه النظريات أن الأفراد يسعون دائما إلى تحقيق الترابط و التماسك و إعطاء معنى لابنتيهم المعرفية ، فهم

يسعون إلى تأكيد الاتساق في ما بين معارفهم المختلفة و بالتالي فإنه لن يقبل الفرد إلا الاتجاهات التي تتناسب مع بنائه المعرفي الكلي.

كذلك يرى المنظرون المعرفيون أن السعي الدائم و المستمر من جانب الفرد لتحقيق هذا الاتساق المعرفي يعتبر دافعا أوليا يتحدد في ضوءه ما يمكن أن يتبناه الفرد من اتجاهات نفسية نحو الموضوعات المختلفة ومن أهم هذه النظريات "نظرية التناظر المعرفي" و "نظرية التوازن المعرفي" و "نظرية التطابق المعرفي" (عبد الوهاب حشاشي، 2000، صفحة 90)

وهكذا يرى أصحاب هذا الاتجاه أن وظيفة الاتجاهات هي الوظيفة المعرفية و التي تقوم على حاجة الفرد لرؤية دنياه في شكل بنيان منتظم فالسعي وراء معاني الأشياء و الحاجة للفهم و النزعة إلى تحسين الإدراك والمعتقدات لوضوح الرؤيا أمام الفرد و الشعور بالاطراد . (سعدجلال، 1989، صفحة 170).

1-9-9-1- طبيعة الاتجاه و تصنيفاته :

- يمكن تصنيف الاتجاهات حسب طبيعتها التي تحدد بالأبعاد التالية :

1-9-9-1-1- التطرف:

يقصد به إما أن يؤيد الفرد موضوع الاتجاه و يتفق معه أو يعارضه بمعنى أن الفرد أمام طريقتان ،التأييد المطلق أو المعارضة المطلقة . (منى مختار المرسي, عبد العزيز، 1994، صفحة 12) .

1-9-9-2- المحتوى المعرفي أو مضمون :

يقصد به مدى وضوح الاتجاه لدى الناس مثال ذلك"قد يؤيد الشعب معنى الديمقراطية ولكن له مفهوم خاص عنها لذلك فكل فرد يستجيب لموضوع الاتجاه وفق مفهومه الذاتي عنه و ليست الصورة الموضوعية له. (أحمد عبد العزيز سلامة و عبد السلام عبد الغفار، 1970، الصفحات 13-14).

1-9-9-3- الاتجاه العام و الاتجاه الخاص:

يقصد بالاتجاه العام هو الاتجاه نحو موضوعات تمس الشعب و منها جميع القضايا العامة مثل قضايا المساواة و العدل. أما الاتجاه الخاص هو الاتجاه نحو موضوعات تمثل فئة معينة مثل اتجاه القضاة نحو الكادر القضائي الجديد. (صالح أحمد زكي، 1972، الصفحات 387-388).

1-9-9-4- قوة الاتجاه :

هناك اتجاهات تتميز بصفة الثبات رغم مرور الزمن ووجود ضغوط مختلفة مثل " بعض التقاليد " و هناك اتجاهات غير مستقرة و يتوقف ذلك على درجة وضوح الاتجاه ومدى ارتباطه بالتكوين الانفعالي للفرد و معتقداته . (منى مختار المرسي, عبد العزيز، 1994، صفحة 45).

1-9-5- الانعزال:

هناك بعض الاتجاهات تتأثر بغيرها و هناك اتجاهات منعزلة أي ليس لها تأثير و تتوقف درجة الانعزال على درجة الترابط نحو المركز أي وجود علاقة عكسية بينهم ، مثال "الاتجاه نحو الدين في المجتمعات أمتدينة حيث أن ضعف تأثير الاتجاه عن الاتجاهات الأخرى يعده عن المركز و ينعدم تأثيره تدريجيا على الموضوع ذاته وهكذا ينعزل الاتجاه قاصرا على موضوعة (أحمد عبد العزيز سلامة و عبد السلام عبد الغفار، 1970، صفحة 114).

ويرى "قذري بكري أن الاتجاه يعبر عن رأي الفرد و يقع ما بين التأييد التام و المعارضة المطلقة حيث تتوقف قوة الاتجاه على التأييد اللفظي و العملي و لكي يصبح الاتجاه قويا ينتقل من مرحلة التأييد اللفظي إلى التأييد العملي ، و يصبح الاتجاه ضعيفا و يتلاشى إذا اكتفى صاحبه بالتعبير اللفظي فقط. (محمد، بكري قذري، 1976، صفحة 44).

1-10- وظائف الاتجاه:

إذا كانت الخبرات السابقة و المعارف و السلوك من المكونات الأساسية للاتجاهات و هو ما سبق الإشارة إليه ، فإن هذه الاتجاهات ستعمل بدون شك على أن يكون سلوك الأفراد موافقا لاتجاهاتهم أو بمعنى آخر أن يصبح الاتجاه مؤثرا في سلوك الأفراد ، ولذا يمكن القول بأن الاتجاه مؤثر في الاتجاه و في نفس الوقت متأثرا به ويرى البعض بأن الاتجاه يساعد على سعادة و رفاهية الفرد و ذلك من خلال قيامه بالوظائف التالية :

1-10-1- وظيفة معرفية تنظيمية :

هذه الوظيفة تساعد الفرد على تنظيم معارفه ومدركاته للأمور و للأشياء من حوله و تفسيرها ، و تحدد سلوكه ، كما أن هذه الوظيفة تدفع إلى الاطلاع على كل الجوانب التي ترتبط بعمله ارتباطا وثيقا ، و معرفة المحيط الذي يعمل فيه ، وهذا يساعده على التكيف مع مجتمعه ، و بالتالي فإن المعارف و المعلومات التي حصل عليها تساعده في إتخاذ موقف ما ، سواء كان إيجابيا أم سلبيا تجاه ما يصادفه من مواقف. (محمود، سليمان، 2002، صفحة 96).

1-10-2- وظيفة التكييفية :

وتمكن هذه الوظيفة الفرد من تحقيق أهدافه المرغوبة و تجنب أهدافه غير المرغوبة وذلك من خلال التواجد مع الأفراد الذين يكون لهم نفس الاتجاهات الخاصة به ، و هذا بدوره يزيد من رضاه و يجنبه الألم أو العقاب . فالاتجاهات تبلور و توضح صورة العلاقة بين الفرد وبين عالمه الاجتماعي . (طلعت، همام، 1989، صفحة 78).

1-10-3- وظيفة الدفاع عن الأنا :

و فيها يحمي الفرد نفسه من الاعتراف بأشياء حقيقة عن نفسه أو الوقائع في عالمه الخارجي ، و تدور الفلسفة الفرويدية القديمة أو الحديثة حول هذا النوع من الدوافع و نتائجه ، فعملية الإنكار كعملية عقلية لا شعورية ما

هي إلا عملية هروب تسمح للفرد بحماية فكرته عن نفسه . و ما التعصب إلا اتجاه نفسي يؤكد للفرد فكرته عن نفسه للاحتفاظ بالشعور بالتعالي على الآخرين.

1-10-4-وظيفة التعبير عن الذات :

و تتعلق هذه الوظيفة بحاجة الفرد لإخبار الآخرين عن نفسه و معرفة ذاته ،أي الوعي بما يعتقد و يشعر به (الوعي بالذات).

11-1 - طرق قياس الاتجاهات :

إن قياس الاتجاه هو تسجيلًا للاستجابة اللفظية للفرد و الخاصة باتجاهه عن موضوع اقتصادي أو اجتماعي إذن مقاييس الاتجاهات هي وسائل تحديد شدة أو قوة الاتجاه الذي يعتبر متغير رئيسي يخص كل إنسان فكل اتجاه مهما كان سياسي ،اقتصادي ،ديني أو اجتماعي ،...، فإنه يمكننا تشخيصه بدرجات تهمنا في معرفة الاتجاه و نوعه (NORBERT SEL, LANY, 1980) ولقد طور علماء النفس الاجتماعيون عدد من الطرق المنظمة لاستنتاج و قياس اتجاهات، منها الطرق الغير المباشرة أي الإسقاطية و طرق المباشرة أو اللفظية التي تستخدم بكثرة في قياس الاتجاهات إضافة إلى ما يسمى بطرق القياس العملي و التي تقيس الاتجاه باستعمال الملاحظة المختلفة في مواقف معينة .

1-11-1- طرق الغير المباشرة (التفسيرية):

تعتبر الطرق التفسيرية محاولة للكشف عن اتجاهات المفحوص دون دراية من جانبه بأهداف البحث ، وهي تسمح للمفحوص بأن يكون بنفسه استجاباته ، وتنقسم الطرق التفسيرية إلى قسمين هما : المنبهات الإسقاطية و السلوك التعبيري . (أبو النيل, محمود، 1985، الصفحات 312-313-315)

1-11-2-المنبهات الإسقاطية:

تقوم غالبا على عرض بعض المثيرات الاجتماعية الغامضة على المفحوص في شكل صور أو لعب أو جمل أو قصصناقص و غير ذلك مما يوجهه نحو الموضوع المراد قياس الاتجاه نحوه. (محمد حسن علاوي، 1974، صفحة 222).

1-11-3-طريقة السلوك التعبيري:

من اختبارات السلوك التعبيري هناك اختبار "كروت" و اختبار "مايرا" للرسم . ويتلخص الاختبار الأول في أن معرفة الحركات الذاتية الصادرة عن نفس الشخص تشير لاتجاهات معينة نحو الآخرين

أما الاختبار الثاني فيلخص في أن نطلب من المفحوص الذي يعصب عينيه الاثنتين أن يرسم عشرة خطوط ، مرة باليمنى و مرة أخرى باليد اليسرى ، و يترك للمفحوص الحرية في الكيفية و اتجاهات الخطوط ،ولذلك فإن

الاتجاهات المحتملة لهذه الخطوط و التي تختلف من شخص إلى آخر تعبر عن مختلف الاتجاهات. (أبو النيل, محمود، 1985، الصفحات 312-313-315).

1-11-4- الطرق المباشرة أو اللفظية في قياس الاتجاهات :

تعتبر من أسهل طرق قياس الاتجاهات و أكثرها شيوعا و استعمالا في هذا الميدان و قد ابتكر الباحثون طرقا عدة منها:

1-11-5- مقياس بوجاردوس BOGARDUS :

كان أول من طبق القياس على مجال الاتجاهات (1925) و تعرف طريقته باسم مقياس البعد الاجتماعي أو مقياس المسافة الاجتماعية SOCIAL DISTANCE و يتكون هذا المقياس من سبع عبارات تمثل درجات مختلفة من المسافة الاجتماعية و قد اعترض على مقياس بوجاردوس بأنه تنقصه صفة أساسية من صفات المقياس كما ينبغي ألا و هي تساوي المسافات عليه . (مصطفى, سميف، 1983، صفحة 340).

1-11-6- مقياس المقارنة الزوجية "لترستون" :

يعتبر من أقدم المحاولات التي ظهرت في الميدان لقياس ما سماه " المسافة الاجتماعية " و قد نشره سنة 1928 و يعتمد على الدراسة التجريبية للتعصب القومي .

وتتلخص مثل هذه الطريقة في المقارنة بين شيئين أو مشيرين لتوضيح أيهما أفضل أو أقوى و مما يؤخذ على هذا المقياس أنه يحتاج إلى عدد هائل من المقارنات الزوجية حتى في حالة وجود عدد محدود من المتغيرات . (إبراهيم, أخرون، 1961، صفحة 310)

1-11-7- مقياس التقديرات التجميعية للكارث " likert " :

في سنة 1932 م قدم لكارث مقياسا جديدا عرف باسمه و تمكن بواسطته أن يتغلب على الصعوبات الواجبة لثرتون ، فهو يتفوق عليه في سهولة إعداده ، وفي ثبات نتائجه و في هذه الطريقة يتم جمع عدد كبير من العبارات أو البنود عن الموضوع المراد قياس الاتجاه نحوه . (عبد اللطيف محمد خليفة و محمود عبد المنعم شحاتة، ، صفحة 98).

و يعبر الفرد عن درجة اتجاهه بالموافقة و المعارضة على ميزان مقسم لخمس نقاط ، كما أن قيمة كل عبارة اعتمدت على التمييز بين الذين يوافقون من الذين لا يوافقون ، ويقترَب هذا المقياس من مقياس ميزان التقدير البياني ، و يمكن توضيحها على النحو التالي :

أوافق بشدة	أوافق	محايد	أعارض	أعارض بشدة

شكل 1: يوضح ميزان التقدير البياني

"و قد أدخلت على طريقة ليكرت بعض التعديلات ، و لاقت قبولا كبيرا و من هذه التعديلات حذف فئة غير محدد أو محايد و بهذا برغم المستجيب أو المبحوث على الاختبار بين الاستجابات إما بالموافقة أو المعارضة و يمكن الجمع بين طريقتي ترستون و ليكرت ، حيث يتم التخلص أولا من العبارات المحايدة في مقياس ترستون ، ثم نطلب من الأفراد الإجابة عنها بطريقة ليكرت ، أو نعطي المقياس بطريقة ترستون ثم نعطي نفس المقياس (بعد حذف العبارات المحايدة) بطريقة ليكرت ، و بذلك يحصل كل فرد على درجتين تمثلان عددا أكبر من أبعاد الاتجاه ." (عبد اللطيف محمد خليفة و محمود عبد المنعم شحاتة, ، صفحة 101)

1-11-8- مقياس تمايز معاني المفاهيم :

هو عبارة عن أداة موضوعية لقياس دلالة و مضمون معاني المفاهيم ، و قد بدأ "تشارلز أسجود" و زملاؤه في الخمسينات هذه الطريقة أساسا في دراساتهم عن الإدراك و المعاني .
ويقوم هذا المقياس على أساس أن لكل مفهوم أو تصور نوعين من المعاني عند الفرد :

الأول – المعنى الإرشادي : و هو ما تشير إليه الكلمة .

الثاني- المعنى الدلالي : و يقصد به الأفكار و المشاعر التي تحيط بالكلمة أي أنه المعنى الانفعالي الوجداني للشيء الذي يكون في ضوء مجموع الخبرات الانفعالية لدى الفرد ، و التي قد تكون سارة أو غير سارة .
و للمعنى الدلالي أهمية كبيرة من الناحية النفسية ، فهو وسيلة لتحليل شخصيات الأفراد و التعرف على اتجاهاتهم ، أما المعنى الإرشادي فهو أقرب إلى اختصاص دراسي اللغة . (عبد اللطيف محمد خليفة و محمود عبد المنعم شحاتة, ، الصفحات 108-107)

1-11-9- مقياس " كينيون " للاتجاهات نحو النشاط البدني :

هذا المقياس وضعه في الأصل (جير كينيون G.Kengnon .) عام 1968 م تحت عنوان مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني (ATPA). و أعدّ صورته العربية محمد حسن علاوي .
و قد تم وضع هذا المقياس على أساس افتراض أنّ النشاط البدني (النشاط الرياضي) يمكن تبسيطه إلى مكونات أكثر تحديدا و أكثر معنى ، كما يمكن تقسيمه إلى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا ، و هذه المكونات أو الفئات هي :

- 1-النشاط البدني كخبرة اجتماعية
- 2- النشاط البدني للصحة واللياقة
- 3-النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
- 4- النشاط البدني كخبرة جمالية

5-النشاط البدني لخفض التوتر

6- النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي

1-11-10- مقياس التدرج التجميحي لجوتمان "Gutmann":

لوحظ على المقاييس السابقة أنها تشمل أحيانا على أكثر من بعد في قياس الاتجاهات لذلك تقدم لجوتمان سنة 1944م بطريق جديدة لقياس الاتجاهات (من خلال بعد واحد).
و مقياس التدرج التجميحي يحقق فيه شرطا هاما هو أنه إذا وافق المفحوص على عبارة معينة فيه فلا بد أن يعني هذا أنه قد وافق على العبارات التي هي أدنى منها و لم يوافق على كل العبارات التي تعلوها .

الخلاصة :

و خلاصة لما تناولناه في هذا الفصل أن الاتجاهات النفسية تمثل نظاما متطورا للمعتقدات و الميول السلوكية و هي تنمو في الفرد باستمرار نموه و تطوره .

و الاتجاهات دائما تكون اتجاه شيء محدد أو موضوع معين ، و تمثل تفاعلا و تشابكا بين العناصر البيئية المختلفة و لا يستطيع الفرد أن يكون أو ينشئ اتجاه عن شيء معين إلا إذا كان في محيط إدراكه ، أي أن الفرد لا يستطيع تكوين اتجاهات حيال أشياء لا يعرفها أو حيال أشخاص لا يتفاعل معهم ، و الاتجاه عبارة عن وجهة نظر يكونها الفرد في محاولته للتأقلم مع البيئة المحيطة به ، و أن تفسير السلوك يرتبط جزئيا بالتعرف على اتجاهات الأفراد

و تعتبر عمليات القياس عامة ، و الاتجاه خاصة ، عمليات أساسية في ميدان علم النفس الاجتماعي ، و يعود ذلك إلى أن عملية القياس تحدد إلى أي مدى يمكن أن يعتمد على صحة النظريات و الفروض ، وفتح أمامه مجالات أخرى للبحث و التجريب ؛ فالإنسان يميل دائما إلى التعميم ، و في هذا الميل إلى التعميم يبدو و كأن الاتجاه الذي يتحدث عنه الفرد ، إنما هو اتجاه عام و سائد . و لكن عند استخدام الأسلوب العلمي في القياس يثبت عكس ذلك ، بل قد يثبت أن مثل هذا الاتجاه ما هو إلا اتجاه فردي أو اتجاه محدود .

كما أن قياس الاتجاه النفسي كأى عملية من عمليات القياس يساعد على التنبؤ بما يحدث في المجال الاجتماعي للجماعة . و هذا هو أهم هدف تسعى عليه البحوث و الدراسات النفسية الاجتماعية . فعن طريق قياس الاتجاه النفسي الاجتماعي يمكن التنبؤ بمدى (حدود) و زمن التغيير الاجتماعي المرتقب في أي جماعة من الجماعات ؛ كما يمكن التنبؤ أيضا بإمكانية إدخال عامل جديد إلى حيز التفاعل النفسي الاجتماعي للجماعة ، و عليه يمكن القول بأن عملية قياس الاتجاه النفسي ، هي إحدى العمليات الهامة في البحث العلمي .

الفصل الثاني: مرحلة المراهقة خصائصها و مميزاتها

تمهيد:

- 1- مفهوم المراهقة.
 - 2- خصائص المراهقة.
 - 3- مرحلة التعليم الإعدادي.
 - 4_النمو العقلي و الاجتماعي و الانفعالي
 - 5_الخصائص الاجتماعية.
 - 6-حاجات المراهق.
 - 7-الممارسة الرياضية و علاقتها بالمراهق.
 - 8- تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل كل نفسية للمراهق.
- الخلاصة.

تمهيد:

تعتبر المراهقة من أهم مراحل النمو في حياة الفرد انصبت وجهات اهتمام علماء النفس والاجتماع وعلماء التربية على هذه الفترة وما يتعرض له المراهق من تغيرات وعقبات تجعله متوترا نفسيا ومع المحيطين به خاصة وسط أسرته، لذلك يقال على هذه المرحلة أنها منعطف خطير في حياة الفرد، وتلعب ردود فعل الأسرة والمدرسة والمجتمع دورا هاما في تخفيف وتحقيق في أدائهاالتنمسي والاجتماعي خلال هذه الفترة الحرجة من العمر أو رفع معدلات التوتر والمعاناة ومن ثم ظهور المشكلات النفسية والاجتماعية في المراهق.

وتعد المراهقة أكثر مراحل النمو إثارة لدى الدارسين والباحثين في مجال العلوم النفسية والاجتماعية لما لها من طبقة خاصة.

2 - مفهوم المراهقة:

المراهقة مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وذا خبرة محدودة ، وكلمة مراهقة " Adolescence " مشتقة من الفعل الآتي " Adollescere " ومعناه ينمو أو ينمو إلى النضج، وهي الفترة من حياة الشخص التي تقع بين نهاية فترة الطفولة المتأخرة وبداية الرشد. (بهاور، 1977، صفحة 329)

إذن فالمراهقة هي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الشباب وتتسم بأنها فترة معقدة من التحول والنمو يحدث فيها تغيرات عضوية في مجتمع الراشدين.

فمن الناحية اللغوية تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم ، وبذلك يؤكد علماء اللغة هذا المعنى بقولهم رهق بمعنى عشى أو لحق أو دن من.

فالمراهقة بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج . (السيد ف.، القاهرة، صفحة 20).

وقد اختلف العلماء في تحديد فترة المراهقة، لكنهم اتفقوا مبدئيا على أنها الفترة الواقعة بين أول البلوغ الجنسي واكتمال النمو الجنسي للراشدين، وانتهوا إلى تحديدات متباينة، وسبب هذا الاختلاف يعود إلى المقاييس الجسمية والأسس النفسية المتنوعة التي كانوا يطبقونها على دراسة المراهقة. (معروف، 1986، صفحة 18).

أما الحدود العمرية للمراهقة فهي تمتد من الثانية عشر إلى التاسعة عشر أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين أي بين 11 سنة و 21 سنة .

حسب ميخائيل إبراهيم أسعد تتألف المراهقة من ثلاثة مراحل فرعية هي :

أ - المراهقة المبكرة: الممتدة بين السنتين الحادية عشر والرابعة عشر سنة (11 - 14)

ب - المراهقة المتوسطة: الممتدة بين الرابعة عشر والثامنة عشر سنة (14 - 18) (مختار، الجزائر، صفحة 123).

ج - المراهقة المتأخرة: وتمتد بين الثامنة عشر والحادية والعشرين سنة (18 - 21)

وهي تختلف حسب المناطق الجغرافية وحسب الجنس و المحيط الاجتماعي والاقتصادي والثقافي، وتحدث فيها مجموعة

من التحولات الكبيرة والسريعة في النواحي الجسمية و الفيزيولوجية، ويصاحب ذلك أثار انفعالية كبيرة يصطحبها غالب الأزمات الاجتماعية والنفسية التي تؤدي في غالب الأحيان إلى بعض الاضطرابات في حياة المراهق، ومن هنا سوف نتطرق لخصائص المراهقة في المبحث القادم.

2 - 1- خصائص المراهقة :

تتميز مرحلة المراهقة بعملية نمو سريعة وشاملة في النواحي الجسمية المورفولوجية والاجتماعية والانفعالية وستعرض إلى خصائص كل ناحية من هذه النواحي فيما يلي :

2 - 1- 1 - الخصائص الجسدية: تتميز هذه المرحلة بسرعة النمو وكثرة التغيرات الجسمية الخارجية والداخلية ، حيث يرى إبراهيم أسعد أنه يمكن تلخيص التغيرات التي تحدث في نشاط الفحص الأمامي من الغدة النخامية لإفراز نوعين من الهرمونات أحدهما يهيمن على تحديد حجم الجسم ونسب أعضائه، ولآخر خاص بتنبيه المناسك، وهي تختلف في الذكر عنها في الأنثى . (دروس في التربية وعلم النفس، 1974).

يقول محي الدين مختار " كثيرا ما يشار إلى بدأ هذه المرحلة بظهور معالم جسمية و فيزيولوجية معينة " ، حيث يزداد الطول والوزن وتتغير العلاقات ونسبتها بين الأجزاء المختلفة للجسم سواء عند البنين أو البنات فتسبق البنات البنين في بدأ مرحلة البلوغ بنسبة واحدة على الأقل كما سبقتهم في كبر حجم القلب واكتمال النضج ولذا فالبنات أكثر إحساس من البنين . (بركات، الكويت، صفحة 33_34).

ويمتاز النمو الجسمي بنوع من عدم التوازن ، فالجهاز العضلي يكون أسرع نموا من الجهاز العظمي وربما كان سبب فيما يبدو على المراهق من القابلية للتعب والعجز عن القيام بالمجهودات حتى سن السادسة عشر. (الشباني، 1977، صفحة 48).

بينما تظهر القوة العضلية بأحلى معانيها عند الأولاد في حوالي الخامسة عشر وتستمر هذه الزيادة حتى بين الثامنة عشر، حيث تكون الفروق بين الأولاد والبنات في منتهى الوضوح فيما يتعلق بالقوة العضلية. (صالح، 1992، صفحة 28).

2-1-2 - الخصائص العقلية: تتميز المراهقة بنمو القدرات العقلية ونضجها ، حيث يسير النمو العقلي من العام إلى الخاص وتسير الحياة العقلية من البسيط إلى المعقد أي من مجرد الإدراك الحسي والحركي إلى إدراك العلاقات المعقدة والمعاني المجردة، ففي مرحلة المراهقة ينمو الذكاء العام ويسبق القدرة العقلية العامة. وكذلك تنضج الاستعدادات والقدرات الخاصة وتزداد قدرة المراهق على القيام بكثير من العمليات العليا ، كالتفكير والتذكر والتخيل. (الرحمان، 1987، الصفحات 38-39).

ومن أبرز خصائص النشاط العقلي في فترة المراهقة أيضا أنه يأخذ في البلورة والتركيز حول نوع معين من النشاط كأنه يتجه المراهق نحو الدراسة العلمية أو الأدبية بدلا من تنوع نشاطه واختلاف اهتمامه ، فبعد أن كانت قدرته على الانتباه محدودة وكانت المدة التي يستطيع أن يركز انتباهه لمدة نحو موضوع معين محدودة أيضا ويصبح قادرا على تركيز انتباهه لمدة طويلة. (الدسوقي، 1979، صفحة 241).

2-1-3- الخصائص الانفعالية أو النفسية: تمتاز حياة المراهق من الناحية الانفعالية بالعنف والاندفاع، كما يساوره من حين لآخر أحاسيس بالضيق أو القلق. ولقد اختلف الباحثون في تقسيم بواعث هذه الاضطرابات الانفعالية التي تسود حياته فهناك من يرجعها إلى تغيرات إفرازات الغدد وهناك من يرجعها إلى العوامل البيئية المحيطة بالمراهق. (صالح، علم النفس التربوي، 1992).

فالتغيرات السرية التي تفاجيء الطفل تشد انتباهه إلى جسمه، وتسبب الكثير من القلق والاضطرابات النفسية. (مخول، 1972، صفحة 315).

2-2-مرحلة التعليم الإعدادي (من سن 12 - 15 سنة):

تتميز هذه المرحلة باعتبارها فترة انتقال مابين الطفولة والفتوة أو الشباب، إذ يمر الفرد فيها بالمرحلة التي يطلق عليها " مرحلة المراهقة " والتي تتميز بالعديد من التغيرات الفسيولوجية والنفسية التي تؤثر بصورة بالغة على حياة الفرد في المراحل التالية من عمره.

وقد اختلف العلماء فيما بينهم بالنسبة لمفهوم المراهقة، كما اختلفوا في تحديد بدايتها ونهايتها ومدى تأثيرها على الفرد، إذ يرى البعض أن فترة المراهقة هي التي تستغرق من سنة إلى سنتين قبيل الاحتلام، وهي في العادة مابين سن العاشرة والنصف إلى الثانية عشرة أو الثالث عشرة، بينما يرى البعض الآخر أن فترة المراهقة مرحلة تبدأ من البلوغ الجنسي في حوالي سن 13 سنة وتمتد إلى حوالي سن الواحدة والعشرين عند الاقتراب من اكتمال النضج الفسيولوجي واكمال النمو العقلي والانفعالي والاجتماعي.

2-2-1- النمو الحركي:

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فترة المراهقة ومدى أهميته بالنسبة للنمو الحركي والجسماني ، ويرى " جوركن " أن حركات المراهق حتى حوالي العام الثالث عشر تتميز بالاختلال في التوازن والاضطراب يحمل الطابع الوقتي ، إذ لا يلبث المراهق بعد ذلك في غضون مرحلة الفتوة أن تتبدل حركاته لتصبح أكثر توافق وانسجاما عن ذي قبل ، أما "همبورجر" فيميز مرحلة المراهقة بأنها فترة ارتباك بالنسبة للنواحي الحركية إذ أنها تحمل في طياتها بعض الاضطرابات التي تمتد لفترة معينة بالنسبة للنواحي النوعية للنمو الحركي.

ويمكن تلخيص أهم مواطن الاضطراب والاختلال الحركي فيما يلي :

2-2-2- الارتباك الحركي العام:

نلاحظ أن حركات المراهق التي كانت تتميز بالتناسق والانسجام والسهولة التي اكتسبها في غضون المراحل السالفة يتخللها الكثير من الاضطراب والارتباك، وأبلغ مثال على ذلك ما نلاحظ على المراهق في أثناء المشي والجري.

2-2-3- الافتقار الرشاقة:

تتميز حركات المراهق بافتقارها لصفة الرشاقة ويتضح ذلك جليا بالنسبة لتلك الحركات التي تتطلب حسن التوافق لمختلف أجزاء الجسم.

2-2-4- نقص هادفية الحركات:

لا يتوافر المراهق تنظيم حركاته لمحاولة تحقيق هدف معين، اذ يمكن ملاحظة أن حركات أطرافه لا تخضع لصفة الانتظام، ولا يستطيع حسن التحكم فيها بصورة حسنة، وخاصة بالنسبة لحركات الجسم التي تسهم فيها حركات الذراعين والساقين، فترى عدم استطاعة المراهق توجيه حركات أطرافه لتحقيق هدف معين أو للقدره على أداء بعض أنواع الأنشطة الرياضية التي تستلزم قدرا كبيرا من الدقة والتوازن.

2-2-5- الزيادة المفرطة في الحركات:

كثيرا ما نجد أن الحركات العادية للمراهق ترتبط بدرجة كبيرة ببعض الحركات الجانبية الرائدة، كما تتسم مدى وحجم الحركات بالزيادة غير الضرورية، ويتضح ذلك عند ملاحظة حركات اليدين للمراهق في غصون الجري، وتعني تلك الزيادة الواضحة في حركات المراهق عدم قدرته على الاقتصاد الحركي ونقص في هادفية الحركات.

2-2-6- اضطرابات القوى الحركية:

في بعض الأحيان يجد المراهق صعوبة بالغة في استخدام قوته لكي تناسب الواجب الحركي، فتراه يؤدي الكثير من الحركات باستخدام قدر كبير من التوتر والتقلص واستخدامه للعضلات المانعة للحركات بصورة واضحة، ويعني هذا افتقاره للاقتصاد في الجهد وعدم قدرته على ضبط القوى المحركة للعضلات ، وأحيانا أخرى يمكن ملاحظة أن حركات المراهق تتميز بالرخاوة والطرأوة.

2-2-7- نقص في القدرة على التحكم الحركي:

على العكس من المرحلة السالفة نجد أن المراهق يجد صعوبة في اكتساب بعض المهارات الحركية الجديدة، ونادرا ما نصادف ظاهرة " التعلم من أول وهلة " في غصون تلك المرحلة. كما أن التدريب والمدان المتكرر لا يحقق في غالب الأحيان ما يرجى له من نتائج، كما يظهر الخوف على المراهق بصورة أكثر وضوحا من المرحلة السالفة ويسهم ذلك في إعاقة اكتساب واستيعاب الحركات الجديدة.

2-2-8- التعارض(التضاد) في السلوك الحركي العام:

يتسم المراهق بعد الاستقرار الذي يظهر في القيام بمختلف الحركات غير المقصودة، فالمراهق يجد صعوبة بالغة في المكوث أو الجلوس صامتة لمدة طويلة.

فنجده دائم الحركة بيديه وينشغل باللعب بما يقع أمامه من أدوات وأشياء ونجده تارة يتحسس شعره بأصابعه ثم تارة أخرى يتحسس فمه أو ملابسه.

وفي بعض الأحيان يؤدي عدم الاستقرار الحركي إلى بعض الانتفاضات غير المنتظمة بالأكتاف أو الرأس وأحيانا إلى التقطيب والتهجم وغير ذلك.

ومن ناحية أخرى نلاحظ في بعض الأحيان اتسام حركات المراهق بالفطور والتكاسل التي توصف غالبا بالتشاغل والتواني.

العمل أو الكسل والتي نصادفها كثيرا في دروس التربية الرياضية لهذه المرحلة بالنسبة لأنواع الأنشطة الرياضية التي تتطلب زيادة الفاعلية وبذل الجهد.

2-3- النمو العقلي والاجتماعي والانفعالي:

من أهم الخصائص والمميزات العقلية والاجتماعية والانفعالية في هذه المرحلة ما يلي:

- تشير معظم الدراسات أي أن منحنيات نمو الذكاء في هذه الفترة لا تظهر على هيئة قفزة سريعة كما هو الحال في النمو الجسماني . ويلاحظ زيادة القدرة على اكتساب المهارات والمعلومات، وعلى التفكير والاستنتاج، كما تأخذ الفروق الفردية في النواحي العقلية في الوضوح، وتبدأ قدراته واستعداداته في الظهور.

- تزداد القدرة على الانتباه والتركيز والملاحظة والتذكر الواعي، والقدرة على النقد وإدراك العلاقات.

- الاهتمام الشديد بالجسم، والقلق للتغيرات المفاجئة في النمو، وقد يكون الخجل على البعض بسبب المظاهر الجسمية.

- مرحلة اضطراب انفعالي وحساسية شديدة للنقد وخاصة فيما يتصل بالتغيرات في الصوت ومظهر الجسم ومحاولات المراهقة للتكيف مع هذه التغيرات.

- الرغبة في محاكاة الأفراد أقوى من الرغبة في الاستجابة لتوجيهات الكبار ولو أن بعض الأفراد مستعدون للاستجابة لتوجيهات مدرسيهم أو قادتهم أكثر من الوالدين.

- يتقلب في تصرفاته بين سلوك الكبار وتصرفات الصغار، ويميل إلى مشاركة الكبار في ألعابهم أو على الأقل تقليدهم.

- يزداد الاعتزاز بالنفس.

- في احتياج إلى نشاط حركي يساعد في عملية النمو نموا سليما يمكن من المرور في هذه المرحلة بأمن وسلام.

- في احتياج إلى النوم الكافي والراحة الكافية والغذاء الكافي.

- في احتياج إلى التدريب على الهوايات المختلفة للكشف عن قدراته.

ويلاحظ عدم الثبات الانفعالي للمراهق متجلي في تحول سلوكه بين سلوك الأطفال وتصرفات الكبار، وتغير شعوره بين الحب والكره والشجاعة والخوف والانسراح والاكتئاب.

وقد يظهر عليه الخجل والميول والانطوائية والتمركز حول الذات نتيجة التغيرات الجسمية، المفاجئة، والتردد نتيجة عدم الثقة بالنفس في بداية هذه المرحلة يكون الخيال خصب، مما يسمح للمراهق بتحقيق الرغبات التي لا يستطيع

تحقيقها في الواقع. كما يساعده على تخيل مستقبله ويستغرق المراهق في أحلام اليقظة وينتابه القلق النفسي أحيانا، فينتقل من عالم الواقع إلى عالم غير واقعي (زهران، علم النفس النمو، الطفولة والمراهقة، 1972، صفحة 315).

إن هذه المظاهر الانفعالية التي يعيشها المراهق تتأثر بعدة عوامل موجودة في المجتمع الذي يعيش فيه منها أسرته وبيئته الاجتماعية وما تحمله من عادات وتقاليد وعرف وهذا يؤثر بالتالي على اتجاهه وسلوكه داخل المجتمع ، وذلك كله يؤثر على عملية تكيفه داخل المجتمع.

2-4- الخصائص الاجتماعية:

الحياة الاجتماعية في هذه المرحلة تتميز بالاتساع والشمول، والتباين، والتمايز وخاصة في إطار الأسرة والمدرسة.

ويكتنف المراهق في هذه المرحلة الغموض والتردد أمام القيم الاجتماعية، والثقافية، فهو يرى الكبار يتقولون بمفاهيم هم يرفضون في حقيقة الأمر، كأن يكون الأب مدخن للسجائر ويعطي محاضرة لأنه المراهق عن أضرار التدخين، وهذا التناقض الذي يراه يجعله يعيش صراعا مع هذه القيم، فيلجأ إلى جماعة أخرى تشبع حاجاته الاجتماعية (محمد م.، 1965، صفحة 368).

وهذه الجماعة هي جماعة الأقران، حيث تزداد أهمية الرفاق وتكوين علاقات وطيدة معهم في مرحلة المراهقة أكثر من أي مرحلة أخرى. كما تتسع دائرة نشاطه الاجتماعي ويدرك حقوقه وواجباته ، ويخفف من أن نيته ويقرب سلوكه من معايير الناس، ويتعاون معهم في نشاطه ، كما يظهر التالف عنده من خلال ميله نحو الجنس الآخر. (محول، 1972، صفحة 160).

في ذلك يرى " فؤاد البهي سعد " أن الحياة الاجتماعية للمراهقة تتأثر في تطورها بمدى تجربتها من قيود الأسرة ومدى خضوعها للجماعة و استقلالها عنها ومدى تفاعلها مع الجو المدرسي القائم ثم من ذلك كله على الاتصال القوي الصحيح بعالم القيم والمعايير و المثل العليا.(زيدان، 1965، صفحة 368).

وللتغلب على ما يعانيه المراهق من هذه الناحية ينبغي على المؤسسات التربوية المختلفة للقيام بدورها إذ ينبغي على الأسرة والمدرسة أن تتناقش مع المراهق في الامور الدينية.وتحاول أن تحل التناقض الذي يعانيه عن طريق تعريفه بأمور دينية وممارستها وقد قال الرسول صلى الله عليه وسلم في حديث يلخص فيه طريقة التربية من الولادة حتى سن 21 سنة «لاعب ابنك سبعا وأدبه سبعا وصاحبه سبعا ثم اترك له حبله على غاربه». (بختي، 1991، صفحة 440).

وكذلك ينبغي أبعاده عن أقران السوء وتوجيهه إلى ممارسة الهوايات المفيدة و المفضلة وخاصة ممارسة النشاطات البدنية والرياضية لشغل أوقات الفراغ .

2-5-5- حاجات المراهق:

يطلق اسم الحاجة على النقص المتصل بحالة جسمية خاصة أو بمتطلبات متعلمة, أو بالاثنين معا, فالإنسان يكون في حاجة إلى الطعام متى افتقر جسمه إلى الطعام, ويكون في حاجة إلى الطمأنينة متى حل الخوف. (السيد, 1975, صفحة 329).

2-5-1- الحاجات الجسمية الفيزيولوجية:

تتضمن المطالب الحيوية لبقاء الكائن الحي وذلك حسب الأولوية: الحاجة للتنفس, للماء, للفرح, وإبقاء الجسم في درجة حرارة معينة و الحاجة إلى النوم و النشاط و الاستقرار و النظافة. والحاجة للدافع الجنسي الذي يصبح ملحوظ في هذه الفترة. (محمد, 1985, صفحة 409).

ويتضمن الدافع الجنسي الحاجة إلى التربية الجنسية, واهتمام الجنس الآخر وحبه, الحاجة إلى التخلص من التوتر, والحاجة إلى التوافق الجنسي. (زهرا, علم النفس النمو, الطفولة والمراهقة, 1972, صفحة 402).

2-5-2- الحاجة إلى الأمن:

وتتضمن الحاجة على الأمن الجسمي والصحة الجسمية, والحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي, الحاجة إلى الحماية عند الحرمان من إشباع الدوافع. والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية. (زهرا, علم النفس النمو, الطفولة والمراهقة, 1972). يندرج تحتها كذلك الحماية من الألم وغياب أو استبعاد الخطر النفسي كالقلق, الخوف, الإهمال والحاجة إلى الاستقرار.

2-5-3- الحاجة إلى الانتماء:

إن رغبة المراهق في الاستقلال المادي والعاطفي عن الأسرة مرتبط برغبته في الانتماء إلى جماعات خارج إطار الأسرة وهي جماعة الأصدقاء. (مغاريوس, 1974, صفحة 07).

فالمراهق إذا استطاع أن يحصل على حب الآخرين وتقديرهم, وإذا أمكنه أن يحب الآخرين ويجب نفسه لهم, فإن ذلك من شأنه أن ينمي الثقة في نفسه وإذا ما وثق في نفسه ورضي عنها استطاع أن يتقبلها ويحبها ويكون حب نفسه, دافعا إلى العمل والإنتاج و الارتباط بالجماعة, فينشأ جريئا قادرا على تكوين علاقات اجتماعية سليمة. (غالب, 1986, صفحة 40).

2-5-4- الحاجة إلى الاستقلال:

النضج الجسمي لدى المراهق هو من أسباب محاولته للاعتماد على نفسه, والاستقلال في اتخاذ القرارات الخاصة بحياته, ونتيجة لتعدد العلاقات الاجتماعية مع الأقران والأصدقاء خاصة, يعمل المراهق من أجل الاستقلال الانفعالي لكن تبعيته الاقتصادية م جهة وفرض السلطة الأبوية من جهة أخرى قد تجعله يفقد التوازن في سلوكه و ردود فعله. (مغاريوس، 1974، صفحة 07)

2-5-5- الحاجة إلى مكانة الذات أو الحاجة إلى التقدير:

الحاجة إلى تقدير الذات أو الشعور بالقيمة الذاتية وتجنب الشعور بالدونية, أقوى الحاجات النفسية عند كل إنسان, وخاصة عند المراهق و تظهر هذه الحاجات في احترام الذات و الثقة فيها, و البحث عن احترام من قبل آخرين و ثقتهم (moslow p23). فيه, وذلك بالتحقيق الرغبة في القوة و الإنتاج و الكفاءة

2-5-6- الحاجة لتحقيق الذات:

بعدما تحقق المراهق الحاجات السابقة تبقى عنده رغبات أخرى غير مشبعة , عدم تحقيقها يسبب نوعا من الإضراب و الحيرة مما يدل على وجود حاجة جديدة عنده تتمثل في الحاجة إلى الضبط و التحكم في النفس و إدراك القدرات الشخصية الجديدة و تطورها , والرغبة في الجديد و الصعب , فهذه الحاجة هو التكيف مع النمو الشخصية و رغباته , لذا فالمرض أو الضعف الجسدي يكون في الكثير من الحالات سببا في التكيف السيئ للمراهق (إسماعيل، 1982، صفحة 26).

هذه محمل الحاجات التي تتطلب توفيرها للمراهقين خلال مرحلة نموهم , لذلك ينبغي اشتراك الأسرة و المدرسة و المجتمع في تحقيقها . و الملاحظ أن هذه الحاجات لها أهميتها البالغة في النمو المتوازن و السليم المراهق من جميع النواحي و حرمان المراهق من هذه الحاجات يؤدي إلى ظهور مشاكل قد يعاني منها المراهق.

2-6- الممارسة الرياضية و علاقتها بالمراهق:

تشير النتائج و البحوث المعينة بالدراسة الدوافع المشتركة أو الانسحاب من الرياضة و خاصة للأطفال و المراهقين إلا أن تلك الدوافع تتميز بالتعدد و التنوع , ومن أمثلة عن الدوافع التي عبروا عنها للمشاركة في الرياضة, الرغبة في تحقيق الاستمتاع , والمشاركة واكتساب الأصدقاء , وتحسين وتطوير مهارتهم والارتقاء والتقدم بمستوى اللياقة البدنية , وتحقيق خبرات النجاح والتفوق, وقد استطاع كل من (ليس) و (بيتلشكوف 1989).

تصنيف أسباب مشاركة النشئ في الرياضة إلى فئات أربعة هي:

- الكفاية.

- الانتماء.

- اللياقة.

-الاستمتاع (دمان، 2004، صفحة 100).

ولقد حاول RUDIK: تحديد أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وتقسيمها إلى نوعين (سعد جلال، 1986):

2-6-1 دوافع مباشرة:

*الشعور بالارتياح كسبب للتغلب على التدريبات الشاقة والصعبة.

*المتعة الجمالية كنتيجة الرشاقة والمهارة، وجمال الحركات.

*الإحساس بالرضا بعد نشاط بدني أو عضلي يتطلب جهداً أو وقتاً وخاصة إذا ارتبط بالنجاح.

*المشاركة في المنافسات الرياضية والمنافسات التي تعتبر ركناً لها من أركان النشاط البدني والرياضي.

2-6-2 الدوافع غير المباشرة:

*ممارسة النشاط البدني لإسهامه في رفع قدرة الفرد.

*محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عند ممارسة النشاط البدني.

*الوعي بالشعور الاجتماعي الذي يقوم به الرياضي بانتمائه إلى النوادي.

2-6-3 خصائص الأنشطة الرياضية للمراهق:

لقد أكدت الدراسات والبحوث الحديثة أن هناك وحدة بين جميع النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية، وإن النمو يشمل جميع النواحي ولا يمكن فصل ناحية أخرى وتحقيق مبدأ التكامل و الاستقرار في النمو يجب على المراهق أن لا ينقطع على النشاط البدني لفترات طويلة، ولتحقيق هذا يمكن الاعتماد على البرنامج المدرسي في الثانوية وتحديد برنامج التربية البدنية والرياضية وذلك بأن يهتم بالجوانب التالية:

-رفع مستوى الأداء الرياضي .

-إتاحة الفرصة لتعلم القيادة و الانضباط.

-تعلم القوانين و الألعاب و كيفية ممارستها .

- تعلم كيفية الاعتماد على النفس و تحمل المسؤولية (أسامة كامل، 1999، صفحة 127).

2-7-المراهقة و ممارسة النشاط البدني و الرياضي:

من الطبيعي أن التربية البدنية و الرياضية تساعد المراهق إلى التعرف على قدراته البدنية و العقلية و يكشف من خلالها عن مواهبه , إضافة بطبيعة الحال اكتسابه للسلوك السوي حيث أن ممارسة النشاط البدني و الرياضي المدرسي وسيلة تربية لها تأثير ايجابي على سلوك التلميذ في مرحلة المراهقة من حيث :

-اكتساب القيام الأخلاقية. -قيمة اللعب النظيف.

-الروح الرياضية -التنافس في سياق تعاونها .

-الالتزام بتطبيق القوانين و قواعد اللعب . -تحمل المسؤولية

لذا يجب أن يهتم المربي الرياضي بتقديم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربية تؤكد إظهار الجوانب الايجابية للسلوك و اكتساب القيم الأخلاقية . (أسامة كامل، 1999، صفحة 127).

2-8-تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق:

يعتبر علماء النفس اللعب أحد العوامل المساعدة على التخفيف من ضغوطات الحياة اليومية , و التي تنطبق فيها المشاعر النفسية و الطاقة الغريزية فيما يخص ما يقوم به الفرد من نشاط حر , كما يعتبر اللعب أسلوبا هاما لدراسة وتشخيص .

وعلاج المشكلات النفسية ,ويؤدي اللعب إلى التنفيس عن الطاقة الزائدة , كما يساعد على تدريب المهارات التي تساعد المراهق على التأقلم والتكيف في حياته ومجتمعه.

ففي الفريق يتعود المراهق على تقبل الهزيمة بروح من ناحية والكسب بدون غرور من ناحية أخرى وكيفية تقبل مرافق التنافس لتلك المنافسة التي لا بد أن يقابلها في الحياة ,إذن فاللعب هو النشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبته تلقائيا دون أن يكون له هدف مادي معين ,وهو أحد الأساليب الطبيعية التي يعبر الفرد من خلالها على نفسه .

إن الألعاب التي تحقق بها مختلف الأنشطة الرياضية هي المادة المستعملة في التحقيق والعلاج النفسي .فهي متنوعة وتمنح الفرد فرصة للتعويض وللتخفيف من الاحباطات التي يعانها المراهق كما تساعد في التحكم في المشاكل كالقلق والإحباطات والعنف والتعبير عن الصراعات المقلقة والتي تكون معانيها مختلفة باختلاف الفرد و شخصيته. (ميحائيل، 1991، صفحة 147).

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف المراهقة وتحديد زمنيها والتعريف بأنواعها والخصائص التي تتميز بها هذه المرحلة و الاحتياجات السامية للمراهق, كما تطرقنا إلى تباين أهمية النفسية و الجسدية و الاجتماعية للنشاط البدني عند المراهق و دورها في التخفيف من المشاكل التي يعاني منها في هذه المرحلة كنتيجة لممارسة النشاط البدني و الرياضي.

الفصل الثالث: النشاط البدني الرياضي

تمهيد:

- 1- تعريف النشاط البدني الرياضي.
 - 2- أهداف النشاط البدني الرياضي.
 - 3- أنواع النشاط البدني الرياضي.
 - 4- واجبات و خصائص النشاط البدني و الرياضي.
 - 5- تأثير النشاط البدني الرياضي على السمات الشخصية.
 - 6- أهمية النشاط البدني الرياضي عند الجانحين المراهقين.
- الخلاصة.

تمهيد :

يقصد بالنشاط البدني الرياضي المجال الكلي و الإجمالي لحركة الإنسان، يعتبر شاملا لكل ألوان النشاطات البدنية التي يقوم بها الفرد والتي يستخدم فيه بدنه بشكل عام .
وهو النشاط البدني المنظم والموجه الذي تحكمه قواعد وأسس منظمة تهدف إلى إعداد الفرد إعدادا متكاملًا ،
بدنيا واجتماعيا، عقليا ونفسيا كما يعتبر النشاط المفعم باللعب التنافسي داخلي وخارجي المردودية ضمن أفراد أو
فرقا نشترك في مسابقة ونقد النتائج على ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطط.
وفي هذا الفصل سنتطرق بالتفصيل إلى العلاقة الموجودة بين النشاط البدني الرياضي عند أفراد الشرطة وكيف
يتعامل معها من خلال أداء التمارين الرياضية وأنواع الأنشطة البدنية الرياضية.

3-تعريف النشاط البدني الرياضي:

3-1-1- تعريف النشاط:

هو كل عملية عقلية أو سلوكية أو بيولوجية متوقفة على طاقة الكائن الحي وتمتاز بالتلقائية أكثر منها
بالاستجابة.(بدوي، 1977، صفحة 08)

3-1-2- تعريف النشاط البدني :

تستخدم كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به المجال الكلي و الإجمالي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب
والنشاط والتربص في مقابل الكسل والوهن والخمول.

وفي الواقع فان النشاط البدني بمفهوم العريض هو تعبير شامل لكل ألوان النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان
، والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام وهو مفهوم انتروبيولوجي أكثر منه اجتماعي ، لأنه جزء مكمل ومظهر
رئيسي لمختلف الجوانب الثقافية والنفسية والاجتماعية لبني الإنسان.

ولقد استعمل بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه في المجال الرئيسي المشتمل على ألوان أشكال
أطر الثقافة البدنية للإنسان ومن بين هؤلاء العلماء (سوزالون) الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي
تدرج تحت كل الأنظمة الفرعية الأخرى وغالبا في ذلك لدرجة أنه يورد ذكر التربية البدنية على الإطلاق في
مؤلفاته واعتبر النشاط البدني التغيير المتطور تاريخيا في التغييرات الأخرى كالتدريب البدني ، الثقافة البدنية وهي
تغييرات مازالت تستخدم حتى الآن ولكن بمضامين مختلفة.(خولي، 1966، الصفحات 22-32).

3-1-3- تعريف النشاط البدني الرياضي :

يعتبر النشاط البدني الرياضي أحد الأشكال الرقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيماً الأرفع مهارة من الأشكال الأخرى للنشاط البدني.

ويعرف "مات فيف" بأن نشاط ذو شكل خاص ، جوهر المنافسة المنظمة من أجل القدرات وضمان أقصى تحديد لها وبذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بأنه "التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته وتضيف "كولد ولا" أن التنافس سمة أساسية تضفي على النشاط الرياضي طابعا اجتماعيا ضروريا ، وذلك لأن النشاط الرياضي إنتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي ثقافي.

ويتميز النشاط الرياضي ببقية ألوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على أنه نشاط رياضي ، أو نسبة إليه كما أنه مؤسس أيضا على قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة وهذه القواعد تكونت على مدى التاريخ سواء قديما أو حديثا والنشاط الرياضي يعتمد بشكل أساسي على الطاقة البدنية وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى ، مثل الخطط وطرق اللعب.

ويشير "لوتس ويسج" إلى أن النشاط الرياضي يمكن أن يعرف بأنه : " نشاط اللعب التنافسي خارجي و داخلي المردود أو العائد يتضمن أفراد أو فرقا تشترك في مسابقة وتقرر النتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطط "

3-2- أهداف النشاط البدني الرياضي :

3-2-1 - هدف التنمية البدنية :

يعبر هدف التنمية البدنية والرياضية عن إسهام النشاط البدني في الارتقاء بالأداء الوظيفي للإنسان ولأنه يتصل بصحة الفرد ولياقته البدنية ، فهو يعد من أهم أهداف النشاط البدني الرياضي أن لم يكن أهمها على الإطلاق وتطلق عليه بعض المدارس البحثية هدف التنمية العضوية لأنه يعهد إلى تطوير وتحسين وظائف أعضاء الجسم من خلال الأنشطة البدنية الحركية المختارة ، وكذلك المحافظة على مستوى أداء هذه الوظائف وصيانتها ، وتمثل أهمية هذا الهدف على أنه من الأهداف المقصودة على النشاط البدني الرياضي ولا يدعى أي علم أو انضمام آخر أنه يستطيع أن يقدم ذلك الإسهام لبدن الإنسان بما في ذلك الطب ، وهذا يسري على سائر المواد التربوية والتعليمية الأخرى بمدرسة أو خارجها كالأندية مثلا.

ويتضمن هذه التنمية البدنية والعضوية قيما بدنية وجسمية مهمة تصلح أن تكون لغرض ملائمة وملائمة على المستويين التربوي والاجتماعي وتمثل في ما يلي :

- اللياقة البدنية.
- القوام السليم الخالي من العيوب والانحرافات.
- التركيب الجسمي المتناسق والجسم الجميل.
- السيطرة على البدانة والتحكم في وزن الجسم. (الخولي، 1977، صفحة 129_159)

3-2-2- هدف التنمية المعرفية :

يتناول هدف التنمية المعرفية العلاقة بين ممارسة النشاط البدني وبين القيم والخبرات والمفاهيم المعرفية التي يمكن اكتسابها من خلال ممارسة هذا النشاط الرياضي وتحكم أداء تم بشكل عام.

ويهتم الهدف المعرفي بتنمية المعلومات والمهارات المعرفية كالفهم والتطبيق والتحليل التركيب والتقدير لجوانب معرفية في جوهرها رغم أنسابها للنشاط الرياضي مثل :

- تاريخ الرياضة وسيرة الرياضية
- المصطلحات والتعبيرات الرياضية
- موصفات الأدوات والأجهزة والتسهيلات
- قواعد اللعب ولوائح المنافسة
- طرق الأداء الفني للمهارات وأساليبها
- الخطط واستراتيجيات المنافسة
- الصحة الرياضية والمنافسة
- أنماط التغذية وطرق ضبط الجسم

3-2-3- هدف التنمية النفسية :

يعبر هدف التنمية النفسية عن مختلف القيم والخبرات و الحصائل الانفعالية المقبولة التي تكسبها برامج النشاط البدني الرياضي للممارسين له، بحيث يمكن إجمال هذا التأثير في تكوين الشخصية المتزنة للإنسان والتي تتصل بالشمول والتكامل ، كما يؤثر النشاط البدني الرياضي على الحياة الانفعالية للفرد بتغلغله إلى مستويات السلوك . (درويش، 1960، الصفحات 159-166).

لقد أوضحت الدراسة التي أجداها الرائد علم النفس الرياضي (أوج ليفيوييتكو) على خمسة عشرة ألف من الرياضيين للتأثيرات النفسية التالية :

- اكتساب الحاجة إلى تحقيق أهداف عالية لأنفسهم ولغيرهم
- الاتسام بمستوى رفيع من الكيفيات النفسية المرغوبة مثل (الثقة بالنفس، الاتزان الانفعالي ، التحكم في النفس ، انخفاض التوتر، انخفاض فالتغيرات العدوانية) .

3-2-4 - هدف التنمية الحركية:

يشمل هدف التنمية الحركية على عدد من القيم والخبرات والمفاهيم التي تتعهد حركة الإنسان وتعمل على تطويرها وارتقاء بكفائتها و صف هذه المفاهيم " المهارة الحركية " وهي عمل حركي يتميز بدرجة عالية من الدقة وبإنجاز هدف محدد. فالنشاط البدني الرياضي يسعى دوما لوصول إلى رفع مستويات المهارة المركبة بمختلف أنواعها لدى الفرد بشكل يسمح له بالسيطرة الممكنة على حركاته ومهاراته ومن ثم على أدائه. وحتى يتحقق هذا يجب أن يقدم النشاط البدني الرياضي من خلال برمجة الأنشطة الحركية وأنماطها ومهارتها المتنوعة في سبيل اكتساب :

• الكفاية الإدراكية

• الطلاقة الحركية

• المهارة الحركية

فاكتساب المهارة الحركية له منافع كثيرة وفوائد ذات أبعاد نذكر منها على سبيل المثال:

- المهارة الحركية تنمي مفهوم الذات وتكتسب الثقة في النفس .

- التعود على القيادة والتبعية. - الانضباط الذاتي.

- التعاون - التنمية الاجتماعية.

- كتنفس للطاقات . - اكتساب المواطنة الصالحة.

كما يعمل النشاط البدني الرياضي على نمو العلاقات الاجتماعية كالصداقة و الألفة الاجتماعية تجعل الفرد يتقبل دوره في المجتمع وتعلمه الانضباط الاجتماعي والامثال لنظم المجتمع.(الخولي أ.، أصول التربية البدنية والرياضية ، 1997، صفحة 162).

3-2-5_هدف الترويح و أنشطة الفراغ:

تحتل الممارسة الرياضية مكانة بارزة بين الوسائل الترويحية البريئة التي تساهم في تحقيق الحياة المتوازنة وهو الهدف الذي يرمي إلى اكتساب الفرد المهارات الحركية الرياضية زيادة عن المعلومات والمعارف المتصلة بها وكذلك إثارة الاهتمامات بالأنشطة الرياضية وبشكل اتجاهات ايجابية بحيث تصبح ممارسة النشاطات الرياضية نشاطا ترويحيا يستثمرون الفرد في وقت فراغه مما يعود عليه بالصحة الجيدة والارتياح النفسي والانسجام الاجتماعي وتمثل التأثيرات الايجابية للترويح من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي فيما يلي:

•الصحة واللياقة البدنية .

•البهجة والسعادة والاستقرار الانفعالي.

•تحقيق الذات ونمو الشخصية.

•التوجه للحياة وواجباتها بشكل أفضل.

•نمو العلاقات الاجتماعية السليمة وتوطيد العلاقات والصداقات.

إتاحة فرص الاسترخاء وإزالة التوتر والتنفس المقبول.(الخولي أ.، أصول التربية البدنية والرياضية ، 1997، صفحة 155).

3-3-أنواع النشاط البدني الرياضي: يمكن تقسيم النشاط البدني الرياضي التنافسي والنفعي:

النشاط البدني الرياضي والترويحي والنشاط البدني الرياضي التنافسي والنفعي.

3-3-1- النشاط البدني الرياضي الترويحي :

3-3-2- مفهوم الترويح:

الترويح حالة انفعالية تنتج من شعور الفرد بالوجود الطيب في الحياة والرضا، ويتصف بمشاعر ايجابية كالانجاز والإجادة، الانتعاش، القبول، النجاح، البهجة وقيمة الذات وهو بذلك يدعم الصورة الإجمالية لذات الفرد كما يستجيب للخبرة الجمالية، ويحقق الأغراض الشخصية ويتخذ الترويح أنشطة مستقلة لوقت الفراغ تكون مقولة اجتماعيا.

3-3-3 مفهوم النشاط الرياضي الترويحي:

تتصل الرياضة اتصالاً وثيقاً بالترويح فلقد ولدت وترعرعت في منف الترويح، ولعل الترويح هو أقدم النظم الاجتماعية ارتباطاً بالرياضة، وربما كان أقدم من نظام التربية في اتصاله بالرياضة، فطالما استخدم الإنسان الرياضة كمتعة وتسلية ونشاط ترويحي في وقت فراغه، ويعتقد رائد الترويح برايتبيل "brayhtbil" أن دور مؤسسات الترويح وأنشطة الفراغ في المجتمع المعاصر قد أصبحت كثيرة ومتنوعة خاصة فيما يتصل بالأنشطة الرياضية والبدنية بحيث تتوزع مشاركة الأفراد والجماعات في ضوء الاعتبارات المختلفة كالسن والميول ومستوى المهارة..... الخ، المرء الذي يعمل على تخطي انفصال وتضييق الفجوة بينهما، وبالتالي من التماسك والتفاهم والاتصال داخل المجتمع الواحد. (علاوي، 1975، صفحة 168).

ولقد قدم شو "Cho" تضيفاً للمنافسات الرياضية وهي على النحو التالي :

- منافسة بين فردين.
- منافسة بين فريقين.
- منافسة بين أكثر من فرد بعض عناصر الطبيعية.

وعموماً فإن الأشخاص عندما يمارسون النشاط الرياضي فإنهم يتوقعون المنافسة أو التباري في سبيل تحقيق هدف معين ، فكل المضامين تندرج تحت مفهوم التنافس الذي يحتوي على مشاعر، كثيراً ما يعتمد الأشخاص إلى إخفاءها وعدم إبرازها بوضوح في الحياة العامة ، لكن الرياضة لا تتجاهل هذه المشاعر بل تبرزها وتظهرها في إطارها الاجتماعي الصحيح، ويعتبر مفهوم المنافسة المفهوم الأكثر التصاقاً بالنشاط الرياضي من غيره، في سائل أشكال النشاط البدني كالترويح ن اللعب والألعاب..... وكذلك باعتبار أو روعة الانتصار وبهجته لا تتم إلا من خلال إطار تنافسي نزيد كاحترام قوانين الألعاب وقواعد التنافس والالتزام باللوائح والتشريعات والروح الرياضية والنافس الشريف وغيرها من الأطر والمعايير التي تعمل على تدريب الأطفال والشباب على عملية التنافس والتعاون.

فممارسة النشاط البدني الرياضي بشكل يتصف ببذل الجهد لتحقيق الفوز على الخصم، وندرج هذا فمن ما يدعي بالنشاط البدني الرياضي التنافسي الذي يسعى إلى إعطاء الدفع اللازم للرياضة من خلال أمور معنوية ورمزية ، كالنصر والهزيمة وغيرها ، تعمل على تقبل الهزيمة وأتعب النصر بتواضع ، وذلك لأن النشاط الرياضي التنافسي يعلمنا أننا قد نهزم لكن لا مانع من أن نفوز في المرات القادمة . (الخولي، 1977، الصفحات 155-190).

3-3-4- أهداف النشاط الرياضي الترويحي:

يهدف النشاط البدني الذي يستخدم الرياضة كذريعة لتحقيق أهدافه والمتمثلة في :

- الصحة واللياقة البدنية وطفاية الأجهزة الحاسوبية.
- البهجة والسعادة والاستقرار
- تحقيق الذات ونمو الشخصية
- نمو العلاقات الاجتماعية السليمة وتوطيد الصداقات
- نمو المهارات الاجتماعية والنضج الاجتماعي
- التوجه الاجتماعي للحياة وواجباتها بشكل أفضل
- إتاحة فرصة الاسترخاء وإزالة التوتر
- إشباع حب الاستطلاع والمعرفة والفهم
- احترام البيئة الطبيعية والحفاظ عليها

3-4- النشاط الرياضي التنافسي:

3-4-1 - مفهوم النشاط الرياضي التنافسي:

يستخدم تعبير المنافسة استخداما موسعا وعريضا في الأوساط الرياضية أو يعتبر التنافس غالبا ما يكون بديلا أو مرادفا لكلمة الرياضي، كما يستخدم تعبير المنافسة بشكل عام خلال وصف عملياتها، وتحقق عندما يكافح اثنان أو أكثر في سبيل شيء ما أو تحقيق هدف وعلى الرغم من أن الفرد إذا تحقق عرضه بالتحديد فإنه يحرم المنافسين الآخرين منه، إلا أنه يحرم بعض الأهداف إذا كافح وبذل الجهد، وهكذا تستند المنافسة كلما اقتربت من باب نهاية المباراة. (الخولي ك.، 1997، صفحة 43).

3-4-2- إيجابيات النشاط الرياضي التنافسي :

يتميز النشاط الرياضي التنافسي بإيجابيات عديدة وسنذكر من خلال هذه الدراسة نموذجين من العمليات الإيجابية التي يحتويها النشاط الرياضي التنافسي .

3-4-3: عمليات التوافق الاجتماعي :

أ - الاستسلام : وهو عملية اجتماعية تتبع الهزيمة في المنافسة الرياضية وهو القبول بنتيجة المباراة التي قامت على دعائم من الإدارة محايدة وفق قواعد للعب معلومة مسبقا.

ب - الوساطة : وتقوم على أساس الجمع بين الأطراف المتصارعة في محاولة لخلق جو ملائم بينهم رغبة في حل النزاع، ويساهم النشاط التنافسي في خلق مثل هذه الظروف لحل الصراع على كل المستويات من خلال المنافسة الرياضية.

ج - التحكيم : يعتمد النشاط الرياضي التنافسي على التحكم في تقرير الطرف الفائز ويتم ذلك وفق قواعد مضبوطة إلى حد كبير ، مؤسسة على مبادئ وقيم كالعدالة والنزاهة والاعتبارات التربوية الخلقية.

د - التسامح : عندما تشد الصراعات نتيجة عدم تقرير أي بحث لا يقبل أي طرق أي وساطة أو تحكيم، فإن الحل في توفيره، حيث تتقابل فرق من عقائد مختلفة على الساحة الرياضية وفق قواعد لعب محايدة لا صلة لها بهذه العقائد.

وتغلب صفة التسامح على الممارسين الرياضيين حتى في المنازلات الفردية التي تتسم بالاحتكاك البدني كالملاكمة والمصارعة ، وغالبا ما تنص قواعد اللعب على أدب معينة كتقديم للمنافس والحكم، الأمر الذي يضمن جوا من التسامح الإخاء على المنافسة. (خولي، 1966، صفحة 191).

3_4-4- التعاون :

يقدم النشاط الرياضي التنافسي ظروف ثرية لتحقيق التعاون وإكسابه للممارسين باعتبار الانجازات ثمرة التعاون والتآزر بين اللاعبين فيما بينهم.

ويمكن أن نقول أن النشاط الرياضي التنافسي يمزج بين سلوكيات التعاون وسلوكيات التنافس في أن واحد ويمكن ذلك مثلا في الرياضيات الجماعية حيث نجد أن أفراد الفريق الواحد يتعاونون جميعا لتحقيق الفوز في نفس الوقت فهم يتنافسون مع الفريق الخصم.

3 - 4-5- سليات النشاط الرياضي التنافسي :

تعالت الأصوات في الآونة الأخيرة مطالبة بلحد من التركيز على الفوز في المنافسات الرياضية حتى أن بعض الباحثين طالبوا بإعادة النظر في الطبيعة التنافسية الرياضية بعد أن تحولت أغلب المنافسات الرياضية إلى صراع مرير وربما إلى تخطي حدود القيم البشرية والاستعانة بألوان وأساليب هي أبعد متكون عن القيم الرياضية الأصلية

كالعنف والعدوان والغش وتعاطي المنشطات ووصول الأمر بالرياضة المعاصرة إلى تقديم رشاوى مباشرة للمسؤولين والرسميين وهذا يزيد الفساد في المجال الرياضي.

3 - 4 - 6 - أهداف النشاط الرياضي التنافسي:

يسمى النشاط الرياضي التنافسي إلى تحقيق الأهداف التالية:

- التحلي بالروح الرياضية
- التباهي والتفاخر والاعتزاز القومي
- إحراز نتائج جيدة من خلال المنافسة
- رفع المستوى الصحي وإضافة الروح المعنوية للأفراد
- احترام الخصم والتنافس بالشرف
- تحقيق الذات بإحراز النصر
- تنمية روح التعاون
- تكوين الشخصية المتزنة.
- تنمية الثقة بالنفس.

وفي الأخير فان المنافسة وبالرغم النقد الذي وجه إليها تبقى أنها جوهر الرياضة وأحد مقوماتها فقطن يجب أن تحاط بإطار من القيم المقبولة كالتنافس نبيل ونزاهة وبذلك نبتعد بالمنافسة عن الصراع ومساوئه.

3 - 5 - النشاط البدني الرياضي النفعي :

في الحقيقة أن مفهوم النشاط الرياضي النفعي هو تعبير يقصد به مختلف أنواع الأنشطة الرياضية النفعية التي تعود بالنفع والفائدة على الفرد من الناحية النفسية والعقلية والاجتماعية والبدنية والصحية، ومع أن كل أنواع النشاط البدني تعتبر نفعية كالنشاط الترويحي والتنافسي، إلا أن هناك أنواع أخرى هي بدورها نفعية وهامة وستتطرق في هذه الدراسة إلى بعض هذه الأنشطة البدنية والرياضية. (محمد، 1975، صفحة 186).

3 - 5-1 - التمرينات الصباحية:

تعتبر التمرينات الصباحية التي تقدم من خلال برامج الإذاعة و التلفزة أكثر البرامج انتشاراً وأقلها تكلفة حيث أنها لا تحتاج إلى أماكن كبيرة لممارسة أو وقتاً طويلاً لإجرائها وهي عادة تتكون من 6 إلى 12 تمريناً تشمل جميع العضلات الأساسية المستخدمة التمارين النمطية، مبتدأً بالذراعين والبطن ومختلف عضلات الجذع والرجلين ثم تتبع بتمرينات التهدئة، وهذه التمرينات يلعب فيها المنشط دوراً رئيساً في الإلقاء وتشجيع الممارسين على أدائها فأوقات فراغهم بالإضافة إلى شرح قيمة وأهمية هذه التمارين ومدة البرنامج من 10 إلى 20 دقيقة في اليوم.

3 - 5-2 - تمارين الراحة النشطة:

وهذه التمارين يمارسها العمال داخل الوحدات الإنتاجية أثناء فترة الراحة، بدلاً من قضائها في حالة راحة سلبية، وهي تزاوّل بشكل جماعي وأحياناً بشكل فردي وكذلك تقدم هذه التمارين قبل العمل، ومدتها من 05 إلى 10 دقائق في اليوم.

3 - 5-3 - المسابقات الرياضية المفتوحة:

يؤدي برنامج هذا النوع من المسابقات بين الفرق الهاوية إلى إتاحة الفرصة للمواطنين غير المشتركين في الأندية الرياضية، الاشتراك الإيجابي من ممارسة الأنشطة المختلفة والمياه الاجتماعية ونختار فيها الأنشطة الشعبية كمحتوى لهذا البرنامج مع استخدام قواعد بسيطة لتحكيمها في ضوء الروح العامة للقانون وتحت إشراف قيادات مدربة لقيادة هذا النشاط وتجري هذه التدريبات والمسابقات من 02 إلى 03 مرات أسبوعياً.

3 - 5-4 - تمارين اللياقة من أجل الصحة:

وهذه الحصص التي تقدم من أجل الصحة لمجموعات من السكان في تجمعات رياضية ، والعرض السياسي للممارسة هو اكتساب الصحة وتقدم هذه التمارين في مجموعات مستقلة الذكور عن الإناث خاصة عند الشباب أما الأعمار المتأخرة فتدم في مجموعات مختلطة وتؤدي بشكل منتظم وفي وقت ثابت ومدتها من 10 إلى 15 دقيقة وتقدم فيما تمارين للعضلات الكبيرة لفئة الكبار في السن.

3 - 5-5 - المهرجانات الرياضية:

تعد نمودجا لارتفاع مستوى التنظيم ويتجلى ذلك في تجميع أعداد غفيرة من المواطنين بهدف المشاركة على اختلاف أعمارهم ومستوياتهم ورغبتهم في مختلف ألوان النشاط مجرد المشاهدة مما قد يؤدي إلى تخلص الكثيرين منهم من عامل الرهبة والخجل في المشاركة والتفاعل مع المجتمع والأشخاص كما تعد فرصة لنشر الوعي بين أعداد

كبيرة في مناسبة واحدة من جانب آخر يمكن استغلال تلك المهرجانات في انتقاء وتوجيه الموهوبين لرياضة المنافسة والبطولة.(الخولي أ.، أصول التربية البدنية والرياضية، 1977، صفحة 194).

3 - 5 - 6-رحلات الخلاء (النجوال):

ويعتبر التجوال أكثر الأنواع انتشاراً في مجال التربية البدنية للجماهير وذلك لبساطة التحضير له، حيث لا يحتاج إلى إعداد طويل معقد أو أجهزة رياضية، ويجري هذا النوع من الأنشطة في الأماكن الخلوية والغابات والصحراء، حيث الهدوء والهواء الطلق، وهذا النوع من التجوال تستخدم فيه أدوات بسيطة وملابس مريحة كما أنه يجري لمسافات متغيرة ومتنوعة حسب فترة الممارسين ويستخدم هذا النوع من الأنشطة أحياناً بتوصية الطبيب المختص (لفئات من مرض القلب، الدورة الدموية والجهاز التنفسي) والبعض الآخر لا يزاولونه إلا بعد موافقة الطبيب وخصوصاً ذوي الأعمال المتقدمة.

3-5-7-التدريب الرياضي:

وهو أحد الأشكال المنظمة لممارسة النشاط الرياضي ويخضع للقواعد والقوانين ويتم تحت قيادة وإشراف المدرسين، وهذا النوع يتم في الرياضية أو الفرق المدرسية، ويتم تقديم البرنامج عن طريق الإعلانات مفتوحة تقوم بها هذه المؤسسات.

3-6- واجبات وخصائص النشاط البدني الرياضي :

3-6-1- واجبات النشاط الرياضي:

من أهم الواجبات التي يتميز بها النشاط الرياضي كالتالي:

- تنمية الكفاءة الرياضية.
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.
- تنمية الكفاءة الذهنية والعقلية.
- النمو الاجتماعي .
- التمتع بالنشاط البدني واستثمار أوقات الفراغ لممارسة الأنشطة المختلفة.
- تنمية صفات القيادة الصالحة والتبعية السليمة بين أفراد المجتمع.
- إقامة وإتاحة الفرص للناخبين للوصول إلى مرتبة البطولة.

كما نجد عرض وجبات النشاط الرياضي في جمهورية ألمانيا الديمقراطية:

• تحسين الحالة الصحية للمواطن

• النمو الكامل للناحية البدنية وكأساس من أجل زيادة الإنتاج.

وتجدر الإشارة إلى أن الآراء الإكلينيكية المدنية تدعم فائدة التمرينات الرياضية بصفة عامة علة الانفعالات لكل من الجنسين وفي مختلف العمر، حيث النشاط الرياضي البدني يؤدي إلى زيادة مصدر الانفعالات الايجابية مثل: الاستمتاع، السعادة، الرضا، الحماس، والتمرن...

لقد حاول " كارتر " 1987 التعرف على العلاقة بين انتظام الأفراد في ممارسة النشاط البدني الرياضي هي أكثر استمتاع بالسعادة، وأمكن تفسير ذلك في ضوء التغيرات التي حسنت نتيجة ممارسة الرياضة ومنها: زيادة كفاية الذات والحصول على فرص أكثر الاتصال الاجتماعي(راتب، 1978، صفحة 188).

ولقد اظهر " فولكنيز " سنة 1981، فوائد ممارسة الرياضة على الصحة النفسية من النواحي التالية:

• تحسين اللياقة البدنية والتي تظهر في إدراك التحكم والتمكن الذي يؤدي بدوره إلى السعادة .

• التمرينات الهوائية بمثابة التغذية الرجعية الحيوية(راتب، 1978، صفحة 188).

3-6-2- تأثير النشاط البدني الرياضي على السمات الشخصية:

تبين تأثير النشاط البدني الرياضي على شخصية الفرد ومدى أهمية هذه الأخيرة في ترقية السلوك الإنساني، ومن ذلك أن بعض علماء النفس يرون أن ممارسة الرياضة تؤدي إلى حفص السلوك العمراني باعتبارها وسيلة لتنفس الطاقة، وإنها تساعد على التخلص من بعض الأمراض النفسية مثل الاكتئاب وان تطوير اللياقة البدنية يؤثر في تحسين مفهوم وتقدير الذات لدى الفرد.

ولقد أظهرت نتائج العديد من البحوث التي أجريت في هذا المجال أن هناك فروق تميز الممارسين عن غير الممارسين للنشاط الرياضي(راتب:، 1992، صفحة 43).

فعلى سبيل المثال أظهرت نتائج الدراسات التي أجريت في البيئة الأجنبية مثل " كوبر " (COOPER 1967) " وكان " (KANE 1967) " وستشور " (SETCHURR 1977) " ومرجان " (MORGA 1980) أن ممارسين وغير ممارسين توجد بينهم فروق بينهم والمتمثلة في: الثقة في النفس، المنافسة، انخفاض القلق، الاستقرار، المسؤولية.

3-6-3 - أهمية النشاط البدني الرياضي عند الجانحين المراهقين:

من الأمور التي جذبت انتباه الباحثين في مجال التربية البدنية، ذلك الاهتمام الواضح الذي يبديه الجانحون بالرياضة والذي فسر على أنه يرمي إلى أن الرياضة أو النشاط البدني الرياضي يعد بالنسبة لهم مظهر اجتماعيا يميز بين طبقات المجتمع وفئاته، وقد وضح هذا الاهتمام بعد أن تعددت حالات النجاح المتفوق رياضيا، ومن جهة أخرى يشير خبير التربية البدنية " عبد الفتاح لطفي سلامة " أن السبب في السلوك الجانح والانحراف الاجتماعي لدى بعض الأفراد إنما يرجع لافتقارهم إلى الفرص المواتية لتعلم الرياضة وممارسة النشاط البدني الرياضي بطريقة مقبولة، ذلك لأن الجزء الكبير من التدريب الاجتماعي الأساسي للفرد يمكن أن يحدث عبر ممارسة الألعاب ، وتتم من خلال توجيهه والرعاية تحسبا لأي انحراف سلوكي أو اجتماعي من خلال قيادة واعية مؤهلة فضلا على أنها تقضي على الشكل المنتشر في أنحاء المدن من الشباب المراهق وتبعث عنها بالفرق الرياضة وأنشطة التنافس الرياضي(الخولي أ.، الرياضة والمجتمع، 1996، صفحة 212).

خلاصة :

برزت أهمية الممارسة الرياضية كوسيلة من بين الوسائل التي تُخص تنمية الكفاءة البدنية والحركية وما يتصل بها من قيم صحية، التي تساهم في تكوين الفرد الصالح وتكسبه لياقة بدنية تؤهله للقيام بواجباته ومواجهته ومواجهة متطلبات الحياة والعمل بما يحقق له السعادة والصحة.

ولا يسعى أي علم أو نظام آخر أنه طبع أن يقدم ذلك الإسهام لبدن الإنسان بما في ذلك الطب.

فالنشاط البدني الرياضي يسعى دوما للوصول إلى رفع مستويات المهارات الحركية بمختلف أنواعها لدى الفرد بشكل يسمح له بالسيطرة الممكنة على تحركاته ومهاراته، ومن ثم على أدائه.

الفصل الأول: الطرق المنهجية للبحث

تمهيد

1- الدراسة الاستطلاعية

2- منهج البحث

3- مجالات البحث

4- مجتمع البحث.

5- عينة البحث

6- متغيرات البحث

7- أدوات البحث

8- صعوبات البحث

تمهيد:

إن البحوث العلمية عموماً تهدف إلى الكشف عن الحقائق ، حيث تكمن قيمة هذه البحوث في التحكم في المنهجية المتبعة فيها، ومصطلح المنهجية يعني " مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه، وبالتالي فإن الوظيفة المنهجية هي جمع المعلومات ، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها "

وبهدف توضيح الطرق التي تم اعتمادها في تصنيف وترتيب وقياس وتحليل المعلومات التي تم جمعها في الجانب النظري تناولنا في هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية من حيث بعدها الزمني و المكاني ثم الأداة المستخدمة في الدراسة حيث تطرقنا إلى الشروط العلمية التي يجب أن تتوفر في أداة البحث من صدق وثبات و موضوعية كما قمنا بضبط متغيرات الدراسة وحصر مجتمع البحث والعينة التي قمنا باختيارها والطريقة التي اعتمدها في تحديد حجم العينة .

كما تناول هذا الفصل المنهج العلمي المستخدم في الدراسة وبيّن كيفية تطبيق الإجراءات الميدانية وتطرقنا إلى الأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها في تحليل المعطيات التي جمعناها عن طريق الاختبار.

1-1- الدراسة الاستطلاعية:

تمثلت عينة الدراسة الاستطلاعية من 10 تلاميذ تم اختيارهم من مجتمع الدراسة وقد هدفت إلى تحقيق الأهداف التالية :

- 1- معرفة مدى ملائمة الاستمارة للمستوى الثقافي و التعليمي للعينة الحقيقية
- 2- التأكد من سهولة و وضوح عبارات الاستبيان
- 3- تعرف على مشكلات و مواقف التي تواجهه أثناء التطبيق المقياس على عينة البحث
- 4- وضع حلول و تعديلات المطلوبة في حالات الوجود ما يتعرض له الباحثون أثناء تطبيق المقياس في الدراسة الاستطلاعية
- 5- معرفة متوسط الزمن المتطلب للإجابة على المقياس
- 6- الوصول إلى أنسب الطرق المنظمة لتحديد هيكل العمل المطلوب والقائم على توزيع وجمع الاستمارات وتنفيذ المقياس بدقة وفي سهولة ويسر لعينة البحث.

أما فيم يخص الدراسة الاستطلاعية التي تخص بحثنا هذا فيمكننا أن نقول أن هذا المقياس ملائم لهذه الدراسة التي هي تحت عنوان "دراسة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو مفهوم نشاط البدني " انطلاقا من أن هذا المقياس قد تم القيام بالدراسة الاستطلاعية منذ قبل من طرف الطالب كحلي كمال على دراسة تدور حول الاتجاهات النفسية ، ومن خلال كل هذا فإن هذا المقياس كينيون ملائم لدراستنا كونه وضع في بيئة جغرافية واحدة في الجزائر و كذلك نفس العينة أي تلاميذ المتوسط (نفس السن)

1-2- المنهج العلمي المتبع:

المنهج العلمي الذي تم استخدامه في البحث هو المنهج الوصفي و هذا للائمه لطبيعة موضوع الدراسة و نوع المشكل المطروح..

1-3-مجالات البحث:

1-3-1 المجال المكاني : أجريت الدراسة في متوسطات مدينة مستغانم

❖ متوسطة العربي تبسي.

❖ متوسطة قارة مصطفى عبد القادر.

❖ متوسطة بلعيد توفيق.

❖ متوسطة ابن سينا.

❖ متوسطة بن عودة بن زرجب.

1-3-2 المجال الزماني :

شملت الدراسة الفترة الزمنية الممتدة من نوفمبر 2013 إلى غاية أواخر ماي 2014 حيث بدأنا في جمع المادة العلمية و ضبط أدوات البحث و تحديد الإطار المنهجي للبحث أما الجانب التطبيقي الذي إنطلقنا فيه بتاريخ 16 جانفي 2014 حيث تم توزيع الاستمارات على التلاميذ بالمتوسطات و الممثلة لمقياس قياس الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي ثم جمع كل الاستمارات و الشروع في تفريغها و تطبيق العملية الإحصائية لضبط النتائج و إجراء عملية العرض و التحليل.

1-3-3 مجال البشري :

تم اختيار العينة من تلاميذ المتوسطات على مستوى مدينة مستغانم بتعداد 60 تلميذ مقسمين 30 ذكور و 30 إناث.

1-4- مجتمعة البحث:

يتكون مجتمع بحثنا من جميع التلاميذ السنة الرابعة بمتوسطات مدينة مستغانم والتي يبلغ عددهم 2813 تلميذ.

1-5- عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (60) تلميذ من تلاميذ 30 ذكور و 30 إناث متوسطات مدينة مستغانم .

تم اختيار العينة حسب عدد إناث ممارسات النشاط البدني حيث عدد إناث الممارسات يحدد لنا عدد الذكور

1-6- متغيرات الدراسة :

استنادا على فرضية البحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين اثنين أحدهما مستقلا و الآخر تابع .

1-6-1 تعريف المتغير المستقل :

المتغير المستقل في هذا البحث هو الجنس .

1-6-2 المتغير التابع :

المتغير التابع في هذا البحث هو الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني.

1-7- أدوات البحث:

لدراسة الاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي قام الباحث باستخدام مقياس كينيون للاتجاهات نحو نشاط الرياضي.

1-7-1- وصف المقياس:

مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني وضعه في الأصل جيرالد كينيون Gerald Kenyon عام 1968 و اعد صورته إلى العربية د محمد حسن علاويو قد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني الرياضي يمكن تبسيطه إلى مكونات أكثر تحديدا و أوضح معنى كما يمكن تقسيمه إلى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا.

و هذه المكونات أو الفئات الفرعية توفر مصادر متعددة وذات فوائد متباينة تختلف من فرد إلى آخر أي إن النشاط البدني الرياضي يصبح بهذا المفهوم خيرة تختلف من شخص إلى آخر و قد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية التي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد.

و في رأي كينيون أن الفرد قد يتخذ اتجاهها موجبا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية و قد يتخذ اتجاهها سلبيا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى و الاتجاه طبقا لمفهوم كينيون هو استعداد مركب ثابت نسبيا يعكس كل من وجهة و شدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء كان عينيا concrète أو مجردا abstract.

و في ضوء هذه المفاهيم السابقة و في إطار بعض الدراسات النظرية و التجريبية استطاع "كنيون" أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي على النحو التالي:

- 1- النشاط البدني كخبرة اجتماعية.
- 2- النشاط البدني للصحة و اللياقة.
- 3- النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.
- 4- النشاط البدني كخبرة جمالية.
- 5- النشاط البدني لخفض التوتر.
- 6- النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.

جدول (1) يبين توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس:

المجموع	أرقام العبارات السلبية	أرقام العبارات الايجابية	الأبعاد
08	49-39-19	29-25-11-17-20	1-النشاط البدني كخبرة اجتماعية
11	36-27-06	-23-18-15-10-04 47-40-32	2- النشاط البدني للصحة و اللياقة
09	38-22-13-01	53-50-42-28-07	3- النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
09		-35-33-30-14-8-3 48-45-41	4- النشاط البدني كخبرة جمالية
09	54-31	-37-26-21-16-12 51-44	5- النشاط البدني لخفض التوتر
08	52-46-24-05	43-34-09-02	6- النشاط البدني للتفوق الرياضي

جدول رقم (02) يبين درجات العبارات الموجبة و السالبة:

العبارات السالبة	العبارات الموجبة	الآراء
01	05	1-موافق بدرجة كبيرة
02	04	2-موافق
03	03	3-لم أكون رأي
04	02	4-غير موافق
05	01	5-غير موافق تماما

جدول رقم (3) يبين شدة الاستجابة لأبعاد المقياس

شدة الاستجابة (لطبيعة الاتجاهات)	الاستجابة
سلبية بدرجة كبيرة	من 0 إلى اقل من 21
سلبية	من 21 إلى اقل من 41
حيادية	من 41 إلى اقل من 61
إيجابية	من 61 إلى اقل من 81
إيجابية بدرجة كبيرة	من 81 إلى اقل من 100

1-8-8-الأسس العلمية للأداة:

1-8-1-الثبات:

تم احتساب معامل ثبات الصورة الأصلية للمقياس على أساس إجراءات هويت hoyt's procédure باختساب تذبذبات الاستجابة و تمايزات المفردات بالنسبة للأبعاد الست بعد رفع كل مقياس إلى أقصاه و إعادة جدولة الثقل المسبق لأحسن المفردات باستخدام إجراءات المتوسطات المتبادلة و ذلك بالنسبة لعدد 215 طالبا و طالبة من الجامعات الأمريكية و الجدول التالي يوضح معاملات ثبات الصورة الأصلية للمقياس.

أبعاد المقياس	عدد العبارات	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل الثبات (هويت)
النشاط البدني كخبرة الاجتماعية	8	34.0	3.0	0.72
النشاط البدني كخبرة للصحة و اللياقة	11	45.5	4.9	0.83
النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	9	37.4	4.4	0.86
النشاط البدني كخبرة جمالية	9	35.1	4.2	0.79
النشاط البدني لخفض التوتر	9	36.7	4.1	0.79
النشاط البدني للتفوق الرياضي	8	31.5	4.1	0.78

و في البيئة المصرية تم إيجاد معاملات ثبات أبعاد الصورة العربية للمقياس بطريقة إعادة التطبيق بعد 4 أسابيع على 50 تلميذة من الصف الثاني بإحدى مدارس محافظة القاهرة و أشارت النتائج إلى تميز أبعاد المقياس بمعاملات ثبات عالية نسبيا و تراوحت ما بين 0.75 إلى 0.89 .

كما تم إيجاد معاملات ثبات الصورة العربية للمقياس بطريقة إعادة الاختبار بعد أسبوعين على 50 طالبة , 50 طالبا من كليتي التربية الرياضية بالإسكندرية -جامعة حلوان و تراوحت معاملات ثبات المقياس ما بين 0.79 , 0.91, للطالبات , 0.78, 0.86, للطلبة .

1-8-2_صدق :

إن صدق المقياس المستخدم في البحث (مهما اختلف أسلوب المقياس) يعني قدرته على قياس من أجل الصفة المراد قياسها.

و يعتبر هذا المقياس صادقا لأنه تم تأكيد ذلك في البيئة العربية (المصرية) من طرف محمد حسن علاوي و في فلسطين استخدمه دكتور رمزي رسمي جابر كما تم استخدامه في البيئة الجزائرية من طرف الدكتور الحاج بن قناب و الأستاذ كمال كحلي إضافة إلى عدة طالبة من مختلف معاهد الوطنية و للمحافظة على أبعاد و بنود المقياس و بعد استشارة ب عض الأساتذة معهد التربية الرياضية بجامعة مستغانم أبدوا موافقتهم لمقياس .

1-8_3الموضوعية:

تعني الموضوعية الاختبار عدم تأثره . أي أن الاختبار يعطي نفس النتائج مهما كان القائم بالتحكيم .

يشير فان دالين (van daline) إلى انه : يعتبر الاختبار موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن من يصححه و هذا يعني استبعاد الحكم الذاتي للمحكم أي أنه كلما زادت الذاتية قلة الموضوعية (محمد صبحي حسنين، 1995، صفحة 202).

1-9-إجراء الاختبار:

تم وضع خطة لإجراء الاختبار وقسمنا عملنا إلى مرحلتين أساسيتين هما:

1-9_1_المرحلة الأولى: شرح المقياس والهدف منه وكيفية إجرائه والتعرف على أفراد العينة وتحديد الزمن الذي يجري فيه الاختبار.

1-9_2-المرحلة الثانية: أجرينا في هذه المرحلة الاختبار بصفة عادية ولم يحدث أي غموض بالنسبة للتلاميذ لكونهم ممارسين للنشاط البدني و بمساعدة أساتذة التربية البدنية والرياضية حيث كانت الإجابة في وقت يقرب عن 15 دقيقة بالنسبة لكل تلميذ.

1-10_الدراسة الإحصائية :

لعرض و تحليل النتائج المتحصل عليها استخدم الباحث مايلي:

1-المتوسط الحسابي : يرمز له ب : (م) م = مج س / ن(الحفيظ، 1993، صفحة 109)

2-الانحراف المعياري : يرمز له ب :
$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum (س - م)^2}{ن}}$$

ن

3-النسبة المئوية للبعد الواحد : درجات البعد الواحد $\times 100$

ن \times عدد درجات كل بعد $\times 5$

$$5 \times n$$

$$5- \text{اختبار } T \text{ ستودنت} = \frac{\sqrt{\frac{1^2 e_1 + 2^2 e_2}{1-n}}}{1-2n}$$

درجة الحرية = $2n - 2$

1-11- صعوبات البحث:

- 1- قلة التلميذات الممارسات للنشاط البدني.
- 2- تخوف بعض التلاميذ وعدم الإجابة على الأسئلة .
- 3- تزامن مرحلة توزيع الاستمارات مع الإضرابات التي شهدها قطاع التربية مما أدى إلى تأخر توزيع واسترجاع الاستمارات .

الخلاصة:

على ضوء دراستنا النظرية وانطلاقاً من الطريقة المتبعة في الدراسة قمنا في هذا الفصل بتقديم دراستنا الاستطلاعية من حيث المجال الزماني والمكاني ، والشروط العلمية للأداة وضبط لمتغيرات وعينة الدراسة والأدوات المستخدمة في البحث والتي تمثلت في استمارة الاستبيان و صعوبات التي وجهتها خلال قيمنا بالبحث و سنحاول في الفصل الثاني عرض وتحليل نتائجها ومناقشتها لمعرفة مدى صحة فرضيات الدراسة .

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

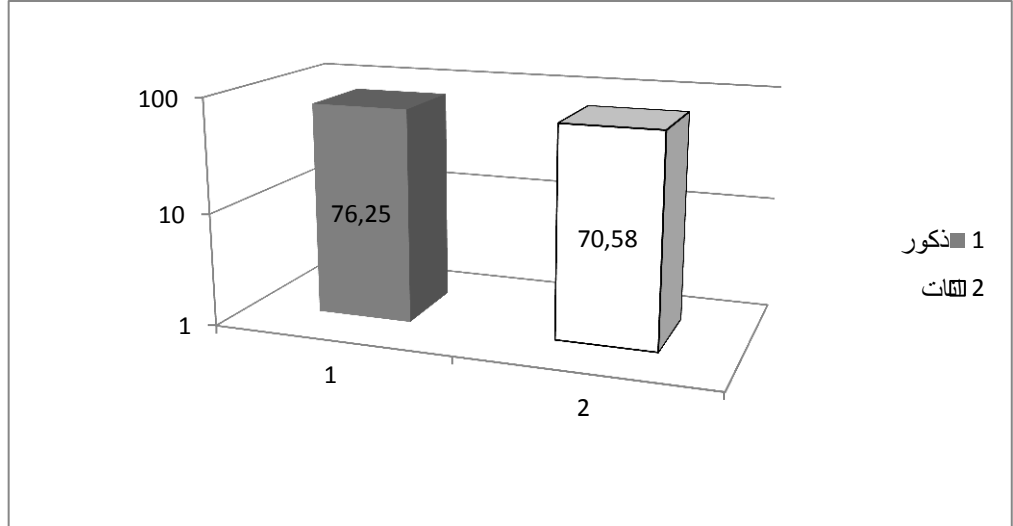
- عرض النتائج وتحليلها
- مقابلة النتائج بالفرضيات
- الاستنتاجات
- التوصيات
- الخاتمة

2-1- عرض و تحليل مناقشة النتائج حسب الفرضية الأولى: اتجاهات تلاميذ (ذكور - إناث) ايجابية نحو مفهوم النشاط البدني.

الجدول 05 يمثل ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الأول النشاط البدني كخبرة اجتماعية

تبعاً لمجموع: الاستجابات, المتوسطات, الانحرافات المعيارية, الوزن النسبي, و الترتيب. (ن=60)

30 إناث					30 ذكور						
ت	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجابات	ت	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجابات	م	
4	80	2.28	4	120	4	82.66	2.53	4.13	124	11	
1	86	2.58	4.3	129	1	88.66	2.86	4.43	133	17	
5	78	2.09	3.9	117	6	73.33	2.24	3.66	110	19	
2	80.66	2.61	4.03	121	2	84.66	2.56	4.23	127	20	
8	44	2.88	2.2	66	3	84.16	2.51	4.23	127	25	
3	80.66	2.61	4.03	121	5	78.66	2.04	3.93	118	29	
6	63.33	1.69	3.16	95	7	60	1.51	3	90	39	
7	52	2.06	2.6	78	8	57.33	1.83	2.86	86	49	
	70.58	0.72	3.52	847		76.25	0.45	3.80	915	المجموع	
				اجبابة					اجبابة	طبيعة الاستجابة	
				طبيعة الاستجابة					اجبابة		



شكل البياني 2: يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية.

عرض و تحليل ومناقشة النتائج:

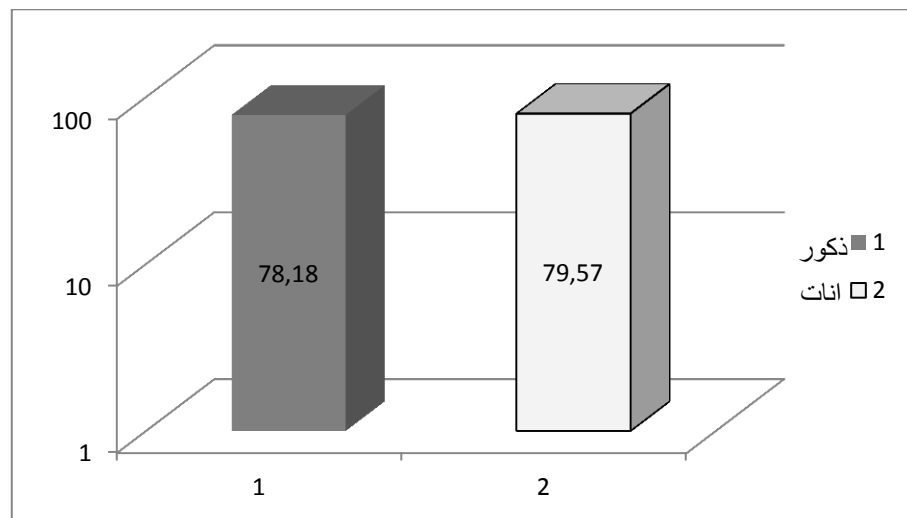
يتضح من نتائج الجدول رقم 05 أن الاستجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الأول وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح ما بين (2.86-4.43) بالنسبة للذكور أما الإناث فقد تراوح ما بين (2.2-4.03) ..

أما من طبيعة الاستجابة قدرت النسبة المئوية ب 76.25 لذكور وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الذكور ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة اجتماعية. وتقدر ب70.58 للإناث و هذه النسبة تدل على أن اتجاهات الإناث ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة اجتماعية. و منه نستنتج أن اتجاهات التلاميذ (ذكور – إناث) كانت ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة اجتماعية وهذا يدل على مدى ثقافتهم بأهمية النشاط البدني الرياضي في تكوين علاقات اجتماعية تمكنهم من الاندماج الاجتماعي.

الجدول 06 يمثل ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الثاني «النشاط البدني للصحة والياقة

تبعاً لمجموع: الاستجابات، المتوسطات، الانحرافات المعيارية، الوزن النسبي، و الترتيب. (ن=60)

30 إناث					30 ذكور					
ت	النسبة المتوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجابات	ت	النسبة المتوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجابات	م
2	88	2.83	4.4	132	1	92.66	3.22	4.63	139	4
5	86.66	2.94	4.33	130	1	78.66	2.09	3.93	118	6
3	87.33	2.75	4.36	131	0	87.33	2.77	4.36	131	10
1	89.33	3.54	4.46	134	02	88.66	2.79	4.43	133	15
4	87.33	2.67	4.36	131	1	80	1.96	4	120	18
11	58.66	1.43	2.93	88	6	66.66	2.01	3.33	100	23
8	78	1.96	3.9	117	2	66	2.03	3.3	99	27
9	77.33	2.62	3.86	116	0	79.33	2.22	3.96	119	32
10	60	2.15	3	90	02	59.33	1.41	2.96	89	36
6	82	2.98	4.1	123	02	76.66	1.91	3.83	115	40
7	80.66	2.18	4.03	121	01	84.66	2.64	4.23	127	47
	79.57	0.51	3.97	1313		78.18	0.49	3.90	1290	المجموع
		اجيابة	طبيعة الاستجابة				اجيابة	طبيعة الاستجابة		



شكل البياني 3: يمثل نسب المثوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني للصحة واللياقة.

تحليل النتائج:

يتضح من نتائج لجدول (6) أن الاستجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الثاني وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح ما بين (2.96-4.63) بالنسبة للذكور أما الإناث فقد تراوح ما بين (2.93-4.46).

أما من طبيعة الاستجابة قدرت النسبة المثوية ب78.18 لذكور وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الذكور ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني للصحة و اللياقة.

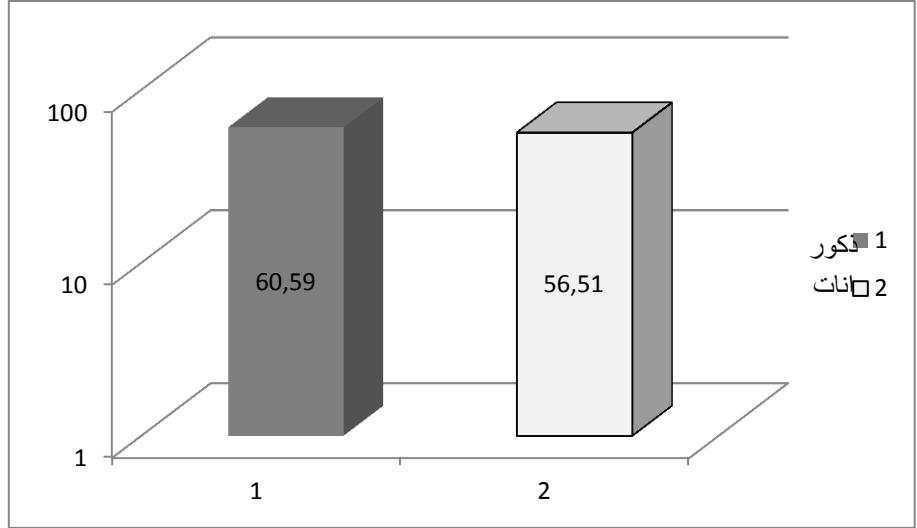
و قدرت ب 79.57 لدى إناث وتدل هذه النسبة على أن اتجاهات الإناث ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني للصحة و للياقة. و مما سبق نستنتج أن اتجاهات التلاميذ كانت ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني للصحة و اللياقة و هذا راجع إلى وعي التلاميذ بأهمية النشاط الذي يفيد الصحة و يسهم في اكتساب اللياقة البدنية .

الجدول 07 ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الثالث النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة

تبعاً لمجموع: الاستجابات, المتوسطات, الانحرافات المعيارية, الوزن النسبي, و الترتيب.

(ن=60)

30 إناث					30 ذكور						
ت	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجا بات	ت	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجا بات	م	
9	35.33	3.28	1.76	53	9	38.66	2.68	1.93	58	1	
8	48.66	2.17	2.43	73	5	62	1.94	3.1	93	7	
5	56	1.97	2.8	84	7	52	1.78	2.6	78	13	
4	60	1.74	3	90	4	62	1.73	3.1	93	22	
6	54	1.90	2.7	81	6	58	1.46	2.9	87	28	
7	50.66	1.95	2.53	76	8	51.33	1.72	2.56	77	38	
2	64	1.30	3.2	96	1	79.33	2.15	2.96	119	42	
3	61.33	1.54	3.06	92	3	65.33	1.72	3.26	98	50	
1	78.66	2.01	3.93	118	2	76.66	1.72	3.83	115	53	
	56.51	0.55	2.82	763		60.59	0.59	3.02	818		
		حيادية	طبيعة الاستجابة						حيادية	طبيعة الاستجابة	



شكل البياني 4: يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.

تحليل النتائج:

يتضح من نتائج لجدول (7) أن الاستجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الثالث وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح ما بين (2.6-3.96) بالنسبة للذكور أما الإناث فقد تراوح ما بين (1.76-3.93).

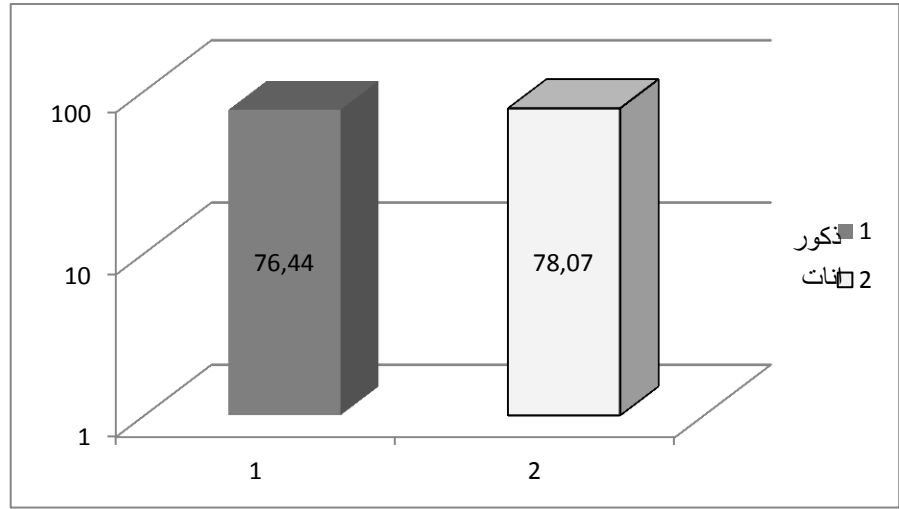
أما من طبيعة الاستجابة قدرت النسبة المئوية ب60.59 للذكور وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الذكور حيادية نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.

وقدرة ب 56.51 للإناث وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الإناث حيادية نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة. من خلال النتائج ترى الطالبتان أن اتجاهات التلاميذ كانت حيادية نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة و ذلك بسبب المخاطر الناتج عنها كما إنهم لا يسعون إلى بذل أكبر جهد.

الجدول 08 ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الرابع «النشاط البدني كخبرة جمالية

تبعاً لمجموع: الاستجابات، المتوسطات، الانحرافات المعيارية، الوزن النسبي، و الترتيب. (ن=60)

30 إناث					30 ذكور					
ت	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجابات	ت	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجابات	م
1	86	2.75	4.3	1.29	4	82	2.20	4.1	123	3
2	82	2.32	4.1	123	1	85.33	2.48	4.26	128	8
5	78.66	2.61	3.93	118	3	82	2.16	4.1	123	14
3	80.66	2.61	4.03	121	2	83.33	2.68	4.16	125	30
8	75.33	1.95	3.76	113	8	65.33	1.52	3.26	98	33
4	80.66	2.45	4.03	121	5	80.66	2.17	4.03	121	35
6	76	1.82	3.8	114	6	78.66	1.97	3.93	118	41
9	67.33	1.75	3.36	101	7	68	1.38	3.4	102	45
7	76	2	3.8	114	9	62.66	1.19	3.13	94	48
	78.07	0.24	3.90	1054		76.44	0.4	3.82	1032	المجموع
		إيجابية	طبيعة الاستجابة				إيجابية	طبيعة الاستجابة		



شكل البياني 5: يمثل نسب المئوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبر جمالية.

تحليل النتائج

يتضح من نتائج لجدول (8) أن الاستجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الرابع وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح ما بين (3.13-4.26) بالنسبة للذكور أما الإناث فقد تراوح ما بين (3.36-4.3).

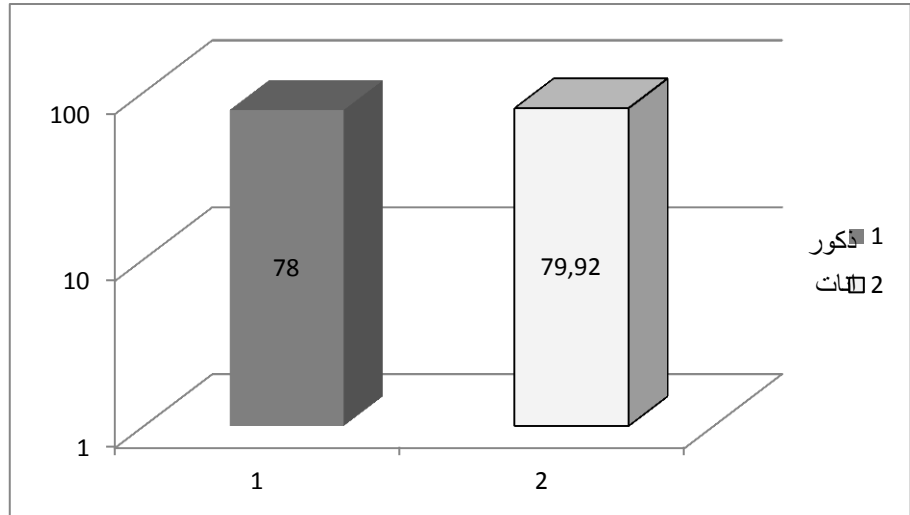
أما من طبيعة الاستجابة قدرت النسبة المئوية ب76.44 للذكور وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الذكور ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة جمالية.

وقدرت ب78.07 للإناث وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الإناث ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة جمالية. مما سبق نستنتج أن اتجاهات التلاميذ كانت ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة جمالية يرجع إلى أنهم يملون إلى الجانب الجمالي و اعتناء بالمظهر الخارجي للجسم خصتا في هذه المرحلة إذ أكبر اهتمامهم هو مظهرهم الخارج.

الجدول 09 ترتيب كل فقرة من فقرات البعد الخامس «النشاط البدني لخفض التوتر

تبعاً لمجموع: الاستجابات، المتوسطات، الانحرافات المعيارية، الوزن النسبي، و الترتيب. (ن=60)

30 إناث					30 ذكور					
م	مجموع الاستجابات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	ت	مجموع الاستجابات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	ت
12	121	4.03	2.10	80.66	4	130	4.33	2.85	86.66	2
16	119	3.96	2.27	79.33	5	120	4	2.16	80	7
21	127	4.23	2.48	84.66	2	129	4.3	2.58	86	3
26	125	4.16	2.33	83.33	3	123	4.1	2.22	82	5
31	101	3.36	1.35	67.33	8	97	3.23	1.50	64.66	9
37	129	4.3	2.58	86	1	122	4.06	2.21	81.33	6
44	119	3.96	1.92	79.33	6	131	4.36	2.62	87.33	1
51	119	3.96	1.97	79.33	7	125	4.16	2.45	83.33	4
54	93	3.1	1.29	62	9	102	3.4	1.45	68	8
المجموع	1053	3.9	0.37	78		1079	3.99	1.54	79.92	
	طبيعة الاستجابة	ايجابية				طبيعة الاستجابة	ايجابية			



شكل البياني 6: يمثل نسب المتوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني لخفض التوتر.

تحليل النتائج:

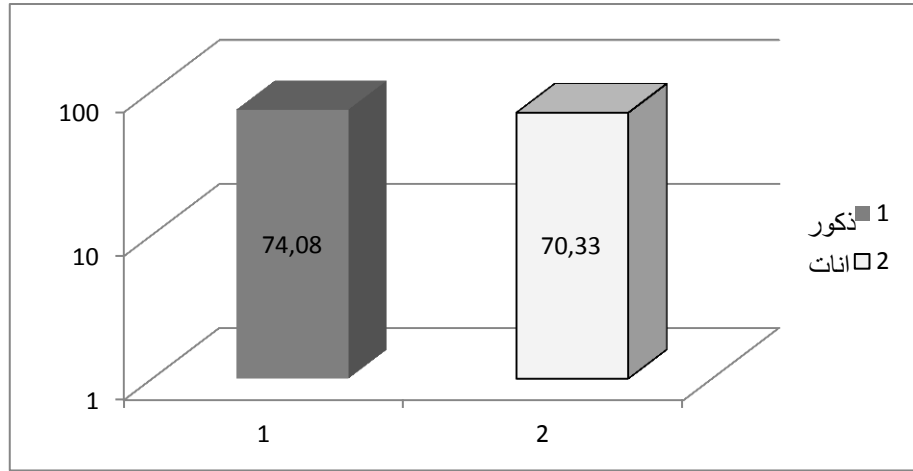
يتضح من نتائج لجدول (9) أن الاستجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الخامس وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح ما بين (3.1-4.3) بالنسبة للذكور أما الإناث فقد تراوح ما بين (3.23-4.36).

أما من طبيعة الاستجابة قدرت النسبة المتوية ب78 للذكور وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الذكور ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني لخفض التوتر. و قدرت ب79.92 للإناث وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الإناث ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني لخفض التوتر. من خلال النتائج ترى الطالبتان أن اتجاهات التلاميذ كانت ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني لخفض التوتر إذ يعتبرونه من أحد الوسائل للترويح و قضاء وقت الفراغ و كعامل مساعد في تفريغ الانفعالات المكبوتة و بالتالي خفض التوتر خاصة في هذه المرحلة إذ أنهم مقبلين على الامتحانات شهادة التعليم المتوسط.

الجدول 10 ترتيب كل فقرة من فقرات البعد السادس «النشاط البدني للتفوق الرياضي»

تبعا لمجموع: الاستجابات, المتوسطات, الانحرافات المعيارية, الوزن النسبي, و الترتيب. (ن=60)

30 إناث					30 ذكور					
م	مجموع الاستجابات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	ت	مجموع الاستجابات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	ت
2	139	4.63	3.22	92.66	1	116	3.86	1.79	77.33	4
5	99	3.3	2.03	66	6	86	2.86	2.28	57.33	7
9	138	4.6	3.22	92	2	136	4.53	2.97	90.66	1
24	118	3.93	2.81	78.66	3	97	3.23	1.59	64.66	5
34	117	3.9	2.16	78	5	120	4	2.35	80	3
43	118	3.93	1.82	78.66	4	123	4.1	2.16	82	2
46	90	3	1.51	60	7	96	3.2	1.28	64	6
52	70	2.33	1.90	46.66	8	70	2.33	2.09	46.66	8
المجموع	889	3.70	0.73	74.08		844	3.51	0.68	70.33	
	طبيعة الاستجابة	ايجابية		طبيعة الاستجابة	ايجابية					



شكل البياني 7: يمثل نسب المتفوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي.

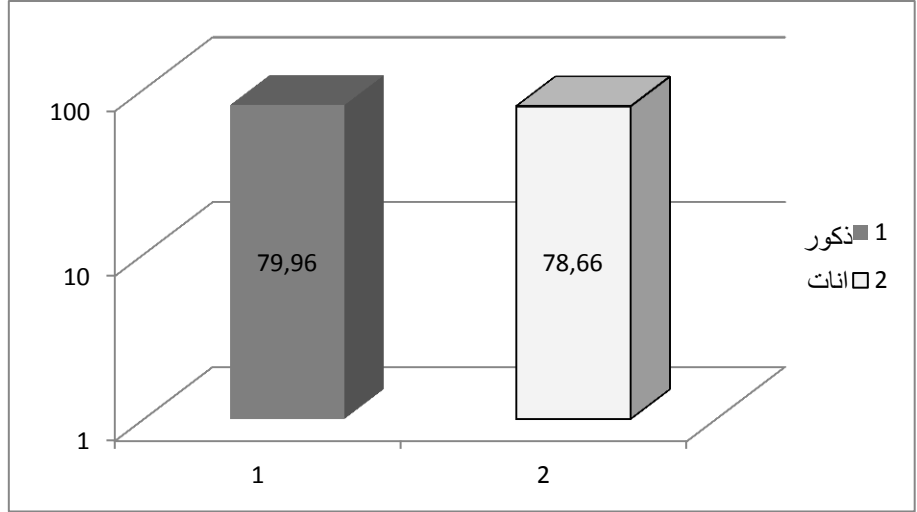
تحليل النتائج

يتضح من نتائج لجدول (10) أن الاستجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال السادس وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح ما بين (2.33-4.63) بالنسبة للذكور أما الإناث فقد تراوح ما بين (1.28-2.97).

أما من طبيعة الاستجابة قدرت النسبة المتفوية ب74.08 للذكور وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الذكور ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني للتفوق الرياضي. وقدرت ب0.68 للإناث وهذه النسبة تدل على أن اتجاهات الإناث ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني للتفوق الرياضي. من منه نستنتج أن اتجاهات الذكور كانت ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني للتفوق الرياضي أما الإناث فكانت سلبية جدا هذا يدل على أن ذكور يفضلون الأنشطة الرياضية ذات الطابع التنافسي حيث تدريبات شقة و بذل الجهد و كبح جامح النفس في العديد من المواقف و هذا ما أدى بالإناث إلى النفور من هذا النوع من النشاطات البدنية.

جدول رقم 11 : بين درجات ونسب وترتيب ومتوسطات و الانحرافات وطبيعة اتجاهات التلاميذ (ذكور - إناث) نحو ممارسة النشاط البدني.

التلاميذ الذكور مستوى أولى متوسط				التلاميذ الذكور مستوى رابعة متوسط				
طبيعة الاستجابة	ترتيب الإبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	طبيعة الاستجابة	ترتيب الأبعاد	النسبة المئوية	الدرجة	
إيجابية	4	%70.58	847	إيجابية	4	%76.25	915	النشاط البدني كخبرة اجتماعية
إيجابية	2	%79.57	1313	إيجابية	1	%78.18	1290	النشاط البدني للصحة واللياقة
حيادية	6	%56.51	763	حيادية	6	%60.59	818	النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
إيجابية	3	%78.07	1054	إيجابية	3	%76.44	1032	النشاط البدني كخبرة جمالية
إيجابية	1	%79.92	1079	إيجابية	2	%78	1053	النشاط البدني لخفض التوتر
إيجابية	5	%70.33	884	إيجابية	5	%74.08	889	النشاط البدني للتفوق الرياضي
إيجابية		%78.66	5900	إيجابية		%79.96	5997	المجموع



شكل البياني 8: يمثل نسب المنوية لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في كل أبعاد مقياس.

تحليل و مناقشة النتائج:

من خلال الجدول رقم 11 والذي يبين درجات ونسب وترتيب وشدة استجابة التلاميذ الذكور للمستوى السنة الرابعة المتوسط نحو مفهوم النشاط البدني حسب مقياس كينيون للاتجاهات أنه بالنسبة لدرجات المقياس الكلية جاءت اتجاهات التلاميذ ايجابية و هذا بنسبة بلغت (79.96%) أما بالنسبة لأبعاد المقياس جاءت طبيعة الاستجابة معظمها ايجابية حيث احتل بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة المرتبة الأولى بنسبة 78.18% و بعد النشاط البدني لخفض التوتر احتل المرتبة الثانية بنسبة 78% و احتل بعد النشاط البدني كخبرة جمالية المرتبة الثالثة بنسبة 76.44% واحتل بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية المرتبة الرابعة بنسبة 76.25% و احتل بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي المرتبة الخامسة بنسبة 74.08% ما عدا فيبعد النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة حيث جاءت طبيعة الاستجابة حيادية حيث جاء هذا البعد في المرتبة السادسة بنسبة معوية بلغت (60.59%) أما بالنسبة لاتجاهات التلميذات للمستوى السنة الرابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني حسب مقياس كينيون

للاتجاهات أنه بالنسبة لدرجات المقياس الكلية جاءت اتجاهات التلميذات ايجابية .وهذا بنسبة (78.66%) أما بالنسبة لأبعاد المقياس جاءت طبيعة الاستجابة ايجابية في معظمها .

حيث احتل بعد النشاط البدني لخفض التوتر المرتبة الأولى بنسبة 79.92% و احتل بعد النشاط البدني للصحة واللياقة المرتبة الثانية بنسبة 79.57% و احتل بعد النشاط البدني كخبرة جمالية المرتبة الثالثة بنسبة 78.07% و احتل بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية المرتبة الرابعة بنسبة 70.58% و احتل بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي المرتبة الخامسة بنسبة 70.33%.

أما بعد النشاط البدني كخبرة للتوتر و مخاطرة فجاءت طبيعة الاستجابة حيادية حيث احتل هذا البعد المرتبة السادسة بنسبة 56.51%.

الاستنتاج:

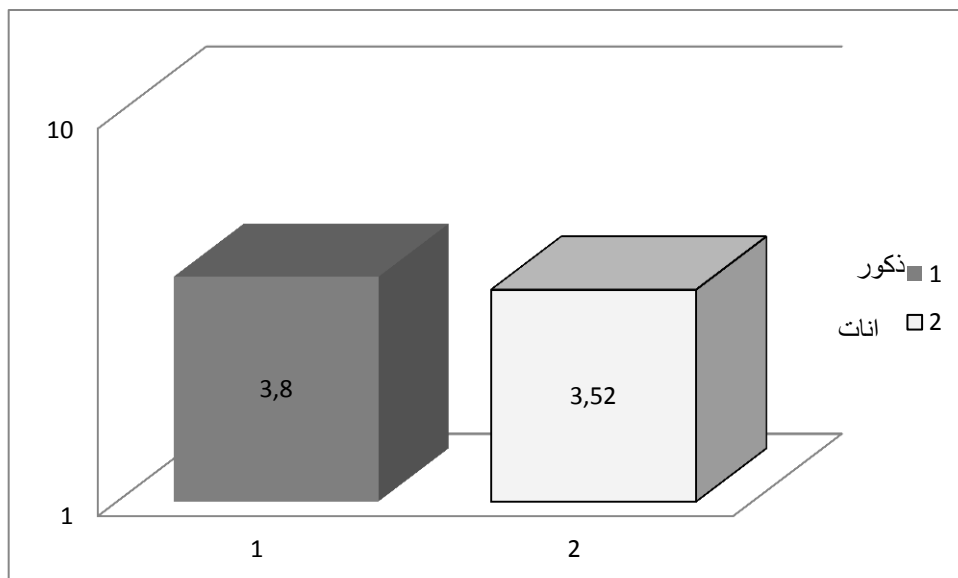
ومن النتائج أعلاه يمكن القول أن التلاميذ (ذكور- إناث) للمستوى الرابعة متوسط لديهم اتجاهات ايجابية نحو مفهوم النشاط البدني باعتباره يعمل على تكوين علاقات اجتماعية ليتمكنوا من الاندماج الاجتماعي و يعمل على الحفاظ على الصحة واللياقة إضافة إلى اهتمامهم بالنواحي الجمالية والمظهر اللائق والأنيق من خلال ممارستهم للنشاط البدني و الرياضية. إلا أنهم لا يولون أهمية كبيرة لبعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة كونهم لا يسعون إلى بذل أكبر جهد و الميل إلى المخاطرة.

2-2 تحليل ومناقشة النتائج خاصة بالفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 في اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط نحو ممارسة النشاط البدني تبعاً لمتغير الجنس ذكور و إناث.

جدول رقم 12: يبين مقارنة نتائج التلاميذ والتلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني و الرياضي

البعد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	T الجدولية	مستوى الدلالة الاحصائية	الدلالة
النشاط البدني كخبرة اجتماعية	ذكور	3.80	0.54	2	58	1.68	0.05	دال
	إناث	3.52	0.72					



شكل البياني 9: يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبر اجتماعية.

عرض و تحليل و مناقشة النتائج:

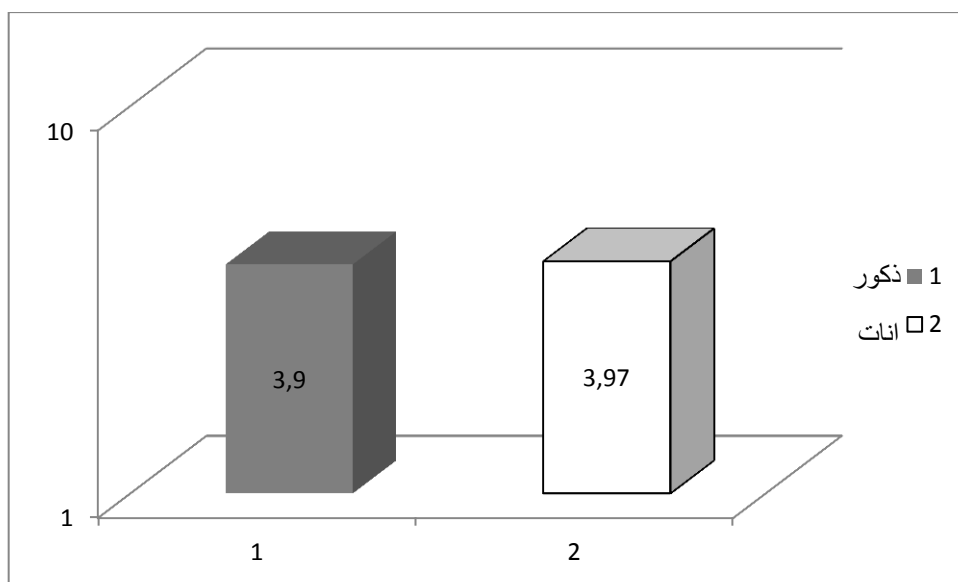
من خلال الجدول رقم 12 والذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة اجتماعية للتلاميذ (الذكور - إناث) للمستوى السنة الرابعة متوسط.

تتضح لنا الرؤيا جيدا من حيث النتائج المحصل عليها ففي بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية وصلنا إلى أن المتوسط الحسابي للذكور قدر ب 3.80 و بانحراف معياري 0.54 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث ب 3.5 و بانحراف معياري 0.72 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين متجانستين من حيث العدد توصلنا إلى t المحسوبة المقدر ب 2 و هي اكبر من t الجدولية المقدر ب 01.68 هذه النتائج تؤكد إن الفرق بين الاتجاهات النفسية للتلاميذ الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي كخبرة اجتماعية فرق معنوي و دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 58 و بمستوى دلالة 0.05 .

منه نستنتج أن هناك فروق جوهرية و ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة اجتماعية وهذا لصالح تلاميذ (ذكور) السنة الرابعة متوسط و هذا يدل على أن الذكور أكثر اجتماعيين من الإناث فمعظم الذكور في هذه المرحلة يفضلون الأنشطة الاجتماعية و هذا عكس إناث حيث تفضلن الأنشطة الفردية وهذا راجع إلى عدم قدرتهم على التفاهم فيما بينهم إذ في هذه المرحلة تكن أكثر عدوانية .

جدول رقم 13: يبين مقارنة نتائج التلاميذ والتلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني و الرياضي.

البعد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	T الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
النشاط البدني للصحة و اللياقة	ذكور	3.90	0.49	0.7	58	1.68	0.05	غير دال
	إناث	3.97	0.51					



شكل البياني 10: يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني للياقة و الصحة.

تحليل و مناقشة النتائج:

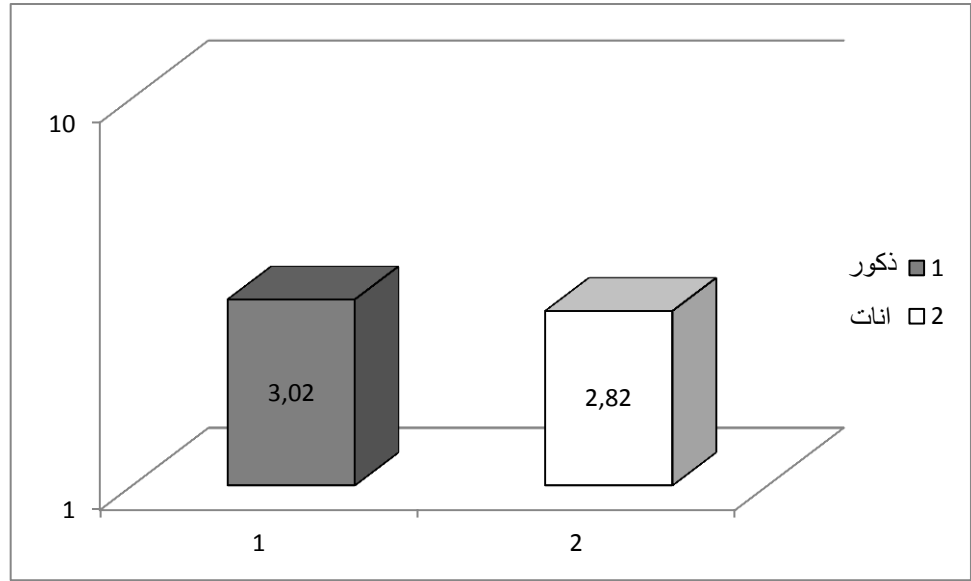
من خلال الجدول رقم 13 والذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للصحة واللياقة لتلاميذ السنة الرابعة متوسط ما بين الذكور والإناث .

النتائج المحصل عليها من خلال هذا الجدول توضح لنا الرؤيا جيدا ففي بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة وجدنا أن المتوسط الحسابي للذكور قدر ب 3.90 و بانحراف معياري 0.49 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 3.97 و بانحراف معياري 0.51 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t القياس الفروق بين العينتين متجانستين من حيث العدد، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 0.7 و هي اصغر من t الجد ولية المقدرة ب 1.68 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني للصحة و اللياقة و غير دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 58 و بمستوى دلالة 0.05

من خلال النتائج ترى الطالبتان أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للصحة و للياقة بين الذكور و الإناث إذا كلاهما في هذه المرحلة يركزون اهتمامهم على للياقتهم البدنية و تعتبر صحتهم من أول اهتماماتهم حيث أن عند ممارستهم للنشاط البدني يكتسبون الصحة الجيدة.

جدول رقم 14: يبين مقارنة نتائج التلاميذ والتلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني و الرياضي.

البعد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	T الجد ولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	ذكور	3.02	0.59	1.42	58	1.68	0.05	غير دال
	إناث	2.82	0.55					



شكل البياني 11: يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبر توتر و مخاطرة.

تحليل ومناقشة النتائج:

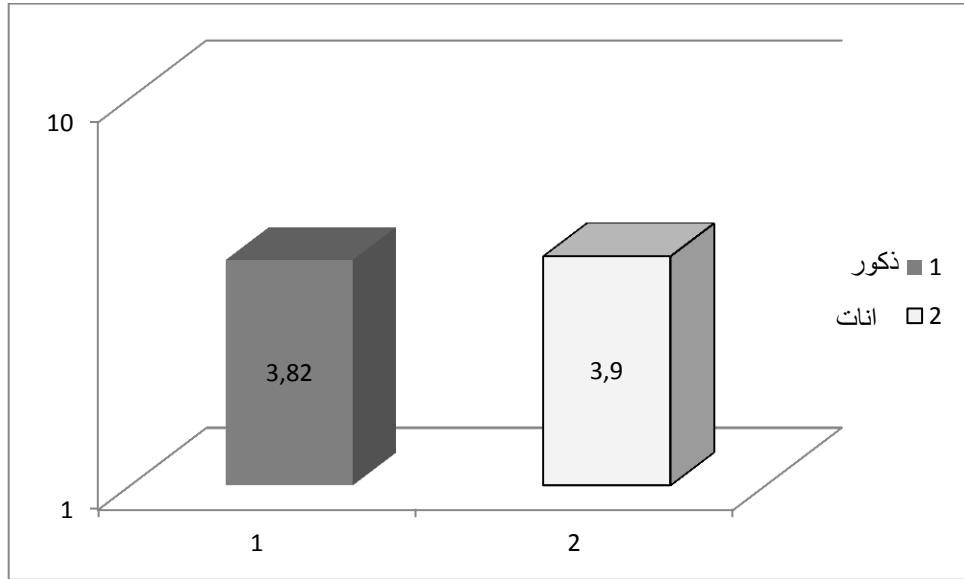
من خلال الجدول رقم 14 والذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط ما بين الذكور والإناث .

النتائج المحصل عليها من خلال هذا الجدول توضح لنا الرؤيا ففي بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي للذكور السنة الرابعة قدر ب 3.02 و بانحراف معياري 0.59 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 2.82 و بانحراف معياري 0.55 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين متجانستين من حيث العدد ، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 1.42 و هي اصغر من t الجدولية المقدرة ب 1.68 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبر التوتر و مخاطرة وغير دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 98 و بمستوى دلالة 0.05 .

مما سبق نستنتج أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة التوتر و مخاطرة بين الذكور و الإناث ، ففي المرحلة المتوسطة يتعد الذكور و إناث كل البعد عن الألعاب العنيفة و التي تحتاج إلى مخاطرة والت قد تؤديهم ففي هذه المرحلة أصبحوا مدركين لأهمية صحتهم و حياتهم كما أن المؤسسات التعليمية لم تقم بإدراج الألعاب التي تتميز بالخطورة و المجازفة كما أنها لم تعطها أهمية فائقة.

جدول رقم 15: يبين مقارنة نتائج التلاميذ والتلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني كخبرة جمالية لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني و الرياضي

البعد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	T الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة
النشاط البدني كخبرة جمالية	ذكور	3.82	0.4	1	58	1.68	0.05	غير دال
	إناث	3.90	0.24					



شكل البياني 12: يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني كخبرة جمالية.

تحليل و مناقشة النتائج :

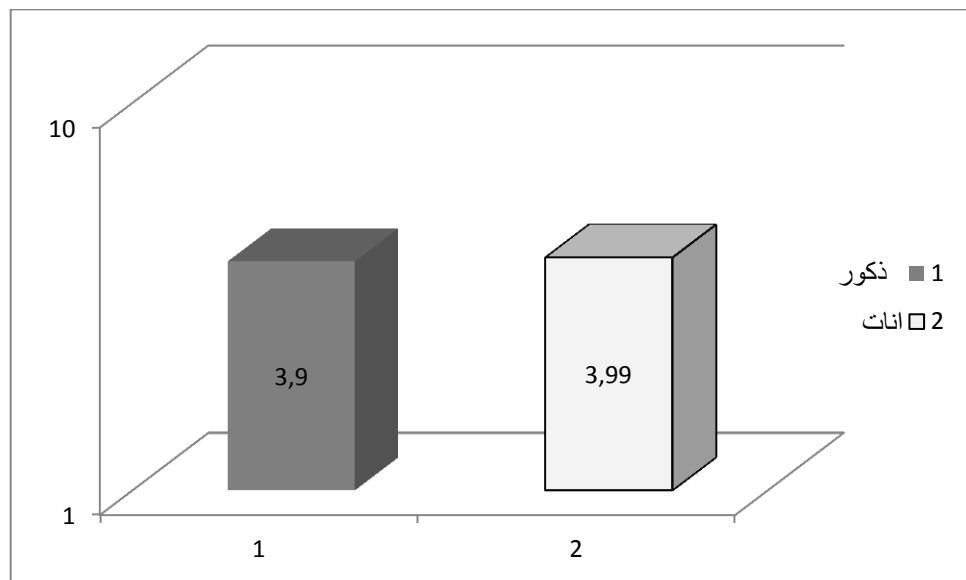
من خلال الجدول 15 رقم والذي يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للصحة واللياقة لتلاميذ السنة الرابعة متوسط ما بين الذكور والإناث .

النتائج المحصل عليها من خلال هذا الجدول توضح لنا الرؤيا جيدا ففي بعد النشاط البدني كخبرة جمالية فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي للذكور السنة الرابعة قدر ب 3.82 و بانحراف معياري 0.4 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 3.90 و بانحراف معياري 0.24 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار التقياس الفروق بين العينتين متجانستين من حيث العدد ، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 1 و هي اصغر من t الجدولية المقدرة ب 1.68 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية وغير دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 58 و بمستوى دلالة 0.05 .

منه نستنتج أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني كخبرة جمالية بين الذكور و الإناث السنة الرابعة في هذه المرحلة يكون للذكور و إناث نفس التفكير حيث يكون أكثر اهتماما بالجانب الجمالي حيث أن إناث تقضين أغلبية أوقاتهم أمام المرأة بينما الذكور فعظم أوقاتهم يقضونه في القاعات الرياضية من أجل تحسين مظهرهم .

جدول رقم 16: يبين مقارنة نتائج التلاميذ والتلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني لخفض التوتر لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني و الرياضي.

البعد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	T الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة
النشاط البدني لخفض التوتر	ذكور	3.9	0.37	1	58	1.68	0.05	غير دال
	إناث	3.99	0.37					



شكل البياني 13: يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني لخفض التوتر.

تحليل و مناقشة النتائج :

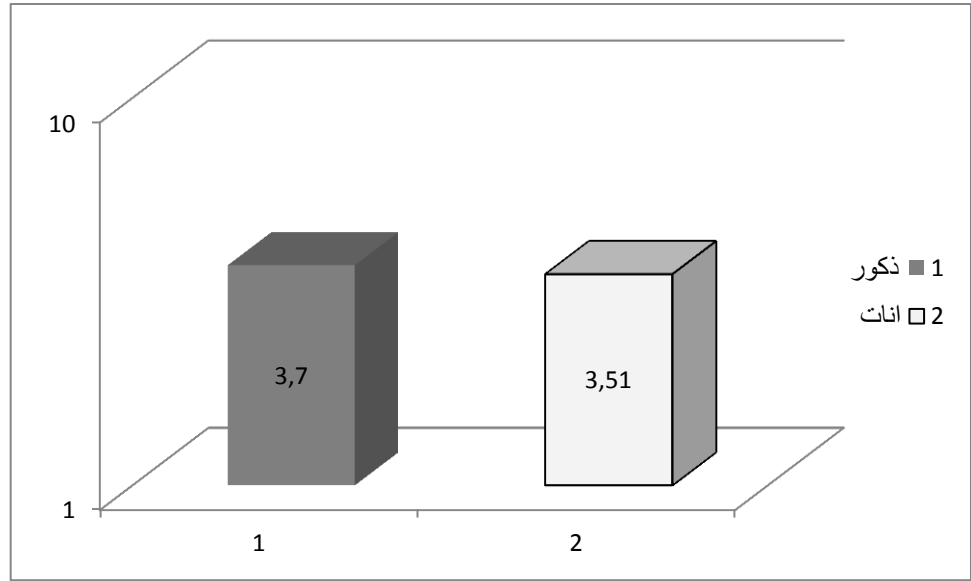
الجدول رقم 16 يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر لتلاميذ السنة الرابعة متوسط ما بين الذكور والإناث .

فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي لذكور السنة الرابعة قدر ب 3.9 و بانحراف معياري 0.37 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 3.99 و بانحراف معياري 0.37 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار t لقياس الفروق بين العينتين متجانستين من حيث العدد ، توصلنا إلى t المحسوبة المقدرة ب 1 وهي اصغر من t الجدولية المقدرة ب 1.68 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر وغير دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدرة ب 58 و بمستوى دلالة 0.05 .

من خلال نتائج ترى الطالبان أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لخفض التوتر بين الذكور و الإناث، في هذه المرحلة يكون لكل من الذكور و إناث ضغوطات كثيرة نتيجة الامتحانات شهادة المتوسط التي سيقومون بها في آخر سنة و لهذا يلجؤون إلى ممارسة النشاط البدني الذي يقلل من التوترات و ضغوطات الحياة اليومية و تفرغ الانفعالات المكبوتة مما يؤدي إلى خلق التوازن النفسي .

جدول رقم 17: يبين مقارنة نتائج التلاميذ والتلميذات الممارسين في بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي لاختبار القياس اتجاهات التلاميذ نحو مفهوم النشاط البدني و الرياضي

البعد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	T الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
النشاط البدني للتفوق الرياضي	ذكور	3.70	0.73	1.11	58	1.68	0.05	غير دال
	إناث	3.51	0.68					



شكل البياني 14 : يمثل متوسط الحسابي لنتائج الذكور و إناث السنة الرابعة متوسط في بعد النشاط البدني للتفوق الرياضي.

تحليل و مناقشة النتائج:

الجدول رقم 17 يمثل دراسة المقارنة للاتجاهات النفسية نحو مفهوم نشاط البدني للتفوق الرياضي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط ما بين الذكور والإناث .

فقد توصلنا إلى أن المتوسط الحسابي للذكور السنة الرابعة قدر ب 3.7 و بانحراف معياري 0.73 بينما بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة للإناث 3.51 و بانحراف معياري 0.68 و لدراسة دلالة هذه الفروق بين المتوسطات وعملا باختبار التقياس الفروق بين العينتين متجانستين من حيث العدد ، توصلنا إلى t المحسوبة المقدر ب 1.11 و هي اصغر من t الجدولية المقدر ب 1.68 هذه النتائج تؤكد انه لا توجد فروق في الاتجاهات النفسية بين التلاميذ الذكور و الإناث مستوى رابعة متوسط نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي وغير دال إحصائيا و هذا عند درجة حرية المقدر ب 58 و بمستوى دلالة 0.05 .

منه نستنتج أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني للتفوق الرياضي بين الذكور و الإناث ، في مرحلة متوسطة يكون تفكير الإناث مثل الذكور حيث أهن نملنا إلى ممارسة الأنشطة البدنية ذات الطابع التنافسي يمكن أكثر من الذكور حيث تسعين إلى إثبات و تباهي أنفسهن أمام الناس حيث تقومن بإنكار ذاتهن و قيام ب أي شيء من أجل الفوز في المنافسة و تحقيق أهدافهن .

الاستنتاج: بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها بالمجموعتين الممثلتين بتلاميذ السنة الرابعة ذكور وإناث ولمقارنة اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم النشاط البدني خلصنا إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في اغلب الأبعاد ما عدا في البعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية.

2-3- مقارنة النتائج بالفرضيات:

على ضوء الاستنتاجات المتحصل عليها من خلال عرض ومناقشة النتائج تم مقارنتها بفرضيات البحث.

2-3-1- الفرضية الأولى : لقد افترضت الطالبتان أن اتجاهات التلاميذ (ذكور - إناث) ايجابية نحو مفهوم النشاط البدني.

ولقد أثبتت النتائج صحة هذه الفرضية حيث توصلت الطالبتان إلى أن اتجاهات التلاميذ (ذكور - إناث) كانت ايجابية نحو مفهوم النشاط البدني

و الجداول رقم 05.06.08.04.09.10.11 و التي تمثل نتائج قياس اتجاهات التلاميذ بالنسبة لكل أبعاد المقياس تؤكد بوضوح صحة هذه الفرضية حيث جاءت كل اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة ايجابية ما عدا في بعد النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة ، جاءت ايجابية بالنسبة البعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية هذا ما يؤكد بان التلاميذ في هذه المرحلة أصبحوا يميلون أكثر إلى تكوين الجماعات و هذا ما يتجلى من خلال الأنشطة الرياضية ومن خلال المنافسات التي تجرى بينهم و تتكون فيما بينهم علاقات قوية هذا و بالإضافة إلى بعد اللياقة و الصحة حيث اظهروا أنهم أكثر وعيا بفوائد الرياضة على صحتهم و على تحسين لياقتهم البدنية هذا و قد بينت أيضا النتائج بأنهم أكثر إدراكا بتأثير الأنشطة الرياضية المختلفة على الجانب الانفعالي بحيث تساعد الرياضة في خفض التوترات و على بسط الراحة في نفوسهم أثناء ممارستهم للأنشطة البدنية و هذا ما أكدته نتائج دراسة بهجت أبو طامع عام 2005 ونتائج دراسة وليد فتحي سابق عام 1999 ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحثان أن اتجاهات الطلبة (ذكور - إناث) كانت ايجابية .

2-3-2 مناقشة الفرضية الثانية :

لقد افترضت الطالبتان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث اتجاهاتهم النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الرابعة.

و نتائج الجداول رقم 13.14.15.16 تعارض الفرضية المطروحة و هذا ما يعني أن الاتجاهات النفسية للذكور الإناث كانت ايجابية و هذا ربما يعود تشبعا كل من الذكور و الإناث بالثقافة الرياضية و هذا ما أكدته نتائج دراسة بهجت أبو طامع عام 2005 ونتائج دراسة وليد فتحي سابق حيث وصلا إلى أن ليس هناك فروق

ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في اتجاهاتهم نحو مفهوم النشاط البدنيحيث جاءت نتائجهم متقاربة إلا انه و في بعدي النشاط البدني كخبرة اجتماعية كانت هناك فروق دالة إحصائية و هذا لصالح الذكورالإناث وهذا يعود ربما لكون الذكور أكثر اهتماما بالجانب الاجتماعي فاعلأ أوقاتهم الجمعيات و أماكن العمومية بين الناس و كما إن معظمهم يشارك في الرياضة الجماعية .

2-3-3الفرضية العامة:

و التي افترضت فيها الطالبان أن طبيعة الاتجاهات النفسية تختلف لدى كل من التلميذات والتلاميذ الممارسين لمرحلة التعليم المتوسط نحو ممارسة النشاط البدني.

و نتائج الجدول رقم 01,02,04,05,06 تعارض هذه الفرضية, وهذا يعني أن طبيعة الاتجاهات النفسية إيجابية نحو النشاط البدني لدى تلاميذ مستوى السنة الرابعة متوسط ماعدا في بعد النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة فلقد كانت حيادية والجدول رقم 3 يبين ذلك.

فقد فهموا قدرة الأنشطة الرياضية في تكوين علاقات اجتماعية متينة بين التلاميذ كما أدركوا أهمية الرياضة على الجانب الصحي و تأثيرها القوي على خفض التوتر لديهم، وذلك راجع لكون النشاط الرياضي له دور إيجابي في استثارة النواحي الانفعالية نتيجة الحماس الزائد أثناء الممارسة بجانب إن هو وسيلة لإخراج الطاقة الكائنة وتفريغ حالات الكبت مما يشعرهم بتحسن وإدخال المرح والسرور على أنفسهم ، كما يستفيد الممارسين للنشاط البدني اللياقة والصحة النفسية والجسمية حيث يكون لها عائد، نفسي وبدني وبالتالي يجعل الممارس للنشاط البدني يتسم بالاتزان النفسي والذهني والبدني ، ويعد هذا هدف أساسي في ممارسة الأنشطة الرياضية.

2-4استنتاجات العامة:

لقد سعينا من خلال دراستنا هذه أن نثمن و نكمل مجموعة الدراسات التي انكبت على تشخيص موضوع الاتجاهات النفسية لما لها من أهمية في إثارة وتوجيه سلوكا لفرد، ويخص بحثنا هذا دراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم النشاط البدني لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط وذلك للكشف عنها ومعرفة مدى وضوح مفهوم النشاط البدني لدى التلاميذ.

لأجل هذه الغاية جاء موضوع بحثنا الذي هد فإلى الكشف والتعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم نشاط البدني لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط (ذكور -إناث)

فمن خلال بحثنا هذا خرجنا بعدة نقاط مهمة لا يمكن إغفالها فقد وصلنا إلى كون تلاميذ السنة الرابعة متوسط لديهم نظرة أكثر دقة و شمول تجاه معاني و مفاهيم النشاط البدني و أهدافه حيث أدركوا ماهيته.

من أهم ه الاستنتاجات نذكر مايلي:

- 1- جاءت اتجاهات أفراد عينة الدراسة على أبعاد المقياس المستخدم ايجابية .
- 2- جاءت ترتيب اتجاهات أفراد عينة الدراسة نحو ممارسة الأنشطة الرياضية للصحة واللياقة في المرتبة الأولى , ثم النشاط البدني لخفض التوتر , ثم جاء النشاط البدني كخبرة جمالية في المرتبة الثالثة , تلا ذلك النشاط البدني كخبرة اجتماعية بالمرتبة الرابعة , ثم النشاط البدني للتفوق الرياضي وأخيرا :النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة.
- 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 في اتجاهات تلاميذ المرحلة المتوسطة نحو ممارسة النشاط البدني لمتغير الجنس (إناث-ذكور) سنة رابعة متوسط.
- 4- جاءت اتجاهات التلاميذ ذكور و إناث إيجابية نحو ممارسة الأنشطة البدنية كما لا توجد اختلاف في تلك الاتجاهات.

2-5التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج فإن الباحث يوصي بالتالي:

- 1-الاستمرار في تعزيز الاتجاه الايجابي نحو ممارسة الأنشطة البدنية من قبل المسؤولين عن تلك الأنشطة.
- 2-ضرورة زيادة الثقافة والمفاهيم الرياضية والخاصة بأهمية الممارسة الرياضية لمختلف نواحي الحياة: الاجتماعية والصحية والنفسية....عند تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- 3-تزويد المسؤولين في وزارة التربية والتعليم بنتائج الدراسة, كي يتمكنوا من التعرف على أهم اتجاهات تلاميذ المرحلة المتوسطة نحو النشاط الرياضي.
- 4-الاهتمام بالنشاط الرياضي ذوي الطابع الصحي مثل:تنظيم دروس لياقة بدنية وتدريبات هوائية بالإضافة إلى تنظيم أنشطة رياضية تشبع الحاجات الاجتماعية والترويحية للتلاميذ وذلك لحصول تلك الجوانب على مراتب متقدمة ضمن اتجاهات تلاميذ المرحلة المتوسطة نحو النشاط الرياضي.

الختامة :

ما نستطيع أن نقوله في الأخير هو إننا حاولنا قدر المستطاع الإحاطة ببحثنا هذا ومن كل الجوانب وهذا إدراكا منا على أهمية هذه الدراسة و سعينا إلى الإفادة و لو بالشيء القليل لذا حاولنا أن نعطي نظرة أكثر شمولية حول الاتجاهات النفسية و دورها الكبير في تفعيل الممارسة الرياضية في الطور المتوسط و جعلها أكثر ديناميكية من حيث الاهتمام بجانب مهم للغاية إلى و هو ميول و رغبات التلاميذ من حيث إعطائهم فرصة أكبر في المشاركة في إعداد البرامج و الأنشطة الرياضية حتى وأن يكن هذا بطريقة غير مباشرة إلا أن التلميذ عندما يجد نفسه يمارس أنشطة محببة بالنسبة له فانه لا محال سيبدع و سوف نرى منه أمورا كثيرة وموهاب و طاقات هائلة كانت ربما ستضيع مثلما ضاعت الكثير من المواهب في صمت ولم يسمع بها احد لان مرحلة التعليم المتوسط كما يعلم الجميع مرحلة مهمة جدا و حساسة يتم من خلالها اكتشاف المواهب الصاعدة ومن بعدها توجيهها توجيهها سليما قصد صقلها، و لكن و للأسف الشديد هذا الأمر أصبح غير موجود و هذا نسبة إلى تقصير المسؤولين و غياب نظرة شاملة و سوء التخطيط لان واقع الرياضة المدرسية أصبح لا يحتمل أكثر مما هو عليه وفي هذا الإطار يكفي إجراء مقارنة بسيطة بين المؤسسات التي درسنا بها و بين المؤسسات التي تبنى في الوقت الراهن لاحظنا فرقا كبيرا من جانب المنشآت و العتاد و الهياكل الرياضية المتوفرة لان في زمننا هذا أصبحت الأقوال أكثر من الأفعال.

مصادر و الراجع باللغة العربية:

- 1_ أحمد زكي بدوي.. معجم العلوم الاجتماعية. لبنان: مكتبة لبنان. (1977)
- 2_ أحمد زكي صالح.. علم النفس التربوي. مكتبة النهضة المصرية. مصر (1992)
- 3_ أسامة كامل راتب. النشاط البدني والاسترخاء . مصر: دار الفكر العربي. (1978).
- 4_ أسامة كامل راتب: عالم النفس الرياضي. القاهرة. . (1992).
- 5_ السيد أبو النيل محمد.. علم النفس الاجتماعي. بيروت: دار النهضة العربية للطباعة و النشر. (1985)
- 6_ العربي بختي. التربية العائلية في الاسلام. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية. (1991).
- 7_ أمين أنور الخولي. أصول التربية البدنية والرياضية . مصر: دار الفكر العربي. (1997).
- 8_ أمين أنور الخولي. الرياضة والمجتمع. القاهرة: عالم المعرفة. (1996).
- 9_ بكري قدرى محمد. تأثير فترة التدريب الميداني المتصلة على الاتجاهات التربوية لطلاب الصف الثالث بكلية التربية الرياضية للبنين. (1976).
- 10_ بوري و دمان.. التدريب الرياضي علم و فن. ترجمة عصام بدوي و كامل أسامة راتت القاهرة .: دار الفكر العربي. (2004)
- 11_ تركي رابح.. أصول التربية و التعليم. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية. (1990)
- 12_ جروان السابق. الكنز الوسيط. قاموس العربي الفرنسي.
- 13_ حامد عبد السلام زهران. علم النفس النمو ,الطفولة والمراهقة. القاهرة: عالم الكتاب. (1972).
- 14_ دروس في التربية وعلم النفس. الجزائر: مدرسة التربية والتكوين خارج المدرسة. (1974).
- 15_ رابح تركي.. أصول التربية و التعليم . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية (1990م)
- 16_ راتب ابراهيم ,عبد ربه خليفة أسامة كامل،النمو و الدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل. القاهرة : دار الفكر العربي. (1999)
- 17_ رزيق معروف،خفايا المراهقة. بيروت: دار الفكر للطباعة والتوزيع والنشر (1986).
- 18_ سعد جلال علاوي محمد،علم النفس التربوي. مصر: دار المعارف (1986).
- 19_ سعديّة محمد بياور. في علم النفس النمو. القاهرة: دار البحوث العلهمة، (1977).
- 20_ صموئيل مغاريوس. الصحة النفسية والعمل المدرسي. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية ط2. (1974).
- 21_ عروس عبد الغفار ورحمان معمر خلف. منافسة على مردود لاغبي كرة القدم. سيدي عبد الله-الجزائر: معهد التربية البدنية و الرياضية. (2005).
- 22_ علاوي محمد سعد جلال. علم النفس التربوي. مصر: دار المعارف. (1986).
- 23_ عماد الدين محمد إسماعيل.. النمو في المرحلة المراهقة . الكويت : دار القلم. (1982)

- 24_ عيساوي عبد الرحمان .. سيكولوجية النمو: دراسة في نمو الطفل والمراهق. بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر. (1987)
- 25_ فؤاد البهي السيد. الاسس النفسية للنمو. القاهرة: دار الفكر العربي. (1975).
- 26_ كمال الدسوقي. النمو التربوي للطفل والمراهق. بيروت: دار النهضة العربية. (1979).
- 27_ كمال درويش. أصول الترويح وأوقات الفراغ. القاهرة: دار الفكر العربي. (1960).
- 28_ مالك سليمان محول. علم النفس الطفولة والمراهقة. القاهرة: عالم الكتاب. (1972).
- 29_ محمد حسن علاوي. اختبارات الأداء الحركي. مصر: دار الفكر العربي. (1975).
- 30_ محمد خليفة بركات. (الكويت). علم النفس التعليمي دار القلم . 1984
- 31_ محمد علي محمد. علم الاجتماع والمنهج العلمي. (1975).
- 32_ محمد عمر الشباني. الأسس النفسية والتربوية برعاية الشباب. بيروت: دار الثقافة. (1977).
- 33_ محمد عوض بيسوني. النظريات وطرق التربية البدنية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية. (1992).
- 34_ محمد مصطفى زيدان. السلوك الاجتماعي للفرد . القاهرة: مكتبة النهضة المصرية. (1965).
- 35_ محي الدين مختار. (الجزائر). محاضرات في علم النفس الاجتماعي. ديوان المطبوعات الجامعية. 1982:
- 36_ مصطفى زيدان محمد. السلوك الاجتماعي للفرد. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية. (1965).
- 37_ مصطفى غالب. فس سبيل موسوعة نفسية سيكولوجية. بيروت: منشورات الهلال. (1986).
- 38_ مقدم عبد الحفيظ. الاحصاء والقياس التفسيري التربوي. الجزائر. (1993).
- 39_ موريس أنجريس. منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية. الجزائر: دار القصبه للنشر. (2001).
- 40_ ميحائيل. رعاية المراهقين . عمان: دار الغريب للطباعة. (1991).
- 41_ نبيل السمالوطي محمد مصطفى زيدان. علم النفس التربوي. جدة السعودية: دار الشروق للنشر و التوزيع. (1985)
- 42_ يوسف مصطفى. مقدمة لعلم النفس الاجتماعي . القاهرة، مصر: المكتبة الانجلو مصرية ط1. (1966).

مصادر و المراجع باللغة الفرنسية

1-jean claud combessie: *la méthode en sociologie(série approches)* casbah-Alger-la découverte - pari.1996

2_ kanfer&Goldstein.(1984) .

3-maslow ..*hierarchie des besoins p.u.p.paris*(1966) .

4_Monica.(1980) .

5_morris.(1984) .

6_mouris angers .(1996) .*initiation pratique a méthodologie des 7_sciences humains*
.cabah/alger-ces-qubes

Parham.(1988) .

8_W.E 'Till و 'R.Tomas.Kaja ..*mannel de l'education sportifs*8edE1.Vigot;Paris1991)

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد إبن بديس

مستغاثم

معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية

استبيان خاص بالتلاميذ

يسرنا أن نضع بين أيديكم تلامذتنا الكرام هذه الاستمارة التي نصب من وراءها إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية و الرياضية تحت عنوان: "الاتجاهات النفسية لتلاميذ المرحلة المتوسطة ما بين (14-15) نحو ممارسة النشاط البدني"

لذا نرجو من إخواننا التلاميذ الإجابة على جملة من الأسئلة و الاستفسارات بكل صراحة .

من اعداد الطالبات:

قسوس يمينه

بكاره ساره

استبيان كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني

المؤسسة التربوية:.....

السن.....

الجنس.....ألقسم.....

المطلوب منك وضع علامة (X) أمام الوضعية التي تراها تناسبك:

العبارة	أوافق بدرجة كبيرة	أوافق	لم أكون رأى بعد	أعارض	أعارض بدرجة كبيرة
1-أفضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر بسيط من الخطورة عن الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر كبير من الخطورة.					
2-أستطيع أن أمارس التدريب الرياضي الشاق يوميا إذا كان ذلك يعطيني فرصة عضوية في إحدى الفرق الرياضية القومية.					
3- أعظم قيمة للنشاط الرياضي هي جمال الحركات التي يؤديها اللاعب.					
4- في درس التربية الرياضية ينبغي التركيز على القيمة الصحية للرياضة.					
5- لا أستطيع أن أتحمل التدريب اليومي العنيف طوال العام لكي أستعد للاشتراك في المنافسات الرياضية .					
6- لا أفضل الأنشطة الرياضية التي تمارس لاكتساب					

					الصحة و اللياقة البدنية.
					7-أفضل الأنشطة الرياضية التي تتضمن القدر الكبير من الخطورة.
					8-تعجبي الأنشطة الرياضية التي تظهر جمال حركات اللاعب .
					9-تعجبي الأنشطة الرياضية التي تحتاج إلى تدريب منتظم لفترات طويلة والتي يقيس فيها اللاعب قدرته في المنافسات ضد منافسين على مستوى عال من المهارة .
					10-الهدف الرئيسي لممارستي للرياضة هو اكتساب الصحة.
					11-الاتصال الاجتماعي الناتج عن ممارستي للرياضة له أهمية كبرى بالنسبة لي.
					12-الممارسة الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لإزالة التوترات النفسية الشديدة.
					13-لا تناسبني الممارسة المتكررة للأنشطة الرياضية الخطرة.
					14- في درس التربية الرياضية ينبغي وضع أهمية كبرى على جمال الحركات.
					15-أفضل الأنشطة الرياضية التي تحافظ على اللياقة البدنية.
					16-هناك فرص كثيرة تتيح للإنسان الاسترخاء من متاعب عمله اليومي مثل ممارسة الرياضة أو مشاهدة المباريات الرياضية.
					17-أفضل ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الأفراد.
					18-عند اختياري لنشاط رياضي يهمني جدا فائدته من الناحية الصحية .

					19- لا تعجبي بصفة خاصة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من اللاعبين.
					20- في المدرسة ينبغي الاهتمام بدرجة كبيرة بممارسة الأنشطة الرياضية التي تتطلب العمل الجماعي و التعاون.
					21- الممارسة الرياضية تعتبر بالنسبة لي أحسن فرصة في الاسترخاء.
					22- لا أميل إلى الأنشطة الرياضية التي ترتبط بالمخاطر و الاحتمالات الكبيرة للاتصالات.
					23- الصحة فقط بالنسبة لي هي الدافع الرئيسي لممارسة الرياضة.
					24- لا أفضل أي نشاط رياضي يزداد فيه الطابع التنافسي بدرجة كبيرة.
					25- أهم ناحية تجعلني أمارس الرياضة أنني أستطيع من خلال ممارستي للرياضة أن أتصل بالناس.
					26- الممارسة الرياضية هي الطريق العملي للتحرر من الصراعات النفسية و العدوان.
					27- الوقت الذي أقضيه في ممارسة التمرينات الصباحية يمكن استغلاله بصورة أحسن في أنشطة أخرى.
					28- إذا طلب مني الاختيار فإنني أفضل الأنشطة الخطرة عن الأنشطة الرياضية غير الخطرة أو الأقل خطورة.
					29- من بين الأنشطة الرياضية أفضل بصفة خاصة الأنشطة التي أستطيع ممارستها مع الآخرين.
					30- الرياضة تتيح الفرص المتعددة لإظهار جمال الحركات البشرية.

						31- هناك العديد من الأنشطة تمنحني الاسترخاء بدرجة أحسن من ممارسة الرياضة.
						32- أعتقد أنه من الأهمية القصوى ممارسة الأنشطة الرياضية التي لها فائدة كبرى بالنسبة للصحة.
						33- أفضل بصفة خاصة الأنشطة الرياضية التي تهدف إلى إشباع التذوق الجمالي أو الفني.
						34- أعتقد أن النجاح في البطولات الرياضية يتأسس على إنكار الذات و التضحية و بذل الجهد.
						35- أحس بسعادة لا حدود لها عندما أشاهد قوة التعبير و جمال الحركات الرياضية.
						36- لا أفضل الممارسة اليومية للرياضة لأجل الصحة فقط.
						37- أشعر بأن الرياضة تعزليني تماما عن المشاكل المتعددة للحياة اليومية.
						38- إذا طلب مني الاختيار فإنني أفضل السباحة في المياه الهادئة عن السباحة في المياه ذات الأمواج العالية.
						39- أفضل ممارسة الأنشطة الرياضية التي يستطيع الإنسان ممارستها بمفرده.
						40- المزايا الصحية لممارسة الرياضة هامة جدا بالنسبة لي.
						41- الأنشطة الرياضية التي تتطلب فن و جمال الحركات أعطيها الكثير من اهتماماتي.

					42-الأنشطة الرياضية التي تتطلب الجراة و المغامرة أفضلها إلى أقصى مدى.
					43- نظرا لأن المنافسة مبدأ أساسي في المجتمع فعلى ذلك ينبغي التشجيع على ممارسة الأنشطة الرياضية التي يظهر فيها الطابع التنافسي بصورة واضحة.
					44_الممارسة الرياضية تستطيع أن تجعلني سعيدا بصورة حقيقة .
					45-الأنشطة الرياضية التي تستخدم الجسم كوسيلة للتعبير مثل الحركات التعبيرية و الباليه أعتبرها من أحسن أنواع الأنشطة.
					46-أفضل مشاهدة أو ممارسة أنواع الأنشطة الرياضية التي لا تأخذ طابع الجدية و لا تحتاج إلى وقت طويل ومجهود كبير.
					47- ممارسة التمرينات الرياضية اليومية ذات أهمية قصوى بالنسبة لي.
					48-أستطيع أن أمضي عدة ساعات في مشاهدة بعض حركات الرشاقة أو الحركات التي تتميز بالتوافق الجيد مثل:حركات الجمباز و الباليه.
					49-إن الاتصال الاجتماعي التي تتيحه ممارسة الرياضة لا يمثل بالنسبة لي أهمية قصوى .
					50-أفضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بلحظات من الخطورة.
					51-عدم ممارسة النشاط الرياضي تضيع منا فرصة هامة للاستحمام و الاسترخاء.
					52-يجب عدم الاهتمام بمحاولة الفوز في الرياضة بدرجة زائدة عن الحد.
					53-تعجبي الأنشطة الرياضية التي تتطلب من اللاعب السيطرة على المواقف الخطرة.

54-الممارسة الرياضية لا أعتبرها وسيلة هامة للترويج

الاتجاهات النفسية لتلاميذ المرحلة المتوسطة (14-15) سنة نحو ممارسة النشاط البدني

دراسة ميدانية لخمس متوسطات بمدينة مستغانم

الطالبتان الباحثتان:

*بكارة سارة

*قسوس يمينة

المشرف: د/حجار محمد

تضمنت الدراسة على باين الأول خاص بالجانب النظري و الثاني بالجانب التطبيقي كما خصصنا في البداية فصل تمهيدي ومقدمة للبحث.

إن دراسة الاتجاهات النفسية من المواضيع المهمة في ميدان التربية البدنية و التركيز على مثل هذه الدراسات له ما يفسره فمعرفة ميول و رغبات التلاميذ يسمح للمختصين بإعداد برامج و أنشطة تتلاءم و تطلعات الطفل و تجعله يقبل على المشاركة الايجابية و بالتالي يتم تحقيق الأهداف التربوية بكل سلاسة و قد ركزنا دراستنا هذه على تلاميذ المتوسط .

وقد تضمن الفصل التمهيدي الإشكالية التالية:

- ماهي طبيعة الاتجاهات النفسية لتلاميذ الرابعة متوسط نحو ممارسة النشاط البدني؟

ومن هذا المنطلق هدفت الدراسة إلى:

التعرف على الفروق بين الذكور والإناث لتلاميذ السنة الرابعة متوسط من حيث الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني.

وقد افترضت الطالبتان مايلي :

- تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى كل من الإناث و الذكور لتلاميذ السنة الرابعة متوسط نحو ممارسة النشاط البدني.

- إن اتجاهات تلاميذ المرحلة المتوسطة ايجابية نحو

الباب الأول: الجانب النظري وتمحور حول ثلاثة فصول وهي كالآتي :

الفصل الأول: الاتجاهات النفسية .

الفصل الثاني: المراهقة.

الفصل الثالث: النشاط البدني الرياضي.

الباب الثاني : و خصصناه للجانب التطبيقي و كان كالآتي :

لقد شمل منهج البحث الذي كان وصفيا فضلا عن مجتمع البحث الذي كان تلاميذ المرحلة المتوسطة و اختيرت منه عينات بالطريقة العشوائية و المتكونة من(60) تلميذا منهم (30) ذكور و (30) إناث مستوى رابعة متوسط.

و قد استعمل الباحث مقياس كينيون Kenyon لدراسة الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني لتلاميذ الطور المتوسط وهو الباحث ولد أحمد كمال و قد تأكدنا من صدقه و ثباته كون انه سبق وان طبق على نفس البيئة و على نفس العينة وفي الأخير وبعد تطبيق الأدوات الإحصائية و بعد تحليل و مناقشة النتائج توصل الباحث إلى تحقق وصدق الفرضيات التي وضعها ماعدا فرضية واحدة و بالتالي توصل إلى النتائج التالية :

-انه لا توجد هناك فروق دالة إحصائية بين الإناث و الذكور لتلاميذ السنة الرابعة متوسط في اتجاهاتهم نحو النشاط البدني .

إن اتجاهات تلاميذ المرحلة المتوسطة نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية إيجابية .

التوصيات:

- 1-الاستمرار في تعزيز الاتجاه الايجابي نحو ممارسة الأنشطة البدنية من قبل المسؤولين عن تلك الأنشطة.
- 2-ضرورة زيادة الثقافة والمفاهيم الرياضية والخاصة بأهمية الممارسة الرياضية لمختلف نواحي الحياة: الاجتماعية والصحية والنفسية....عند تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- 3-تزويد المسؤولين في وزارة التربية والتعليم بنا كنوا من التعرف على أهم اتجاهات تلاميذ المرحلة المتوسطة نحو النشاط الرياضي.
- 4-الاهتمام بالنشاط الرياضي ذوي الطابع الصحي مثل:تنظيم دروس لياقة بدنية وتدرجات هوائية بالإضافة إلى تنظيم أنشطة رياضية تشبع الحاجات الاجتماعية والترويحية للتلاميذ وذلك لحصول تلك الجوانب على مراتب متقدمة ضمن اتجاهات تلاميذ المرحلة المتوسطة نحو النشاط الرياضي.

Trends of Medal school students (14_15) year about the practice of Sport Activity in medals town of Mostaganem:

Abstract:

the study aimed to identify trends of medal school students about the practice of sport activity in medals town of Mostaganem as well as knowledge of the differences in these directions depending on the changing sex (girls-boys).

To achieve this, the study was conducted on a sample of (60) students distributed as follows: (30) girls and (30) boys, using a descriptive approach. To collect data and achieve the objectives of the study the measure by Kenyon Bagtbaç Mohammed Hessen Allawi (1998) is used.

The results of the study were as follows:

1_ It is clear from the results of the study that trends of medal

School students about the practice of sport activity in medals town of Mostaganem were positive .

2_ There is no statistically significant differences at the level (0.05) in all dimensions of changing sex (students _students)