

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضة

تخصص نشاط بدني رياضي ترويحي



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

عنوان:

دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية
للناشئين (13-15 سنة)

دراسة ميدانية أجريت على مستوى دائرة عشعاشة ولاية مستغانم

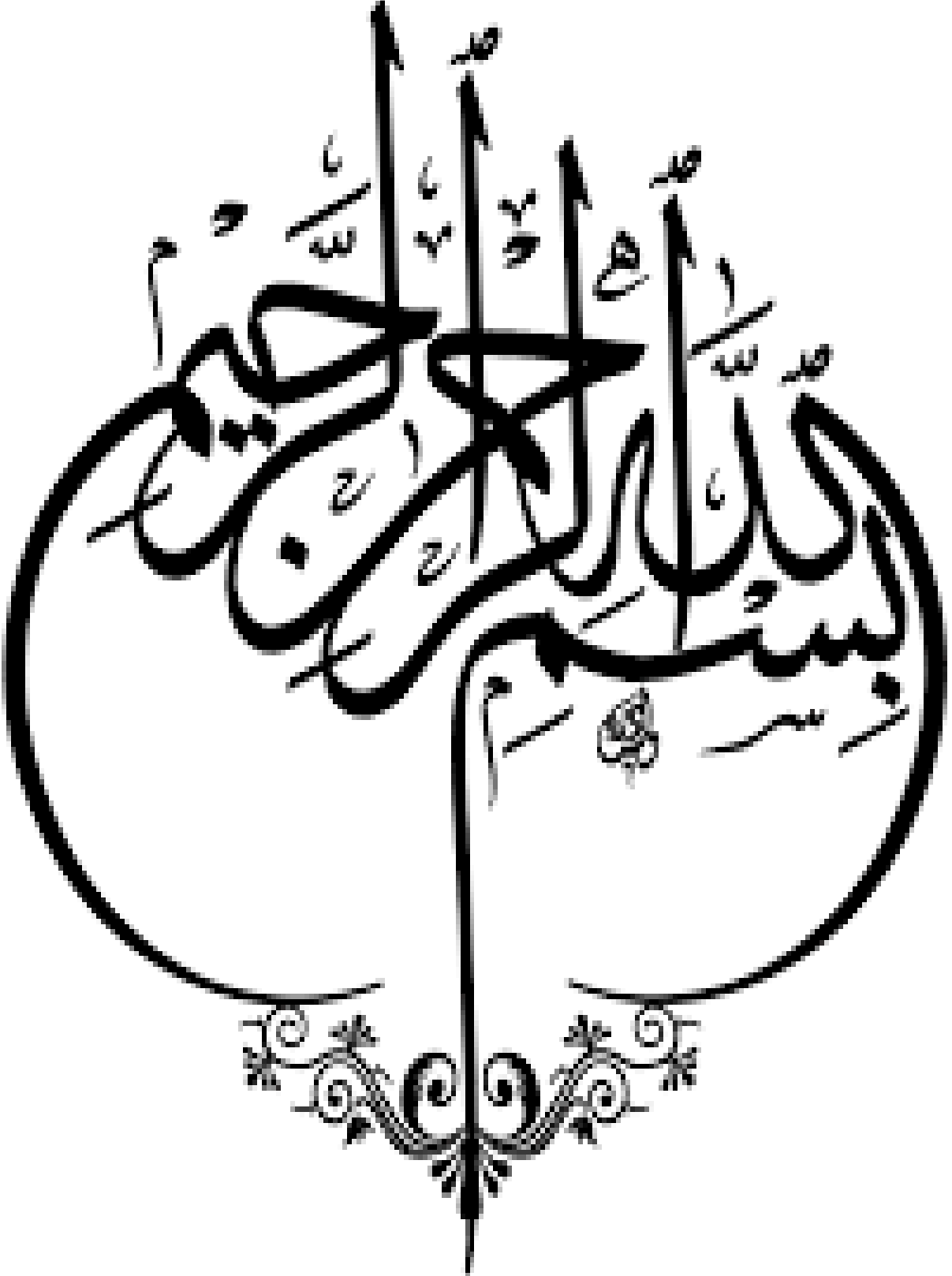
● المشرف

أ.د مناد فضيل

● إعداد الطالب

شريف جمال

السنة الجامعية: 2023-2024



شكر و عرفان

قال عليه أفضل الصلاة والسلام:

« لا يشكر الله من لا يشكر الناس »

رواه أحمد وأبو داود والترمذي

الحمد لله وحده والصلاة على والسلام على من لا نبي بعده

أشكر الله العلي القدير الذي وفقنا لهذا العمل

كما أتقدم بالشكر الجزيل للأستاذ المشرف الدكتور "مناد فضيل"

الذي كان سندا لنا ومد لنا يد العون

كما أتقدم بالشكر لجميع إداريي و أساتذة المعهد لمساهماتهم

في وصولنا إلى هاته المرحلة ومد يد العون لنا.



الإهداء

أهدي ثمرة جهدي وهذا العمل المتواضع إلى روح والدي (وقل رب ارحمهما كما ربياني
صغيراً) الإسراء 24

إلى قرّة عيني ومنبع الإخلاص زوجتي الغالية

إلى إخوتي وأخواتي وجميع العائلة صغيرها وكبيرها

إلى جميع الأصدقاء، وإلى دفعة الماستر 2024 للنشاط الرياضي الترويحي

أهدي هذا العمل إلى الجميع، إلى كل من تذكرهم قلبي ونسيهم قلمي

شريف جمال

محتوى البحث:

الصفحة	العنوان	الرقم
	البسمة	
	شكر وتقدير	
	إهداء	
	محتوى البحث	
	قائمة الجداول	
	قائمة الأشكال	
	ملخص البحث	
	التعريف بالبحث	
01	المقدمة	1
03	المشكلة	2
04	الفرضيات	3
04	أهداف البحث	4
04	أهمية البحث	5
05	مصطلحات البحث	6
06	الدراسات السابقة والمشابهة	7
10	صعوبات البحث	8
	الباب الأول: الدراسة النظرية	
	الفصل الأول: النشاط الرياضي الترويحي	
14	تمهيد	
15	تعريف النشاط الرياضي الترويحي	1
15	أقسام النشاط الرياضي الترويحي	2
16	خصائص النشاط الرياضي الترويحي	3
17	أهداف النشاط الرياضي الترويحي	4
20	الأنشطة الرياضية الترويحية ومرحلة الناشئين	5
21	خلاصة	
	الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية	
23	تمهيد	
24	تعريف المهارات الاجتماعية	1
25	خصائص المهارات الاجتماعية	2

25	مكونات المهارات الاجتماعية	3
27	العوامل المساهمة في تشكيل المهارات الاجتماعية	4
28	تنمية المهارات الاجتماعية	5
29	أساليب التنمية الذاتية للمهارات الاجتماعية	6
30	خلاصة	
الفصل الثالث: الناشئين (13-15) سنة		
32	تمهيد	
33	تعريف الناشئين (13-15) سنة	1
33	خصائص الناشئين (13-15) سنة	2
35	مشاكل الناشئين (13-15) سنة	3
36	حاجات الناشئين (13-15) سنة	4
37	دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الناشئين	5
38	الآثار النفسية والاجتماعية للنشاط الرياضي على الناشئين	6
39	خلاصة	
الباب الثاني: الدراسة الميدانية		
الفصل الأول: الإجراءات الميدانية		
42	تمهيد	
43	منهج البحث	1
43	مجتمع البحث	2
43	عينة البحث	3
44	متغيرات البحث	4
44	مجالات البحث	5
44	أدوات البحث	6
46	الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث	7
46	صدق وثبات الاختبار	8
48	خلاصة	
الفصل الثاني: عرض ومناقشة النتائج		
53	عرض وتحليل النتائج	1
53	تحليل محاور الاستبيان الموجه للممارسين للأنشطة الترويحية	1-1
61	تحليل محاور الاستبيان الموجه لغير الممارسين للأنشطة الترويحية	2-1
69	عرض النتائج	3-1

72	مناقشة النتائج بالفرضيات	2
72	مناقشة الفرضية الأولى	1-2
72	مناقشة الفرضية الثانية	2-2
73	الاستنتاج العام	3
74	التوصيات والاقتراحات	4
75	الخاتمة	5
	المصادر والمراجع	
	الملاحق	

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
43	توزيع أفراد العينة حسب الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي	01
45	درجات مقياس ليكرت الثلاثي	02
46	مجالات مقياس ليكرت الثلاثي	03
47	صدق الاتساق الداخلي للعبارات بعد الدقة	04
53	نتائج تحليل إجابات الأفراد الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة المبادأة بالتفاعل.	05
55	نتائج تحليل إجابات الأفراد الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي.	06
57	نتائج تحليل إجابات الأفراد الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	07
59	نتائج تحليل إجابات الأفراد غير الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	08
61	نتائج تحليل إجابات الأفراد غير الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة المبادأة بالتفاعل	09
63	نتائج تحليل إجابات الأفراد غير الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	10
65	نتائج تحليل إجابات الأفراد غير الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	11
67	نتائج تحليل إجابات الأفراد غير الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	12
69	نتائج مهارة المبادأة بالتفاعل	13
69	نتائج مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	14
70	نتائج مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	15
70	نتائج مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	16
71	نتائج المهارات الاجتماعية	17

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
43	توزيع أفراد العينة حسب الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي	01
54	ترتيب عبارات مهارة المبادأة بالتفاعل للممارسين	02
56	ترتيب عبارات مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي للممارسين	03
58	ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية للممارسين	04
60	ترتيب مهارة التعبير عن المشاعر السلبية للممارسين	05
62	ترتيب عبارات مهارة المبادأة بالتفاعل لغير الممارسين	06
64	ترتيب عبارات مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي لغير الممارسين	07
66	ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية لغير الممارسين	08
68	ترتيب مهارة التعبير عن المشاعر السلبية لغير الممارسين	09
69	الفرق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي في مستوى مهارة المبادأة بالتفاعل	10
69	الفرق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي في مستوى مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	11
70	الفرق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي في مستوى مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	12
70	الفرق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي في مستوى مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	13
71	ترتيب عبارات المهارات الاجتماعية	14

ملخص الدراسة:

تناولنا في الدراسة الحالية التعرف علي دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدي الناشئين (13-15) سنة، حيث نهدف من هذه الدراسة إلي معرفة مدى أهمية النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية والتي اخترنا منها أربع مهارات على تعددها وهذا حسب المقياس المعتمد في الدراسة التطبيقية (مقياس المهارات الاجتماعية لمتسن وزملاؤه والمعدل من طرف محمد السيد عبد الرحمن بأبعاده الأربعة: مهارة المبادأة بالتفاعل، مهارة التعبير عن المشاعر السلبية، مهارة الضبط الانفعالي، مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية)، وذلك بطرح الفرضية العامة الآتية : للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى الناشئين، مع طرح فرضيات جزئية تناسبت مع المهارات المعتمدة في المقياس، وقد اعتمدنا في الدراسة على المنهج الوصفي واستعمالنا الاستبيان (المقياس) للوصول إلي نتائج رقمية وبعد تحليل و تفسير النتائج مع مقابلتها بالنتائج السابقة توصلنا إلي أن للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى الناشئين. وفي الأخير نوصي ونحث أبنانا في ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في أوقات الفراغ.

الكلمات المفتاحية: النشاط الرياضي الترويحي - المهارات الاجتماعية - الناشئين (13-15) سنة.

Summary of the study: In the current study, we addressed the role of recreational sports activity in developing some social skills among young people (13-15 years old). We aim from this study to know the extent of the importance of recreational sports activity in developing some social skills, from which we chose four skills based on There are multiple dimensions, and this is according to the scale adopted in the applied study (the social skills scale of Mitsun and his colleagues and modified by Muhammad Al-Sayyid Abdel Rahman with its four dimensions: the skill of initiating interaction, the skill of expressing negative emotions, the skill of emotional control, and the skill of expressing positive emotions, (This is done by proposing the following general hypothesis: Recreational sports activity has a role in developing some social skills among young people, while proposing partial hypotheses that are appropriate to the skills approved in the scale. In the study, we relied on the descriptive approach and used the questionnaire (the scale) to reach numerical results and after analyzing and interpreting the results. In comparison with the previous results, we concluded that recreational sports activity has a role in developing some social skills among young people. Finally, we recommend and encourage our children to engage in recreational sports activities in their free time.

Keywords: recreational sports activity - social skills - young people (13-15) years old.

التعريف بالبحث

- 1- المقدمة
- 2- المشكلة
- 3- الفرضيات
- 4- الأهداف
- 5- أهمية البحث
- 6- مصطلحات البحث
- 7- الدراسات السابقة والمثابفة

1- المقدمة:

لعل أهم الأشياء التي تتميز بها الشعوب الحديثة في عصرنا هذا هو تقدير الرياضة والعمل على تدعيمها وإيجاد السبل من أجل النهوض بها وتطويرها، فالرياضة ذات أهمية كبيرة من جوانب شتى منها حيث تقوي النسق الاجتماعي لأي بلد وينمو الفرد في مجتمع سليم ويتواصل مع أفرادها بطريقة ايجابية. حيث يعتبر النشاط الرياضي الترويحي بألوانه المتعددة عاملا قويا في تكوين الفرد الصالح وكذلك إعداده إعدادا متكاملًا بدنيا واجتماعيا وعقليا ذلك من خلال تزويده بالمهارات الواسعة التي تمكنه من تحقيق الاندماج والتكيف والتواصل مع مجتمعه كما يعمل على تحقيق غايات التربية من حيث إكساب الفرد مهارات التعامل والتفاعل بينه وبين بيئته الاجتماعية.

فالترويح مظهر من مظاهر النشاط الإنساني يتميز باتجاه يحقق السعادة للبشر، فالفرد الذي يقود حياة غنية بفرص الترويح يتميز بالصحة والالتزان، والصحة هنا بمعناها الواسع الذي يشمل الصحة الجسمانية والعقلية والعاطفية وليس فقط خلو الفرد من الضعف والمرض. (تهاني عبد السلام، 2001ص 104)

تعتبر المهارات الاجتماعية من المهارات ذات الأهمية في حياة الإنسان عامة، حيث هي التي تساعده على أن يتحرك ويتعاون معهم ويشاركهم ما يقومون به من أنشطة ومهام وأعمال مختلفة، ويقومون معهم العلاقات، فيصبح بالتالي عضوا فعالا في جماعته يؤثر في أعضائها الآخرين ويتأثر بهم ويعبر عن مشاعره وانفعالاته واتجاهه نحوهم، ويمكنه هذا الإقبال عليهم من مواجهة ما يمكن أن يصادفه من مشكلات اجتماعية مختلفة، وهذا الأمر يساعده على تحقيق قدر معقول من الصحة النفسية يمكنه في النهاية من تحقيق التوافق مع جماعته أو بيئته بما فيها ومن فيها. (عادل عبد الله، 2005ص 405)

إن دراسة الطفولة والاهتمام بها من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمع وتطوره، إذ أن الاهتمام بالطفولة هو في الواقع اهتمام مستقبل الأمة كلها، كما أن إعداد الأطفال وتربيتهم هو إعداد لمواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها حتمية التطور. (دويدار، 1993ص 17)

ويتصف النمو الاجتماعي في مرحلة الطفولة المبكرة بالنمو السريع، وازدياد وعي الطفل بالأشخاص والأشياء، وبالتالي اندماجه في كثير من الأنشطة التي تكسبه العديد من الكلمات والمفاهيم والمهارات والأفكار، وهذا التعلم يحول الطفل من كائن يسعى إلى إشباع حاجاته البيولوجية إلى كائن اجتماعي.

وانطلاقاً من الدور الذي يلعبه النشاط الرياضي الترويحي في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية مواهبه وقدراته وتعديل سلوكه وإدراك مكانته الاجتماعية وتفعيل وتنمية مهارته الاجتماعية، وهذا ما أدى بنا دراسة دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى الناشئين (13-15 سنة) لكي تتضح هذه العلاقة التي هي المحور الأساسي لموضوع هذه الدراسة.

ولقد قمنا بتقسيم بحثنا إلى جانبين نظري وتطبيقي.

وعليه اشتملت الدراسة النظرية على :

الفصل الأول: النشاط الرياضي الترويحي

الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

الفصل الثالث: الناشئين (13-15 سنة)

أما الجانب التطبيقي فتناولنا فيه:

الفصل الأول: تناولنا الإجراءات المنهجية للدراسة والمتمثلة في تحديد المنهج المستخدم بعدها وصف

عينة الدراسة ثم وصف أداة الدراسة ثم صدق الاستبيان وكذا الوسائل الإحصائية.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

وختمنا دراستنا بخاتمة مع بعض الاقتراحات التي استخلصناها من نتائج الدراسة الميدانية والنظرية لبحثنا.

2- المشكلة:

بعد ما لمسناه من خلال عملنا كأستاذ تربية بدنية ورياضية في التعليم المتوسط وما لاحظناه من نقص في مستوى بعض المهارات الاجتماعية لديهم، وهذا من خلال الاحتكاك المتواصل معهم وإدراك العلاقة التي تربطهم بأقرانهم ومع المجتمع المحيط بهم.

النشاط الرياضي الترويحي والمهارات الاجتماعية والناشئين ثلاث عناصر تبلورت من خلالها مشكلة دراستنا بعد إدراك منا وتيقن بأهمية الوقوف عند هذه العلاقة وتحليل معطياتها ومن أجل ذلك قمنا بدراسة استطلاعية لمعرفة مستوى بعض المهارات الاجتماعية لديهم، وبعد الدراسة تأكدنا من نقص مستوى بعض المهارات الاجتماعية كالمبادأة بالتفاعل والتعبير عن المشاعر سواء السلبية أو الايجابية، من هنا جاءت فكرة الدراسة سعياً من الباحث للوقوف عند مستوى بعض المهارات الاجتماعية للناشئين مع معرفة دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية اخترنا من مجملها وعلى تعددها أربع مهارات هي المبادأة بالتفاعل، التعبير عن المشاعر السلبية، الضبط الاجتماعي و التعبير عن المشاعر السلبية.

ومن خلال ما سبق يمكن طرح إشكالية الدراسة في التساؤل العام التالي:

هل للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية للناشئين 13-15 سنة ؟

ومنه تنبثق مجموعة التساؤلات الفرعية التالية:

1- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في بعض المهارات الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين

للنشاط الرياضي الترويحي؟

2- هل هناك فرق في مستوى المهارات الاجتماعية للناشئين 13-15 سنة بين الممارسين وغير

الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي ؟

3- فرضيات البحث

الفرضية العامة:

للمنشط الرياضي الترويحي دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية للناشئين 13-15 سنة

الفرضيات الجزئية:

1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في بعض المهارات الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي.

2- هناك فرق في مستوى المهارات الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي.

4- أهداف البحث:

✓ إبراز دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية للناشئين

✓ معرفة مستوى المهارات الاجتماعية للناشئين.

✓ محاولة الإلمام بخصائص مرحلة الناشئين ومهاراتهم الاجتماعية.

5- أهمية البحث:

✓ معرفة الدور الذي يمكن أن يلعبه النشاط الرياضي الترويحي خاصة من الجانب الاجتماعي.

✓ إيضاح العلاقة بين النشاط الرياضي الترويحي للناشئين والمهارات الاجتماعية.

✓ إبراز أهمية النشاط الرياضي الترويحي بالنسبة للطفل المراهق وإدماجه في المجتمع.

6- التعريف بمصطلحات البحث:

6-1- النشاط الرياضي الترويحي:

اصطلاحاً: تنقل عطيات محمد الخطاب عن فروبل أن "النشاط الرياضي الترويحي هو مرآة الحياة تعطي للطفل لمحة عن العالم الذي عليه أن يتعلم من أجله وهي تخدم دائماً غرضاً ما فهو تعبير عن إنسانية الطفل الداخلية وانعكاس لاستعداداته وقدراته الخلاقة" (عطيات محمد، 1972 ص66)

إجرائياً: هو تلك الأنواع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من الأنشطة الرياضية، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على المهارات الاجتماعية للفرد الممارس.

6-2- المهارات الاجتماعية: اصطلاحاً: المهارة هي نمط متوافق ومنتظم لنشاط جسمي أو عقلي عادة ما يتضمن عمليات استقبال وعمليات استجابة وقد تكون المهارة حركية أو يدوية أو عقلية أو اجتماعية وفقاً للجانب السائد في نمط المهارة. (الشريف، 2000 ص238)

التعريف الإجرائي: تلك الأنشطة المتعلقة بالتفاعل الاجتماعي المناسب، التعبير عن المشاعر السلبية والإيجابية لدى الطفل في المرحلة العمرية 13-15 سنة

6-3- الناشئين: اصطلاحاً: نعني بها مرحلة المراهقة المبكرة، وهي مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى الشباب، حيث تحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية وذهنية. (غيث، 1989 ص18)

إجرائياً: هي تلك الفترة العمرية بين 13 و15 سنة تقريبا وتتمثل في التغيرات الجسمية النفسية والاجتماعية التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد.

7- الدراسات السابقة والمثابفة:

7-1- الدراسة الأولى: دراسة الدكتورفة هفاء آالفء سالم الرقاء 2018 بفءوان "أءر الأءساءة اللاصففة

فف فءمفة المهاراء الااءءماعفة لءف طلبة الصف الرابع الأءاسف من وءهة نظر معلمفهم بمءافظة العاصماء عمان". مءلة كلية الفرففة الأءاسفة للعلوم الفرفبفة والإنسانفة-ءامعة بابل.

أهءاف الدراسة: هءفء الدراسة إلى الفءرف على ءور الأءساءة اللاصففة فف فءمفة المهاراء الااءءماعفة لءف طلبة الصف الرابع الأءاسف من وءهة نظر معلمفهم بمءافظة العاصماء عمان.

المنهء المءبف: المنهء الوصفف.

عفة البءء: 530 معلما ومعلمة، منهم 269 معلما و 261 معلمة لءلبة الصف الرابع الأءاسف فف عمان.

نءاء الدراسة: فوصلء الدراسة إلى وءوء أءر للأءساءة اللاصففة فف فءمفة المهاراء الااءءماعفة لءف طلبة الصف الرابع الأءاسف من وءهة نظر معلمفهم بمءافظة العاصماء عمان، ووءوء فروق ءاء ءلالة إءصائفة.

7-2- الدراسة الفائفة: مءكرة ماسءر من اءءاء الطالب: عرعار مسعود 2020 بفءوان "ءور النشاء

البءف الرفاضف اللاصفف فف فءمفة بعض المهاراء الااءءماعفة لءلامفء المرفلة الفائفة من وءهة نظر أساءة الفرففة البءنفة والرفاضة". ءامعة مءمء آفضر- بسكرة

أهءاف الدراسة: هءفء الدراسة إلى الفءرف على علاقة النشاء البءف الرفاضف اللاصفف فف فءمفة بعض المهاراء الااءءماعفة فف فائفاء المقاءعة الإءارفة المفر، بالإضافة إلى معرففة إذا كان هءاك فبافن فف ممارسة النشاء الرفاضف اللاصفف ما ببفن فلامفء المرفلة الفائفة .

المنهء المءبف: المنهء الوصفف.

عفة البءء: 40 أساء فرففة بءنفة ورفاضة لفائفاء المقاءعة الإءارفة المفر.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى أنه أثناء ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي نرى تنمية بعض المهارات الاجتماعية وعلى رأسها مهارة التعاون، التواصل، الانتماء أكثر بين التلاميذ..

3-7- الدراسة الثالثة: مذكرة ماستر من اعداد الطلبة: ميلودي محمد- خلوف محمد 2020 بعنوان

"دور الأنشطة اللاصافية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي".جامعة الجيلالي
بونعامة-خ مليانة

أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الأنشطة اللاصافية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طلبة التعليم الثانوي.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

عينة البحث: 20 تلميذ منهم 10 ممارسين للأنشطة اللاصافية و10 غير ممارسين..

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في المهارات الاجتماعية.

4-7- الدراسة الرابعة: مذكرة ماستر من اعداد الطالب: أيمن عربي 2020 بعنوان "دور حصة التربية

البدنية والرياضة في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي".جامعة قاصدي
مرباح.ورقلة

أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

عينة البحث: 25 تلميذ.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى أنه لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق مبدأ التعاون بين التلاميذ، دور في تقبل النقد بين التلاميذ، دور في تعزيز روح الانتماء للجماعة، دور في تنمية الروح الرياضية.

5-7- الدراسة الخامسة: مذكرة ماستر من اعداد الطالب :حسونة أيمن 2022 بعنوان " حصة التربية البدنية والرياضة وأثرها في تنمية بعض المهارات الاجتماعية مهارة الاستقلالية- التقليد- مهارة الانتماء الاجتماعي " جامعة محمد خيضر- بسكرة

أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى الكشف عن الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

عينة البحث: 15 أستاذ لمادة التربية البدنية والرياضة.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود تأثير لحصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق مهارة الاستقلالية بين التلاميذ، مهارة التقليد، مهارة الانتماء الاجتماعي

6-7- الدراسة السادسة: دراسة للسيد محمد مختار ماجد شير ماجد بعنوان "دور حصة التربية الرياضية في تنمية بعض المهارات لدى طلبة المرحلة الثانوية في مملكة البحرين." جامعة الاسكندرية.

أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على دور حصة التربية الرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مملكة البحرين، وهذا من خلال المهارات العقلية، الأخلاقية، النفسية، الصحية..

المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

عينة البحث: 66 معلما ومعلمة للتربية الرياضية في المدارس الثانوية في مملكة البحرين.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود دور لحصة التربية الرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية

7-7- الدراسة السابعة: مذكرة ماستر من اعداد الطلبة: مراحي منال- حمدي نور 2023 بعنوان

"دور الأنشطة الترويحية في إكساب المهارات الاجتماعية لتلاميذ المرحلة المتوسطة من وجهة نظر الأساتذة". جامعة الشيخ العربي التبسي - تبسة.

أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الأنشطة الترويحية في إكساب المهارات الاجتماعية في المرحلة المتوسطة من وجهة نظر الأساتذة.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

عينة البحث: 25 أستاذ.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود دور لحصة التربية الرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية ومنها مهارة التعامل مع الآخرين، التعبير اللفظي... الخ

التعليق على الدراسات السابقة والمثابرة:

اختلفت الدراسات المثابرة في أهدافها وعيناتها ووسائلها الإحصائية، كان هدفها الأساسي مجملا هو تنمية المهارات الاجتماعية، فمنها ما هدفت إلى دراسة هذه الظاهرة عن طريق الأنشطة اللاصفية، وأخرى دور حصة التربية البدنية والرياضة في تنمية بعض المهارات الاجتماعية بينما هدفت دراسة مراحي منال وحمدي نور إلى دور الأنشطة الترويحية في إكساب المهارات الاجتماعية. وقد اهتمت مجمل الدراسات بدراسة مرحلة الطفولة بصفة عامة والمراهقة بصفة خاصة.

هذا وقد خلصت كل الدراسات إلى الدور الذي تلعبه الرياضة بصفة عامة إلى تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطفل المراهق وتأثيرها بصفة مباشرة على اندماجه في المجتمع.


نقد الدراسات السابقة:

مما سبق نجد أن معظم الدراسات السابقة لم تتطرق إلى دور الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطفل والناشئ بصفة خاصة بينما ركزت على الرياضة بصفة عامة والأنشطة اللاصفية بصفة خاصة، وعليه فقد ارتأينا أن نركز دراستنا على دراسة دور النشاط الرياضي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى الناشئين.


صعوبات البحث:

مما لا شك فيه أن أي بحث تعترضه صعوبات يصطدم بها الباحث أثناء عمله على مشروع البحث، ومن مجمل الصعوبات التي اعترضتنا خلال بحثنا نذكر منها:

- ✓ صعوبة التعامل مع عينة البحث (الناشئين) من حيث التواصل والتفاعل.
- ✓ نقص إلى حد ما في انتظام الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي على مدار السنة.
- ✓ نقص الدراسات السابقة التي درست بصفة خاصة دور النشاط الرياضي في تنمية المهارات الاجتماعية للناشئين.
- ✓ تعدد المهارات الاجتماعية مما يصعب اختيار مهارات معينة لدراستها.



الباب الأول
الدراسة النظرية



الفصل الأول: النشاط الرياضي الترويحي

تمهيد

- 1- تعريف النشاط الرياضي الترويحي
- 2- أقسام النشاط الرياضي الترويحي
- 3- خصائص النشاط الرياضي الترويحي
- 4- أهداف النشاط الرياضي الترويحي
- 5- الأنشطة الرياضية الترويحية ومرحلة الناشئين

خلاصة

تمهيد:

إن الترويح يعد مظهر من مظاهر النشاط الإنساني يتميز بالصحة الجسمية والعقلية والنفسية، فالنشاط الرياضي الترويحي يهدف بصفة خاصة إلى السعادة التي يسعى الفرد لتحقيقها، والنشاط الرياضي الترويحي يتميز بكونه يجعل حياة الفرد متزنة بين العمل والراحة فتكتمل حياته وتزداد في جمالها وتصبح أكثر بهجة. وتحتل ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية مكانة خاصة في المجتمعات المعاصرة فهي تساعد على تطوير وتنمية الشخصية والترفيه على النفس، وتساعد الفرد بصفة عامة والطفل بصفة خاصة في حياته اليومية مع أقرانه ومع المجتمع. لذلك سوف نتطرق في هذا الفصل إلى مفهوم النشاط الرياضي الترويحي، خصائصه، أنواعه وأهدافه.

1- تعريف النشاط الرياضي الترويحي:

المقصود بالنشاط الرياضي الترويحي ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من النشاطات البدنية والرياضية، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفيزيولوجية للفرد الممارس لأوجه النشاطات التي تشتمل على الألعاب والرياضات.

تمثل الرياضات والألعاب الجانب الأعظم من برامج النشاط البدني الرياضي الترويحي كما أنه يمكن تنظيم مناشطها وفق لأهداف واحتياجات الأفراد والجماعات. (خطاب عطية، 1972 ص 65)

النشاط الرياضي الترويحي في مفهومه الخاص هو تلك الألعاب أو الرياضات التي تمارس في أوقات الفراغ والخالية من المنافسة الشديدة أو بمعنى آخر هي الرياضات التي تمارس خارج الإطار الفدرالي والتنظيمي، فالنشاط الرياضي الترفيهي يمثل وسيلة من وسائل شغل أوقات الفراغ. (الخوري، 1996 ص 77)

ويرى الباحث أن مفهوم النشاط الرياضي الترويحي هي مجموعة الأنشطة التي يقوم بها الفرد في أوقات فراغه بعيداً عن البروتوكولات والأطر القانونية للاستمتاع والترفيه عن النفس والتقليل من الضغوطات.

2- أقسام النشاط الرياضي الترويحي:

وفقاً لأراء كل من رينولد كارلسون وجيمس بيترسون وآخرون، فإنه يتم تقسيم أنشطة الترويح الرياضي إلى المجموعات الرئيسية التالية:

1-2- الألعاب والمسابقات ذات التنظيم البسيط: هي الألعاب والمسابقات التي تهتم بميول واهتمامات الأطفال وصغار السن، وهي تعتمد على بعض القوانين والقواعد لتنظيمها، كما أن الاشتراك فيها لا يحتاج إلى مستوى عالٍ من المهارة أو الأداء، إلا أنه يمكن لمختلف الأعمار الاشتراك فيها، ومن أمثلة تلك الأوجه من النشاط ألعاب الكرة، ألعاب الرشاقة، الرقص والغناء.. (الحماحي، 1998 ص 86)

2-2- الألعاب أو الرياضات الفردية: يفضل العديد من أفراد ممارسة أوجه النشاط بمفردهم وربما يرجع ذلك إلى استمتاعهم بالأداء الفردي أو لصعوبة الاتفاق مع الزملاء على ممارسة نوع معين من النشاط أو

لصعوبة الاتفاق على وقت معين للممارسة، ومن أمثلة ذلك نجد صيد الأسماك، التزلق على الجليد، المشي، الجري، الفروسية... الخ (الحماحي، 1997 ص72)

2-3- الألعاب أو الرياضات الزوجية: هناك بعض الألعاب أو الرياضات التي تستلزم اشتراك فردين على الأقل معا وذلك لنجاح المشاركة في النشاط، ويطلق عليها مسمى الألعاب أو الرياضات الزوجية ومن أمثلة الألعاب أو الرياضات الزوجية نجد التنس الأرضي، الريشة الطائرة، تنس الطاولة، المباراة... الخ

2-4- الألعاب أو رياضات الفرق: تعد الألعاب أو الرياضات الجماعية التي تعتمد على تكوين الفرق ذات أهمية فهي توافق على اهتماماتهم، كما أن الاشتراك في تلك النشاطات يكون على مستوى عال من التنظيم بالمقارنة بالمشاركة في الألعاب أو الرياضات الأخرى لوجود بعض القواعد والتنظيمات التي يجب اتباعها لتنظيم رياضات الفرق ومن أمثلة ذلك نجد: كرة القدم، الكرة الطائرة، كرة السلة.. (الحماحي، 1997 ص73)

يرى الباحث أنه يمكن تقسيم النشاط الرياضي الترويحي إلى رياضات فردية وأخرى جماعية، تتخللها ألعاب ورياضات زوجية وذلك حسب قدرات كل فرد وكذا وجود الجماعة المرافقة له.

3- خصائص النشاط الرياضي الترويحي:

من أهم الخصائص التي يتميز بها النشاط الرياضي الترويحي ما يلي:

- ✓ تهيئة الفرص للنشاط الحركي: إتاحة فرصة المشاركة للجميع من خلال توفير المنشآت والتجهيزات اللازمة واعداد البرامج المناسبة.
- ✓ الهادفة: نشاط هادف وبناء يساهم في تنمية المهارات والقيم والاتجاهات التربوية وتطوير الشخصية.
- ✓ الايجابية: ممارسة النشاط وعدم الاقتصار على المشاهدة.

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

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

✓ الدافعية: المشاركة في النشاط تتم بدافع ذاتي (برغبة واردة الفرد)

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

✓ الوقاية والتأهيل: يساعد الممارسين على الوقاية من الأمراض العصرية المرتبطة بنقص الحركة (كأمراض القلب والدورة الدموية، البدانة،....الخ) ويساعد بشكل فعال في تأهيل المرضى والمصابين.

✓ التفاؤل: المشاركة الايجابية تؤدي الى تحقيق السعادة وتنمية وتطوير الفرد وزيادة انتاجيته، مما يبعث روح التفاؤل لدى الممارس.

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

✓ استثمار وقت الفراغ: يعتبر الترويح الرياضي وسيلة مثلى لاستثمار أوقات الفراغ المتزايدة لدى جميع أفراد المجتمع. (الفاضل، 2007)

4- أهداف النشاط الرياضي الترويحي:

يرى محمد الحماحي أن الترويح الرياضي (الرياضة للجميع) إسهامات في التأثير الإيجابي على العديد من جوانب نمو المشاركين في ممارسة أوجه نشاطه، كما يهدف الترويح الرياضي إلى الوقاية من المتغيرات المدنية الحديثة وإلى زيادة المردود الإنتاجي لهؤلاء المشاركين في برنامجه، ولذا قام الحماحي بتحديد أهداف الترويح الرياضي وفقا لطبيعة تلك الأهداف وذلك على النحو التالي:

4-1- الأهداف الصحية: وهي الأهداف المرتبطة بوجه عام بصحة الممارس بانتظام لمناشطها

وتتضمن:

- تطوير الحالة الصحية للفرد
- تنمية العادات الصحية المرغوبة
- الوقاية والإقلال من فرص التعرض للإصابة بأمراض القلب والدورة الدموية
- زيادة المناعة الطبيعية للجسم ومقاومته للأمراض
- الحد من الآثار السلبية للتوتر النفسي وللقلق والتوتر العصبي
- التغذية الجيدة والمناسبة وفقا لنوع الجهد المبذول في ممارسة النشاط
- المحافظة على الوزن المناسب للجسم. (الحماحي، 1998 ص05)

4-2- الأهداف البدنية: وتشمل الأهداف التي تهتم بالحالة البدنية للممارس بانتظام لمناشطها:

- تنمية اللياقة البدنية.
- تجديد نشاط وحيوية الجسم.
- المحافظة على البدنية الجيدة.
- الإحتفاظ بالقوام الرشيق.
- الوقاية من بعض انحرافات القوام.
- الاسترخاء العضلي العصبي.
- مقاومة الانهيار البدني في سن الشيخوخة. (الحماحي، 1998 ص85)

4-3- الأهداف النفسية: وهي الأهداف التي تهتم بالفرد الممارس من الجانب النفسي وتتضمن:

- تحقيق السعادة لحياة الفرد والترويح عن ذاته.
- إشباع الميل للحركة أو اللعب أو لهواية الرياضة.

- التعبير عن الذات وتفرغ الانفعالات المكبوتة.
 - الحد من التوتر النفسي والعصبي الناتج عن ظروف الحياة في المجتمعات المعاصرة.
 - تحقيق الاسترخاء والتوازن النفسي للفرد.
 - إشباع الدافع للمغامرة والدافع للمنافسة. (الحماحي، 1998 ص94)
- 4-4- الأهداف الاجتماعية:** هي تلك الأهداف التي تهتم بالجانب الاجتماعي للفرد الممارس بانتظام وتتضمن:
- التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية التي تسود المجتمع المعاصر بتكوين علاقات وصدقات مع الآخرين من الأفراد والجماعات.
 - إشباع الحاجة من النقاء بالآخرين من ذوي الميول والاهتمامات المشتركة.
 - تحقيق التوافق الاجتماعي للأفراد والجماعات الممارسين للنشاطات.
 - المشاركة في تشكيل السلوك الجماعي السوي.
 - تنمية مهارات النواصل والتفاوض بين الجماعات وبعضها لدعم العمل الجماعي.
 - ممارسة الحياة الاجتماعية الديمقراطية الناجحة. (الحماحي، 1997 ص86)
- 4-5- الأهداف الثقافية:** وتشمل الأهداف المرتبطة بتزويد الفرد بالعديد من أنواع المعرفة وتشمل:
- تزويد الفرد بالثقافة الرياضية وتشكيل وتنمية مدركات بأهمية الرياضة للجميع في الحياة العصرية.
 - تشكيل اتجاهات إيجابية لدى الأفراد والجماعات نحو ممارسة النشاطات.
 - التعرف على العديد من النشاطات للترويج والتعرف على الألعاب الشعبية.
 - إدراك الفرد لقدرات ولحاجات الجسم للحركة.
 - تعلم الفرد الممارس للنشاط الرياضي لكيفية الوقاية من الإصابة وطرق معالجتها في حالة حدوثها.
 - فهم أفضل للبيئة المحيطة بالفرد. (الحماحي، 1997 ص89)

5- الأنشطة الرياضية الترويحية ومرحلة الناشئين:

في هذه المرحلة يتميز الفرد بحساسية كبيرة، فهي مرحلة تتأثر فيها حياة الناشئ بعوامل فسيولوجية يكون لها تأثير كبير في نشاطه وشخصيته، وحياته المدرسية وما يتبعها. تتميز أوجه نشاطات الذكور في هاته المرحلة بالقوة العضلية وشدة الجهد، وقوة التحمل.

-الأنشطة الرياضية الترويحية التي تستخدم العمل المنظم بشكل تنافسي.

-الأنشطة الرياضية الترويحية الشعبية المتطورة.

-الأنشطة الرياضية الترويحية التي تؤدي في المعسكرات والرحلات وحفلات السهر. (التكريتي، 2012

ص90)

- قد تكون للفرد في هذه المرحلة الرغبة في مسايرة زملائه وأقرانه أقوى من الاستجابة لتوجيهات الكبار.

خلاصة:

إن المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية تساهم بشكل كبير في حياة الأفراد، كما تؤثر بصفة خاصة على اتجاهات وسلوكيات الفرد وتجعله يحس بنوع من السعادة والتحرر من ضغوطات الحياة اليومية، كما تعمل على الرفع من حيويته ونشاطه، وتشمل جميع جوانب حياته الصحية والبدنية والاجتماعية... الخ

وقد أكدت مجمل الدراسات الخاصة في هذا المجال بالدور الذي تحققه الأنشطة الرياضية الترويحية على الفرد وتحقيق التواصل والتفاعل مع الجماعة.

ومما سبق يمكن القول بأن النشاط الرياضي الترويحي يلعب دورا هاما في تنمية قدرات الفرد واكسابه وتطوير المهارات التي تمكنه من العيش والتأقلم مع المحيط الذي يعيش فيه.

ومنه يرى الباحث أن للنشاط الرياضي الترويحي أثر ايجابي على الأطفال الناشئين واكسابه وتنمية مهاراته الاجتماعية.

الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

تمهيد

- 1- تعريف المهارات الاجتماعية
- 2- خصائص المهارات الاجتماعية
- 3- مكونات المهارات الاجتماعية
- 4- العوامل المساهمة في تشكيل المهارات الاجتماعية
- 5- تنمية المهارات الاجتماعية
- 6- أساليب التنمية الذاتية للمهارات الاجتماعية

خلاصة

تمهيد:

تعد المهارات الاجتماعية من المهارات المهمة في حياة الفرد، وهي الأكثر أهمية من بين المهارات الشخصية، فهي تساعد على الاندماج في المجتمع والتوافق والتكيف مع أفراد المجتمع. والطفل بصفة خاصة يحتاج أكثر من غير لهاته المهارات الاجتماعية حتى يتمكن من بناء علاقات إنسانية مع أقرانه ومع المجتمع بصفة عامة.

وبما أن مرحلة الناشين هي أهم مرحلة يتم فيها تطوير وتنمية المهارات المكتسبة في مرحلة الطفولة فلا بد للطفل الناشئ أن يعمل على تنمية هاته المهارات بشتى الطرق والأساليب ومنها الرياضة بصفة عامة والأنشطة الرياضية الترويحية بصفة خاصة.

1- تعريف المهارات الاجتماعية:

للمهارات الاجتماعية تعريفات كثيرة نظرا لاتساع هذا المفهوم من جهة، وما يطرأ على هذا المفهوم من تغير بسبب التغير العلمي المستمر في هذا المجال من جهة أخرى، كما تتباين من عالم إلى آخر، ويرجع هذا الاختلاف إلى التباين في المواقف الاجتماعية، وما يحدث فيها من تفاعل لتحقيق الهدف المنشود بناء على إدراك الفرد للموقف الذي يواجهه. ونظرا لهذا الاتساع تعددت المفاهيم والتعريفات حيث يتصف بعضها بالعمومية ويتصف بعضها بالخصوصية. (أماني، 2000 ص1)

ليس هناك تعريف محدد للمهارات الاجتماعية نظرا لاتساع هذا المفهوم، وهناك مجموعتين من التعريفات، الأولى يغلب عليها الطابع السلوكي، والثانية يغلب عليها الطابع المعرفي. وهذه بعض التعريفات المشهورة:

يعرفها عبد الرحمان السيد هي قدرة الطفل على المبادأة بالتفاعل مع الآخرين، والتعبير عن المشاعر السلبية والايجابية إزاءهم، وضبط انفعالاته في مواقف التفاعل الاجتماعي. (عبد الرحمن، 1998 ص16)

وعرفتها سعاد مصطفى فرحات: "عادات وسلوكيات مقبولة اجتماعيا يتدرب عليها الطفل إلى درجة الاتقان والتمكن، من خلال التفاعل الاجتماعي الذي يعد عملية مشاركة بين الأطفال من خلال مواقف الحياة اليومية، والتي من شأنها أن تفيده في إقامة علاقات ناجحة مع الآخرين في مجاله النفسي." (سعاد مصطفى، 2008 ص12)

ويعرفها سلتز وآخرون بأنها "جميع أنواع المعرفة الاتصالية التي يحتاج إليها الأفراد والجماعات للتمكن من التعامل مع بعضهم البعض بالطرق التي تعتبر مناسبة اجتماعيا." (الحميضي، 2004 ص58)

وتعرفها آمنة المطوع أنها: "قدرة الفرد على إدراك المواقف المختلفة ومعرفتها، وترجمة هذه المعارف إلى سلوكيات محددة يترتب عليها نتائج إيجابية في مواقف الاتصال الشخصية، وهي مهارات متعلمة يكتسبها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي وتؤدي إلى نجاح الفرد في تحقيق نتائجه." (آمنة، 2001 ص18)

2- خصائص المهارات الاجتماعية:

هناك عدة خصائص للمهارات الاجتماعية نذكر منها ما يلي:

- تكتسب من خلال التعلم.
 - تتضمن مكونات لفظية وغير لفظية.
 - تفاعلية بطبيعتها وتستلزم استجابات فعالة ومناسبة.
 - تتأثر بخصائص الأفراد الموجودين في الموقف الاجتماعي كالعمر، النوع، المكانة الاجتماعية للفرد وهو ما يؤثر على الأداء الاجتماعي للفرد.
 - يمكن تحديد مواطن القصور في الأداء الاجتماعي.
- ونضيف خاصية أخرى للمهارات الاجتماعية أنها تتقيد بضوابط ومعايير الدين والمجتمع، والملاحظ أن أغلب المهارات الاجتماعية مستمدة من القرآن والسنة النبوية الشريفة، وسيدنا محمد صلى الله عليه وسلم أوصنا بمكارم الأخلاق التي تعتبر مستوى راقى للمهارات الاجتماعية، والطفل في ظل التربية الإسلامية يجد في كتاب الله وسنة المصطفى صلى الله عليه وسلم ما يضمن له سلوكا راقيا ينميهِ إلى الأفضل في كل مرحلة من مراحل حياته. (لقوي، 2015 ص 43)

3- مكونات المهارات الاجتماعية:

تتاول العديد من الباحثين عناصر أو مكونات المهارات الاجتماعية من زوايا متعددة منها:

- ❖ **3-1- تصنيف محمد السيد عبد الرحمن:** وفقا لمقياس ماتسون وآخرون للمهارات الاجتماعية، تصنف:
- ❖ المبادأة بالتفاعل: تعني قدرة الطفل على بدء التعامل من جانبه مع الأطفال الآخرين لفظيا أو سلوكيا كالتعرف عليهم أو مد يد العون لهم أو زيارتهم أو تخفيف آلامهم أو إضحاكهم.
- ❖ التعبير عن المشاعر السلبية: تعني قدرة الطفل على التعبير عن المشاعر لفظيا أو سلوكيا كاستجابة مباشرة أو غير مباشرة لأنشطة وممارسات الأطفال الآخرين التي لا تروق له.

❖ الضبط الاجتماعي الانفعالي: تعني قدرة الطفل التروي وضبط الانفعالات في مواقف التفاعل مع الأطفال الآخرين وذلك في سبيل الحفاظ على روابطه الاجتماعية.

❖ التعبير عن المشاعر الإيجابية: تعني قدرة الطفل على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة من خلال التعبير عن الرضا عن الأطفال الآخرين ومجاملتهم، ومشاركتهم الحديث واللعب. (عبد الرحمن،

1998 ص33)

3-2- تصنيف رونالد ريجيو **Ronald Riggio**: الذي يقسم المهارات الاجتماعية إلى مستويين (انفعالي واجتماعي) وينتج عنه ست مهارات هي:

❖ التعبير الانفعالي: مهارة الفرد في التعبير غير اللفظي عن اتجاهاته ومشاعره وحالاته الانفعالية.

❖ الاستشعار الانفعالي: قدرة الفرد على استقبال وتفسير الرسائل غير اللفظية للآخرين.

❖ الضبط الانفعالي: قدرة الفرد على تنظيم التحكم في المؤشرات الانفعالية غير اللفظية.

❖ التعبير الاجتماعي: مهارة الفرد في التعبير اللفظي عن مشاعره وأفكاره للآخرين.

❖ الاستشعار الاجتماعي: قدرة الفرد على الفهم والوعي بالمعايير الحاكمة للسلوك في المواقف الاجتماعية.

❖ الضبط الاجتماعي: مهارة الفرد في تقديم ذاته في المواقف الاجتماعية. (فرج، 2003 ص45)

3-3- تصنيف بيلاك وآخرون: صنف كا من بيلاك وآخرون المهارات الاجتماعية إلى ثلاث مكونات:

❖ مهارة المحادثة: وهو الشخص الذي يستطيع أن يبدأ المحادثة ويستمر بها، ويشمل الاستمرار في المحادثة ثلاث عناصر هي إلقاء الأسئلة على الآخرين، إعطاء المعلومات والاستماع الجيد.

❖ المهارة التوكيدية: وهي الشخص الذي يستطيع أن يعبر بحرية عما يريد وتقسم المهارة إلى نوعين:

- مهارة التوكيد الموجب: وهي المشاعر الإيجابية نحو الآخرين.

- مهارة التوكيد السلبي: وهي مشاعر الرفض والاستياء.

❖ مهارة الإدراك الانفعالي: هو الشخص الذي يستطيع أن يعرف متى وكيف وأين يصدر الاستجابات المختلفة وتشمل الإشارات الاجتماعية الانتباه والتنبؤ أثناء التفاعل.

3-4- تصنيف جريشام Gresham: حدد جريشام بعض السلوكيات الاجتماعية المعبرة عن المهارات الاجتماعية منها: سلوكيات المشاركة، التعاون، مهارة التبادل اللغوي أو الحديث، استيعاب مشاعر وانفعالات الآخرين، القدرة على أخذ الدور والتنبؤ بالقبول الاجتماعي بولسطة الأقران. وبذلك يتلخص تصنيفه في خمس مكونات هي:

* التوكيد. * التعاطف. * المسؤولية. * ضبط النفس والتعاون. (Gresham, 1981 p 122)

4- العوامل المساهمة في تشكيل المهارات الاجتماعية:

صنف الباحثون العوامل التي تسهم في تشكيل مستوى المهارات الاجتماعية في عدة فئات، منها ما يتصل بالفرد نفسه ومنها ما يتصل بالطرف الآخر في موقف التفاعل والبعض ما تعلق بخصائص موقف التفاعل ثم خصائص السياق الاجتماعي، وأهم هذه العوامل ما يلي:

4-1- الجنس: هناك متغيرات خاصة بالفرد مثل الجنس ذكر أو أنثى والذي يتعكس على سلوك الفرد في مواقف التفاعل المختلفة، كذلك القبول من الآخرين ومن المجتمع، فعلى سبيل المثال الرجل بالجسارة والأنثى بالخجل، كما أن هناك بعض السلوكيات إن سلكتها الأنثى تستهجن عليها أما الرجل يعتبر أمراً عادياً.

4-2- العمر: نلاحظ أن الأكبر سناً يتعرض إلى الخبرة والتفاعل الاجتماعي بقدر أكبر من الأصغر سناً.

4-3- العادات والتقاليد في المجتمع: تلعب العادات والتقاليد دوراً هاماً في تشكيل مستوى المهارات الاجتماعية وإكساب نوع خاص منها يفرض نفسه في مواقف التفاعل المختلفة.

4-4- الوضع المهني: هنا نشير إلى طبيعة العمل الذي يقوم به الفرد هل هو مع الجمهور أم مع الآلة أو الحيوانات، وعلى سبيل المثال الممرض الذي يتعامل مع عدد كبير من الأفراد وفي وضعيات نفسية غير طبيعية وبالتالي تظهر مدى أهمية المهارات الاجتماعية للتعامل مع هذه المواقف المختلفة.

4-5- المزاج: ينعكس ذلك على مدى مشاركة الفرد في المناسبات الاجتماعية والتفاعل المتكلف مع الآخرين وبالتالي يلاحظ أن هناك اختلافا في المهارات الاجتماعية في مواقف التفاعل مرتبطين بالمزاج السائد لدى الفرد.

4-6- بعض سمات الشخصية: مثل الإنزواء والتردد والذي يؤثر على قرارات الفرد مما يجعله غير قادر على البث في صداقات ضرورية أو إنهاء علاقات غير مثمرة، كذلك التأرجح في نوع تعليمه ومهنته وعليه يظهر خلل في سلوكه المهاري الاجتماعي. (الظاهر، 2008 ص)

5- تنمية المهارات الاجتماعية:

إن تنمية المهارات الاجتماعية مطلب مهم، لأنها تمثل جانبا أساسيا من جوانب الشخصية. فالإنسان اجتماعي بطبعه، وهو محتاج إلى التعامل مع الجماعات المختلفة داخل المجتمع تعاملًا يعود عليه بالنفع وعلى المجموعة التي ينتمي إليها، أي أنه في حاجة إلى جماعة تقبله ويشعر بالانتماء إليها، ويتفق مع أعضائها في قيمهم واتجاهاتهم. لذا يحتاج الفرد منذ نعومة أظفاره إلى اكتساب خبرات اجتماعية تجعله يتكيف مع هذه الجماعة، ولعل أبرز هذه الخبرات مهارات التعامل مع المجتمع وأساسها التعاون. (لطيفة صالح، 2002 ص16)

5-1- التنمية النظامية للمهارات الاجتماعية:

يعرف التدريب على تنمية المهارات الاجتماعية بأنه مجموعة متنوعة من الأساليب والإجراءات المعرفية، والسلوكية الهادفة إلى تعديل معارف الفرد وسلوكه في مواقف التفاعل الاجتماعي على نحو

يصبح معه أكثر قدرة على فهم السلوك اللفظي وغير اللفظي للآخرين، والتحكم في انفعالاته، والتعبير عن مشاعره وأفكاره والدفاع عن حقوقه ومواجهة المواقف العصبية. (عبد الحليم وآخرون، 2004 ص155) وتتنظم أساليب وبرامج التدريب النظامي للمهارات الاجتماعية في ثلاث فئات: بدنية (التحكم في الجوانب غير اللفظية)، معرفية (التدريب على الحوار الداخلي الايجابي)، سلوكية (إعادة السلوك).

5-2- التنمية الذاتية للمهارات الاجتماعية:

يقوم فيها الفرد بدور جوهري حيث يعد خطة مبدئية بنفسه لتدريب ذاته على التصرف بصورة ماهرة اجتماعيا مسترشدا ببعض المبادئ العامة التي تتبلور في عقله من خلال قراءاته في كتب معينة بالموضوع، بالإضافة إلى ملاحظة السلوكات المهارية الاجتماعية للآخرين، وتحليله للمواقف التي يواجهها، والذي يشتق منها العديد من الأساليب للتعامل مع المواقف المنفردة، أو المشابهة التي يتعرض لها وتستدعي أن يتصرف فيها بصورة ماهرة اجتماعيا. (عبد الحليم وآخرون، 2004 ص162)

6- أساليب التنمية الذاتية للمهارات الاجتماعية:

هناك أساليب متنوعة قد يلجأ إليها الفرد لتنمية مهاراته الاجتماعية ذاتيا، نذكر أكثرها أهمية فيما يلي:

- الوعي بالذات.
- المراقبة الذاتية.
- التحليل النقدي للذات.
- التقييم الذاتي.
- المحاسبة الذاتية. (عبد الحليم وآخرون، 2004 ص169-170)

خلاصة:

مما سبق يتضح لنا جليا إن المهارات الاجتماعية من أهم المهارات التي يجب أن يكتسبها وينميها الفرد بصفة عامة والطفل بصفة خاصة، حيث تتضح ملامح شخصيته في هذه المرحلة المهمة من حياته، حيث تعتبر مرحلة يكتسب فيها الطفل كل ما من شأنه أن يصنع شخصيته ومستقبل حياته، ويساعد الطفل في هذه المرحلة وتنميتها على الحياة بصفة طبيعية في المجتمع مع ما يلاقيه من مواقف اجتماعية وتفاعله معه.

لذا فإن القصور في المهارات الاجتماعية في هذه المرحلة يمكن أن يكون مقدمة للكثير من المشاكل والإضطرابات النفسية وما يترتب عليه عدم التوصل إلى الإدماج في المجتمع وعيش حياة غير طبيعية.

الفصل الثالث: الناشئين (13-15) سنة

تمهيد

- 1- تعريف الناشئين (13-15) سنة
- 2- خصائص الناشئين (13-15) سنة
- 3- مشاكل الناشئين (13-15) سنة
- 4- حاجات الناشئين (13-15) سنة
- 5- دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الناشئين
- 6- الآثار النفسية والاجتماعية للنشاط الرياضي على

الناشئين

خلاصة

تمهيد:

لعل أهم مرحلة يمر بها الإنسان في حياته هي مرحلة الطفولة أو بالأحرى المراهقة المتوسطة والتي تناسب وفئة الناشئين، وذلك لأنها مرحلة الانتقال الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي. وهي مرحلة حساسة من الناحية الاجتماعية حيث تتميز العلاقات الاجتماعية التفاعلية بينه وبين والديه وعائلته أو مع أقرانه وباقي أفراد المجتمع ببعض الصعوبات، حيث لا تقتصر التغيرات التي تحدث له أثناءها على جانب معين فقط بل تشمل جميع الجوانب، كما أنها مرحلة تتطلب منه التفاعل بينه وبين كل أفراد المجتمع ومحاولة فرض نفسه كعضو فعال في هذه المنظومة. وعليه سنحاول في هذا الفصل التطرق إلى كل ما يخص هذه المرحلة المهمة.

1- تعريف الناشئين (الفئة العمرية 13-15 سنة):

حسب رأي العلماء والباحثين فإن الفئة العمرية (13-15) سنة تنتمي إلى مرحلة المراهقة المبكرة، وهي أكثر مرحلة نمائية تغيراً من النواحي الجسمية والجنسية والنفسية والمعرفية وكل هذا يؤدي إلى تغير في مطالب المراهق الاجتماعية في الاستقلال وتغير العلاقات بين المراهقين وأفراد المجتمع، ويمكن أن يتحقق التوافق الجنسي والتعليمي والمهني للمراهق بعد أن يتحقق النضج الجسيمي والبيولوجي له، والتغيرات في مظاهر النضج الجسيمي للمراهق تؤثر في النمو النفسي والاجتماعي له. (محمود و عفاف، 2001ص 189)

يرى علماء النفس أنه في هذه المرحلة من العمر يتضاءل السلوك الطفل وذلك لخروج الطفل من مرحلة الطفولة والدخول في مرحلة المراهقة التي تبدأ معها المظاهر الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والدينية والأخلاقية الخاصة بالمراهق في الظهور. (الوافي و زيان، 2004ص 49)

2- خصائص الناشئين (13-15 سنة):

1-2- النمو الجسيمي:

" إن هذه المرحلة تعتبر طفرة في النمو الجسماني فهي مرحلة نمو جسيمي سريع، لا يفوقها في النمو إلا مرحلة ما قبل الولادة، وتبدأ فترة النمو فيما بين (12-15) سنة عند الذكور، ويتميز النمو الجسيمي خلال هذه المرحلة بعدم الانتظام، فنجد أن الطول يزداد زيادة سريعة، ويتسع المنكب، ويزداد طول الجذع والذراعين والساقين." (معوض، 2003ص 332)

" تنمو الأجزاء العليا من الجسم قبل أن تنمو الأجزاء السفلى، فتزداد المساحة السطحية للجبهة في أبعادها الطولية والعرضية، ويتسع الفم وتتصلب الأسنان وينمو الفك العلوي قبل السفلي، وتنمو الأذرع قبل الأرجل، وهكذا يستطرد النمو اتجاهاته حتى يصل نسبة صحيحة واكتمال النضج." (السيد، 1997ص 233)

2-2- النمو الفيزيولوجي:

من بين خصوصيات الطفل من هذا الجانب يكمن أن نستنتج نوعين من القدرات (عصبية وعضلية) في التنسيق والقدرات الطاقوية (اللياقة البدنية) وأن اللياقة البدنية هي التي تتطور بسرعة، ثم يأتي تدريجياً التنسيق، وعن الجانب الطاقوي فإن جانب القدرات الهوائية تكون عالية جداً عند الصغر.

وفي هذه المرحلة من النمو يكون تكوين حامض اللبن محدوداً، وعند الأطفال نلاحظ ضعف في كمية الجلوكوز اللاهوائية. (أسامة، 1994ص54)

2-3- النمو الحركي:

يؤكد عصام نور أنه: "ينتج عن النمو الجسمي السريع وخاصة في الفترة الأولى من مرحلة المراهقة ميل نحو الخمول والكسل والتراخي، ويصحب ذلك أن تكون حركاته غير دقيقة" وعندما يصل الطفل قدراً من النضج تصبح حركاته أكثر توافقاً وانسجاماً، ويرجع هذا التطور في القدرات الحركية والمهارات الجسمية عند الأولاد إلى أمرين:

- زيادة إنتاج الهرمونات المذكورة يؤدي إلى زيادة القوة العضلية.

- طبيعة النمو العضلي عند الأولاد وازدياد عرض الأكتاف وازدياد حجم القلب وضغط الدم تعتبر كلها ظروفاً مساعدة على القوة البدنية. (نور، 2004ص123)

2-4- النمو العقلي:

تعني تنمية المعارف والقدرة على التفكير لتغيير المواقف بحكمة مما يساعد الفرد على اتخاذ القرارات الصائبة، ويتم ذلك عن طريق تقييم نواحي النشاط الحركي المختلف، فتكون هناك حاجة إلى التفكير من جانب الجهاز الذهني، وينتج عن ذلك اكتساب المعرفة كما أن إتقان الحركات والمهارات الرياضية المختلفة يتم عن طريق التجربة والخطأ والتفكير في المواقف المختلفة والتعرف على أساس الموقف، مما ينتهي على البحث في الأمور والتصرف بعقلانية. (عادل، 1996ص27)

2-5- النمو الاجتماعي:

يسعى الطفل في هذه المرحلة لتحقيق المستوى المطلوب من النمو الاجتماعي، ونعني به اكتساب الفرد لأنواع من السلوك الذي يساعده على التفاعل مع الجماعة.

ونعني به أيضا نمو الفرد في السمات التي تسهل التفاعل الاجتماعي أي الأخذ والعطاء ضمن الجماعة أين يسهل التأثير والتأثر، وتزداد أهمية هذه العملية للطفل من حيث تكوين شخصيته وبنائها وتحديد نمط علاقته بمجتمعه. (عواطف، 1972ص163)

3- مشاكل الناشئين (13-15 سنة):

3-1- المشكلات الصحية والجسمية:

ويشير بدر إبراهيم الشيباني أنه: "من النادر قبول المراهق لذاته الجسمية حيث تعد الجاذبية الجسمية معيارا أساسيا للقبول الاجتماعي، ومما يزيد في صعوبة تقبله لذاته الجسدية وتأكيد شعوره أن هناك خطأ ما، في طوله أو في وزنه أو بشرته أو في شعره، أو في جوانب أخرى من العيوب الذاتية، التي تصبح محور اهتمامه وتؤدي في الكثير من الأحيان إلى رفضه لذاته." (الشيباني، 2000ص216)

3-2- المشكلات الاجتماعية:

تشير المشكلات الاجتماعية إلى القدرة على التكيف مع الآخرين، ومع المجال الذي يعيش فيه، ومدى تحقيق حاجاته إلى الاعتبار والقبول الاجتماعي والانتماء ، وتمثل المشكلات التالية الأكثر شيوعا:

➤ الرغبة في أن يكون محبوبا أكثر ممن هم حوله.

➤ الرغبة في البحث عن يستطيع إفشاء سره له.

➤ الشعور بالخجل عندما يكون في مجلس الكبار.

➤ ممارسته للسلوك المزعج، كعدم مراعاة الآداب العامة والاعتداء على الناس وتخريب الممتلكات

والبيئة والطبيعة، وقد يكون الإزعاج لفظيا أو عمليا. (ملحم، 2004ص387)

3-3- المشكلات النفسية:

يشير سامي محمد ملحم أن: "المشكلات النفسية نتاج عوامل كثيرة بعضها اجتماعي راحع إلى ظروف البيئة المحلية التي يعيشها الفرد، وبعضها الآخر فزيولوجي، فالنمو الجسمي السريع الذي يستأثر على اهتمام المراهق، وقدرته على التكيف مع الظروف البيئية، وقدرته على إشباع حاجاته المختلفة ينعكس بشكل أو بآخر على مشكلاته النفسية، وتمثل المشكلات النفسية التالية الأكثر شيوعاً:

- الحساسية للنقد والتجريح.
- الشعور بالندم لأشياء يقوم بها أثناء غضبه.
- عدم مكنه من السيطرة على أحلام اليقظة.
- الشعور بالحزن والضيق دون سبب. (ملحم، 2004ص388)

3-4- مشكلة أوقات الفراغ:

تعد هذه المشكلة من المشكلات الهامة في هذه المرحلة، حيث أن الفراغ مفسدة وأن أوقات الفراغ إذا لم تشغل بما هو خير ونافع فإنها ستشغل حتماً بما هو ضار وشرير، وقد صدق الشاعر في ذلك حين قال: "إن الشباب والوقت مفسدة للمرء أي مفسدة" فكما هو معروف فإن لكل شخص دوافع وحاجات أساسية تلح عليه من أجل التعبير عنها وإشباعها، ولكن القيود الاجتماعية كثير من الأحيان تجعل من الصعب التعبير عن هذه الدوافع والحاجات، ولهذا تنظيم وقت الفراغ له أهمية كبيرة من أجل إشباع الرغبات والانفعالات. (الزغبى، 2001ص478)

4- حاجات الناشئين (13-15 سنة):

"يعد تكامل الحاجات أساساً لمعايير الشخصية، وعندما تكتمل الحاجات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية والذاتية، فإن الفرد يشعر بالتوازن فلا يحص ما يسمى بالفراغ النفسي الذي إن وجد فإنه يدفع

المرء للبحث مترددا بين شعوره بالحاجة وإعتزاه إشباعها، فالفراغ بين موقف الفرد وموقعى الهدف الذى يسعى إليه يمثل استخدام الحاجة بصورة وصيفية، ومن احتياجات الطفل الناشئ ما يلي:

➤ سعيهم على الاستقلال الذاتى.

➤ تقبلهم لأنفسهم.

➤ تقبلهم للغير وتطلعهم إلى تقبل الغير لهم.

➤ اهتمامهم بمسؤوليات توكل لهم.

➤ حاجتهم إلى الانتماء الاجتماعى والشعور به وبممارسته. (الجسمانى، 1994ص345)

كما أنه يمكن حصر بعض الحاجات حسب آراء الباحثين والعلماء للطفل الناشئ فى ما يلي:

الحاجة إلى المكانة، الاستقلال، الحب والحنان، المعرفة، الحرية.

5- دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الناشئين:

تتميز الدوافع بالطابع المركب نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية ومجالاتها، والتي تحفز المراهق بالممارسة وأهميتها ذلك بالنسبة للفرد الرياضى أو بالنسبة للمجتمع الذى يعيش فيه، فلكل فرد دافع يحثه للقيام بعمل ما، ولقد حدد الباحث "رودريك" أهم الدوافع المرتبطة بالأنشطة الرياضية وقسمها إلى قسمين:

5-1- دوافع مباشرة:

❖ الإحساس بالرضا والإشباع بعد نهاية النشاط العضلي نتيجة الحركة.

❖ المتعة الجماعية بسبب رشاقة وجمال مهارات والحركات الذاتية للفرد.

❖ الاشتراك فى التجمعات والمنافسات الرياضية.

5-2- دوافع غير مباشرة:

❖ محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة الرياضة.

❖ الإحساس بضرورة الدفاع عن النفس، إنقاص الوزن الزائد.

❖ الوعي بالشعور الاجتماعي، من خلال المشاركة في الأندية والسعي للانتماء للجماعة.

❖ تحقيق النمو العقلي والنفسي. (R.tomas, 1993p227)

6- الآثار النفسية والاجتماعية للنشاط الرياضي على الناشئين:

6-1- الآثار النفسية: إن كل فرد في مرحلة المراهقة يهتم بالخصائص الجسمية له وتدوقه للنشاط والحركة يصاحبه في جميع مراحل نموه، فلا بد أن يستخدم محبته للحركة في تسيير تطوره النفسي والإسراع فيه، ولأنشطة الممارسة دور في معالجة الانحرافات النفسية وتوجيه طاقاتهم ليتحقق التوازن النفسي، وكذلك لها دور في توجيه الرغبات والتحرر من الكبت والخوف والإضطراب.

أثبتت دراسة قام بها العالم جونز وجود علاقة بين القوة البدنية والآثار النفسية التي تتركها في الفرد حيث قام بمقارنة عشرة من المراهقين الأقوياء بعشرة من الضعفاء، وأظهرت الدراسة أن تقويم الضعفاء للأقوياء يختلف جذريا عن تقويم الأقوياء للضعفاء فقد كان لضعاف البنية صورة سلبية في أعين أقرانهم. (مالك، 1981ص237)

6-2- الآثار الاجتماعية: من الجانب الاجتماعي فإن ممارسة النشاط الرياضي تقوي الرغبة في النشاط والعمل، وتخلق في الطفل روح المسؤولية والتعاون والتضامن وتغذي لدى الفرق المتنافسة روح الجماعة والشعور باللعب الصادق والنظام والتسامح والعمل من أجل الجماعة.

فالنشاط الرياضي يخلق حالة عامة من الرضا نتيجة المشاركة فيه فتختفي الفوارق. فلا يوجد أقوى من اللعب كوسيلة لدعم الصداقة والتفاهم بين الأطفال ، وكل هذه القوى بلا شك تؤدي إلى تماسكهم ووحدتهم، كما نجد أنه عامل هام في بناء الأخلاق الكريمة. وكلما كانت الرغبة في ممارسة الرياضة قوية عند الشباب فاحتمال ظهور الجريمة في المجتمعات ينقص لأن انشغال الأطفال والشباب المراهقين في الملاعب يحول دون اشتراكهم أو تفكيرهم في الجريمة، فالمرهق مثلا الذي يجد في الرياضة مجالا لإشباع حاجاته الطبيعية لا يحتاج إلى أشياء وطرق مكبوتة التعبير عنها. (خطاب ، 1965ص19)

خلاصة:

من خلا ما تم سرده في فصلنا نجد أن الطفل يمر بفترات مهمة في حياته وخاصة فترة الناشئين أو فترة المراهقة المبكرة إن صح القول, وهي فترة ينتقل فيها الفرد من الطفولة إلى ما قبل البلوغ وهي فترة يصعب عليه التكيف معها بالاعتماد على نفسه فقط. حيث تمتاز هذه الفترة بخصائص النمو المختلفة ومنها الجسدي والعقلي والاجتماعي والنفسي، كما تتكون لديه عادات وميول ويقوم باكتساب القيم الخاصة بالمجتمع الذي يعيش فيه.

ولأنها فترة حرجة في حياة الطفل الناشئ لما يواجهه من مشكلات في حياته وجب عليه أن يعمل على التقليل منها وتلبية حاجياته المختلفة، ولعل أهم ما يساعد الطفل الناشئ على هذا العمل هو النشاط الرياضي بمختلف أنواعه لما له من أهمية في هذا المجال.



الباب الثاني
الدراسة الميدانية



الفصل الأول: الإجراءات الميدانية

تمهيد

- 1- منهج البحث
- 2- مجتمع البحث
- 3- عينة البحث
- 4- متغيرات البحث
- 5- مجالات البحث
- 6- أدوات البحث
- 7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث
- 8- صدق وثبات الاختبار

خلاصة

تمهيد:

قمنا في هذا الفصل بالتعرض إلى الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، بذكر مختلف المفاهيم المتعلقة بالمفاهيم الرئيسية للبحث، ضبط المتغيرات واختيار العينة التي أجري عليها البحث، مع عرض لأدوات البحث ومختلف الإجراءات الميدانية المتبعة.

1- منهج البحث:

يعتبر المنهج المستخدم في البحث العمود الفقري لكل دراسة ولا سيما في الميادين الاجتماعية والنفسية ، فهو يكسب البحث طابعه العلمي فنتائج وصحة البحث تقوم أساسا على نوعية المنهج المستعمل، صحة وسلامة الطريقة المستخدمة في الوصول إلى النتائج المرجوة وهذا ما ذهب إليه تركي محمد بقوله: "الحقيقة العلمية هي التي تضيء على البحث أو الدراسة الطابع الجدي كما تؤثر أيضا في محتوى ونتائج البحث." (تركي، 1984، ص 131)

استعملنا في دراستنا الحالية المنهج الوصفي، وهذا لملائمته لطبيعة موضوع الدراسة ونوع المشكل المطروح، والمنهج الوصفي هو ذلك النوع من أساليب البحث الذي يمكن بواسطته معرفة ما إذا كانت ثمة علاقة بين متغيرين أو أكثر معرفة درجة تلك العلاقة.

2- مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث في 950 طفل ناشئ (13-15) سنة من دائرة عشعاشة ولاية مستغانم.

3- عينة البحث:

تم دراسة حالة عدد 100 ناشئ ذكور تم اختيارهم بطريقة عشوائية. إذ شملت 50 طفل ممارس للنشاط الرياضي الترويحي، بينما نجد أنه هنالك 50 طفل غير ممارس للنشاط الرياضي الترويحي.

شكل رقم (01): توزيع أفراد العينة حسب الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي



المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج EXCEL

جدول رقم (01): توزيع أفراد العينة حسب الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي

النسبة	التكرار	الإجابة
50%	50	الممارسين
50%	50	غير الممارسين
100%	100	المجموع

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

4- متغيرات البحث:

4-1- المتغير المستقل: هو الذي يؤدي في وضعيته إلى إحداث تغيير وذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة بها، ويتمثل المتغير المستقل في بحثنا هذا في النشاط الرياضي الترويحي.

4-2- المتغير التابع: هو الذي يوضح النتائج أو الجواب الذي يحدد الظاهرة التي نريد دراستها، وهو المهارات الاجتماعية.

5- مجالات البحث:

5-1- المجال البشري: أجريت الدراسة على عدد من الأطفال الناشئين 13-15 سنة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي.

5-2- المجال المكاني: أجريت الدراسة على مستوى دائرة عشعاشة ولاية مستغانم.

5-2- المجال الزمني: هو الوقت المخصص لإجراء هذه الدراسة وامتدت من شهر نوفمبر إلى شهر ماي، حيث شملت الدراسة النظرية توازيا مع الدراسة التطبيقية. حيث تم توزيع الاستمارات على عينة البحث واسترجاعها، تلتها مرحلة تحليل النتائج المتحصل عليها باستعمال الطرق الإحصائية المختلفة.

6- أدوات البحث:

لغرض تحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على مقياس: المهارات الاجتماعية لمتسن وزملائه (1980) المعرب والمعدل من طرف محمد السيد عبد الرحمن، حيث تم تصنيف بنود المقياس إلى مقاييس فرعية تشير إلى أربعة أنواع من المهارات الاجتماعية وهي: المبادأة بالتفاعل، التعبير عن المشاعر السلبية، الضبط الاجتماعي الانفعالي والتعبير عن المشاعر الايجابية، وبذلك أصبح المقياس مكونا من (57) فقرة في صورته النهائية.

6-1- أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية:

- ❖ مهارة المبادأة بالتفاعل: وهي قدرة الفرد على بدأ التعامل من جانبه مع الأفراد الآخرين لفظيا أو سلوكيا.
 - ❖ مهارة التعبير عن المشاعر السلبية: هي قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره لفظيا أو سلوكيا كاستجابة لأنشطة وممارسات الأفراد الآخرين التي لا تعجبه.
 - ❖ مهارة الضبط الانفعالي: هي قدرة الفرد على التروي وضبط انفعالاته في مواقف التفاعل مع الآخرين.
 - ❖ مهارة التعبير عن المشاعر الإيجابية: قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة.
- وقمنا بتقسيم الاستبيان كالتالي:

- ✓ القسم الأول: الخاص بالبيانات الشخصية والمعلومة التي أردنا معرفتها هنا هي هل الفرد ممارس للنشاط الرياضي الترويحي أم لا.
- ✓ القسم الثاني: تم تخصيصه لأبعاد متغير المهارات الاجتماعية حيث تم تقسيمه إلى أربعة محاور:

المحور الأول: مهارة المبادأة بالتفاعل وتضمن 13 عبارة.

المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي وتضمن 11 عبارة.

المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية وتضمن 12 عبارة.

المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية وتضمن 21 عبارة.

وقد ارتبطت عبارات الاستبيان بمقياس سلم ليكرت الثلاثي والذي يعبر من خلاله أفراد العينة عن مدى موافقتهم (اتجاه ورأي ايجابي لأفراد العينة) أو عدم موافقتهم (اتجاه ورأي سلبي لأفراد العينة) لكل عبارة من عبارات الاستبيان ضمن خمس درجات كما يلي:

جدول رقم (02): درجات مقياس ليكرت الثلاثي

نادرا	أحيانا	دائما
1	2	3

7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث: لتحديد مستويات الموافقة استخدمنا:

7-1- المتوسط الحسابي: بغية التعرف على متوسط إجابات المبحوثين حول عبارات المقياس ومقارنتها.

7-2- الانحراف المعياري: ويوضح التشتت في استجابات أفراد الدراسة فكلما اقتربت قيمته من الصفر فهذا يعني تركيز الإجابات حول درجة المتوسط الحسابي وعدم تشتتها.

7-3- المدى: لتحديد طول الفئة = (أعلى درجة (دائما) - أدنى درجة (نادرا)) // عدد المستويات، وهذا لتحديد اتجاههم نحو كل عبارة هل تنطبق عليهم العبارة بدرجة: عالية، متوسطة، منخفضة.

7-4- تحديد طول الفئة: باستخدام المدى حيث: $0.66 = 3/(1-3)$ حيث نحصل على مجالات كما يلي:

جدول رقم (03): مجالات مقياس ليكرت الثلاثي

درجة الموافقة	مقياس ليكرت	مجال المتوسط الحسابي
درجة منخفضة	نادرا	من 01 إلى 1.66 درجة [1 - 1.66]
درجة متوسطة	أحيانا	من 1.67 إلى 2.33 درجة [2.33 - 1.67]
درجة عالية	دائما	من 2.34 إلى 3 درجة [3 - 2.34]

7-5- برنامج التحليل الإحصائي:

تم إخضاع البيانات إلى عملية التحليل الإحصائي باستخدام برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية **SPSS: Statistical Package for the Social Sciences (SPSS: V25)** وتم الاعتماد

على بعض الأساليب الإحصائية كما يلي:

8- صدق وثبات الاختبار:

8-1- صدق المحكمين (الصدق الظاهري): تم توزيع المقياس على مجموعة من المحكمين من أجل

الترشيح أو ما يعرف بالصدق الظاهري (صدق المحكمين) وهو: " الإشارة إلى مدى ملائمة المقياس

للغرض الذي وضع من اجله ظاهريا، ويقصد به المظهر العام للمقياس من حيث المفردات وصياغتها، ودقتها وموضوعيتها ومدى مناسبة الأداة للغرض الذي وضع لأجله ولعينة البحث " .

8-2- صدق الاتساق الداخلي: يعتبر صدق الاتساق الداخلي أحد مقاييس صدق أداة الدراسة إذ يوضح مدى ارتباط أبعاد المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، والجداول التالية توضح ذلك:
جدول رقم (04): يوضح صدق الاتساق الداخلي للعبارة بعد الدقة

المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	المحور الأول: مهارة المبادرة بالفاعل	المهارات الاجتماعية		
0,921**	0,977**	0,969**	0,903**	1	معامل الارتباط	المهارات الاجتماعية
0,000	0,000	0,000	0,000		مستوى الدلالة	
0,798**	0,820**	0,802**	1	0,903**	معامل الارتباط	المحور الأول: مهارة المبادرة بالفاعل
0,006	0,004	0,005		0,000	مستوى الدلالة	
0,853**	0,973**	1	0,802**	0,969**	معامل الارتباط	المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي
0,002	0,000		0,005	0,000	مستوى الدلالة	
0,867**	1	0,973**	0,820**	0,977**	معامل الارتباط	المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية
0,001		0,000	0,004	0,000	مستوى الدلالة	
1	0,867**	0,853**	0,798**	0,921**	معامل الارتباط	المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية
	0,001	0,002	0,006	0,000	مستوى الدلالة	
**دالة عند 0,01.						

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد معاملات الارتباط Pearson Corrélation بين كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية لإجمالي المقياس دالة إحصائياً، حيث أن قيمة SIG (مستوى الدلالة) اقل من مستوى دلالة 0.05، ومنه تعتبر أبعاد المهارات الاجتماعية صادقة لما وضعت لقياسه.

خلاصة:

تمحورت الدراسة الميدانية من خلال فصلها الأول على منهجية البحث وإجراءاته الميدانية، وتناولنا فيه منهج البحث الوصفي ومجتمع وعينة البحث الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي، تلتها ضبط المتغيرات وأدوات البحث وتم الاعتماد على مقياس المهارات الاجتماعية لمتسن وزملائه والمعدل من طرف محمد السيد عبد الرحمن بأبعاده الأربعة، بحيث تعتبر هذه الإجراءات ضرورية في كل دراسة من أجل التوصل إلى الإجابة عن الإشكالية العامة.



الفصل الثاني: عرض ومناقشة النتائج

- 1- عرض وتحليل النتائج
 - 2- مقارنة النتائج بالفرضيات
 - 2-1- مقارنة نتائج الفرضية الأولى
 - 2-2- مقارنة نتائج الفرضية الثانية
 - 2-3- مقارنة نتائج الفرضية العامة
 - 3- الاستنتاج العام
 - 4- التوصيات والاقتراحات
 - 5- الخاتمة
- 

1- عرض وتحليل النتائج:

1-1- تحليل محاور الاستبيان الموجه للممارسين للأنشطة الترويحية.

1-1-1- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الأول الموجه للأفراد الممارسين والمتعلق بـ: مهارة المبادأة بالتفاعل.

جدول رقم (05): نتائج تحليل إجابات الأفراد الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة المبادأة بالتفاعل.

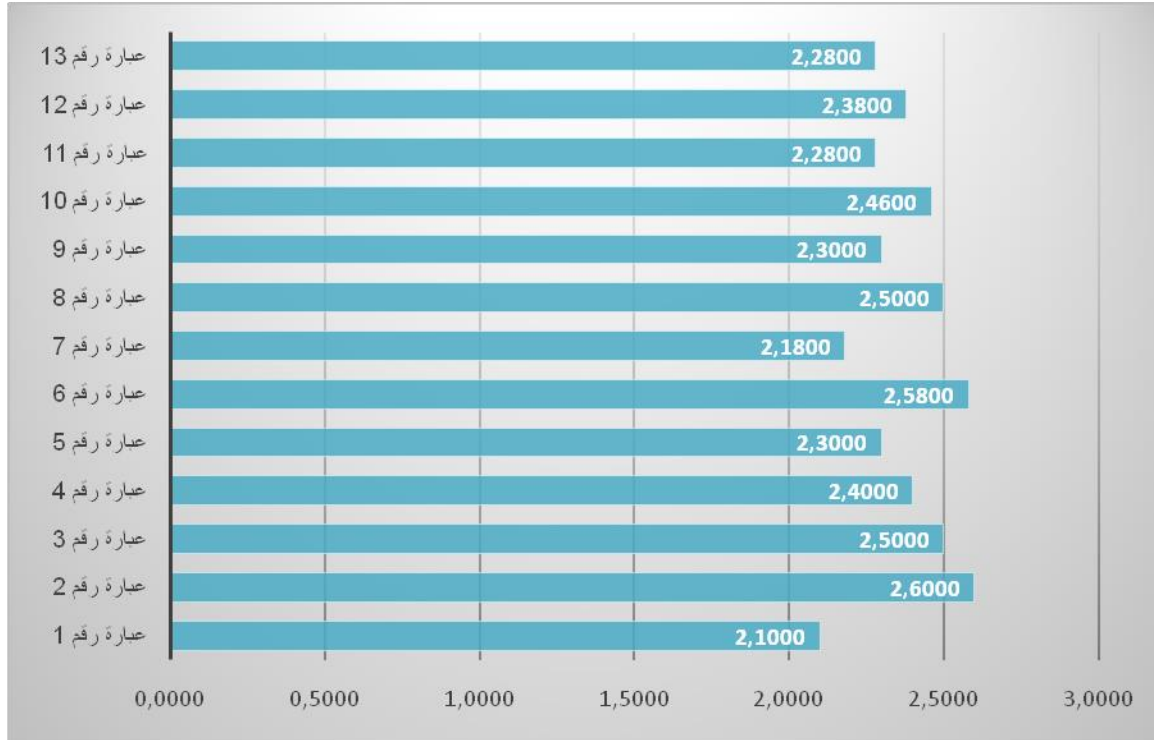
الدرجة	العبارة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة التقييم
01	أساعد الأصدقاء اللذين يتعرضون لضرر أو أذى	2,1000	0,70711	درجة متوسطة
02	أداعب الأصدقاء وأضحكهم عندما يكونوا منزعجين لأخفف عنهم	2,6000	0,49487	درجة عالية
03	أمدح الناس وأخبرهم بما فيهم من صفات طيبة	2,5000	0,67763	درجة عالية
04	عندما أرى شخص أعرفه أذهب إليه وأتحدث معه	2,4000	0,67006	درجة عالية
05	عندما يخدمني أو يساعديني أي شخص أقول له شكرا	2,3000	0,64681	درجة متوسطة
06	أستطيع بسهولة أن أكون علاقة مع الآخرين وأعتبرهم أصدقائي	2,5800	0,49857	درجة عالية
07	أدافع عن أصدقائي	2,1800	0,69076	درجة متوسطة
08	أعطي للآخرين مما معي	2,5000	0,50508	درجة عالية
09	أظهر مشاعري للآخرين (لما أكون منزعج من أي شخص أخبره بذلك)	2,3000	0,64681	درجة متوسطة
10	أعرض على الناس أن أساعدهم أو أقدم لهم خدمات	2,4600	0,54248	درجة عالية
11	أزور أصدقائي غالبا في منازلهم	2,2800	0,64015	درجة متوسطة
12	أرد الجميل لمن يساعديني أو يقدم لي معروف	2,3800	0,63535	درجة عالية
13	أسأل الآخرين عن أخبارهم وأحوالهم	2,2800	0,67128	درجة متوسطة
	مستوى مهارة المبادأة بالتفاعل حسب وجهة نظر أفراد العينة	2,3738	0,41896	درجة عالية

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد: المتوسط الحسابي الإجمالي لإجابات أفراد العينة على عبارات: مهارة المبادأة بالتفاعل: بلغ ($\bar{x}=2.37$) بانحراف معياري بلغ (0.41) وهذا الأخير أقل من الواحد مما يشير إلى تقارب آراء الأفراد وتمركزها حول قيمة المتوسط الحسابي العام للمحور الذي ضمن مجال (من 2.34 إلى 3 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة الممارسين للأنشطة الترويحية حول مستوى مهارة المبادأة بالتفاعل هي بدرجة عالية حسب وجهة نظرهم.

والشكل التالي يبين ترتيب عبارات مهارة المبادأة بالتفاعل للممارسين:

الشكل رقم (02): ترتيب عبارات مهارة المبادأة بالتفاعل للممارسين.



المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج EXCEL

1-1-2- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الثاني الموجه للأفراد الممارسين والمتعلق ب: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي.

جدول رقم (06): نتائج تحليل إجابات الأفراد الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي.

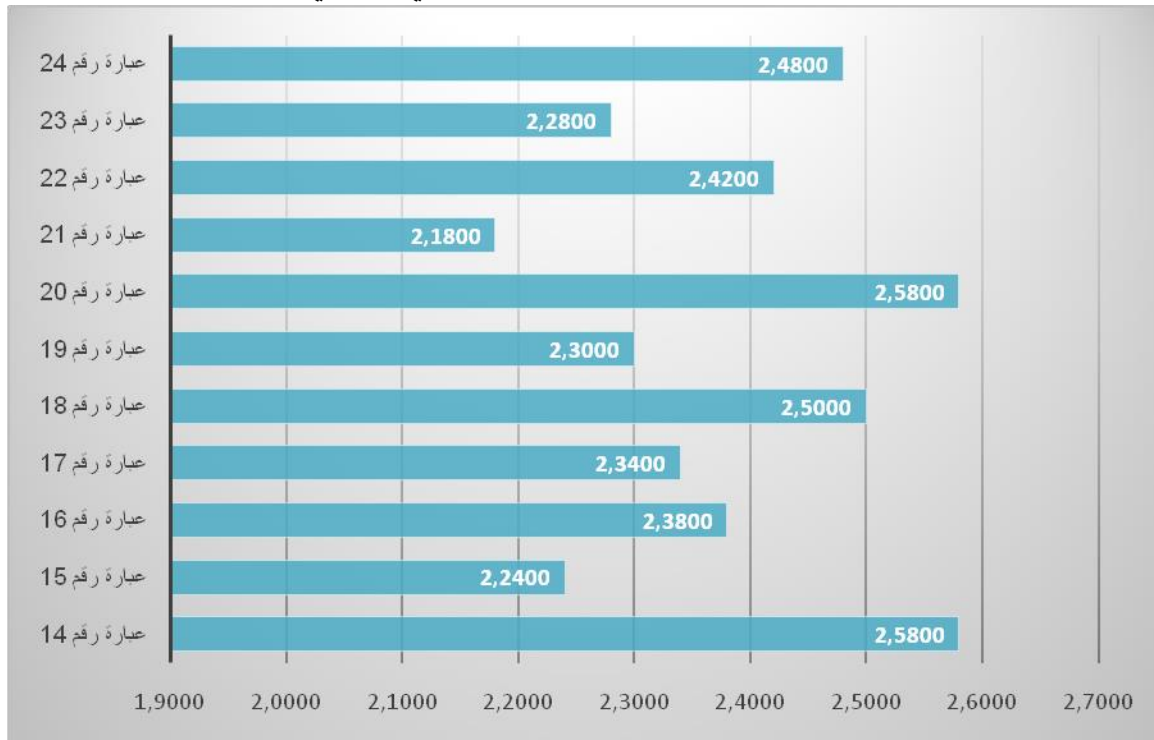
الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة التقييم
14	أغضب بسهولة	2,5800	0,49857	درجة عالية
15	أنا شخص مسيطر (أقول لأي شخص اعمل كذا ولا أقول بعد إنك اعمل كذا	2,2400	0,59109	درجة متوسطة
16	عادة أكون حزين وكثير الشكوى	2,3800	0,77807	درجة عالية
17	أتكلم وأقطع كلام الآخرين عندما يتكلمون	2,3400	0,65807	درجة عالية
18	أنفاخر وأتباهى كثيرا	2,5000	0,50508	درجة عالية
19	أظن أنني عارف كل حاجة	2,3000	0,61445	درجة متوسطة
20	أتصرف مع الناس بطريقة تجعلهم يشعرون أنني أحسن منهم	2,5800	0,49857	درجة عالية
21	أحاول أن أكون أحسن من أي شخص آخر	2,1800	0,56025	درجة متوسطة
22	أحب أن أكون القائد أو الزعيم في اللعب والعمل	2,4200	0,60911	درجة عالية
23	أبقى مع الآخرين لمدة طويلة حتى يملون مني	2,2800	0,67128	درجة متوسطة
24	أفسر الأشياء بأكثر مما تحتمل	2,4800	0,50467	درجة عالية
	مستوى مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي حسب وجهة نظر أفراد العينة	2,3858	0,43316	درجة عالية

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد: المتوسط الحسابي الإجمالي لإجابات أفراد العينة على عبارات: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي: بلغ ($\bar{x}=2.38$) بانحراف معياري بلغ (0.43) وهذا الأخير أقل من الواحد مما يشير إلى تقارب آراء الأفراد وتمركزها حول قيمة المتوسط الحسابي العام للمحور الذي ضمن مجال (من 2.34 إلى 3 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة الممارسين للأنشطة الترويحية حول مستوى مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي هي بدرجة عالية حسب وجهة نظرهم.

والشكل التالي يبين ترتيب عبارات مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي للممارسين:

الشكل رقم (03): ترتيب عبارات مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي للممارسين.



المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج EXCEL

3-1-1- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الثالث الموجه للأفراد الممارسين والمتعلق ب: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية.

جدول رقم (07): نتائج تحليل إجابات الأفراد الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية.

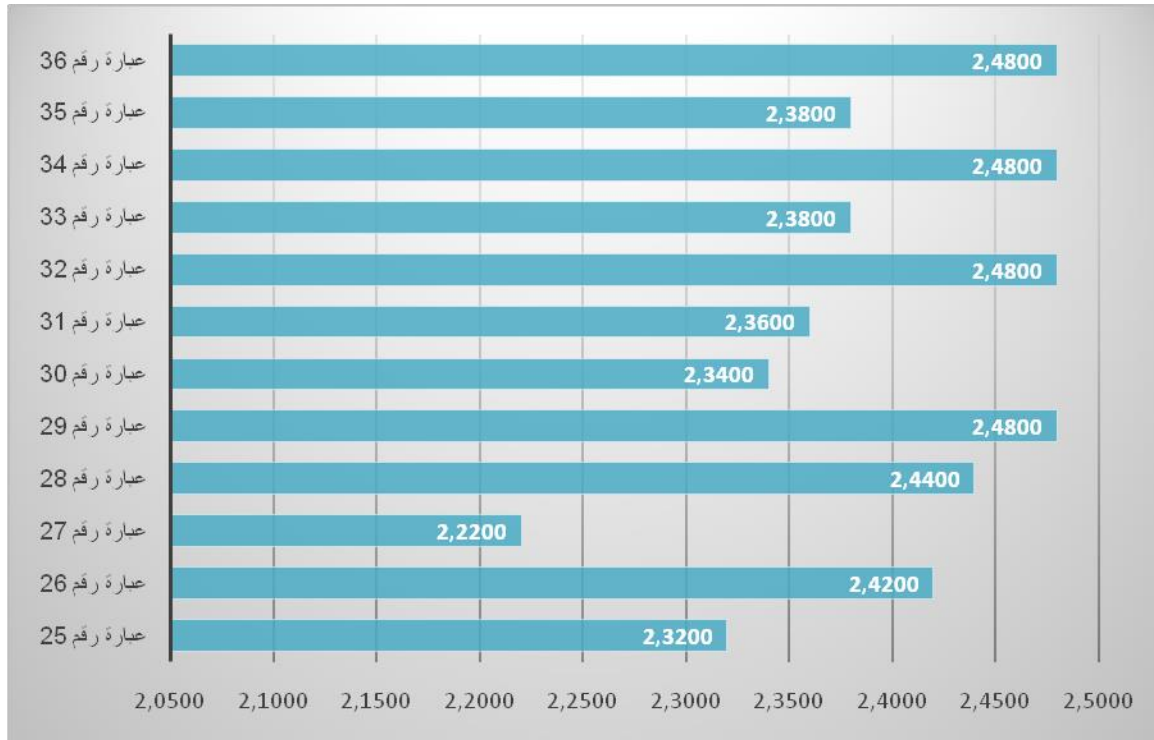
رقم	العبارة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة التقييم
25	أنظر الى الناس وأنا أتحدث إليهم	2,3200	0,65278	درجة عالية
26	لي أصدقاء كثيرين	2,4200	0,60911	درجة عالية
27	أشعر بالسعادة عندما يفعل أي شخص عمل جيد	2,2200	0,64807	درجة متوسطة
28	أحافظ على أسرار الآخرين	2,4400	0,61146	درجة عالية
29	أنظر إلى الناس عندما يتكلمون معي	2,4800	0,64650	درجة عالية
30	أحافظ على حاجات الآخرين كما لو كانت حاجاتي أنا	2,3400	0,62629	درجة عالية
31	أنادي على الناس بالأسماء التي يحبونها	2,3600	0,69282	درجة عالية
32	أشعر بالرضا والسعادة عندما أساعد شخص آخر	2,4800	0,50467	درجة عالية
33	عندما أتكلم مع الآخرين فإنني لا أخرج عن موضوع الكلام	2,3800	0,66670	درجة عالية
34	أشعر بالأسف والندم عندما أذي أي شخص	2,4800	0,50467	درجة عالية
35	أشترك في الألعاب مع الأطفال والآخرين	2,3800	0,66670	درجة عالية
36	أضحك لما يقوله الآخرين من نكت أو قصص جميلة	2,4800	0,50467	درجة عالية
	مستوى مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية حسب وجهة نظر أفراد العينة	2,3980	0,45924	درجة عالية

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد: المتوسط الحسابي الإجمالي لإجابات أفراد العينة على عبارات: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية بلغ ($\bar{x}=2.39$) بانحراف معياري بلغ (0.45) وهذا الأخير أقل من الواحد مما يشير إلى تقارب آراء الأفراد وتمركزها حول قيمة المتوسط الحسابي العام للمحور الذي ضمن مجال (من 2.34 إلى 3 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة الممارسين للأنشطة الترويحية حول مستوى مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية هي بدرجة عالية حسب وجهة نظرهم.

والشكل التالي يبين ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية للممارسين:

الشكل رقم (04): ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية للممارسين.



المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج EXCEL

1-1-4- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الرابع الموجه للأفراد الممارسين والمتعلق بـ: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية.

جدول رقم (08): نتائج تحليل إجابات الأفراد الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية.

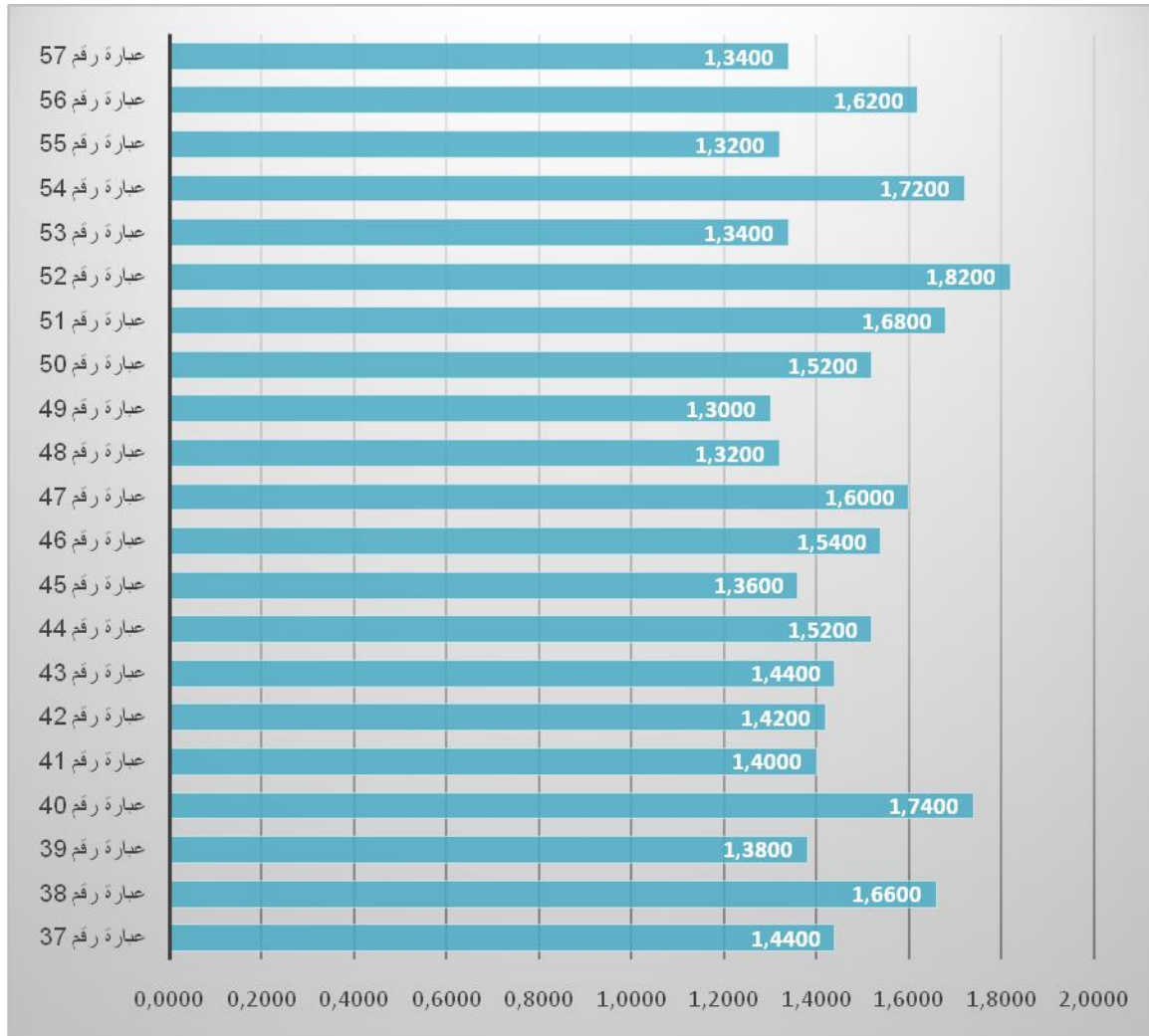
رقم	العبارة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة التقييم
37	أهدد الناس وأتصرف معهم بوحشية	1,4400	0,57711	درجة منخفضة
38	أخذ أو أستخدم حاجات الآخرين دون أن أستاذن منهم	1,6600	0,62629	درجة منخفضة
39	أعتدي على الآخرين وأسبهم (أشتمهم) عندما أغضب منهم	1,3800	0,63535	درجة منخفضة
40	أنظر للأولاد الآخرين نظرة احتقار وكراهية	1,7400	0,80331	درجة متوسطة
41	أشعر بالغضب والغيرة عندما يفعل أي شخص عمل جيد	1,4000	0,53452	درجة منخفضة
42	أعابير الأطفال الآخرين بعيوبهم وأخطائهم	1,4200	0,53795	درجة منخفضة
43	أكذب لكي أحصل على ما أريد	1,4400	0,50143	درجة منخفضة
44	أضايق الناس لكي أجعلهم يغضبون	1,5200	0,61412	درجة منخفضة
45	أحب أن أكون وحيدا	1,3600	0,56279	درجة منخفضة
46	أخاف أن أتكلم مع الناس	1,5400	0,57888	درجة منخفضة
47	أذي مشاعر الناس وأحاول أن أجعلهم منزعجين	1,6000	0,57143	درجة منخفضة
48	أقول نكت وأضحك على الآخرين	1,3200	0,55107	درجة منخفضة
49	أظن دائما أن الناس يضايقونني حتى وإن لم يفعلوا ذلك	1,3000	0,50508	درجة منخفضة
50	أصدر أصوات قد تضايق الآخرين	1,5200	0,54361	درجة منخفضة
51	أتكلم بصوت مرتفع جدا	1,6800	0,65278	درجة متوسطة
52	ألعب وحدي	1,8200	0,74751	درجة متوسطة
53	أشعر بالوحدة (أنني وحيد)	1,3400	0,55733	درجة منخفضة
54	أشترك في المشاجرات كثيرا	1,7200	0,78350	درجة متوسطة
55	أغير من (أحقد على) الناس الآخرين	1,3200	0,51270	درجة منخفضة
56	أهم شيء عندي أن أكسب أو أفوز على الآخرين	1,6200	0,69664	درجة منخفضة
57	أذي الآخرين وأضايقهم عندما أريد توجيههم أو نقدهم	1,3400	0,51942	درجة منخفضة
	مستوى مهارة التعبير عن المشاعر السلبية حسب وجهة نظر أفراد العينة	1,4998	0,32624	درجة منخفضة

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد: المتوسط الحسابي الإجمالي لإجابات أفراد العينة على عبارات: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية بلغ ($\bar{x}=1.49$) بانحراف معياري بلغ (0.32) وهذا الأخير أقل من الواحد مما يشير إلى تقارب آراء الأفراد وتمركزها حول قيمة المتوسط الحسابي العام للمحور الذي ضمن مجال (من 01 إلى 1.66 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة الممارسين للأنشطة الترويحية حول مستوى مهارة التعبير عن المشاعر السلبية هي بدرجة منخفضة حسب وجهة نظرهم.

والشكل التالي يبين ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر السلبية للممارسين:

الشكل رقم (05): ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر السلبية للممارسين.



المصدر: من إعداد الطالبين بالاعتماد على برنامج EXCEL

1-2-2- تحليل محاور الاستبيان الموجه لغير الممارسين للأنشطة الترويحية:

1-2-1- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الأول من الاستبيان الموجه للأفراد غير الممارسين والمتعلق بـ: مهارة المبادأة بالتفاعل.

جدول رقم (09): نتائج تحليل إجابات الأفراد غير الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة المبادأة بالتفاعل.

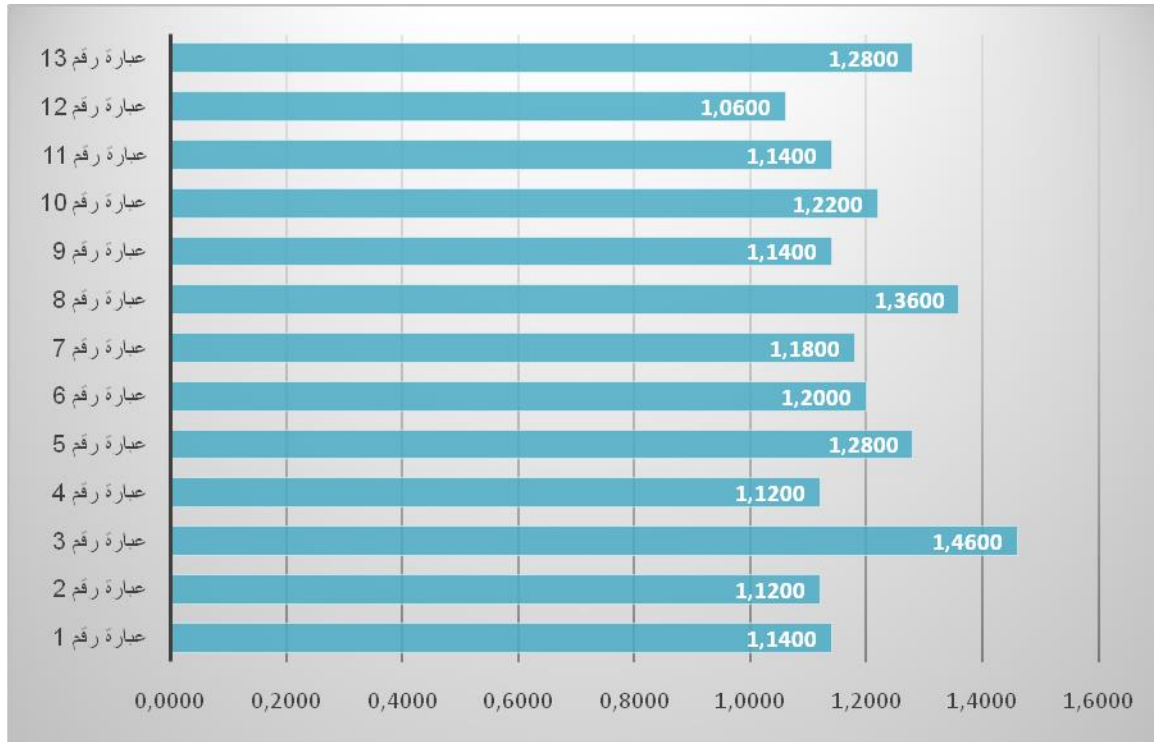
رقم	العبارة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة التقييم
01	أساعد الأصدقاء اللذين يتعرضون لضرر أو أذى	1,1400	0,35051	درجة منخفضة
02	أداعب الأصدقاء وأضحكهم عندما يكونوا منزعجين لأخفف عنهم	1,1200	0,32826	درجة منخفضة
03	أمدح الناس وأخبرهم بما فيهم من صفات طيبة	1,4600	0,57888	درجة منخفضة
04	عندما أرى شخص أعرفه أذهب إليه وأتحدث معه	1,1200	0,47980	درجة منخفضة
05	عندما يخدمني أو يساعدني أي شخص أقول له شكرا	1,2800	0,60744	درجة منخفضة
06	أستطيع بسهولة أن أكون علاقة مع الآخرين وأعتبرهم أصدقائي	1,2000	0,40406	درجة منخفضة
07	أدافع عن أصدقائي	1,1800	0,52255	درجة منخفضة
08	أعطي للآخرين مما معي	1,3600	0,52528	درجة منخفضة
09	أظهر مشاعري للآخرين (لما أكون منزعج من أي شخص أخبره بذلك)	1,1400	0,35051	درجة منخفضة
10	أعرض على الناس أن أساعدهم أو أقدم لهم خدمات	1,2200	0,41845	درجة منخفضة
11	أزور أصدقائي غالبا في منازلهم	1,1400	0,35051	درجة منخفضة
12	أرد الجميل لمن يساعدني أو يقدم لي معروف	1,0600	0,23990	درجة منخفضة
13	أسأل الآخرين عن أخبارهم وأحوالهم	1,2800	0,45356	درجة منخفضة
	مستوى مهارة المبادأة بالتفاعل حسب وجهة نظر أفراد العينة	1,2076	0,19723	درجة منخفضة

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد: المتوسط الحسابي الإجمالي لإجابات أفراد العينة على عبارات: مهارة المبادأة بالتفاعل بلغ ($\bar{x}=1.20$) بانحراف معياري بلغ (0.19) وهذا الأخير أقل من الواحد مما يشير إلى تقارب آراء الأفراد وتمركزها حول قيمة المتوسط الحسابي العام للمحور الذي ضمن مجال (من 01 إلى 1.66 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة غير الممارسين للأنشطة الترويحية حول مستوى مهارة المبادأة بالتفاعل هي بدرجة منخفضة حسب وجهة نظرهم.

والشكل التالي يبين ترتيب عبارات مهارة المبادأة بالتفاعل لغير الممارسين:

الشكل رقم (06): ترتيب عبارات مهارة المبادأة بالتفاعل لغير الممارسين.



المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج EXCEL

1-2-2- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الثاني الموجه للأفراد غير الممارسين والمتعلق ب: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي.

جدول رقم (10): نتائج تحليل إجابات الأفراد غير الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي.

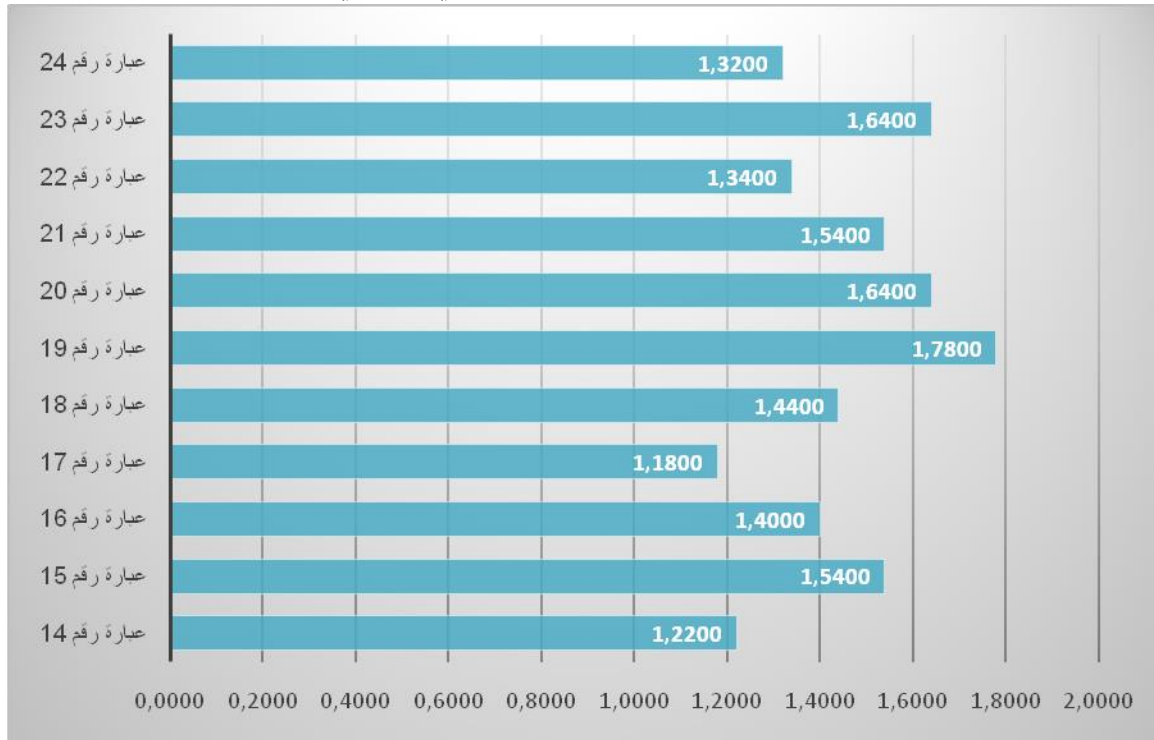
رقم	العبارة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة التقييم
14	أغضب بسهولة	1,2200	0,41845	درجة منخفضة
15	أنا شخص مسيطر (أقول لأي شخص اعلم كذا ولا أقول بعد إذناك اعلم كذا	1,5400	0,78792	درجة منخفضة
16	عادة أكون حزين وكثير الشكوى	1,4000	0,80812	درجة منخفضة
17	أتكلم وأقطع كلام الآخرين عندما يتكلمون	1,1800	0,56025	درجة منخفضة
18	أتفاخر وأتباهى كثيرا	1,4400	0,61146	درجة منخفضة
19	أظن أنني عارف كل حاجة	1,7800	0,64807	درجة منخفضة
20	أصرف مع الناس بطريقة تجعلهم يشعرون أنني أحسن منهم	1,6400	0,94242	درجة منخفضة
21	أحاول أن أكون أحسن من أي شخص آخر	1,5400	0,54248	درجة منخفضة
22	أحب أن أكون القائد أو الزعيم في اللعب والعمل	1,3400	0,47852	درجة منخفضة
23	أبقى مع الآخرين لمدة طويلة حتى يملون مني	1,6400	0,94242	درجة منخفضة
24	أفسر الأشياء بأكثر مما تحتمل	1,3200	0,68333	درجة منخفضة
	مستوى مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي حسب وجهة نظر أفراد العينة	1,4576	0,23556	درجة منخفضة

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد: المتوسط الحسابي الإجمالي لإجابات أفراد العينة على عبارات: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي بلغ ($\bar{x}=1.45$) بانحراف معياري بلغ (0.23) وهذا الأخير أقل من الواحد مما يشير إلى تقارب آراء الأفراد وتمركزها حول قيمة المتوسط الحسابي العام للمحور الذي ضمن مجال (من 01 إلى 1.66 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة غير الممارسين للأنشطة الترويحية حول مستوى مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي هي بدرجة منخفضة حسب وجهة نظرهم.

والشكل التالي يبين ترتيب عبارات مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي لغير الممارسين:

الشكل رقم (07): ترتيب عبارات مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي لغير الممارسين.



المصدر: من إعداد الطالبين بالاعتماد على برنامج EXCEL

1-2-3- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الثالث الموجه للأفراد غير الممارسين والمتعلق ب: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية.

جدول رقم (11): نتائج تحليل إجابات الأفراد غير الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية

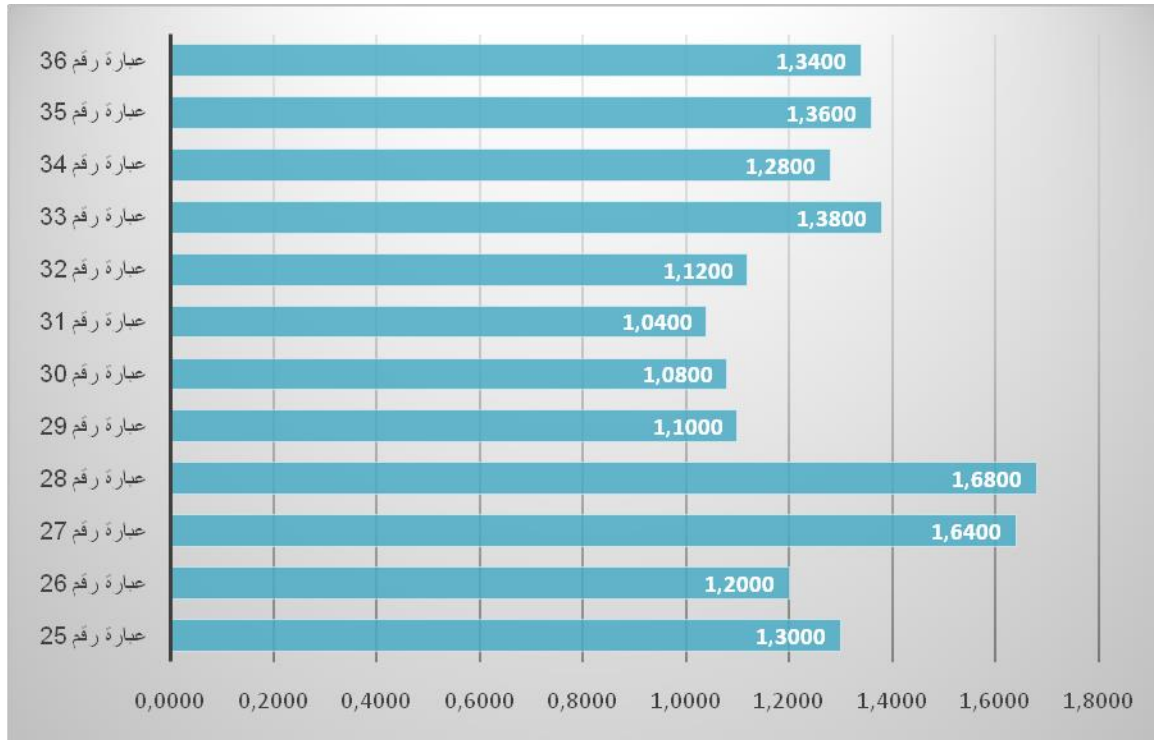
رقم	العبارة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة التقييم
25	أنظر الى الناس وأنا أتحدث إليهم	1,3000	0,54398	درجة منخفضة
26	لي أصدقاء كثيرين	1,2000	0,49487	درجة منخفضة
27	أشعر بالسعادة عندما يفعل أي شخص عمل جيد	1,6400	0,94242	درجة عالية
28	أحافظ على أسرار الآخرين	1,6800	0,95704	درجة عالية
29	أنظر إلى الناس عندما يتكلمون معي	1,1000	0,36422	درجة منخفضة
30	أحافظ على حاجات الآخرين كما لو كانت حاجاتي أنا	1,0800	0,27405	درجة منخفضة
31	أنادي على الناس بالأسماء التي يحبونها	1,0400	0,19795	درجة منخفضة
32	أشعر بالرضا والسعادة عندما أساعد شخص آخر	1,1200	0,47980	درجة منخفضة
33	عندما أتكلم مع الآخرين فإنني لا أخرج عن موضوع الكلام	1,3800	0,53031	درجة منخفضة
34	أشعر بالأسف والندم عندما أذي أي شخص	1,2800	0,64015	درجة منخفضة
35	أشترك في الألعاب مع الأطفال والآخرين	1,3600	0,72168	درجة منخفضة
36	أضحك لما يقوله الآخرين من نكت أو قصص جميلة	1,3400	0,47852	درجة منخفضة
	مستوى مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية حسب وجهة نظر أفراد العينة	1,2936	0,18166	درجة منخفضة

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد: المتوسط الحسابي الإجمالي لإجابات أفراد العينة على عبارات: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية بلغ ($\bar{x}=1.39$) بانحراف معياري بلغ (0.18) وهذا الأخير أقل من الواحد مما يشير إلى تقارب آراء الأفراد وتمركزها حول قيمة المتوسط الحسابي العام للمحور الذي ضمن مجال (من 01 إلى 1.66 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة غير الممارسين للأنشطة الترويحية حول مستوى مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية هي بدرجة منخفضة حسب وجهة نظرهم.

والشكل التالي يبين ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية لغير الممارسين:

الشكل رقم (08): ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية لغير الممارسين.



المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج EXCEL

1-2-4- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الرابع الموجه للأفراد غير الممارسين والمتعلق ب: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية.

جدول رقم (12): نتائج تحليل إجابات الأفراد غير الممارسين على العبارات المتعلقة بمحور: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية

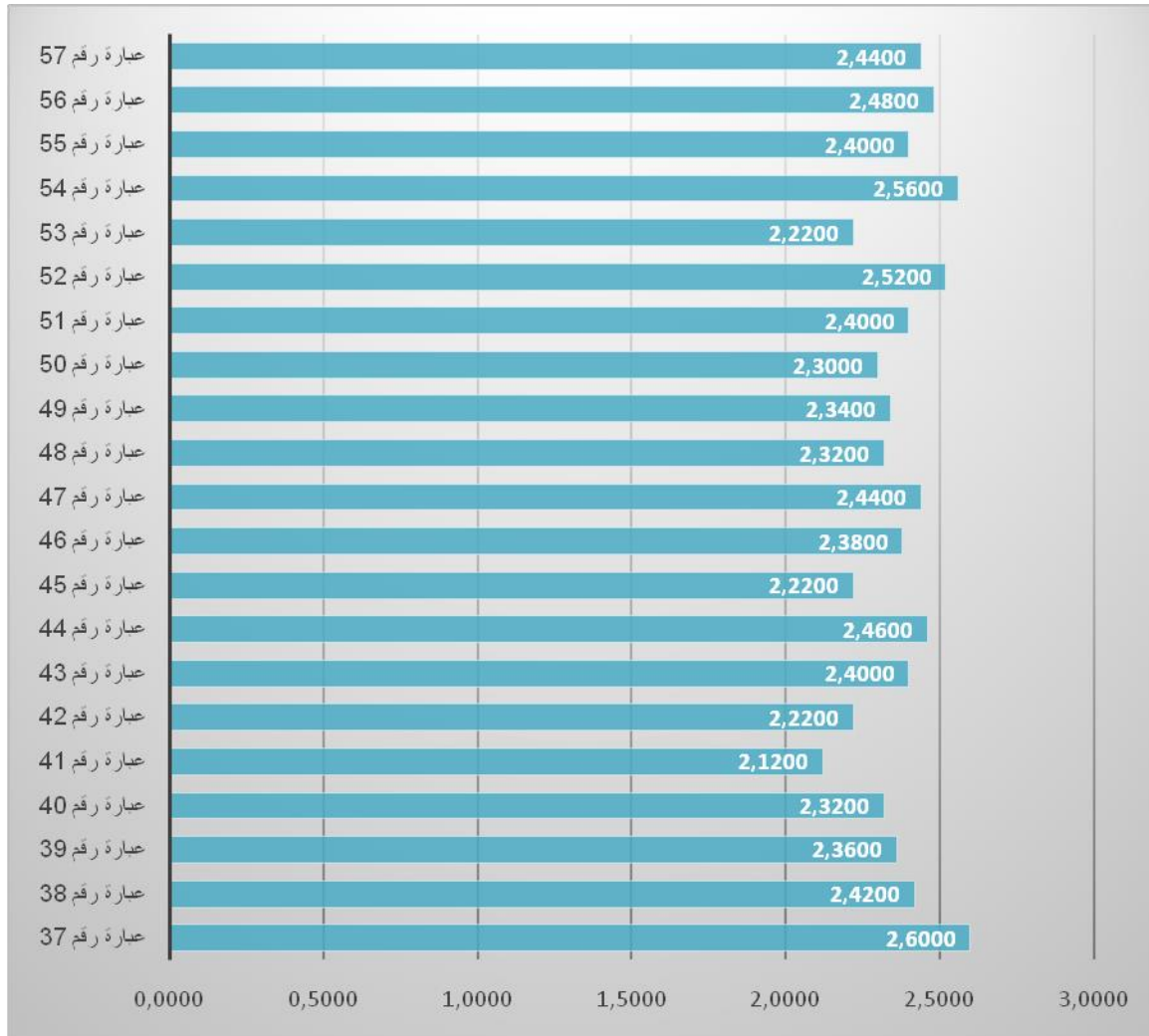
رقم	العبارة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة التقييم
37	أهدد الناس وأتصرف معهم بوحشية	2,6000	0,49487	درجة عالية
38	أخذ أو أستخدم حاجات الآخرين دون أن أستأذن منهم	2,4200	0,49857	درجة عالية
39	أعتدي على الآخرين وأسبهم (أشتمهم) عندما أغضب منهم	2,3600	0,48487	درجة عالية
40	أنظر للأولاد الآخرين نظرة احتقار وكراهية	2,3200	0,47121	درجة متوسطة
41	أشعر بالغضب والغيرة عندما يفعل أي شخص عمل جيد	2,1200	0,32826	درجة متوسطة
42	أعابير الأطفال الآخرين بعيوبهم وأخطائهم	2,2200	0,41845	درجة متوسطة
43	أكذب لكي أحصل على ما أريد	2,4000	0,49487	درجة عالية
44	أضايق الناس لكي أجعلهم يغضبون	2,4600	0,50346	درجة عالية
45	أحب أن أكون وحيدا	2,2200	0,41845	درجة متوسطة
46	أخاف أن أتكلم مع الناس	2,3800	0,49031	درجة عالية
47	أذي مشاعر الناس وأحاول أن أجعلهم منزعجين	2,4400	0,50143	درجة عالية
48	أقول نكت وأضحك على الآخرين	2,3200	0,47121	درجة متوسطة
49	أظن دائما أن الناس يضايقونني حتى وإن لم يفعلوا ذلك	2,3400	0,47852	درجة عالية
50	أصدر أصوات قد تضايق الآخرين	2,3000	0,46291	درجة متوسطة
51	أتكلم بصوت مرتفع جدا	2,4000	0,49487	درجة عالية
52	ألعب وحدي	2,5200	0,50467	درجة عالية
53	أشعر بالوحدة (أنني وحيد)	2,2200	0,41845	درجة متوسطة
54	أشترك في المشاجرات كثيرا	2,5600	0,50143	درجة عالية
55	أغبر من (أحقد على) الناس الآخرين	2,4000	0,53452	درجة عالية
56	أهم شيء عندي أن أكسب أو أفوز على الآخرين	2,4800	0,50467	درجة عالية
57	أذي الآخرين وأضايقهم عندما أريد توجيههم أو نقدهم	2,4400	0,50143	درجة عالية
	مستوى مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية حسب وجهة نظر أفراد العينة	2,3774	0,12591	درجة عالية

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد: المتوسط الحسابي الإجمالي لإجابات أفراد العينة على عبارات: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية بلغ ($\bar{x}=2.37$) بانحراف معياري بلغ (0.12) وهذا الأخير أقل من الواحد مما يشير إلى تقارب آراء الأفراد وتمركزها حول قيمة المتوسط الحسابي العام للمحور الذي ضمن مجال (من 2.34 إلى 3 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة غير الممارسين للأنشطة الترويحية حول مستوى مهارة التعبير عن المشاعر السلبية هي بدرجة عالية حسب وجهة نظرهم.

والشكل التالي يبين ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر السلبية لغير الممارسين:

الشكل رقم (09): ترتيب عبارات مهارة التعبير عن المشاعر السلبية لغير الممارسين.



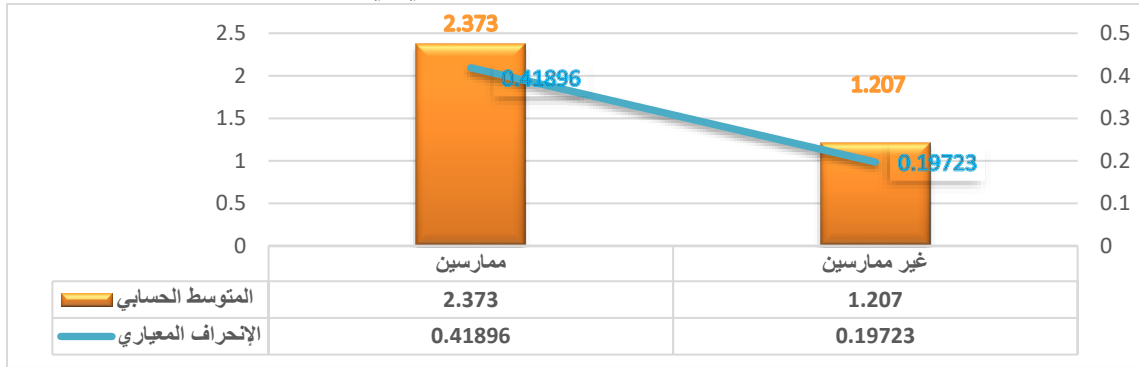
المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج EXCEL

3-1- عرض النتائج:

الجدول رقم (13): يوضح نتائج مهارة المبادأة بالتفاعل.

الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
ممارسين	50	2,373	0,41896	17.80	0.000
غير ممارسين	50	1,207	0,19723		

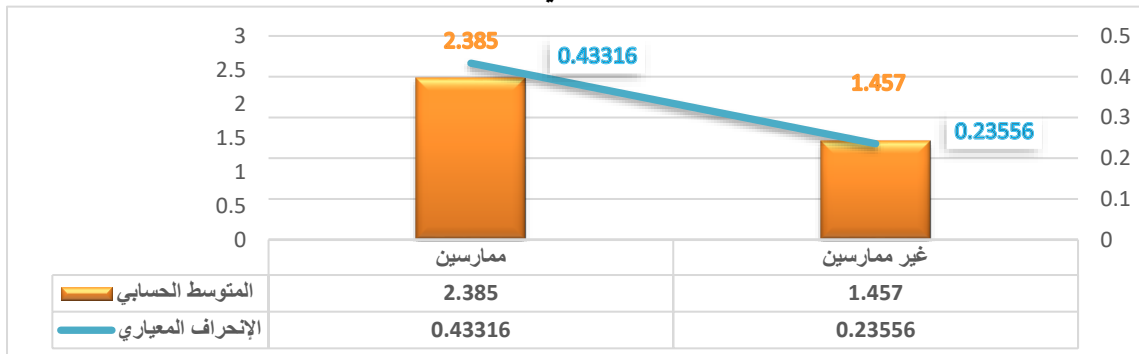
الشكل رقم (10) الفرق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي في مستوى مهارة المبادأة بالتفاعل.



الجدول رقم (14): يوضح نتائج مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي.

الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
ممارسين	50	2,385	0,43316	13.311	0.000
غير ممارسين	50	1,457	0,23556		

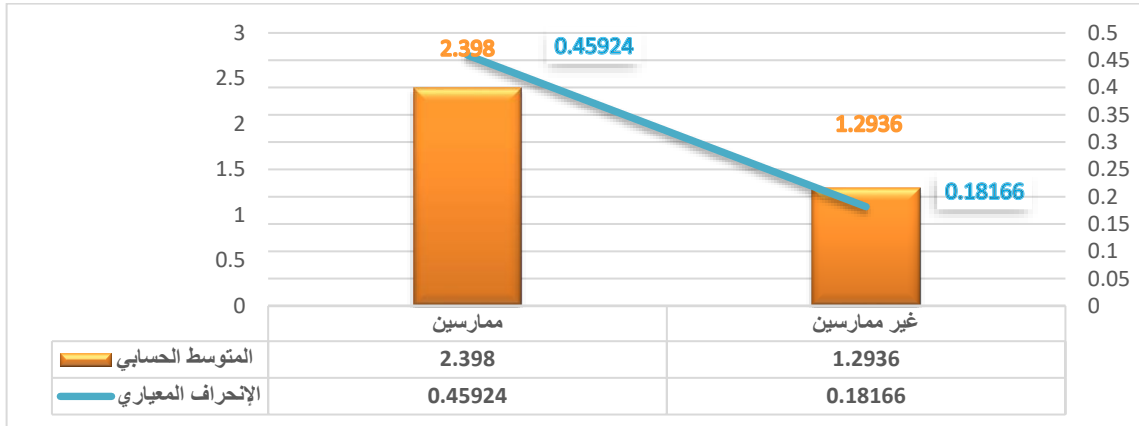
الشكل رقم (11) الفرق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي في مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي.



الجدول رقم (15): يوضح نتائج مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية

الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
ممارسين	50	2,398	0,45924	15.813	0.000
غير ممارسين	50	1,2936	0,18166		

الشكل رقم (12) الفرق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي في مستوى مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية.

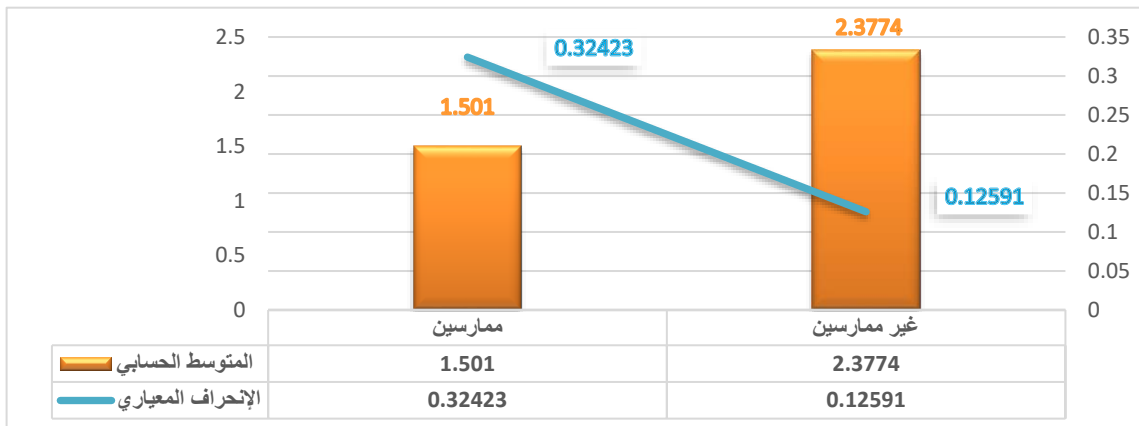


الجدول رقم (16): يوضح نتائج مهارة التعبير عن المشاعر السلبية.

الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
ممارسين	50	1,501	0,32423	-17.805	0.000
غير ممارسين	50	2,3774	0,12591		

المصدر: بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.V25

الشكل رقم (13) الفرق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي في مستوى مهارة التعبير عن المشاعر السلبية.

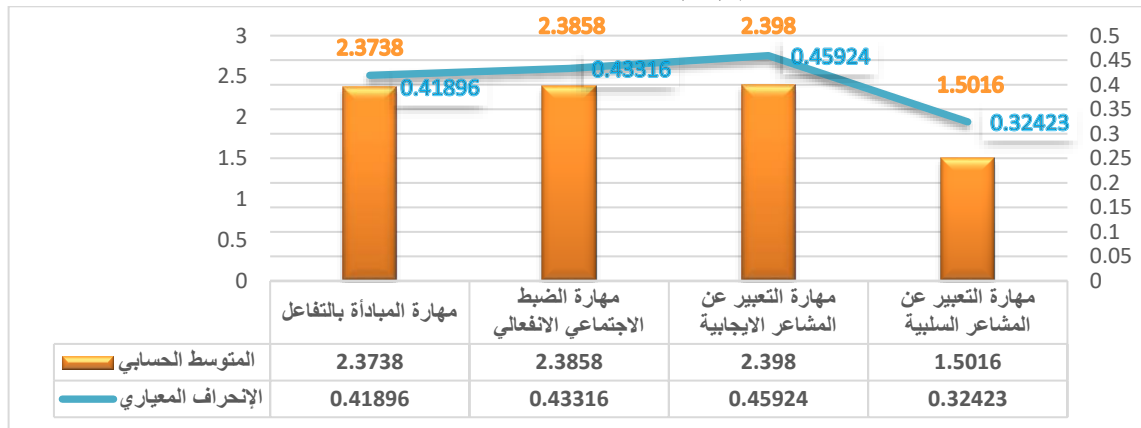


الجدول رقم (17): يوضح نتائج المهارات الاجتماعية.

مستوى الدلالة	قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	المهارات الاجتماعية
0.000	6,309	0,41896	2	2,3738	مهارة المبادأة بالتفاعل
0.000	6,298	0,43316		2,3858	مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي
0.000	6,128	0,45924		2,3980	مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية
0.000	-10,869	0,32423		1,5016	مهارة التعبير عن المشاعر السلبية

المصدر: بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.V25

الشكل رقم (14) ترتيب عبارات المهارات الاجتماعية.



المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على برنامج EXCEL

2- مناقشة النتائج بالفرضيات:**2-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى:**

تنص الفرضية الأولى على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في بعض المهارات الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي.

من خلال الجداول أرقام (13، 14، 15، 16، 17) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لفئة الممارسين قد كان أكبر من قيمة المتوسط لفئة غير الممارسين في مهارات المبادأة بالتفاعل والضبط الاجتماعي الانفعالي وكذا مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية، بينما كانت قيمة المتوسط الحسابي في مهارة التعبير عن المشاعر السلبية لغير الممارسين أكبر من قيمتها عند الممارسين، كما أن مستوى الدلالة الإحصائية لاختبار (T) قد كان دالاً إحصائياً في جميع المهارات حيث كانت مستوى الدلالة أقل من 0.05، ومنه يمكننا القول بأن: هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية المذكورة آنفاً بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي.

وهذا الفرق بين المجموعتين إن دل على شيء فإنما يدل على دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية للناشئين ومساعدتهم على التفاعل والتعبير عن المشاعر المختلفة. وقد أكد (مراحي منال وحمد نور، 2023) أن هناك فروق فردية بين الممارسين للأنشطة الترويحية وغير الممارسين لتلاميذ المرحلة المتوسطة وذلك لأنها تساعدهم على التعامل مع الآخرين وكذا التعبير اللفظي لمشاعرهم.

كم أضافت (هناء خالد، 2018) على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين وذلك من وجهة نظر معلمهم. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة السيد محمد مختار ماجد والتي أكدت على وجود فروقات ذات دلالة إحصائية في بعض المهارات بين الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين.

2-2- مناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أن هناك فرق في مستوى المهارات الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي، ومن خلال الأشكال أرقام (10، 11، 12، 13، 14) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لفئة الممارسين قد كان أكبر من قيمة المتوسط لفئة غير الممارسين في جميع المهارات ماعدا مهارة التعبير عن المشاعر السلبية حيث كان المتوسط الحسابي لغير الممارسين أكبر من قيمته عند الممارسين، ونفس الشيء مع الانحراف المعياري، ومنه يمكننا القول بأن: هنالك فرق في مستوى المهارات الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي.

وتتفق دراستنا مع دراسة (ميلودي محمد وخلوف محمد، 2020) والتي أشارت إلى وجود فروق في مستوى المهارات الاجتماعية بين الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين، حيث أكدت الدراسة أن ممارسة الأنشطة الرياضية اللاصفية تطور مستوى المهارات الاجتماعية لديهم.

3- الاستنتاج العام:

بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية تبين لنا تحقق الفرضيات الجزئية الأربع، وعليه فقد تبين أن ممارسة النشاط الرياضي الترويحي له دور كبير على مستوى المهارات الاجتماعية المختلفة لدى الناشئين، حيث:

- تساعد على تنمية مهارة المبادأة بالتفاعل وبالتالي تنمي قدرة الناشئ على بدأ التعامل من جانبه مع الأفراد الآخرين لفظيا أو سلوكيا.
 - تنمي مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي حيث يصبح لدى الناشئ القدرة على ضبط انفعالاته في مواقف التفاعل المختلفة مع الآخرين.
 - تساهم في تنمية مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية وبالتالي قدرة الناشئ على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين.
 - تعمل على تنمية مهارة التعبير عن المشاعر السلبية بحيث تنمي قدرة الناشئ على التعبير عن مشاعره لفظيا أو سلوكيا كاستجابة لممارسات الآخرين معه.
- وبالتالي تحقق الفرضية الأساسية التي مفادها للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية للناشئين (13-15) سنة.
- وبهذا يمكن الإجابة على إشكالية الدراسة حيث أن النشاط الرياضي الترويحي يعتبر عاملا مهما في تنمية بعض المهارات الاجتماعية للناشئين مما يساعدهم على التكيف مع المجتمع والتواصل والتفاعل مع أفراد المجتمع بصفة عامة والأقران بصفة خاصة.

4- التوصيات والاقتراحات:

بناء على ما توصلنا إليه من خلال هذه الدراسة من النتائج اتضح لنا مساهمة النشاط الرياضي الترويحي في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الناشئين (13-15) سنة، وعلى هذا الأساس ارتأينا أن نتقدم بجملة من الاقتراحات والتوصيات تمثلت فيما يلي:

- ✓ إبراز أهمية ومساهمة النشاط الرياضي الترويحي في تنمية المهارات الاجتماعية للناشئين.
- ✓ الاهتمام بجانب التوعية لأهمية النشاط الرياضي الترويحي في مساعدة الناشئ على الاندماج في المجتمع.
- ✓ الحث على تشجيع الأطفال وخاصة الناشئين على القيام بالنشاط الرياضي الترويحي لإكسابهم المهارات اللازمة للتفاعل والتواصل مع الأقران وباقي أفراد المجتمع.
- ✓ إجراء دراسات معمقة في مجال تأثير الأنشطة الرياضية الترويحية على الطفل بصفة عامة والناشئ بصفة خاصة وعلاقتها بمساعدته على التأثير والتأثر بالمجتمع والعيش فيه حياة سوية.

5- الخاتمة:

ختاماً يمكن أن نخلص للقول بأن فئة الناشئين (13-15) سنة تجد في ممارسة النشاط الرياضي الترويحي ملجأً ومنتفضاً لهم في بداية فترة المراهقة بالنسبة لهم.

فالأنشطة الرياضية الترويحية لها تأثير كبير على الفرد وخاصة الناشئ من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية والصحية، فهي تساعده على تنمية مهاراته الاجتماعية ليتمكن من الاندماج مع الأقران بصفة خاصة ومع أفراد المجتمع بصفة عامة وتمكنه من العيش بحرية دون ضغوط.

ومن أجل تنمية المهارات الاجتماعية للناشئ لابد من تعامله مع الآخرين وتفاعله معهم وهذا ما توفره له الأنشطة الرياضية الترويحية بمختلف أنواعها وذلك حسب الرغبة والميول.

وعليه فإن دراسة دور الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية المهارات الاجتماعية للطفل بصفة عامة والناشئ بصفة خاصة تساعد على فهم طبيعة الدور الذي تلعبه في هذا المجال.

واستناداً إلى دراستنا توصلنا إلى الدور الفعال الذي تلعبه الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية للناشئين (13-15) سنة، وهذا ما يؤكد الحاجة إلى تشجيع الناشئين على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لإعدادهم لتحمل صعاب الحياة والاندماج في المجتمع.

المصادر والمراجع



المصادر العربية:

الكتب:

- 1-أماني عبد المقصود(2000).مقياس تقدير المهارات الاجتماعية للأطفال.القاهرة:مكتبة الأنجلو مصرية
- 2- آمنة المطوع (2001). المهارات الاجتماعية والثبات الانفعالي لدى التلاميذ أبناء الأمهات المكتئبات. القاهرة: معهد الدراسات التربوية.
- 3- أمين أنور الخوري (1996) .*الرياضة والمجتمع* . الكويت :سلسلة عالم المعرفة.
- 4- التكريتي ياسين(2012).المرشد في الألعاب الصغيرة لكافة المراحل الدراسية.الاسكندرية:دار المعرفة.
- 5- خطاب محمد عادل (1965). التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية. القاهرة: دار النهضة.
- 6- الخوري أمين أنور (1996). *الرياضة والمجتمع* . الكويت: سلسلة عالم المعرفة.
- 7- الزغبى أحمد محمد (2001). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة. الأردن: دار زهران.
- 8- سامي محمد ملحم (2004). علم نفس النمو دورة حياة الانسان. دار الفكر ناشرون وموزعون.
- 9- الشيباني بدر ابراهيم (2000). سيكولوجية النمو (تطور النمو من الاخصاب حتى المراهقة). الكويت: مركز المخطوطات والتراث والوثائق.
- 10- طريف شوقي فرج- عبد المنعم- محمود السيد عبد الحلیم. (2004). علم النفس الاجتماعي المعاصر. القاهرة: ايتراك للنشر والتوزيع.
- 11- طريف شوقي فرج(2003).المهارات الاجتماعية والاتصالية.القاهرة:دارغريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- 12- عاطف محمد غيث (1989). قاموس علم الاجتماع. الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- 13- عبد الحلیم منسي محمود-عفاف بنت صالح المحضر. (2001). علم نفس النمو. الاسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب.

- 14- عبد الرحمن السيد (1998). دراسات في الصحة النفسية والمهارية الاجتماعية والاستقلال النفسي والهوية. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
- 15- عبد الرحمن الوافي، زيان سعيد (2004). النمو من الطفولة إلى المراهقة. الخنساء للنشر والتوزيع.
- 16- عبد العلي الجسماني (1994). سايكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية. الدار العربية للعلوم
- 17- عطيات محمد خطاب. (1972). *أوقات الفراغ والترويح*. القاهرة: دار المعارف.
- 18- عواطف أبو العلا (1972). التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية. القاهرة: دار النهضة.
- 19- فؤاد الباهي السيد (1997). الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 20- كامل راتب أسامة. (1994). النمو الحركي الطفولة والمراهقة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 21- كمال نكي- عادل خطاب (1996). التربية الرياضية في الخدمة الاجتماعية. القاهرة: الدار العربية للنشر
- 22- مالك سليمان مخول (1981). علم النفس الطفولة والمراهقة. دمشق: مطابع مؤسسة دمشق.
- 23- محمد الحماحمي (1998). تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي. عمان: دار الكتاب للطباعة والنشر.
- 24- محمد الحماحمي. (1997). *الرياضة للجميع الفلسفة والتطبيق*. القاهرة: دار الكتاب للنشر.
- 25- محمد الحماحمي. (1998). *الترويح بين النظرية والتطبيق*. القاهرة: مركز الكتب للنشر.
- 26- محمد تركي (1984). *مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس*. الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب.
- 27- معوض خليل ميخائيل (2003). *سيكولوجية النمو (الطفولة والمراهقة)*. الاسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب.
- 28- نور عصام (2004). *سيكولوجية المراهقة*. الاسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة.

المذكرات والرسائل والمجلات:

- 1- السمييري لطيفة صالح. (2002). فاعلية استخدام استراتيجية التعلم التعاوني في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طالبات كلية التربية في جامعة الملك سعود. الرياض: المجلة التربوية.
- 2- لقوقي دليلة (2015). مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة. بسكرة: جامعة محمد خيضر.
- 3- محمد الفاضل (2007). الترويح الرياضي. الرياض: مجلة المعرفة.
- 4- مصطفى فرحات سعاد. (2008). مدى فاعلية التدريب على المهارات الاجتماعية في تعديل السلوك العدوانى لدى الطفل الكفيف بالجمهورية الليبية. القاهرة: معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
- 5- الحميضي أحمد (2004). فعالية برنامج سلوكي لتنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأطفال المتخلفين عقليا القابلين للتعلم. السعودية: كلية العلوم الاجتماعية.
- 6- دنيا حسين الظاهر. (2008). فاعلية برنامج ارشادي في بعض المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى المعاقين حركيا. مصر: جامعة شمس.

المصادر الأجنبية:

- 1- Coga Eteill-R tomas .(1993) .manuel de lisenciation sports. evigot . paris.
- 2-Gresham .(1981) .f.social skills training with handicapped dchildren.
- 3-Mana carricano – Fanny Poujol .(2009) .Analyse de données avec spss .
Edition PERSON.
- 4-tomas, C. E.-R. (1993). manuel de lisenciation sports. evigot . paris.

الملاحق



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -
معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

استمارة ترشيح المقياس

في إطار إنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية تحت عنوان:

"دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى الناشئين 13-15 سنة"

دراسة ميدانية أجريت على مستوى دائرة عشعاشة، ولاية مستغانم

يشرفنا أن نتقدم الى سيادتكم ونضع بين أيديكم هذا المقياس من أجل الترشيح وإعطاء ملاحظاتكم وتوجيهاتكم.

المقياس: مقياس المهارات الاجتماعية ل متسن وزملائه M .E .S.S.Y 1980

المعدل من طرف محمد السيد عبد الرحمن بتصنيف المهارات الى أربعة أبعاد: مهارة المبادأة بالتفاعل - مهارة التعبير عن المشاعر السلبية - مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي - مهارة التعبير عن المشاعر السلبية.

وفي الأخير تقبلوا منا فائق عبارات التقدير والاحترام.

تحت إشراف:

من اعداد الطالب:

أ.د مناد فضيل

-شريف جمال-

قائمة الأساتذة المحكمين:

الرقم	الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الإمضاء
01	بوعزيز محمد	استاذ محاضر	
02	جيويا بن عمر	استاذ	
03	بلحميد دينا صطحي	استاذ محاضر	
04	سليمان سداوي	استاذ محاضر	
05	معتز الكي جمال	دكتوراه	
06			
07			

السنة الجامعية: 2023-2024

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة

استمارة لجمع المعلومات موجهة للناشئين 13-15 سنة

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته:

هذه الاستمارة تعد أداة بحث مهمة في دراستنا التي تدرج في إطار التحضير لشهادة الماستر تحت عنوان:

"دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى الناشئين (13-15 سنة)

أمامك مجموعة من العبارات التي توضح طريقة تعاملك مع الآخرين راجين منك قراءة كل عبارة والإجابة عليها

بصراحة تامة بوضع علامة (×) في الخانة المناسبة.

- المطلوب منك أن تختار إجابة واحدة فقط من ثلاث اختيارات (دائما- أحيانا- نادرا)

- تأكد أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وإنك ستساعدنا بإعطاء رأيك في انجاز البحث العلمي.

- لا تترك أي عبارة دون إجابة.

بيانات شخصية:

ممارس للنشاط الرياضي الترويحي: نعم لا

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا
المحور الأول: مهارة المبادأة بالتفاعل				
01	أساعد الأصدقاء اللذين يتعرضون لضرر أو أذى			
02	أداعب الأصدقاء وأضحكهم عندما يكونوا منزعجين لأخف عنهم			
03	أمدح الناس وأخبرهم بما فيهم من صفات طيبة			
04	عندما أرى شخص أعرفه أذهب إليه وأتحدث معه			
05	عندما يخدمني أو يساعدني أي شخص أقول له شكرا			
06	أستطيع بسهولة أن أكون علاقة مع الآخرين وأعتبرهم أصدقائي			
07	أدافع عن أصدقائي			
08	أعطي للآخرين مما معي			
09	أظهر مشاعري للآخرين (لما أكون منزعج من أي شخص أخبره بذلك)			
10	أعرض على الناس أن أساعدهم أو أقدم لهم خدمات			
11	أزور أصدقائي غالبا في منازلهم			
12	أرد الجميل لمن يساعدني أو يقدم لي معروف			
13	أسأل الآخرين عن أخبارهم وأحوالهم			
المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي				
14	أغضب بسهولة			
15	أنا شخص مسيطر (أقول لأي شخص اعمل كذا ولا أقول بعد إذنك اعمل كذا			
16	عادة أكون حزين وكثير الشكوى			
17	أتكلم وأقطع كلام الآخرين عندما يتكلمون			
18	أتفاخر وأتباهى كثيرا			
19	أظن أنني عارف كل حاجة			
20	أتصرف مع الناس بطريقة تجعلهم يشعرون أنني أحسن منهم			

			أحاول أن أكون أحسن من أي شخص آخر	21
			أحب أن أكون القائد أو الزعيم في اللعب والعمل	22
			أبقى مع الآخرين لمدة طويلة حتى يملون مني	23
			أفسر الأشياء بأكثر مما تحتمل	24
المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية				
			أنظر الى الناس وأنا أتحدث إليهم	25
			لي أصدقاء كثيرين	26
			أشعر بالسعادة عندما يفعل أي شخص عمل جيد	27
			أحافظ على أسرار الآخرين	28
			أنظر إلى الناس عندما يتكلمون معي	29
			أحافظ على حاجات الآخرين كما لو كانت حاجاتي أنا	30
			أنادي على الناس بالأسماء التي يحبونها	31
			أشعر بالرضا والسعادة عندما أساعد شخص آخر	32
			عندما أتكلم مع الآخرين فإنني لا أخرج عن موضوع الكلام	33
			أشعر بالأسف والندم عندما أذي أي شخص	34
			أشترك في الألعاب مع الأطفال والآخرين	35
			أضحك لما يقوله الآخرين من نكت أو قصص جميلة	36
المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية				
			أهدد الناس وأتصرف معهم بوحشية	37
			أخذ أو أستخدم حاجات الآخرين دون أن أستأذن منهم	38
			أعتدي على الآخرين وأسبهم (أشتمهم) عندما أغضب منهم	39
			أنظر للأولاد الآخرين نظرة احتقار وكراهية	40

			أشعر بالغضب والغيرة عندما يفعل أي شخص عمل جيد	41
			أعابير الأطفال الآخرين بعيوبهم وأخطائهم	42
			أكذب لكي أحصل على ما أريد	43
			أضايق الناس لكي أجعلهم يغضبون	44
			أحب أن أكون وحيدا	45
			أخاف أن أتكلم مع الناس	46
			أذي مشاعر الناس وأحاول أن أجعلهم منزعجين	47
			أقول نكت وأضحك على الآخرين	48
			أظن دائما أن الناس يضايقونني حتى وإن لم يفعلوا ذلك	49
			أصدر أصوات قد تضايق الآخرين	50
			أتكلم بصوت مرتفع جدا	51
			ألعب وحدي	52
			أشعر بالوحدة (أنني وحيد)	53
			أشترك في المشاجرات كثيرا	54
			أغير من (أحقد على) الناس الآخرين	55
			أهم شيء عندي أن أكسب أو أفوز على الآخرين	56
			أذي الآخرين وأضايقهم عندما أريد توجيههم أو نقدهم	57

Corrélations

Corrélations

		المهارات الاجتماعية	المحور الأول: مهارة المبادرة بالتفاعل	المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الاجيائية	المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية
المهارات الاجتماعية	Corrélacion de Pearson	1	,903**	,969**	,977**	,921**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000
	N	10	10	10	10	10
المحور الأول: مهارة المبادرة بالتفاعل	Corrélacion de Pearson	,903**	1	,802**	,820**	,798**
	Sig. (bilatérale)	,000		,005	,004	,006
	N	10	10	10	10	10
المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	Corrélacion de Pearson	,969**	,802**	1	,973**	,853**
	Sig. (bilatérale)	,000	,005		,000	,002
	N	10	10	10	10	10
المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الاجيائية	Corrélacion de Pearson	,977**	,820**	,973**	1	,867**
	Sig. (bilatérale)	,000	,004	,000		,001
	N	10	10	10	10	10
المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	Corrélacion de Pearson	,921**	,798**	,853**	,867**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,006	,002	,001	
	N	10	10	10	10	10

** La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Fiabilité

Echelle : ثبات المحور الأول: مهارة المبادرة بالتفاعل

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,851	13

Fiabilité

Echelle : ثبات المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,897	11

Fiabilité

Echelle : ثبات المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الاجيائية

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,933	12

Fiabilité

Echelle : ثبات المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,750	21

Descriptives (تحليل عبارات الممارسين)
Statistiques descriptives

	N	Moyenne	Ecart type
1 العبارة	50	2,1000	,70711
2 العبارة	50	2,6000	,49487
3 العبارة	50	2,5000	,67763
4 العبارة	50	2,4000	,67006
5 العبارة	50	2,3000	,64681
6 العبارة	50	2,5800	,49857
7 العبارة	50	2,1800	,69076
8 العبارة	50	2,5000	,50508
9 العبارة	50	2,3000	,64681
10 العبارة	50	2,4600	,54248
11 العبارة	50	2,2800	,64015
12 العبارة	50	2,3800	,63535
13 العبارة	50	2,2800	,67128
المحور الأول: مهارة المبادأة بالتفاعل	50	2,3738	,41896
14 العبارة	50	2,5800	,49857
15 العبارة	50	2,2400	,59109
16 العبارة	50	2,3800	,77807
17 العبارة	50	2,3400	,65807
18 العبارة	50	2,5000	,50508
19 العبارة	50	2,3000	,61445
20 العبارة	50	2,5800	,49857
21 العبارة	50	2,1800	,56025
22 العبارة	50	2,4200	,60911
23 العبارة	50	2,2800	,67128
24 العبارة	50	2,4800	,50467
المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي التفاعلي	50	2,3858	,43316
25 العبارة	50	2,3200	,65278
26 العبارة	50	2,4200	,60911
27 العبارة	50	2,2200	,64807
28 العبارة	50	2,4400	,61146
29 العبارة	50	2,4800	,64650
30 العبارة	50	2,3400	,62629
31 العبارة	50	2,3600	,69282
32 العبارة	50	2,4800	,50467
33 العبارة	50	2,3800	,66670
34 العبارة	50	2,4800	,50467
35 العبارة	50	2,3800	,66670
36 العبارة	50	2,4800	,50467
المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	50	2,3980	,45924
37 العبارة	50	1,4400	,57711
38 العبارة	50	1,6600	,62629
39 العبارة	50	1,3800	,63535
40 العبارة	50	1,7400	,80331
41 العبارة	50	1,4000	,53452
42 العبارة	50	1,4200	,53795
43 العبارة	50	1,4400	,50143
44 العبارة	50	1,5200	,61412
45 العبارة	50	1,3600	,56279
46 العبارة	50	1,5400	,57888
47 العبارة	50	1,6000	,57143
48 العبارة	50	1,3200	,55107
49 العبارة	50	1,3000	,50508

العبارة 50	50	1,5200	,54361
العبارة 51	50	1,6800	,65278
العبارة 52	50	1,8200	,74751
العبارة 53	50	1,3400	,55733
العبارة 54	50	1,7200	,78350
العبارة 55	50	1,3200	,51270
العبارة 56	50	1,6200	,69664
العبارة 57	50	1,3400	,51942
المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	50	1,4998	,32624
المهارات الاجتماعية	50	2,1648	,38185
N valide (liste)	50		

Descriptives (تحليل عبارات غير الممارسين)

Statistiques descriptives

	N	Moyenne	Ecart type
العبارة 1	50	1,1400	,35051
العبارة 2	50	1,1200	,32826
العبارة 3	50	1,4600	,57888
العبارة 4	50	1,1200	,47980
العبارة 5	50	1,2800	,60744
العبارة 6	50	1,2000	,40406
العبارة 7	50	1,1800	,52255
العبارة 8	50	1,3600	,52528
العبارة 9	50	1,1400	,35051
العبارة 10	50	1,2200	,41845
العبارة 11	50	1,1400	,35051
العبارة 12	50	1,0600	,23990
العبارة 13	50	1,2800	,45356
المحور الأول: مهارة المبادرة بالتفاعل	50	1,2076	,19723
العبارة 14	50	1,2200	,41845
العبارة 15	50	1,5400	,78792
العبارة 16	50	1,4000	,80812
العبارة 17	50	1,1800	,56025
العبارة 18	50	1,4400	,61146
العبارة 19	50	1,7800	,64807
العبارة 20	50	1,6400	,94242
العبارة 21	50	1,5400	,54248
العبارة 22	50	1,3400	,47852
العبارة 23	50	1,6400	,94242
العبارة 24	50	1,3200	,68333
المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	50	1,4576	,23556
العبارة 25	50	1,3000	,54398
العبارة 26	50	1,2000	,49487
العبارة 27	50	1,6400	,94242
العبارة 28	50	1,6800	,95704
العبارة 29	50	1,1000	,36422
العبارة 30	50	1,0800	,27405
العبارة 31	50	1,0400	,19795
العبارة 32	50	1,1200	,47980
العبارة 33	50	1,3800	,53031

العبارة 34	50	1,2800	,64015
العبارة 35	50	1,3600	,72168
العبارة 36	50	1,3400	,47852
المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	50	1,2936	,18166
العبارة 37	50	2,6000	,49487
العبارة 38	50	2,4200	,49857
العبارة 39	50	2,3600	,48487
العبارة 40	50	2,3200	,47121
العبارة 41	50	2,1200	,32826
العبارة 42	50	2,2200	,41845
العبارة 43	50	2,4000	,49487
العبارة 44	50	2,4600	,50346
العبارة 45	50	2,2200	,41845
العبارة 46	50	2,3800	,49031
العبارة 47	50	2,4400	,50143
العبارة 48	50	2,3200	,47121
العبارة 49	50	2,3400	,47852
العبارة 50	50	2,3000	,46291
العبارة 51	50	2,4000	,49487
العبارة 52	50	2,5200	,50467
العبارة 53	50	2,2200	,41845
العبارة 54	50	2,5600	,50143
العبارة 55	50	2,4000	,53452
العبارة 56	50	2,4800	,50467
العبارة 57	50	2,4400	,50143
المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	50	2,3774	,12591
المهارات الاجتماعية	50	1,5846	,10934
N valide (liste)	50		

Test T

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المحور الأول: مهارة المبادأة بالتفاعل	50	2,3738	,41896	,05925
المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	50	2,3858	,43316	,06126
المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	50	2,3980	,45924	,06495
المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	50	1,5016	,32423	,04585

Test sur échantillon unique

Valeur de test = 2

	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
المحور الأول: مهارة المبادأة بالتفاعل	6,309	49	,000	,37380	,2547	,4929
المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	6,298	49	,000	,38580	,2627	,5089
المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	6,128	49	,000	,39800	,2675	,5285
المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	-10,869	49	,000	-,49840	-,5905	-,4063

Test T

Statistiques de groupe

	ممارس للنشاط الرياضي الترويحي أو لا	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المحور الأول: مهارة المبادأة بالتفاعل	ممارس	50	2,3738	,41896	,05925
	غير ممارس	50	1,2076	,19723	,02789

Test des échantillons indépendants

Test de Levene sur l'égalité des variances

Test t pour égalité des moyennes

	Hypothèse de variances	F	Sig.	Test de Levene		Test t pour égalité des moyennes		Intervalle de confiance de la différence à 95 %		
				t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
المحور الأول: مهارة المبادأة بالتفاعل	Hypothèse de variances égales	26,926	,000	17,808	98	,000	1,16620	,06549	1,03624	1,29616
	Hypothèse de variances inégales			17,808	69,702	,000	1,16620	,06549	1,03558	1,29682

Test T

Statistiques de groupe

		ممارس للنشاط الرياضي الترويحي أو لا	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	ممارس	لا	50	2,3858	,43316	,06126
	غير ممارس		50	1,4576	,23556	,03331

Test des échantillons indépendants

Test de Levene sur l'égalité des variances

Test t pour égalité des moyennes

		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
المحور الثاني: مهارة الضبط الاجتماعي الانفعالي	Hypothèse de variances égales	21,534	,000	13,311	98	,000	,92820	,06973	,78982	1,06658
	Hypothèse de variances inégales			13,311	75,651	,000	,92820	,06973	,78931	1,06709

Test T

Statistiques de groupe

		ممارس للنشاط الرياضي الترويحي أو لا	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	ممارس	لا	50	2,3980	,45924	,06495
	غير ممارس		50	1,2936	,18166	,02569

Test des échantillons indépendants

Test de Levene sur l'égalité des variances

Test t pour égalité des moyennes

		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
المحور الثالث: مهارة التعبير عن المشاعر الايجابية	Hypothèse de variances égales	30,248	,000	15,813	98	,000	1,10440	,06984	,96580	1,24300
	Hypothèse de variances inégales			15,813	63,967	,000	1,10440	,06984	,96487	1,24393

Test T

Statistiques de groupe

	ممارس للنشاط الرياضي الترويحي أو لا	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	ممارس	50	1,5016	,32423	,04585
	غير ممارس	50	2,3774	,12591	,01781

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
المحور الرابع: مهارة التعبير عن المشاعر السلبية	Hypothèse de variances égales	47,645	,000	- 17,8 05	98	,000	- ,87580	,04919	- ,97341	-,77819
	Hypothèse de variances inégales			- 17,8 05	63,4 49	,000	- ,87580	,04919	- ,97408	-,77752