

وزارة التعليم العالي و البحث العالي  
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -  
معهد التربية الرياضية و البدنية

قسم : التدريب الرياضي

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر أكاديمي ضمن متطلبات علوم و تقنيات التربية البدنية و الرياضية:

تخصص: التحضير النفسي الرياضي

العنوان:

دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في بناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي (09 سنوات - 10 سنوات)  
منهج وصفي أجري على بعض ابتدائيات ولاية غليزان

الأستاذ المشرف:

د. مناد فضيل

من إعداد الطالب:

➤ شنافة فؤاد

السنة الجامعية: 2023 - 2024

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# شكر و تقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

يقول عز وجل:

"....وَلَنُؤْتِيَنَّكَ لَكُمْ.."

نشكر المولى عز وجل و نحمده حمداً يليق بجلاله و عظيم سلطانه على نعمه الجليلة  
أنه تبارك و تعالى أمدنا بالصحة و القوة لإتمام هذا العمل و نحمده تبارك و تعالى  
على توفيقه و إيمانه لنا و منحنا الرشاد و الثبات آمين أن يتقبله خالصاً لوجهه  
الكريم.

قال رسول الله صلى الله عليه و سلم:

"من لم يشكر الناس لم يشكر الله"

يطيب لنا بكثير من الاحترام أن نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ الفاضل  
الدكتور "مناد فضيل" الذي بفضل الله ثم بفضل جهده المتواصل أفادنا كثيراً  
بنصائحه و ارشاداته و توجيهاته تم إنجاز هذا العمل فله منا كل الشكر و التقدير.  
و كذا نتقد بالشكر الجزيل للسيد مدير جامعة مستغانم و كل الطاقم البيداغوجي  
لمعهد التربية البدنية و الرياضية

و نقدم بالشكر للجنة المحكمة

و في الأخير نتوجه بخالص شكرنا و أمانينا الى كل من ساهم معنا في إتمام هذا

العمل من بعيد أو قريب

# اهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

قال الله تعالى: " وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ " الآية 105 -

## سورة التوبة

أهدي ثمرة هذا العمل الي:

من بلغ الرسالة و أدى الأمانة و نصح الأمة الي نبي الرحمة و نور العالمين سيّدنا محمد  
صلى الله عليه و سلم .

الي من كَلَّمَهُ اللهُ بالصَّيِّبَةِ و الوقار الي من أحمل اسمه بكل افتخار ، و الذي العزيز أرجو  
من الله أن يحفظه و يطيل عمره في العمل الصالح ، و ستبقى كلماتك نجوم أهدتي  
إلى أعز أم في الوجود و الذي قدر فيها الرحمة و الي من دعاؤها سر نجاحي و لدتي  
العزيزة بارك الله في عمرها

الي عائلتي الصغيرة زوجتي و أبنائي جهاد، محمد، فاطمة الزهراء، الي أخي و جميع  
أخواتي

و الي كل العائلة أعمامي و عماتي و خالاتي و أخوالي

لكم جميعا أهدي ثمرة هذا الجهد المتواضع.

فؤاد

## الفهرس:

الصفحة	العنوان
ج	شكر و عرفان
د	إهداء
ك	ملخص
1	مقدمة
<b>التعريف بالبحث</b>	
5	1- إشكالية البحث
7	2- فرضيات البحث
7	3- أسباب اختيار البحث
8	4- ضبط مفاهيم ومصطلحات البحث
9	5- أهداف البحث
10	6- أهمية البحث
11	7- الدراسات السابقة
24	8- نقد الدراسات
25	9- النتائج المتوقعة
<b>الباب الأول الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية</b>	
28	تمهيد
29	1- لمحة تاريخية عن المنشآت وتطورها
33	2- التعريف بالمنشآت الرياضية
33	3- أسس تخطيط المنشآت الرياضية
35	4- الهيكل التنظيمي للمنشآت الرياضية
36	5- أسس ومبادئ التخطيط في المنشآت ومزايا دراستها

46	6-الوسائل البيداغوجية
52	خلاصة
<b>الفصل الثاني: الصحة النفسية</b>	
54	تمهيد
55	1-تعريف الصحة النفسية
57	2-بعض النظريات المفسرة للصحة النفسية
59	3-المفاهيم المرتبطة بالصحة النفسية
60	4-أهمية الصحة النفسية
62	5-العوامل المؤثرة في الصحة النفسية
63	6-خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية
66	7-مظاهر ومعايير الصحة النفسية
69	8-نسبية الصحة النفسية
70	9-مناهج الصحة النفسية
73	10-مشكلات الصحة النفسية
75	خلاصة
<b>الباب الثاني: الجانب التطبيقي</b>	
<b>الفصل الأول: الإجراءات المنهجية للدراسة</b>	
78	تمهيد
79	1-الدراسة الاستطلاعية
79	2- المنهج المتبع
79	3-مجتمع البحث
79	4- عينة البحث
80	5- مجالات البحث
80	6- متغيرات الدراسة
80	7- الأدوات المستعملة في الدراسة

81	8- الوسائل الإحصائية
81	9-الخصائص السيكو مترية لأداة القياس
84	خلاصة
	الفصل الثاني: عرض ومناقشة وتحليل النتائج
86	1-عرض نتائج الدراسة
108	2- تحليل ومناقشة نتائج الدراسات في ضوء الفرضيات
111	3- الاستنتاجات العامة
112	4- الاقتراحات والتوصيات
114	خاتمة
116	مراجع
	ملاحق

### قائمة الجداول:

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
86	يبين ماهي المنشآت التي تتوفر في مؤسستكم	الجدول رقم 01
87	يبين ماهي الوسائل البيداغوجية التي تتوفر في مؤسستكم	الجدول رقم 02
89	: يبين دور المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية في تفادي الإصابات وبالتالي نزع الخوف من ممارسة الحصة للتلاميذ	الجدول رقم 03
90	يبين دور الوسائل البيداغوجية في التخفيف من القلق والتوتر	الجدول رقم 04
	يبين هل ممارسة اللعب في ساحة المدرسة له تأثير سلبي على نفسية التلميذ والخوف والهروب من الحصة؟	الجدول رقم 05
91	يبين تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء الحصة	الجدول رقم 06
93	يبين هل تركز على الجانب النفسي أثناء تحضيركم للحصة	الجدول رقم 07

94	يبين هل الألعاب الرياضية الفردية مناسبة لتطوير الجانب النفسي للتلميذ	الجدول رقم 08
95	يبين مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية الحصة	الجدول رقم 09
96	يبين دور المنشآت الرياضية الوسائل البيداغوجية في رفع القابلية النفسية للتلاميذ	الجدول رقم 10
97	يبين هل يشعر التلاميذ بالملل عند عدم وجود المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية؟	الجدول رقم 11
98	يبين هل استعمال الوسائل البيداغوجية دور في التخلص من الاكتئاب لدى التلاميذ؟	الجدول رقم 12
100	يبين ما هو الخلل في عدم ابراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية	الجدول رقم 13
101	يبين هل الألعاب الرياضية الجماعية لها أثر إيجابي على تنمية الجانب الاجتماعي للتلاميذ؟	الجدول رقم 14
102	يبين هل نقص الوسائل البيداغوجية يؤدي الى عدم انضباط التلاميذ وخلق الفوضى في المدرسة؟	الجدول رقم 15
103	يبين هل الألعاب التنافسية لها دور في بناء التعاون بين التلاميذ في مجالات أخرى مثل الدراسة؟	الجدول رقم 16
104	يبين ماذا تشعر عند ممارسة حصة التربية البدنية؟	الجدول رقم 17
105	يبين ماهي الرياضة التي تحب ممارستها	الجدول رقم 18
106	يبين هل تحب المنافسة والرغبة في التحدي والفوز؟	الجدول رقم 19
107	يبين شعورك عند وجود أكثر من كرة عند أداء الحصة	الجدول رقم 20

قائمة الاشكال:



الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
44	يوضح عملية تحليل الوظائف في المنشأة الرياضية	الشكل رقم 01
45	مخطط للتنمية والتطوير الذاتي للموظف في المنشأة الرياضية	الشكل رقم 02
86	يبين ماهي المنشآت التي تتوفر في مؤسستكم	الشكل رقم 03
87	يبين ماهي الوسائل البيداغوجية التي تتوفر في مؤسستكم	الشكل رقم 04
89	:يبين دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في تفادي الإصابات و بالتالي نزع الخوف من ممارسة الحصة للتلاميذ	الشكل رقم 05
90	يبين دور الوسائل البيداغوجية في التخفيف من القلق والتوتر	الشكل رقم 06
91	يبين هل ممارسة اللعب في ساحة المدرسة له تأثير سلبي على نفسية التلميذ والخوف والهروب من الحصة؟	الشكل رقم 07
91	يبين تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء الحصة	الشكل رقم 08
93	يبين هل تركز على الجانب النفسي أثناء تحضيركم للحصة	الشكل رقم 09
94	يبين هل الألعاب الرياضية الفردية مناسبة لتطوير الجانب النفسي للتلميذ	الشكل رقم 10
95	يبين مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية الحصة	الشكل رقم 11
96	يبين دور المنشآت الرياضية الوسائل البيداغوجية في رفع القابلية النفسية للتلاميذ	الشكل رقم 12
97	يبين هل يشعر التلاميذ بالملل عند عدم وجود المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية؟	الشكل رقم 13
98	يبين هل استعمال الوسائل البيداغوجية دور في التخلص من الاكتئاب لدى التلاميذ؟	الشكل رقم 14
100	يبين ما هو الخلل في عدم ابراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية	الشكل رقم 15
101	يبين هل الألعاب الرياضية الجماعية لها أثر إيجابي على تنمية الجانب الاجتماعي للتلاميذ؟	الشكل رقم 16
102	يبين هل نقص الوسائل البيداغوجية يؤدي الى عدم انضباط التلاميذ وخلق الفوضى في المدرسة؟	الشكل رقم 17
103	يبين هل الألعاب التنافسية لها دور في بناء التعاون بين التلاميذ في مجالات أخرى مثل الدراسة؟	الشكل رقم 18

104	يبين ماذا تشعر عند ممارسة حصة التربية البدنية؟	الشكل رقم 19
105	يبين ماهي الرياضة التي تحب ممارستها	الشكل رقم 20
106	يبين هل تحب المنافسة والرغبة في التحدي والفوز؟	الشكل رقم 21
107	يبين شعورك عند وجود أكثر من كرة عند أداء الحصة	الشكل رقم 22

## المخلص:

هدفت الدراسة الى معرفة دور المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية في بناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات في ولاية غليزان حيث بدانا الدراسة بالإطار النظري الذي كان يضم عدة فصول وتمثل الفصل الاول في المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية ثم الفصل الثاني الصحة النفسية وعلاقتها بالمنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية اما الدراسة الميدانية فقط اخترنا المنهج الوصفي الذي له أهمية في مثل هذه الدراسات مجمعة البيانات باستخدام استبيان الذي كان يضم (20) سؤالاً من خلال عينة الدراسة التي احتوت على اساتذة وتلاميذ الطور الابتدائي(9-10) سنوات لدوائر ولاية غليزان وتمت العملية عن طريق الاسلوب الاحصاء المناسب وكانت النتائج كما يلي:

- معظم الابتدائيات لا تتوفر على منشآت رياضية و وسائل بيداغوجية
- للوسائل والمنشآت دور في تخفيف من درجة القلق والخوف لتلاميذ المرحلة الابتدائية
- للوسائل البيداغوجية دور في تحقيق النمو النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية
- للوسائل البيداغوجية و المنشآت دور ايجابي في تحقيق النمو الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

بعدها خرجنا بفكره عامه للبحث تمثلت أن للمنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية دور هام في تحقيق وبناء الصحة النفسية للتلاميذ.

## **Summary:**

The study aimed to know the role of sports facilities and pedagogical means in building the mental health of For primary school students (9-10) years in the state of Relizane, where we started the study with the theoretical framework, which included several chapters and represented the first chapter in sports facilities and pedagogical means, then the second chapter Mental health and its relationship to sports facilities and pedagogical means The field study only we chose the descriptive approach that has importance in such studies Data Collector Using a questionnaire that included (20) a question through the study sample Which contained teachers and students of the primary stage (9-10) years for the departments of the state of Relizane and the process was done through the appropriate statistical method The results were as follows:

- Most primary schools do not have sports facilities and pedagogical tools.
- Means and facilities have a role in alleviating the degree of anxiety and fear of primary school students
- Pedagogical means have a role in achieving the psychological development of primary school students
- Pedagogical means and facilities have a positive role in achieving the social development of primary school students.

Then we came up with a general idea for research that sports facilities and pedagogical means have an important role in achieving and building the mental health of students.

مقدمة

## مقدمة:

لقد صقلت الرياضة حياة البشر على مر العصور، فقد تطورت و احتلت مكانة لا تقه في حياتهم اليومية ، و أصبحت الرياضة المدرسية من أهم النشاطات التي تكسب التلميذ القدرة على التفكير و تنمي الذكاء و تزيد من تطوره بدنيا أو عقليا و ذهنيا ،إلا أننا نلاحظ في بعض الأحيان تعرض بعض التلاميذ للإصابات و النفسية التي تؤثر عليهم سواء من الناحية النفسية أو البدنية و هذا لعدم توفر المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية التي ترمي إلى تحسين الأداء المهاري و الرياضي و النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية، فلا بد أن حياة التلاميذ أصبحت أيضا أكثر تعقيدا و حاجة إلى توفير وضمان الوقاية والحماية من الأضرار والمشاكل التي تحدث في المجال الرياضي و يعتبر التطور العلمي الذي شهده المجال الرياضي من حيث استخدامه أحدث الأجهزة العلمية المتطورة فهو لا يقل شأنًا عن باقي العلوم الأخرى إن الاهتمام بكيان الإنسان كوحدة كاملة لم ينضج ولم يكتمل و يبرز إلى الوجود إلا في القرن 21 ، حيث أنشأت عدة دول معاهد خاصة لدراسة تأثير التدريبات على الجسم البشري والأجهزة الحيوية .

يعد النشاط الرياضي في صورته التربوية الحديثة ميدانا هاما في إعداد الفرد الصالح ، وذلك من خلال حصة التربية البدنية والرياضية حيث تسعى إلى محاولة تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية والارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم وبالصفات البدنية واكتساب المعارف الرياضية والصحية . وعلى أستاذ التعليم الابتدائي أن يكون على علم ودراية كاملة بطبيعة مادة التربية البدنية والرياضية وأهميتها وأهدافها وهذا يستلزم معرفة الأسس العلمية التي تبني عليها : كعلم لنفس وعلم التشريح والطب الرياضي لهذا لا بد على الأستاذ الاهتمام بالتلاميذ لما لهم من أهمية بالغة ، والتركيز على

لتحصيل العلمي الكبير من خلال تفادي حدوث مشاكل نفسية و صحية و اصابات خلال حصة التربية البدنية والرياضية ،ولما كان محور العملية التعليمية بالمرحلة الابتدائية هو التلميذ يجب على الأستاذ الاعتناء به وإعداده ما يتناسب وتطور المجتمع في الميدان التكنولوجي والعلمي والمعرفي والصحي هذا الأخير في الجانب الصحي نص عليه أول بند من قانون التربية البدنية والرياضية في الجزائر أمر رقم 81/76 المؤرخ في 23 /10/1976 الذي أوجب على أستاذ مادة التربية البدنية الرياضية أن يعمل على الحفاظ على أمن وسلامة تلاميذه. .

ولأن تلاميذ المرحلة الابتدائية معرضين للإصابات الرياضية و النفسية لمختلف أنواعها قبل و أثناء و بعد حصة التربية البدنية والرياضية، ومدى تأثيرها على التحصيل المدرسي و أثناء الامتحانات الكتابية ،كان اختياري لهذا الموضوع لما لاحظته من مشاكل نفسية و صحية أثناء إجراء الحصة وعليه قصد الإلمام بالموضوع ارتأيت القيام بدراسة ميدانية تقوم على أسس علمية ومنهجية واضحة لمعرفة دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في بناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي وقد استهل الباحث هذه الدراسة بمقدمة عن الموضوع محل الدراسة ،ثم التعريف بالبحث ثم قسمنا الدراسة الى بابين الأول: الدراسة النظرية تحتوي على فصلين الأول خاص بالمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية ،و الفصل الثاني خاص بالصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي و الباب الثاني يشمل الجانب التطبيقي خصه الباحث لعرض إجراءات البحث الميدانية ، ثم يليها عرض وتحليل ومناقشة النتائج وبعض التوصيات والمقترحات التي تدعم الأستاذ في كشف دور هذه المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في ب (اسامة، 1986) ناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي، ويأمل الباحث أن يكون قد قدم عملا مفيدا للعاملين في هذا الحقل الواسع ، وأن يساهم

بدوره في تسريع عجلة البحث العلمي ويمكن الطلبة والأساتذة من فهم وإدراك حقيقة أهمية المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في بناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي.



# التعريف بالبحث

## 1-1-الإشكالية:

تعتبر مادة التربية البدنية والرياضية في العصر الحالي جزءاً أساسياً من النظام التربوي، حيث تمثل جانبا من التربية العامة التي تهدف وتعمل على تنمية وتطوير شخصية التلميذ وإعداده إعداداً بدنياً وعقلياً في توازن تام (رضوان، لمدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية، 2006، صفحة 24) معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يعمل كدعامة ثقافية واجتماعية ونفسية لذلك، فالأنشطة الرياضية والبدنية تعتبر من أكبر البرامج التربوية الهادفة في المجتمع، ويتضح ذلك من خلال مدى تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي، ومن هذا المنطلق فإن معرفة خصائص النمو واحتياجات التلميذ لها أهمية بالغة خاصة من طرف الأستاذ الذي يعتبر اللبنة الأساسية في حصة التربية البدنية والرياضية إلا أن الأنشطة الرياضية على اختلاف متطلباتها البدنية تعتمد على توفير المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية التي ترمي إلى تحقيق أهداف تربوية، لاشك أنها تعد من الكثير من ممارساتها لدرجات متفاوتة من الإصابات بل أن هناك علاقة بين موقع الإصابة بالجسم ونوعها وشدتها وبين نوع النشاط الرياضي الممارس خلال الحصة سواء أكانت ألعاباً جماعية أو فردية، ومن هذا المنطلق يتضح لنا جلياً العلاقة الوطيدة بين ممارسة التربية البدنية والرياضية والصحة النفسية فالتربية البدنية هي وسيلة من أجل حياة صحية أفضل، كما أن الصحة يجب أن تكون هدفاً مباشراً يحافظ عليه التلميذ عند ممارسة الأنشطة البدنية في الحصة لتحقيق نتائج رياضية ومدرسية جيدة. وإحراز نتائج جيدة خلال المسار الدراسي و التحصيل العلمي، و إعداد التلميذ إعداداً متكاملأً بدنياً و اجتماعياً و نفسياً و عقلياً من خلال تزويده بمهارات واسعة و التي تساعده في الاندماج و التكيف و التعاون مع مجتمعه.

و يتحقق هذا النشاط التربوي لمدارس الطور الابتدائي بتوفير كل الوسائل البيداغوجية و المنشآت الرياضية التي لها دور كبير في بناء و تدعيم الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي.(9- 10 سنوات)

و من هذا المنطلق نقوم بهذه الدراسة و يمكننا طرح التساؤل بالشكل التالي:

### 1. 1. 1. التساؤل العام:

هل المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور في بناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي؟

### 1.1. 2. التساؤلات الجزئية:

1. هل تتوفر المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في مؤسسات التربية للطور الابتدائي

2. هل المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور في التخفيف من القلق و الخوف لتلاميذ الطور

الابتدائي؟

3. هل المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور ايجابي في تحقيق الذات لتلاميذ الطور

الابتدائي؟

4. هل المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور في اكتساب روح التعاون لدى تلاميذ الطور

الابتدائي؟

## 2-الفرضيات:

### 2-1-فرضية عامة:

المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور ايجابي في بناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي.

### 2-2-الفرضيات الجزئية:

1.معظم الابتدائيات لا تتوفر على المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية

2. للمنشآت الرياضية و للوسائل البيداغوجية دور في التخفيف من القلق و الخوف لتلاميذ الطور الابتدائي.

3. للمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور ايجابي في تحقيق الذات لتلاميذ الطور الابتدائي .

4. للمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور في اكتساب روح التعاون لدى تلاميذ الطور الابتدائي.

### 3-أسباب اختيار الموضوع:

البحث عن الدور الذي تلعبه المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية لبناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي لولاية غليزان

- الصعوبات التي تعترض الابتدائيات من خلال توفر هذه المنشآت

#### 4- ضبط مفاهيم و مصطلحات البحث:

▪ المنشآت الرياضية: تعرف على أنها (ذلك الواقع المادي المؤسساتي الذي تعهد اليه الرياضة) (الخولي، 1996، صفحة 329).

ويعرفها "حسن أحمد الشافعي": وحدة فنية اجتماعية المفروض أن تدار للوصول الى أفضل صورة ، و ذلك إذا اتبعت جوانب رئيسية متداخلة في بعضها البعض، بحيث يؤثر كل جانب منها في الآخر و يتأثر به، و هي الأهداف التي تكون معروفة و واضحة للموارد البشرية و المادية و العمليات الإدارية كالتخطيط و التنظيم و التوجيه و المتابعة.

أما القرار الوزاري رقم 3: فيعرفها هي عبارة عن مؤسسات عمومية إدارية تتحصر مهامها في تنظيم و تسيير الممارسات الرياضية، التنافسية ، الجماهيرية ، الجامعية الى الهيئات العسكرية، و تشكل أيضا المنشآت الرياضية في الملاعب الخاصة بكرة القدم و في القاعات المتعددة الرياضات قاعة كرة قدم، الجمباز، الجيدو....الخ

#### ▪ الوسائل الرياضية:

يعرفها سليمان الطاوي: " بأنها كل الأدوات التي يستعملها التلميذ في درس التربية البدنية و الرياضية من سلاخ خشبية، حبال قصيرة، شرائط ملون، كرات كبيرة و صغيرة، أكياس رملية، صناديق مقسمة للوثب، مضارب خشبية،...

#### ▪ الصحة النفسية:

## ➤ مفهوم الصحة النفسية:

يشير فوزي جبل في تعريفه للصحة النفسية على أنها تلك الحالة النفسية التي تتسم بالثبات النسبي و الذي يكون فيها الفرد متمتعاً بالتكيف مع نفسه و بيئته و متسماً بالانحياز الانفعالي و أن يشعر بالسعادة و الرضا، و لديه القدرة على تحقيق ذاته، و يضع لنفسه مستوى من الطموح يتفق مع امكانيته و قدرته، و كما لديه القدرة على معرفة امكانياته و استثمارها في أمثل صورة ممكنة. (الداهري، 2005، صفحة 29)

## ➤ التعريف الاجرائي للصحة النفسية:

يمكن تعريف الصحة النفسية بأنها شعور الفرد بالراحة النفسية و الطمأنينة و السكينة و الانسجام مع الذات و مع الآخرين من خلال الأنشطة البدنية والرياضية.

## ▪ التطور الابتدائي:

هي المرحلة الأولى من مراحل المدرسة، والتي تُدرَّبُ الطفل على التفكير بشكلٍ سليم، وتُؤمِّن له الحدّ الأدنى من المهارات، والمعارف، والخبرات؛ التي تهيئُه للحياة، ولممارسة دوره كشخصٍ مُنتجٍ داخل نطاق التعليم النظامي، سواء كان الطالب في المناطق الحضرية، أو في مناطق الريف.

## 5- أهداف البحث:

- توضيح دور حصة التربية البدنية و الرياضية و علاقتها بنمو و تطوير الفرد في المرحلة الابتدائية.

- توضيح دور الوسائل البيداغوجية و المنشآت الرياضية في تحقيق و بناء الصحة النفسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- معرفة هل للمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور في التخفيف من الخوف و القلق عند تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- معرفة هل للمنشآت و الوسائل البيداغوجية دور في تحقيق النمو النفسي و الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- بروز نقائص مهما كانت نضيفها و نرفعها على قطاع التربية لتصحيحها و توفيرها مستقبلا.

## 6- أهمية البحث:

يمكن تلخيصها في ما يلي:

1- الكشف عن دور الوسائل البيداغوجية و المنشآت الرياضية في تحقيق أبعاد الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي و إعطاء صورة واضحة لدور النشاط البدني التربوي في رعاية التلاميذ في كل الجوانب و إظهار أهمية توفر الوسائل في تحقيق هذا النشاط و بالتالي تحقيق أهداف الصحة النفسية لتلاميذ طور الابتدائي.

و هذا بالتخفيف من القلق و التوتر و الشعور بالصحة النفسية .

2- تحسين معنويات و قدرات التلاميذ على التعامل مع الضغوطات النفسية اليومية.

3- تعتبر المنشآت و الوسائل البيداغوجية من أهم المواضيع التي تشغل الساحة التربوية حيث أن هذا الموضوع اذا ما أخذت العناية به من طرف القائمين عليها من توفير للجانب المادي و البشري يحقق الهدف

### 7-الدراسات السابقة:

الدراسات السابقة هي نقطة بداية لأي باحث حتى يتمكن أن يقارن بين ما وصل اليه في دراسته و ما وصل اليه الباحثون من قبله، فإما أن يؤكد النتائج السابقة أو يخرج بنتائج جديدة، حيث أنها تزود الباحث بأفكار تفيده في تحديد أبعاد المشكلة المراد البحث فيها و من الدراسات السابقة لهذه الدراسة ما يلي:

#### الدراسة الأولى: دراسة مناد فضيل (2006)

فاعلية توظيف الوسائل والمنشآت الرياضية في تحقيق أهداف التربية البدنية في الطور " المتوسط " صاغ الباحث الإشكالية العامة ما هو واقع توظيف المنشآت والوسائل الرياضية ومدى فاعلية في تحقيق بعض أهداف التربية البدنية والرياضة بمؤسسات التعليم المتوسط على مستوى ولاية مستغانم؟ و إتباعها بعدة أسئلة فرعية هل توفر الوسائل والمنشآت الرياضية له تأثير ايجابي في تحقيق أهداف التربية البدنية ورياضة؟، ما مدى تأثير فاعلية الوسائل والمنشآت الرياضية في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية؟.

وكان سؤال الفرضية العامة ان واقع المنشآت والوسائل الرياضية يعترض طريقة جملة من سليات والصعوبات التي توظفها فاعلية في تحقيق بعض من أهداف التربية البدنية ورياضة في الطور المتوسط.

أما الأسئلة الفرعية للفرضية جاءت على النحو الآتي: أن الوسائل والمنشآت الرياضية غير متوفرة بشكل اللازم في الطور المتوسط، وكذلك إن توفر المنشآت والوسائل الرياضية يتسم بالفاعلية في تحقيق بعض أهداف التربية البدنية والرياضية ضمن طور المتوسط. أما المجال البحث فقد كان



للباحث دراسة حجم العينة الذي قدر بـ 614 فرد موزعين كما يلي: تلاميذ التعليم متوسط 15-14 سنة والبالغ عددهم 450 ، أما أساتذة مادة التربية البدنية في تعليم متوسط بولاية مستغانم والبالغ عددهم بـ 64 أستاذا ، أما المحال الزمني امتدت الدراسة من 15/02/2006 الى غاية و استخدم الباحث أداة الاستبيان.

وكانت للباحث عدة أهداف واستنتاجات ومن بين هذه الأهداف هي التعرف على واقع توظيف المنشآت والوسائل الرياضية في الطور المتوسط لولاية مستغانم وكذلك معرفة فاعلية توظيف المنشآت والوسائل الرياضية في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية ، معرفة العلاقة بين تحكم الأساتذة في توظيف المنشآت والوسائل الرياضية والمستوى الرياضي للتلاميذ أما الاستنتاج العام الباحث خص إلى ما يلي : المتوسطات محل دراسة تعاني نقصا كبيرا في وجود الوسائل الرياضية كما وكيفا ، تحقيق أهداف التربية البدنية له علاقة مباشرة وقوية بتوفير المنشآت والوسائل الرياضية ، وكذلك نقص الوسائل والمنشآت الرياضية تؤثر سلبا على جلب التلميذ نحو حصة التربية البدنية ورياضة. و آخر نقطة تطرق لها الباحث هو أن المنشآت والوسائل الرياضية لم تؤخذ بعين الاعتبار من طرف المسؤولين عنها من وفرتها وصيانتها.

### الدراسة الثانية:

صاحب الدراسة : وقد قام بها الطالبات " بن ديلمي رحمة ، العمراوي خوله غناي فاطمة :

نجوى ، حميدي.

عنوان الدراسة: دور التربية البدنية والرياضية في التخفيض من الاضطرابات النفسية لدى تلاميذ

الرابعة متوسط.

. مكان الدراسة : دراسة ميدانية ببعض إكماليات ولاية أم البواقي.

. سنة الدراسة: 2008/2009

. مستوى الدراسة ماجستير

الهدف العام من الدراسة: معرفة دور التربية البدنية والرياضية في التخفيض من بعض

الاضطرابات النفسية لدى تلاميذ الرابعة المتوسطة .

**المنهج المتبع في الدراسة: المنهج الوصفي**

عينة الدراسة: تتكون من تلاميذ ببعض إكماليات ولاية أم البواقي. الأدوات المستخدمة في الدراسة:

استمارة الاستبيان.

**أهم النتائج:**

التربية البدنية والرياضية لها دور في التخفيض من بعض الاضطرابات النفسية كالقلق أثناء

حصّة التربية البدنية والرياضية

**الدراسة الثالثة: من إعداد بوعبد الله أحمد وبوعاش حمزة 2009 .**

بعنوان: أهمية المنشآت والعتاد الرياضي في بعث المشاركة لدى التلاميذ في حصّة التربية البدنية

والرياضية

دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية الجزائر .

**الهدف العام من الدراسة:**

معرفة ما مدى أهمية وجود المنشآت والعتاد الرياضي في بعث المشاركة لدى تلاميذ الثانوية

وقد جاء التساؤل العام: ما مدى تأثير غياب المنشآت والعتاد الرياضي في بعث المشاركة لدى

التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية في بعض ثانويات ولاية الجزائر.

المنهج المتبع في هذه الدراسة : المنهج الوصفي وعينة الدراسة :16 أستاذ و300 تلميذ.

طريقة اختيارها : كان عشوائيا والادوات المستخدمة في الدراسة هي الاستبيان .

### أهم النتائج المتحصل عليها:

خبرة الاستاذ وكفاءته عنصران مهمان لتأدية درس التربية البدنية والرياضية على أكمل وجه وتعويض نقص المنشآت والعتاد الرياضي.

- تعامل الاستاذ مع التلميذ المراهق بالطريقة البيداغوجية السليمة يؤدي الى إنجاح حصة التربية البدنية و الرياضية.

### الاقتراحات:

- توفير الوسائل والمنشآت لمختلف التخصصات الرياضية في كل ثانوية.

توسيع فضاءات اللعب من أجل الانتشار الجيد للتلاميذ وتقاديا للاكتظاظ الذي لا يساعد الاستاذ في تحقيق اهداف حصة التربية البدنية والرياضية.

تشجيع الرياضة المدرسية من خلال إقامة دورات مدرسية بين الاقسام او الثانويات.

### الدراسة الرابعة: دراسة بركان عادل 2011/2010

"واقع التخطيط في المنشآت الرياضية لولاية خنشلة": اعتمد الباحث طرح أسئلة عامة وفرعية وخرج

بطرح العام، ما هو واقع التخطيط في المنشآت الرياضية في ولاية خنشلة أما الأسئلة الفرعية صيغت

على النحو التالي: ما مدى كفاءة الجهاز الإداري في وظيفة التخطيط في المنشآت الرياضية؟ ما

مدى وضوح المفاهيم المتعلقة بالتخطيط والتخطيط الاستراتيجي وتخطيط الموارد البشرية؟ ، ما مدى

إدراك العاملين في المنشآت الرياضية لمزايا وعيوب التخطيط؟ ، ما مدى التخطيط توفر الموارد المالية لوظيفة التخطيط في المنشآت الرياضية؟

### أما الفرضية العامة:

عدم إتباع المنشآت الرياضية للأسلوب العلمي للتخطيط في إدارة المنشآت الرياضية لولاية خنثلة. أما الفرضيات الفرعية صيغت على النحو الآتي: الجهاز الإداري في المنشآت الرياضية غير كفء للممارسة عملية التخطيط ، وكذلك العاملون في المنشآت الرياضية لا يملكون ثقافة التخطيط، إن إدارة المنشآت الرياضية لا توفر الموارد المالية لعملية التخطيط.

وخرج الباحث بعدة أهداف من بينها التعرف على أهم الاتجاهات الحديثة والمعاصرة فيما يتعلق بملامح التخطيط وكذلك التعرف على كفاءة الجهاز الإداري للمنشآت الرياضية في مجال التخطيط ، الكشف على واقع ممارسة التخطيط في المنشآت الرياضية.

واعتمد الباحث على المنهج الوصفي واستخدم أداة الدراسة الاستبتيان ومن الوسائل الإحصائية المستعملة في بحثه معامل ألفا كرومباخ - معامل بيرسون - المتوسط الحسابي الانحراف المعياري. أما الصعوبات التي واجهها الباحث في بحثه هي غياب الدراسات حول التخطيط في مجال الإدارة الرياضية وكذلك غياب الدراسات حول التخطيط في المنشآت الرياضية ، وقلة المصادر والمراجع المرتبطة بموضوع الدراسة.

### الدراسة الخامسة: دراسة بولحليب مبروك (2013) :

دراسة بولحليب مبروك من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة من جامعة الحاج لخضر بانتة بعنوان " دور النشاطات الرياضية التربوية في تخفيض القلق والضغط النفسي لدى تلاميذ البكالوريا " وكانت أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين النشاطات الرياضية التربوية المقبلين على البكالوريا في القلق البدني لصالح الفئة الأولى.

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين النشاطات الرياضية التربوية المقبلين على البكالوريا في القلق النفسي لصالح الفئة الأولى.

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين النشاطات الرياضية التربوية المقبلين على البكالوريا في القلق المعرفي لصالح الفئة الأولى.

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ السنة الثانية ثانوي والسنة الثالثة الممارسين للنشاطات الرياضية التربوية المقبلين على البكالوريا في القلق المعرفي لصالح الفئة الأولى.

#### ❖ الدراسة السادسة:

#### الإطار العام للدراسة

صاحب الدراسة: " العمراوي هارون ، مشتوك أحمد

عنوان الدراسة: دور ممارسة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من حدة القلق لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

مكان الدراسة: جامعة البويرة

سنة الدراسة: 2012/2013

مستوى الدراسة: ماستر

الهدف العام من الدراسة:

إبراز الأهمية الكبرى للأنشطة البدنية والرياضية في التخفيف عن التلاميذ من المشاكل النفسية و الاجتماعية التي تواجههم.

المنهج المتبع في الدراسة:

المنهج المتبع في الدراسة

المنهج الوصفي.

عينة الدراسة:

80 تلميذ مقبل عي شهادة البكالوريا تم اختيارهم بطريقة عشوائية .

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

الاستبيان.

أهم النتائج:

أن التلاميذ يحبون ممارسة تربية البدنية و الرياضية و يرتاحون عند ممارستها و تشعرهم بالهدوء وحالة القلق.

تخفف و تساعد تلاميذ البكالوريا من تجاهل الضغوط النفسية المتعلقة بهذا الامتحان و تذييل التوتر الذي يشعرون به .

❖ الدراسة السابعة:

صاحب الدراسة حيث كانت من اعداد " هامل حايك "

عنوان الدراسة: اثر برنامج رياضي مقترح في التقليل من القلق والاكتئاب لدى تلاميذ الطور

المتوسط 13 سنة في حصة التربية البدنية والرياضية

مكان الدراسة جامعة الشلف

سنة الدراسة : 2012/2013

مستوى الدراسة: ماستر

الهدف العام من الدراسة:

التحقق من مدى تأثير البرنامج الإرشادي المقترح للتقليل من القلق و الاكتئاب.

التقليل من القلق والاكتئاب الى أقصى درجة ممكنة لدى تلاميذ الطور المتوسط .

المنهج المتبع في الدراسة

المنهج الوصفي.

عينة الدراسة:

مجموعة قبلية 13 فرد .

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

مقياس القلق العام لكاتل و مقياس الاكتئاب لبيك.

أهم النتائج:

توجد فروق ذات دالة إحصائية في درجة القلق و درجة الاكتئاب بين القياس القبلي و القياس البعدي

للمجموعة التجريبية

## الإطار العام للدراسة

و من هنا يمكننا القول أن هذه الدراسة حققت أهم أهدافها وهي الكشف عن أثر البرنامج الإرشادي الرياضي المقترح في التخفيف من القلق العام و الاكتئاب لدى المراهق.

### الدراسة الثامنة :

صاحب الدراسة حيث كانت من اعداد قطاف مروان

عنوان الدراسة : دراسة الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط .

مكان الدراسة: الفروق بين تلاميذ السنة أولى و تلاميذ السنة الرابعة متوسط من حيث الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية.

### المنهج المتبع في الدراسة

المنهج الوصفي.

### عينة الدراسة:

ما يقارب 10 بالمئة من تلاميذ الطور المتوسط لدائرة سيدي عيسى

### الأدوات المستخدمة في الدراسة:

جامعة محمد بوضياف المسيلة .

سنة الدراسة 2015/2016.

مستوى الدراسة: ماستر

### الهدف العام من الدراسة:

التعرف على الفروق بين تلاميذ السنة الأولى و تلاميذ السنة الرابعة متوسط من حيث الاتجاهات

النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية

### المنهج المتبع في الدراسة:



المنهج الوصفي

عينة الدراسة:

ما يقارب 10 بالمئة من تلاميذ الطور المتوسط لدائرة سيدي عيسى

### الأدوات المستخدمة في الدراسة:

مقياس الاتجاهات النفسية.

### أهم النتائج:

انه هناك فروق دالة إحصائية بين تلاميذ السنة الرابعة و السنة الأولى متوسط في اتجاهاتهم نحو مفهوم التربية البدنية والرياضية.

ان لدراسة الاتجاهات النفسية دور كبير في عملية اعداد البرامج بما يتلائم و ميول و رغبات التلاميذ قصد اضافة حيوية أكثر على حصة التربية البدنية حتى يتحقق أكبر قدر ممكن من الاهداف التربوية لحصة التربية البدنية.

### ❖ الدراسة التاسعة:صاحب الدراسة كرفال حدة

عنوان الدراسة: كفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية ودورها في تحقيق الصحة النفسية

### النتائج:

لشخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية دور ايجابي في تحقيق الصحة النفسية لمراهقات المرحلة الثانوية.

للتكوين الأكاديمي و الكفاءة المهنية دور ايجابي في تحقيق الصحة النفسية لمراهقات المرحلة الثانوية.

لاستعمال أستاذ التربية البدنية والرياضية أساليب التدريس الحديثة دور ايجابي في تحقيق الصحة النفسية لمراهقات المرحلة الثانوية.

### الدراسة العاشرة: صاحب الدراسة د يحي كباش و عزدين شويحة

عنوان الدراسة: : دور حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من القلق العام لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

مكان الدراسة جامعة زيان عاشور الجلفة.

سنة الدراسة: 2016/2017.

مستوى الدراسة: ماستر

### الهدف العام من الدراسة:

الكشف عن دور حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من القلق العام لدى المراهقين محاولة لفت انتباه الدارسين لتوجيه بحوثهم حول التأثيرات النفسية للتربية البدنية و الرياضية.

### المنهج المتبع في الدراسة:

المنهج الوصفي.

### عينة الدراسة:

عينة عشوائية قوامها 90 تلميذ وتلميذة من تلاميذ المرحلة الثانوية لدائرة بوسعادة.

### الأدوات المستخدمة في الدراسة

استبيان موجه للتلاميذ موجه

### أهم النتائج:

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور ايجابي في التخفيف من القلق المعرفي للتلاميذ

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور ايجابي في التخفيف من القلق البدني للتلاميذ  
 لحصة التربية البدنية والرياضية دور ايجابي في التخفيف من القلق النفسي السلوكي للتلاميذ  
 ومن خلال هذا نستطيع القول ان لحصة التربية البدنية والرياضية دور ايجابي كبير في التخفيف من  
 القلق العام لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

### ❖ الدراسة الحادي العشر :

صاحب الدراسة حيث كانت من اعداد ' منجحي طارق

**عنوان الدراسة:** دور النشاط البدني و الرياضي التربوي في تحقيق النمو النفسي و الاجتماعي  
 لدى تلاميذ الطور الثانوي.

مكان الدراسة جامعة محمد بوضياف المسيلة .

سنة الدراسة 2018/2019.

مستوى الدراسة: ماستر

### الهدف العام من الدراسة:

يهدف البحث الى معرفة دور النشاط البدني و الرياضي التربوي في النمو النفسي و الاجتماعي لدى  
 تلاميذ الطور الثانوي

المنهج المتبع في الدراسة:

عينة الدراسة:

30 أستاذ من اساتذة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي مدينة المسيلة-.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

استمارة استبيان موجهة للأساتذة

### أهم النتائج:

للنشاط البدني و الرياضي التربوي دور في النمو النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي. لأنشطة البدنية والرياضية التربوية تأثير على زيادة النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ في مختلف مراحل التعليم .

### 2-5- نقد الدراسة الحالية :

تتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بما يلي :

دراسة دور النشاط البدني الرياضي التربوي و اثره في تحقيق الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط.

له التركيز على مرحلة عمرية حساسة ( فترة المراهقة ) و معرفة كل جوانبها و مظاهرها من الناحية النفسية معرفة ما مدى تأثير النشاط البدني التربوي على القلق و التخفيف منه . معرفة ما مدى تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على النمو النفسي للتلميذ في فترة المراهقة معرفة ما مدى تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على النمو الاجتماعي للتلميذ في فترة المراهقة .

الإحاطة و التعمق بموضوع البحث و التطرق الى مختلف جوانب النشاط البدني الرياضي التربوي التي تمس الصحة النفسية في هذه المرحلة العمرية

ومن خلال الدراسات السابقة نجد أنها كانت تقريبا متشابهة وتدور حول المواضيع النفسية الاجتماعية حيث توصلت نتائجهم إلى وجود فروق دالة إحصائية وذلك من حيث دراستهم حول الجانب النفسي ، حيث تشابهت هذه الدراسات في وجود العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة الرياضية و تحقيق الصحة النفسية وفي قراءتنا للدراسات السابقة وجدنا أن رغم اهتمام الباحثين لمواضيع النفسية

الاجتماعية إلا أنها لم تتمكن من إظهار دور التربية البدنية والرياضية في تحقيق الصحة النفسية وأثرها في السلوك و الممارسات أو العلاقات الاجتماعية، ومن هنا جاءت دراستنا والتي تمثلت في إظهار دور النشاط البدني و الرياضي التربوي بتحقيق الصحة النفسية لتلاميذ الطور المتوسط ، وكذلك لإبراز العلاقة الايجابية بين

التربية البدنية والرياضية والنمو النفسي الاجتماعي، حيث وجهنا هذه المرة الدراسة إلى المراهقين الممارسين للتربية البدنية والرياضية في المتوسط.

## 8-نقد الدراسات:

### 8-1- التعليق على الدراسات السابقة والمثابفة:

بالنظر إلى الدراسات التي أجريت فإننا نلاحظ ما يلي:

جل الدراسات تمحورت حول تحقيق الجانب النفسي في المجال التربوي و الذي بدوره يحقق الصحة النفسية للتلميذ بحيث أنه إذا ما توفرت المنشآت المتمثلة في الملاعب.... والوسائل الرياضية... والإمكانيات المادية فان ذلك ينعكس على التلميذ من الناحية المعرفية و البدنية و الصحية و النفسية و الاجتماعية.

- استعمل في اغلب أداة بحث تمثلت في الاستبيان وهو ملء استمارة جملة من الأسئلة كما

استعمل في حل هذه الدراسات المنهج الوصفي لما يتناسب مع طريقة بحثها

- لاحظنا في بعض الدراسات فروق ذات دلالة إحصائية تؤكد فاعلية المنشآت الرياضية في

تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية

نستنتج في بحثنا للدراسات السابقة أننا استقيننا منها الجانب المشابه لدراستنا وهو دور المنشآت والوسائل الرياضية في بناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي.

### 8-2- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة والمتشابهة:

من خلال الدراسات السابقة والمشابهة خرجنا بعدة أوجه للمساعدة الخاصة ببحثنا بداية من تحديد المشكلة فأهمية و أهداف البحث.

كما ساعدتنا هذه الدراسات على فهم واختيار العينة التي قادتنا بدورها إلى اختيار المنهج المستعمل في مثل

هذه البحوث وهو المنهج الوصفي بحيث يدقق في ظاهرة معينة موجودة ويحدد العلاقة التي تكون بين عناصرها .

### 9 - النتائج المتوقعة:

- معظم مدارس الطور الابتدائي لولاية غليزان لا تتوفر على المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية
- للمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور في تخفيف القلق و الخوف لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- للمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور في بناء النمو النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- للمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور في النمو الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

**الباب الأول:**  
**الجانب النظري**

**الفصل الأول:**

**المنشآت الرياضية**

**و الوسائل البيداغوجية**



**تمهيد:**

إن إحدى سمات الحياة التكنولوجية الحديثة الموجودة في كافة ثقافات العالم هي الأهمية المتزايدة للمنظمات والمنشآت والمؤسسات إن عالم الرياضة لا يختلف عن في هذا الصدد وأن حياة الرياضي تتغير باستمرار نتيجة لتغيير المنظمات ذلك والمنشآت.

يتم تشكيل منشأة ما عندما تقوم مجموعة من الأفراد سويًا بإنجازات معينة من المهام والمقاصد ويتم تشكيل المجموعات نظرا لأن المهام والمقاصد المراد إنجازها تفوق قدرات الفرد وكأي فريق منظم فإن أي منظمة يمكنها إنجاز قدر أكبر بكثير من إنجاز الفرد أن المؤسسة أو منشأة أفراد لديها الكثير لتقدمه فيما يتعلق بالوقت والموارد من الواضح أن المدارس والحكومات والمصانع والبنوك كأي منظمة يمكنها أن تتجز قدر أكثر مما يستطيع الفرد أن ينجزه. وتنتج المنشآت والمنظمات خدمة ذات جودة لا تستطيع جهود الفرد وحده إنتاج مثيلاتها وتبرز فعالية المنشآت عندما تعمل القيادة المعروفة بالإدارة بصورة سليمة وعلى هذا فإن الإدارة تبرز أهميتها الكبيرة في المنظمات الفعالة.

تعرف الإدارة بأنها توجيه للأنشطة الضرورية للمنظمة لضمان عملها بصورة فعالة وتهدف الإدارة الرياضية إلى ضمان عمل المنظمات أو المؤسسات الرياضية بصورة فعالة وكذلك أيضا هي عملية تخطيط وقيادة ورقابة مجهودات أفراد المؤسسة الرياضية واستخدام جميع الموارد لتحقيق الأهداف المحددة ومن التعريف السابق نلاحظ شموله على مكونات العملية الإدارية واستخدام الموارد المتاحة سواء كانت بشرية أو مادية والأهداف التي حددتها المؤسسة.

تهتم الإدارة اهتماما كبيرا بتوجيه طريقة تصرف الأفراد السلوك الإنساني في محاولة لإنجاز هدف أو مقصد ما للمجموعة وإن التركيز لا ينصب على نوع المنظمة أو المنشأة التي تعمل في مجال الرياضة وإنما الجانب الهام في الإدارة يتركز في توجيه طريقة عمل الأفراد لإنجاز هدف عام ويحظى توجيه الموارد الإنسانية بالأولوية للمدربين في منظمة التربية البدنية والرياضية فإن المهام الأساسية للمدير سواء كان مدير مشروع أو مدرب تكون في قيادة وتوجيه وإرشاد ومراقبة الأفراد الذين يعدون جزء من المجموعة، وعلاوة على ذلك فإنه يجب أن يحقق الأهداف والغايات التي أنشأت من أجلها المنشآت.

إن دراسة بناء التنظيم تسلط الضوء على عملية التوجيه فضرورات التنظيم السليم تقتضي أن يرجع الموظف في عمله إلي رئيس واحد هذا الرئيس يشرف على عمل الموظف ويوجهه ويرتده ويعمل كحكم أو فيصل فيما يعرضه عليه.

ويتضمن التوجيه إعطاء الأوامر والتعليمات والتوجيهات والإرشادات وهو ليس بالمهمة السهلة ويتطلب لنجاحه مهارات خاصة، فالذي يرجى من الأمر الحصول على نتائج معينة ومن ثم يتحتم توحيد الإطار الفكري للرئيس والمرؤوس حتى يفهم الأخير ما يقصده الأول وما يهدف إليه، وحتى ينفذ بدقة ومن هنا يلزم أن يكون الأمر واضحا وممكن التنفيذ وفي حدود اختصاصات كل من الرئيس والمرؤوس ومحقق للهدف أو مؤديا لذلك، ومن الخطأ عند إصدار الأمر أو التوجيه أن يعتقد بأن كل ما يلزم من جانب المرؤوس هو الطاعة.

## 1- لمحة تاريخية عن المنشآت و تطورها :

### 1-1 المنشآت الرياضية في العصر القديم :

يعود الفضل إلى الإغريق الذين يعتبرون هم الأوائل الذين اهتموا بالرياضة وبنو منشآتها منذ القديم, وهذا بعد تنظيمه للاعب في عام 468 قبل الميلاد مما اضطرهم للإقامة وإنشاء عدد كبير من الملاعب.

وقد كانوا أول من أطلق على اسم الملعب لفظ إستاد "stadum".

وأثناء العصر الروماني الذي عرفت فيه المنشآت أوجهها وذلك لوفرتها واهتمام المسؤولين بها حيث أقيمت مجموعة من المنشآت الرياضية منها :

أ - ملعب البنثاثون : الذي كان يستعمله الرومان في إجراء منافسة البنثاثون .

ب- ملعب بالهيبودورم : وقد خصص في العصر الروماني لمسابقات الفروسية والعربات.

ج- البالاسترا : وكان يخصص هذا الملعب للتدريب

د - الليونيديون : وهو المكان الذي يخصص لإقامة اللاعبين والزوار كما هو الحال في العصر الحالي بما يسمى بالقرية الرياضية .

هـ - الكولوسيوم : ويعتبر من أشهر الملاعب التاريخية، وقد أُنقن هذا الملعب ووفر جميع الوسائل واهتمام من طرف مهندسين الذين أتقنوا في صنعه وعند بداية عام 1890 بدأ الاهتمام الكبير من طرف المسؤولين بالمنشآت الرياضية في أوروبا وطورتها على يد خبراء ومتخصصين وبعد اهتمامهم بالمنشآت ذهبوا حتى إلى تجهيزها الذين استعانوا بالتكنولوجيا المتطورة في تجهيز مختلف هذه المنشآت مما جعلتهم في تنافس مستمر بين معظم الدول في إظهار مختلف التقنيات والتطورات الحديثة التي وصلت إليها

## 1-2- المنشآت الرياضية في العصر الحديث:

حيث أصبح القائمون على الرياضة في العصر الحديث يجسد و فكرة مراعاة مختلف سبل الراحة والرضا الذي توفره الدول للمسؤولين على الرياضة، فأصبحوا يقيمون المدن الرياضية التي تظهر أهميتها في مدى استيعاب أكبر عدد ممكن من الرياضيين مع توفير جميع فرص الراحة لهم . 3-1 لوائح قانونية للمنشآت الرياضية : حيث وظفت الدولة جملة من القرارات التي تسعى إلى توفير وتسهيل وإنشاء منشأة رياضية وبمقتضاها يسمح لمعظم ولايات الوطن بإنشاء مركبات ومنشآت رياضية تساهم في تطوير ثقافة رياضية، وقد سهرت الدولة جاهدة في تحقيق وإنشاء هذه المنشأة وذلك وفق لما نصت عليه المادة الأولى، عملاً بأحكام المادة 67 من القانون رقم 98/03 المؤرخ في فبراير 1989 ، والمتعلق بتنظيم المنظومة الوطنية للتربية والرياضة وتطويرها الذي حدد هذا المرسوم لشروط إحداث المنشأة الرياضية واستغلالها. (وزارة الشبيبة، 1999)

طبقاً للمرسوم رقم 77-117 يتضمن إنشاء وتنظيم مكاتب المركبات المتعددة الرياضات، وهذا ما نصت عليه المادة الأولى تحدثت تحت تسمية مكاتب المركبات.

المتعددة الرياضات مؤسسات عمومية ذات طابع إداري وشخصية معنوية واستغلال مالي. (وزارة الشبيبة، 1999) ويتكفل المكتب الإداري أو إدارة المركب الرياضي الذي يعتبر منشأة رياضية لجملة من الوظائف :

- المساهمة في عملية التربية
- المساعدة على نشر الروح الرياضية ونشر الممارسة الرياضية
- تهيئة جو ملائم للعمل وتنسيق مع مختلف وحدات المركب

- القيام بالاتصالات مع بعض الهيئات ومع السلطات وذلك بالتنظيم المادي وبالتالي فالمنشأة الرياضية تعتبر منظمات ذات طابع إداري تساهم في رفع التحدي على جميع الجبهات، أي أنها تهتم بالفرد كشخص وعامل مهني وتسعى لتلبية حقوقه تهتم بالفرد كرياضي، وذلك باستغلال المنشأة الرياضية الموجهة والاتصالات مع الأندية و المؤسسات الاقتصادية الأخرى وذلك للتمويل والإشهار، ويكون هذا بالتدعيم المادي والمعنوي لأقسام الرياضة من خلال التكفل بـ :

- التأطير
- الإيواء والإطعام
- التجهيز والعتاد
- التأمين
- النقل .
- التمويل
- المتابعة الطبية .

وهذا من خلال النصوص والمواد من 02-14 من القرار الوزاري المشترك المؤرخ في:

03/02/1993 الذي يحدد شروط التكفل بالموهب الرياضية المناسبة لقيام دراسة ورياضة

(ministère de la jeunesse et de, 1992)

أن أهم عناصر الإدارة هو التخطيط واحد عناصر التخطيط الوسائل، وهي تحديد العناصر

المطلوب توظيفها لتحقيق المستهدف في التخطيط من حيث الكم و النوع، وهي مادية وبشرية.

**1-3- التعريف بالمنشآت الرياضية :**

إن أول من أقام المنشآت الرياضية هم الإغريق حيث عملوا على إنجاز دورات رياضية وهذا في الفترة الممتدة عام 768 قبل الميلاد سميت آنذاك بالأولمبياد ودامت هذه الأخيرة 5 أيام شارك فيها مجموعة كبيرة من اللاعبين الإغريق.

ونظرا للعدد الكبير للرياضيين والمتفرجين اضطر إلى إنشاء ملاعب جديدة وواسعة وهذا لمتابعة المباريات وإقامتها وفي تلك الفترة كان يسمى الملعب بـ ( ستاديوم ) ويعرف هذا الأخير حسب القرار الوزاري رقم 3 الموقع من طرف وزارة التربية ووزارة الشباب والرياضة ووزارة الداخلية والجماعات المحلية في مادته الثانية أن المنشآت هي عبارة عن مؤسسات عمومية إدارية تتحصر مهامها في تنظيم وتسيير الممارسات الرياضية التنافسية الجماهيرية المدرسية الجامعية بالإضافة إلى الهيئات العسكرية ، وتشكل أيضا المنشآت الرياضية في الملاعب الخاصة بكرة القدم وفي القاعات المتعددة الرياضات " قاعة كرة اليد ، كرة السلة ، كرة الطائرة ، قاعة الجمباز ، الجيدو .

**1-4-أسس تخطيط المنشآت الرياضية :**

هناك عدة مبادئ أساسية يجب مراعاتها عند التخطيط لإقامة النوادي ومراكز التدريب والقرى الرياضية من أجل الاستغلال الأمثل وأهم هذه المبادئ التي يتم وضعها في الحسبان والدراسة قبل التنفيذ فيما يلي :

**1-5-اختيار الموقع وإمكانية الوصول :**

تتوقف دراسة هذا العنصر على نوع المنشآت الرياضية المطلوب إقامتها حيث يختلف اختيار

الموقع ومساحته بالنسبة لإنشاء بعض الملاعب . من خلال هذه النظرة لاختيار أنسبها لنوع الملاعب والمنشآت المطلوبة مع مراعاة النقاط التالية :

• يراعى نمو الكثافة السكانية مستقبلا ومعرفة المشروعات التي سوف تقام أو التوسعات المتوقعة إضافتها.

دراسة وسائل المواصلات المختلفة للموقع الذي يستحسن أن يكون قريبا ما أمكن من المدينة أو القرية مع كثرة وسهولة المواصلات المختلفة إليه مباشرة. • ضرورة أن تكون جميع الطرق المؤدية إلى الموقع ممهدة تمهيدا جيدا ومضاءة ، سواء بالنسبة لطرق الوصول أو الدخول والخروج من الملعب وجميع الطرق المحيطة بالملاعب حرصا على سلامة وراحة اللاعبين والحكام والجمهور ورجال الإعلام وغيرهم

### 1-6- عوامل السلامة والأمن للملاعب :

يجب أن تكون هناك مساحات كافية من جميع الجهات المحيطة ، حتى لا يتعرض اللاعبون أثناء اندفاعهم خارجها لإصابات.

• يجب أن تكون جميع أدوات الصيانة للملاعب والأدوات الرياضية بعيدة تماما عن أرض الملعب خاصة في الأماكن التي يشغلها.

### 1-7- الصحة العامة :

يجب أن يتناسب عدد دورات المياه بالنسبة لعدد المترددين على المنشأة الرياضية العناية التامة بالنظافة اليومية والصيانة الدورية .

يجب العناية المنتظمة بتسوية أرضيات الملاعب ونظافتها وعدم وجود فوارغ مثل غطاء زجاجات المياه الغازية أو بعض الحفر حتى لو كانت بسيطة لكي لا يتعرض اللاعبون للأضرار.

### 1-08- الناحية الجمالية :

يجب توزيع الملاعب والمباني على مساحة الأراضي بشكل متناسق مع مراعاة الناحية الجمالية في التصميم والاهتمام بألوان طلاء المنشآت بطريقة مقبولة ومتقاربة وجذابة .

### 1-09- توقع التوسع مستقبلا :

بعد أن وضعنا العناصر الأساسية التي يجب مراعاتها عند تخطيط وإنشاء الملاعب والمدن الرياضية يتبقى علينا مراعاة هذا العنصر الهام ، لذلك يجب مراعاة عمليات التطوير المستمرة في تكنولوجيا التجهيزات الرياضية وتعديل القوانين الرياضية للألعاب المختلفة

### 1-10- الصيانة :

من أهم العوامل الاقتصادية للمنشأة فالتخطيط السليم لصيانة المنشأة ومرافقها يمكن من استغلالها لسنوات أطول وهي على نفس الشكل الذي أنشئت عليه هذه المنشأة ، وقد تكون الصيانة (يومية، أسبوعية شهرية سنوية ) .

## 2- الهيكل التنظيمي للمنشآت الرياضية

لا يمكن لأي منشأة مهما كانت طبيعة نشاطها ان تقوم دون وجود هيكل تنظيمي، وهذا ينطبق بطبيعة الحال على المنشأة الرياضية إلا أن هناك مجموعة من الشروط والعوامل يجب مراعاتها عند بناء الهيكل التنظيمي من بينها :



- تحديد العمل ومهامها التفصيلية.
- تقييم العمل حسب طبيعة النشاطات الرياضية الموجودة.
- تحديد علاقة الرؤساء بالمرؤوسين.
- تحديد مستويات الإدارة و مدى تسلسل السلطة وتدرجها.
- تحديد خطوط السلطة والمسؤوليات بالشكل الذي يساعد على توضيح حقوق الأفراد العاملين داخل المنشأة الرياضية وواجباتهم. (طلحة حسام الدين، 1997)
- أما فيما يخص مضمون الهيكل التنظيمي لكل منشأة رياضية فإنه يتوقف على العوامل التالية:
  - الهدف الذي تسعى إليه هذه المنشأة.
  - حجم المنشأة الرياضية وطبيعة نشاطها (أنواع النشاطات الرياضية).
  - الإمكانيات و الموارد البشرية التي تتوفر عليها المنشأة الرياضية. (عبد الحميد، صفحة 54)

### 3- أسس ومبادئ التخطيط في المنشآت الرياضية ومزايا دراستها:

#### 3-1-أسس تخطيط المنشآت الرياضية:

هناك عدة مبادئ أساسية يجب مراعاتها عند التخطيط لإقامة النوادي ومراكز التدريب والقرى الرياضية من اجل الاستغلال الأمثل وضمان فعالية وسهولة وسلامة استعمالها حتى تحقق الهدف الذي أنشئت لأجله، ونبين أهم هذه المبادئ التي ينبغي وضعها في الحسبان والدراسة قبل التنفيذ فيما يلي :

## أ- اختيار الموقع وإمكانية الوصول:

تتوقف دراسة هذا العنصر على نوع المنشأة الرياضية المطلوب إقامتها، حيث يختلف اختيار الموقع ومساحته بالنسبة لإنشاء بعض الملاعب الصغيرة عن مراكز تدريب الناشئين إلى مجمع رياضي لإحدى المحافظات وكذلك يختلف اختيار الموقع بالنسبة لإنشاء إستاد كبير عن التخطيط بإقامة إحدى الساحات الشعبية ومن خلال هذه النظرة يمكن المفاضلة بين مجموعة مواقع واختيار انسبها لنوع الملاعب والمنشآت المطلوبة مع مراعاة النقاط التالية:

- يفضل اختيار الموقع الذي يبعد عن المناطق السكنية بمسافة لا تقل عن 4 كم حتى يسهل إنشاء شبكة من المواصلات السريعة تتجه من جميع أطراف المدينة أو يمكن قطع المسافة سيراً على الإقدام.

- يراعى نمو الكثافة السكانية مستقبلاً ومعرفة المشاريع التي سوف تقام أو التوسعات المتوقعة إضافتها أي دراسة المشاكل الخاصة لمشاريع المرافق العامة.

تتوقف دراسة هذا العنصر على نوع المنشأة الرياضية المطلوب إقامتها، حيث يختلف اختيار الموقع ومساحته بالنسبة لإنشاء بعض الملاعب الصغيرة عن مراكز تدريب الناشئين إلى مجمع رياضي لإحدى المحافظات وكذلك يختلف اختيار الموقع بالنسبة لإنشاء إستاد كبير عن التخطيط بإقامة إحدى الساحات الشعبية ومن خلال هذه النظرة يمكن المفاضلة بين مجموعة مواقع واختيار انسبها لنوع الملاعب والمنشآت المطلوبة مع مراعاة النقاط التالية:

- يفضل اختيار الموقع الذي يبعد عن المناطق السكنية بمسافة لا تقل عن 4 كم حتى يسهل إنشاء شبكة من المواصلات السريعة تتجه من جميع أطراف المدينة أو يمكن قطع المسافة سيراً على الإقدام.

- يراعى نمو الكثافة السكانية مستقبلاً ومعرفة المشاريع التي سوف تقام أو التوسعات المتوقعة إضافتها، أي دراسة المشاكل الخاصة لمشاريع المرافق العامة.

- دراسة وسائل المواصلات المختلفة للموقع الذي يستحسن أن يكون قريباً ما أمكن من المدينة أو القرية مع كثرة وسهولة المواصلات إليه. (مفتي إبراهيم، 1999، صفحة 163)

- بالنسبة لاختيار موقع الإستاد أو المدن الرياضية الجديدة يجب دراسة أقصى حد لضغط المرور في أيام المباريات الرسمية حتى يمكن توفير وسائل الانتقال للمشاهدين من وإلى الملاعب في أقل وقت ممكن. - ضرورة أن تكون جميع الطرق المؤدية إلى الموقع ممهدة جيداً وضاءة سواء بالنسبة لطرق الوصول أو الدخول والخروج من الإستاد.

- العناية التامة بالخدمات العامة بالجماهير والمشاهدين وخاصة الأماكن الموصلة إلى ملحقات المباني والملاعب مثل دورات المياه، الإسعافات، المطاعم سريعة الخدمة التليفونات التلكس والبريد بحيث تكون قريبة من المباني سواء بالنسبة للاعبين أو المشاهدين (حسين أحمد، 2004، صفحة 18)

### ب التجانس الوظيفي للملاعب والوحدات

- يجب أن تكون وحدات خلع الملابس ودورات المياه والحمامات قريبة من أماكن اللعب حتى لا يضطر اللاعب إلى السير لمسافات طويلة عقب الانتهاء من المباراة أو التدريب.

يجب أن تكون الملاعب المفتوحة ذات المسطحات الخضراء أو الأرضيات الصلبة بجوار بعضها حتى يسهل صيانتها والتحكم في إدارتها. - هناك عدة أجهزة رياضية تستعمل في نوع واحد من الرياضات مثل:

الجمباز، العاب القوى لذلك ينبغي تجميع أماكنها بحيث تكون قريبة من بعضها حتى لا يتعذر على اللاعب مواصلة تدريباته على الوجه الكامل.

يجب أن تكون مباني الإدارة متقاربة وسهلة الاتصال ببعضها لسرعة انجاز الاعمال المطلوبة وحسن سير عملها بكفاءة، بحيث تكون بجوارها صالة الاجتماعات و الحفلات وبقية خدمات المعاملة.

### ج- عزل العوامل غير المرغوب فيها :

- يجب عزل أماكن النشاط التي تحتاج إلى الهدوء وإتباع نظام خاص مثل رياضة السلاح وبناء الأجسام صالات المسابقات ، الشطرنج... عن الملاعب والأماكن الأخرى حتى لا تؤثر على نتائج الرياضيين.

- ضرورة عزل ملاعب وأنشطة الكبار عن الأطفال وكذلك عزل أماكن الذكور عن الإناث خاصة حجرات خلع الملابس ودورات المياه وبعض الألعاب الرياضية التي تستدعي ذلك.

- يراعى تخصيص أماكن محددة لرجال الصحافة والإعلام تكفي لوضع الأدوات والأجهزة الفنية مثل الكاميرات والتلفزيون والأجهزة الإذاعية... حتى يمكنهم أداء عملهم بكفاءة وسهولة.

إبعاد جميع الأجهزة الميكانيكية والكهربائية عن متناول أيدي الكبار والأطفال بتخصيص أماكن مغلقة لها لضمان عدم العبث بها أو التعرض لبعض الأخطاء. (حسين أحمد، 2004)

د- **الإشراف:** ويقصد به مراعاة سهولة الاتصال بين أماكن الإشراف وجميع الملاعب وأماكن

النشاط في المنشأة، وأن تكون في موقع يسمح برؤية جيدة، وذلك

بان تكون واجهتها من زجاج ومظلة مباشرة على الملاعب بما يتضمن تتبع الإشراف

المستمر عليها على الملاعب. (زكي، 1981، صفحة 51)

### هـ - عوامل السلامة والأمان للملاعب

- يجب عدم وضع أدوات أو هياكل حادة داخل الملعب.

- القيام بأعمال الصيانة يومية، وأسبوعيا ودوريا.

- تزويد الملاعب بالإضاءة الكهربائية اللازمة.

- يجب أن يتناسب عدد دورات المياه بالنسبة لعدد المترددين على المنشأة الرياضية مع العناية

المنتظمة بمصادر مياه الشرب وسهولة الصرف الصحي المغطاة.

- يجب العناية المنتظمة بتسوية أرضية الملاعب ونظافتها وعدم وجود نفايات مثل: زجاجات

المياه الغازي أو بعض الحفر حتى لا يتعرض الرياضيون للإصابات بسببه.

- ضرورة الاهتمام بالتهوية والإضاءة الكافية سواء للملاعب المفتوحة أو المغطاة أو دورات المياه

أو الحمامات.

- الطب الرياضي في المعالجة والتغذية والاسترخاء.

### و- الاستغلال الأمثل :

يعتبر هذا العنصر هو القاعدة الأمثل والذهبية في تصميم المنشآت الرياضية حتى يمكن

الاستفادة ما أمكن من مساحة وظروف الموقع لتقسيم مساحته إلى أكثر من ميدان للنشاط الرياضي، مع استعمال أجود الأصناف والخامات والبحث عن أفضل أنواع الأرضيات للملاعب.  
(حسين أحمد، 2004، الصفحات 20-21)

### ز - الناحية الاقتصادية :

يجب إلا يكون الاقتصاد في تكاليف الإنشاء والتجهيز للموقع عاملا على فقد المنشأة الرياضية لقيمتها الحيوية لذلك ينبغي وضع خطة التنمية حسب الميزانية المخصصة للمشروع، فإذا كان المشروع ضخما والميزانية لا تسمح باستكمالها يمكن وضع خطة زمنية على المدى الطويل لإتمامه، ويمكن في هذا الصدد تقسيم المشروع إلى عدة مراحل بحيث تبدأ المرحلة الثانية عقب التأكد من سلامة المرحلة الأولى وهكذا ...

### - توقع التوسع مستقبلا

بعد أن وضعنا العناصر الأساسية التي يجب مراعاتها عند تخطيط وإنشاء الملاعب والمدن الرياضية يجب علينا مراعاة عمليات التطور والمستمرة في تكنولوجيا التجهيزات الرياضية وتعديل القوانين الرياضية للألعاب المختلفة.

### ط - الصيانة :

من أهم العوامل الاقتصادية للمنشأة التخطيط السليم لصيانة المنشأة ومرافقها يمكن استغلالها لسنوات أطول وهي على نفس الشكل التي نشأت عليه وقد تكون الصيانة بصفة يومية، أسبوعية، شهرية أو سنوية.

**ي - الناحية الجمالية**

يجب مراعاة الناحية الجمالية عند تصميم المنشآت الرياضية من حيث جمال الشكل والمظهر والذوق والمساحات الخضراء والأزهار و النفورات... الخ. (عفاف عبد المنعم، 1998، صفحة 72)

**4- مزايا دراسة إمكانات المنشآت الرياضية**

أن التعرف على المزايا والأهداف الممكن تحقيقها من دراسة إمكانات المنشآت الرياضية يكمن فيما يلي:

**أ- الوصول إلى أفضل الطرق والوسائل لعمل المنشأة:**

حيث أن الدراسة تمكننا من تطوير أداء المنشأة بما يسمح بتطوير كفاءتها الفنية والإدارية وبما يسهم في تقديم أفضل للأنشطة الرياضية. (ابراهيم محمود عبد المقصود، 2004، الصفحات 51-52)

**ب- الاختيار الأفضل للتقييم التنظيمي للمنشأة:**

إن دراسة الإمكانيات يتبعه بالضرورة الدراسة المثالية للصفات والمميزات والأهداف الخاصة بالمنشأة، إذ يمكن من خلالها الوصول إلى البدائل الممكنة للتصميم التنظيمي والذي يحقق مرونة تساعد المنشأة في تقديم أنشطتها بدرجة عالية من الكفاءة.

**ج- الإشباع الأفضل للحاجات الإنسانية:**

من دراسة الإمكانيات المتاحة في المنشأة الرياضية تساعد في التعرف على كيفية تحقيق هذا

الإشباع بأفضل الطرق والصور ، و بالتالي يتحقق الإشباع بأقل جهد ممكن وأقل تكلفة.

#### د - تطوير مختلف ألوان الممارسة الرياضية

والارتقاء بها والوصول بلاعبها إلى رياضة المستويات العليا لتحقيق البطولة، بالإضافة إلى التعرف على نواحي الضعف وتدعيمها ونقاط القوة وتعميمها.

#### هـ - زيادة إعداد الممارسين :

مما لا شك فيك أن دراسة الإمكانيات المختلفة في المنشأة الرياضية يضع أيدي المسؤولين على نواحي النقص مما يدفعهم لاستكمالها والتوسع في إقامتها وتوفيرها، لإتاحة الفرصة لأكبر عدد ممكن من الأفراد للاستمتاع بالمشاركة في مختلف الأنشطة الرياضية.

#### و- الاستخدام الأفضل للموارد المتاحة:

إن الحجم المتاح لمجتمع معين أقل عادة من أفراد هذا المجتمع ومن خلال دراسة الإمكانيات يمكن التوصل إلى الاستخدام الأمثل لموارد المجتمع بما يحقق إشباع المواطنين . (مفتي ابراهيم، 1999، صفحة 153)

#### ز - تحقيق أفضل للأهداف:

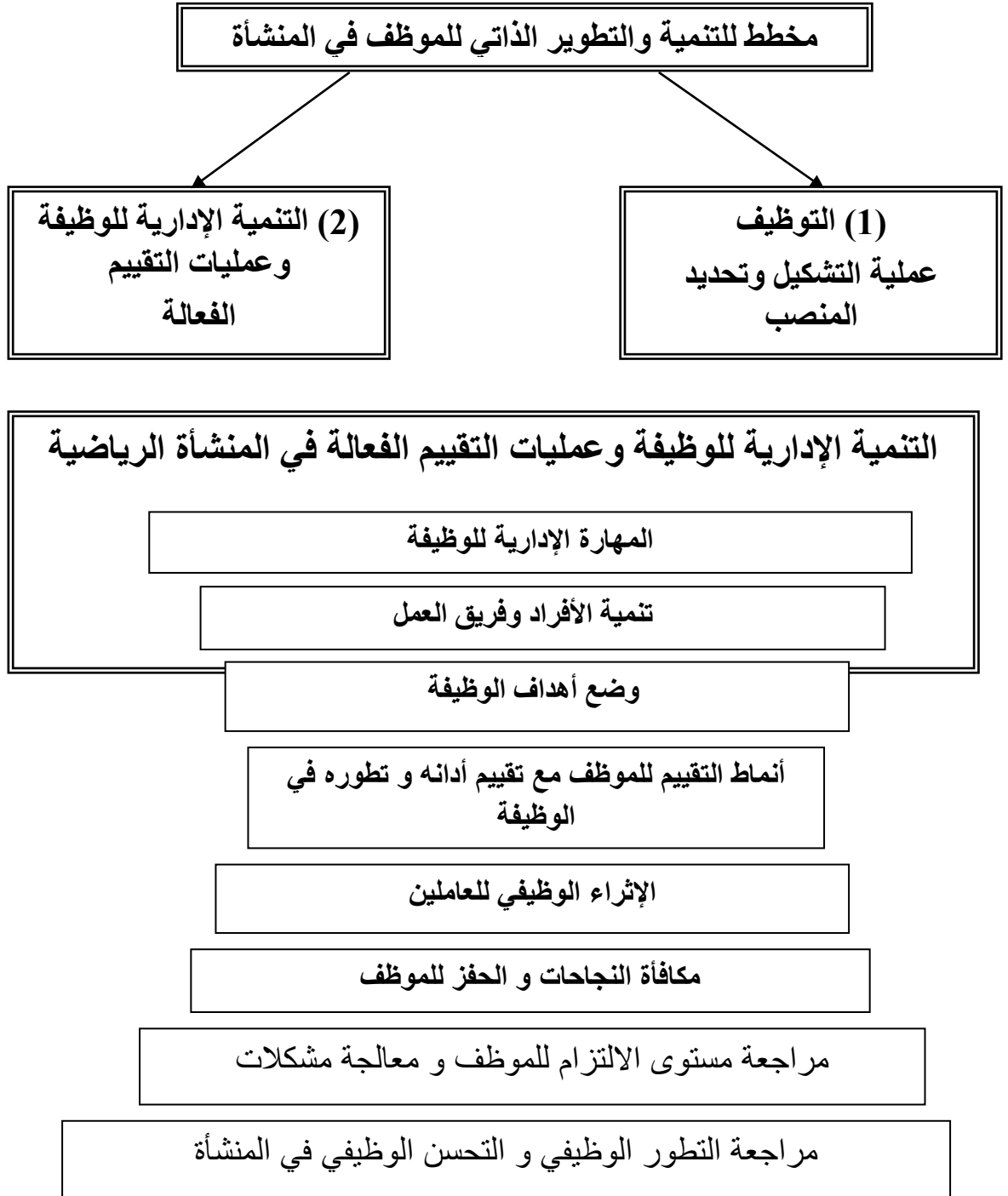
إن المحصلة النهائية لجميع المزايا السابقة والتي تتحقق من دراسة الموارد والإمكانيات هي الوصول إلى أفضل الطرق في مساعدة فعالية المنشآت لتحقيق وانجاز الأهداف التي أنشئت من أجلها وهي الإشباع الأفضل للحاجات الإنسانية للمواطن بأقل جهد وتكلفة





شكل رقم 01: يوضح عملية تحليل الوظائف في المنشأة الرياضية. (مصطفى نجيب، 2000،

صفحة 287).



الشكل رقم 02: مخطط للتنمية و التطوير الذاتي للموظف في المنشأة (برس، 2003، صفحة

(186

## 1 - الوسائل البيداغوجية:

## 1-1 مفهوم الوسائل البيداغوجية

تعرف الوسائل التعليمية على أنها تلك الوسائل والأدوات التي تعمل على تكوين المدركات واكتساب

المعلومات وفهمها بطريقة افضل واعمق لأنها تعمل على تشغيل حواس التلميذ

المختلفة في عملية التعلم . (حلمي، 2000، صفحة 155)

اما "دايل" أن فيعرفها على أنها تلك المواد التي لا تعتمد أسا على القراءة واستخدام الالفاظ والرموز

لنقل معانيها وفهمها، وهي مواد يمكن بواسطتها زيادة جودة التدريس وتزويد التلاميذ بخبرات

تعليمية باقية الأثر.

وتجدر الإشارة هنا إلى أن ديل " شير في تعريفه للوسائل السمعية والبصرية كوسائل تعليمية حيث

غلب تسمية الوسائل السمعية والبصرية على الوسائل التعليمية خاص التربوي التعليمي.

ويراعى عند استخدام هذه الوسائل البيداغوجية على اختلاف مسمياتها مايلي:

. الادراك بالوحي

. الادراك بالإلهام

. الادراك بالحواس.

. الادراك بالتجريب.

• الادراك بالعقل.

الادراك. (توفيق، 1996، صفحة 23)

## 2- أهمية استخدام الوسائل البيداغوجية:

يعد استخدام الوسائل التعليمية في المجال التعليمي وابتكار الجديد منها من المواضيع التي أجمع علماء التربية والباحثون في هذا المجال على أهميتها وضرورة تطويرها لخدمة العملية التعليمية ومن ثم ضمان استجابة المتعلم وخلق الدافع ويجاد الرغبة التي يمكن من خلالها توصيل المعرفة للمتعلم، ويمكن تلخيص أهميتها في ما يأتي:

. تهيء خبرات متنوعة ومحسوسة للطلبة.

. تعمل على إثارة هوايات الطلبة وتجديد أنشطتهم ومشاركتهم .

. تساعد على التذكر وسرعة التعلم أو التدريب وتثبيته .

تارعي الفروق الفردية بين التلاميذ.

. تساعد على تكوين النزعات العلمية المرغوبة وتكوين الاتجاهات الجديدة.

. نافعة ولكل مرحلة الدراسة (محمود، 1988 ، صفحة 333)

## 3- أهمية استخدام الوسائل البيداغوجية:

إن أهمية المسؤوليات التي تقع على عاتق المعلم عند تعليم المهارات الحركية هي إيصال الفكرة وتكوين الصورة الصحيحة للحركة الجديدة وذلك من خلال ما يستخدمه من أساليب وطرائق تعليمية مختلفة واختيار الوسيلة التي تعد بأريه الأسهل في تعلم المهارات، إذ يمكن للمعلم الاستعانة بوسائل تعليمية منها القراءات المختلفة وكراسات العمل الخاص بالطلاب والمواد المبرمجة والأقلام والوسائل السمعية البصرية وربما يجد المتعلم عاملا مساعدا له جراء تنوع تلك المواد التعليمية لتحقيق أكبر قدر من التعلم أكثر من استخدامه لمواد محددة. (راتب، 1984 ، صفحة 36)

الفرصة الكافية للتدريب عليها، لذا يعد استخدام الوسائل البيداغوجية المختلفة في تعليم المهارات الحركية في التربية الرياضية طريقة من طرائق التعلم فضلا عن كونها عاملا مساعدا في زيادة فاعلية طرائق تعليمية أخرى أكثر من كونها إنتاجا وتزويقا، فالوسائل التعليمية تستخدم كأسلوب للاستمالة واثارة اهتمام دوافع المتعلم وليست كهدف في حد ذاتها. (السامرائي، صفحة 67)

إن المتعلم مهما امتلك من قدرة على الإدراك للمواقف فإنه لا يستطيع تصور الحقيقة كمشاهدتها، ذلك أن المشاهدة الحسية تعد جزءا من التعليم المباشر الذي يعد من أرق عناصر التعلم، وهذا ما أكده ماينيل (1987) عندما ذكر أنه يتم ربط النشاط الحركي للتعلم منذ البداية مع الشرح والعرض كطريقة لإخراج المرحلة الأولى في التعلم الحركي (ماينيل، 1987 ، صفحة 158) ومن خلال ما تقدم نرى أن من أهم الأسباب التي تتوقف عليها نجاح العملية التعليمية لا سيما في المجال الرياضي هو استخدام الوسائل البيداغوجية التي تتناسب والمرحلة العمرية للمتعلمين مع ضمان اشتراك جميع الحواس للمتعلم وذلك أن حواسه هي النافذة الرئيسية للاتصال بالعالم الخارجي وعن طريقها يتم نقل المؤثرات إلى الدماغ واختيار الطريقة أو الأسلوب الأمثل للتعلم.

#### 4- فوائد استخدام الوسائل البيداغوجية خلال مرحلة التعلم.

- . التأثير الإيجابي والفعال في بناء التصور الحركي للمتعلم وتطويره .
- . التأثير الإيجابي والفعال في مواصفات الأداء الحركي (التكتيك ) الذي ينتج أساسا من خلال التطور الحركي.

. خلق دافع يجعل المتعلم يحس بالفرح والسرور مما يجعله يندفع تجاه التمرين الذي

يخلق الشيء الذي يريد الفرد تحقيقه عن طريق آراء معينة أو عن طريق مجموعة الأدوات وهو المستوى الجيد في الأداء . (علاوة، 1998، صفحة 296)

## 5- اقسام الوسائل البيداغوجية

قسمت الوسائل التعليمية إلى ثلاثة أقسام هي:

### 1-5 الوسائل البصرية

إن حاسة البصر في هذه الوسيلة تعد الأساس في استلام المثيرات، وتتمثل في الكثير من الوسائل منها وسائل العرض المختلفة الصماء كالسنيما والتلفاز والفيديو، وجهاز عرض الشرائح مايكرو فيلم ومايكروفيش ( واللوحات والرسوم، والصور، والنماذج، والملصقات والرسوم البيانية وجهاز الحاسوب.

### 5-2- الوسائل السمعية

تكون حاسة السمع هي أساس في تعيين المثيرات المختلفة التي تتطلب الإستجابة لها ومنها الإذاعة، وأشرطة التسجيل وغيرها).

### 5-3- الوسائل المختلطة:

وتعتمد على حاستي البصر والسمع في توافر المثيرات المطلوب الاستجابة لها و تشمل على الكثير من الوسائل منها أجهزة العرض المختلفة الناطقة، كالتلفاز، والسينما، وجهاز الفيديو، وجهاز الصور الناطقة وأجهزة الشرائح بتسجيلات صوتية وتعليقات، وجهاز الحاسوب).

### - أسس استخدام الوسائل التعليمية:

ينبغي على القائم بعملية انتقاء الوسائل التعليمية المناسبة وعدها جزءا متما من عمله وأن يكون

اهتمامه منصبا على انتقائها وحسن استخدامها وعليه مراعاة الأسس الاتية: (المنعم، صفحة 23)

أن تكون مناسبة للمرحلة الدراسية ومستوى نضج الطلاب بالمنهج.

أن يكون المستخدم لها معقدا بجدواها .

. انتقاء النافع والمفيد منها وعدم المبالغة في كثرتها.

أن يكون الهدف واضحا من استخدامها.

. اتقان استخدامها قبل البدء في عملية التعلم.

أن لا يطغى الإهتمام بها على مادة الدرس لأنها جزء منه.

. العمل على إشراك الطلبة في عملها واستخدامها.

. أن تكون خالية من التعقيد والتفصيلات لكي تؤدي دورها ويجب أن تمتاز بالدقة والوضوح.

. أن تكون مستمدة من بيئة المتعلم وحسب حاجته إليها.

#### 7- تقويم اثر الوسائل البيداغوجية :

من أجل تقويم فاعلية الوسائل التعليمية المختلفة لابد لنا أن نميز بينها كأدوات وآلات ونماذج

وأثرها في المتعلمين، إذ أن التأثير الحاصل يعزي إلى هذه الوسائل إذا ما تم عزل بقية المتغيرات

التي تؤثر في العملية التعليمية، وبأرينا أن عملية الفرز قد لا تكون نافعة،

إذ تشترك الكثير من العوامل في عملية التعلم ، من هنا بات لازما علينا أن نحدد الوسيلة الجيدة

كونها تترك آثار في المتعلم مع ملاحظة الآتي:

لابد أن يكون تقويم الوسائل التعليمية شاملا لكل المجالات التي أسهمت فيها، ويجب أن يتم فحص المناهج والمعلومات والاتجاهات والمهارات التي كان لهذه الوسائل دور فيها.

أن يكون الهدف من التقويم هو تحسين الوسائل التعليمية واقتراح وسائل تعليمية جديدة والنهوض بالمتوافر منها.

. أن تشترك جهات عدة (التدريسي الطالب إدارة القسم الفنيون والعاملون، وغيرهم) ،

في تقويم الوسائل التعليمية وأن يكون الحكم صادرا عن الجميع.

أن يستهدف التقويم عقد موازنة بين النفقات المصروفة على الوسائل قياسا بمردوداتها التربوية.



**خلاصة :**

تُعد المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية جزءًا لا يتجزأ من العملية التربوية. فبينما تساهم المنشآت الرياضية في تطوير الجوانب البدنية والاجتماعية والنفسية للطلاب، تلعب الوسائل البيداغوجية دورًا حيويًا في تحسين جودة التعليم وتسهيل عملية التعلم. من خلال التكامل بين هذه العناصر، يمكن تحقيق بيئة تربوية شاملة تدعم النمو المتكامل للطلاب. وهي تلعب أدوارًا متكاملة في تعزيز العملية التعليمية وتطوير الطلاب على المستوى البدني، النفسي، والأكاديمي. من خلال استثمار مناسب في هذه الجوانب، يمكن تحقيق بيئة تربوية شاملة تدعم النمو المتكامل للطلاب، وتعدهم لمواجهة تحديات المستقبل بنجاح.

**الفصل الثاني:  
الصحة النفسية**

## تمهيد:

تعتبر الصحة النفسية عنصراً هاماً في حياة الناس عامة ، فتحقيقها يساعد الإنسان في مواجهة مشاق الحياة وصعوباتها ، وفي الوصول للعيش الكريم والحياة الهانئة السعيدة ، ويساهم في تحقيق أهداف الحياة وغاياتها ، بل إن أهمية الصحة النفسية تتجاوز ذلك بدورها في تحقيق الوصول إلى رضا الله عز وجل وتحقيق رضوانه والى الفوز بجنته سبحانه ، ولأهمية الصحة النفسية فقد ذهبت الدول المتقدمة بعيداً في بذل الجهد والمال لتحقيق مستوى عال من الصحة النفسية لأفرادها ، ذلك إيماناً منها بدور الصحة النفسية في توفير فرص اكبر لأفراد المجتمع لتحقيق الإنجاز الأفضل والوصول لتقدم أعظم كما لوحظ في السنوات الأخيرة تركيز الدول المتقدمة على دعم مشاريع الصحة النفسية والدعم النفسي في الدول المتقدمة والتي تعاني من الحروب والاضطرابات وتخصص لذلك مبالغ هائلة من الأموال مستهدفة المرأة والطفل والشباب ، ولقد وضع تعزيز الصحة النفسية ضمن أوسع مجالات تعزيز الصحة ، ويتخذ موقفاً محايداً للوقاية من الاضطرابات النفسية ، ولمعالجة المصابين بالعلل النفسية والمعوقين وتأهيلهم.

إن تعزيز الصحة النفسية مثل تعزيز الصحة يكتنف أفعالاً لدعم الناس لتبني نمط الحياة الصحية والمحافظة عليها مما يخلق الظروف المعيشية والبيئية الداعمة للصحة

إن الصحة النفسية تختلف من شخص إلى آخر ، ومستوياتها تختلف لدى نفس الشخص من موقف لآخر ومن وقت لغيره، ولا يمكن القول بان فلاناً من الناس يتمتع بالصحة النفسية بدرجة ، ولكن نسبية الصحة النفسية تعني هنا إن تتحقق معظم مظاهر الصحة النفسية في ذلك الشخص .

## 1 -تعريف الصحة النفسية:

اختلف الباحثون في ميدان العلوم الإنسانية في تحديد تعريف للصحة النفسية وذلك وفقاً لخلفياتهم وتخصصاتهم العلمية ومذاهبهم الفكرية وهو ما جعل الإجماع على تعريف واحد لمفهوم الصحة النفسية أمراً صعباً ، من هذه التعريفات من جعل الصحة النفسية مرادفاً للسعادة ، ومنهم من قال إنها تحقيق الذات ، وهناك من اقتصر على جوانب محددة كالجانب الطبي أو الاجتماعي أو الديني أو النفسي أو الإنساني ، ولكن هناك من نظر بشمولية أكبر لمفهوم الصحة النفسية.

-تعريف عبد العزيز القوسي ( 1975م) : عرفها الغفار بأنها حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة مما يؤدي حسن استثماره لها ، ومما يؤدي الى تحقيق إنسانيته . ويحتوي هذا التعريف على شقين ، الأول منها ينهي على حالة تكامل طاقات الفرد وهي طاقاته النفسية الأساسية التي تمكنه من مباشرة وظائفه النفسية المختلفة ومنها : الطاقات العقلية والمعرفية والانفعالية والدافعية ، والشق الآخر من التعرف يتضمن حسن استثمار هذه الطاقات مما يؤدي إلى تحقيق وجود الفرد وإنسانيته . (الغفار ، 2001، صفحة 23)

- تعريف علاء الدين كفاي ( 1990م) : عرفها كفاي بأنها حالة من التكامل والتوازن بين الوظائف النفسية للفرد تؤدي به إلى أن يسلك بطريقة تجعله يتقبل ذاته ويقبله المجتمع بحيث يشعر من جراء ذلك بدرجة من الرضاء والكفاية .

-تعريف إحسان الآغا : عرفها الآغا عبد المنعم بأنها : حالة من الراحة النفسية والجسمية والاجتماعية تحقق للفرد قدراً كافياً من التوافق مع نفسه ومع مجتمعه وتؤهله لأن يكون عضواً فعالاً في المجتمع وتوفر له قدراً من السعادة والرضا النفسي

-تعريف محمد الطيب ( 1994م ) : هي ذلك الحالة النفسية التي تتسم بالثبات النفسي والتي يكون فيها الفرد متمتعاً بالتوافق الشخصي والاجتماعي ، الاتزان الانفعالي ايجابيا مبدعا يشعر بالسعادة والرضا ، قادرا على أن يؤكد ذاته ويحقق طموحاته واعيا بإمكانياته الحقيقية ، قادرا على استخدامها في أفضل صورة ممكنة.

- تعريف حامد زهران ( 1977م ) : والذي يؤكد من خلاله على العلاقة والارتباط الوثيق المباشر بين مفهوم التوافق بشقيه الشخصي والاجتماعي وتمتع الفرد بالصحة النفسية ، حيث يعد التوافق مفهوما مركزيا في علم الصحة النفسية بصفة خاصة ، فهو يمثل المحور الأساسي الذي تقوم عليه صحة الفرد النفسية من حيث مدى سوائها أو انحرافه (زهران، 1977، صفحة 99)

وهناك تعريف آخر لا يختلف في جوهره عن التعريفات السابقة ، مؤداه أن الصحة النفسية هي الشرط أو مجموع الشروط اللازم توفرها حتى يتم التكيف بين المرء ونفسه وكذلك بيئته والعالم الخارجي ، فكيف يؤدي إلى أقصى ما يمكن من الكفاية والسعادة لكل من الفرد والمجتمع الذي ينتمي إليه (دلو، 2009)، وعرفها انجلش ( 1958م ) : بأنها حالة من القدرة على التحمل التي تجعل الفرد قادرا على التكيف الجيد والاستمتاع بالحياة وإحراز تحقيق الذات فهي حالة إيجابية وليست مجرد غياب للمرض النفسي (المطري، 2005، صفحة 23)

وعرفها جود ( 1969م ) : بأنها صحة العقل التي تتضمن جميع الجوانب اللازمة للشخصية المتكاملة ، وهي تضاهي عنده صحة الجسم .

وعرفها بنارد ( 1961 ) : بأنها تكيف مستمر أكثر مما هي حالة موقعيه معينة ، أي أن الصحة النفسية للإنسان في تطور مستمر وتتناول كافة المراحل العمرية للإنسان. (المطري، 2005)

وقد عرفت المنظمة الصحة النفسية العالمية : هي ليست مجرد خلو الفرد من المرض النفسي أو العقلي فقط وأن الصحة النفسية هي حالة من الاكتمال النفسي والجسمي والاجتماعي (سليم، 2002، صفحة 15).

## 2- بعض النظريات المفسرة للصحة النفسية :

2-1- المدرسة التحليلية : وسيتم عرض وجهات نظر كل من "Freud" و "Adler" و "Erikson"

و "Horney" في الصحة النفسية، يرى " فرويد" أن الفرد الذي يستطيع أن يحقق الصحة النفسية لذاته هو ذلك الشخص القادر على منح الحب والعمل المنتج عموماً، وتمثل الصحة النفسية في القدرة على مواجهة الدوافع البيولوجية والغريزية والسيطرة عليها في ضوء متطلبات الواقع الاجتماعي، كما تتمثل في قدرة الأنا على التوفيق بين مطالب الهو والانا الأعلى، ويضيف بأن الإنسان لا يستطيع أن يصل إلا إلى تحقيق جزئي لصحته النفسية لأنه في صراع دائم بين محتويات الهو ومطالب الواقع ، كما أكد أيضاً على دور العوامل الاجتماعية في تحقيق الصحة النفسية وأوضح أن الإنسان خير و أن المجتمع غير التسلطي يعمل على بناء شخصية منتجة قادرة على الحب و على توظيف إمكانياتها . وتحقيق الحق والعدل . (العناني، 2000، صفحة 14)

ولخص " فرويد" الصحة النفسية من منظور وظيفي في ثلاثية تتضمن الإنجاز، والإنجاب والترويح يأتي الإنجاز كتعبير عن توظيف الطاقات والإمكانات في ممارسة حياتية بناءة، ويليهما الإنجاب الذي يستند إلى القدرة على الحب والارتباط الزوجي والعاطفي والوصول إلى النضج النفسي الضروري للقيام بالأدوار الزوجية والوالدية ويكملها القدرة على الترويح والاستمتاع بمناهج الحياة وتجديد الطاقات الحيوية بينما يرى "Adler" أن الإنسان يستطيع أن يتغلب على الشعور بالنقص ويحقق الصحة النفسية عن طريق الميل الاجتماعي والعيش مع الآخرين والتنشئة الاجتماعية الصحيحة ووضع أهداف محددة للعمل على تحقيقها بالشكل الذي

يسهم في تكوين شخصية متماسكة قادرة على مواجهة الصعوبات ، أما مؤسس النظرية النفسية الاجتماعية في النمو، يرى أن الصحة النفسية تتمثل في قدرة الفرد على مواجهة مشكلات مرحلة النمو التي يمر بها بنجاح، كما أوضح أن صحة الفرد النفسية في مرحلة عمرية معينة تساعد الفرد على تحقيق التكيف النفسي في المراحل العمرية.

**2-2- المدرسة الإنسانية :** تبدو الصحة النفسية عند المفكرين الإنسانيين في مدى تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقاً كاملاً ويختلف الأفراد فيما يصلون إليه من مستويات من حيث الإنسانية الكاملة، وهكذا يخالفون في مستويات صحتهم النفسية ومن رواد هذه المدرسة نجد " أبراهام ماسلو" و " كارل روجرز" فيما يلي وجهة نظر كل منهما في هذا المجال :

يرى " ماسلو" أن للإنسان حاجات متنوعة، وأن هذه الحاجات تتنوع بصورة هرمية منها ذات المستوى الأدنى والأخرى ذات المستوى الأعلى، يضم المستوى الأول الحاجات الفسيولوجية و الحاجة إلى الأمن والسلامة فأشباع الحاجات الجسمية تشعر الفرد بالأمان، وعندها سيحاول إشباع المستوى الأعلى من الحاجات التي يطلق عليها الحاجات الاجتماعية منها الحاجة إلى الصداقة والعطف والحنان والتحصيل وتحقيق الذات الذي يعد الغاية العظمى في هرم "ماسلو" وتتحقق الصحة النفسية عندما يتمكن الفرد من إشباع هذه الحاجات بطريقة سوية ويحقق إنسانيته الكاملة ، كما قدم " ماسلو" قائمة طويلة من خصائص الإنسان الذي يحقق أقصى حالات الذات وهي:

الإدراك الفعال للواقع و التعامل الإيجابي معه ، ومجابهة صعوباته بدلا من الانسحاب في الأوهام والأحلام درجة عالية من تقبل الذات و الآخرين.

القدرة على إقامة علاقات حميمية القدرة على المرح و الدعابة و الاستمتاع بمناهج الحياة.

القدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية .

الأصالة و الابتكار في العمل و المواقف.

بينما يرى " روجرز" وهو واضع نظرية الذات في علم النفس، أن كل فرد قادر على إدراك ذاته وتكوين مفهوم أو فكرة عنها ، وينمو مفهوم الذات نتيجة التفاعل الاجتماعي جنباً إلى جنب مع الدافع الداخلي لتحقيق الذات، ولكي يحقق الإنسان ذاته لابد أن يكون مفهومه عنها موجبا وحقيقيا ، فالإنسان المتمتع بالصحة النفسية هو الشخص القادر على تكوين مفهوم إيجابي عن نفسه، والذي يتفق سلوكه مع المعايير الاجتماعية ومع مفهومه عن ذاته (حجازي، 2000، صفحة 41)

**2-3- المدرسة السلوكية :** ترى هذه المدرسة أن السلوك متعلم من البيئة، وأن عملية التعلم وتحدث نتيجة لوجود الدافع والمثير والاستجابة، بمعنى إذا وجد الدافع والمثير حدثت الاستجابة ( السلوك) ولكي يقوي الربط بين المثير والاستجابة لابد من التعزيز، أما إذا تكررت هذه الأخيرة دون تعزيز كان ذلك.

### 3 - المفاهيم المرتبطة بالصحة النفسية:

أ ( **التوافق الشخصي :** هو مجموعة من الاستجابات المختلفة التي تول إلى تمتع الفرد وشعوره الأمن الشخصي ، ثم يتمثل في اعتماده على نفسه وإحساسه بقيمة ، وشعوره بالحرية في توجه السلوك دون سيطرة الغير والشعور بالانتماء والتحرر من ميل إلى الانفراد والخلو من الأمراض العصابية وكذلك شعور بذاته أو برضاه عن نفسه وبخلوه من علامات الانحراف النفسي .

ب ( **الإحباط :** يعتبر الإحباط من المفاهيم الأساسية في مجال الصحة النفسية وهو مواجهة الفرد لما يعيقه في تحقيق أهدافه وإشباع دوافعه ، وهو أيضا انفعالية ودافعية يشعر بها الفرد عندما يحول دون إمكانيته لتحقيق ذاته أو غاياته.



ت ( العدوان : هو سلوك يوجه نحو الغير ، الغرض من إلحاق الضرر المادي والنفسي وقد يوجه نحو الذات فيلحق الفردية .

ج ( القلق : نوع من الانفعال المؤلم يكتسبه الفرد ويكون خلال المواقف التي يصادفها فهو يختلف عن بقية الانفعالات غير الشاذة ) كالشعور بالإحباط أو الغضب والغيرة ( لما يسببه من تغيرات جسمية داخلية يحس بها الفرد أخرى خارجية تظهر على ملامحه بوضوح .

د ( الصراع النفسي: هو تعرض الفرد لقوى متساوية تدفعه باتجاهات متعددة مما تجعله عاجزا عن اختيار اتجاهها معينا ويترتب عليه الشعور بالضيق وعدم الارتياح وكذلك القلق وهو ناتج عن صعوبة اختيار واتخاذ القرار بشأن الاتجاه الذي يسلكه.

#### 4- أهمية الصحة النفسية:

من المهم أن يتمتع جميع الأفراد الصغير والكبير، أصحاب الجسم السليم والمرضى، الذكر والأنثى، الأب والأم العامل والمعلم وأصحاب المهن وكل الأفراد بالصحة النفسية فهي موضوع يمس كل إنسان ويتصل به، فمن منا لا يود أن يتمتع بنمو الشخصية والسلوك الاجتماعي المقبول والقدرة على مواجهة مشكلات الحياة وصعوباته، والتمتع بالسعادة، وأن القول بأن الصحة النفسية هدف يسعى إليه كل فرد وأمنية يود تحقيقها.

#### 4-1- أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد:

- فهم الذات: فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد المتوافق مع ذاته، فهو يعرف ذاته ويعرف حاجاتها وأهدافها.

- التوافق : ويعني ذلك التوافق الشخصي بالرضا عن النفس وفهم نفسه والآخرين من حوله.

الصحة النفسية تجعل حياة الفرد خالية من التوتر والاضطراب والصراعات المستمرة مما تجعله يشعر بالسعادة مع نفسه.

الصحة النفسية تجعل الفرد قويا اتجاه الشدائد والأزمات وتجعل شخصيته متكاملة تؤدي وظائفها بشكل متكامل ومتناسق.

الصحة النفسية تجعل الأفراد قادرين على التحكم بعواطفهم وانفعالاتهم مما يجعلهم يتصرفون بسلوك السلوكيات السوية ويتبعون عن السلوكيات الخاطئة.

أن الهدف النهائي للصحة النفسية هو إيجاد أكبر عدد من الأفراد الأسوياء (الداهري، 2005، صفحة 202)

#### 4-2- أهمية الصحة النفسية بالنسبة للمجتمع:

وتتجلى هذه الأهمية فيما يلي:

الصحة النفسية تؤدي إلى زيادة الإنتاج وكفايته حيث أثبتت العديد من الدراسات بأن العاملين الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة عادة ما ترتفع انتاجاتهم، كما أن منتجاتهم تتميز بالجودة والإتقان مع قلة الفاقد مما تؤدي إلى زيادة الدخل القومي.

الصحة النفسية تؤدي إلى تماسك المجتمع، فالأفراد المتمتعين بالصحة النفسية يتسمون بالتعاون وتكوين علاقات مع الآخرين والانسجام معهم، مما يجعلهم يدا واحدة أمام المشكلات التي تهدد مجتمعهم ويبدلون أقصى جهودهم بروح الفريق لتحقيق الازدهار والتطور.

الصحة النفسية تؤدي إلى اختفاء الظواهر المرضية فبوجود الصحة النفسية تكاد تختفي معها

الظواهر السلوكية المرضية كإدمان المخدرات والخمر والسرقه والقتل... الخ

## 5- العوامل المؤثرة في الصحة النفسية:

### 5-1- الأسرة:

يقول علماء النفس أن الرجل هو امتداد لطفولته، فالطفولة السوية تؤدي إلى رجل سوي والأسرة هي التي تضع نواة وأسس شخصية الفرد في السنوات الخمس الأولى من حياته، ولذا إذا كانت هذه الأسس سليمة شب لنا العاملين الأسوياء، وقد يعاني العاملين من عدم القدرة على التوافق الحسن نتيجة ما اكتسبوه من داخل أسرهم من صفات سلوكية شاذة كعدم تحمل المسؤولية عدم احترام المواعيد وعدم المحافظة على النظام، والأناية المفرطة ومثل هذه الصفات كفيلة أن تحول بين العاملين وبين نجاحهم في عملهم، فالعامل الذي لا يتحمل المسؤولية أو لا يحترم مواعيد عمله لا يمكن أن يكون عاملاً ناجحاً مما يترتب عليه سوء تكيفه مع عمله وبالتالي يؤدي إلى سوء صحته النفسية.

### 5-2- المدرسة:

والعامل الذي عاش في طفولته عدد من السنوات في مدرسة يسودها جو من النظام والانضباط والحرية والديمقراطية يقوده معلمون رأي فيهم نماذج للإخلاص والجدية وحب العمل ودون شك متحلياً بهذه الصفات الصالحة التي تجعل منه إنساناً ناجحاً في عمله مما يدعم صحته النفسية، أما الذي يتربى في مدرسة يسودها الفوضى والاضطراب والتسبب وعدم الاحترام فسيكون نصيبه الفشل في عمله وسوء التكيف معه لما اكتسبه في مدرسته من صفات سيئة، وهذا مما يؤثر على سوى صحته النفسية.

**5-3- طبيعة الدراسة:**

قد ثبت أن طبيعة العمل الذي يمارسه العامل من العوامل التي تؤثر على سلوكه فهناك من يضطر العامل فيها إلى التعامل مع أشخاص سيئ السلوك كمن يتعامل مع المجرمين والمنحرفين، وهناك من يتعامل فيها الفرد مع أشخاص من بيئات اجتماعية معينة كسائق العربة وغيرها مثلا، مثل هذه المهن تؤثر في سلوك العاملين فيها سيئا وهذا بدوره يؤدي إلى سوء تفكيرهم وبالتالي إلى سوء صحتهم النفسية.

**5-4- ظروف الدراسة:**

لكل عمل ظروفه الخاصة به، فمن الأعمال ما يؤدي في مكان نظيف مكيف الهواء، ومنها ما يؤدي في مكان شديد الحرارة، ومنها ما يؤدي في مكان جوه ملئ بالشوائب والأتربة، فإذا كانت ظروف العمل صعبة وغير مناسبة للفرد و لحالته الصحية، فإن هذا سيؤدي إلى عدم الارتباط بهذا العمل وعدم حبه له وكذا عدم الرغبة في بذل الجهد فيه مما يؤثر تأثيرا سيئا على سلوك العامل وعلى صحته النفسية و العكس صحيح.

**6- خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية:**

يشير حامد زهران إلى أن الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية لها عدة خصائص تميزها عن الشخصية المريضة وفيما يلي أهم هذه الخصائص:

**6-1- التوافق:**

التوافق الشخصي ويتضمن الرضا عن النفس والتوافق الاجتماعي ويشمل:  
 . التوافق الزوجي والتوافق الأسري والتوافق المدرسي والتوافق المهني.

**6-2- الشعور بالسعادة مع النفس:**

ودلائل ذلك الشعور بالسعادة والراحة النفسية لما للفرد من ماضي نظيف وحاضر سعيد ومستقبل مشرق واستغلال والاستفادة من مسارات الحياة اليومية، وإشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة فيها، ونمو مفهوم موجب للذات واحترام النفس وتقبلها والثقة فيها، ونمو مفهوم موجب وتقدير الذات حق قدرها.

**6-3- الشعور بالسعادة مع الآخرين:**

حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم والاعتقاد في ثقتهم المتبادلة، ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين التكامل الاجتماعي أو القدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة ودائم الصداقات الاجتماعية والانتماء للجامعة والقيام بالدور الاجتماعي المناسب والتفاعل الاجتماعي السليم، والقدرة على التضحية وخدمة الآخرين، والاستقلال الجماعي والسعادة الأسرية والتعاون وتحمل المسؤولية الاجتماعية.

**6-4- تحقيق الذات واستغلال القدرات:**

فهم النفس والتقييم الواقعي الموضوعي للقدرات والإمكانات والطاقات وتقبل نواحي القصور وتقبل مبدأ الفروق الفردية واحترام الفروق بين الأفراد وتقدير الذات حق قدرها واستغلال القدرات والطاقات والإمكانات إلى أقصى حد ممكن ووضع أهداف ومستويات طموح وفلسفة حياة يمكن تحقيقها وإمكان التفكير والتقدير الذاتي وتنوع النشاط وشموله، وبذل الجهد في العمل والشعور بالنجاح فيه والرضا عنه، والكفاية والإنتاج.

6-5- القدرة على مواجهة مطالب الحياة : النظرة السليمة الموضوعية للحياة.

6-6- التكامل النفسي: الأداء الوظيفي الكامل والمتكامل المتناسق للشخصية ككل جسديا وعقليا،

انفعاليا واجتماعيا والتمتع بالصحة ومظاهر النمو العادي.

6-7- السلوك العادي: السلوك السوي المعتدل والمألوف على حياة غالبية الناس، العمل على تحسين

مستوى التوافق النفسي القدرة على التحكم على الذات وضبط النفس.

6-8- حسن الخلق: الأدب والالتزام وطلب الحلال واجتناب الحرام، وبشاشة الوجه وإرضاء الناس في

السراء والضراء، ولين القول، وحب الخير للناس، وقول الحق، وبر الوالدين والحياء، والصدق والعفة،

والشفقة.

6-9- العيش في سلامة وسلام: التمتع بالصحة النفسية والصحة الجسمية والصحة الاجتماعية

والأمن النفسي والسلم الداخلي والخارجي والإقبال على الحياة بوجه عام والتمتع بها التخطيط للمستقبل

بثقة وأمل (زهران حامد، 1997، الصفحات 57-59).

أما الدكتور محمد قاسم عبد الله فيرى أن الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية لا بد أن تتوفر فيه

السمات التالية وهي:

6-10- التوافق التام بين وظائف الجسمية المختلفة:

أي أن يكون هناك انسجام وتوافق بين كل وظيفة نفسية والوظائف الأخرى بحيث تخدم عملها دون زيادة

أو نقصان، والوظائف النفسية هي: المقومات المعرفية العقلية ( إدراك، انتباه، تجريد، تخيل تفكير ...)

والانفعالية ( سلوك اجتماعي، وصدقات، وتعاون واتجاهات...) فالانسجام إذا يكون بين هذه المكونات

جميعها في شخصيته بين ذاته المثالية وذاته الواقعية بين قدراته وإمكاناته ومستوى طموحه، بين حاجاته أو رغباته واتجاهاته، فإذا كان مستوى طموحه أعلى من قدراته، أو كانت الفجوة كبيرة بين ذاته المثالية ( التي يرغب أن يكون وذاته الواقعية، أو كان خوفاً من مثير ما زائد أو أقل عن الحد الطبيعي الذي يتطلبه المثير والموقف أو كانت ذاكرته أقل (ضعف الذاكرة)، أو أكثر من المعتاد عند الإنسان السوي، فإن هذه الحالات تؤدي إلى خلل في الصحة النفسية وتزيد من الاضطرابات النفسية.

### 6-11- قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والصعوبات:

العادية المختلفة التي يمر بها وما أكثر هذه الأزمات والضغوطات التي نمر بها في هذا العصر الذي سمي (عصر القلق) فالشخص المتمتع بالصحة النفسية هو قادر على مواجهة ضغوطات الحياة وأزمات وحلها بصورة واقعية مثمرة وليس أن يتهرب منها.

### 6-12- الإحساس بالسعادة والرضا والحيوية:

والمقصود بذلك أن يكون الفرد متمتعاً بعلاقاته مع الآخرين راضياً عن نفسه، وسعيداً وليس متدمراً كارهاً لها، ويرتبط هذا الشعور

بالسنتين السابقتين. فلا يمكن للفرد أن يكون سعيداً وراضياً إلا إذا كان هناك توافق بين وظائفه النفسية وقادراً على مواجهة الأزمات والصعوبات التي يمر به. (امحمد قاسم)

### 7- مظاهر ومعايير الصحة النفسية:

#### 7-1- مظاهر الصحة النفسية:

للصحة النفسية مجموعة من المظاهر السلوكية يمكن إجمالها بالمظاهر التالية:

الاتجاه نحو الذات ويشمل مفهوم واقعي موضوعي عن الذات وإحساس بالسوية. تحقيق الذات ويعني استخدام الفرد لقدراته وإمكانياته وتوجيهها نحو المستقبل. تكامل الشخصية ويعني الاتساق بين جوانب الشخصية والمقدرة على مواجهة الشدائد وتحمل الإحباط.

التوجه الذاتي (التلقائية - الاستقلالية) ويعني تحديد الفرد لأهدافه بما يتفق مع حاجاته وتعديلها بسهولة عند الضرورة.

إدراك الواقع ويعني التحرر من مسايرة الواقع دائماً، والحساسية الاجتماعية المعقولة. السيطرة على البيئة وتعني الكفاءة في الحب واللعب والعلاقات الاجتماعية وحل المشكلات بطريقة فعالة. الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس ويعني إحساس الفرد بأن لديه من الإمكانيات ما يجعله قادراً على العطاء والمواجهة.

المقدرة على التفاعل الاجتماعي وتعني القدرة على تكوين علاقات إنسانية مشبعة وإيجابية. النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس ويعني الثبات وعدم التناقض الانفعالي وعدم التذبذب الانفعالي وإزاء المواقف المتشابهة.

المقدرة على توظيف الطاقات والإمكانيات ويعني الإقبال على الحياة بنشاط ومثابرة وتخطيط. الخلو النسبي من الأعراض العصابية ويعني الخلو من الأنماط السلوكية المصاحبة للاضطرابات النفسية مثل: الاكتئاب والقلق والتوتر النفسي.

قيمي وإنساني ويعني تبني إطار من القيم الإنسانية والالتزام بها مثل العدل و الأمانة والصدق والوفاء والمساندة.

الإقبال على الحياة مع الشعور بالسعادة والرضا (الحواشي، 2004، الصفحات 03-04)



## 7-2- معايير الصحة النفسية:

هناك أربعة محكات أساسية نستطيع الاعتماد عليها في الحكم على تحقق الصحة النفسية

الخلو من الاضطراب النفسي: وهو المعيار الأول الضروري لتوافر الصحة النفسية، ولكن مجرد غياب المرض النفسي لا يعني توافر الصحة النفسية لأن هناك معايير وشروط أخرى يجب توافرها هي الثلاث التالية: التكيف بأبعاده وأشكاله المختلفة التكيف النفسي الذاتي من حيث التوفيق بين الحاجات والدوافع والتحكم بها وحل الصراعات والتكيف الاجتماعي بأشكاله المختلفة، المهني، المدرسي، الأسري.

. تفاعل الشخص مع محيطه الداخلي والخارجي الإدراك الصحيح للواقع: ويتداخل هذا المعيار مع سابقه، لأن عملية التكيف تجري حين يتفاعل الشخص مع بيئته الداخلية والخارجية، فالتفاعل مع المحيط الداخلي يتضمن فهم الشخص لذاته ومعرفة قدراته ودوافعه واتجاهاته والعمل على تنميتها وتطويرها وتحقيقها أما التفاعل مع المحيط الخارجي فيتضمن فهم الواقع وشروطه (ومتغيرات البيئة وظروفها) والعمل على التوافق معه لإبعاد الخطر عن الذات وتعديل السلوك ليحدث الانسجام المطلوب وأخيرا العمل تبني إطار المنتج خلال سعي الفرد لتحقيق ذاته.

. تكامل الشخصية والتكامل بالمعنى العام هو انسجام الوحدات الصغيرة في وحدة أكبر، أي اندماج عناصر متميزة لما بينها علاقات ويقصد بتكامل الشخصية (التناسق والتكامل ضمن وحدة) الشخصية هو انتظام مقوماتها، وسماتها المختلفة وائتلافها في صيغة و خضوع هذه المكونات والسمات لهذه الصيغة فالشخصية المتكاملة هي الشخصية السوية (دليل الصحة النفسية) أما تفكك الشخصية وعدم تكاملها فهي الشخصية المضطربة (دليل اختلال الصحة النفسية) (امحمد قاسم، صفحة 22)

## 8- نسبة الصحة النفسية:

الصحة النفسية حالة ايجابية دائمة نسبيا فهي نسبية إذن هي ليست مطلقة أي إما أن تتحقق أو لا تتحقق، بل إنها نشطة متحركة ونسبية وتتغير من فرد إلى آخر، ومن وقت إلى آخر عند الفرد نفسه، كما تتغير بتغير مجتمعات، وتبعا لمراحل النمو، وهذا ما سنتطرق إليه من معني نسبيتها.

## 8-1- نسبة الصحة النفسية من فرد إلى آخر:

الصحة النفسية حالة ايجابية دائمة نسبيا فهي نسبية إذن هي ليست مطلقة أي إما أن تتحقق أو لا تتحقق، بل إنها نشطة متحركة ونسبية وتتغير من فرد إلى آخر، ومن وقت إلى آخر عند الفرد نفسه، كما تتغير بتغير مجتمعات، وتبعا لمراحل النمو، وهذا ما سنتطرق إليه من معني نسبيتها كما يختلف الناس بعضهم عن بعض في كل من: الطول والوزن وضغط الدم وتوتر العضلات الذكاء والعبقرية الاتزان والقلق، وغير ذلك فأنهم يختلفون أيضا في الدرجة التي يحوزونها في الصحة النفسية.

والصحة النفسية نسبية غير مطلقة، فهي لا تتبع قانون الكل أو لا شئ، كما أن كمالها التام أمر غير موجود، وانتقائها الكلي هو أيضا غير متوقع لا قليلا وتفصيل ذلك انه لا يكاد يوجد شخص كامل في صحته النفسية (لاحظ إن الأمر ذاته ينسحب على الصحة الجسمية ولا يكاد يوجد شخص تنتفي لديه جميع علامات الصحة النفسية، فمن الممكن أن نلاحظ بعض الجوانب السوية لدى اشد اضطرابا، وليس من المتوقع غالبا أن تضطرب جميع الوظائف النفسية لدى الفرد دفعة الحدة (جبل، 1997، الصفحات 17-18).

**8-2-نسبية الصحة النفسية لدى الفرد الواحد من وقت إلى آخر :**

إن الفرد الذي يشعر بالسعادة والنشوة والحبور في كل لحظة من لحظات حياته هو شخص غير موجود، كما يصبح نقيض ذلك أيضا ، فان الفرد الذي يشعر طوال سني حياته بالتعاسة أو الحزن أو القلق أو غير ذلك من الانفعالات السلبية المضايقة.

**9-مناهج الصحة النفسية:****9-1-المنهج الوقائي :** يعتبر المنهج الوقائي من أهم المناهج التي تهدف إليها الصحة النفسية

وحيث يعرف هذا المنهج، بأنه مجموعة من الجهود التي يبذلها القائمون على الصحة النفسية للتحكم في السيطرة على عدم حدوث اضطراب النفسية الناتجة عن سوء التوافق والتي تؤدي الاضطرابات والأمراض النفسية وأبضا التقليل من العوامل والمسببات التي تؤدي إلى الأمراض العقلية ويعد هذا المنهج ذو أهمية بالغة إذا ما تطرقنا على الصحة النفسية الإحصاءات العالمية الحديثة والتي تشير إلى زيادة معدلات انتشار الإصابة بالاضطرابات والأمراض النفسية والعقلية في كل بلاد العالم أجمع، نتيجة تعقد الحياة وتشابكها وعدم الاستقرار وما صاحبه من تغير اجتماعي والتكاليف على المادة البطالة، الأمية، الانفجار السكاني، وغيرها من الأسباب المتعددة التي ذكرت ولكن هذه الأسباب أيضا كانت هناك الحاجة ملحة وضرورية لخفضها عن طريق وقاية القطاع الأكبر من الأفراد الذين يتعرضون إلى الخطر أكثر من غيرهم دون انتظار الوصول إلى المرض النفسي والذي يصعب معه المرض أصلا وحتى تتخفض معدلات الإصابة به مستقبلا وأيضا تركز جهود الوقاية على المؤسسات التربوية الأخرى والتي تساهم في التنشئة الاجتماعية بالمدرسة ووسائل الإعلام ومؤسسات رعاية الطفولة، الأحداث والنوادي وغيرها بهدف دعم هذه الأجهزة بحيث تصبح أفضل قدرة على نشر الصحة النفسية.

هذا ويمر المنهج والوقائي بثلاث مراحل هي:

الوقاية الأولية وهي أولى المراحل الوقائية وأهمها إذ تهدف مسبقا منع حدوث اضطرابات نفسية وغيرها من أنواع الشذوذ النفسي السلبي وذلك عن طريق وسائل عدة منها معرفة الأسباب واكتشافها وخفض الضغوط التي تؤدي إلى اضطرابات الشخصية والمساندة الانفعالية ولحد منها للوصول إلى الاتزان الانفعالي مع توفير البيئة الصحية المناسبة .

الوقاية الثانوية والهدف منها إنقاص شدة الاضطرابات النفسية وذلك عن طريق اكتشافها مبكرا والاهتمام برعايتها بهدف إيقاف هذه الاضطرابات في مرحلة مبكرة وفي حالاتها الكامنة والمستمرة وذلك حتى لاتصل هذه الاضطرابات النفسية إلى شدتها وتتحول إلى المرض النفسي وأن الكشف المبكر لها ييسر تماما شفاؤها مثلها في ذلك مثل الاضطرابات

العضوية، والتي يتم اكتشافها مبكرا تمنع من التحول إلى المرض العضوي.

- الوقاية في المرحلة الثالثة: تهدف إلى خفض العجز الناتج عن المرض النفسي في بدايته وإنقاص المشكلات المترتبة عليه، واستخدام الوسائل التي تهدف إلى منع الانتكاسة. ( زهران ح.، 1997،

الصفحات 12-13)

**9-2- المنهج العلاجي:** إذا كان المنهج الوقائي يهدف إلى وقاية الناس من الاضطرابات النفسية

خشية الوصول إلى الأمراض النفسية فإن الوقوع في المرض النفسي أو العقلي يعد أيضا جانبا أساسيا من اهتمام المسؤولين بالصحة النفسية فحقيقة أن المنهج الوقائي يهتم بالغالبية الناس التي يمكن أن تقع فريسة للاضطرابات والانحرافات والأمراض النفسية، فإن الاهتمام أيضا بالقلّة المريضة يعد هدفا نبيلًا وإنسانيًا

لذلك كان اهتمام المسؤولين عن الصحة النفسية بالانصراف إلى الاهتمام بالمرضى النفسيين والعقليين ويركزون في اهتماماتهم على عدة نواحي منها:

دراسة النظريات المختلفة للأمراض النفسية ومعرفة أعراضها ومسبباتها. تحديد الأساليب والوسائل وطرق العلاج النفسي المختلفة لعلاج الأمراض النفسية والحد من مشكلات الأمراض العقلية. توفير الرعاية والخدمات المناسبة للمرض والمعوقين والجانحين بما في ذلك توفير المستشفيات والمؤسسات العلاجية.

استخدام أفضل الوسائل وأحدثها في علاج والتأهيل والإرشاد.

إعداد فريق المعالجين والمرشدين النفسيين الأكفاء . (زهران حامد، 1997)

أيضا جانبا أساسيا من اهتمام المسؤولين بالصحة النفسية حقيقة أن المنهج الوقائي يهتم بالغالبية الناس التي يمكن أن تقع فريسة للاضطرابات والانحرافات والأمراض النفسية، فان الاهتمام أيضا بالقلّة المريضة يعد هدفا نبيلًا وإنسانيًا لذلك كان اهتمام المسؤولين عن الصحة النفسية بالانصراف إلى الاهتمام بالمرضى النفسيين والعقليين ويركزون في اهتماماتهم على عدة نواحي منها:

دراسة النظريات المختلفة للأمراض النفسية ومعرفة أعراضها ومسبباتها. تحديد الأساليب والوسائل وطرق العلاج النفسي المختلفة لعلاج الأمراض النفسية والحد من مشكلات الأمراض العقلية. توفير الرعاية والخدمات المناسبة للمرض والمعوقين والجانحين بما في ذلك توفير المستشفيات والمؤسسات العلاجية.

استخدام أفضل الوسائل وأحدثها في علاج والتأهيل والإرشاد.

إعداد فريق المعالجين والمرشدين النفسيين الأكفاء. (زهران حامد، 1997، صفحة 13)

**9-3- المنهج الإنشائي:**

إذا كان المنهج الوقائي يهدف إلى السيطرة في عدم وصول الإنسان إلى الاضطرابات النفسية والمنهج العلاجي يهدف إلى تقديم طرق العلاج المناسبة للمرضي النفسيين والحد من تفاقم المرض لديهم فإن المنهج الثالث في الصحة النفسية، وهو المنهج الإنشائي يهدف إلى العمل مع الأسوياء بقصد الوصول بصحتهم النفسية إلى أقصى حدودها الممكنة و الوصول الى أعلى درجات الشعور بالسعادة و الكفاءة و الرضا عن الذات و الآخرين في مجال الأسرة و المهنة و المجتمع ككل. (فوزي، 2001، صفحة 27)

**10- مشكلات الصحة النفسية :**

اتسم هذا العصر بمجموعة من الظواهر الضاغطة التي أثارت القلق والتوتر لدى الفرد، ولم يقتصر هذا الأثر على ذات الفرد بل امتد إلى خارجه حيث اضطرت العلاقة بينه وبين الوسط الذي يحيط به ويتعامل معه وقد استوجب هذا الموقف تحديد هذه الظواهر للتعرف عليها حتى يمكن وضع الشروط اللازمة لكي يتم التوافق بين الفرد ونفسه من جهة، وبينه وبين العالم الخارجي من جهة أخرى لإعادة التوازن أو الصحة النفسية له، وقد تفشل أساليب الفرد التوافقية وحيله الدفاعية في مواجهة المواقف الضاغطة على الفرد ، وهذا الفشل من شأنه أن يعرض الفرد إلى أنواع مختلفة من المشكلات والاضطرابات الصحية (عويضة، 1996، صفحة 107)

تعني اضطرابات الصحة النفسية إنحراف السلوك عن المستوى العادي ما يجعله غير سوي في إطار المجتمع الذي يعيش فيه الفرد ، عموماً يصنف كتاب التشخيص الأمريكي (DSM) السلوك غير السوي إلى ستة فئات رئيسية وهي : النقص العقلي، والاضطرابات العقلية عضوية المنشأ والاضطرابات

الذهنية التي لا ترجع إلى أسباب عضوية، والاضطرابات العصابية، والاضطرابات الشخصية والاضطرابات النفس جسدية. (القذافي، 1998، صفحة 134)

**خلاصة الفصل:**

لقد تناولنا في هذا الفصل أهم النقاط حول الصحة النفسية من تعريفات مختلفة، كما أشرنا إلى أهميتها، ومستوياتها، ونسبتيها ومناهجها، وتطرقنا إلى بعض معاييرها ومختلف النظريات المفسرة للصحة النفسية، وما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه أن الصحة النفسية علم يستطيع أن يقدم الكثير نحو تحقيق شخصيات ايجابية متكيفة مع نفسها ومع مجتمعا قادرة على تجنب كل ما يعصف بحياتهم ويسبب لهم الاضطراب والقلق، كما أنها تعنى بمساعدة الأفراد على تأدية أدوارهم في الحياة في أحسن صورة مما يجعلهم في حالة الرضا والسعادة والثقة بالنفس.



**الباب الثاني:  
الجانب التطبيقي**

**الفصل الأول:  
الإجراءات المنهجية  
للدراسة**

## تمهيد:

بعد محاولتنا لتغطية الجانب النظري للبحث سنحاول في هذا الجزء أن نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي وهذا بعد انتهائنا من الجانب النظري ، والذي حاولنا من خلاله تسليط الضوء على دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في بناء الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور الابتدائي سنتطرق في هذا الفصل إلى الجانب التطبيقي حيث تدور منهجيه البحث حول منهج الدراسة المنبع وادوات البحث المتمثلة في الاستبيان وكذلك المتغيرات والعينة المعتمدة في البحث اعترضت البحث، ومنه فالمنهجية والاجراءات الميدانية يعتبرها الطالب الباحث الاساس الذي تبنى حوله مصداقيه البحث.

**1- الدراسة الاستطلاعية:**

الدراسة الاستطلاعية هي مرحلة أولية أو دراسة قبلية تسبق الدراسة الأساسية فهي تهدف الى جمع أكبر قدر من المعلومات على موضوع الدراسة قصد معرفه مصداقيتها كضمان دقة وموضوعية النتائج المتحصل عليها في النهاية.

**2- المنهج المتبع في الدراسة:**

هناك عدة مناهج علمية تختلف باختلاف المواضيع ونظرا لطبيعة موضوعنا ولتشخيص الظاهرة وكشف جوانبها اعتمدنا على المنهج الوصفي وهو من أكثر المناهج استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية النفسية والاجتماعية والرياضية وكانت الدراسة تتطلب منا جمع المعلومات وكان الاستبيان هو المصدر الاول للبحث وهي مجموعه من الأسئلة تم أخذها من مذكرتين ، المذكرة الأولى:

واقع المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في نجاح درس التربية البدنية و الرياضية من التعليم الثانوي، من إعداد الطالب معاشو محمد ياسين و الطالب عدة عبد الإله تحت إشراف الدكتور ادريس خوجة محمد 2014-2015 جامعة مستغانم.

و المذكرة الثانية دور النشاط البدني الرياضي في تحقيق النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، من إعداد الطالب لويازيد بشير تحت إشراف الدكتور سليمان نور الدين، جامعة محمد بوضياف المسيلة 2019-2020 ، حيث تمّ تعديل بعض الأسئلة و إضافة أسئلة أخرى على حسب التجربة الشخصية

**3-مجتمع البحث:**

يواجه الباحث عند شروعه في القيام ببحثه مشكله تحديد نطاق العمل اي اختيار مجتمع البحث او عينة

البحث يكون مجتمع بحثنا من جميع أساتذة مادة التربية البدنية والرياضية وتلاميذ الطور الابتدائي لبعض دوائر ولاية غليزان

**4- عينه البحث:** هي مجموعة من أفراد مختارة من بين مجتمع الأم حيث اشتملت عينه بحثنا على 30 استاذ في مادة التربية البدنية والرياضية و 30 تلميذ للطور الابتدائي في ولاية غليزان مقسمة على الدوائر تم اختيار العينة بطريقه عشوائية.

#### 5-مجالات البحث:

**5-1-المجال المكاني:** تمت الدراسة الميدانية الخاصة بالبحث على مستوى ابتدائيات بلدية زمورة، منداس، واد الجمعة، واد السلام، دار بن عبد الله، بني درقن، سيدي لزرق في ولاية غليزان تشمل 29 ابتدائية

**5-2-المجال الزمني:** تمت معالجة البحث في فترة ممتدة من بداية شهر مارس الى غاية نهاية شهر ابريل

#### 6- متغيرات الدراسة: هي متغيرين مستقل وتابع

**6-1-المتغير المستقل:** هو الذي سيفسر لنا الظاهرة او السبب الافتراضي للمتغير التابع حيث يتمثل في المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية

**6-2-المتغير التابع:** هو المتغير الذي يرغب الباحث في شرحه وهو الذي يتأثر بالمتغير المستقل وفي هذه الدراسة يتمثل في الصحة النفسية.

**7-الادوات المستعملة في الدراسة:** تم الاعتماد على اداه من ادوات البحث العلمي والتي تكمن في الاستبيان عن طريق استمارة تحتوي على مجموعه من الأسئلة يتم توزيعها على افراد العينة.

وتكونت استمارة الاستبيان من 30 سؤال حيث 22 سؤال خاص بالأساتذة و4 أسئلة فرعية و18 سؤال مقسمة الى 03 محاور حسب الفرضيات الجزئية و8 أسئلة خاصة بالتلاميذ.

## 8- الوسائل الإحصائية:

قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الاحصائي عن طريق تحويل نتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة الى أرقام على شكل نسب مئوية بالطريقة الثلاثية.

عدد التكرارات  $100 \times$

النسبة المئوية =

عدد العينات

## 9- الخصائص السيكو مترية لأداة القياس:

### 9-1- الصدق:

حرصنا على التأكد من صدق أداة الدراسة الحالية، وذلك لأهمية صدق الأداة، وتعد أهم الشروط الواجب توفرها في أدوات القياس، وهو من أهم معايير جودة الاختبار. وتعرفه أنس تازي Anastasia إن صدق الاختبار يعني ما الذي يقيسه الاختبار، وكيفية صحة هذا القياس، ويقبل الصدق على أساس معاملات الارتباط التي تشير إليه. (محمد نصر، 2006 ، صفحة 177)

إن الاستبيان تم بناءه اعتمادا على المراجع العلمية ، والدراسات السابقة ، ولتأكد من صدق أداة الدراسة سلامة العبارات ، واندراجها تحت كل محور من المحاور التي حددت قمنا باستخدام صدق المحكمين

كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما أعد له حيث قمت بتوزيع نسخ من الاستبيان على خمسة من الأساتذة من معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم- إضافة الأستاذ المشرف ليحكموا مدى وضوح فقرات الاستبيان و مدى كفايتها ومناسبتها للمحاور المقترحة ، والاستفادة من اقتراح ما يرونه ضروريا من تعديل صياغة العبارات أو حذفها.

وكذلك توجيهاتهم فيما يتعلق بالبيانات الأولية بحذف بعض الخصائص الشخصية وإضافة خصائص أخرى وتعديلها.

وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبدتها المحكمين، قمت بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر وكذلك إعادة ترتيبها وفق آراء المحكمين دائما.

## 9-2- الثبات:

إن ثبات أداة الدراسة يعني: " التأكد من أن الإجابة ستكون واحدة تقريبا لو تكرر تطبيقها على الأشخاص ذاتهم في أوقات مختلفة "

هناك عدد من الطرق الإحصائية التي تستخدم لقياس مدى ثبات أداة الدراسة يعتمد في معظمها على حساب معامل الارتباط بين إجابات الأشخاص في المرة الأولى وبين إجابات نفس الأشخاص في المرة الثانية ، أو عن طريق التجزئة التصفية ، ثم استخراج معامل الثبات حسب ليون أتليد " أن ثبات الاختبار هو مدى الدقة والاتساق الذي يستقيه هذا الاختبار لسمة ما (سعد خير الله، 1989 ، صفحة 53) حسب أحمد السعاف يعد الاختبار ثابتا " إذا كانت الظروف المحيطة به والمختبر متماثلة في أما حسب أحمد السعاف يعد الاختبار ثابتا " إذا كانت الظروف المحيطة به والمختبر متماثلة في الاختبارين " يعتبر من

العوامل الهامة الواجب توافرها لصلاحية استخدام أي اختبار أو استبيان ، والمقياس الثابت هو الذي يقدم نفس النتائج عند إجراء القياس لنفس الشخص لمرات عديدة في نفس اليوم أو في أيام مختلفة. (ليلي

السيد، 2001 ، صفحة 113)

هناك طرق عديدة لقياس معامل الثبات منها طريقة التجزئة النصفية ل " ستبرمان " و " براون " وطريقة " بلاك " الاختبار وإعادة الاختبار *teste reteste* إذا أجري اختبار ما على مجموعة من الأفراد ورصدت درجات كل فرد في هذا الاختبار ثم أعيد إجراء هذا الاختبار على نفس هذه المجموعة ، ورصدت أيضا درجات كل فرد ودلت النتائج على أن الدرجات التي تحصل عليها في المرة الأولى لتطبيق الاختبار هي نفس الدرجات التي تحصل عليها في المرة الثانية ، استنتج من ذلك أن نتائج الاختبار ثابتة تماما لأن نتائج القياس لم تتغير في المرة الثانية بل ظلت كما كانت قائمة في المرة الثانية



**الخلاصة:**

حاولنا في هذا الفصل تسطير المسار العلمي والمنهجي للدراسة، فطرحنا من خلال هذا كله المراحل والعناصر التي اعتمدنا عليها واتبعناها في دراستنا، معتمدين في ذلك على المعاينة الميدانية لأجل تثمينها بدراسة استطلاعية لاستكشاف حقائق مرتبطة بمشكلة البحث ووظفنا في هذا الجانب من الفصل طرق ووسائل وأدوات التي تساعدنا في كشف بعض الحقائق والتوصل إلى نتائج من خلالها يمكن التحقق من صحة فرضيات البحث معتمدين في ذلك على خطة منهجية علمية اتبعناها لهذا الغرض، حيث تم اختيار منهج الدراسة وهذا حسب طبيعة المشكلة المطروحة في هذه الدراسة، وقد تم تحليل ومعالجة النتائج المتحصل عليها عن طريق دراسة احصائية وهذا للتحقق من صحة الفرضيات أو عدمها.

ولقد تضمن هذا الفصل منهجية البحث وإجراءات الميدانية التي تم القيام بها، كما ذكرنا الأدوات المستخدمة في البحث، وكذا توزيع العينات وكيفية إجراء التجربة وتحديد مجالات البحث الزمان والمكاني، وكذلك تطرقنا إلى مختلف الوسائل الإحصائية.

## الفصل الثاني:

عرض و مناقشة و تحليل  
النتائج

## 1. عرض نتائج الدراسة:

المحور الأول: خاص بالمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية التي تتوفر في

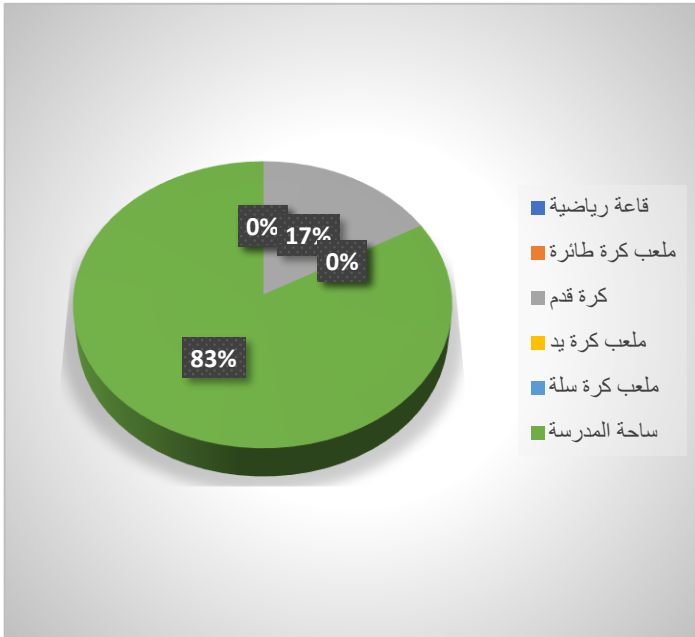
المؤسسة

السؤال: ماهي المنشآت التي تتوفر في مؤسساتكم؟

الغرض منه: معرفة اذا كانت المؤسسة تتوفر على منشآت رياضية

### عرض نتائج السؤال 01:

الجدول رقم 01: يبين ماهي المنشآت التي تتوفر في مؤسساتكم .



المنشأة	التكرار	النسب
قاعة رياضية	0	%0
ملعب كرة طائرة	0	%0
كرة قدم	6	17%
ملعب كرة يد	0	%0
ملعب كرة سلة	0	%0
ساحة المدرسة	23	%0
المجموع	29	%100

الشكل رقم 03: دائرة نسبية تمثل نسب المنشآت في

مؤسساتكم

**التعليق:**

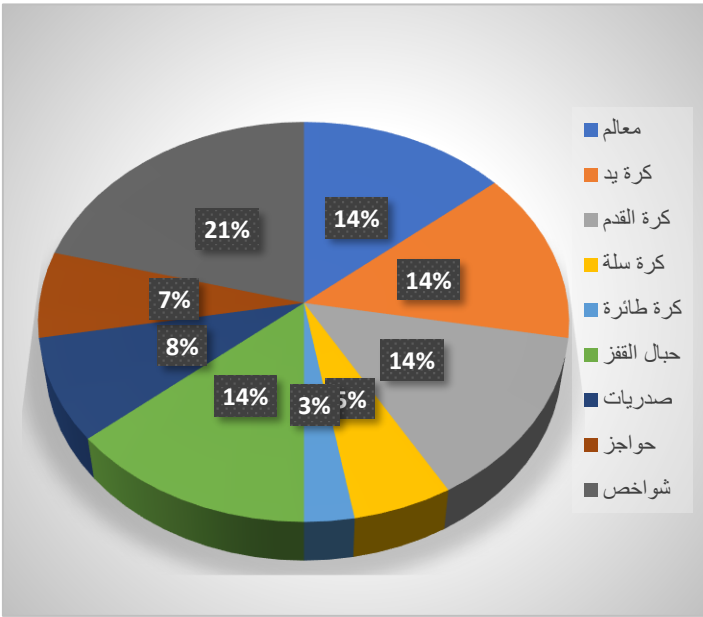
من خلال الجدول المبين يتضح ان المنشآت الرياضية كساحات المدرسة تبلغ أكبر نسبة و التي تقدر 83% أي ما يعادل أكثر من نصف عدد العينات الدراسة في حين بلغت ملاعب كرة القدم 17% في حين بلغت قاعة الرياضة 0% و ملاعب كرة اليد و السلة ما يعادل 0% وعليه نستنتج أن معظم المدارس الابتدائية يعتمدون على ساحة المدرسة و هذا بسبب نقص المنشآت الرياضية.

**السؤال:** ماهي الوسائل البيداغوجية التي تتوفر في مؤسستكم؟

**الغرض منه:** معرفة اذا كانت المؤسسة تتوفر على الوسائل البيداغوجية

**عرض نتائج السؤال 02:**

**الجدول رقم (02) :** يبين ماهي الوسائل البيداغوجية التي تتوفر في مؤسستكم



الشكل

الوسائل البيداغوجية	التكرار	النسب
معلم	10	2%
كرة يد	10	6%
كرة القدم	10	35%
كرة سلة	4	6%
كرة طائرة	2	8%
حبال القفز	10	23%
صديريات	6	12%
حواجز	5	8%
شواخص	15	2%
المجموع	72	100%

رقم 04: دائرة نسبية توضح نسبة الوسائل

البيداغوجية التي تتوفر في مؤسستكم

### التعليق:

من خلال الجدول المبين يتضح ان نسبة كرات القدم أكبر نسبة و التي تقدر 36% في حين بلغت كرات الطائرة و السلة و اليد أقل نسب 08% و 06% على التوالي في حين بلغت الصديريات و حبال القفز نسب أعلى 12% و 23% تأتي نسب الشواخص و المعالم نسب أضعف و أقل 02% و من هذه المعطيات البيانية.

نستنتج أن معظم المدارس تحتاج الى توفير الكرات الخاصة بالألعاب الجماعية و هذا لتشجيع التلميذ على الرغبة و الممارسة و كذلك لتسهيل عملية التدريب بالنسبة لأستاذ التربية البدنية.

### المحور الثاني: خاص بدور المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية في التخفيف من

#### القلق والخوف لدى التلاميذ

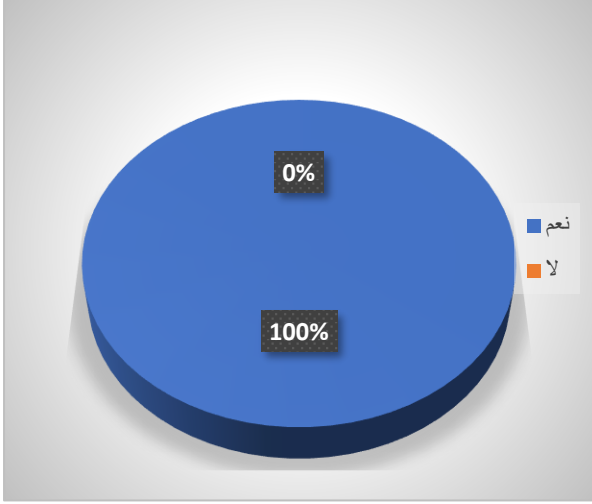
**السؤال:** هل تساعد المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في تفادي الإصابات و بالتالي نزع الخوف من ممارسة الحصة للتلاميذ؟

**الغرض منه:** معرفة اذا كانت المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية تساعد في تفادي الإصابات و بالتالي نزع الخوف من ممارسة الحصة للتلاميذ.

### عرض نتائج السؤال الأول:

الجدول رقم 03: يبين دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في تفادي الإصابات و بالتالي

نزع الخوف من ممارسة الحصة للتلاميذ



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	30	%100
لا	0	%0
المجموع	30	%100

الشكل رقم 05 دائرة نسبية توضح دور المنشآت الرياضية الوسائل البيداغوجية

في تفادي الإصابات و بالتالي نزع الخوف من ممارسة الحصة للتلاميذ

التعليق:

انطلاقا من نتائج الجدول رقم 01 المبين للسؤال هل للمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية

دور في تفادي الإصابات و بالتالي نزع الخوف من ممارسة الحصة للتلاميذ الاجابة بنعم تحصلت على

نسبة 100% والاجابة بلا 0%

و منه نستنتج أن للمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور فعّال في تفادي الإصابات و بالتالي نزع

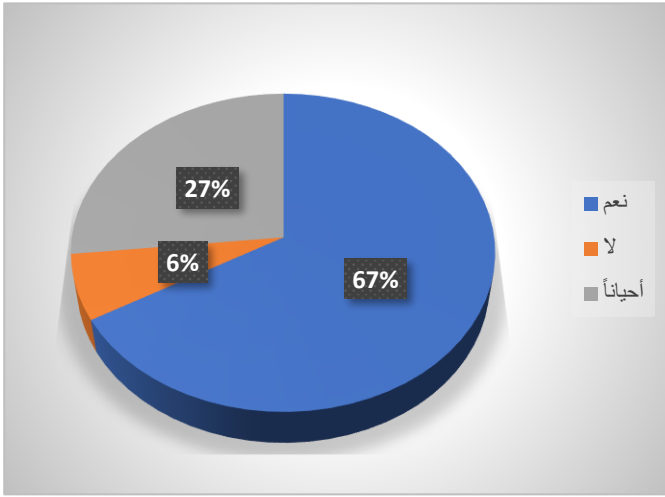
الخوف من ممارسة الحصة للتلاميذ.

السؤال: هل للوسائل البيداغوجية دور في التخفيف من القلق و التوتر؟

الغرض منه: معرفة دور الوسائل البيداغوجية في التخفيف من القلق و التوتر

عرض نتائج السؤال الثاني:

الجدول رقم 04: يبين دور الوسائل البيداغوجية في التخفيف من القلق و التوتر



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	20	67%
لا	2	6%
أحياناً	8	27%
المجموع	30	100%

الشكل رقم 06: دائرة نسبية توضح هل للوسائل

البيداغوجية دور في التخفيف من القلق و التوتر

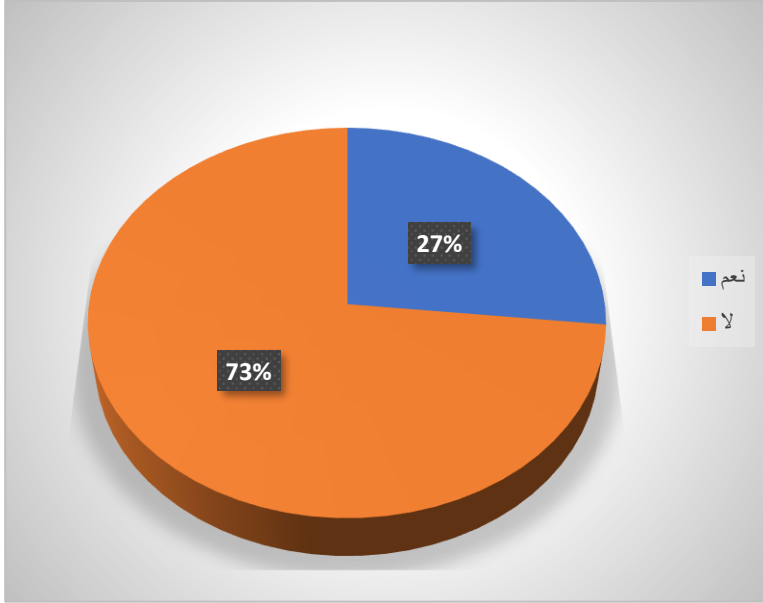
التعليق: نلاحظ من خلال الجدول ان الاجابة عن السؤال بنعم بلغت نسبة 67% في حين الاجابة

بأحياننا بلغت نسبة 8% في حين نسبة 6% مثلت النفي .

**السؤال:** هل ممارسة اللعب في ساحة المدرسة له تأثير سلبي على نفسية التلميذ والخوف والهروب من الحصة وعدم الرغبة؟

**الغرض منه:** معرفة اذا كانت ممارسة اللعب في ساحة المدرسة له تأثير سلبي على نفسية التلميذ والخوف والهروب من الحصة وعدم الرغبة؟

**الجدول رقم 05:** يبين هل ممارسة اللعب في ساحة المدرسة له تأثير سلبي على نفسية التلميذ والخوف والهروب من الحصة؟



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	8	27%
لا	22	73%
المجموع	30	100%

**الشكل رقم 07:** دائرة نسبية توضح التأثير السلبي للعب في ساحة المدرسة على نفسية التلميذ و الرغبة.

**التعليق:**

من خلال الجدول نلاحظ ان تكرار تأثير لعب التلاميذ في ساحة المدرسة أن له تأثير سلبي بلغ 22 من أصل 30 عينة بنسبة 73% و 8 من اصل 30 أجابوا بالنفي.



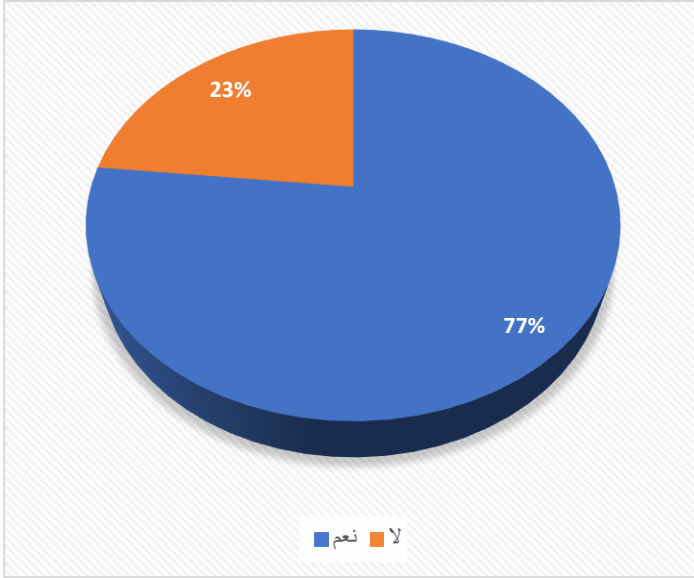
و منه نستنتج أن ممارسة اللعب في ساحة المدرسة له تأثير سلبي على نفسية الطفل وبالتالي اكتسابه الخوف وعدم الرغبة في الممارسة

### المحور الثالث: دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في تحقيق الذات للتلاميذ

السؤال: هل يمكنكم تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء الحصة ؟

الغرض منه: معرفة امكانية تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء الحصة

الجدول رقم 06: يبين تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء الحصة



بيانات	التكرار	النسب
نعم	23	77%
لا	7	23%
المجموع	30	100%

الشكل رقم 08 دائرة نسبية توضح تفهم الأساتذة لنفسية التلاميذ أثناء الحصة

التعليق:

يمثل الجدول التالي نسبة تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء الحصة بلغ 23 عينة من أصل 30 عينة

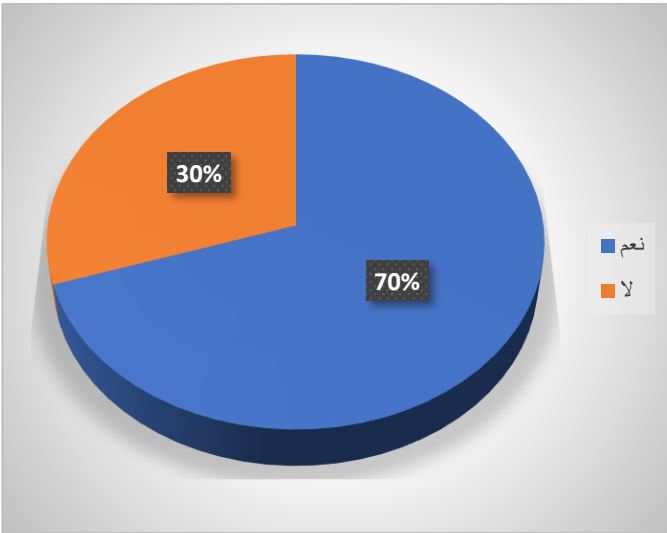
مدروسة أي ما يعادل 77% في حين بلغت نسبة عدم تفهم الحالة النفسية 23%.

نستنتج أن معظم أساتذة التربية البدنية و الرياضية في الطور الابتدائي يتفهمون الحالة النفسية للتلاميذ أثناء الحصة و هذا مما يدل على الكفاءة لديهم و كذلك التحصيل العلمي في مجال علم النفس.

**السؤال:** هل تركز على الجانب النفسي أثناء تحضيركم للحصة؟

**الغرض منه:** معرفة امكانية التركيز على الجانب النفسي أثناء تحضيركم للحصة

**الجدول رقم 07:** يبين هل تركز على الجانب النفسي أثناء تحضيركم للحصة



النسبة المئوية	التكرار	بيانات
70%	21	نعم
30%	9	لا
100%	30	المجموع

**الشكل رقم 09:** دائرة نسبية تبين هل تركز على

الجانب النفسي أثناء تحضيركم للحصة

تعليق:

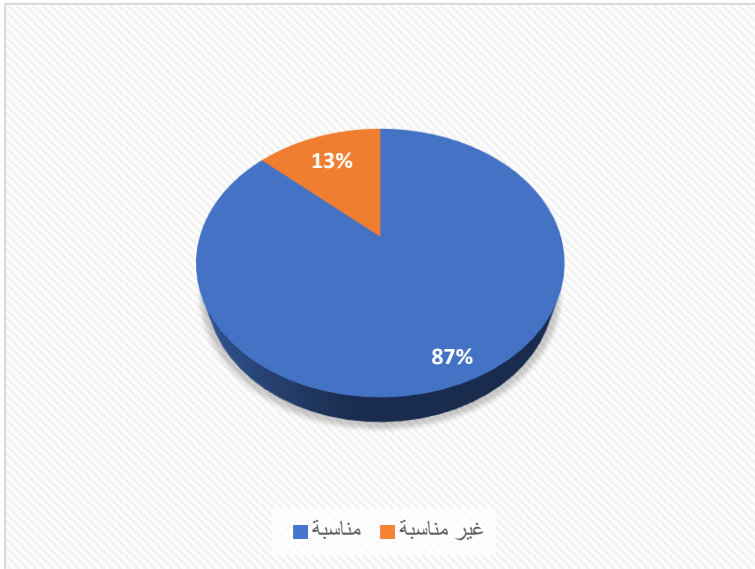
يمثل الجدول التالي نسبة التركيز على الجانب النفسي أثناء تحضيركم للحصة و التي تقدر ب 70%  
إجابة نعم في حين 30% إجابة ب لا.

نستنتج أن معظم للأساتذة يعتمدون على الجانب النفسي أثناء تحضيرهم للحصة الذي هو الدور الأساسي في المرحلة التمهيديّة للحصة فبدونه تكون مردودية الحصة أقل بكثير.

السؤال: هل الألعاب الرياضية الفردية مناسبة لتطوير الجانب النفسي للتلميذ ؟

الغرض منه: معرفة امكانية مناسبة الألعاب الرياضية الفردية لتطوير الجانب النفسي للتلميذ.

الجدول رقم 08 : يبين هل الألعاب الرياضية الفردية مناسبة لتطوير الجانب النفسي للتلميذ



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
مناسبة	26	87%
غير مناسبة	4	13%
المجموع	30	100%

الشكل رقم 10: دائرة نسبية توضح هل الألعاب الرياضية

الفردية مناسبة لتطوير الجانب النفسي للتلميذ

التعليق:

نلاحظ من خلال الجدول ان الاجابة بنعم بالنسبة للسؤال هل الألعاب الرياضية الفردية مناسبة لتطوير

الجانب النفسي للتلميذ بلغت النسبة الأكبر 87% في حين بلغت الاجابة بلا 13%

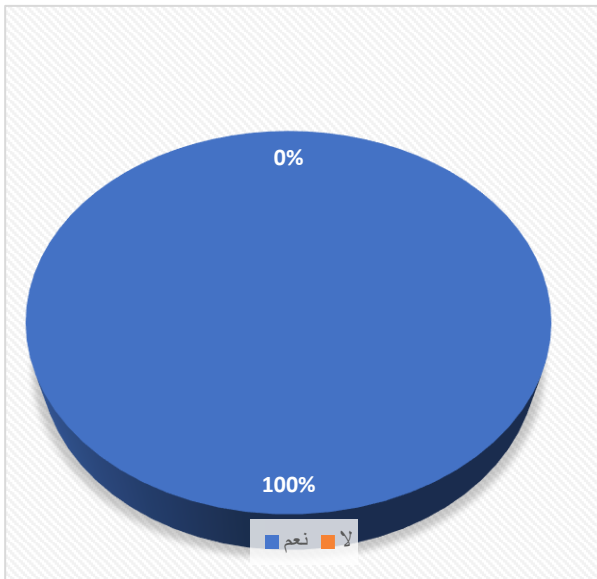
و عليه فإنه نستنتج الألعاب الفردية لها دور كبير في التطور النفسي للتلميذ لما فيها من منافسات فردية

التي تمكن التلميذ من الاعتماد على النفس و تنمية الإرادة وروح المنافسة و التحدي.

السؤال: هل يمكنكم ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد نهاية الحصة ؟

الغرض منه: معرفة امكانية مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد نهاية الحصة

الجدول رقم 09: يبين مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد نهاية الحصة



النسبة المئوية	التكرار	بيانات
100%	30	نعم
0%	0	لا
100%	30	المجموع

الشكل رقم 11: دائرة نسبية توضح مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد نهاية الحصة

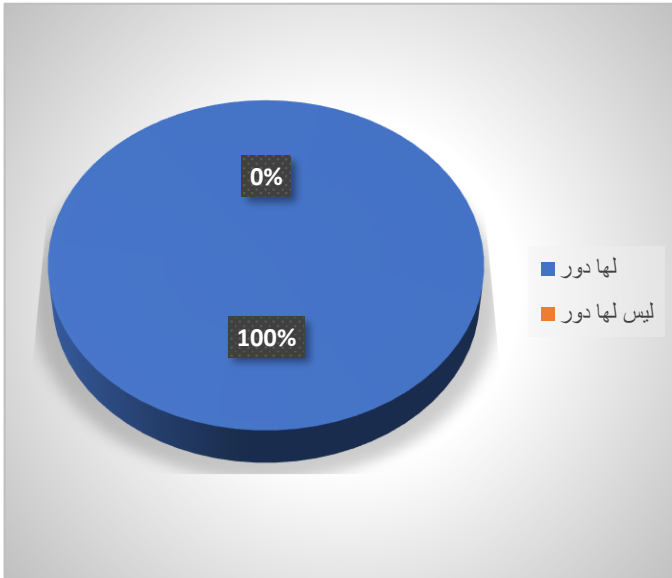
**التعليق:**

نلاحظ من خلال الجدول ان نسبة الاجابة بنعم بالنسبة للسؤال في الجدول رقم 10 بلغت 100% أي أن الإجابة كانت بنعم أنهم يرتاحون والاجابة بلا بلغت 0 فنتنتج أن حصة التريية البدنية و الرياضية لها جانب أساسي في المنظومة التربوية و هذا لما لها دور في التقليل من الضغوطات اليومية داخل القسم على مدار الأسبوع و بالتالي تعود بالتلميذ الى الحالة الطبيعية و الصحة النفسية.

**السؤال:** هل للمنشآت الرياضية الوسائل البيداغوجية دور في رفع القابلية النفسية للتلاميذ ؟

**الغرض منه:** معرفة دور المنشآت الرياضية الوسائل البيداغوجية في رفع القابلية النفسية للتلاميذ

**الجدول رقم 10:** يبين دور المنشآت الرياضية الوسائل البيداغوجية في رفع القابلية النفسية للتلاميذ



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
لها دور	30	100%
ليس لها دور	0	0%
المجموع	30	100%

**الشكل رقم 12:** دائرة نسبية توضح دور المنشآت و

الوسائل البيداغوجية في رفع القابلية النفسية للتلاميذ

**التعليق:**

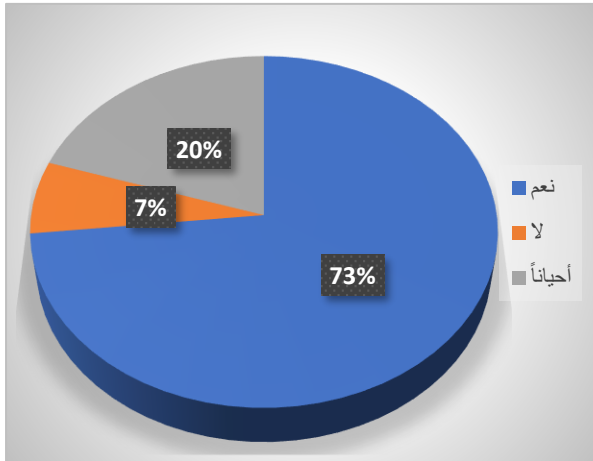
انطلاقاً من نتائج الجدول المبين دور المنشآت الرياضية الوسائل البيداغوجية في رفع القابلية النفسية للتلاميذ كانت الإجابة عن السؤال بنعم بنسبة 100% والاجابة بلا 0.

و منه نستنتج أن للمنشآت الرياضية الوسائل البيداغوجية دور كبير في رفع القابلية النفسية للتلاميذ.

**السؤال:** هل يشعر التلاميذ بالملل عند عدم وجود المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية؟

**الغرض منه:** معرفة شعور التلاميذ بالملل عند عدم وجود المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية

**الجدول رقم 11:** يبين هل يشعر التلاميذ بالملل عند عدم وجود المنشآت الرياضية و الوسائل



**البيداغوجية؟**

بيانات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	22	73%
لا	2	7%
أحياناً	6	20%
المجموع	30	100%

**الشكل رقم 13:** دائرة نسبية توضح هل يشعر التلاميذ بالملل

عند عدم وجود المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية؟

**تعليق:**

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أنه نسبة شعور التلاميذ بالملل بين نعم و لا و أحياناً قد تفاوتت النسب

فقد بلغت نسبة "نعم" يشعر التلميذ بالملل عند عدم وجود المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية

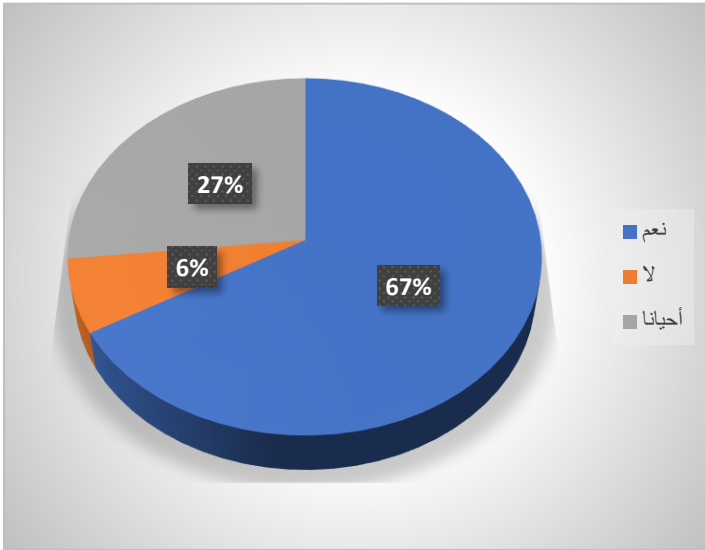
نسبة 73% و نسبة 20% أحياناً يشعر التلميذ بالملل في حين بلغت عدم شعوره بالملل لعدم توفر المنشآت الرياضية قد بلغت 7 %

اذن نستنتج أن نسبة كبيرة من التلاميذ تشعر بالملل عند عدم وجود المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في المدرسة.

**السؤال:** هل استعمال الوسائل البيداغوجية دور في التخلص من الاكتئاب لدى التلاميذ؟

**الغرض منه:** معرفة دور الوسائل البيداغوجية في التخلص من الاكتئاب لدى التلاميذ؟

**الجدول رقم 12:** يبين هل استعمال الوسائل البيداغوجية دور في التخلص من الاكتئاب لدى التلاميذ؟



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	20	67%
لا	2	6%
أحياناً	8	27%
المجموع	30	100%

**الشكل رقم: 14** دائرة نسبية توضح تأثير استعمال

الوسائل البيداغوجية في التخلص من الاكتئاب لدى التلاميذ

**التعليق:**

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن استعمال الوسائل البيداغوجية لها دور في التخلص من الاكتئاب لدى

التلاميذ فقد بلغت 67% و أحيانا لها تأثير بلغت نسبة 27% في حين أن نسبة 6% نفت تأثير الوسائل البيداغوجية في التخلص من الاكتئاب لدى التلاميذ.

نستنتج أن نسبة استعمال الوسائل البيداغوجية للتخلص من الاكتئاب لدى التلاميذ مثلت أعلى نسبة وبالتالي للوسائل البيداغوجية دور في التخلص من الاكتئاب لدى التلاميذ.

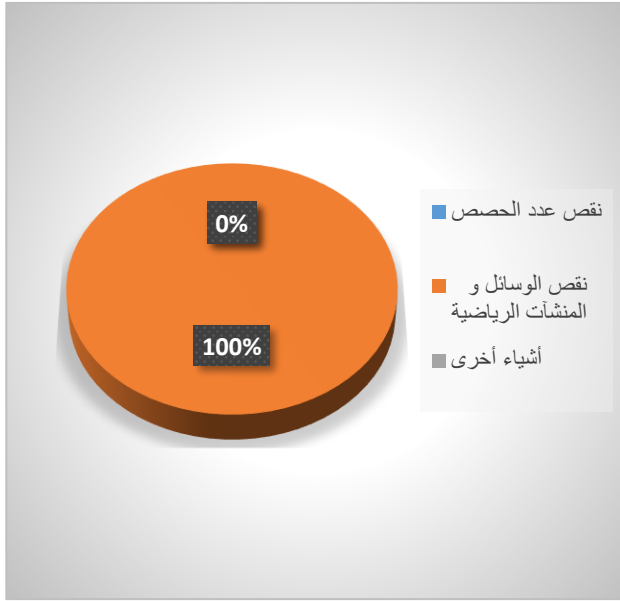
## المحور الرابع: دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في اكتساب روح التعاون بين التلاميذ

السؤال الاول: ما هو الخلل في عدم ابراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية و الرياضية من الجانب الاجتماعي؟

الغرض منه: معرفة الخلل في عدم ابراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية و الرياضية من الجانب الاجتماعي.



الجدول رقم 13: يبين ما هو الخلل في عدم ابراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية و الرياضية



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
نقص عدد الحصص	0	%0
نقص الوسائل و المنشآت الرياضية	30	%100
أشياء أخرى	0	%0
المجموع	30	%100

الشكل رقم 15 دائرة نسبية توضح الأهداف المنتظر

لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب الاجتماعي

التعليق:

نلاحظ من خلال الجدول ان نقص الوسائل و المنشآت الرياضية بلغت 30 تكرار أي نسبة 100 % في

الاجابة عن السؤال فيحين نقص عدد الحصص و أشياء أخرى بلغت نسبة 0%.

نستنتج أن نقص المنشآت و الوسائل البيداغوجية تؤدي الى عدم ابراز الأهداف المنتظرة من طرف حصة

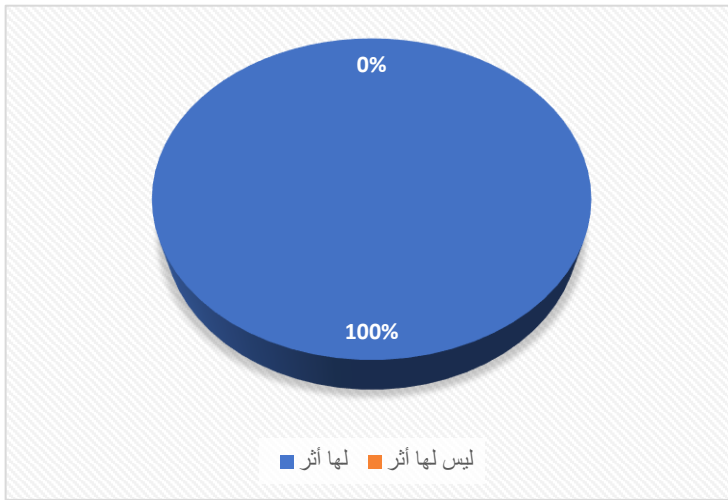
التربية البدنية و الرياضية من الجانب الاجتماعي و عليه يجب توفيرها.

السؤال: هل الألعاب الرياضية الجماعية لها أثر إيجابي على تنمية الجانب الاجتماعي للتلاميذ؟

الغرض منه: معرفة الألعاب الرياضية الجماعية لها أثر إيجابي على تنمية الجانب الاجتماعي للتلاميذ؟

الجدول رقم 14 : يبين هل الألعاب الرياضية الجماعية لها أثر إيجابي على تنمية الجانب الاجتماعي

للتلاميذ؟



النسبة المئوية	التكرار	البيانات
100%	30	لها أثر
0%	0	ليس لها أثر
100	30	المجموع

الشكل رقم 16: هل الألعاب الرياضية الجماعية لها أثر

إيجابي على تنمية الجانب الاجتماعي للتلاميذ

التعليق

انطلاقاً من نتائج الجدول ان نسبة الاجابة بنعم بالنسبة للسؤال 1 من المحور الثالث فقد بلغت 100%

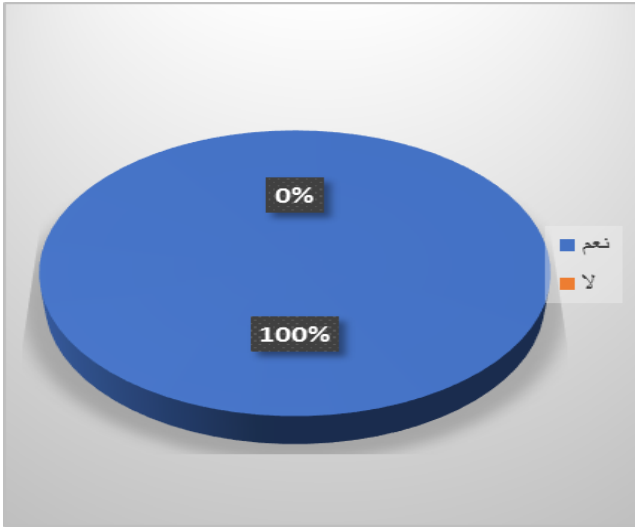
والاجابة ب لا بلغت 0%.

نستنتج أن الألعاب الجماعية لها دور كبير في تنمية الجانب الاجتماعي للتلميذ و هذا من خلال بث

روح التعاون و الاندماج في المجتمع.

**السؤال:** هل نقص الوسائل البيداغوجية يؤدي الى عدم انضباط التلاميذ و خلق الفوضى في المدرسة ؟  
**الغرض منه:** معرفة اذا كان نقص الوسائل البيداغوجية يؤدي الى عدم انضباط التلاميذ و خلق الفوضى في المدرسة

**الجدول رقم 15 :** يبين نقص الوسائل البيداغوجية يؤدي الى عدم انضباط التلاميذ و خلق الفوضى في المدرسة ؟



النسبة المئوية	التكرار	البيانات
100%	30	نعم
0%	0	لا
100%	30	المجموع

**الشكل رقم 17 :** دائرة نسبية تبين نقص الوسائل البيداغوجية يؤدي الى عدم انضباط التلاميذ و خلق الفوضى في المدرسة

**التعليق:**

نلاحظ من الجدول 3 أن الاجابة بنعم عن السؤال 3 بلغت 30 تكرار من مجموع الإجابات أي ما يعادل 100% وبلغت 0 تكرار ما يعادل 0%

نستنتج أن نقص الوسائل البيداغوجية يؤدي الى عدم انضباط التلاميذ و خلق الفوضى في المدرسة.

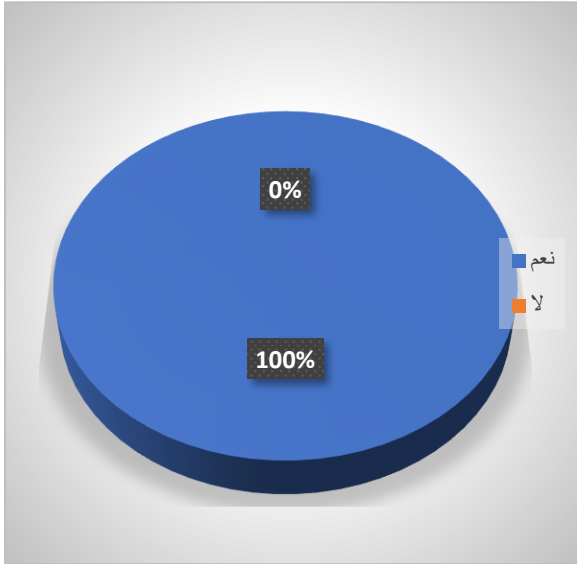
**السؤال:** هل الألعاب التنافسية لها دور في بناء التعاون بين التلاميذ في مجالات أخرى مثل الدراسة؟

**الغرض منه:** معرفة اذا كانت الألعاب التنافسية لها دور في بناء التعاون بين التلاميذ في مجالات أخرى

مثل الدراسة؟

**الجدول رقم 16:** يبين هل الألعاب التنافسية لها دور في بناء التعاون بين التلاميذ في مجالات أخرى

مثل الدراسة؟



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	30	%100
لا	0	%0
المجموع	30	%100

**الشكل رقم 18** يبين دائرة نسبية توضح دور الألعاب التنافسية

في بناء التعاون بين التلاميذ في مجالات الدراسة

**التعليق:**

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن الاجابة بنعم عن السؤال 2 في المحور الثالث قد بلغت نسبة 100%

والاجابة بلا بلغت 0%

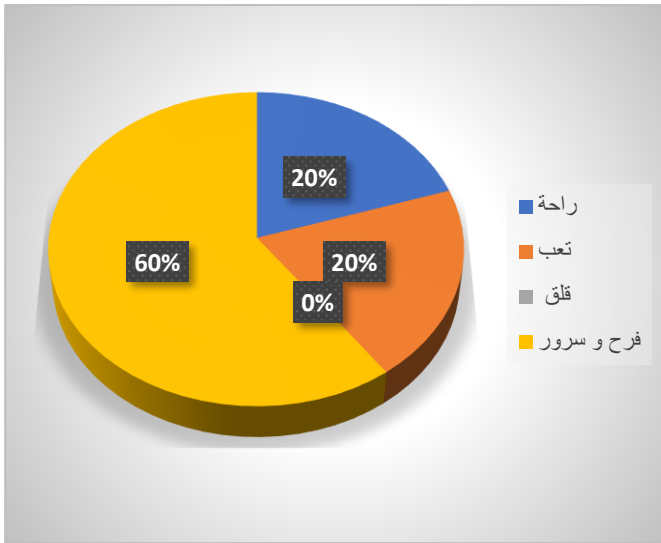
و منه نستنتج أن للألعاب التنافسية دور في بناء التعاون بين التلاميذ في مجالات الدراسة.

## استمارة خاصة بالتلاميذ:

السؤال: بماذا تشعر عند ممارسة حصة التربية البدنية؟

الغرض منه: معرفة شعور التلميذ عند ممارسة التربية البدنية و الرياضية

الجدول رقم 17: يبين ماذا تشعر عند ممارسة حصة التربية البدنية؟



النسبة المئوية	التكرار	البيانات
20%	6	راحة
20%	6	تعب
0%	0	قلق
60%	18	الفرح و السرور
100%	30	المجموع

الشكل رقم 19: دائرة نسبية توضح شعور التلميذ عند ممارسة حصة التربية البدنية

التعليق:

انطلاقاً من نتائج الجدول التي توضح لنا شعور التلميذ عند ممارسة حصة التربية البدنية يشعر بالفرح و

السرور بلغت نسبة 60% و تتناصفت النسب بين الراحة و التعب بنسب 20%

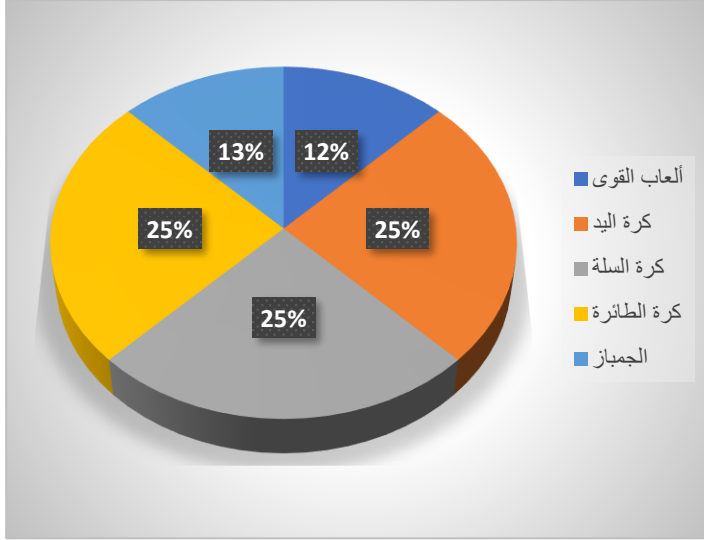
نستنتج أن نسبة عالية من التلاميذ عند ممارسة حصة التربية البدنية يشعرون بالفرح و السرور وبالتالي

تحقيق الجانب النفسي للتلاميذ

السؤال: ماهي الرياضة التي تحب ممارستها ؟

الغرض منه: معرفة الرياضة التي تحب ممارستها

الجدول رقم 18 : يبين ماهي الرياضة التي تحب ممارستها



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
ألعاب القوى	5	12%
كرة اليد	10	25%
كرة السلة	10	25%
كرة الطائرة	10	25%
الجمباز	5	12%
المجموع	40	100%

الشكل رقم 20 دائرة نسبية توضح الرياضة التي تحب

ممارستها

التعليق:

من خلال الجدول لاحظنا ان الاجابة عن الرياضات الجماعية الأكثر رياضات التي يحبذ ممارستها

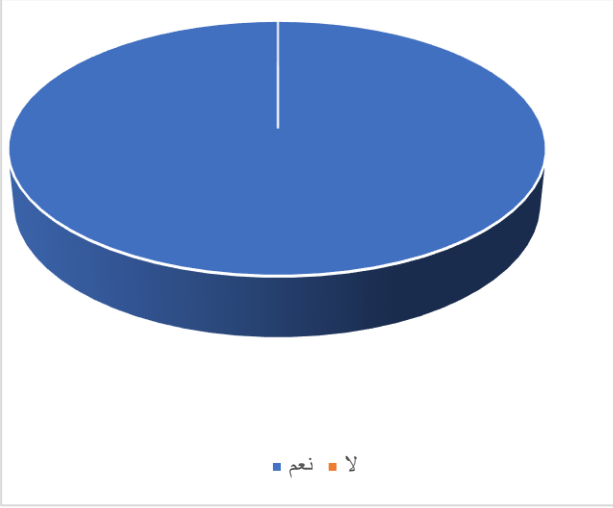
الأطفال فقد بلغت 25% في حين الجمباز و ألعاب القوى 12%.

ومنه نستنتج ان الرياضات الجماعية هي الأكثر رغبة عند التلاميذ

السؤال: هل تحب المنافسة و الرغبة في التحدي و الفوز؟

الغرض منه: معرفة الرغبة في التحدي و الفوز

الجدول رقم 19: يبين هل تحب المنافسة و الرغبة في التحدي و الفوز؟



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	30	%100
لا	0	%0
المجموع	30	%100

الشكل رقم 21 دائرة نسبية توضح هل

تحب المنافسة و الرغبة في التحدي و الفوز.

التعليق:

من خلال نتائج المدونة في الجدول لاحظنا ان اغلبية التلاميذ (أفراد العينة) أجابوا بنعم على الرغبة في

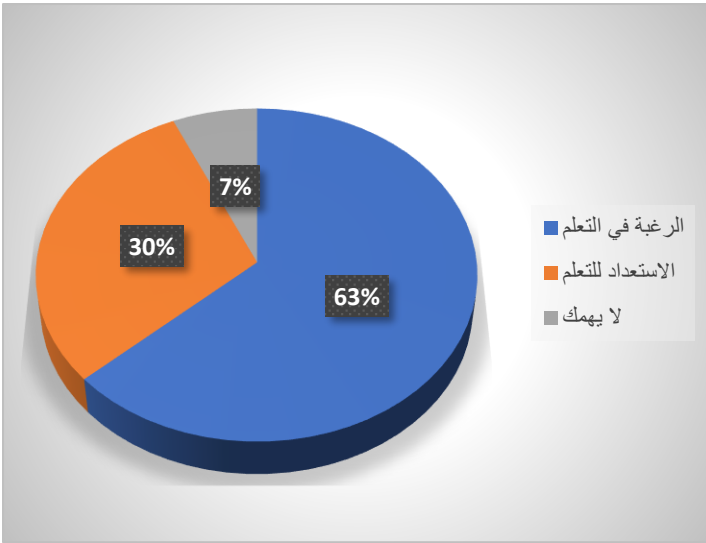
المنافسة و التحدي فقد بلغت %100.والاجابة بلا بلغت نسبة %0

ومنه نستنتج ان معظم التلاميذ يحبون الرغبة في المنافسة

السؤال: ما هو شعورك عند وجود أكثر من كرة عند أداء الحصة؟

الغرض منه: معرفة شعور التلميذ عند وجود أكثر من كرة عند أداء الحصة

الجدول رقم 20: يبين شعورك عند وجود أكثر من كرة عند أداء الحصة



بيانات	التكرار	النسبة المئوية
الرغبة في التعلم	19	63%
الاستعداد للتعلم	9	30%
لا يهمك	2	7%
المجموع	30	100%

الشكل رقم 20: دائرة نسبية توضح يبين شعورك

عند وجود أكثر من كرة عند أداء الحصة

التعليق:

نلاحظ من خلال الجدول ان عند وجود أكثر من كرة عند أداء الحصة فإنه نسبة 63 % يرغبون في

التعلم في حين نسبة 30% مستعدون لذلك و نسبة 7% لا يهمهم الامر

و منه نستنتج أن للوسائل البيداغوجية دور في رفع القابلية النفسية للتلميذ في أداء الحصة



## تحليل و مناقشة نتائج الدراسات في ضوء الفرضيات

أولاً: تحليل و مناقشة الدراسات في ضوء الفرضية الأولى:

من خلال جداول المحور الاول المرقمة من 1 الى 2 توصلنا الى ان معظم الاجابات تصب في اتجاه الفرضية الاولى بحيث نجد اغلب الاساتذة أجابوا بعدم توفر المنشآت الرياضية ونقص الوسائل البيداغوجية وتحتاج مؤسساتهم الى توفير هذه الإمكانيات وبالرجوع الى الدراسات السابقة المشابهة مثل دراسة مناد فوضيل 2006 فاعلية توظيف الوسائل و المنشآت الرياضية في تحقيق اهداف التربية البدنية في الطور المتوسط نجد ان هذه النتيجة تتماشى في بعض الدراسات مع ما توصل اليه الطالب وبالتالي يمكننا استنتاج ان الفرضية الاولى تحققت للمحور الاول الموجه لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

ثانياً: تحليل ومناقشة الدراسات في ضوء الفرضية الثانية

من خلال جداول المحور الثاني المرقمة من 3 الى 5 توصلنا الى ان معظم اجابات اساتذة العينة تصب في اتجاه الفرضية الثانية بحيث نجد ان نسبة 100% من الاساتذة أجابوا بنعم على ان المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية تساعد في تفادي الاصابات وبالتالي نزع الخوف عند ممارسة الحصة كما اجاب اغلب الاساتذة بنعم في السؤال الثاني المتعلق بدور الوسائل

البيداغوجية في التخفيف من القلق والتوتر للتلاميذ بنسبة 67 % واجاب معظم الاساتذة بنعم في السؤال الثالث الخاص بالتأثير السلبي على التلميذ واكتساب الخوف وعدم الرغبة في ممارسة الحصة بنسبة 73% وبالرجوع الى الدراسات السابقة المشابهة مثل دراسة بولحليب مبروك جامعة الحاج لخضر باتنة (دور النشاطات الرياضية التربوية في تخفيض القلق و الضغط النفسي لدى تلاميذ الباكلوريا) نجد ان هذه النتيجة تتماشى مع ما توصل اليه الطالب بحيث توصل الى ان المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية لها دور في التخفيف من القلق والخوف لدى تلاميذ الطور الابتدائي وبالتالي الدراسات مع ما توصل اليه الطالب وبالتالي يمكننا استنتاج ان الفرضية الثانية تحققت للمحور الثاني الموجه لأساتذة التربية البدنية و الرياضية.

### ثالثاً: تحليل ومناقشة الدراسات في ضوء الفرضية الثالثة

من خلال جداول المحور الثالث المرقمة من 6 الى 12 توصلنا الى ان معظم اجابات اساتذة العينة تصب في اتجاه الفرضية الثالثة وبالرجوع الى الدراسات السابقة المشابهة مثل دراسة هامل حايك (اثر برنامج رياضي مقترح في التقليل من القلق و الاكتئاب لدى تلاميذ الطور المتوسط 13 سنة في حصة التربية البدنية و الرياضية) نجد ان هذه النتيجة تتماشى مع ما توصل اليه الطالب بحيث توصل الى ان الوسائل البيداغوجية والمنشآت الرياضية لها دور في بناء الجانب

النفسي لتلاميذ الطور الابتدائي وبالتالي يمكننا استنتاج ان الفرضية الثالثة تحققت للمحور الثالث  
الموجه لأساتذة التربية البدنية الرياضية

#### رابعاً: تحليل ومناقشة الدراسات في ضوء الفرضية الرابعة

من خلال جداول المحور الرابع المرقمة من 13 الى 16 توصلنا الى ان معظم اجابات اساتذة العينة  
تصب في اتجاه الفرضية الرابعة بحيث نجد ان نسبة 100% من الاساتذة اجابوا بان الخلل في  
عدم إبراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب الاجتماعي راجع الى  
نقص المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية تساعد كما اجاب اغلب الاساتذة بنعم في السؤال  
الثاني المتعلق هل الألعاب الرياضية الجماعية لها أثر ايجابي على تنمية الجانب الاجتماعي  
للتلاميذ؟ بنسبة 100% واجاب معظم الاساتذة بنعم في السؤال الثالث الخاص هل نقص المنشآت  
الرياضية يؤدي إلى عدم انضباط التلاميذ وخلق الفوضى في المدرسة؟ واجاب معظم الاساتذة  
بنعم في السؤال الرابع المتعلق هل الألعاب التنافسية لها دور في بناء التعاون بين التلاميذ في  
مجالات أخرى مثل الدراسة؟

بنسبة 100 % وبالرجوع الى الدراسات السابقة المشابهة مثل دراسة منجحي طارق 2018-  
2019 جامعة محمد بوضياف مسيلة (دور النشاط البدني و الرياضي التربوي في النمو النفسي

و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي) نجد ان هذه النتيجة تتماشى مع ما توصل اليه الطالب بحيث توصل الى ان المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية لها دور في بناء الجانب الاجتماعي لتلاميذ الطور الابتدائي وبالتالي يمكننا استنتاج ان الفرضية الرابعة تحققت للمحور الرابع الموجه لأساتذة التربية البدنية الرياضية.

### تحليل ومناقشة الدراسات في ضوء الفرضية العامة

في الفرضية العامة افترض الباحث أن المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية لها دور في بناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي وبعد تحليل ومناقشة كل الفرضيات الجزئية توصل الباحث الى أن المنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية لها دور في بناء الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي ومنه نستنتج أن الفرضية العامة محققة.

### استنتاجات عامة

على ضوء ما توصلنا اليه منه الدراسة من خلال الفرضيات المعروفة نستنتج ان المنشأة الرياضية والوسائل البيداغوجية دورا في بناء الصحة النفسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية وتبين لنا من خلال النتائج

استنتجنا ان المنشاة الرياضية والوسائل البيداغوجية توفرها اساسي في هذه الفترة العصرية التي يصحبها بناء الصحة النفسية للتلميذ

توصلنا الى ان المنشاة الرياضية والوسائل البيداغوجية دور في تخفيف القلق والخوف لتلاميذ المرحلة الابتدائية

توصلنا الى ان من الضروري توفر للتلاميذ المنشاة والوسائل للوصول بالفرد الى اكتساب ثقة بالنفس

استنتجنا ان الالعب الجماعية لها دور في تحقيق النمو الاجتماعي للتلاميذ وذلك باكتساب حب الاندماج في المجموعة للتعاون في اصلاح مشكلة ما

### لاقتراحات والتوصيات

ضرورة العمل على توفير امكانيات المادية والمنشآت الرياضية وكذلك العنصر البشري الكافي وهذا من خلال الصعوبات التي تواجه الطور الابتدائي

ضرورة تركيز الاستاذ على استعمال طريقه اللعب والتي يتفاعل معها التلميذ ويفضلها ضرورة التركيز على عنصر التحفيز والاعتناء بالمرحلة التمهيدية التي تقوم وتبني على اساس

الجانب النفسي لتحفيز التلميذ على الرغبة في اداء الحصة  
اعتناء بالمنشآت الرياضية والوسائل وصيانتها بصفه دوريه

وضع الاولويات لمساحات المنشآت الرياضية في اي تخطيط لبناء اي مؤسسه تربوية  
التأكيد على الدور الايجابي الذي يلعبه النشاط البدني التربوي في زيادة الصحة النفسية داخل  
المؤسسات التربوية اجراء دراسات في موضوع الصحة النفسية داخل المؤسسات التربوية  
تأكيد على الاعتناء بهذه المرحلة العمرية خصوصا في الطور الابتدائي الذي هو القاعدة الأساسية  
للمسار التعليمي

خاتمة

## خاتمة

من خلال دراستنا النظرية والتطبيقية الميدانية وبعد تحليل النتائج تبين ان للمنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية دور هام في بناء الصحة النفسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية وتوصلنا في دراستنا الى ان نقص هذه المنشآت والوسائل ينعكس بالسلب على الصحة النفسية للتلميذ حيث يرى اساتذة هذا الطور يوتر سلبا على نفسية التلميذ ويرو ان التلاميذ يشعرون بالخوف عند ممارسة الحصة في ساحة المدرسة وكذلك تعرض معظم التلاميذ للإصابات التي تعيقه عن مساره الدراسي وبالتالي التأثير على نفسيته ويرى الاساتذة ان نقص المنشآت والوسائل يوتر على الجانب الاجتماعي للتلميذ من خلال خلق الفوضى وعدم الرغبة والاهتمام وعدم التماسك والانضباط في حين يرى اساتذة هذه المرحلة ان توفر المنشآت والوسائل البيداغوجية يحفز التلاميذ وينمي فيهم القابلية النفسية لأداء الحصة من نزع الاكتاب والخوف والملل كما يرو انها تساعد في تحسين حصة التربية البدنية والرياضية وبالتالي تحسين المخاطبة وبناء علاقات جماعية هدفها التعاون بين التلاميذ في شتى المجالات وخاصة المجال الدراسي ويرو انها تمكنهم من تعلم الابداع وروح المنافسة والتواصل مع الاخرين وفي الاخير يجب اعطاء الاهمية اللازمة والضرورية خصوصا في هذه المرحلة الدراسية من خلال السهر على توفير والتخطيط لبناء المنشآت الرياضية وتوفير كل الوسائل البيداغوجية اللازمة في كل ابتدائيات لتحقيق القابلية النفسية لأداء حصة التربية البدنية وبالتالي تحقيق الصحة النفسية في هذه المرحلة.



المراجع

## المراجع باللغة العربية:

- إبراهيم محمود عبد المقصود ، حسن أشرف الشافعي : الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية.
- افتحي رمضان : الموسوعة الرياضية.
- الجريدة الرسمية لوزارة الشبيبة والرياضة بالجزائر : 02/11/1999.
- امل مصطفى عصفور قيم ومعتقدات الأفراد .
- أمين أنور الخولي : الثقافة الرياضية، دار الفكر العربي.
- بورك برس : سلسلة الإدارة المثلى في تقييم فريق العلم.
- حسن أحمد الشافعي : القرار الإداري و القانون في التربية البدنية والرياضية.
- زكي منكوش : الرقابة والتخطيط في المشروع.
- طلحة حسام الدين ، عولة عيسى مطر : المقدمة في الإدارة الرياضية
- عبد الحميد شرف : التنظيم في التربية الرياضية.
- عفاف عبد المنعم درويش : كتاب الإمكانيات في التربية البدنية .
- مدحت محمد أبو النصر : إدارة وتنمية الموارد البشرية.
- مروان عبد المجيد إبراهيم : الإدارة والتنظيم البدنية والرياضية.
- مصطفى نجيب شاويش: إدارة الموارد البشرية.
- مفتي إبراهيم حماد: تطبيقات الإدارة الرياضية.
- الخولي، أ. أ. (1975). الثقافة الرياضية.
- حسن أحمد، ا. (2005). المنظور القانوني عامة و القانون المدني في الرياضة، العقد، التأمين .
- عبد الرحمن، م .علم النفس الرياضي كلية العلوم و الآداب، جامعة.

محمد نصر الدين, ر . المدخل الى القياس في التربية البدنية و الرياضية .مصر الجديدة, مصر: مركز الكتاب للنشر .

محمود عوض بسيوني, و. آ . نظريات و طرق التربية البدنية .ديوان المطبوعات الجامعية.

الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية .ابراهيم محمود عبد المقصود, ح. أ

السامرائي, ا. ا. (s.d.) .

المنعم, (. م. (s.d.) .

أمل مصطفى, ع . (2008) .قيم و معتقدات الافراد و التطور التنظيمي .

أمين أنور, ا . (1995) .الثقافة الرياضية .

برس, ب . (2003) .سلسلة الادارة المثلى في تقييم فريق العلم .

حسين أحمد, ا . (2004) .القرار الاداري في التربية البدنية الرياضية.

زكي, م . (1981) .الرقابة و التخطيط في المشروع .

طلحة حسام الدين, ع. ع . (1997) .المقدمة في الادارة الرياضية .

عبد الحميد, ش . (s.d.) .التنظيم في التربية الرياضية .

عفاف عبد المنعم, د . (1998) .الامكانيات في التربية البدنية .

فتحي, ر Dans . (1988) .الموسوعة الرياضية

مدحت محمد, ا. ا . (2000) .إدارة و تنمية الموارد البشرية .

مروان عبد المجيد, ا . (2000) .الادارة و التنظيم البدنية و الرياضية.

مصطفى نجيب, ش . (2000) .ادارة الموارد البشرية .

مفتي ابراهيم, ح . (1999). تطبيقات الادارة الرياضية .

وزارة الشبيبة, و. ا . (1999). الجريدة الرسمية . الجزائر

المراجع باللغة الفرنسية:

-Henri mâche : management des organisation de service sportive,

-Revu Règlementation de sport, ministère de la Jeunesse et de sport, mars

mache, H. management des organisation de svrice sportive. paris, france:

idition proses universitaires.

. Revu Règlementation de sport.

الملاحق

## وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم -

معهد التربية الرياضية و البدنية

### استبيان مخصص لدراسة ميدانية

إن الباحث العلمي بصفة عامة عادة ما يلجأ إلى الاستجواب في الدراسات الميدانية لسد النقص والتأكد من المعلومات التي يجمعها وهذا الاستجواب يكون بطريقتين :  
إما الاستبانة و إما المحادثة الحرة.... ولعل المتداول بكثرة هو الاستبانة فهذه الأخيرة هي عبارة عن: جدول من الأسئلة يرسل باليد إلى المبحوثين بعد اختيارهم...حيث يطلب منهم الإجابة عن جدول الأسئلة هذه بأنفسهم، ثم إرسالها ثانية إلى الباحث.  
ومن مزاياه:

- يستخدم في جميع بيانات من أفراد منتشرة.

- قليل التكاليف والجهد.

- الدقة في النتائج المحصل عليها.

وقد اعتمدنا على الاستبانة في دراستنا هذه وتعاملنا معها بكل دقة و موضوعية دون أي تصرف فيها، وقد احتوت استمارة الاستبانة على مجموعة من الأسئلة تستهدف بالدرجة الأولى معلمي الطور الابتدائي في مجموعة من الابتدائيات، وتوزعت هذه الأسئلة على أربعة محاور: المحور الأول عبارة عن تحليل وضعية المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية أما المحور الثاني فقد خصصناه من اجل دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في التقليل من الخوف و القلق لتلاميذ الطور الابتدائي ، و المحور الثالث تدور أسئلته حول دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في بناء الجانب النفسي لتلاميذ الطور الابتدائي. أما المحور الرابع فخصصنا لـ دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في بناء الجانب الاجتماعي لتلاميذ الطور الابتدائي

إذ قمنا بتوزيع 30 استمارة استبانة، للأساتذة منها 16 سؤال خاص بالأساتذة و 4 أسئلة خاصة بالتلاميذ (9 سنوات- 10 سنوات) .

لذلك أرجو منكم الإجابة على أسئلة هذا الاستبيان ، كما أحيطكم علما بأن المعلومات المتحصل عليها تستخدم لغرض علمي فقط وأشكركم مسبقا على مساعدتكم.

## 01 - استمارة خاصة بالأساتذة

### المحور الأول: خاص بالمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية التي تتوفر في المؤسسة

ما هي المنشآت التي تتوفر في مؤسستكم؟

ملعب كرة يد

قاعة رياضية

ملعب كرة سلة

ملعب كرة طائرة

ساحة المدر

كرة قدم

- ما هي الوسائل البيداغوجية التي تتوفر في مؤسستكم؟

كرة سلة

كرة القدم

كرة اليد

شواخص

معالم

حواجز

صدريات

حبال القفز

كرة الطائرة



**المحور الثاني: هل للمنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية دور في التخفيف من القلق والخوف لدى التلاميذ**

- هل تساعد المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في تفادي الإصابات و بالتالي نزع الخوف في ممارسة الحصة للتلاميذ؟

نعم  لا

- هل للوسائل البيداغوجية دور في التخفيف من القلق و التوتر.

نعم  لا  أحيانا

- هل ممارسة اللعب في ساحة المدرسة له تأثير سلبي على نفسية التلميذ في اكتساب الخوف و عدم الرغبة ؟

نعم  لا

**المحور الثالث: هل للمنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية دور في تحقيق الذات للتلاميذ الطور الابتدائي ؟**

- هل يمكنكم تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء الحصة؟

نعم  لا

- هل تركز على الجانب النفسي أثناء تحضيركم لحصة تربية بدنية و الرياضية؟

نعم  لا

- هل المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية لها دور في بناء الجانب النفسي للتلاميذ؟

نعم  لا

- هل يمكنكم ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية حصة التربية البدنية؟

نعم

- هل للمنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية دور في رفع القابلية النفسية للتلاميذ؟

لها دور  ليس لها دور

- هل يشعر التلاميذ بالملل عند عدم وجود المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية؟

نعم  أحيانا  لا

-هل استعمال الوسائل البيداغوجية دور في التخلص من الاكتئاب لدى تلاميذ؟

نعم  لا  أحيانا

**المحور الرابع: هل للمنشآت الرياضية والوسائل البيداغوجية دور في اكتساب روح التعاون بين التلاميذ؟**

- هل الخلل في عدم إبراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية و الرياضية من الجانب الاجتماعي راجع إلى:

- نقص عدد الحصص  نقص الوسائل و المنشآت الرياضية  أشياء أخرى

- هل الألعاب الرياضية الجماعية لها أثر ايجابي على تنمية الجانب الاجتماعي للتلاميذ؟  
لها أثر  ليس لها أثر

- هل نقص المنشآت الرياضية يؤدي إلى عدم انضباط التلاميذ وخلق الفوضى في المدرسة؟

-هل الألعاب التنافسية لها دور في بناء التعاون بين التلاميذ في مجالات أخرى مثل الدراسة؟

نعم  لا

**استمارة خاصة بالتلاميذ:**

- ماذا تشعر عند ممارسة حصة التربية البدنية ؟

راحة  تعب  القلق  الفرح و السرور

- ما هي الرياضة التي تحب ممارستها؟

العاب القوى  كرة اليد كرة السلة  كرة الطائرة  الجمباز

- هل تحب المنافسة و الرغبة في التحدي و الفوز؟

تعم  لا


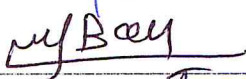



- ما هو شعورك عند وجود أكثر من كرة عند أداء الحصة؟

الرغبة في التعلم  الاستعداد للتعلم  لا

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -  
معهد التربية البدنية والرياضية  
قسم التربية البدنية والرياضية

استمارة لغرض التحكيم خاصة بالأساتذة

الموضوع : دور المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية في بناء الصحة النفسية  
لتلاميذ الطور الابتدائي ( 9 سنوات 10 سنوات )

اسم ولقب الأستاذ	الدرجة العلمية	التوقيع
- محمد حجار	استاذ	
- محمد بن دهبية	استاذ	
- أحمد بن فلور ورائي	استاذ التعليم العالي	
- كوتموني سيد محمد	استاذ الشرح الطلي	
- زرافعي محمد	u	

تحت إشراف  
إ.د مناد فضيل

إعداد الطالب  
شنافة فؤاد

السنة الجامعية: 2023-2024