



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية و الرياضية



قسم: التربية البدنية والرياضية

مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضة

الموضوع

أسباب عزوف التلميذات عن درس التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة

دراسة وصفية بأسلوب مسحي أجريت على تلاميذ الطور المتوسط لولاية معسكر

تحت إشراف :

من إعداد الطالبان :

- د . بن قاصد علي الحاج محمد

- حمادوش خالد بن الوليد

- بن سهلة محمد

السنة الجامعية : 2018 / 2019

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

نتقدم بقلب شاكر ونفس خاضعة للذي أهدانا العقل وميزنا على سائر المخلوقات إلى الله

سبحانه وتعالى الذي يستحق الحمد على نعمته وحده لا شريك له.

كما أتقدم بالشكر على الأستاذ المشرف الدكتور "بن محمد قاصد علي" الذي كان نعم

المرشد ونعم الأستاذ من خلال توجيهاته ونصائحه طوال فترة إعدادنا لهذا العمل المتواضع،

كما نشكر كل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية.

وكما نشكر كل مدراء المتوسطات وأساتذة التربية البدنية والرياضية والتلميذات على

مساهمتهم في هذا العمل.

الإهداء :

الحمد لله الذي سلم ميزان العدل لذوي الألباب وأنزل عليهم الكتب مبينة للخطأ والصواب وأحمده حمد من يعلم أنه مسبب الأسباب وأشهد أن محمد عبده ورسوله . يطيب لي أن أقدم هذه القطرة التي أدفعها إلى البحر الزاخر إنه بحر العلم الذي يخلد الإنسان إلى الدهر .

أهدي ثمرة جهدي

إلى أمي الحنون التي سهرت على تربيتي إليك من كنت لي منبعاً للثقة والصبر
وحسن الخلق أبي الكريم إلى من أتمنى لهم السعادة الدائمة
وإلى كل إخوتي
وأخواتي حفظهم الله جميعاً.

ولا يفوتني أن أتقدم بإهدائي هذا إلى كافة الأصدقاء وخاصة زملائي في الدراسة
وإلى كل من ساهم في إنجاز هذا العمل العلمي ولو بكلمة طيبة ، " راجياً من
المولى العزيز أن تدوم هذه الصداقة إلى الأبد. وإلى كل الأساتذة وفي الأخير
تقبلوا مني فائق الشكر والاحترام

وليد

الإهداء :

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك
ولا تطيب الآخرة إلا بعفوك ولا تطيب الجنة إلا برويتك.

الله جل جلاله.....إلى من أدى الأمانة وبلغ الرسالة ونصح الأمة إلى نبي الرحمة وروح
العالمين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.

أهدي ثمرة جهدي هذه إلى من علمني كيف الصعود، من حمل لي شعلة التلذذ بحروقها في
يده لينير لي دربي، إلى من كلت أنامله ليقدم لنا لحظة سعادة.

والذي حفظه الله ورعاه.....وإلى ينبوع الذي لا يمل من العطاء، إلى من حاكت سعادتي
بخيوط منسوجة من قلبها، إلى من انتظرت هذه اللحظة بفارغ الصبر والدتي الغالية حفظها

الله وأطال عمرها....وإلى شموع البيت ونوره إخوتي وأخواتي

وإلى كل من قضيت معهم أحلى أيام عمري أصدقائي ، أستاذي الفاضل "ستاوتي".

وإلى كل من سعتهم ذاكرتي ولم تسعهم مذكرتي... أهدي ثمرة جهدي مع خالص المحبة
والاعتزاز.

محمد

فهرس المحتويات

.....	كلمة شكر
.....	الإهداء
03 مقدمة
05 الإشكالية
06 أهداف البحث
07 فروض البحث:
07 أهمية البحث:
08 التعاريف الإجرائية لمصطلحات البحث
08 العزوف
09 درس التربية البدنية والرياضية
10 التربية البدنية والرياضية
10 المرحلة المتوسطة
الباب الأول: الدراسة النظرية	
الفصل الأول: درس التربية البدنية والرياضية	
13 تمهيد
14 1- مفهوم التربية البدنية والرياضية
14 2- درس التربية البدنية والرياضية
15 1-2- الأهداف الرئيسية لدرس التربية البدنية والرياضية
17 1-3- أغراض درس التربية البدنية والرياضية
18 1-5: محتويات درس التربية البدنية والرياضية
18 1-5-1: الجزء التحضيري
18 1-5-2: الجزء الرئيسي

20 الجزء الختامي. 1-5-3-
20 برنامج التربية البدنية في المرحلة المتوسطة. 1-5-4-
23 الخاتمة.

الفصل الثاني

خصائص ومميزات المرحلة العمرية (12-16) سنة

25 تمهيد.
25 1- خصائص ومميزات المرحلة العمرية (12-16) سنة.
30 - النمو الجسمي.
31 - النمو الحركي.
31 - النمو العقلي.
32 - النمو الاجتماعي.
35 الخاتمة.

الفصل الثالث

الدراسات المشابهة

37 تمهيد.
38 1-3- دراسة بن عمرروي وبخرون
39 2-3- دراسة فرامة وعمر حافظي
40 الاستنتاجات.
41 خاتمة.

الباب الأول: الدراسة الميدانية

الفصل الأول: إجراءات البحث الميدانية

44 1- منهج البحث.
44 2- المجتمع وعينة البحث.
44 1-2- مجتمع البحث.
44 2-2- عينة البحث.

453- مجالات البحث
453-1 المجال المكاني
453-2 المجال الزمني
454- أدوات البحث
454-1- المقابلة الشخصية
465- الدراسة الاستطلاعية
466- الدراسة الرئيسية
467- الوسائل الإحصائية

الفصل الثاني

عرض ومناقشة النتائج

49- عرض ومناقشة المقابلة الشخصية للفتيات (الجانب الصحي)
51- عرض ومناقشة المقابلة الشخصية للفتيات (الجانب النفسي)
54- عرض ومناقشة المقابلة الشخصية للفتيات (الجانب الاجتماعي)

الفصل الثالث

الاستنتاجات والتوصيات

57تمهيد
572- الاستنتاجات
583- مقارنة النتائج بالفرضيات
594- التوصيات والاقتراحات
61الخاتمة

المصادر والمراجع

الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الجدول
25	يوضح الأعمار والبلوغ الجنسي	أ
44	يوضح إجابات التلميذات على المحور الأول المتعلق بالجانب الصحي	01
46	يوضح إجابات التلميذات على المحور الثاني المتعلق بالجانب النفسي	02
49	يوضح إجابات التلميذات على المحور الثالث المتعلق بالجانب الاجتماعي	03

التعريف بالبحث

مقدمة:

تسعى معظم الدول إلى إعداد الكوادر الرياضية وتطوير مستواها للوصول بالحركة الرياضية إلى المستويات الأعلى، حيث أصبحت الرياضة مرآة للشعوب ودليل حضارة وتطور، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال تضافر جهود العاملين في هذا المجال من إداريين ومدربين ومدرسين للوصول بمختلف الرياضات لمستويات أعلى وإن نجاح أي مجال يرتكز على العديد من العناصر مثل الإمكانيات المادية والفنية والمعرفية.

إن تفاوت الأفراد في تقديرهم لممارسة التربية البدنية والرياضية ينبع من التنشئة الاجتماعية والنفسية والأكاديمية والدينية وأسباب أخرى لها دور في ذلك، كما أن نظرة المجتمع للتربية البدنية والرياضية تزيد من إقبال الإناث على ممارستها إذا كانت نظرة المجتمع إيجابية، أما إذا كانت سلبية فسوف يؤدي ذلك إلى عزوف الإناث عن هذه المشاركة. وتعد الممارسة الرياضية من أهم العوامل التي تساعد على الارتقاء الصحي و البدني للفرد وتكسبه القوام الجيد وتمنحه الأخلاق الحسنة و تجعله قادرا على العمل والإنتاج كما تعتبر الرياضة أداة اتصال وتعاون بين الدول ووسيلة لتبادل الثقافة بين الشعوب والمجتمعات لذا سهرت الجزائر كباقي الدول الأخرى على تطوير هذا القطاع وأصبحت مختلف الشرائح و الفئات الاجتماعية تقبل على ممارسة النشاط البدني الرياضي بمن فيها العنصر النسوي مع ذلك تبقى الممارسة الرياضية النسوية غير كبيرة وتظل تعاني من التقهقر والتذبذب و انتشار ظاهرة الإعفاء من الممارسة في مختلف المؤسسات التربوية.

وعلى هذا الأساس فقد توجهنا لدراسة هذا الموضوع الذي يغوص في قلب المشكلة التي تكمن في الوسط المدرسي وخصيصا مرحلة المتوسط التي تعتبر المرحلة التي يتم فيه بناء و تحديد توجهات الأفراد.

وعلى هذه الاعتبارات تم اختيار بعض العوامل المؤثرة على الممارسة النسوية للرياضة في مرحلة المتوسط لدراستها وتخليط الضوء عليها كونها تؤثر بصورة مباشرة وغير مباشرة على الممارسة النسوية للرياضة محاولتا منا لإيجاد المشكلة وراء انتشار هذه الظاهرة و الحول دون تفاقمها.

وتكمن أهمية هذه الدراسة في كونها الدراسة التي تتناول موضوع العزوف عن ممارسة التربية البدنية والرياضية كونه ظاهرة أخذت وتيرة سريعة في الانتشار والنقشي في مجتمعنا وتكمن أهميتها أيضا في تحليل هذه الظاهرة وتحديد طبيعتها في بلدية قسنطينة مما قد يساهم بصورة أو بأخرى في وضع برامج توعوية رياضية في ضوء نتائج هذه الدراسة و إيضاحها مستقبلاً.

الإشكالية:

إن مشاركة المرأة في العديد من المنافسات الرياضية وتحصلها على ألقاب وبطولات على المستوى العالمي هو الشيء الذي يبرهن على أنها تمتلك قدرات هائلة توازي مثيلاتها عند الرجل.

وباعتبار أن الرياضة بصفة عامة والرياضة المدرسية بصفة خاصة جانب هام من المجتمع إلا أن تعليمها وتطبيقها يعكس الواقع المرأى وهو ظاهرة عزوف العنصر النسوي عن الرياضة وهذا راجع لعدة أسباب والتي تتسج خيوطها لتزيد من حدة هذه الظاهرة.

وهذا ما نرعى إليه للخروج بالموضوع مشكلتنا والمتمثل في وجود نفور من حصة التربية البدنية والرياضية من طرف التلميذات وبالخصوص في مستوى التعليم المتوسط وما زاد من تأكيدنا الملاحظات المباشرة والاستجابات المقدمة من ذوي الخبرة في هذا الميدان والذين شجعونا على دراسة هذه الظاهرة وإيجاد الأسباب واقتراح الحلول للحد من تفاقم هذه الظاهرة.

عن موضوع بحثنا " أسباب عزوف الطالبات عن ممارسة التربية البدنية والرياضية " جاء للإجابة على التساؤل العام والتساؤلات الفرعية التالية:

التساؤل العام:

- ما هي أسباب عزوف الطالبات عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط؟

- التساؤلات الفرعية:

1- هل تعتبر الحالة النفسية من مسببات ظاهرة عزوف التلميذات عن درس التربية البدنية والرياضية .

2- هل أن أسباب عزوف الطالبات هي الحالة الصحية؟

3- هل أن أسباب العزوف تعود إلى الحالة الاجتماعية الصحية؟

أهداف البحث:

لاحظنا عند إقدامنا للقيام بهذا البحث أن هناك قلة الدراسات التي تناولت هذه المشكلة مما دفعنا إلى محاولة تحقيق الأهداف التالية:

- معرفة أسباب عزوف الطالبات عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- معرفة إن كان للجانب الصحي سببا في عزوف الطالبات عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

- تحديد الأسباب الاجتماعية لعزوف الطالبات عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
 - معرفة إن كان للحالة النفسية سبب في عزوف الطالبات من درس التربية البدنية والرياضية
- "وعموما فإن هدفنا العام من العمل هو تدعيم البحث العلمي واكتساب أكبر حجم من المعلومات والمعارف الخاصة بموضوع بحثنا".

فروض البحث:

الفرضية العامة:

هناك أسباب عديدة متداخلة ومتشعبة لظاهرة عزوف عن درس التربية البدنية والرياضية.

الفرضيات الفرعية:

- إن أسباب ظاهرة عزوف عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية تعود إلى الأسرة.
- تعود أسباب العزوف إلى الحالة النفسية للطالبات.
- يلعب الجانب الصحي دورا هاما في عزوف الطالبات عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- يعتبر الجانب الاجتماعي من الأسباب التي تؤدي إلى عزوف الطالبات عن ممارسة درس التربية البدنية.

أهمية البحث:

تكمن أهمية بحثنا في محاولة تحديد الأسباب الكامنة وراء تفاقم ظاهرة عزوف الطالبات عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية ومحاولة إيجاد الحلول المناسبة للحد من هذا التفاقم ومساعدة الهيئات المسؤولة عن الرياضة النسوية على إيجاد الحلول لهاته الظاهرة وبالتالي الرفع من مستوى الرياضة النسوية بصفة عامة في بلادنا ، ذلك أن المؤسسات التربوية تعتبر الخزان الذي لا ينفذ والذي يمدنا بأحسن الرياضيات.

التعاريف الإجرائية لمصطلحات البحث:

تحديد مصطلحات البحث:

تعريف العزوف:

كلمة العزوف لها معاني كثيرة منها " : الامتناع، الاجتتاب، الملل، اليأس، الزهد .

- ويقال : عزفت عزفاً أي ابتعدت عن الشيء .

- ويقال : أعزف عزوفاً أي أزهّد في الشيء .

- ونقول عزفت نفسي عن الدنيا أي عافتها .

تعريف المراهقة:

*التعريف الاصطلاحي:

- ترجع كلمة المراهقة إلى الفعل العربي راهق الذي يعني الاقتراب من الشيء

- فراهق الغلام فهو مراهق أي قارب الاحتلام .

- ورهقت الشيء رهقا أي قربت منه .

- والمعنى يعني الاقتراب من النضج .

*التعريف الإجرائي:

المراهقة في علم النفس تعني " الاقتراب من النضج الجسمي و العقلي و النفسي و الاجتماعي

و لكنه لا يصل إلى النضج إلا بعد سنوات عديدة (مصطفى محمد زيدان 1986).

التربية العامة:

هناك عدة أقوال للعلماء و المختصين في معاني التربية العامة منها:

أفلاطون " : التربية أن تضفي على الجسم و النفس كل الجمال و كمال ممن لها "

كونفوشيوس: " إن الطبيعة هيا ما منحنتا إياه الآلهة . و السير بمقتضى شروط الطبيعة هو

السير في صراط الواجب و إدارة هذا الصراط و تنظيمه. هو المقصود من التربية"

أرسطو: " التربية هي إعداد العقل للتعليم كما تعد الأرض للبدار "

جيمس ميل: " التربية هي أن نجعل من الأفراد إدارة سعادة لنفسه و لغيره (سيدي عبد الحميد

المرسي 1987).

* مفهوم التربية البدنية و الرياضية:

عند سؤال الناس بمختلف فئاتهم عن مفهوم التربية البدنية و الرياضية فان النتيجة ستثير

الدهشة. فالبعض يرى أن التربية البدنية و الرياضية هي المهارات الترويحية أو تعليم الخلق

الرياضي . أو هي تنمية اللياقة البدنية. بل منهم من يراها على أنها هي الرياضة و التدريب

الرياضي على وجه التحديد.

وإذا استعرضنا الاصطلاحات و المفاهيم التي أعلنها الخبراء و باحثوا ومفكروا التربية البدنية و

الرياضية في العالم المتقدم. نجدها متنوعة و ربما مختلفة . ولكن هذا الاختلاف يكاد ينحصر

في الصياغة أو تقديم هدف آخر في سياق التعريف و لكن الدلالة و المعنى متفقة على

العناصر الأساسية للمفهوم الصحيح.

***تعريف التربية البدنية و الرياضية:**

"التربية البدنية والرياضية . وفضل العمل الذي تقدمه تعتبر جزء من التربية العامة أو مظهر من مظاهر العملية الكلية للتربية . و تعني رعاية الجسم و صحته مقدار عنايتها بتنقيف العقل و صقله (فايز مهنا 1998).

وعن موريس بيسن " : إن إدراجها في المجال التربوي ليست فقط زينة تضاف لبرنامج الأطفال و لكنها على العكس من ذلك هي جزء حيوي لكنها تشارك في تحقيق الأهداف التربوية عن طريق برنامجها الموجه توجيهها صحيحا يكتسب الطفل المهارات اللازمة (موريس 1992).

المرحلة المتوسطة: تعتبر ثاني مرحلة دراسية يمر بها التلميذ بعد المرحلة الابتدائية تمهيدا للانتقال إلى المرحلة الثانوية(عدنان، 1987).

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول

درس التربية البدنية

والرياضية

تمهيد:

إن تربية التلميذ وإعداده متنزها من جميع النواحي الاجتماعية النفسية والخلقية والمعرفية والبدنية والصحية عن طريق المواد الدراسية هو الهدف الرئيسي للتربية العامة في المدرسة ويعتبر درس التربية البدنية والرياضية من أهم الدروس المساعدة على تحقيق هاته الغاية، بالإضافة إلى كونه يساعد على اكتشاف المواهب الرياضية وتطويرها.

1- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

لقد أثار اسم التربية البدنية والرياضية انتباه وحيرة الكثيرين ممن يعملون في المجال وقد انتشر هذا الاسم عبر الأوساط والمحافل الأكاديمية والتربوية وذلك لأنها معنية لتنمية المعرفة النظرية التي تقودها إلى الممارسة كما أنها تهتم أيضا بالاتجاهات النفسية والاجتماعية والتي توجه الممارسات إلى أفضل رحيمة ممكنة (أمين، 1996، ص34).

ونشير لو رآها مستمر إلى اسم التربية البدنية مفحمة اختصار له حيث أن الرياضة في اسم SPE تعني الأنشطة والألعاب سواء داخلية أو خارجية أما التربية البدنية فتعني النشاط البدني التتموي والاشتراك بينهما في النشاط الحركي الذي يجمع بينهما (منعم الدين، 1998، ص182).

2- درس التربية البدنية والرياضية:

يعتبر درس التربية البدنية و الرياضية الوحدة الأساسية للرياضة المدرسية لكونه يكتسي طابعا خاصا يميزه عن باقي الدروس فأضحى من الأهم العناية بمكوناته، ويمثل الدرس الإطار الأمثل الذي تتجمع فيه كل الخبرات التربوية و الرياضية والمدرسية وينظر إليه على أساس أنه القاعدة الأساسية للرياضة عامة ورياضي المستويات خاصة. كما يمثل الجزء الأهم من مجموع أجزاء البرامج المدرسية للتربية البدنية والرياضية ومن خلاله تقدم كافة الخبرات والمواد التعليمية التي تحقق أهداف المنهج ويفترض أن يستفيد منه كل تلاميذ المدرسة مرتين أسبوعيا على الأقل (عدنان، 1994).

أهمية درس التربية البدنية والرياضية:

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية جزء حيوي من البرنامج الدراسي كونه يمد التلاميذ ليس فقط بالمهارات وميزات حركية ولكنه يمدّه أيضاً بالكثير من المعارف التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتكوين الجسم وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المنخفضة الجماعية والفردية. ويعتبر كذلك درس التربية البدنية والرياضية كأحد توجه الممارسات فهو يضمن النمو الشامل والمتوازن للتلاميذ ويحقق احتياجاتهم البدنية طبقاً لمراحلهم السنوية وتدرج قدراتهم الحركية ويعطي الفرصة للاشتراك في النشاط التنافسي. وخارج المؤسسات العلمية من هذا فإن درس التربية البدنية والرياضية لا يعطي منافسة رهنية فقط ولكنه لأغراض تربوية.

1-2- الأهداف الرئيسية لدرس التربية البدنية والرياضية:

إن درس التربية البدنية والرياضية لا يمكن أن يعلم قائده إلا إذا كان يسير حسب خطة شاملة مدروسة تبدأ من نقطة معلومة إلى نهاية موضوعة لبرنامج كامل، حتى يكتسب العمل صفة الاستمرارية وحتى يتدرج التلميذ في تعلمه من البسيط إلى المركب ومن السهل إلى الصعب تدرجاً طبيعياً يتماشى وطبيعته ونموه وتطوره.

ومن هنا نتوصل إلى إخراج درس بفي بالغرض الذي من أجله كتب له المنهاج، ومن أهم تلك الأهداف التي تخدم درس التربية البدنية والرياضية في إنجاح مهمة التربية البدنية والرياضية:

- محاولة بناء وتطوير وتصعيد الصفات الحركية بصفة شاملة كالقوة المطاولة والسرعة والدقة والأداء والقابلية الجيدة على الحركة.
- محاولة بناء القابليات الرياضية الأساسية وبصورة خاصة قابلية حب المنافسة.
- محاولة تطوير وتصعيد المهارات الحركية الأساسية كالركض والقفز والرمي والتسلق والسباحة... الخ، والارتقاء بها لبناء المهارات الحركية الرياضية للألعاب الأساسية كالألعاب المنظمة والساحة والميدان.
- تربية بعض العادات الجيدة كالإرادة والصفات الخلقية الحسنة والتصرفات الممتازة.
- إيصال المعلومات الأساسية حول الصحة والنظريات الرياضية والمعلومات الهالكة في ضل إطار سياسة الدولة، مع تطوير قابلية التفكير عن طريق التصرفات الرياضية السليمة.
- محاولة الوصول إلى الأداء المتكامل للحركة الرياضية والتقرب إلى المستوى العالي ويجب على المدرس أن يضع في اعتباره الأول إن أوجه النشاط الذي يتضمنه برنامج التربية البدنية والرياضية لا يجوز مطلقاً أن يكون هو محور الارتكاز في تنفيذ أهداف الدرس، وعليه يجب أن يكون الهدف من درس التربية البدنية والرياضية في أي مدرسة هو تحقيق حاجات الطلبة على أن يتماشى مع رغباتهم وميولاتهم بقدر المستطاع مع ملاحظة الأغراض التربوية العامة والأغراض الاجتماعية.

أغراض درس التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة:

لدرس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط أغراض هامة هي:

- إن الصياغة الغالبة على صياغة الدرس الشكل التدريسي لرفع مستوى الأداء وتثبيت المهارات الأساسية التي سبق أن مارسوها.
- العناية بالألعاب الجماعية المتعددة كالألعاب المنظمة والسباحة... الخ.
- الاهتمام بإقامة المنافسات للتشجيع على التدريب وإتقان المهارات المطلوبة.
- يتعزز لديه السلوك المؤدي إلى احترام الفروق الفردية بين الطلاب.
- يتعزز لديه السلوك المؤدي إلى تحمل المسؤولية وتنمية القيادة.
- تنمو لديه عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.
- يعرف ماهية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والطرق المبسطة لقياسها.
- يتعرف على بعض المفاهيم الميكانيكية والصحية والفيزيولوجية المناسبة لهذه المرحلة.
- المقررة لهذه المرحلة يظهر قدرا من الكفاية عند أداء المهارة.
- يتعرف على بعض الجوانب الفنية والقانونية المهمة

1-5-1- محتويات درس التربية البدنية والرياضية:

1-5-1- الجزء التحضيري:

يشمل الإجراءات الإدارية، الإحماء والتمرينات.

- **الإجراءات الإدارية:** تتضمن اصطحاب التلاميذ من الأقسام، وبراعي في ذلك عامل الأمان والسلامة، خاصة في فصول الأدوار العليا وكذلك النظام وعدم الاندفاع أو المزاح الفردي.
- **الإصطفاف وتسجيل الحضور:** يراعى في ذلك عنصر النظام واستخدام طرق سهلة وسريعة لتوفير الوقت وذلك باستخدام الأرقام المسلسلة أو وقوف التلاميذ على علامات مرقمة ونداء المدرس على التلاميذ بالأسماء.

- **الإحماء:** يعتبر واجهة الدرس لذا يجب أن يتسم بالتشويق والإثارة والمنافسة، مع مراعاة الزيادة المتدرجة في الحمل من التدفئة إلى التهيئة للدورة الدموية والعضلات والأربطة والمفاصل والعمليات البيوكيميائية مما يقلل من احتمالات الإصابة أو التقلصات العضلية وبوجه عام يفضل استخدام الجري والحبل والوثب والألعاب الجماعية المشوقة الترويجية أو الشعبية أو التمهيدية وهي التي تمهد لنوع النشاط التعليمي والتطبيقي في الدرس (عدنان درويش، 1994).

1-5-2- الجزء الرئيسي:

- **النشاط التعليمي:** يتوقف النشاط التعليمي من حيث الزمن على طبيعة المهارة الجديدة الصعبة والمعروفة كما أن هناك بعض المهارات قد تستغرق وقتا كبيرا خاصة في الدروس الأولى من الوحدات أو العام الدراسي ككل ويتحدد من النشاط التعليمي كذلك المستوى المهاري

للتلاميذ وعلى ذلك يهدف من النشاط التعليمي إما تعلم مهارات جديدة أو تثبيت مهارات معرفة مسبقاً.

يراعي مدرس التربية البدنية والرياضية خاصة في النشاط التعليمي عدة نقاط أهمها أن يتخذ المدرس المكان المناسب أثناء الشرح في تعلم المهارات التي تنطوي على خطورة أو احتمالات الإصابة يجب الاستعانة بالمراتب الأسفنجية واستخدام أساليب للسند والمتابعة "الملاحظة" المستمرة مع عدم الإسراع في توقيت الأداء من تلميذ لآخر، الاستعانة بالنموذج ويؤديه المدرس بنفسه أو التلميذ المتفوق في أداء المهارة.

• **النشاط التطبيقي:** ويهدف إلى التطبيق العلمي لما تعلمه التلاميذ في النشاط التعليمي بصور خطئية، عادة ما يؤدي ذلك في صورة منافسات تتضمن تثبيت تلك المهارات وتصحيح ما ورد قبلها من أخطاء.

ويعتبر النشاط التطبيقي فرصة تربوية سانحة للمدرس لتأكيد روح الجماعة والقدرة على القيادة التبعية لدى التلاميذ، كما أنها فرصة كذلك لإبراز المهارات الأخرى مثل التحكيم والتسجيل، ويمكن للمدرس الواعي إشراك التلاميذ من غير المسموح لهم بالمشاركة في الأنشطة الرياضية سواء لظروف صحية أو مرضية في عملية التحكيم والتسجيل ويكون دور المدرس في هذه الفترة المراقبة والتوجيه.

1-5-3- الجزء الختامي:

يهدف إلى العودة إلى حالة الطبيعة " ما قبل الدرس" بمعنى تهدئة وهبوط بالحمل تدريجيا وذلك باستخدام تمارين تهدئة تتصف بالبطء والسهولة وعدم أداء جهد عضلي كبير وبالتالي تؤدي بتوقيت بطيء وبصورة انسيابية وينتهي هذا الجزء بأداء التحية الرياضية(عدنان درويش،1994).

1-5-4- برنامج التربية البدنية والمرحلة المتوسطة:

يهدف درس التربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة إلى تنمية عملية التوافق بين العضلات والأعصاب وزيادة الأجسام لكل ما يقوم به التلميذ من حركات ضرورية للمفصل. تبين برامج التربية البدنية والرياضية للبنين عن برامج البنات نظرا إلى الاختلاف بين الجنسين من حيث القوة والنضج والرغبات مما يجعل من العسير تنظيم النشاط لكليهما معا ويجب أن تكون تمارين المقدمة في متناول التلاميذ ولا تتطلب قوة أو جهد متواصل أو قدرة كبيرة على الدقة والتوافق حتى لا يتعرض للجهد العصبي الزائد وتزداد الإناث طولا من الذكور ولكن الآخرين يفوقونهم في القوة العضلية كما ويكون جسم الإناث مشابها لجسم الذكور حتى سن 12 سنة.

ولكن بانتقالهم لسن المراهقة تظهر معالم الأنوثة عندهم وتبدأ أجسامهم بالتطور لتبدو عليهن مظاهر جسم المرأة وتدل الثنايا فيه على وجود طبقة ويتسع الحوض اتساعا ولا تثبت المفاصل كلما كان الجهاز العضلي البطني ضعيفا، وتظهر عند الفتاة بضع تغيرات فيزيولوجية في

الدورة الدموية تتمثل في سرعة النبض وزيادة التنفس وظهور الطمث لهذا كله يجب أن يتميز برنامج التربية الرياضية عند الإناث في مرحلة المراهقة بما يلي:

- العناية بالقوام وتقوية عضلات الجذع وخاصة عضلات الظهر والبطن السفليين.
- اختيار التمارين والألعاب بحيث تكون متعددة وسهلة بدلا من أن تكون قليلة وصعبة.
- تجنب بذل المجهود العنيف وخاصة حول منطقة الحوض.
- يفضل تقديم تمارين تتضمن حركات التوازن وخطوات الرقص والحركات الإيقاعية والسباحة.

مع ملاحظة هامة وهي أنه في أواخر المراهقة يزداد حجم القلب وسعة الرئتين ولذا يمكن أن تتطور مدة التمرين البدني أي بمعنى آخر يمكن الممارسة، أما برنامج الذكور فيشترط فيه ما يلي:

- أن تكون التمارين والألعاب أكثر تعقيدا ولكن لا نصل إلى التعب الشديد والإجهاد العصبي الزائد.
- أن تستخدم الأدوات الرياضية بكثرة لتنمية القوة والمهارة وزيادة الجرأة.
- أن يعمل التلاميذ في جماعات ويشتركوا في منافسات نزيهة لزيادة تشوقهم للعمل ورفع مستوى أدائهم.
- أن تكثر المدرسة من الرحلات الخلوبية والمعسكرات والتركيز على رياضة المشي وبشكك بعض علماء التربية البدنية في الإتحاد السوفياتي في هذه النظرية.

لقد لفت نظر الباحثين السوفيات وزادت شكوكهم في ضعف قدرة المراهق لتمرينات الجهد التطورات في عالم البطولات الرياضية، وانتقال الكثير منها حتى في مسابقات الجري في المسافات الطويلة والرياضات التي تستلزم قوة الاحتمال بادر علماء التربية البدنية للسوفيات للقيام ببحوث تهدف إلى تحقيق العلاقة بين السلم ومستوى الاحتمال وتوضيح الحد الأقصى لقوة الاحتمال في كل مرحلة، وتحديد العلاقة بين السرعة من ناحية وقوة الاحتمال من ناحية أخرى وتحقيق أهداف البحث تزيل عقبة من طريق التدريب والمدربين يعطل إعداد اللاعبين طوال مرحلة المراهقة فيتأخر وصولهم إلى مستوى البطولة، هذا ما يشكو منه المدربون السوفيات وكما نرى هذه الأيام فقد حققت رياضات مثل الجمباز والرقص على الجليد تقدما عظيما في روسيا بفضل أبطال وصلوا إلى القمة في سن المراهقة.

الخاتمة:

لقد تضمن هذا الفصل التربية البدنية والرياضية ودرس التربية البدنية والرياضية وتبين لنا أن هذا الأخير ينمي روح التعاون والانضباط والمسؤولية والشعور بالواجبات.

كما أنها ترقى إلى تخفيف التوتر وتوفر للشباب ولل كبار فرصة استخدام أوقات فراغهم استخداما مفيدا.

كما يعتبر درس التربية البدنية حقلًا أساسيًا للتعليم وتربية النشء تربية صالحة ومن واجباته التنمية الشاملة للتلاميذ عن طريق اكتساب المعارف والمعلومات في الدرس وعليه فبناء الدرس يكون بصفة دقيقة لكي يؤدي غرضه ويحقق الأهداف التي وضع من أجلها.

الفصل الثاني

خصائص ومميزات المرحلة العمرية 12-16 سنة

تمهيد:

يختلف الأطفال في خصائصهم عن المرهقين الذين يختلفون بالتالي عن الشباب كما يختلف كل من الأطفال والمرهقين والشباب فيما بينهم اختلافات كبيرة ومن الأهمية بمكان أن يتعرف الدارس على ما يحدث في سنوات العمر الأولى لتلاميذه ، فمعرفة اتجاهات النمو في الطفولة ومشاكله تلقى ضوءاً على سنوات المراهقة والرشد.

كما أن دراسة هذه السنوات تساعد الدارس على أن يفهم الطفل كما هو الآن من خلال معرفته لما حصل له في الماضي كما يعينه في إرشاده ومساعدته في التغلب على مشكلاته وإن معرفة الدارس لخصائص نمو الأطفال يساعده في تخطيط برامج التعليمية بشكل انجح مما لو قام بتخطيط تعليمه هذه المعرفة.

1- خصائص ومميزات مرحلة العمرية من 12 إلى 16.

مصطلح المراهقة Adolescence مشتق من الكلمة اللاتينية Adolescre ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي - ويستخدم علماء النفس مصطلح المراهقة ليشير إلى معاني كثيرة.

-فيرى بعضهم أن كلمة المراهقة تعين التحول نحو النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي وتمثل المراهقة مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج وبناء على ذلك فإن مرحلة المراهقة تعد مرحلة تاهب بمرحلة الرشد ، وتمتد من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة والتي أغلب علماء النفس في الفترة ما بين (12 و 20 سنة) وتعد هذه الفترة فترة إعداد للنضج والرشد

وهي المرحلة التي يمر فيها المراهق بتطورات وتغيرات جسمية ونفسية فتتأثر بما قبلها من المراحل، كما أنها مرحلة متعددة الجوانب حيث ينمو المراهق جسديا وبيولوجيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا ومهنيا.

تتميز مرحلة المراهقة بالنمو الواضح المستمر نحو النضج في كافة مظاهر وجوانب الشخصية، والتقدم نحو كل من النضج الجسمي، والنضج الجنسي والنضج العقلي وانتداب المعايير السلوكية الاجتماعية والاستقلال الاجتماعي وتحمل المسؤولية وتكوين علاقات اجتماعية جديدة والقيام بالاختبارات ، واتخاذ القرارات فيما يتعلق بالتعليم والمهنة والزواج وتحمل مسؤوليته ، توجيه الذات من خلال التعرف على قدراته وإمكاناته وتمكنه من التفكير واتخاذ قراراته بنفسه والتخطيط لمستقبله.

المراهقة إحدى حلقات دورة حياة الإنسان:

يتحدث حامد زهران (1999) عن مرحلة المراهقة باعتبارها إحدى حلقات النمو، النفس تتأثر بالحلقات السابقة وتؤثر بدورها في الحلقات التالية لها ويقسم مرحلة المراهقة إلى ثلاث مراحل فرعية هي:

- مرحلة المراهقة المبكرة: وتستمر ما بين 12 - 13 - 14 سنة
- مرحلة المراهقة المتوسطة: وتستمر ما بين 15 - 16 - 17 سنة
- مرحلة المراهقة المتأخرة: وتستمر ما بين 18 - 19 - 20 - 12 سنة

المراهقة المبكرة

تهدف هذه المرحلة ما بين 12 - 13 - 14 سنة حيث يتضاءل السلوك الطفلي وتبدأ المظاهر الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية المميزة للمراهقة في الظهور.

النمو الفيزيولوجي:

في مرحلة المراهقة المبكرة تتغير وظائف جميع أجهزة الجسم بدرجات متفاوتة ، لكن التغير البارز في هذه المرحلة هو حدوث البلوغ الجنسي الذي يعتبر بمثابة الميلاد الجنسي أو اليقظة الجنسية للشخص يسبقه فترة نمو جسمي سريع خاصة في الطول ، كما يلاحظ نمو حجم القلب بنية أكبر من نمو الأوردة والشرايين ويزداد ضغط الدم ، وتنمو المعدة وتتسع لسد حاجة الجسم النامي وتنمو أعضاء الجهاز الهضمي بنفس البنية تقريبا ويتذبذب التمثيل الغذائي بما يؤدي إلى زيادة الشهية للأكل عن المراهق(سامي،2002ص350)

البلوغ الجنسي:

يعتبر البلوغ الجنسي نقطة تحول وعلامة انتقال من الطفولة إلى المراهقة ويتحدد هذا البلوغ عن الذكور بحدوث أول قذف منوي وظهور الخصائص الجنسية الثانوية ، أما عند الإناث فيتحدد بحدوث أول حيض وظهور الخصائص الثانوية وتتضج الغدد الجنسية في الفترة العمرية ما بين سنة 14 - 17 سنة (schickedouy et 1994).

الإناث:

(2) اللواتي يبلغن مبكرا يملن إلى:

- الخجل مع الميل للاستعراض
- الانعزال عن جماعة رفاق السن وسوء التوافق الاجتماعي.
- الحاجة إلى إشراف خاص من الكبار بخصوص نشاطهن الجنسي.
- التقدم من الناحية الاجتماعية من الإناث الآخرين عندما ينضجن جميعا.
- مستوى من التوافق على من مستوى المتأخرات خاصة ما يتعلق منها بكل من التوافق الشخصي والأسري.

* صعوبة الحياة في مستوى النضج الذي يتوقفه منهن الكبار.

* تكوين لمفهوم أفضل للذات.

والإناث اللواتي يبلغن متأخرا يملن إلى:

* الانعزال عن النشاط الاجتماعي والشعور بالوحدة وحس قريناتهن.

* الخجل والقلق بسبب تأخر البلوغ.

* سيطرة الوالدين عليهن مما يؤخر انتقالهن من الاعتمادية إلى الاستقلالية يصاحبه ضعف

العلاقة مع الوالدين.

* نمو مفهوم الذات بدرجة أقل كفاية.

* الحاجة إلى خبرات النجاح في أي ناحية يستطعن تحقيق نجاح فيها.

* الحاجة إلى الاعتراف والتقدير (سامي، 2002ص352)

الأعمار والبلوغ الجنسي

الجدول رقم (أ)

السنة المئوية للبالغين		العمر بالسنوات
الذكور	الإناث	
		8
0	0	8
0	1	9
0	2	10
2	10	11
5	38	12
4	72	13
48	82	14
78	94	15
93	97	16
98	99	17
100	100	18

* ويتراوح البلوغ الجنسي عند الإناث بين سن 9 - 18 سنة

* بينما الذكور بين 11 - 18. (سامي، 2002ص353)

البلوغ الجنسي عند الإناث:

يبدأ البلوغ الجنسي عند الإناث بين سن 9 - 18 سنة حيث يبدأ الحيض عندما يبدأ إنتاج

البويضة الناضجة وانتقالها من المبيض عبر قناة البويضات (قناة فالوب) إلى الرحم ، وعندما

لا يتم تلقيحها بالحيوان المنوي تتفجر البويضة وينفصل الغشاء الرحمي المعد لاستقبالها ونموها

تبعاً لذلك وتنزل في صورة دم أحمر قان يصاحبه بعض الاضطرابات المتعلقة بسوء الهضم

وشعور عام بالإعياء والفتور ، تتلاشى بالتدرج مع تعود الفتاة على الدورة الشهرية تلك ، ولا

يصاحب الحيض في العادة ألم إلا في حالات الضعف الجسمي الواضح عند بعض الفتيات وتشير الدراسات المتعلقة بهذا المجال إلى أن الإناث الأطول والأثقل والأنضج في النمو الهيكلي يبلغن مبكرا عن زميلاتهن الأقصر والأبطأ في النمو الهيكلي بسبب عدد من العوامل المناخية والبيئة الجغرافية وكذلك التغذية والظروف البيئية العامة ، والجنس البشري الذي تنتمي إليه الفتاة(سامي،2002،ص354،253)

النمو الجسمي:

يتميز النمو الجسمي في هذه المرحلة بالسرعة الكبيرة في النمو ، فيلاحظ طفرة Growthspart بعد فترة نمو هادئة في مرحلة الطفولة المتأخرة ، وتزداد سرعة النمو عن الجنسين لمدة 3-4 سنوات (عند الذكور بين سن 12-16 سنة وعند الإناث بين سن 14-10 سنة)وتصل أقصى سرعة في النمو عند الإناث في سن 12 بينما تصل أقصى سرعة للنمو عند الذكور في سن 14 سنة ويزداد طول الفرد زيادة سريعة، ويتبع الكتفان ومحيط الأرداف ويزداد طول الجذع وطول الساقين كما يزداد نمو العضلات والقوة العضلية والعظام ويضيف "زهران" لأنه يزداد الطول والوزن عند الجنسين وبدرجة أوضح عند الذكور حيث يلحقون بالإناث ويسبقونهم ، وتصل الفتيات إلى أقصى الطول عند سن 18 سنة بينما تستمر هذه الزيادة عند الذكور عند سن 19 سنة (سامي،2002،ص354،253).

النمو الحركي:

وفي هذه المرحلة تنمو القدرة والقوة الحركية لدى الشخص بصفة عامة حيث يرتبط النمو الحركي في هذه المرحلة بالنمو الجسمي والنمو الاجتماعي، ولذلك فإنه يلاحظ الميل نحو الخمول والكسل وللتراخي وتكون حركات المراهق غير دقيقة ويكثر تعثر المراهق واصطدامه بالإثبات وسقوط الأشياء من يديه وشعوره بالحرج والارتباك، وتؤدي التغيرات الجسمية الواضحة والخصائص الجنسية الثانوية إلى شعور المراهق بذاته وتغير صورة الجسم لديه وتوقع الكبار تحله مسؤوليات اجتماعية عديدة.

النمو العقلي:

تتميز هذه المرحلة بأنها فترة تميز ونضج في القدرات في النمو العقلي ويطرد نمو الذكاء ويكون أكثر وضوحاً من تمايز القدرات الخاصة وتصبح قدراته العقلية أكثر دقة في التعبير مثل القدرة اللفظية والقدرة العددية في معالجة الأرقام والقيام بحل المسائل البسيطة بسرعة ودقة ، بما تزداد سرعة التحصيل وإمكاناته، وتنمو القدرة على التعلم وعلى اكتساب المهارات والمعلومات، وتنمو القدرة على الربط بين المتغيرات (أي القدرة على أن يأخذ الفرد في اعتباره عوامل متعددة في نفس الوقت)، وينمو الإدراك من المستوى الحسي المباشر إلى المستوى المعنوي الذي يمتد عقلياً نحو المستوى القريب والبعيد ، وتحديد التفاصيل بدقة ، وينمو الانتباه في مدته ومداه ومستواه(سامي،2002،ص360).

ولقد لخص أبو حامد عبد السلام مظاهر النمو العقلي في ما يلي:

- تزداد القدرات العقلية وخاصة اللفظية والميكانيكية والسرعة الإدراكية.
- يظهر الابتكار خاصة في حالة المراهقة الأكثر استقلالاً وذكاً الأعلى في مستوى الطموح.
- يأخذ التعليم طريقة نحو التخصص المناسب للمهنة أو العمل .
- ينمو التفكير المجرد والتفكير الإبتكاري وتتسع المدارك وتنمو المعارف .
- تزداد القدرات العقلية المختلفة وتظهر الفروق الفردية وتكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والرياضية والإعتماد بالتفوق الرياضي وانفتاح المهارات البدنية فيها .
- يلاحظ تفوق الإناث على الذكور في القدرات اللغوية(حامد،1995).

النمو الاجتماعي:

ونتيجة للتغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية التي تطرأ على الشخص ، فإنه يلاحظ اتساع نطاق الاتصال الاجتماعي وتزداد مشاركته للآخرين في الخبرات والمشاعر والاتجاهات والأفكار، وتستمر كذلك عملية التنشئة الاجتماعية والتطبيع الاجتماعي ويستمر تعلم واستحالة القيم والمعايير الاجتماعية من الأشخاص الهامين في حياته مثل الوالدين والمدرسين والقادة والمقربين من الرفاق(سامي،2002).

يلخص "محمد حسين علاوي" مظاهر النمو الاجتماعي الانفعالي في هذه المرحلة فيما يلي:

- ازدياد النزعة إلى الاستقلال في الرأي والتعارف حتى يشعر بالمساواة مع الكبار .
- تزداد الرغبة في المناقشة خاصة مع الكبار تأكيداً للنزعة الاستقلالية.

• الميل إلى الاشتراك في أعمال الإصلاح الاجتماعي وتغيير الأوضاع.

الحاجة إلى رعاية كافية تضمن عدم تعرضه للأمراض والإصابات حتى تستمر عملية النمو (محمد عوض، 1987).

مذكرة ليسانس للطلبة:

سعودي مجاهد و بن الزهرة محمد الطاهر و قاسمي بن زهار عبد القادر من جامعة الشلف
للسنة الجامعية 2006 - 2005.

بعنوان " أثر تسيير التربية البدنية و الرياضية على عزوف الفتاة في الطور النهائي عن
ممارسة التربية البدنية والرياضية"

دراسة ميدانية مقارنة بين ولايتي الجزائر و عين الدفلى.

نتائج المذكرة:

- إن التربية البدنية و الرياضية تعتبر كوسيلة هامة من وسائل التربية التي تهدف إلى تكوين
عاملا من الناحية العقلية و النفسية و الاجتماعية و الصحية و يجب إعطائها المكانة الحقيقية
اللازمة مع الأخذ بعين الاعتبار ما يلي:

توعية أفراد المناطق المختلفة لإخراجها من عزلتها و انطوائها و ذلك عن طريق عقد ندوات
دراسية للحديث على أهمية الرياضة للفتاة و إمكانية تطوير قدراتها.

مذكرة لنيل شهادة الليسانس:

للطالبة وداني حمزة و عطابي محمد و بوقادوم كريم من جامعة خميس مليانة للسنة الجامعية 2010 - 2011 بعنوان " أسباب عزوف الفتيات عن ممارسة التربية البدنية و الرياضية " دراسة حالة ثانويتي خميس مليانة وبئر ولد خليفة.

نتائج المذكرة:

- انخفاض معامل المادة و تأثيره على النتائج الدراسية .
- سهولة منح شهادة الإعفاء.
- نقص الوسائل والعتاد الرياضي .
- كثافة الدروس اليومية على التلاميذ .

صعوبات البحث:

إن كل بحث في أي مجال لا يخلو من الصعوبات و المعوقات المادية و البشرية التي تحول دون إتمامه كذلك الأمر بالنسبة لبحثنا هذا وسنكتفي بذكر أهم الصعوبات التي واجهتنا خلال مختلف انجازنا له نذكر منها:

- نقص المراجع وقلتها .
- لا مبالاة بعض التلميذات لاستمارة الاستبيان .
- ضيق الوقت وتزامنه مع مذكرة التربص التطبيقي .
- وجود اختلاف حول طريقة التحليل الإحصائي.

الخاتمة:

عموماً في هذه المرحلة (12-16) يتميز المراهق بحالة صحية جيدة مع نمو جسمي مميز في كل من السمع واللمس والذوق الذي يظهر من خلال إمكانيته في تقدير كل من الزمن والإبعاد ، وعلى ذلك تحدد الملامح النهائية والنسب والأنماط الجسمية المميزة في نهاية المرحلة والتي تتعدل حين يأخذ الجسم بصفة عامة والوجه بصفة خاصة تشكيلها المميز ، هذا بالإضافة إلى توازن عددي مميز والذي يلعب دوراً كبيراً في التكامل بين الوظائف والفيزيولوجية والحركية والجسمية والاجتماعية للفرد والتي تعمل على تكوين شخصية الفرد المتعددة الجوانب.

الفصل الثالث

الدراسات المشابهة

تمهيد:

إن الدراسات السابقة من أهم المحاور التي يجب على الباحث أن يستفيد منها حيث أهميتها في معرفة الأبعاد المختلفة التي تحيط بالمشكلة مع الاستفادة المباشرة في التوجيه وضبط المتغير ومناقشة النتائج ، والهدف الأساسي من الدراسات المشابهة لموضوع البحث هو ما سبق إتمامه وخاصة بما يتعلق بمشكلة البحث المطلوب دراسته من أجل تفادي تكرار البحث أو دراسة مشكلة سبق دراستها إلى جانب إتاحة الفرصة أمام الباحث لإنجاز بحثه على نحو أفضل ، ويذكر " محمد حسن علاوي وأسامة راتب": إن الفائدة من التطرق إلى الدراسات السابقة تكمن في أنها تدل الباحث عن المشكلات التي يتم انجازها من قبل أو المشكلات التي لا زالت في حاجة إلى دراسة أو بحث ما الذي ينبغي انجازه، كما أنها توضح للباحث مختلف الجوانب التي تكون البحوث الأخرى قد عالجتها بالنسبة لمشكلة البحث الحالية أو توضح للباحث عما إذا كانت مشكلة البحث قد عالجت بقدر كاف من الباحث ، الأمر الذي قد لا يستدعي إجراء المزيد من البحث في هذه المشكلة (محمد حسن علاوي، 1994).

3-1- دراسة بن عمرابي إبراهيم وآخرون: تحت عنوان " مشكلة عزوف الفتيات من حصة التربية البدنية والرياضية " دراسة ميدانية لمتوسطة (سيدي الموفق).

أهداف البحث:

*وضع المسؤولين والمربين على دراية تامة على وضعية الرياضة النسوية في مؤسساتنا (المتوسطات).

*إظهار مدى أهمية هذه المادة الحيوية والترغيب وتشويق التلميذات لهذا النوع من التربية.

*تحديد العوامل التي تمنع التلميذات من ممارستهن للتربية البدنية والرياضية في متوسطاتنا.

التعرف على طبيعة الظروف الملائمة للتلميذات لممارسة التربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة.

*تحسين الأولياء والمسؤولين لأهمية التربية البدنية والرياضية.

الاستنتاجات:

الفكرة الرئيسية التي استوحاها الباحثون في هذا الموضوع هي أن مادة التربية البدنية والرياضية عند الفتيات العازفات لم تصل بعد إلى تحقيق ما هو مسطر لها في المنظومة التربوية، حيث لم تكن ممارستها نابعة من مدى إدراك قيمتها الحقيقية والأهداف التي تسمو إليها، وأنها انحرفت عن مسارها الحقيقي وأصبحت عبارة عن تسلية وترفيه عن النفس، وهناك مشاكل وعراقيل عديدة تقف سدا منيعا إزاء الممارسة الجيدة للتلميذات والتي تتمحور حول:

*نقص العتاد الرياضي.

*عدم صلاحية المنشآت الرياضية.

*إهمال الأساتذة والإدارة للمادة.

*نقص الوعي العائلي.

*ثقافة المجتمع وعدم اهتمامه بالرياضة خاصة الرياضة النسوية.

3-2 دراسة فرامة وعمر حافظي: تحت عنوان " مشكلة النفور النسوي من حصة التربية البدنية

والرياضية في المرحلة المتوسطة " دراسة ميدانية في ولايتي إليزي والجزائر دفعة 1998.

أهداف البحث:

*إظهار مدى تأثير العوامل الاجتماعية في نفور التلميذات من درس التربية البدنية والرياضية.

*إعطاء لمحة عن تأثير الجنس النسوي في الرياضة لوضع الأولياء والآباء وإحساسهم بأهمية

درس التربية البدنية والرياضية.

*إظهار مدى أهمية التربية البدنية والرياضية لترغيب وتشويق التلميذات لهذا النوع من التربية.

*تحسين القائمين على هذه المادة ووضعهم في صورة ما وصلت إليه حالة الممارسة النسوية

للرياضة.

الاستنتاجات:

من خلال دراستنا لهذا البحث تبين لنا أن مادة التربية البدنية والرياضية عند الفتيات لم تصل بعد إلى المستوى المنشود، حيث لم تكن ممارستها إلا لسبب إجباريتها كمادة تربوية ولن هناك مشاكل وعراقيل عديدة تقف في طريقها من بينها:

*نقص الوعي الأسري.

*عدم صلاحية المنشآت الرياضية.

عدم الاهتمام بهذه المادة من قبل المسؤولين.

التأثير السلبي للمجتمع.

الخاتمة:

من خلال عرضنا لهذه الدراسات التي أجريت في هذا الصدد على عينات مختلفة وما جاءت به من استنتاجات وتوصيات حول ظاهرة عزوف البنات عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية حاولنا قدر المستطاع تحليلها وإيجاد ما يفيدنا في بحثنا هذا من حيث التجديد. والموضوع الذي نحن بصدد دراسته جعلنا نركز على النقاط التي تخدمه في هذه البحوث والتي وجدنا من خلالها أنه من الضروري علينا تحديد موضوع البحث في أسباب عزوف البنات عن درس التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.

الباب الأول

الدراسة الميدانية

الفصل الأول

إجراءات البحث

الميدانية

1- منهج البحث:

يعرف منهج البحث بأنه مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه

حيث أن طبيعة الموضوع هي التي تحدد المنهج المتبع وانطلاقاً من موضوع دراستنا الحالي

(أسباب عزوف التلميذات عن درس التربية البدنية والرياضية في المتوسط) فإن المنهج

الدراسة المسحية هي لملائمة طبيعة الموضوع (Mourais، 1996)

2- مجتمع وعينة البحث:**1-2- مجتمع البحث:**

هو مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية ولكي يكون البحث مقبولاً وقابلًا للإنجاز

لابد من تعريف مجتمع البحث الذي نريد فحصه وأن نوضح المقاييس المستعملة من أجل

حصر هذا المجتمع ومجتمع دراستنا يتكون من مجموعة تلميذات الطور المتوسط (محمد

زيدان، 2009).

2-2- عينة البحث:

تعتبر جزء من الكل بمعنى تؤخذ مجموعة من الأفراد من المجتمع على أن تكون ممثلة

للمجتمع لتجرب عليها الدراسة تمثيلاً صادقاً، وفي بحثنا تكون عينة البحث 15 تلميذة معنية

من ولاية معسكر.

3- مجالات البحث:

3-1- المجال المكاني:

شمل البحث التلميذات المعفيات من درس التربية البدنية والرياضية للطور المتوسط في ولاية

معسكر ولقد تم إجراء المقابلة في المتوسط على النحو التالي:

- متوسطة أحمد بونيف - عين فارس - معسكر.

- إكمالية أمين الله العيد - عين فارس - معسكر.

3-2-1- المجال الزمني:

انطلق بحثنا في 2019.02.15 وانتهى في 2019.06.17 خلال هذه الفترة تم إتمام الجزء

النظري وإجراء المقابلة الشخصية وتفريغ الإشعارات تم تحليل النتائج ومناقشتها ووضع خلاصة

عامة وتوصيات.

4- أدوات البحث:

استخدم الباحثون في هذه الدراسة الأدوات التالية:

4-1- المقابلة الشخصية:

تعتبر المقابلة الشخصية وسيلة من وسائل البحث ويكون بطرح مجموعة من الأسئلة المتنوعة

المستوحاة من الفرضيات والمركبة من محاور حيث يهدف الباحث من خلالها إلى جمع

معلومات كافية عن بحثه.

5- الدراسة الاستطلاعية:

لمعرفة ما يتعلق بظاهرة عزوف البنات عن درس التربية البدنية والرياضية كان لابد علينا من إجراء دراسة استطلاعية المتمثلة في الزيارات الميدانية لبعض المتوسطات وأخذ آراء الفتيات المعفيات وقد ساعدتنا هذه الدراسة في تحديد سير النظام العام للبحث.

6- الدراسة الرئيسية:

شملت الدراسة الرئيسية على 15 تلميذة معفية في ولاية معسكر.

7- الوسائل الإحصائية:

من أجل تحديد وترجمة النتائج المتحصل عليها بعد الإجابة عن الأسئلة المطروحة من طرف العينة المختارة اعتمدنا على ما يلي:

• الإحصاء بالنسبة المئوية

$$\frac{\text{عدد الإجابات} \times 100}{\text{المجموع الكلي}} = \%$$

الفصل الثاني

عرض ومناقشة

النتائج

عرض ومناقشة نتائج

المقابلة الشخصية

للتلميذات المعفيات

الجانب الصحي

المحور الأول:

- هل لياقتك البدنية تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل تعانيين من أمراض مزمنة تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل تعانيين من إصابة قلبية تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل وزنك يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل مؤهلاتك البدنية تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل تعانيين من إعاقة بدنية تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

جدول رقم (01):

الأسئلة	نعم		لا		أحيانا	
	عدد	%	عدد	%	عدد	%
1	3	20%	12	80%	0	0%
2	3	20%	9	60%	3	20%
3	4	26.66%	8	53.33%	3	20%
4	5	33.33%	10	66.66%	0	0%
5	3	20%	7	46.66%	5	33.33%
6	2	13.33%	12	80%	1	6.66%

تعليق:تمثلت إجابة الفتيات فيما إذا كانت لياقتهن البدنية تمنعهن من ممارسة نشاط التربية

البدنية والرياضية فكانت الإجابة 3 نعم ، أي ما يعادل 20% في حين كانت الإجابة 12 لا ،

أي ما يعادل 80 % ،وحول ما إذا كانت الفتيات تعانين من أمراض مزمنة تمنعهن من ممارسة الرياضة فكانت الإجابة 3 نعم ،أي ما يعادل 20% في حين كانت الإجابة لا 9 ،أي ما يعادل 60% ، في حين كانت الإجابة أحيانا 3،أي ما يعادل 20% .

وحول السؤال إن كانت تعانين من إصابة قلبية كانت الإجابة بنعم 4 ،أي ما يعادل 26.66%، وكانت الإجابة لا 8،أي ما يعادل 53.33% ، وكانت الإجابة بأحيانا 3 ، أي ما يعادل 20%، أما بالنسبة للذين يمنعهم جسمهم من ممارسة الرياضة فكانت الإجابة بنعم 5، أي ما يعادل 33.33% ،في حين كانت الإجابة ب لا 10، أي ما يعادل 66.66% ، أما اللذين لا يملكون المؤهلات البدنية في ممارسة الرياضة فكانت الإجابة 3 نعم، أي ما يعادل 20% ، في حين كانت الإجابة 7 لا ، أي ما يعادل 46.66% ، وكانت الإجابة بأحيانا 5 ، أي ما يعادل 33.63% ،أما بالنسبة للفتيات المعاقات كانت الإجابة 2 نعم ،أي ما يعادل 13.33% ، في حين كانت الإجابة ب لا 12 ، أي ما يعادل 80% ،وكانت الإجابة بأحيانا 1 ،أي ما يعادل 6.66% .

ومنه نستنتج أن الجانب الصحي لا يمنع من ممارسة التلميذات درس التربية البدنية والرياضية.

الجانب النفسي

المحور الثاني:

- هل ليس لديك الدافعية في ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل علاقتك بالأستاذ تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل خجلك من التلاميذ يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل خجلك من الأستاذ يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل احتكاكك بالتلاميذ يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل خجلك من بعض الحركات الرياضية يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.
- هل تعانيين من الخوف في أداء التمارين الرياضية.

جدول رقم (02):

الأسئلة	نعم		لا		أحيانا	
	عدد	%	عدد	%	عدد	%
1	10	66.66%	3	20%	2	13.33%
2	4	26.66%	9	60%	2	13.33%
3	2	13.33%	9	60%	4	26.66%
4	11	73.33%	2	13.33%	2	13.33%
5	1	6.66%	8	53.33%	6	40%
6	3	20%	4	26.66%	8	53.33%
7	9	60%	2	13.33%	4	26.66%

تعليق:تمثلت إجابة الفتيات فيما إذا كان ليس لديهن الدافعية في ممارسة الرياضة فكانت الإجابة 10 نعم ، أي ما يعادل 66.66% ، في حين كانت الإجابة ب لا 3 ، أي ما يعادل 20%، وكانت الإجابة بأحيانا 2 ، أي ما يعادل 13.33%، وتمثلت إجابة الفتيات حول علاقتهن بالأستاذ إن كانت تمنعهن من ممارسة الدرس كانت الإجابة 4 نعم ، أي ما يعادل 26.66%، في حين كانت الإجابة ب لا 9 ، أي ما يعادل 60%، وأحيانا 2 ، أي ما يعادل 13.33%، وكانت إجابة الفتيات إن كان الخجل من التلاميذ يمنعهن من ممارسة الرياضة فكانت الإجابة 2 نعم ، أي ما يعادل 13.33%، أما ب لا 9 ، أي ما يعادل 60%، وأحيانا 4 ، أي ما يعادل 26.66%، وتمثلت إجابة الفتيات حول خجلهن من الأستاذ كانت الإجابة 11 نعم، أي ما يعادل 73.33%، في حين كانت الإجابة ب لا 2 ، أي ما يعادل 13.33%، وأحيانا 2 ، أي ما يعادل 13.33%، وتمثلت إجابة الفتيات حول احتكاكهن بالتلاميذ فكانت الإجابة 1 نعم، أي ما يعادل 6.66%، في حين كانت الإجابة ب لا 8 ، أي ما يعادل 53.33%، أحيانا 6 ، أي ما يعادل 40%، وتمثلت إجابة الفتيات حول خجلهن من بعض الحركات الرياضية فكانت الإجابة 3 نعم، أي ما يعادل 20%، في حين كانت الإجابة ب لا 4 ، أي ما يعادل 26.66%، وبأحيانا 8 ، أي ما يعادل 53.33%، وتمثلت إجابة الفتيات حول المعاناة من الخوف في أداء التمارين الرياضية فكانت الإجابة 9 نعم، أي ما يعادل 60%، فيس حين كانت الإجابة ب لا 2 ، أي ما يعادل 13.33%، وأحيانا 4 ، أي ما يعادل 26.66%.

ومنه نستنتج أن الجانب النفسي هو الذي يمنع التلميذات من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية

الجانب الاجتماعي

المحور الثالث:

- هل غلاء الزي الرياضي يمنعك من ممارسة الرياضة.
- هل التدين يمنعك من ممارسة الرياضة.
- هل ارتداء الحجاب يمنعك من ممارسة الرياضة.
- هل أسرتك تمنعك من ممارسة الرياضة.
- هل عدم توفر البيت على المرشحات يمنعك من ممارسة الرياضة.

جدول رقم (03):

الأسئلة	نعم		لا		أحيانا	
	عدد	%	عدد	%	عدد	%
1	3	20%	11	73.33%	1	6.66%
2	0	0%	14	93.33%	1	6.66%
3	3	20%	9	60%	3	20%
4	2	13.33%	10	66.66%	5	33.33%
5	1	6.66%	8	53.33%	6	40%

تعليق: تمثلت إجابة الفتيات فيما إذا كان غلاء الزي الرياضي يمنعهن من ممارسة الرياضة

فكانت الإجابة 3 نعم، أي ما يعادل 20%، في حين كانت الإجابة ب لا 11، أي ما يعادل

73.33%، وأحيانا 1، أي ما يعادل 6.66%، وحول التدين فكانت الإجابة 0 نعم، أي ما

يعادل 0%، في حين كانت الإجابة ب لا 14، أي ما يعادل 93.33%، وأحيانا 1، أي ما يعادل

6.66%، أما بالنسبة لارتداء الحجاب فكانت الإجابة 3 نعم، أي ما يعادل 20%، أما ب لا 9،

أي ما يعادل 60%، وأحيانا 3، أي ما يعادل 20%، أما بالنسبة للسؤال هل أسرتك تمنعك من

ممارسة الرياضة فكانت الإجابة 2 نعم، أي ما يعادل 13.33%، أما ب لا 10 ، ما يعادل 66.66%، وأحيانا 5 ، أي ما يعادل 33.33 %، أما بالنسبة للسؤال هل عدم توفر البيت على مرشاة يمنع من ممارسة الرياضة فكانت الإجابة 1 نعم ،أي ما يعادل 6.66 %، في حين كانت الإجابة ب لا 8 ، أي ما يعادل 53.33%، وأحيانا 6 ، أي ما يعادل 40%.

ومنه نستنتج أن الجانب الاجتماعي لا يمنع التلميذات من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

الاستنتاجات

والتوصيات

تمهيد:

يتضمن هذا الجزء من الاستنتاجات ومناقشة نتائج الدراسة التي سبق عرضها في الفصل السابق لمدى صحة نتائج لفرضيات البحث، ونسعى إلى تفسير النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة ومقارنتها بالدراسات السابقة لمدى معرفة مدى اتفاقها أو تعارضها معها.

2- الاستنتاجات:

- نستنتج أن هناك غياب دعم معنوي من طرف الأستاذ لممارسة درس التربية البدنية والرياضية والذي يعود سلبيًا على نفسية التلميذات على إقبالهن عن الدرس.
- نستنتج أن الخجل من بعض الحركات الرياضية يمنع التلميذات من ممارسة الدرس.
- نستنتج أن الاختلاط له دور في ظاهرة عزوف التلميذات عن درس التربية البدنية والرياضية.
- نستنتج أن غياب الدافعية في ممارسة درس التربية البدنية والرياضية أحد الأسباب المهمة في عزوف التلميذات عن درس التربية البدنية والرياضية.
- نسبة كبيرة من الفتيات المعفيات يمتنعن عن ممارسة الرياضة بسبب الخوف من أداء بعض التمارين الرياضية.
- لاحظنا أن علاقة الأستاذ بالتلاميذ تسبب عزوف التلميذات عن درس التربية البدنية والرياضية.

مقارنة النتائج بالفرضيات:

الفرضية الأولى:

*أسباب عزوف الطالبات عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية تعود إلى الجانب الصحي.

من خلال أجوبة أفراد العينة (التلميذات المعفيات) على المحور الخاص بالجانب الصحي، وبعد قراءة النتائج واستخلاصها : مكننا القول أن ليس للجانب الصحي أي تأثير على عزوف التلميذات عن درس التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط فمثلا سؤال هل لياقتك البدنية تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية كانت الإجابة 80% لا وهذا يبين أن ليس للجانب الصحي دخل في عزوف الطالبات عن درس التربية البدنية والرياضية وبالتالي الفرضية الأولى ثم نتحقق.

الفرضية الثانية:

*أسباب عزوف الطالبات عن درس التربية البدنية والرياضية تعود إلى الجانب النفسي من خلال أجوبة التلميذات المعفيات على المحور الخاص بالجانب النفسي وبعد قراءة النتائج واستخلاصها أمكننا القول أن الجانب النفسي له تأثير عزوف التلميذات عن درس التربية البدنية والرياضية فمثلا السؤال هل غلاء الزي الرياضي يمنعك من ممارسة الرياضة فكانت الإجابة 73.33% وهذا يبين أن الجانب النفسي ليس له تأثير وبالتالي الفرضية التالية لم تتحقق.

الفرضية الثالثة:

*أسباب عزوف الطالبات عن ممارسة درس التربية البدنية والرياضية تعود إلى الجانب الاجتماعي.

من خلال أجوبة أفراد العينة (التلميذات المعفيات) على المحور الخاص بالجانب الاجتماعي ، وبعد قراءة النتائج واستخلاصها : مكننا القول أن ليس للجانب الاجتماعي أي تأثير على عزوف التلميذات عن درس التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط فمثلا سؤال هل غلاء الزي الرياضي يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية كانت الإجابة 73.33% لا وهذا يبين أن ليس للجانب الاجتماعي دخل في عزوف الطالبات عن درس التربية البدنية والرياضية وبالتالي الفرضية الثالثة ثم نتحقق.

الاقتراحات والتوصيات:

- التربية البدنية و الرياضية جزء لا يتجزأ من التربية العامة وتعتبر وسيلة من وسائل الرقي الاجتماعي والتي تهدف إلى تكوين فرد متكامل من جميع النواحي العقلية و النفسية و الاجتماعية و الصحية ولدى يجب إعطائها المكانة المناسبة وعدم إهمال ممارستها بانتظام خاصة من طرف الإناث ولدى يجب الاهتمام بالنواحي التالية لتسهيل ممارستها لها:
- تخصيص مساحات أكبر وأكثر خصوصية للإناث .
- تجهيز المؤسسات بالمرافق الضرورية المخصصة للنشاط البدني.
- تعديل برنامج حصة التربية البدنية و زيادة معاملها لإظهار أهميتها .

- فرض الرقابة الطبية على الإناث من طرف طبيب المؤسسة والبحث في صحة الشهادات المقدمة للإعفاء .

- فصل الإناث عن الذكور في انجاز الحصة .

- الاهتمام أكثر من طرف الأولياء لممارسة بناتهم للرياضة .

- توضيح الرأي الايجابي للإسلام في ممارسة الرياضة .

*على الرغم من أننا حاولنا الإلمام بجوانب هذه الظاهرة إلا أننا لم نحطها بكل جوانبها لأننا

أهملنا جوانب كثيرة يمكن أن تؤثر في انتشار الظاهرة ولدى تبقى نتائج دراستنا نسبية.

وفي الأخير نرجو أن نكون قد وصلنا لنتائج قيمة يمكن لغيرنا الاستفادة منها.

الخاتمة:

من خلال الدراسة التي قمنا بها في بحثنا حاولنا إظهار تأثير كل من الجانب النفسي والاجتماعي والصحي على عزوف الفتيات عن حصة التربية البدنية والرياضية فكانت الفكرة الرئيسية التي استخلصناها استنادا على الدراسة التطبيقية وجدنا أن الجانب النفسي له أثر كبير في عزوف الإناث عن حصة التربية البدنية والرياضية.

ومن خلال هذه الدراسة حاولنا إظهار مدى أهمية حصة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للإناث كما لها من تأثير فعال على التلميذات وذلك من خلال تمتيتهن في جميع الجوانب النفسية الصحية والاجتماعية لهذا المختصون النفسانيون ينصحون بممارسة الأنشطة الرياضية وإقحامها بقوة في المؤسسات التعليمية لأنها تنشط الجسم وتهدأ الروح وتخرج الفرد من عزلة وتكسبه الثقة بالنفس أي أن تلعب دورا كبيرا في بناء شخصية التلميذ.

وممارسة النشاط البدني والرياضي لا يكون حكرا على الذكور فقط بل يجب إعطاء فرص للبنات لممارسة هذا النشاط وذلك يساعد الفتيات على أن تكون مثلا وقدوة في المجتمع خاصة إذا كان النشاط موجها من طرف مربين وأساتذة ناجحين وممارسة التربية البدنية والرياضية لها تأثير على سلوكيات التلميذات عامة وهي تساهم في تنمية أنماط السلوك الاجتماعي من خلال التأثير الإيجابي لشخصية الأستاذ.

وبما أن حصة التربية البدنية والرياضية وسيلة في تكوين التلميذات عقليا وبدنيا وجب على الوزارة والحكام وضع حلول لمنع نفور البنات من الحصة.

وفي الأخير نرجو استغلال النتائج فيما يخدم التلميذات والمؤسسات التربوية.

المصادر والمراجع

المصادر والمراجع

1. أحمد زكي صالح، أسس نفسية للتعليم الثانوي ، مصر .
2. أمين أنور الخولي ، أصول التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى، القاهرة ، مصر، 1996 .
3. حامد عبد السلام زهران ، علم النفس نمو الأطفال والمراهقة القاهرة.
4. حسن شلتوت ، حسن معوض ، التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، القاهرة .
5. حمد مصطفى زيدان :علم النفس الإجتماعي . ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 19 .
6. سامي محمد ملحم علم النفس، نمو دورة حياة الإنسان .
7. سهام عفت، التدريب الميداني في التربية الرياضية، دار المعارف، القاهرة.
8. عباس أحمد صالح السامراتي، طرق التدريس التربية الرياضية ط3، بغداد .
9. عدنان درويش جلول وآخرون، التربية الرياضية والمدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط3.
10. علم النفس، نمو دورة حياة الإنسان - سامي محمد ملحم.
11. علي يحيى المنصوري ، الثقافة و الرياضية ، الجزء الأول ، بدون طبعه، 1971
12. علي أسعد وظفه وعلي جاسم الشهاب، علم الاجتماع المدرسي، مجمع المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، 2004 .
13. علي يحيى المنصوري ، الثقافة و الرياضية ، الجزء الأول ، بدون طبعه، 1971 .

14. فاطمة المنتصر الكتاني، الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بمخاوف

الذات لدى الأطفال، دار الشروق للنشر والتوزيع، الأردن، 20 .

15. محمد زيدان، البحث العلمي، مناهجه وتقنياته، الجزائر.

16. محمد عوض البسوني، نظريات وطرق التربية البدنية ، الجزائر.

17. دخان محمد ، بوخرص رمضان، مذكرة لنيل شهادة ليسانس ، أهمية ت. ب. ر. في

المنظومة التربوية وواقعها بثانويات الشرق لجزائري : معهد ت.ب.ر. ، الجزائر ، 1994 -

، ص. 19 - 20 - 27 - 28 .

18. دروس في التربية و علم النفس (1973 - 1974).

المصادر باللغة الأجنبية

Mourais Angers initiation ,pratique a la méthodologie des science humaines ,el casbah

,Alger/CLC.QUEBEC 1996.

Mourice peisson.1992.

G- sellen,phfurfy,andwtgaugham,an introduction to sociology, new york,harper et brothers,1958.

Green Arnold,sociologyanalysis of life sociology, new york, 1978.

الملاحق

الجانب الصحي

المحور الأول:

- هل لياقتك البدنية تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل تعاني من أمراض مزمنة تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل تعاني من إصابة قلبية تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل وزنك يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل مؤهلاتك البدنية تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل تعاني من إعاقة بدنية تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

الجانب النفسي

المحور الثاني:

- هل ليس لديك الدافعية في ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل علاقتك بالأستاذ تمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل خجلك من التلاميذ يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل خجلك من الأستاذ يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل احتكاكك بالتلاميذ يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل خجلك من بعض الحركات الرياضية يمنعك من ممارسة درس التربية البدنية والرياضية.

نعم لا أحيانا

- هل تعاني من الخوف في أداء التمارين الرياضية.

نعم لا أحيانا

الجانب الاجتماعي

المحور الثالث:

- هل غلاء الزي الرياضي يمنعك من ممارسة الرياضة.

نعم لا أحيانا

- هل التدين يمنعك من ممارسة الرياضة.

نعم لا أحيانا

- هل ارتداء الحجاب يمنعك من ممارسة الرياضة.

نعم لا أحيانا

- هل أسرتك تمنعك من ممارسة الرياضة.

نعم لا أحيانا

- هل عدم توفر البيت على المرشحات يمنعك من ممارسة الرياضة.

- نعم لا أحيانا