



جامعة عبد الحميد بن باديس

مستغانم

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر

تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

تحت عنوان

النشاط الرياضي الترويحي ودوره في تفعيل  
التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي

دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية سعيدة

تحت إشراف:

د. عتوتي نورالدين

من إعداد الطالب:

- رمضان عبد الحكيم

أعضاء لجنة المناقشة

الصفة	الجامعة	الدرجة العلمية	الإسم واللقب

الموسم الجامعي: 2023-2024



جامعة عبد الحميد بن باديس

مستغانم

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر

تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

تحت عنوان

النشاط الرياضي الترويحي ودوره في تفعيل  
التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي

دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية سعيدة

تحت إشراف:

د. عتوي نور الدين

من إعداد الطالب:

- رمضان عبد الحكيم

الموسم الجامعي: 2023-2024

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# إهداء

إلى أقرب الناس إلى قلبي، وأولاهم بحبي...

من وسعتني رحمتها صغيرا، وأسعدتني صُحبتهُ كبيرا

إليكما والديّ العزيزين أسأل الله أن يحفظكما

إلى من كانوا أحسن رفقتي وَعَوْنَا وسندا لي... إليكم إخوتي أحبتي

إلى كلّ من علّمني حرفا... إليكم أساتذتي الكرام

إلى كلّ زملائي وزميلاتي

أبعث لكم أرقّ تحية وأعذب سيمفونية سمعتها وأردّها لكم بأنني أحببْتُكم من كلّ قلبي،

سيقف قلبي هنا بُرْهَةً ليستقرّ بين أنظاركم ما كتبتُ لعلّ هذه المفردات تكون خير مَعِينَة

حتى تتذكّروني يوما ما...

إليكم جميعا

أهدي هذا العمل المتواضع



	البسمة
	الاهداء
قائمة المحتويات	
	قائمة الجداول
	قائمة الاشكال
مقدمة (أ-ب)	
الفصل التمهيدي	
14	1- إشكالية البحث
14	2- التساؤلات الفرعية
14	3- الفرضية العامة
15	4- الفرضيات الجزئية
15	5- أهمية البحث
15	6- أهداف البحث
16	7- شرح المصطلحات والمفاهيم الأساسية
17	8- الدراسات السابقة والمثابمة
19	9- التعليق على الدراسات السابقة
الجانب النظري	
الفصل الأول: النشاط الرياضي الترويحي	
22	تمهيد
23	1- مفهوم الترويحي
24	2- أنواع الترويحي
27	3- أغراض الترويحي

29	4-العوامل المؤثرة في الترويج
30	5-مفهوم النشاط الرياضي الترويحي
30	6-خصائص النشاط الرياضي الترويحي
31	7-أهداف الترويج الرياضي
35	8-أنشطة الترويج الرياضي
35	9-مميزات النشاط الترويحي الرياضي
36	10-نظريات الترويج
39	خلاصة
<b>الفصل الثاني: التواصل الاجتماعي</b>	
41	تمهيد
42	1-تعريف التواصل
42	2-أهداف التواصل
43	3-أنواع التواصل
44	4-التواصل الاجتماعي
45	5-مكونات التواصل الاجتماعي
46	6-أنواع التواصل الاجتماعي
47	7-خطوات التواصل الاجتماعي الفعال
49	8-معوقات التواصل الاجتماعي
50	9-خصائص التواصل الاجتماعي
51	10-أهداف التواصل الاجتماعي

52	11-مستويات التواصل الاجتماعي
52	12-نماذج التواصل الاجتماعي
54	خلاصة
<b>الفصل الثالث: المراهقة</b>	
56	تمهيد
57	1-مفهوم المراهقة
57	2-مراحل المراهقة
58	3-مظاهر النمو في مرحلة المراهقة
62	4-أنواع المراهقة
62	5-مشاكل المراهقة
64	6-العوامل المؤثرة في المراهقة
65	7-علاقة المراهق بالمدرسة
66	8-أهمية الرياضة للمراهقين
67	خلاصة
<b>الجانب التطبيقي</b>	
<b>الفصل الأول: إجراءات البحث</b>	
69	تمهيد
70	1-منهج البحث
70	2-مجتمع وعينة البحث
71	3-الاستبيان

71	4- خصائص السيكومترية للاستبيان
الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج الاستبيان	
75	1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان
75	1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
82	1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
90	1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة
الفصل الثالث: مناقشة نتائج الدراسة	
96	1- مناقشة نتائج الاستبيان:
96	1-1- مناقشة الفرضية الأولى
97	1-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية
99	1-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة
101	2- استنتاج عام
101	3- اقتراحات
101	خاتمة
103	
قائمة المصادر والمراجع	
الملاحق	
ملخص الدراسة	

## قائمة الجداول

75	جدول رقم (01): يوضح شعور تلميذ اثناء تواصلك رفقة زملائه
76	جدول رقم(02) يوضح قدرة التلميذ على تفسير اشارات زميل اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي
77	جدول رقم (03): يوضح ردود أفعال التلميذ ازاء تصرف زملائه السلبي والايجابي اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي
78	جدول رقم (04): يوضح طريقة تواصل التلميذ مع زملائه
79	جدول رقم (05): يوضح قدرة التلميذ على تقبل نقد زملائه اثناء ممارسة النشاط الترويحي
80	جدول رقم (06): يوضح قدرة التلميذ على استماع لزملائه
81	جدول رقم (07): يوضح قدرة التلميذ على التواصل مع المجموعة التي لا يتعامل معها كثيرا
82	جدول رقم (08): يوضح قدرة التلميذ على تعاون مع زملائه اثناء ممارسة النشاط الترويحي
83	جدول رقم (09): يوضح قدرة التلميذ على تتعاون مع زملائه لتحقيق اهداف النشاط الرياضي الترويحي بشكل جماعي
84	جدول رقم (10): يوضح قدرة التلميذ على طلب المساعدة من زملائه اثناء ممارسة النشاط الترويحي
85	جدول رقم (11): يوضح قدرة التلميذ على تنظم جهده مع زملائه حتى نهاية العمل اثناء ممارسة النشاط الترويحي
86	جدول رقم (12): يوضح قدرة التلميذ على حل الخلافات التي تحدث مع زملائه اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي
87	جدول رقم (13): يوضح قدرة التلميذ على التعامل مع سلوكيات مختلفة من الزملاء اثناء ممارسة النشاط الترويحي
88	جدول رقم (14): يوضح نوع نشاط المفضل لتلميذ
89	جدول رقم (15): يوضح دوافع التلميذ للمنافسة
90	جدول رقم (16): يوضح رغبة التلاميذ في ممارسة النشاط الترويحي

91	جدول رقم (17): يوضح طريقة تعامل التلاميذ أثناء العمل الجماعي عند ممارسة النشاط الترويحي
92	جدول رقم (18): يوضح مدى فعالية تلميذ داخل مجموعة
93	جدول رقم (19): يوضح تأثير النشاط الرياضي الترويحي على تفاعل التلميذ
94	جدول رقم (20): يوضح مدى تأثير عملية التفاعل على التلميذ
97	جدول رقم (21): يمثل النتائج المتحصل عليها من عبارات المحور الأول من استمارة الاستبيان الموجهة لتلاميذ
99	جدول رقم (22): يمثل النتائج المتحصل عليها من عبارات المحور الثاني من استمارة الاستبيان الموجهة لتلاميذ
100	جدول رقم (23): يمثل النتائج المتحصل عليها من عبارات المحور الثالث من استمارة الاستبيان الموجهة لتلاميذ

قائمة الاشكال

75	شكل رقم (01): يبين شعور تلميذ اثناء تواصلك رفقة زملائه
76	شكل رقم (02): يبين قدرة التلميذ على تفسير اشارات زميل اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي
77	شكل رقم (03): يبين ردود أفعال التلميذ ازاء تصرف زملائه السلبي والايجابي اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي
78	شكل رقم (04): يبين طريقة تواصل التلميذ مع زملائه
79	شكل رقم (05): يبين قدرة التلميذ على تقبل نقد زملائه اثناء ممارسة النشاط الترويحي
80	شكل رقم (06): يبين قدرة التلميذ على استماع لزملائه
81	شكل رقم (07): يبين قدرة التلميذ على التواصل مع المجموعة التي لا يتعامل معها كثيرا
82	شكل رقم (08): يبين قدرة التلميذ على تعاون مع زملائه اثناء ممارسة النشاط الترويحي
83	شكل رقم (09): يبين قدرة التلميذ على التعاون مع زملائه لتحقيق اهداف النشاط الرياضي الترويحي بشكل جماعي
84	شكل رقم (10): يبين قدرة التلميذ على طلب المساعدة من زملائه اثناء ممارسة النشاط الترويحي
85	شكل رقم (11): يبين قدرة التلميذ على تنظيم جهده مع زملائه حتى نهاية العمل اثناء ممارسة النشاط الترويحي
86	شح كل رقم (12): يبين قدرة التلميذ على حل الخلافات التي تحدث مع زملائه اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي
87	شكل رقم (13): يبين قدرة التلميذ على تعامل مع سلوكيات مختلفة من الزملاء اثناء ممارسة النشاط الترويحي
88	شكل رقم (14): يبين نوع نشاط المفضل لتلميذ
89	شكل رقم (15): يبين دوافع التلميذ للمنافسة
90	شكل رقم (16): يبين رغبة التلاميذ في ممارسة النشاط الترويحي

91	شح كل رقم (17): يبين طريقة تعامل التلاميذ أثناء العمل الجماعي عند ممارسة النشاط الترويحي
92	شكل رقم (18): يبين مدى فعالية تلميذ داخل مجموعة
93	شكل رقم (19): يبين تأثير النشاط الرياضي الترويحي على تفاعل التلميذ
94	شكل رقم (20): يبين مدى تأثير عملية التفاعل على التلميذ

# مقدمة

## مقدمة:

لعل أهم الأشياء التي تتميز بها الشعوب الحديثة في عصرنا هذا هو تقدير الرياضة و العمل على تدعيمها و إيجاد السبل من أجل النهوض بها و تطويرها ، فالرياضة ذات أهمية كبيرة من جوانب شتى منها حيث تساهم في النمو الصحيح والسليم للفرد داخل المجتمع لكي يتواصل مع أفرادها بطريقة إيجابية و ينشأ تنشئة اجتماعية جيدة. حيث يعتبر النشاط الرياضي الترويحي بألوانه المتعددة عاملا قويا في تكوين الفرد الصالح وكذلك إعداده إعدادا متكاملًا بدنيا، اجتماعيا، عقليا ونفسيا، وذلك من خلال تزويده بالمهارات الواسعة التي تمكنه من تحقيق الاندماج والتكيف والتواصل مع مجتمعه.

والإنسان بطبيعته كائن اجتماعي يستطيع تلبية حاجاته الأساسية البيولوجية والنفسية ... من خلال عملية التواصل الاجتماعي، حيث يشير التربويون أن التواصل الاجتماعي لا ينفصل بأي حال من الأحوال عن الهدف الرئيسي للتربية وهو إنماء الشخصية بمختلف جوانبها سواء كانت التربية داخل الأسرة أو في إطار المؤسسات التعليمية، فالهدف هو إنماء شخصية التلميذ القادر على التواصل مع ذاته أولا ومع الآخرين ثانيا تواصلًا بدنيا وعقليا واجتماعيا.

ولعل المرحلة التي شغلت بال الباحثين والمربين هي مرحلة المراهقة كونها مرحلة خاصة حيث يمر فيها المراهق بتغيرات فيزيولوجية ونفسية، وتعرف أيضا بأنها منعطف في حياة الإنسان وهي التي تؤثر على مدار حياته وسلوكه الاجتماعي والخلقي والنفسي، حيث يميل إلى المجتمع وبناء الجماعة من أجل التعايش ومن أجل كسب الأصدقاء والتواصل الاجتماعي، ويعتبر النشاط الرياضي الترويحي الوسيلة الأمثل لتحقيق هذا الغرض وإرشاد الفرد إلى الطريق السوي وتفريغ طاقاته في شيء نافع.

وانطلاقا من الدور الذي يلعبه النشاط الرياضي الترويحي في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية مواهبه وقدراته الرياضية بالإضافة إلى تغيير وتعديل سلوكه وإدراك مكانته الاجتماعية وتفعيل التواصل الاجتماعي وتحقيق مبدأ التعاون والتنافس بين أعضاء الجماعة، وهذا ما أدى بنا إلى دراسة النشاط الرياضي الترويحي ودوره في تفعيل التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي لكي تتضح هذه العلاقة التي هي المحور الأساسي لموضوع هذه الدراسة.

ولهذا قمنا بتقسيم بحثنا إلى جانبين: جانب نظري وجانب تطبيقي.

وعليه اشتملت الدراسة النظرية على الخطة التالية:

مدخلا إلى الدراسة وتضمن تحديد إشكالية الدراسة وضبطها ثم الإجابة عنها بفرضيات، بعدها تم عرض أهمية الدراسة مع ذكر أهدافها، ثم تعريف وتحديد المفاهيم الأساسية للدراسة وعرض بعض الدراسات السابقة. وقد تضمنت الفصول ما يلي:

- الفصل الأول: النشاط الرياضي الترويحي

- الفصل الثاني: التواصل الاجتماعي

- الفصل الثالث: المراهقة

أما الجانب التطبيقي فتناولنا فيه فصلين:

- الفصل الأول: تناول 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 النتائج

- الفصل الثالث: فقد تمت فيه مناقشة النتائج المتحصل عليها والتعليق على مدى تحقيق فرضيات الدراسة والتي من خلالها توصلنا إلى استنتاجات أين تم طرح بعض التوصيات.

وقد اعتمدنا في إنجاز هاته هذا العمل على مجموعة من المصادر والمراجع العربية ونذكر من بينها :

- عبد السلام محمد تهاني، الترويح والتربية الترويحية، ط1، دار الفكر العربي، 2001 .

- محمد الحماحي: تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998.

- كمال درويش، أمين الخولي: أصول الترويح وأوقات الفراغ، ط1، دار الفكر العربي، 1990.

كما اعتمدنا على مصادر أجنبية ونذكر منها :

-Organisation mondiale de la santé, juin 2020

-Serae Moynca ,sociologie et action sociale, Bruxelles, 1982

-A.Pomart .A1 .Nouveau Larousse médical .librairie Larousse. Paris 1986.

# الفصل التمهيدي

## 1- إشكالية البحث:

إن الأنشطة الرياضية الترويحية في عصرنا الحالي أصبحت ظاهرة حضارية لما لها من تأثير فعال ومدى واسع في حياة الشعوب، فأصبح الكثير من الأفراد بشكل أو بآخر يمارسون أنواع الرياضات، فلا يكاد يخلو أي مجتمع من أشكالها، بالإضافة إلى أنها تعتبر مجالاً خصباً لدراسة التفاعلات الاجتماعية بين الأفراد. وتعد الأنشطة الترويحية الأكثر انتشاراً في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات و المدارس التربوية، و مما يساعد على ذلك أن النشاط الرياضي الترويحي يعد عاملاً من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالاً هاماً في وقت الفراغ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر مجالاً هاماً لتربية الفرد و إعداده كي يحتل مكانه في العالم الاجتماعي كفرد محترم في حدود قدراته الشخصية، لهذا أعطت الكثير من الدول اهتماماً كبيراً لها و برمجتها في النظام التربوي في كافة الأطوار التعليمية حيث يعتبر وسيلة لتحقيق التفاعل و التواصل الاجتماعي و الاندماج بين الأفراد

فأثناء النشاط الرياضي الترويحي يكون المراهق في احتكاك مع أفراد جماعته و يبعث به إلى الاندماج و التواصل معهم، ويرجع ذلك إلى نضجه العقلي والوجداني وإيمانه بقيمة الجماعة في تحقيق أهدافه. كما يساهم في توطيد العلاقات بين الممارسين وبناء علاقات إيجابية كالتفاعل، التنافس، التعاون... وبالتالي تعزيز التكيف السليم.

وعلى ضوء هذا نطرح التساؤل التالي: ما هو دور النشاط الرياضي الترويحي في تفعيل التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

## 2- التساؤلات الفرعية:

-هل للنشاط الرياضي الترويحي دور في تحقيق التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

-هل للنشاط الرياضي الترويحي دور إيجابي في تنمية روح التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

-هل للنشاط الرياضي الترويحي دور كبير في تفعيل الاتصال الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

3- الفرضية العامة: للنشاط الرياضي الترويحي دور في تفعيل التواصل الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي.

#### 4-الفرضيات الجزئية:

- للنشاط الرياضي الترويحي دور في تحقيق التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطّور الثّانوي.
- للنشاط الرياضي الترويحي دور ايجابي في تنمية روح التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطّور الثّانوي.
- للنشاط الرياضي الترويحي دور كبير في تفعيل الاتصال الاجتماعي لدى تلاميذ الطّور الثّانوي.

#### 5-أهمية البحث:

- إلقاء الضوء على الأنشطة الرياضية الترويحية والتعرف على أهميتها والوقوف على مدى فعاليتها في تحقيق التواصل الاجتماعي بين تلاميذ الطّور الثّانوي.
- إعطاء حافز يدفع التلاميذ المراهقين إلى ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.
- إبراز الأهمية الاجتماعية للنشاط البدني الترويحي
- إبراز أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي وفعاليتها لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في تعزيز التواصل الاجتماعي

#### 6-أهداف البحث:

- إبراز دور الأنشطة الرياضية الترويحية في الحياة الاجتماعية وفي تحقيق التفاعل الاجتماعي بين تلاميذ الطّور الثّانوي.
- ممارسة الأنشطة الترويحية ودورها في تنمية روح التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطّور الثّانوي.
- إبراز أهمية الأنشطة الرياضية الترويحية في تفعيل الاتصال الاجتماعي لدى تلاميذ الطّور الثّانوي.

## 7-شرح المصطلحات والمفاهيم الأساسية:

### 7-1-الترويح:

في اللغة: الاسترخاء وانسراح الصدر والتنفيس عن النفس.

**اصطلاحا:** يعرفه كراوس "أنه تلك الأوجه من النشاط والخبرات من وقت الفراغ والتي يتم اختيارها وفقا لإرادة الفرد وذلك لغرض تحقيق السرور والمتعة لذاته واكتسابه للعديد من القيم الشخصية والاجتماعية " إجرائيا: هو نشاط يقوم به الفرد من تلقاء نفسه بغرض تحقيق السعادة الشخصية التي يشعر بها قبل أثناء أو بعد الممارسة وتلبية حاجاته النفسية والاجتماعية .

### 7-2-النشاط الرياضي الترويحي:

**اصطلاحا:** تنقل عطيات محمد الخطاب عن فروبل أن "النشاط الرياضي الترويحي هو مرآة الحياة تعطي للطفل لمحة عن العالم الذي عليه أن يتعلم من اجله وهي تخدم دائما غرضا ما فهو تعبير عن إنسانية الطفل الداخلية وانعكاس لاستعداداته وقدراته الخلاقة .(عطيات محمد: أوقات الفراغ والترويح، ط3، دار المعارف، القاهرة، 1982، ص66) .

إجرائيا: هو تلك الأنواع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من الأنشطة البدنية والرياضية، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيرا على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس.

### 7-3-التواصل الاجتماعي:

**اصطلاحا:** يعتبر التواصل عملية تفاعل اجتماعي يهدف إلى تقوية العلاقات الاجتماعية في المجتمع عن طريق تبادل المعلومات والأفكار والمشاعر التي تؤدي إلى التفاهم والتعاطف أو التباض ( إبراهيم أبو عرقوب: الاتصال الإنساني ودوره في التفاعل الاجتماعي، ط1، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، الأردن، 1993، )

إجرائيا: هو مقياس لكيفية تضافر الناس وتفاعلهم مع بعضهم البعض وعلى المستوى الفردي، ويتضمن التواصل الاجتماعي نوعية وعدد العلاقات التي تربط الفرد بالآخرين في الدائرة الاجتماعية التي تشمل العائلة والأصدقاء والمعارف.

## 7-4-المراهقة:

**اصطلاحاً:** هي مرحلة نمو سريعة وتغيرات في كل جوانب النمو تقريبا الجسدية والعقلية والحياة الانفعالية كما أنها فترة من الخبرات الجديدة والمسؤوليات الجديدة والعلاقات الجديدة مع الراشدين والرفاق وعلى نحو عام هذه المرحلة تمتد من بداية النضج الجنسي وحتى السن الذي يحقق فيه الفرد الاستقلالية عن سلطة الكبار (رغدة شريم: سيكولوجية المراهقة، ط10، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2007، ص21-22).

إجرائياً: هي تلك المرحلة التي تأتي بين الطفولة والرشد والتي تمتد من 11 إلى 20 يشهد فيها الفرد نمواً فيزيولوجياً ونفسياً واجتماعياً وعقلياً وتتسم ببعض المشاكل والصراعات النفسية المختلفة نتيجة لتلك التحولات التي يمر بها المراهق.

## 8-الدراسات السابقة والمشابهة:

-الدراسة الأولى: مذكرة ماستر من إعداد الطالب بعاش أبو بكر بجامعة الشلف 2012 تحت عنوان " دور حصة التربية البدنية والرياضية في تفعيل عمليتي التعاون والتنافس من خلال الأنشطة اللاصفية" أهداف الدراسة:

-تزويد حقل التربية البدنية والرياضية بمصدر علمي جديد

-معرفة مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في تفعيل عمليتي التعاون والتنافس من خلال الأنشطة اللاصفية

المنهج المتبع: المنهج الوصفي وذلك لتلائمه مع طبيعة البحث

عينة البحث: تم اختيار عينة عشوائية بسيطة مكونة من 400 تلميذ و20 أستاذ من بعض ثانويات شلف

نتائج الدراسة:

-التلاميذ المشاركين في الأنشطة اللاصفية أكثر تعاوناً من غيرهم في حصة التربية البدنية والرياضية

-التلاميذ المشاركين في الأنشطة اللاصفية الأكثر تنافساً من غيرهم في حصة التربية البدنية

-الدراسة الثانية: مذكرة ماستر من إعداد الطالب رقيق حسين وبرادعي محمد بجامعة عبد الحميد بن باديس تحت عنوان " الممارسة في حصة التربية البدنية والرياضية وأثرها في تطوير بعض المهارات الاجتماعية) التواصل، حل المشكلات، روح القيادة، العمل الجماعي (لدى تلاميذ طور الثالثة ثانوي "

#### -أهداف الدراسة:

- التعرف على بعض المهارات الاجتماعية لتلاميذ طور الثالثة ثانوي الممارسين في حصة التربية البدنية والرياضية
- التعرف على طبيعة علاقة ارتباط في مهارات القياس الاجتماعية لعينة البحث
- التعرف على تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في تطوير بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ طور الثالثة ثانوي

#### المنهج المتبع: المنهج الوصفي

العينة: عينة عشوائية من تلاميذ الثالثة ثانوي بلغت 859 تلميذ

#### -نتائج الدراسة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات القياس للشعب عينة البحث الممارسة للنشاط الرياضي علوم تجريبية، آداب وفلسفة وتقني رياضي في قياس المهارات الاجتماعية
- الدراسة الثالثة: مذكرة ماستر من إعداد الطالبتان شليبي حياة ولطرش حورية بجامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم تحت عنوان " دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق بعض أبعاد التفاعل الاجتماعي (التكيف -النظام – التواصل والاتصال – التعاون) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية "

#### -أهداف الدراسة:

- معرفة مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على التلاميذ من الناحية الاجتماعية
- إبراز أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق بعض ابعاد التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي
- إبراز أهمية العلاقات الاجتماعية في حصة التربية البدنية والرياضية

#### المنهج المتبع: المنهج الوصفي

العينة: عينة عشوائية من تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية مستغانم بلغت 400 تلميذ

## -نتائج الدراسة:

-لحصّة التربية البدنية والرياضية دور هام في تحقيق التكيف والاتصال بين التلاميذ وخلق روح التعاون لدى تلاميذ الطور الثانوي إضافة إلى دورها الفعال في تحقيق روح الجماعة التي تعد حاجة من الحاجات العامة التي تشعره بالروابط المشتركة بينه وبين أفراد مجتمعه وتقوية الشعور بالانتماء.

## 9-التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات السابقة استفدنا منها في تحديد وبناء أدوات الدراسة والمنهج العلمي المناسب ومختلف المعالجات الإحصائية اللازمة فمن خلال تحليل هذه الدراسات وجدنا نقاط تشابه واختلاف في الرؤية مقارنة بدراستنا وهذا ما دفعنا إلى تناول هذا الموضوع.

فيما يخص دراستنا الحالية فقد تشابهت مع الدراسات السابقة في الجانب المنهجي والأداة المستخدمة في البحث، وقد اتفقت دراستنا مع الدراسات السابقة في موضوع البحث إلا أننا ركزنا على التواصل الاجتماعي كمهارة اجتماعية مميزة لتلاميذ الطور الثانوي ، واختلفت في نوع وحجم العينة

ولقد ارتبطت معظم الدراسات بأثر البرامج الرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية كالتفاعل، التواصل، التعاون... حيث استفدنا منها في عدة أوجه أهمها المنهجية المتبعة في إخراج البحث وأهم الصعوبات التي واجهتها حتى إخراج البحث في شكله النهائي.

# الجانب النظري

الفصل الأول:

النشاط الرياضي الترويحي

## تمهيد:

إن النشاطات الرياضية بصفة عامة والأنشطة الرياضية الترويحية خصوصا سلوكيات مهمة في الحياة اليومية للأفراد فهي جزء مكمل للثقافة والتربية، حيث تلعب دورا كبيرا في إعداد الفرد وذلك بتزويده بمهارات واسعة وخبرات كبيرة، تسمح له بالتكيف مع مجتمعه.

وتعتبر الممارسة الرياضية بالنسبة للمراهقين ذات أهمية بالغة في تطوير وتنمية الشخصية والترفيه عن النفس وتقوية العضلات وتحسين العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، وتفعيل التواصل الاجتماعي والتخفيف من حدة التوترات والانفعالات.

## 1- مفهوم الترويح:

إن مصطلح الترويح بلفظه العربي لم يستخدم إلا قليلا في الكتابات الاجتماعية العربية بل استخدمت في مكانها ألفاظ أخرى مثل الفراغ اللهو اللعب، وهي في اللغة العربية مشتقة من فعل راح ومعناها السرور والفرح .  
(R-Med, Casablanca sociabilité et loisir chez l'enfant de la chaux et Nestlé, Paris, 1986, P42)

يرى البروفيسور ألكسندر صولوي بأن الترويح هو نشاط اختياري أثناء وقت الفراغ، وأن دوافعه

الأولية هي الرضا والسرور والبهجة الناتجة عن هذا النشاط. ( Donald et al, The meaning of Leisure,in the sociale forces, vol 37,4 May 1959 ).

وبصفة عامة فقد تباينت الآراء حول مفهوم الترويح، وذلك لعدم وجود تعريف محدد له ولذا سوف نتناول عرضا لأهم آراء المهتمين لدراسة مفهوم الترويح، حتى نتمكن من فهم الترويح وفق لاتجاهات معاصرة في المجالين التربوي والاجتماعي.

إذ يرى البروفيسور فوكاس أن الترويح يتعلق بألوان الأنشطة التي يمارسها الفرد خارج ساعات عمله وهو بهذا يدل على أن الفرد قد اختار بضعة أوجه من الأنشطة لممارستها طوعا نتيجة لرغبة داخلية دافعة، وأن المشاركة في هذه الألوان من الأنشطة تمد براحة ورضا نفسي معينين. ( Dumuzdier,j,Sociology of lei sure, Elsevier ,New York,1974 ).

كذلك عرفته تهاني عبد السلام (2001) على انه رد فعل عاطفي أو حالة نفسية وشعور يحسه الفرد قبل أثناء وبعد ممارسته لنشاط ما سلبيا أو ايجابيا هادفا، ويتم أثناء وقت الفراغ وأن يكون الفرد مدفوعا برغبة شخصية ويتصف بحرية الاختيار. (عبد السلام محمد تهاني، الترويح والتربية الترويحية، ط1، دار الفكر العربي، 2001، ص104).

ويرى كارلسون أن الترويح هو الخبرة في قضاء وقت فراغ ممتع، وقضاء وقت يكون من محض الإرادة الحرة للفرد ومن خلاله يحصل على إشباع فوري. (Durnat, H, The problème of leisure, London, 1938).

في حين يرى احمد محمد فاضل أن الترويح بشكل عام هو عبارة عن مساعدة الأفراد للحصول على خبرات ايجابية تساعدهم على تجديد الروح، واستعادة أثناء وقت فراغ الطاقة البشرية ولذا من الممكن أن نعرف الترويح على انه: "يشمل جميع أوجه الأنشطة البناءة والمقبولة اجتماعيا والتي تؤدي أثناء وقت الفراغ .

ويتم اختيارها والاشتراك بها لدوافع ما وفقا لإرادة الفرد وذلك بغرض اكتساب العديد من القيم الشخصية وتحقيق الرضا والسرور والمتعة من المشاركة ذاتها، وليس لدوافع كالكسب المادي والمعنوي. (محمد عبد العزيز، الترويح وأوقات الفراغ، ط1، دارا لمعارف، الإسكندرية، 2013، ص12-13).

## 2-أنواع الترويح:

لقد تعددت الأنشطة الترويحية فمنها الفكرية والعاطفية أو الفردية والجماعية أو المقيدة والعابرة، ذلك لان النشاط الإنساني المبدع يتحدد باستمرار لذلك سنعرض أهم التقسيمات حيث قسم إلى:

- ✓ نشاط ترويحي فعال: ويدل على النشاطات الترويحية المبدعة كالرياضة والغناء والرسم ...
- ✓ نشاط ترويحي غير فعال: وهو نشاط غير فعال يقف صاحبه موقف المتفرج أو المستمع. (Alian Tourain, société post industrielle, editindonoél, Paris, 1969, p265).

كما قسمه البعض الأخر إلى تراويح فردية وتراويح جماعية، فالجماعية غالبا ما تقوم بها جماعة من الأفراد مجتمعين والذين يرغبون في قضاء جانب حياتهم في علاقات اجتماعية عديدة وتكوين صداقات مع آخرين، في حين تعبر التراويح الفردية وهي الأكثر انتشارا عن رغبة الفرد في العزلة عن الظروف العامة للمجتمع وانجاز إبداعات شخصية معبرة عن الذات الإنسانية. (Edouard Limbos, L'animation de groupes de culture et de loisirs, lesedition F.S.C, 2eme édition, Paris).

\*أما ريلتز فانه يقسم الأنشطة الترويحية إلى ما يلي:

- أ. الأنشطة الايجابية: تتمثل في الأنشطة التي يشترك فيها الفرد ويمارسها بصورة ايجابية مثل ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، أو الرسم أو العزف على الآلات الموسيقية.
- ب. الأنشطة الاستقبالية: ويقصد بها استقبال الفرد لنشاط خارجي عن طريق الحواس كما هو الحال في القراءة أو مشاهدة التلفزيون، أو مشاهدة المباريات الرياضية في الملاعب

ج. الأنشطة السلبية: ويقصد بها أن الفرد يقوم بنشاط لا يبذل جهد مثل النوم أو الاسترخاء، أما التقسيم الذي

سنستخدمه هو تقسيم الأنشطة الترويحية طبقاً لأنواعها وأهدافها:

أ. -الترويح الثقافي: يشتمل الترويح الثقافي على أوجه متعددة من النشاط الذي يلعب دوراً أساسياً في تنمية الشخصية الإنسانية، وتفتحها وضروري لمعرفة الفرد لوسطه ويساهم في إدماج الإنسان في بيئته الاجتماعية نذكر منه:

✓ القراءة: مثل قراءة القصص والروايات والمجلات وغير ذلك من الوسائل المطبوعة.

✓ الكتابة: تعتبر وسيلة هامة من وسائل التثقيف والتعبير.

✓ المحاضرات والندوات والمناظرات وحلقات البحث. (عطيات محمد خطاب: أوقات الفراغ والترويح، ط3، دارا لمعارف، القاهرة، 1982، ص45).

✓ الراديو والتلفزيون: تمثل التلفزة والراديو أهم الوسائل الثقافية المستخدمة في عصرنا الحاضر كما يشير كازنوف إلى أنها تستهلك الجزء الأكبر من حياة الإنسان الترويحية. ( J.cazaneuva :sociologie . ( de la radiotélévision, P.U.F, 5eme Edition, Paris1980, P95

الراديو والتلفزيون: تمثل التلفزة والراديو أهم الوسائل الثقافية والمستخدمه في عصرنا الحاضر إلى أنها تستهلك الجزء الأكبر من حياة الإنسان الترويحية، أي أنها تشغل وقت أطول من أوقات فراغنا

ب. الترويح الفني: يطلق البعض على الأنشطة الترويحية الفنية مصطلح الهوايات فنية و هي أنشطة ترويحية تمنح الفرد الإحساس بالجمال و الإبداع و الابتكار و التدوق، و تعمل على إكسابه القدرات و المهارات وتنمي المعلومات، و هناك أنواع متعددة من الهوايات الفنية و يتم الفرد غالباً بأكثر من هواية و التي من شروطها أن لا تكون باهظة التكاليف أو تؤدي إلى اندماج الفرد لدرجة تستغرق وقت عمله و إنتاجه ويعرف كورين الهوايات بأنها "الميول و الرغبات المفضلة التي يمارسها الفرد بغرض الاستمتاع لممارستها دون اعتبار للكسب المادي" كما يقسم أنواع الهوايات إلى المستويات التالية:

✓ هوايات الجمع: مثل جمع العملات والطوابع الأشياء الأثرية القديمة التوقيعات الأزرار...

✓ هوايات التعلم: مثل التصوير، علم النبات، الفلسفة، التاريخ، فن الديكور، التدبير المنزلي...

✓ هوايات الابتكار: مثل فن الخزف، النحت، الرسم، الزخرفة، الفخار، الحياكة...

✓ الفنون التشكيلية والتمثيل بأنواعه المختلفة

ج. الترويج الاجتماعي: يضم هذا الصنف كل النشاطات التي تتضمن المعاملات والعلاقات الاجتماعية بعبارة أخرى النشاطات المشتركة بين مجموعة من الأفراد، بهدف الراحة أو التسلية، أو تحسين المعاملات الاجتماعية كالمشاركة في جمعيات ثقافية الجلوس مع أفراد الأسرة زيارة الأقارب والأصدقاء الجلوس في المقهى أو النوادي... (عطيات محمد خطاب: مرجع سبق ذكره، ص 46-192).

د. الترويج الخلوي: يقصد به قضاء وقت الفراغ في الخلاء وبين أحضان الطبيعة ويعتبر من الأركان الهامة في الترويج، حيث يسهم في إشباع ميل الفرد للمغامرة والتغيير والبحث عن المعرفة والتمتع بجمال الطبيعة وإكساب الفرد الاعتماد على النفس والعمل مع الجماعة. (عطيات محمد خطاب، المرجع نفسه، ص 192).

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

إن مزاولة النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول إلى المستويات العليا يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة، حيث انه خلال مزاولة ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي (إبراهيم رحمة، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998، ص 9)، ويمكن تقسيم الترويج الرياضي إلى:

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

✓ الألعاب الرياضية الكبيرة: وهي الأنشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة ويمكن تقسيمها طبقا لوجهات نظر مختلفة العاب فردية أو زوجية أو جماعية أو بالنسبة لموسم اللعبة العاب شتوية أو صيفية أو تمارس طوال العام.

✓ الألعاب الرياضية المائية: وهي أنشطة ترويحية تمارس في الماء مثل السباحة كرة الماء أو التجديف والزوارق وتعتبر هذه الأنشطة وخاصة السباحة من أحب ألوان الترويح خاصة في بلادنا.

و. الترويح العلاجي: الواسع للخدمات التي تستخدم للتدخل الايجابي في بعض نواحي السلوك البدني أو الانفعالي أو الاجتماعي لأحداث تأثير مطلوب في السلوك ولتنشيط ونمو وتطور الشخصية وله قيمة وقائية وعلاجية لا ينكرها الأطباء.

كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو وشلل الأطفال وحركات إعادة التأهيل وأصبح الترويح العلاجي معترف به في معظم المستشفيات وخاصة في الدول المتقدمة.

ز. الترويح التجاري: هو مجموعة الأنشطة الترويحية التي يتمتع بها الفرد نظير مقابل مادي ويرى البعض أن الترويح التجاري يدخل في نطاقه السينما المسرح والإذاعة والتلفزيون والصحف والجرائد وغيرها من المؤسسات الترويحية التجارية الأخرى وهو يعتبر تجارة رابحة لأصحاب رأس المال في المجتمعات الاشتراكية وتعتبر العديد من المؤسسات الترويحية التجارية السابق ذكرها مؤسسة لخدمة ورعاية جميع أفراد الشعب للمساعدة في تنميتهم تنمية شاملة وهي ملك للدولة وتستغلها لصالح الشعب وليس لصالح رأس المال.

### 3-أغراض الترويح:

للترويح أغراض كثيرة قيمة ولقد سجلت السعادة والرضا والحياة المتزنة والإبداع والمنافسة والتعلم والصحة وغيرها كأغراض للترويح فيرى البعض من العلماء أن أغراض الترويح هي:

3-1-غرض تحسين الصحة: باعتبار أن الطريقة التي يمضي الشخص وقته الحر تحدد لدرجة كبيرة مدى صحته الجسمية والعقلية والانفعالية والروحية كما يوفر الترويح العديد من الأنشطة المتنوعة التي تهريء الفرص لكل فرد أن يعمل لتحسين صحته

3-2-غرض العلاقات الإنسانية: تضم برامج الترويح أوجه نشاط مختلفة تتطلب اشتراك عدد من الأشخاص وهذا من طبيعته أن يعمل على خلق علاقات إنسانية أفضل كما أن الاتجاهات التي تحسن من العلاقات الإنسانية تجد سبيلها إلى النمو مثل حب التعاون والولاء للجماعة والاعتراف بحقوق الآخرين والإيمان بأن الشخص يأخذ من الجماعات بقدر ما يعطيها

3-3-غرض التنمية الذاتية: يشير غرض التنمية الذاتية إلى الإمكانيات التي يوفرها الاشتراك في برنامج النشاط الترويحي للفرد بحيث يساعد على النمو لأقصى مدى يمكن أن يبلغه عن طريق إشباع رغبات الإنسان في أشياء مثل الموسيقى والفن والأدب والتمثيل ... كما أن الترويح يتيح للفرد فرصة عمل شيء لا لقيمتها المادية ولكن لمجرد الشعور بالسعادة والابتهاج والرضا النفسي كما يساعد على تنمية المهارات والقدرات بغرض اكتساب الخبرات الذاتية . (طه عبد الرحيم طه: مدخل إلى الترويح، ط1، دار الوفاء للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2006، ص22-23) . ويرى تهناني عبد السلام أن الترويح حق إنساني لجميع الأفراد في كل مكان بغض النظر عن اللون والجنس والعقيدة وترى أيضا أن أغراض الترويح هي:

- ✓ الغرض الحركي: حيث أن الدافع للحركة والنشاط يعتبر دافع أساسي لجميع الأفراد ويزداد أهمية عند الأطفال والشباب والغرض الحركي أساس النشاط البدني في البرنامج الترويحي
- ✓ غرض الاتصال بالآخرين: حيث تعتبر سمة محاولة الاتصال بالآخرين من خلال استخدام الكلمة المكتوبة أو الملفوظة هي سمة يتميز بها كل البشر حيث أن المناقشات الجماعية وكتابة القصة وكتابة الشعر. هذه الأنشطة تشبع الرغبة في الاتصال بالآخرين وتبادل الآراء والأفكار.
- ✓ غرض تعليمي: عادة ما تدفع الرغبة في المعرفة على كل ما هو في دائرة اهتمام الفرد وعادة ما يبحث الفرد عن اهتمامات جديدة تمهد للإنسان معرفة ما يجمله
- ✓ غرض ابتكاري فني: تنعكس الرغبة في الابتكار والإبداع الفني على الأحاسيس والعواطف والانفعالات وكذلك تعتمد الرغبة لابتكار الجمال تبعا لما يتذوقه الفرد وما يعتبره الفرد خبرة جمالية من حيث الشكل واللون وكذلك الصوت أو الحركة وتبرئ الأنشطة الترويحية فرص عديدة لإشباع اهتمامات الفرد الفنية كالتمثيل والموسيقى والنحت والرسم وكتابة القصص ونظم الشعر. هذه الأنشطة التي يعبر الفرد من خلالها على أحاسيسه ومشاعره ويستكشف إمكانياته ويصقلها.
- ✓ غرض اجتماعي: أن الرغبة في أن يكون الفرد مع الآخرين من أقوى الرغبات الإنسانية فالإنسان اجتماعي بطبعه وهناك جزء ليس بالقليل من الترويح المنظم أو غير المنظم يعتمد أساسا على مقابلة الحاجة إلى الانتماء . (عبد السلام محمد تهناني: الترويح والتربية الترويحية، ط1، دار الفكر العربي، 2001، ص115-116) .

#### 4-العوامل المؤثرة في الترويج:

يتأثر النشاط الترويجي بالعديد من المتغيرات أهمها:

4-1-الوسط الاجتماعي: تختلف أشكال اللهو واللعب في ممارسة الأفراد لهذا النوع من التسلية أو كرههم لها بحسب ثقافة المجتمع ونظمه المؤثرة فقد بين "لوسشن" في دراسته للنشاط الرياضي وعلاقته بالنظام الديني في دراسته على عينة بلغت 1880 شخص من ألمانيا الغربية ذات ديانات مختلفة إلى أن النشاط الترويجي يتأثر بعوامل ثقافية ودينية والوسط الاجتماعي عموماً. (Norber sillamy: Dictionnaire de psychologie, Larousse, Paris, ). ( 1978, Art(Loisir), p168 .

وقد جاء في استقصاء جزائري أن شباب المدينة أكثر ممارسة للنشاط الرياضي من شباب الأرياف وتزيد الفروق أكثر من ناحية الجنس ومن أسباب ذلك أن تقاليد الريف لا تشجع على هذا النشاط خاصة عند الفتيات. (Ministère de la jeunesse et du sport ,Enquête nationale sur les besoins et aspiration de la jeunesse ( en matière de loisir de culture et animation éducative et sportive .

4-2-المستوى الاقتصادي: هناك بعض الأنواع من الترويج ترتبط بكمية الدخل فكلما ارتفعت زادت المصاريف الخاصة بالترويج كالعطل والسياحة أو تزايد الطلب على الحاجات الترويحية.

وجاء في دراسة مصرية أن نسبة كبيرة من العمال يفضلون قضاء وقت فراغهم في بيوتهم على الذهاب إلى السينما وذلك لتفادي مصاريف لا طائل منها في نظر العمال . (حسن الساعاتي: التطبيع والعمران، ط3، دار النهضة العربية، بيروت، 1980، ص319) .

والذي نستنتجه من خلال ما سبق أن اختيار الفرد لكيفية قضاء أوقاته الحرة أو أسلوب نشاطه الترويجي ونمطه يتأثر بمستوى مدا خيل الأفراد وقدرتهم المادية على ذلك.

4-3-السن: يشير "سولينجر" إلى أن الأطفال في نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة تأخذ نشاطاتهم أشكالاً أخرى غير التي كانوا يمارسونها من قبل وذلك كمشاهدة التلفزيون والاستماع إلى الموسيقى والقراءة وممارسة النشاط الرياضي.

إن كل مرحلة عمر يمر بها الإنسان بها سلوكاته الترويحية الخاصة فالطفل يمرح والشيخ يرتاح في حين أن الشباب يتعاطون أنشطة حسب أذواقهم ففي دراسة بفرنسا 1967 وجد أن مزاولة الرياضة تقل تدريجيا مع التقدم في العمر حتى تكاد تنعدم في عمر 60. ( Roymand Tomas, psychologie de sport, P.U.F, 1ere Edition, ) . ( Paris, p71-72 ) .

**4-4-الجنس:** لقد أوضحت دراسة "إليزابيث تشايلد" أن البنات والبنين في مرحلة الطفولة من سن 3-12 سنة يميلون إلى النشاطات البدنية والإبداعية والتخيلية إلا أن ترتيب تلك النشاطات لدى البنين تختلف حيث تأتي ممارسة النشاطات لدى البنين في المرتبة الأولى أما لدى البنات تأتي في الترتيب الأخير . ( كمال درويش: محمد الحماحي، رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1984، ص63).

**4-5-درجة التعلم:** لقد أكدت الكثير من الدراسات الاجتماعية أن مستوى التعليم يؤثر على أذواق الأفراد نحو تسليةهم وهواياتهم منها ما جاء به "دومازودبي" إذ بين أن التربية والتعليم توجه نشاط الفرد عموما في اختياره لترويحه... خاصة وان الإنسان يتلقى اليوم كثيرا من التدريبات في مجال الترويح أثناء حياته الدراسية مما قد يربي أذواقا معينة لهوايات ربما قد تبقى مدى الحياة.

**5-مفهوم النشاط الرياضي الترويحي:** المقصود بالترويح الرياضي هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية كما انه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيرا على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشطه التي تشتمل على الرياضات والألعاب ( Maresca et autres, ) ( occupation du temps libre, 2004, P71 ) .

## **6-خصائص النشاط الرياضي الترويحي:**

من أهم الخصائص التي يتميز بها الترويح الرياضي ما يلي:

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

- ✓ المساواة: لكل فرد الحق في المشاركة بغض النظر عن المراحل العمرية أو الجنس أو المستوى المهاري
- ✓ حرية الاختيار: اختيار أي نوع أو مستوى من الرياضات المختلفة
- ✓ الدافعية: المشاركة في النشاط تتم بدافع ذاتي برغبة وإرادة الفرد
- ✓ التنوع: تتوفر الأنشطة التنافسية وغير التنافسية في مستويات مختلفة لكي تتفق مع حاجات ورغبات وميول الأفراد
- ✓ الوقاية والتأهيل: يساعد الممارسين على الوقاية من الأمراض العصرية المرتبطة بنقص الحركة كأمراض القلب والدورة الدموية والبدانة وبعض الأمراض النفسية والاجتماعية... ويساعد بشكل فعال في تأهيل المرضى والمصابين والمعاقين
- ✓ التفاؤل: المشاركة الايجابية تؤدي إلى تحقيق السعادة وتنمية وتطوير صحة الفرد وزيادة إنتاجيته مما يبعث روح التفاؤل لدى الممارس
- ✓ الكشف عن الموهوبين: تعتبر نشاطات الترويج الرياضي القاعدة الأساسية التي تركز عليها عملية الكشف عن الموهوبين، وأصحاب القدرات المتميزة في مختلف الألعاب و الرياضات.
- ✓ استثمار وقت الفراغ: يعتبر الترويج الرياضي وسيلة مثلى لاستثمار أوقات الفراغ المتزايدة لدى جميع أفراد المجتمع، والترويج الرياضي يختلف في خصائصه عن الأنشطة الرياضية للمستويات العليا كرياضة المحترفين وأشباه المحترفين فمثلا بالمقارنة مع رياضة المنافسات . ( أحمد فاضل: الترويج الرياضي، جامعة نايف العربية السعودية، 2007 ) .

**7-أهداف الترويج الرياضي:** ترى تريزا ولانسكا «أن للترويج الرياضي العديد من القيم ومن الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها للمشاركين في مناشطهم المختلفة والتي من أهمها:

- تعويض نقص الحركة البدنية للفرد والنتاج عن التقدم الفني الذي لحق بهذا العصر مما أدى إلى تقليص حركة الإنسان
- تحسين وتطوير الحالة الصحية للفرد
- الترويج عن النفس والتخلص من التوتر العصبي

ويرى محمد الحماحي أن للترويج الرياضي إسهامات في التأثير الإيجابي على العديد من جوانب نمو المشاركين في ممارسة أوجه نشاطه كما يهدف الترويج الرياضي إلى الوقاية من المتغيرات المدنية الحديثة وإلى زيادة المردود الإنتاجي لهؤلاء المشاركين في برامجهم لذا فقد قام الحماحي بتحديد أهداف الترويج الرياضي وفقاً لطبيعة تلك الأهداف وذلك على النحو التالي: ( محمد الحماحي: تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998، ص 85-86 ).

-الأهداف الصحية: وهي الأهداف المرتبطة بوجه عام بصحة الممارس بانتظام لمناشطهم وتتضمن الأهداف التالية:

- ✓ 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 والقلق والتوتر العصبي -التغذية الجيدة والمناسبة وفق أنواع الجهد المبذول في ممارسة النشاط
- ✓ المحافظة على الوزن المناسب للجسم

-الأهداف البدنية: وتشمل الأهداف التي تهتم بالحالة البدنية للممارس بانتظام لمناشطها وهي:

- ✓ تنمية اللياقة البدنية
- ✓ تحديد نشاط وحيوية الجسم
- ✓ المحافظة على الحالة البدنية الجيدة
- ✓ الاحتفاظ بالقوام الرشيق
- ✓ الوقاية من بعض انحرافات القوام
- ✓ تصحيح بعض انحرافات القوام
- ✓ الاسترخاء العضلي والعصبي
- ✓ مقاومة الانهيار البدني في سن الشيخوخة

-الأهداف المهارية: وهي الأهداف المرتبطة بتعليم وتنمية المهارات الحركية بوجه عام وتشمل أهم الأهداف التالية:

✓ تنمية الحس الحركي منذ الصغر

✓ تعليم المهارات الحركية للألعاب وللرياضات المختلفة منذ الصغر وتعليم مناشط حركية التي تتميز

بممارستها بطابع الاستمرارية مدى الحياة وذلك كألعاب الريشة الطائرة تنس الطاولة كرة السرعة

المضرب الخشبي وكرياضات السباحة والمشي والجري والهرولة

✓ تنمية المهارات الحركية للفرد

✓ الارتقاء لمستوى الموهوبين رياضيا

-الأهداف النفسية: وهي الأهداف التي تهتم بالفرد الممارس لمناشطها من الجانب النفسي وتحتوي على أهم

الأهداف التالية:

✓ تنمية الرغبة واستثارة دافعية الفرد نحو ممارسة النشاط الحركي

✓ تحقيق السعادة لحياة الفرد والترويح عن ذاته

✓ إشباع الميل للحركة أو اللعب أو لهواية الرياضة

✓ التعبير عن الذات وتفريغ الانفعالات المكبوتة

✓ الحد من التوتر النفسي والعصبي الناتج عن ظروف الحياة في المجتمعات المعاصرة

✓ تحقيق الاسترخاء والتوازن النفسي للفرد

✓ تنمية مفهوم الذات

✓ إشباع الدافع للمغامرة

✓ إشباع الدافع للمنافسة

-الأهداف الاجتماعية: وهي تلك الأهداف التي تهتم بالجانب الاجتماعي للفرد الممارس بانتظام لمناشطها وتتضمن

ما يلي:

✓ التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية التي تسود المجتمع المعاصر بتكوين علاقات وصدقات مع الآخرين

من الأفراد والجماعات

✓ إشباع الحاجة للالتقاء مع الآخرين من ذوي الميول والاهتمامات المشتركة

✓ تحقيق التوافق الاجتماعي للأفراد والجماعات الممارسين لمناشط الرياضة للجميع

✓ تشكيل السلوك الاجتماعي السوي

✓ المشاركة في الاحتفالات والمهرجانات الرياضية والتعاون بين الجماعات في تنظيمها

✓ تنمية مهارة التواصل والتفاوض بين الجماعات وبعضها لدعم العمل الجماعي

✓ تهيئة الفرص لممارسة التخطيط الجماعي للنشاط والتدريب على اتخاذ القرارات الجماعية وكيفية

التوفيق في حل المشكلات التي تواجه ممارسة مناشط الرياضة للجميع

✓ ممارسة الحياة الاجتماعية الديمقراطية الناجحة

-الأهداف الثقافية: وتشمل الأهداف المرتبطة بتزويد الفرد بالعديد من أنواع المعرفة وتشمل أهم الأهداف التالية:

✓ تزويد الفرد بالثقافة الرياضية وذلك بتزويده بالعديد من أنواع المعرفة والاتجاهات والعادات المرتبطة

بمجال الرياضة للجميع

✓ تشكيل وتنمية مدركات الفرد بأهمية الرياضة للجميع في الحياة العصرية

✓ تشكيل اتجاهات ايجابية لدى الأفراد والجماعات نحو ممارسة مناشط الرياضة للجميع

✓ التعرف على العديد من أنشطة وقت الفراغ وأنشطة الخلاء واستيعاب طرق تنظيمها

✓ التعرف على الألعاب الشعبية المتصلة في التراث الثقافي للجميع

✓ إدراك الفرد لقدرات ولحاجات الجسم الحركية

✓ التعرف على عوامل الأمان والسلامة المرتبطة بممارسة وطبيعة أنشطة الرياضة للجميع

✓ تعلم الفرد ممارسة أنشطة الرياضة للجميع لكيفية الوقاية من الإصابة وطرق معالجتها في حالة حدوثها

✓ فهم أفضل للبيئة المحيطة بالفرد

ومن هنا نستخلص أن اكتساب الصحة واللياقة البدنية والقوة والترويح عن النفس وإشباع الميول والرغبات

فضلا عن النواحي الاجتماعية والنفسية تعتبر من أهم ما يرمي إليه الترويح الرياضي.

## 8-أنشطة الترويح الرياضي:

تمثل الرياضات والألعاب الجانب الأعظم من برامج الترويح الرياضي كما انه يمكن تنظيم مناشطها وفقا لأهداف واحتياجات واهتمامات الأفراد والجماعات وبذلك نجد أن الاشتراك في تلك المناشط يتأثر بالعناصر التالية: المستوى المهاري، السن، الجنس، الحالة البدنية، الحالة الصحية للفرد.

ووفقا لآراء كل من رينولد كارلسون، جانيت ماكلين، تيودور ديب، جيمس بيترسونف انه يتم تقسيم مناشط الترويح الرياضي إلى المجموعات الرئيسية التالية:

- الألعاب والمسابقات ذات التنظيم البسيط.
- الألعاب أو الرياضات الفردية.
- الألعاب أو الرياضات الجماعية (الزوجية).
- ألعاب أو رياضات الفرق . ( محمد محمد الحماحمي: مرجع سبق ذكره، ص9-10).

ومنه نستنتج بأن الأنشطة الرياضية الترويحية متعددة لذلك تتناسب مع جميع ميول ورغبات الفرد المشارك أو الممارس لذا تعتبر ذات تأثير مباشر على جميع النواحي (العقلية النفسية الاجتماعية) وفق لون ونوع النشاط.

## 9-مميزات النشاط الترويحي الرياضي:

- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على رفع مستوى الحيوية والجد ومقاومة التعب.
- يعمل النشاط الرياضي الترويحي على التخلص من الضغط العصبي والإحساس بالراحة.
- يعمل النشاط الرياضي الترويحي على رفع كفاءة الأجهزة المختلفة كالجهاز الدوري التنفسي.
- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على التخلص من الطاقة الزائدة. ( الحاج صياد: فاعلية بعض الأنشطة الترويحية الرياضية في تحسين التوافق النفسي والرضا عن الحياة لدى كبار السن، معهد التربية البدنية والرياضية، 2018، ص48).

## 10-نظريات الترويح:

من الصعب حصر كل الآراء حول مفهوم الترويح بسبب تعدد العوامل المؤثرة عليه والمتأثرة به في الحياة الاجتماعية المعقدة، إلا أنه يمكن تحديد أهم مفاهيمه حسب ما جاء في التعارف السابقة، هذه التعاريف نابعة من نظريات مختلفة نذكر منها:

### 10-1-نظرية الطاقة الفائضة: (نظرية سينسرو وشيلر)

تقول هذه النظرية أن الأجسام النشطة الصحيحة، وخاصة الأطفال تخزن أثناء أدائها لوظائفها المختلفة بعض الطاقة العصبية والعضلية التي تتطلب التنفيس الذي ينجم عنه اللعب.

وتشير هذه النظرية إلى أن الكائنات البشرية قد وصلت إلى قدرات عديدة، ولكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد، وكنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة ووقت فائض، لا يستخدمان في تزويد احتياجات معينة ومع هذا فإن لدى الإنسان قوة معطلة لفترات طويلة وأثناء فترات التعطيل هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشط ويزداد تراكمها وبالتالي ضغطها حتى يصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ طاقة واللعب وسيلة ممتازة لاستنفاد هذه الطاقة الزائدة المتراكمة. ( عطيات عادل خطاب: مرجع سبق ذكره، ص56-57 ).

ومن جهة ثانية أن اللعب يخلص الفرد من تعب المتراكم على جسده ومن توتراته العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والاجتماعية ويعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي وموافق مع البيئة التي يعيش فيها . ( Serae Moynca ,sociologie et action sociale, Bruxelles, 1982, p163 ).

### 10-2-نظرية الإعداد للحياة:

يرى كارس جروس الذي نادى بهذه النظرية بأن اللعب هو الدافع العام لتمارين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين وبهذا يكون قد نظر إلى اللعب على أنه شيء له غاية كبرى حيث يقول إن الطفل في لعبه يعد نفسه للحياة المستقبلية، فالبنت عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة والولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب على مقاتلة الأعداء كمظهر للنخوة.

وهنا يجب أن ننوه بما قدمه كارل جروس خاصة في العلاقة بين الأطفال في مجتمعات ما قبل الصناعة.

أما في المجتمعات الصناعية يقول "ميللز" يعوض الترويح للفرد ما لم يستطع تحقيقه في مجال عمله فهو مجال لتنمية مواهبه والإبداعات الكامنة لديه منذ طفولته الأولى والتي يتوقف نموها لسبب الظروف المهنية، كما أنه يشجع على ممارسة الهوايات المختلفة الرياضية، الفنية أو العملية ويجد الهاوي في ممارسة هواياته، فرصة

للتعبير عن طاقاته الفكرية وتنميتها يصاحبه في ذلك نوع من الارتياح الداخلي، بعكس الحياة المهنية التي تضمن نمو المواهب والإبداعات عامة وخاصة في مجال العمل الصناعي .

### 10-3-نظرية الإعادة والتخليص:

يرى ستانلي هول الذي وضع هذه النظرية أن اللعب ما هو إلا تمثل لخبرات وتكرار للمراحل المعروفة التي أجتازها الجنس البشري من الوحشية إلى الحضارة، فاللعب كما تشير هذه النظرية هو تخليص وإعادة لما مر به الإنسان في تطوره على الأرض، فلقد تم انتقال من جيل إلى آخر منذ أقدم العصور.

من خلال هذه النظرية يكون ستانلي هول قد أعترض لرأي كارول جروس ويبرر ذلك بأن الطفل خلال تطوره يستعيد مراحل تطور الجنس البشري، إذ يرى أن الأطفال الذين يتسلقون الأشجار هم في الواقع يستعيدون المرحلة الفردية من مراحل تطور الإنسان . ( كمال درويش، أمين الخولي: أصول الترويح وأوقات الفراغ، ط1، دار الفكر العربي، 1990، ص 227 ) .

### 10-4-نظرية الترويح:

يؤكد "جتسيمونس" القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية ويفترض في نظريته أن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادة حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة. والراحة معناها إزالة الإرهاق أو التعب البدني والعصبي وتمثل في عملية الاستراحة، الاسترخاء في البيت أو الحديقة أو المساحات الخضراء أو على الشاطئ...

كل هذه تقوم بإزالة التعب عن الفرد، وخاصة العالم النفسي، لهذا نجد السفر والرحلات والألعاب الرياضية خير علاج للتخلص من الضغط النفسي والضجر الناتجين عن الأماكن الضيقة والمناطق الضيقة. (A.Pomart .A1 .Nouveau Larousse médical .librairie Larousse. Paris.1986.p221)

### 10-5-نظرية الاستجمام:

تشبه هذه النظرية إلى حد كبير نظرية الترويح فهي تذهب إلى أن أسلوب العمل في أيامنا هذه أسلوب شاق وممل، لكثرة استخدام العضلات الدقيقة للعين واليد، وهذا الأسلوب من العمل يؤدي إلى اضطرابات عصبية إذا لم تتوفر للجهاز البشري وسائل استجمام واللعب لتحقيق ذلك.

هذه النظرية تحث الأشخاص على الخروج إلى الخلاء وممارسة أوجه نشاطات مثل: الصيد والسباحة والمعسكرات ومثل هذا النشاط يكسب الإنسان راحة واستجمام يساعده على الاستمرار في عمله بروح طيبة.

## 10-6- نظرية الغريزة:

تفيد هذه النظرية في أن البشر غريزيا يميلون نحو النشاط في أمور عديدة، فالطفل يتنفس ويضحك ويزحف وتنصب قامته ويقف ويمشي ويجري ويرمي في فترات متعددة من نموه وهذه أمور غريزية وتظهر طبيعته خلال مراحل نموه.

فالطفل لا يستطيع أن يمنع نفسه من الجري وراء الكرة وهي تتحرك أمامه شأنه شأن القطعة التي تندفع وراء الكرة وهي تجري، ومن ثم فاللعب غريزي وجزء من وسائل التكوين العام للإنسان، وظاهرة طبيعية تبدو خلال مراحل نموه.

## خلاصة:

من خلال ما سبق نستنتج أن النشاط الرياضي الترويحي يساهم بشكل كبير في حياة الأفراد والرفق بها وجعل الفرد يحس بنوع من الرضا والسعادة بالإضافة إلى أنه يعتبر وسيلة تربية وعلاجية إذا تم استغلالها بصفة منتظمة ومستمرة بالإضافة إلى دوره الفعال في تكوين شخصية التلميذ من جميع الجوانب، الجانب الصحي، الجانب النفسي، الجانب الخلقى الاجتماعي وبالتالي تكوين شخصية متزنة تتميز بالتواصل الاجتماعي والاستقرار العاطفي والنظرة المتفائلة للحياة.

كما أكدت الدراسات الأكاديمية على الدور الفعال الذي يحققه الترويح على الفرد من توازن نفسي وتحقيق التفاعل بين الجماعة وكذلك تفريغ الانفعالات والضغطات النفسية وبالتالي فإن الترويح الرياضي عامل مهم في الوقاية من مختلف السلوكيات الإنحرافية وذلك باعتبار أن استثمار أوقات الفراغ بمثل هذه الأنشطة الترويحية الرياضية يعزز لدى الفرد الثقة بالنفس وبالتالي تحقيق الذات.

# الفصل الثاني:

## التواصل الاجتماعي

## تمهيد:

مهارة التواصل الاجتماعي هي مهارة تمكن الإنسان من التفاعل والتواصل مع الآخرين ومن خلالها تظهر الأعراف والعلاقات الاجتماعية بعدة صور لفظية وغير لفظية، والغرض من التواصل هو توصيل رسالتك للآخرين بوضوح وخالية من أي غموض والقيام بذلك ينطوي على بذل جهد من كل من مرسل الرسالة والمتلقي، ويعتبر الاتصال ناجح فقط عندما يكون كلا من المرسل والمتلقي قد فهموا نفس المعلومات نتيجة لعملية التواصل .

ولا يقتصر التواصل الاجتماعي على ما يدور بين شخص وآخر، بل قد يكون بين جماعة وأخرى ففريق كرة القدم يمثل جماعة تتواصل فيما بينها ومع الفريق الأخر.

ومنه فان حياة الإنسان في جماعات وتواصله معها، وما يتولد عن ذلك من علاقات اجتماعية هذا ما نشير إليه بالتواصل الاجتماعي حيث تمتد بعض أشكاله لصياغة الشخصية وتزويدها بالقيم والمعايير التي تعزز امتثال الإنسان للجماعة.

**1-تعريف التواصل:** في علم الاجتماع يعتبر كإشارة إلى ظاهرة اجتماعية وقوة رابطة لها دورها في تماسك المجتمع وبناء العلاقات الاجتماعية أي أن المجتمع الإنساني يقوم على مجموعة من العلاقات قوامها الاتصال وأن ما يجمع أفراد المجتمع هي علاقات اتصال بصرف النظر عن حجم المجتمع وطبيعة تكوينه. ( حليلة قادري، التواصل الاجتماعي، ط1، الدار المنهجية للنشر والتوزيع، وهران، 2016، ص 17).

أما علاء الدين احمد كفا في يعتبر التواصل نسق جماعي الذي يؤثر بطريقة أو بأخرى في العلاقات المتبادلة بين أعضاء الجماعة وآرائهم واتجاهاتهم وعليه فان أي تغير يحدث داخل الكائن الحي نتيجة لمؤثر ما سواء داخليا أو خارجيا فان ثمة اتصال قد حدث. ( علاء الدين أحمد كفا في وآخرون، مهارات الاتصال والتفاعل في عمليتي التعليم والتعلم، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2003، ص 17).

نلاحظ مما سبق أن التواصل إجراء يتم لتبادل الفهم بين الأفراد وضرورة اجتماعية تسمح باتصال الأفراد فيما بينهم وبما أن الإنسان كائن اجتماعي اتصالي فانه لا يستطيع العيش في معزل عن المجتمع

## 2-أهداف التواصل:

تهدف عملية التواصل إلى تغيير في:

**1-2-المعلومات:** والذي يتم عن طريق تزويد الأخر بمعلومات صحيحة وصادقة جديدة إضافية لم يطلع عليها أو يعرفها من قبل عن الفكرة أو الموضوع أو الشخص مدار البحث وتمكنه من أثاره معلوماته وتجديدها وتوسيع أفاقه واتخاذ القرارات الصائبة والسلوك السوي يساعده على التكيف مع نفسه ومجتمعه وبيئته . (إبراهيم أبو عرقوب، الاتصال الإنساني ودوره في التفاعل الاجتماعي، ط1، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، الأردن، 1993، ص 44).

-تصحيح معلوماته أو مفاهيم أو أفكار خاطئة لتجنب إرباك المستقبل وتوليد الشك لديه الأمر الذي قد يؤدي إلى سوء الفهم للأفكار والأشخاص والأمور وبالتالي تؤدي إلى قرارات خاطئة وسلوك خاطئ.

**2-2-الاتجاهات:** ويغير الناس اتجاهاتهم للتكيف مع بيئتهم بشكل أفضل ولإشباع حاجاتهم الداخلية فالاتجاهات الجديدة تعطي معنى للحياة وللعالم الذي يعيش فيه الإنسان.

**2-3-السلوكات:** تعديل أو تغيير السلوك العلني للمستقبل فالهدف هنا هو إقناع الشخص بالتخلي عن

السلوك السلبي أو الخاطئ وتبني السلوك الايجابي الصحيح. (إبراهيم أبو عرقوب، المرجع نفسه، ص 45).

3-أنواع التواصل: يقسم التواصل إلى نوعين أساسيين هما:

### 3-1-حسب حجم المشاركين في العملية التواصلية: وتقسم إلى :

\*التواصل الذاتي: وهذا الذي يسمح للفرد أن يكون على اتصال دائم مع ذاته وجوارحه وعواطفه فهنا يقيم الفرد حوار مع ذاته ويصدر لغة معبرة على أفكاره وتجاربه انطلاقاً من مدركاته والصور الذهنية التي كونها عن نفسه وبهذا يكون المرسل هو المستقبل أما موضوع الرسالة فتتمثل في الأفكار والمشاعر والحاجات التي يتطلبها الفرد في حين تكون قناة الرسالة هي المخ التي تنقل هذه الإيحاءات حسب الحالة النفسية المزاجية التي يكون عليها الفرد أما عن رجوع الصدى فيكون بالحديث مع النفس.

\*التواصل الشخصي: وهذا الذي يكون بين شخصين ويكون باستعمال كل من الضمير أنا وأنت حيث يتبادلان الدور في الحديث حيث يصبح المرسل مستقبلاً والمستقبل مرسلًا فهو يتواجد وجهًا لوجه وفي نفس المكان وبهذا فهو تواصل شخصي مباشر أما إن كان غير مباشر فهو يتمعن طريق واسطة كالهاتف أو المراسلة أو الدردشة عن طريق جهاز الحاسوب وفي هذا النوع لا يكون هناك مواجهة بين المرسل والمستقبل والتغذية الراجعة تكاد تكون معدومة وإذا ما حدثت فإنها تحدث في وقت متأخر.

\*التواصل الاجتماعي: وهذا يتطلب عدة متواصلين مستعنيين بقنوات الاتصال السائدة في الوقت الحالي نجده في محيطنا الأسري المهني التربوي يهتم به الآباء والأصدقاء وزملاء العمل والمنظمات.

### 3-2-التواصل حسب اللغة المستخدمة: وهنا لا ينبغي أن تقتصر كلمة اللغة على اللغة اللفظية فقط ولذلك

فإن كل فهم منظم ثابت يعبر به الإنسان على فكرة تجول بخاطره أو إحساس ما إنما هي لغة قائمة بذاتها ولذلك فإن التعبير بالصور والموسيقى والحركة واللون يصبح لغة إذا ما حققت للإنسان هدفاً في نقل أحاسيسه وأفكاره إلى الغير ولا بد من توافر خاصيتين أساسيتين في اللغة هما:

-تتكون اللغة من مجموعة من المفردات يحكم تركيبها وترتيبها وفق قواعد خاصة تمنح هذه المفردات معاني خاصة. -أن يكون لهذه المفردات نفس المعنى التي تعبر عن المجموعة من المفردات الأخرى فيستطيع الإنسان أن يعبر عن معظم المعاني بطرق مختلفة. ( رانيا ممدوح صادق: تفعيل دور الاتصال الإقناعي للإعلان المطبوع في الحملات الإعلانية بهدف التأثير في قرارات شراء المتلقي، العدد 14، مجلة البلقاء التطبيقية للبحوث والدراسات، ديسمبر، 2011 ).

### 3-3- الفرق بين الاتصال والتواصل:

في هذا الشأن يذكر عصام سليمان الموسى أن أصل كلمة التواصل هو فعل تواصل الذي يشير إلى حدوث المشاركة بين طرفين ويعني الوصال والرغبة في إقامة العلاقة المتينة بين طرفي العلاقة المشاركين فيها كما يعني انفتاح الذات على الآخر في علاقة حية لا تنقطع حتى تعود من جديد أما الاتصال مأخوذ من كلمة اتصل فيعني وصل شيء بشيء وهذا يشير إلى رغبة أحد الطرفين بإقامة علاقة مع الآخر وان الآخر قد يستجيب متفاعلا مع تلك الرغبة أو قد يرفضها.

وفي اعتقادنا انه إذا أردنا أن نتكلم عن النشاطات الإنسانية نجد أن الاتصال هو عملية تبدأ زمنيا قبل التواصل.

وقد أكد حسن عماد مكاوي وزميله أن الاتصال لا يعني مجرد توجيه رسالة من طرف إلى آخر فهو العملية التي يمكن أن يطلق عليها النشر أو الإرسال فلكي يتم التواصل لابد أن يتلقى الطرف الأول ردا على رسالته وان تستمر الردود والرسائل.

بخلاف التواصل الذي يعتبر صيرورة مستمرة لتوفر عامل التفاعل بين المرسل والمستقبل هذا التفاعل يستلزم مشاركة الآخر وجدانيا ومعرفيا وفكريا لذلك فإن التواصل يوسع نطاق التفاعل (الذي لا يتوفر في الاتصال) والتعامل مع الآخرين خلال تبادل الأفكار وإثراء النقاش والحوار. (حسين عماد مكاوي، ليلى حسين السيد، الاتصال ونظرياته المعاصرة، ط5، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة، 2004، ص26-32).

### 4- التواصل الاجتماعي:

بمفهومه الضيق يمكن تعريفه بمجموعة ردود أفعال (استجابات) تواصلية تكون بين المرسل والمستقبل هدفها تغيير الاتجاهات والقيم من خلال نقل المعلومات والأفكار والمعارف. (Jo M, Katambwe, la nouvelle communication sociale, congres du concept de communication publique, université du Québec a trois rivières, canada, 2008, p

ويرى زهير عابد (2012-1395) أن التواصل الاجتماعي ظاهرة اجتماعية تقوم على علاقات تفاعلية وتحديدًا بين أعضاء الثقافة الواحدة كما يشعر فيها المشارك انه فاعل ومتفاعل اجتماعيا وليس كما كان يعتقد في نفسه أنه هامشي لا دور له.

في حين تعتبر المنظمة العالمية للصحة أن التواصل الاجتماعي عبارة عن سيرورة جوهرية مدروسة ومنظمة لأجل التغيير والتحسيس الاجتماعي لأكبر عدد من المشاركين من الأفراد فهو نفعي لان هدفه تغيير الاتجاهات والمعارف والأفكار والسلوكيات. ( Organisation mondiale de la santé, juin2020, p10 ).

## 5-مكونات التواصل الاجتماعي:

يتم التواصل من خلال مجموعة من المكونات هي:

\*المرسل: وهو الشخص الذي لديه مجموعة من الأفكار والمعلومات التي يرغب في نقلها الى الطرف الأخر. ( بنات صالح، سهيلة محمود، أثر التدريب على مهارات الاتصال وحل المشكلات في تحسين تقدير الذات والتكيف لدى النساء المعنفات وخفض مستوى العنف الأسري، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا الجامعة الأردنية، 2004 ).

\*المستقبل: وهو الطرف الأخر في عملية التواصل الذي يتلقى الرسالة باستخدام حواسه المختلفة وينظم المعلومات الواردة فيها ويفسرها ويدرك معانيها ودلالاتها. ( دغيشم، تنمية مهارات التواصل الاجتماعي، دراسة تجريبية على عينة من الطالبات المتفوقات في المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، البحرين، 2001 ).

\*الرسالة: ويقصد بها الرموز التي تحمل مجموعة معاني وان مضمون هذه الأفكار والمعلومات تتكون من رموز ذات معاني مشتركة بين المرسل والمستقبل وتكون فعالة ومؤثرة إن صادفت ظروفًا مناسبة من قبل المستقبل.

\*الوسيط: وتسمى أيضا قناة التواصل هي الوسيلة الحاملة لمضمون الرسالة التواصلية سواء بصورة لفظية أو غير لفظية أو ما وراء لفظية وقناة التواصل هي الأداة التي يمكن من خلالها إيصال رسالة من المرسل إلى المستقبل. ( دغيشم، المرجع نفسه ).

\*التغذية الراجعة: أو استجابة المستقبل ردا على مضمون الرسالة التواصلية بحسب خبرته وحدود إدراكه وفهمه وتفسيره لها. (الكلوب بشير عبد الرحيم، التكنولوجيا في عملية التعلم والتعليم، ط1، دار الشروق، عمان، 1999 ).

\*بيئة التواصل: وهي كل ما يحيط بعملية التواصل بمختلف مكوناتها وظروفها والأحداث والوقائع التي تتم أثناء التواصل ويضيف الباحثون إلى مكونات التواصل البيئة ويقصد بها أي اضطراب أو تشويش يحدث أثناء نقل الرسالة وهذا التشويش غالبا ما يقع على قناة الاتصال وقد يكون ميكانيكيا أو دلاليا يحدث داخل الفرد نفسه . ( الحيلة محمد محمود ، أساسيات تصميم وإنتاج الوسائل التعليمية، ط2، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2003 ).

## 6-أنواع التواصل الاجتماعي:

1-6-التواصل اللفظي: يعتمد أساسا على الرموز اللغوية، فلا إتمام الاتصال اللفظي لابد أن تكون هناك لغة يستطيع أن يعبر بها الفرد عن أفكاره، ولا بد أيضا أن يكون قادرا على فهم لغة الآخرين.

لذلك تعد اللغة بمثابة الوسيلة الأساسية التي تشكل طريقة التفاعل بين الأفراد، ويتعلم المرء من خلال استخدامها كيفية التعرف على الآخرين وتبادل الخبرات والمشاعر والمعتقدات فضلا عن كونها أدق وأسرع أداة يستخدمها الإنسان للتعبير عن مشاعره، وأفكاره. ( إسماعيل، محمود ، مبادئ علم الاتصال ونظريات التأثير، حسن، ط1، الدار العالمية للنشر والتوزيع، القاهرة، 2003 ).

2-6-التواصل غير اللفظي: يشتمل التواصل غير اللفظي كل أنواع التواصل التي تعتمد على اللغة غير اللفظية والتي تتمثل في الإشارات والحركات والتعبيرات(ويلعب التواصل غير اللفظي دورا هاما في العلاقات الشخصية وتنظيم التفاعل الاجتماعي حيث أكد بعض الباحثين أن الإشارات غير اللفظية تقوم بأدوار خاصة في تنظيم التفاعل الاجتماعي والتعبير العاطفي والمواقف الشخصية) ويمكن تصنيف التواصل الغير لفظي إلى:  
أ-لغة الإشارة: سواء كانت إشارة بسيطة أو معقدة يستخدمها الإنسان في التواصل مع الآخرين.

ب-لغة الحركة: وتتضمن جميع الحركات التي يقوم بها الإنسان لينقل إلى الغير ما يريد من معاني ومشاعر.  
ج-لغة الأشياء: ويقصد بها ما يستخدمه مصدر التواصل بخلاف الإشارة والحركة للتعبير عن معاني واحاسيس . ( حسن، حمدي ، مقدمة في دراسة وسائل وأساليب الاتصال، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1987 ).

3-6-التواصل الكتابي: التواصل مع الناس مهمة اجتماعية مستمرة و يتوقف النجاح في التواصل على امتلاك مهارات معينة فكلما ازدادت مهارات الكتابة و الحديث كان التواصل أكثر فعالية و التواصل جزء من الحياة اليومية فأنت غالبا تستخدم في التواصل الكلمات المنطوقة أو المكتوبة و أحيانا يتم التواصل دون قول أو كتابة و ذلك حين تنقل إلى شخص آخر رسالة غير لفظية بدون كلمات كأن تحتضن صديقك حين تلقاه و قد يكون

التواصل بالإيماءات كان تبتسم أو تلوح بيدك تحية لإنسان و كأن تسد انفك للتعبير عن التقزز من رائحة كريهة فهذا تواصل غير لفظي , و يختلف التواصل اللفظي عن التواصل الكتابي فبرغم أن لكل شخص أسلوبا متميزا في التواصل اللفظي فان الناس في التواصل الكتابي لا يتواصلون بذات الأسلوب الذي يتحدثون به لان التواصل اللفظي يتم غالبا وجها لوجه و تلعب فيه الإيماءات و حركات الوجه و الجسم دورا فعالا و هذا لا يتوفر في التواصل الكتابي و التواصل الكتابي أكثر رسمية من التواصل بالكلام فالكتابة تعتمد على استخدام قواعد اللغة و المهارة في عرض المكتوب و لذا يجب أن تكون الرسالة المكتوبة كاملة في ذاتها لان الكاتب على عكس المتكلم لا يستفيد من وسائل الاتصال غير اللفظية كالإيماءات و الحركات و تعبيرات الوجه و معرفة اثر كلامه على المستمعين . ( حباب أحمد عبد الوهاب بابكر: التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي، بحث تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير، السودان، 2017) .

ويعتبر التواصل اللفظي أكثر تعبيرا من التواصل الكتابي حيث انه يساعد على فهم وتقريب المعلومة بين الأفراد بما فيه من إيماءات وحركات وتعبيرات الوجه الذي تساعده على معرفة إثر كلامه على المستمعين

**7-خطوات التواصل الاجتماعي الفعال:** لقد بين الباحثون أن عملية التواصل الاجتماعي تتم وفق مجموعة خطوات متتابعة هي كما يأتي:

- ✓ تحديد غرض التواصل: ما هو الهدف من التواصل وما هو المطلوب تحقيقه جراء التواصل مع الآخرين.
- ✓ تحديد محتوى التواصل: من معلومات وقيم وسلوك ومهارات وترجمة هذا المحتوى إلى حقيقة أو خبرة إنسانية محسوسة.
- ✓ تحديد خصائص وحاجات المستقبلين للتواصل: وتشمل القيم والميول الشخصية العامة ومعتقداتهم الجسمية ودرجة ذكائهم وخلفياتهم الثقافية والاجتماعية والاقتصادية والسلوكية والأساليب الإدراكية سمعية وبصرية أو مركبة مباشرة أو مستقلة أو فردية.
- ✓ تحديد الوقت المناسب للتواصل: وتتم من خلال التعرف على الظروف النفسية والتربوية العامة للأشخاص ومدى توافق هذه الظروف مع طبيعة وهدف رسالة التواصل وواسطته ووسائله.
- ✓ تحديد وسائل التواصل المناسبة: فالكلمة أما أن تكون ملفوظة أو مسموعة أو مرئية أو مطبوعة أو صورة أو فيلم أو هاتف.

✓ تحديد أساليب التغذية الراجعة: التي تمكن من تقييم صلاحية وفعالية التواصل من حيث الغرض والمحتوى والتوقيت والوسيلة وتساعد على تحسين التواصل وزيادة مردودة النفسي والإنساني . (حمدان محمد زياد: سيكولوجيا الاتصال التربوي، ط1، دار التربية الحديثة، عمان، الأردن، 2000. )

## 8-معوقات التواصل الاجتماعي:

يمكن تصنيف المعوقات التي تواجه عملية التواصل وتؤثر على فعاليتها بما يأتي:

### 8-1-معوقات شخصية: ويقصد بها مجموعة العوامل التي تعود إلى المرسل والمستقبل في عملية التواصل

وتحدث فيها آثار عكسية ويمكن تحديد هذه المعوقات بما يأتي:

-عدم وجود تخطيط كافي لعملية التواصل فكثيرا من الأحيان يبدأ الشخص بالتحدث أو الكتابة دون تفكير مسبق وبدون تحديد الغرض من الرسالة التي يريد إيصالها للآخرين.

-عدم القدرة على التعبير بالرغم من وضوح الفكرة.

-ضعف الإصغاء.

-كثرة التشويش الناتج عن المؤثرات المتعددة التي تؤثر على عملية التواصل سواء كان التشويش ميكانيكي او تشويش فسيولوجي لدى الشخص المتلقي كضعف في السمع.

-الرقابة على التواصل وحذف بعض أجزاء الرسالة تؤدي إلى صعوبة في فهم المقصود.

-عدم اختيار وسيلة مناسبة للتواصل. (سالم فؤاد: مفاهيم الإدارة الحديثة، ط1، المكتبة الحديثة، عمان، الأردن، 1982، ص 21).

### 8-2-معوقات نفسية: تعتبر المعوقات النفسية والجسدية من أكثر المعوقات أثرا على التواصل فمنها ما هو ثابت

ودائم كمعاناة الشخص من اضطراب الحواس أو الاضطرابات الإدراكية المستقرة ومنها ما هو متغير بمعنى مرور الشخص بحالة نفسية عابرة. (الناقلي محمد أحمد: الاتصال الإنساني في علم النفس، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، 1991، ص 43).

وقد أشار عليان والديس (1999) إلى بعض العوامل الثقة والخوف والرغبة والتعصب التي تؤدي الى خوف

أحد أطراف التواصل من الآخر وتولد عدم الرغبة في التواصل او التعصب بالرأي بحيث لا يقبل رأي مخالف لرأيه

قد يدفع الآخرين إلى عدم تقديم آرائهم ومقترحاتهم خوفا من الإحراج فيلجؤون إلى عدم التفاعل مع العملية

الاتصالية والتعامل معها بجمود. (عليان، ربيحي والديس، محمد: وسائل الاتصال وتكنولوجيا التعليم، ط1،

دار الصفا للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1999، ص 166).

2-8- معوقات بيئية: وتشمل البيئة بكافة أبعادها (المادية والتقنية والطبيعية) فهناك عوائق تتصل بالمؤثرات الخارجية مثل الضوضاء وارتفاع درجة الحرارة وشدة البرودة التي تحول دون إمكانية حدوث التواصل بصورة جيدة. (الجميلي خيري خليل: الاتصال ووسائله في المجتمع الحديث، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر، 1997، ص 39).

## 9- خصائص التواصل الاجتماعي:

للتواصل الاجتماعي العديد من الخصائص كما ذكرها حنورة (2007.35) كما يلي:

- ✓ يعد التواصل الاجتماعي وسيلة اتصال وتفاهم بين افراد المجموعة فمن غير المعقول أن يتبادل افراد المجموعة الأفكار من غير حدوث تفاعل اجتماعي بين أعضائها.
- ✓ لكل فعل رد فعل مما يؤدي إلى حدوث التفاعل الاجتماعي بين الأفراد.
- ✓ عندما يقوم الفرد داخل المجموعة بسلوكيات وأداء معين فإنه يتوقع حدوث استجابة معينة من افراد المجموعة أما ايجابية أو سلبية.
- ✓ التفاعل بين افراد المجموعة يؤدي إلى ظهور القيادات وبروز القدرات والمهارات الفردية.
- ✓ إن تفاعل الجماعة مع بعضها البعض يعطيها حجم أكبر من تفاعل الأعضاء وحدهم دون الجماعة.
- ✓ أيضا من خصائص ذلك التفاعل توتر العلاقات الاجتماعية بين الأفراد المتفاعلين مما يؤدي إلى تقارب القوى بين أفراد الجماعة. (حباب أحمد عبد الوهاب بابكر: التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي التواصل الاجتماعي، بحث تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير، السودان، 2017، ص 53).
- ✓ ونظرا لان التواصل الاجتماعي وسيلة اتصال بين الأفراد والجماعات فإنه بلا شك ينتج عنه مجموعة من التوقعات الاجتماعية المرتبطة بموقف معين.
- ✓ مما يحث على ضرورة إتقان التواصل الاجتماعي والاهتمام به ولا بد من فهم وإدراك معنى التواصل الاجتماعي لما له من تأثير على جميع نواحي الحياة.

## 10- أهداف التواصل الاجتماعي:

للتواصل الاجتماعي أهداف تنحصر في:

- إعلام وتوعية الأفراد بالمشكلات الاجتماعية من اجل اخذ الحذر والحيطه وحتى يكون على دراية تامة بما يجري حوله مع نية إعطاء كل فرد سلطته.
- نقل القيم لأجل تعزيز شبكات التضامن الاجتماعي.
- تعديل الأفكار أو سلوكيات الأفراد أو الجماعات ( Peter stockinger: communication sociale inalco, Paris, 2007-2008 ).

كما لخص حلبي أهداف التواصل الاجتماعي في:

- ييسر التفاعل الاجتماعي تحقيق أهداف الجماعة ويحدد طرائق إشباع الحاجات.
  - تعلم الفرد والجماعة بواسطته أنماط السلوك المتنوعة والاتجاهات التي تنظم العلاقات بين الأفراد وجماعات المجتمع في إطار القيم السائدة والثقافة والتقاليد الاجتماعية المتعارف عليها.
  - يساعد على تقييم الذات والآخرين بصورة مستمرة.
  - يساعد التفاعل على تحقيق الذات ويخفف وطأة الشعور بالضيق فكثيرا ما تؤدي العزلة إلى الإصابة بالأمراض النفسية.
  - يساعد التواصل على التنشئة الاجتماعية للأفراد وغرس الخصائص المشتركة بينهم.
- نستخلص أن التواصل الاجتماعي يهدف إلى مساعدة الأفراد على تحقيق الذات والانتماء الى الجماعة. ( حباب أحمد عبد الوهاب بابكر: مرجع سبق ذكره، ص 65 ).

## 11-مستويات التواصل الاجتماعي:

يمكن تصنيف مستويات التواصل الاجتماعي كما يراه حنورة إلى:

### 1-11-التواصل بين الأفراد:

إن نوع التفاعل القائم بين الأفراد هو أكثر أنواع التفاعل الاجتماعي شيوعاً فالتفاعل الاجتماعي القائم بين الأب والابن والزوج والزوجة والرئيس والمرؤوس... وبيئة التفاعل في هذه الحالة الأفراد الذين يأخذون سلوك الآخرين في الحسبان ومن ثم يؤثر عليهم وعلى الآخرين.

وفي عملية التطبيع الاجتماعي مثلاً نجد أن التفاعل الاجتماعي يأخذ هذا التسلسل الطفل-الأم-الطفل وإخوته-الطفل وأقرانه-الشباب والمدرسة-الشباب والعاملين معه-الشباب ورؤسائه... وفي كل تلك الصلات الاجتماعية نجد أن الشخص جزء من البيئة الاجتماعية للآخرين الذي يستجيب بنفس الطريقة كي يستجيب له كل فرد من الآخرين ومن ثم يتفاعل معهم.

### 11-2-التواصل بين الجماعات:

إن التواصل القائم بين القائد وإتباعه أو المدرس وتلاميذه أو المدير ومجلس الإدارة فالمدرس في مثل هذه الحالة يؤثر في تلاميذه كمجموعة وفي نفس الوقت يتأثر بمدى اهتمامهم وروحهم المعنية والثقة المتبادلة بينهم ومن ناحية أخرى نجد أن الشخص المتفاعل مع مجموعة معينة من الأشخاص في مرات متكررة ينجم عنه وجود نوع من المتوقعات السلوكية من جانب الجماعة أي سلوك معين متعارف عليه . (حباب أحمد عبد الوهاب بابكر: مرجع سبق ذكره، ص 55) .

## 12- نماذج التواصل الاجتماعي:

إن التواصل يعتمد في مبادئه على انتقال الرموز ذات المعاني المتعارف عليها في المجتمع ويتم تبادلها بين الأفراد والجماعات ومن أهم نماذج التواصل الاجتماعي نذكر ما أشار إليه الباحثون وهي:

12-1-النموذج الخطي أو أحادي الاتجاه: وهنا يقوم المرسل بتحرير أفكاره ومشاعره في رسالة ثم يحقنها من خلال وسيلة معينة (حديث، رسم، كتابة) إلى المستقبل الذي يحاول تفسير رموزها بطريقة تشبه ما أراده المرسل وإذا قدر للرسالة أن تمضي من غير تشويش وفي خط واحد ومستقيم فإنه قد كتب لها النجاح.

**12-2-النموذج التبادلي أو ثنائي الاتجاه:** النموذج الواحد لتفسير عملية التواصل لا يعكس العملية التواصلية بدقة فمن ناحية لا يمكن القول بان الاتصال يسير في اتجاه واحد (من المرسل إلى المستقبل) إذ يسهل علينا أن نرى معظم حالات التواصل خاصة في الاتصال بين شخصين أو مجموعة صغيرة من الناس تسير اتجاهين فالنموذج السابق (ذو الاتجاه الواحد) يتجاهل رجوع الصدى وردة الفعل من المستقبل تجاه ما يستقبله من رسائل ثم يقوم بإرسال وهكذا يتحول من مرسل ثم إلى مستقبل في وقت قصير جدا وحتى في الوقت نفسه.

**12-3-نموذج التواصل التفاعلي :** نظرا لان عملية التواصل معقدة فان كلا من النموذجين السابقين (ذي الاتجاه الواحد أو الاتجاهين) يقصر عن التفسير الكامل عن هذه العملية فالتواصل يعتمد على البيئة التي يتم فيها سواء كانت بيئة مادية أو اجتماعية أو ثقافية كما انه يعتمد على العوامل النفسية أو الذاتية لكل من طرفي الاتصال و يحاول نموذج التواصل التفاعلي أن يشمل كافة عناصر الاتصال الفاعلة كبيئة الاتصال و رجوع الصدى و ما يعقبه من سلوك و تصرفات و هذه طبيعة العلاقة الاجتماعية حيث أنها لا تنتهي بل ينبني بعضها على بعض فالتبيعة التفاعلية للتواصل تشرح طبيعة التأثير المتبادل الذي يحدث عندما نتفاعل مع بعضنا البعض لان التواصل ليس ما يفعله شخص لشخص و إنما ما يفعله شخص مع شخص فالتواصل يعتمد على العلاقة مع الطرف الآخر و كلما كان الطرف الآخر أكثر مهارة في التواصل كانت فرص النجاح فيه اكبر. (أمل بنت علي ناصر الزيدي، إدمان الأنترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى، رسالة ماجستير، 2014، ص 21).

## خلاصة:

ان التواصل الاجتماعي الفعال هو المحدد الاساسي لنوعية او جودة الحياة التي يحصل الانسان من خلالها على الإحساس بالجدارة و الكفاءة و القيمة الذاتية حيث يحول أي قصور في هذه المهارات دون مشاركته في أنشطة الحياة اليومية بما تطرحه من خبرات و مواقف و أحداث ، و ان التفاعل الاجتماعي الفعال يعطي الفرصة للفرد لتكوين صورته عن ذاته و ادراكها من خلال ردود أفعال الأشخاص الآخرين اتجاهه ، لذلك فان أي قصور أو ضعف في مهارات التواصل لدى الفرد تؤثر على نموه النفسي و الاجتماعي و التعليمي و لا يقتصر أثرها على الفرد ذاته و انما تمتد لتشمل المحيطين به.

# الفصل الثالث:

## المراهقة

## تمهيد:

لقد أكد العلماء والباحثون على ضرورة دراسة مرحلة المراهقة باعتبارها أهم مراحل العمر كما تجعلنا أقدر على التعامل مع المراهق من جهة وعلى فهم حالته النفسية من جهة أخرى.

وتعتبر المراهقة أصعب المراحل التي يمر بها الإنسان لكونها تشتمل على عدة تغيرات ناتجة عن تأثر المراهق بعوامل داخلية نفسية وفسولوجية وانفعالية وكذا جسمية واجتماعية تؤثر على سلوكه وشخصيته وعلاقاته الاجتماعية وهذه التغيرات تكون في نمو سريع كما تتميز هذه المرحلة بالاندفاع والتقلبات العاطفية التي تجعله كثير القلق والتوتر.

لذا وجب علينا في بحثنا هذا التطرق إلى هذه المرحلة، ومعرفة ما تحتويه من تغيرات وتأثيرها على شخصية الطفل وخاصة تلميذ الطور الثانوي.

## 1- مفهوم المراهقة:

لغة: الاقتراب والدنو من الحلم بحيث يقال رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنا وراهق بمعنى قارب والمراهق هو الفتى الذي يدنو من الحلم واكتمال الرشد وكلمة مراهقة تقابلها باللاتينية (adolescent) وهي مشتقة من الفعل اللاتيني (adulte) بمعنى التدرج نحو النضج الجسمي، العقلي، الانفعالي. (ميخائيل أسعد إبراهيم، مشكلات الطفولة والمراهق، ط1، دار الأفاق الجديدة، بيروت، 1999، ص31).

اصطلاحاً: المراهقة هي مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى الشباب حيث تحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية ذهنية ولا يوجد في الواقع تعريف واحد للمراهقة حيث نجد تضارب للآراء حول تعريفها فنجد هناك من يرى أن فترة المراهقة هي فترة التحول الفيزيقي نحو النضج وتقع بين مرحلة بداية البلوغ وبداية سن الرشد. (محمد عاطف غيث، قاموس علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1989، ص18).

ويرى إبراهيم شقشوق " المراهقة بأنها مرحلة ذات طبيعة بيولوجية واجتماعية السواء تتميز بحدوث تغيرات بيولوجية عند البنين والبنات ويتوافق مع هذه التغيرات الاجتماعية، وتضم الأفراد الذين تقع أعمارهم ما بين 12 إلى 18 سنة .

## 2- مراحل المراهقة:

إن المراهقة تنقسم إلى ثلاثة مراحل تتمثل في المراهقة المبكرة (11-14 سنة) والمراهقة المتوسطة (14-18 سنة) والمراهقة المتأخرة (18-21 سنة) وسيتم تفصيل كل مرحلة فيما يلي:

1-2- المراهقة المبكرة (11-14 سنة):

يرى علماء النفس انه في هذه المرحلة من العمر يتضاءل سلوك الطفل وذلك لخروجه من مرحلة الطفولة والدخول في مرحلة المراهقة التي تبدأ معها المظاهر الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والدينية والأخلاقية الخاصة بالمراهق في الظهور، واهم مظاهر النمو فيها هو البلوغ الجنسي ونمو الأعضاء التناسلية.

### 2-2- المراهقة المتوسطة (14-18 سنة):

في هذه المرحلة يشعر المراهق بالنضج الجسمي وبالاستقلال الذاتي نسبياً، كما تتضح له المظاهر المميزة والخاصة بمرحلة المراهقة الوسطى، لذلك تراه يهتم اهتماماً كبيراً بنموه الجسمي كما تتميز هذه الفترة بكونها فترة توجيه مهني ودراسي لأن القدرات الخاصة تبدأ بالظهور بشكل واضح. (عبد الرحمان الوافي، وزيان سعيد، النم و من الطفولة إلى المراهقة، ط1، الخنساء للنشر والتوزيع، 2004، ص49).

### 3-2-3- المراهقة المتأخرة (18-21 سنة) :

في بعض المجتمعات تعتبر المراهقة المتأخرة بمرحلة الشباب بحكم أن هذه المرحلة يلتحق فيها المراهقون بالجامعة، ولكن ليس كل المراهقين ومن ثم يتخذون القرار النهائي لحياتهم والذي يتعلق بالحياة المهنية والزواج، كما نجد المراهق في هذه المرحلة قد يلتحق بمراكز التكوين أو يتجه مباشرة إلى الحياة العملية دون الالتحاق بالجامعة، وبعض المراهقين يختارون حياة الانحراف وعلى هذا الأساس تعتبر مرحلة خطيرة بالنسبة للفرد. ( عبد الرحمان الوافي، وزيان سعيد: مرجع سبق ذكره، ص 49 )

### 3-مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:

ان مرحلة المراهقة تختص عن باقي مراحل الحياة بشيء هام وهو التغيرات التي تطرأ على الفرد من الناحية الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية والنفسية والاجتماعية والحركية.

#### 3-1-1-النمو الجسدي والفيزيولوجي:

يتميز النمو الجسدي في السنوات الأولى من المراهقة بسرعة مذهلة أو تعرف بعدم الانتظام والتناظر في النمو، وتدل الدلائل أن الفتيان في المتوسط يكونون أطول من الفتيات ويحتفظون بهذا التوقف، كما تتمثل هذه المرحلة في تغيرات فيزيولوجية تتمثل في نمو القلب وزيادة الضغط، ونمو الرتتان، واتساع الصدر عند الأولاد أكبر من البنات، كما تكبر أجزاء الجهاز الهضمي، ويتضح ذلك في إقبال المراهق على الغذاء.

ويزداد نمو الألياف العصبية في المخ من ناحية الطول والسلك، أما الوصلات بين الألياف العصبية فتزداد ويرتبط هذا بنمو وتطور العمليات العقلية كالتفكير والتفكير والانتباه...

وتكبر الغدد العرقية مما يجعلها تفرز كميات هائلة من العرق عند بذل أي جهد ولو كان بسيط، إلى جانب ذلك نجد أن الغدد الصماء لها تأثيرها المباشر وغير المباشر على الحياة الانفعالية للمراهق وأهمها الغدد النخامية التي تساهم في نمو العظام عند زيادة إفرازاتها، وكذا الغدد الدرقية التي تفرز هرمون الدرقي الذي يؤدي إلى إسراع جميع العمليات الكيميائية ويساعد على نمو الفرد. ( محمد مصطفى زيدان: دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعلم العام، دار الشروق، جدة، ص 155-156 ).

### 3-2-النمو الحركي:

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فترة المراهقة في النمو الحركي حيث يرى كولين "ان حركات المراهق في سن 13 سنة تتميز بالاختلال في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام. (محمد حامد الأفندي: علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية، ط1، دار الهناء للطباعة والنشر، د.ت، ص386).  
أما (nahnkarg) فيرى أن المراهقة فترة ارتباك حركي واضطراب، ويمكن تلخيص مواطن هذا الاضطراب والارتباك الحركي بين 12 و15 سنة كالتالي:

-الارتباك العام أي عدم التناسق والانسجام في الحركات.

-اكتساب الرشاقة.

-ارتفاع كبير في الحركات الزائدة، المفرطة خاصة في الجري والمشي.

-صعوبة بالغة في استخدام القوة أي نقص الجهد اللازم وعدم قدرته على القوى العضلية.

-نقص في القدرة على التحكم الحركي وإعاقة في اكتساب واستيعاب الحركات الجديدة.

-التعارض في السلوك الحركي العام.

أما في مرحلة ما بين 15-18 سنة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك الحركي و الاضطراب ، و تأخذ مختلف النواحي للمهارات في التحسن و الرقي لتصل إلى درجة عالية من الجودة ، و يستطيع فيها الفتى و الفتاة سرعة الاكتساب و تعلم مختلف الحركات و إتقانها و تثبيتها بالإضافة إلى ذلك فان عامل قوة العضلات الذي يتميز به الفتى يساعده على ممارسة أنواع عديدة من الرياضة التي تتطلب المزيد من القوة العضلية ، كذلك زيادة مرونة عضلات الفتاة تسهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية كالجماز و الكرة الطائرة و التمارين الفنية بحيث تسهم عمليات التدريب الرياضي المنظمة في المستويات الرياضية العالية ، كما تلعب عملية التركيز الواعية و الإرادة القوية دورا هاما و فعالا . (محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي ، ط8، دار المعارف، 1992، ص145).  
أما بعد 18 سنة حتى 21 سنة يصل الفرد إلى اكتمال الصفات البدنية كالقوة العضلية، المرونة والرشاقة، وبذلك يصل إلى المستوى الأعلى أكثر.

### 3-3-النمو العقلي:

تتطور الحياة العقلية نحو التمايز، وتكسب حياة الفرد ألوانها من الفعالية تساعد على إعداد نفسه للتكيف الصحيح مع البيئة الثقافية والاجتماعية التي يعيش فيها، ولهذا تبدو مهمة مع العمليات الفكرية لدى المراهقين المتدرسين ويتضح هذا فيما يلي:

-الذكاء: هو محصلة النشاط العقلي كله أو هو القدرة العقلية العامة التي تبني المستوى العام للفرد كما عرفه بيرت " بأنه القدرة العقلية المعرفية العامة ويقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية، بل تأثره بالنواحي الإدراكية وهذه المرحلة مرحلة وجب فيها استخدام اختبارات الذكاء والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة، واكتشاف إمكانيات وقدرات التلميذ المراهق من جهة أخرى لتضمن له بدء التعمق الدراسي وبالأخص التوافق الدراسي الجيد. (فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975، ص283).

-الانتباه: تزداد مرحلة المراهق على الانتباه سواء في مدة الانتباه أو مداه، فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة ومعقدة بسهولة أي يبلور شعوره على كل شيء في مجاله الإدراكي. (محمد مصطفى زيدان: مرجع سبق ذكره، ص157).

-التفكير: يتأثر المراهق بالبيئة وهذا ما يحفزه إلى اللجوء إلى مختلف الطرق لحل مشاكله، ورغم انه يرتفع على التفكير الحسي ويرتقي إلى مرتبة التفكير المجرد، إلا أن هذا الرقي يستخدم فيه الاستدلال بنوعيه الاستقراء والاستنتاج، وما يهم المراهق أن تفكيره دائما مبني على افتراضات للوصول إلى حل المشكلات.

-التذكر: تؤكد الأبحاث العديدة أن عملية التذكر تنمو في المراهقة وتنمو معها قدرة المراهق على التعرف والاحتفاظ.

-التخيل: يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان وله وظائف عدة فهو أداة ترويجية كما انه مسرح لمطامع الغير محققة وهو يرتبط بالتفكير ذلك أن الخيال وسيلة من وسائل حل المشاكل بالنسبة للمراهق، ويعتبر وسيلة هامة لتحقيق الانفعالات. (محي الدين مختار: محاضرات علم النفس الاجتماعي، د.ط، قسنطينة، 1998، ص166).

-الإدراك: يتجه إدراك المراهق إلى إدراك العلاقات المجردة والغامضة والمعنوية والرمزية وعلى هذا الأساس وبهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة والتي لا تقوم على البرهنة والإقناع.

### 3-4- النمو الانفعالي:

يشكل النمو الانفعالي في المراهقة جانبا أساسيا في عملية النمو الشاملة وتعتبر دراسي هامة جدا وضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق بل لتحديد وتوجيه المسار الإنمائي لشخصيته ككل، والغوص إلى أعماق ذاته المتحولة بكل مل تحمله من العواطف والأفكار. (ميخائيل إبراهيم أسعد: سيكولوجيا الطفولة والمراهقة، دار الأفاق الجديدة، بيروت، ص302).

### 3-5- النمو الجنسي:

تنمو أعضاء التناسل وتتكاثر نموا واضحا في هذه الفترة وهذه الأعضاء يزيد وزنها في الفترة الواقعة بين 10 و20 سنة، كما تتميز بظهور الشعر في العانة وتحت الإبطن ونمو الثدي لدى البنات، ويحتمل ظاهرة بدء النمو الخاصة بالمبايض قبل تبرعم الصدر، وتميل الدورات الشهرية في بدايتها إلى أن تكون غير منتظمة، ولعل سبب ذلك أن الفتيات لا تصل إلى مرحلة الخصوبة الكاملة كما يحدث في مرحلة المراهقة تغيرات في الصوت وتتمثل في تسع درجات أو نغمات منخفضة تضاف للصوت العادي لدى البنين، بينما تصل هذه الدرجات إلى ثلاثة فقط بالنسبة إلى الفتاة. (إبراهيم قشقو: سيكولوجية المراهقة، ط3، المكتبة الأنجلو مصرية، 1989، ص137).

### 3-6- النمو الاجتماعي:

تتميز الحياة الاجتماعية في المراهقة بأنها مرحلة التي تسبق تكوين العلاقات الصحيحة التي يصل إليها المراهق في مرحلة الرشد

- ✓ - التآلف: ويتضمن ما يلي:
- الميل إلى الجنس الآخر.
- الثقة وتأكيدات الذات.
- الخضوع إلى جماعة النظائر.
- ✓ البصيرة الاجتماعية.
- ✓ اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي. (محي الدين مختار: محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1982، ص167-168).

✓ -النفور: ويتمثل فيما يلي:

- التعصب.

- السخرية.

- المنافسة.

- التمرد. ( محمد مصطفى زيدان: النمو النفس ي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية، دار الشروق، جدة، ص 166 ).

#### 4-أنواع المراهقة:

لقد قسم " صموئيل مغاريوس " المراهقة إلى أربعة أنواع:

4-1-المراهقة المكيفة: يتسم هذا النوع من المراهقة بالهدوء والميل والاستقرار العاطفي والخلو من جميع التوترات الانفعالية السلبية وتتميز فيها علاقة المراهق بالآخرين بالحب والتفتح.

4-2-المراهقة الانسحابية: هي عكس المراهقة المكيفة تتميز بالانطواء والعزلة والخجل والصفات الأخلاقية

4-3-المراهقة العدوانية: تتميز بتمرد المراهق على الأسرة والمدرسة والمجتمع وعدم التكيف والتحلي بالصفات الأخلاقية.

4-4-المراهقة المنحرفة: يتميز فيها المراهق بالانحلال الخلقى والانهيار النفسي وعدم القدرة على التكيف وإيذاء الآخرين فعلى الأساتذة أن يكونوا على دراية كاملة بهذه الأنماط للتعامل معها وأنها تصادفه حتما في مشواره المهني أو الرياضي. ( عبد الفتاح دويدار: سيكولوجية النمو والارتقاء، ط1، دار المعرفة للعلوم، عمان، 2004، ص 269 ).

#### 5-مشاكل المراهقة:

5-1-المشكلات الصحية والجسمية: إن الزيادة المفاجئة في الطول وحجم الجسم هذه التغيرات تتسبب للمراهق في صعوبة في التوافق الحركي الجسدي فالمراهق المريض قد يضطر إلى إهمال واجباته فيبتعد عن المدرسة ولا يشارك في النشاط الاجتماعي والرياضي.

5-2-مشاكل اجتماعية: عجز المراهق عن إقامة علاقات خارج الأسرة وقد أشارت الدراسات إلى نقص القدرة والارتباك في المواقف الاجتماعية، الخوف من ارتكاب الأخطاء، خوف من مقابلة الناس، الوحدة ونقص الشعبية ورفض الجماعة، كما يلجأ المراهق إلى الإسراف في الاهتمام بمظهره وتغيير لهجته من أجل الحصول على القبول

الاجتماعي أو يقدم على التدخين ويسوء الأمر عندما يتحول إلى إدمان المخدرات. (أمل الأحمد: بحوث ودراسات في علم النفس، ط1، مؤسسة الرسالة، دمشق سوريا، 2001، ص231).

**3-5-المشكلات الأسرية:** حيث يتعرض المراهق للمشكلات السابقة فإن الأسرة تعمل على مساعدته لتخطي الوضع وفي أحيان أخرى قد لا تكون الأسرة واعية بهذا الدور أو أنها غير قادرة على تقديم المساعدة إذ يعمل المراهق كي يبرهن على أنه قد أصبح راشدا قادرا على الاستقلالية وانه لم يعد بحاجة الى مساعدة الآخرين فكل مساعدة منهم وخصوصا من الأهل يعتبرها تدخلا في شؤونه الخاصة فيصبه الأهل أمام مأزق حقيقي اذ كيف يمكنهم مساعدة أبنائهم إذا كانت المساعدة غير مقبولة وكيف يمكن التواصل معهم إذا كانت كل التفاتة منهم إهانة. (عبد اللطيف المعاليقي: المراهقة أزمة هوية ام أزمة حضارة، ط3، شركة المطبوعات للتوزيع والنشر، بيروت لبنان، 2004، ص158).

#### **4-5-المشكلات المدرسية:** يمكن حصر أسباب مشكلات المراهقة في المدرسة فيما يلي:

- انعدام العلاقة الحميمة بين المراهق والمدرس.

- مشاعر الخوف واتخاذ موقف للدفاع عن الذات.

- فقدان التوجيه السليم.

- إحساس المراهق بنقص الكفاءة للتحصيل المناسب.

- عدم الاستقرار الأسري.

- ضعف ذكاء التلميذ.

- نقص النشاط الترويحي المنظم في المدرسة.

**5-5-المشاكل الجنسية:** من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد إلى الجنس الآخر و لكن التقاليد في مجتمعه تقف حائلا دون أن ينال ما ينبغي فعندما يفصل المجتمع بين الجنسين فقد يعمل على إعاقه الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق اتجاه الجنس الآخر و إحباطها و قد يتعرض للانحرافات بالإضافة إلى اللجوء إلى أساليب ملتوية لا يقرها المجتمع ، و لكن ما يحدث جنسيا في المراهقة ليس من شأنه ان يؤدي بالضرورة لحدوث أزمات المراهقين و لكن دلت التجارب على أن النظم الاجتماعية الحديثة التي يعيش فيها المراهق هي المسؤولة عن حدوث أزمة المراهق. (عبد الرحمان العيساوي: التربية النفسية للطفل والمراهق، ط1، دار الراتب الجامعية، بيروت لبنان، ص215).

## 6-العوامل المؤثرة في المراهقة:

هناك عدة عوامل تؤثر في المراهقة ونذكر منها ما يلي:

**1-6- الوراثة:** نشير في معناها العام إلى انتقال صفات معينة من جيل إلى جيل، وفي إطار هذا المعنى يسميها البعض النقل الثقافي بالوراثة الاجتماعية ويرون أن شخصية الإنسان هي نتاج وراثتين: الوراثة الاجتماعية والوراثة البيولوجية والوراثة البيولوجية عبارة عن عملية الانتقال للجينات أو العوامل الوراثية عن طريق الخلايا الجنسية من الآباء إلى الأبناء.

**2-6-العوامل البيولوجية:** لا شك أن سلوك الفرد ونموه يتأثر تكوينه البيولوجي، فقد تبين في السنوات الأخيرة أهمية تأثير التفاعل الكيميائي في الجسم على السلوك، ولها علاقة كبيرة بالجينات التي تحدد وجود أو غياب أنزيم وتحدد طبيعته. (انتصار يونس: السلوك الإنساني، المكتبة الجامعية، مصر، 2002، ص53).

**3-6-البيئة:** يقصد بها كل العوامل التي يتفاعل معها الفرد ويشير إلى هذه العوامل أحيانا بأنها جميع المواقف أو المثيرات التي تستجيب لها الفرد، ويرى البعض أنها تشمل البيئة الداخلية والخارجية مثل العوامل الطبيعية كالحرارة والرطوبة وأي مثيرات ضوئية أو صوتية فشخصية الفرد تتكون تدريجيا في المحيط الاجتماعي الذي ينشأ فيها لذلك تعتبر الأسرة أو ل بيئة اجتماعية تتلقى الطفل وهي تعتبر أهم وأول وسط في عملية التطبيع. (انتصار يونس: مرجع سبق ذكره، ص54).

**4-6-النضج:** يتميز بأن يكون السلوك عاما في كل أفراد الجنس، إذ يحدث في الكائن الذي لم يصل إلى أي درجة من النضج تمكنه من تكوين واكتساب عادات ثابتة، أي يظهر السلوك عند الكائن دون سابق فرصة لأي خبرة أو معرفة أو رؤية عن طريق فرد آخر.

ويرى البعض انه لا يمكننا تعريف النضج إلا في ضوء التعلم لأنهما عمليتان تمثل كل منهما ذلك التفاعل بين الفرد والبيئة.

**5-6-التعلم:** هو عملية أساسية في حياة الفرد معظم أنواع النشاط البشري يتضمن عملية التعلم بعدة طرق وكثيرا ما يرتبط السلوك بمثيرات خارجية تزيد قوة تعلمه، ففي مواقف الحياة الواقعية نجد أن الفرد يتعلم أنواع السلوك التي تتفق مع معايير الجماعة، وتتقبل الجماعة هذا السلوك الذي يزيد من قوته والعلاقات الاجتماعية التي يتفاعل بداخلها الفرد وقد تساعد على تعلمه لسلوك غير سوي. (انتصار يونس: مرجع نفسه، ص72).

**6-6-الجنس:** تصل البنات إلى مرحلة المراهقة قبل البنين سنة أو سنتين أو اقل، فقد أكدت الدراسات التي أجريت على آلاف من البنين في الولايات المتحدة الأمريكية أنهم لا يبلغون سن 14 سنة ونصف في حين تصل البنات إليها في سن 13 سنة ونصف.

**6-7-التغذية:** تدل الأبحاث على أن التغذية والبيئة الصالحة تساعد في إسراع النضج، وبالعكس فإن التغذية البيئية والأمراض الشديدة تؤخر النضج عند المراهقين. (سعدية علي بهادر: البرنامج التربوي النفسي لخبرة من أنا الموجه لأطفال الرياض بين النظرية والتطبيق، دار البحوث العلمية، الكويت، 1983، ص 836).

## 7-علاقة المراهق بالمدرسة:

للمدرسة تأثير قوي في تشكيل مفهوم المراهق عن ذاته، وكيف سيكون في الغد، وتوفر المدرسة منذ عمر السادسة له فرصا لاختبار قواه، واكتشافها واكتشاف قدراته وجوانب عجزه وقصوره ففيها يتعرض الناشئ للفشل أو النجاح حيث تشكل المدرسة حيزا معقدا أكثر من الأسرة وتترك أثرها على اتجاهات الناشئة وعاداتهم وآرائهم، حيث نجد المراهق يتأثر تأثيرا قويا بالخبرات المكتسبة التي يتعرض لها في المدرسة كما يتأثر بالعلاقات السائدة فيها.

والمدرسة توفر للمراهق حياة اجتماعية التي يصعب له أن يجدها في الأسرة لاختلاف نوع التفاعل وشكل العلاقات بداخلها، وهي بذلك تؤثر في تغيير اتجاهات المراهق حيث يوجد الجو الاجتماعي الذي يؤدي إلى تغيير في التفكير والاتجاهات. (ميخائيل إبراهيم سعد: مشكلات الطفولة والمراهقة، ط2، دار الأفاق الجديدة، بيروت، 1977، ص 392).

## 8- أهمية الرياضة للمراهقين:

يستفيد كل فرد منا وفي أي مرحلة من مراحل عمره إذا قام بممارسة النشاط الرياضي وبالنسبة للمراهق فهو شيء ضروري وهام لأنه يساعد على بناء الجسم وتقوية العضلات ويقلل من فرص الإصابة بأمراض عديدة، ولا يشترط أن يكون النشاط عنيفا لكي يكون مفيدا فالاعتدال هو المطلوب لأن الإفراط في ممارسة أي نشاط يعرضك للإصابة بالأذى والضرر كما أنه يرهن العظام ويؤدي إلى مشاكل في الدورة الشهرية.

ويقول عبد الرحمان عدس: "ان فائدة الأنشطة التي يمارسها المراهق ضمن أوقات محددة وضمن حدود مرسومة ومخطط لها هي أنها توفر له ما يشعر به كيانه وهويته، وبأهمية دوره في المجتمع والحياة وكلما شعر بكيانه وهويته كلما قل احتمال إقباله على ممارسة السلوك يتعرض فيه للخطر من اجل إثبات كيانه وان يحقق ذاته ويعزز هويته الشخصية. ( محمد عبد الرحيم عدس: تربية المراهقين، ط1 دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2000، ص 301 ).

## خلاصة:

إن فترة المراهقة من أصعب المراحل في حياة الفرد فمنهم من يجتاز هذه المرحلة بسلام ومنهم من يتعرض لمشكلات نفسية واجتماعية وعاطفية ناتجة عن التغيرات الفيسيولوجية والسيكولوجية التي تصاحب هذه المرحلة، كما يصبح المراهق في هذه المرحلة من العمر غامضا سريع التوتر والاضطراب قليل الصبر، حيث يغضب ويثور لأتفه الأسباب

فالنشاط الرياضي يلعب دورا هاما حيث انه قد يسهم بشكل واضح في تحديد ملامح شخصية المراهقين وذلك باستقلال دوافعهم واحتياجاتهم وميولهم الذي يتميزون بها خلال هذه المرحلة بالإضافة إلى أن النشاط الرياضي الترويحي يوفر لهم الارتياح النفسي والذهني ويساهم في التوافق والاتزان بين النمو الجسدي والنمو النفسي والعقلي ويعمل على تنمية السمات والقيم الأساسية والأخلاقية للمراهق، وتمتص بعض الاضطرابات النفسية التي يعانها.

# الجانب التّطبيقي

## الفصل الأول:

### إجراءات البحث

## تمهيد:

من خلال هذا الجانب سنتطرق الى ايجاد حل للإشكالية المطروحة قصد تأكيد الفرضيات أو نفيها وذلك من خلال توزيع الاستبيان على عينة البحث التي اخترناها مع جمع النتائج وتحليلها وتفسيرها والتطرق لأدوات البحث المتمثلة في المنهج وعينة البحث ومجالاته ثم عرض ومناقشة النتائج مع الخروج بأهم الاستنتاجات والتوصيات وهذا ما سنتطرق اليه بالتفصيل.

## 1-منهج البحث:

ان المنهج العلمي هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة التي تعتبر أساس موضوع الدراسة وهذا بهدف اكتشاف ورصد الحقائق والوصول الى النتائج او بمعنى آخر يعتبر المنهج العلمي مجموعة من القواعد والأسس التي يتم وضعها من أجل الوصول الى حقائق معينة.(عمار بوحوش، محمد محمود، منهاج البحث العلمي وطرق البحث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1995، ص 29).

ولقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي باعتبار انه المنهج المناسب لدراسة الظواهر الانسانية، حيث يعرف المنهج الوصفي على أنه يهتم بوصف ما هو كائن وتفسيره ويهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع، بمعنى أنه يعتبر أحد اشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف الظاهرة المدروسة وتصنيفها واخضاعها للدراسة الدقيقة.( سامي محمد، منهاج البحث في التربية وعلم النفس، دار العبرة للنشر والوزيع، 2000، ص 370).

## 2-مجتمع وعينة البحث:

نعني بمجتمع البحث "جميع مفردات الظاهرة التي يقوم الباحث بدراستها، ونعني به أيضا جميع الأفراد والأشخاص الذين يكونون موضوع مشكلة البحث". (محسن علي سعداوي، سلمان الحاج عكاب الجنابي، أدوات البحث العلمي في التربية الرياضية، ط1، مكتبة المجتمع للنشر والتوزيع، عمان، 2013، ص 30).

ويتمثل مجتمع البحث في دراستنا هذه لبعض تلاميذ المرحلة الثانوية لولاية سعيدة حيث يبلغ عددهم 150 تلميذا.

إن هدف كل باحث التوصل الى استنتاجات سليمة عن طريق المجتمع الأصلي، ويتم ذلك عن طريق اختيار عينة ممثلة لهذا المجتمع تمثيلا حقيقيا باختيار العينة وفق قواعد وطرق علمية.

كما تعتبر العينة وسيلة من الوسائل التي يستخدمها الباحث عند دراسته لظاهرة معينة، والتي لها دور في عملية البحث، بحيث يدرس الباحث جزءا منها يعبر عن الكل، باعتبار ان العينة يتوقف عليها القياس أو النتيجة ينتهي اليها الباحث، واختيار العينة يوفر على الباحث الجهد والوقت لموضوع الدراسة.(كمال محمد مغربي، أساليب البحث العلمي، دار الثقافة، عمان، الأردن، 2002، ص 124).

وفي بحثنا قمنا باختيار عينة قصدية من الأفراد الممارسين للنشاط الترويحي ببعض ثانويات ولاية سعيدة حيث تمثلت عينة بحثي في 70 تلميذا ممارسا للنشاط الرياضي الترويحي.

تم اختيار الاستبيان كأداة نعتد عليها في دراستنا هذه ويعرف على انه أداة تتضمن مجموعة من الأسئلة أو الجمل الخيرية التي تتطلب من المفحوص الاجابة عنها بطريقة يحددها الباحث حسب أغراض البحث بقصد الحصول على معلومات وآراء المبحوثين حول ظاهرة أو موقف معين. (ربحي مصطفى، عثمان محمد غنيم، مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق، ط1، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2000، ص82).

### 3-الاستبيان:

في هذا الصدد قمنا ببناء استمارة استبيان خاصة بتلاميذ الطور الثانوي تحتوي على 20 سؤال مقسمة على ثلاث محاور قصد الإجابة على الفرضيات

موجه الى تلاميذ الطور الثانوي بهدف جمع المعلومات والبيانات للوصول الى الإجابات عن أسئلتنا التي طرحناها في بداية بحثنا هذا وقد استخدمنا في الاستبيان الأسئلة المغلقة حيث يختار المفحوص الإجابة.

### 4-خصائص السيكمترية للاستبيان:

#### 4-1-صدق الاستبيان:

المقصود بصدق الاستبيان هو أن يقيس الاختبار بالفعل القدرة أو الظاهرة التي وضع لقياسها.

#### أولاً: صدق المحكمين:

يمكن حساب صدق الاختبار بعرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار فإذا قال للخبراء إن هذا يقيس السلوك الذي وضع لقياسه فإن الباحث يستطيع الاعتماد على حكم الخبراء، يقصد بصدق الاستبيان أن يقيس فعلاً ما وضع لقياسه ولا يقيس شيئاً بدلاً منه أو بالإضافة إليه عند وضع اختبار لقياس القوة يجب أن يقيس القوة للعينة المراد تحديد هذه الصفة لديها ولا يقيس التحمل مثلاً بدلاً منها أو بالإضافة إليها...

حيث تم عرض أداة الاستبيان على مجموعة من الأساتذة الجامعيين للتربية البدنية: الأستاذ الدكتور "بوجمعة بلوفة"، الأستاذ الدكتور "جغدم بن ذهبية"، الأستاذ الدكتور "بلعيدوني مصطفى"، وبعد التوجيهات قمنا بتعديل بعض العبارات وحذف بعضها كونها خارجة عن الموضوع أو مكررة في المعنى.

#### ثانياً: الصدق الذاتي:

الصدق الذاتي هو قيمة الجذر التربيعي لقيمة ثبات الاستبيان وهو يمثل معامل الثبات.

$$\text{الصدق الذاتي} = \text{الجذر التربيعي للثبات} = \sqrt{\text{الثبات}} = 0.82$$

### ثالثاً: الثبات

يعني الثبات أن الاختبار يحقق نفس النتائج تقريبا إذا أعيد تطبيقه على نفس الافراد تحت نفس الظروف أكثر من مرة ويتم التعرف على ثبات الاختبار باستخدام أساليب إحصائية عديدة، أهمها هي طريقة إعادة الاختبار (كمال عبد الحميد إسماعيل ومحمد صبحي حسين، رباعية كرة اليد الحديثة، مركز الكتاب والنشر، ط1، مصر، 2001، ص 39-40).

وقد توصل الباحث إلى تحقيق عنصر الثبات عن طريق إعادة الاختبار

### رابعاً: الموضوعية

الاختبار الموضوعي يقل فيه التقدير الذاتي للمحكّمين، فموضوعية الاختبار تعني قلة أو عدم وجود اختلاف في طريقة تقويم أداء المختبرين مهما اختلف المحكمون، فكلما قل التباين بين المحكمين دل ذلك على أن الاختبار موضوعي (المرجع نفسه، ص 40-41).

يجب أن تكون تعليمات الاختبار ومحتويات الاستبيان واضحة ومفهومة وكلما تحقق الثبات تحققت الموضوعية .

## 2-4- التقنية والوسائل الإحصائية المستعملة:

تعتبر الطريقة الثلاثية الأكثر استعمالاً من أجل تحديد المعطيات العددية وهذا لاستخراج النسب المئوية لمعطيات كل سؤال لهذا فقا نون العلاقة الثلاثية يكون كما يلي.

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{العدد الفعال (التكرارات)}}{100 \times \text{مجموع التكرارات}}$$

مجموع التكرارات

اختبار الفا كرونباخ: وذلك لحساب قيمة الثبات الاستبيان

اختبار كافي تربيع "كا": يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان وهي كما يلي:

$$\text{كا} = \frac{\text{مجموع (تج-تن)}}{\text{تن}}$$

تن

\*كا: القيمة المحسوبة من خلال الاختبار.

\*تج: عدد التكرارات الحقيقية الواقعية المشاهد.

\*تن: عدد التكرارات النظرية المتوقعة.

-درجة الخطأ المعياري " مستوى الدلالة  $\alpha = 0.50$ .

-درجة الحرية = 1 - هـ ، حيث " هـ " تمثل عدد الفئات.

-برنامج SPSS نسخة 20.0

# الفصل الثاني:

عرض وتحليل نتائج الاستبيان

## 1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان:

### 1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7)

السؤال الأول: عبّر عن شعورك حين تتواصل مع زملائك أثناء النشاط الرياضي الترويحي؟

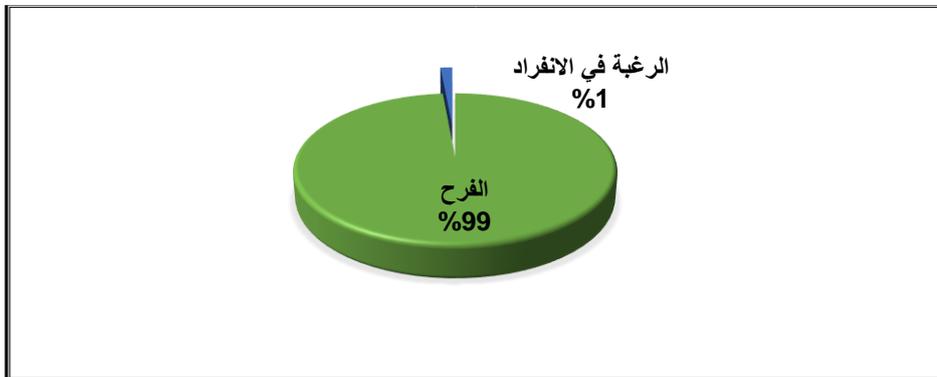
الهدف من السؤال: معرفة شعور تلميذ اثناء تواصلك رفقة زملائه

جدول رقم (01): يوضح شعور تلميذ اثناء تواصلك رفقة زملائه

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدلالة
الفرح	69	%(98.6)	2	66.057	5.991	0.000	%5	دال
الرغبة في الانفراد	01	%(1.4)						
المجموع	70	%100						

### عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن أغلبية التلاميذ والتي تقدر نسبتهم بـ(98.6)% أنهم يشعرون بالفرح عند تواصل مع زملائه أثناء نشاط الرياضي الترويحي، أما(1.4)% من التلاميذ فقالوا إنهم يشعرون برغبة في الانفراد عن المجموعة، نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ ) ، كما أن  $Ki^2_c=66.057$  أكبر من  $Ki^2_t=5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة يشعرون بالفرح عند ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.



شكل رقم (01): يبين شعور تلميذ اثناء تواصلك رفقة زملائه

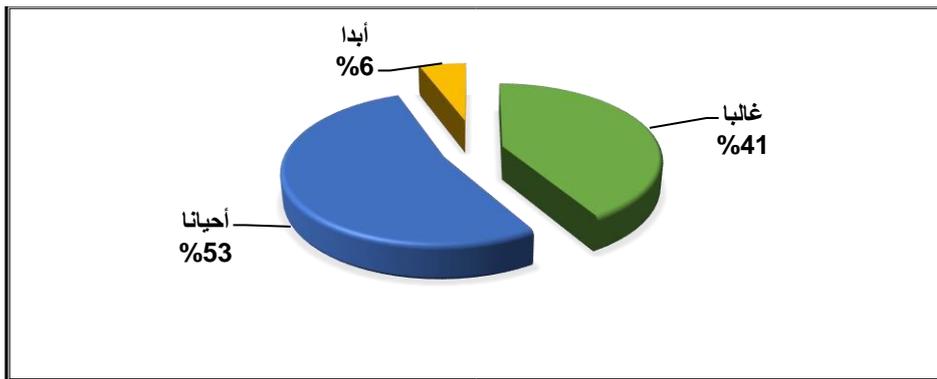
السؤال الثاني: أtestطيع تفسير إشارات وتلميحات زميلك أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي؟  
الهدف من السؤال: معرفة قدرة التلميذ على تفسير إشارات زميلك أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

جدول رقم (02): يوضح قدرة التلميذ على تفسير إشارات زميل أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدالة
غالباً	29	%(41.4)	2	25.400	5.991	0.000	%5	دال
أحياناً	37	%(52.9)						
أبداً	04	%(5.7)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم غالباً لديهم القدرة على تفسير إشارات زملائه أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي هي (4.41)% ، كانت النسبة أكبر اجابة أحياناً وقدرة نسبتهم ب (9.52)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم لا يستطيعون تفسير إشارات زملائهم فقد كانت (5.7)%. نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=5%)، كما أن  $Ki^2_c = 25.40$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$ ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة أحياناً.



شكل رقم (02): يبين قدرة التلميذ على تفسير إشارات زميل أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

السؤال الثالث: كيف تبدو نظرتك من تصرف زملائك السلبي والايجابي اثناء ممارسة النشاط

الرياضي الترويحي؟

الهدف من السؤال: معرفة ردود أفعال التلميذ ازاء تصرف زملائك السلبي والايجابي اثناء ممارسة

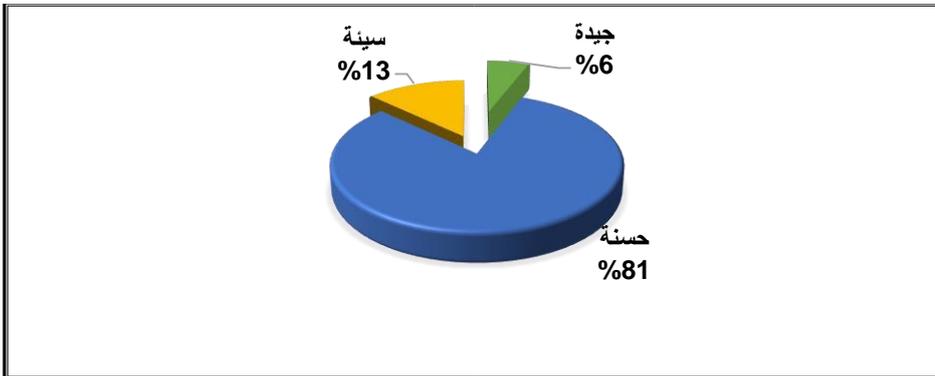
النشاط الرياضي الترويحي

جدول رقم (03): يوضح رد ود أفعال التلميذ ازاء تصرف زملائه السلبي والايجابي اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدلالة
جيدة	04	%(5.7)	2	73.400	5.991	0.000	%5	دال
حسنة	57	%(81.4)						
سيئة	09	%(12.9)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم لديهم رد فعل جيد ازاء تصرف زملائه السلبي والايجابي اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي هي (5.7)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين كانت ردود افعالهم حسنة ب (81.4)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا بان رد فعلهم سيء ازاء تصرفات زملائهم فقد كانت (12.9)% . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=5%)، كما أن  $Ki^2_c = 73.40$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة حسنة.



شكل رقم (03): يبين ردود أفعال التلميذ ازاء تصرف زملائه السلبي والايجابي اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

السؤال الرابع: كيف تتواصل مع زملائك؟

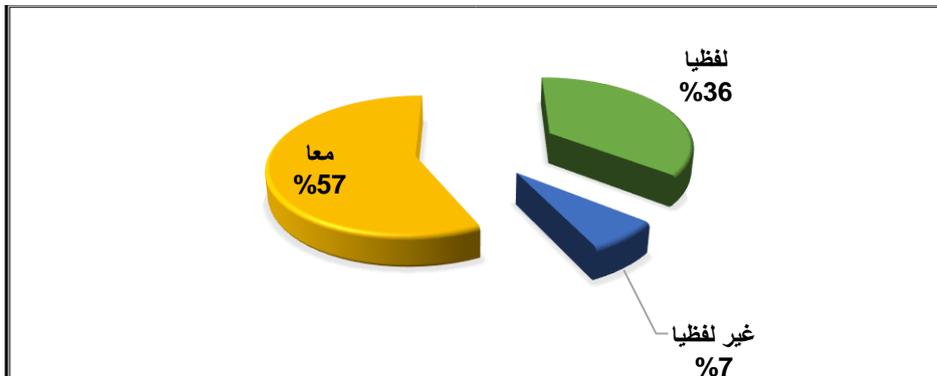
الهدف من السؤال : معرفة طريقة تعامل التلميذ مع زملائه

جدول رقم (04): يوضح طريقة تواصل التلميذ مع زملائه

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدلالة
لفظيا	25	%(35.7)	2	26.429	5.991	0.000	%5	دال
غير لفظيا	05	%(7.1)						
معا	40	%(57.1)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يتواصلون لفظيا اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي هي (35.7)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين يتواصلون من غير ألفاظ ب (7.1)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم يجمعون بين الطريقة اللفظية وغير اللفظية فقد كانت (57.1)% . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ ) ، كما أن  $Ki^2_c = 26.429$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$ ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة معا.



شكل رقم (04): يبين طريقة تواصل التلميذ مع زملائه

السؤال الخامس: أنتقبل انتقادات زميلك أثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

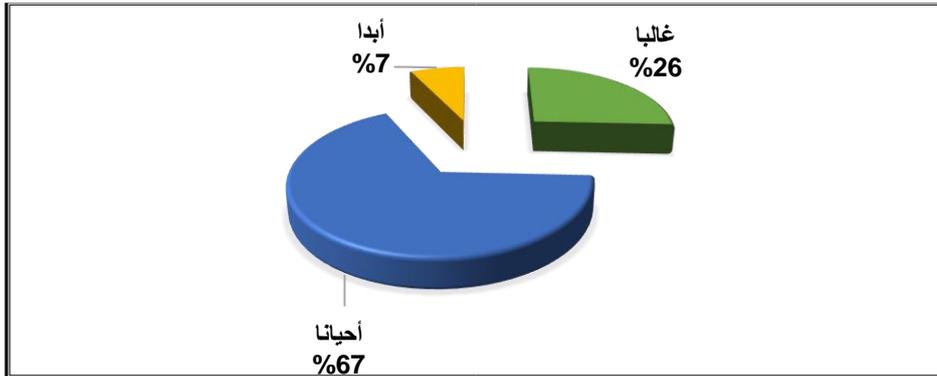
الهدف من السؤال: معرفة قدرة التلميذ على تقبل نقد زملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي

جدول رقم (05): يوضح قدرة التلميذ على تقبل نقد زملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
غالباً	18	%(25.7)	2	39.629	5.991	0.000	%5	دال
أحياناً	47	%(67.1)						
أبداً	05	%(7.1)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يتقبلون غالباً النقد اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي هي (25.7) % ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين يتقبلون أحياناً النقد ب (67.1) % ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم لا يتقبلون أبداً أي نقد فقد كانت (7.1) % . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ ) ، كما أن  $Ki^2_c = 39.629$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة أحياناً.



شكل رقم (05): يبين قدرة التلميذ على تقبل نقد زملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي

السؤال السادس: هل تستمع بتمعن لزميلك أثناء تقديمه لفكرته؟

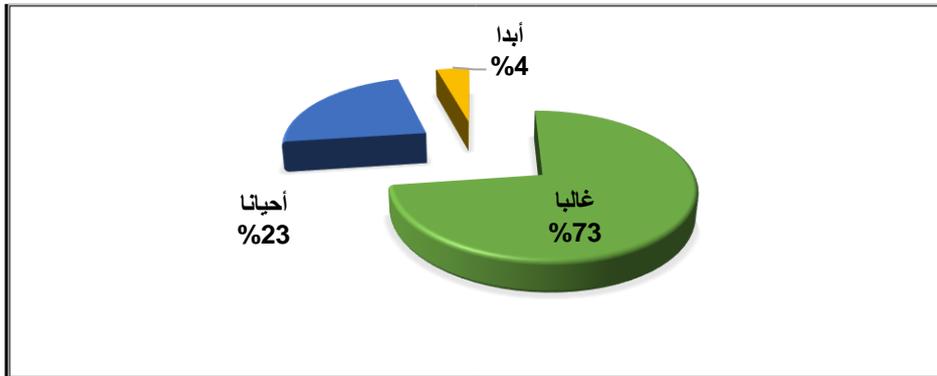
الهدف من سؤال: معرفة قدرة التلميذ على استماع لزملائه

جدول رقم (06): يوضح قدرة التلميذ على استماع لزملائه

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
غالباً	51	%(72.9)	2	52.829	5.991	0.000	%5	دال
أحياناً	16	%(22.9)						
أبداً	03	%(4.3)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يستمعون غالباً الى زملائهم اثناء تقديمه أفكارهم هي (72.9)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً يستمعون ب (22.9)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم لا يهتمون أبداً الى أفكار زملائهم فقد كانت (4.3)% . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ ) ، كما أن  $Ki^2_c = 52.829$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة غالباً.



شكل رقم (06): يبين قدرة التلميذ على استماع لزملائه

السؤال السابع: أتستطيع التواصل مع المجموعة التي لا تتعامل معها كثيرا؟

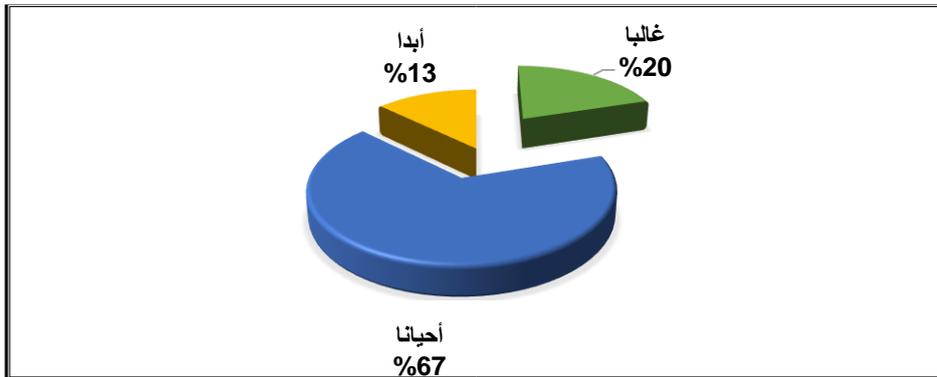
الهدف من السؤال: معرفة قدرة التلميذ على التواصل مع المجموعة التي لا يتعامل معها كثيرا

جدول رقم (07): يوضح قدرة التلميذ على التواصل مع المجموعة التي لا يتعامل معها كثيرا

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
غالباً	14	%(20)	2	36.543	5.991	0.000	%5	دال
أحيانا	47	%(67.1)						
أبداً	09	%(12.9)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين لديهم القدرة على تواصل مع مجموعة لا يتعاملون معها كثيرا هي (20) % ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحيانا يستطيعون ب (67.1) % ، أما التلاميذ الذين أجابوا بان ليس لديهم القدرة على التواصل مع المجموعة التي لا يتعاملون معها كثير بنسبة (12.9) % . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ ) ، كما أن  $Ki^2_c = 36.543$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$ ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة أحيانا.



شكل رقم (07): يبين قدرة التلميذ على التواصل مع المجموعة التي لا يتعامل معها كثيرا

## 2-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية (8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15)

السؤال الثامن: هل تتعاون مع زملائك أثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

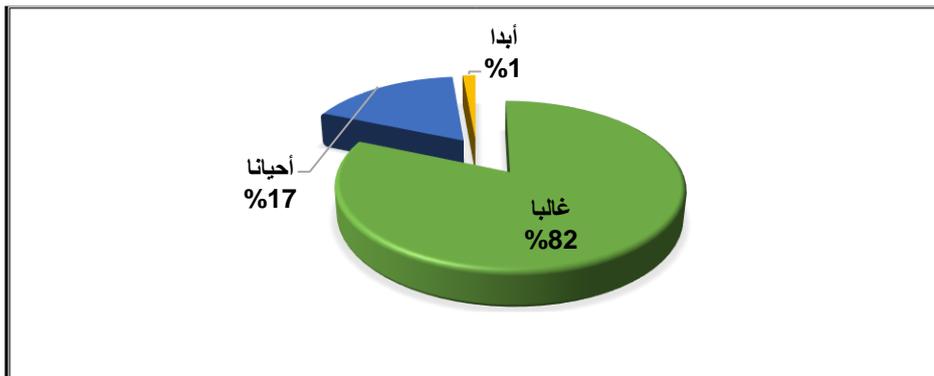
الهدف من السؤال: معرفة قدرة التلميذ على تعاون مع زملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي

جدول رقم (08): يوضح قدرة التلميذ على تعاون مع زملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
غالباً	57	81.4%	2	75.457	5.991	0.000	5%	دال
أحياناً	12	17.1%						
أبداً	01	1.4%						
المجموع	70	100%						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يتعاونون غالباً مع زملائهم أثناء ممارسة النشاط الترويحي هي (81.4%) ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً يتعاونون ب (17.1%) ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم لا يتعاونون بنسبة (1.4%) . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ )، كما أن  $Ki^2_c=75.457$  أكبر من  $Ki^2_t=5.991$ ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة غالباً.



شكل رقم (08): يبين قدرة التلميذ على تعاون مع زملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي

السؤال التاسع: هل تسعى وتعمل على تحقيق اهداف النشاط الرياضي الترويحي بشكل جماعي؟

الهدف من السؤال: معرفة قدرة التلميذ على تتعاون مع زملائه لتحقيق اهداف النشاط الرياضي

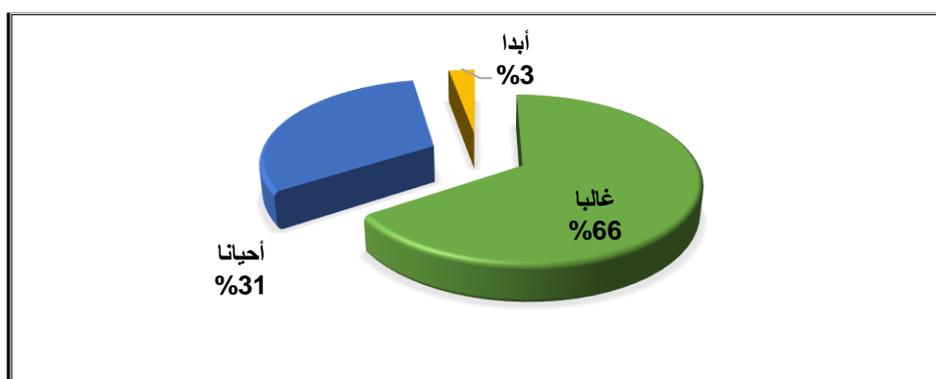
الترويحي بشكل جماعي

جدول رقم (09): يوضح قدرة التلميذ على تتعاون مع زملائه لتحقيق اهداف النشاط الرياضي الترويحي بشكل جماعي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
غالباً	46	%(65.7)	2	41.600	5.991	0.000	%5	دال
أحياناً	22	%(31.4)						
أبداً	02	%(2.9)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يتعاونون غالباً مع زملائهم لتحقيق أهداف النشاط الرياضي الترويحي بشكل جماعي هي (65.7%)، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً يتعاونون ب (31.4)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم لا يتعاونون بنسبة (2.9%) نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ ) ، كما أن  $Ki^2_c = 41.600$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$ ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة غالباً.



شكل رقم (09): يبين قدرة التلميذ على تتعاون مع زملائه لتحقيق اهداف النشاط الرياضي الترويحي بشكل جماعي

السؤال العاشر: هل تطلب المساعدة من أحد زملائك أثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

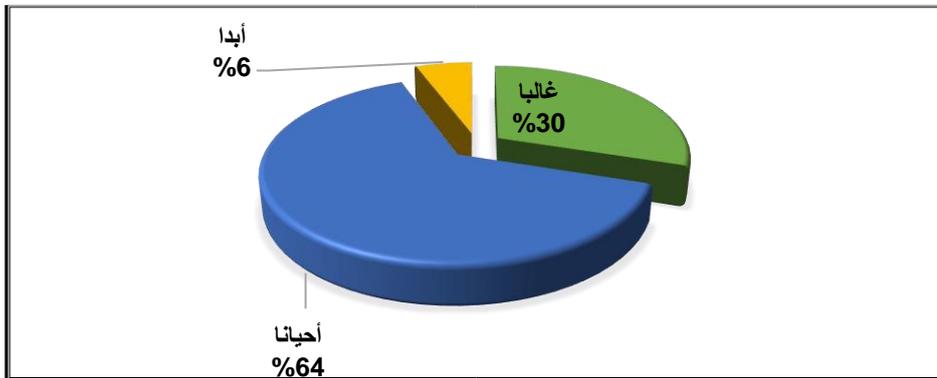
الهدف من السؤال: معرفة قدرة التلميذ على طلب المساعدة من زملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي

جدول رقم (10): يوضح قدرة التلميذ على طلب المساعدة من زملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدلالة
غالباً	21	%(30)	2	36.371	5.991	0.000	%5	دال
أحياناً	45	%(64.3)						
أبداً	04	%(5.7)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يطلبون مساعدة غالباً من زملائهم لتحقيق أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي هي (30)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً ب(64.3)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم لا يطلبون مساعدة أحد من زملائهم بنسبة (5.7)% . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=5%) ، كما أن  $Ki^2_c = 36.371$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة أحياناً.



شكل رقم (10): يبين قدرة التلميذ على طلب المساعدة من زملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي

السؤال الحادي عشر: هل تعمل بجهد وجدّ مع زملائك حتى نهاية العمل اثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

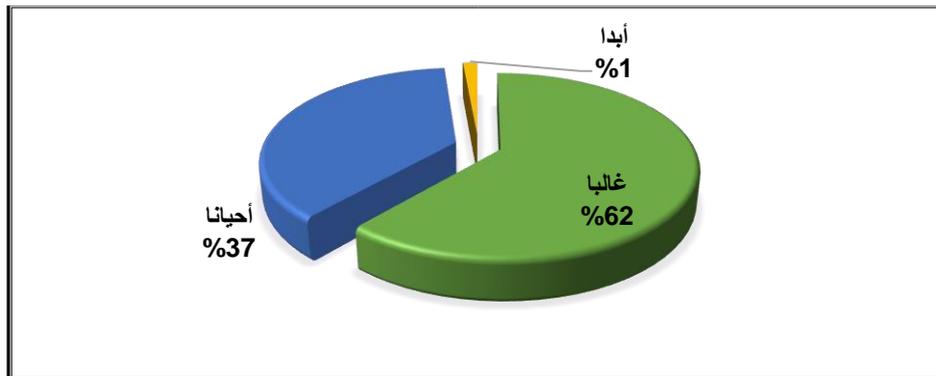
الهدف من السؤال: معرفة قدرة التلميذ على تنظيم جهده مع زملائه حتى نهاية العمل اثناء ممارسة النشاط الترويحي

جدول رقم (11): يوضح قدرة التلميذ على تنظيم جهده مع زملائه حتى نهاية العمل اثناء ممارسة النشاط الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدلالة
غالباً	43	%(61.4)	2	38.257	5.991	0.000	%5	دال
أحياناً	26	%(37.1)						
أبداً	01	%(1.4)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين غالباً لديهم القدرة على تنظيم جهدهم مع زملائهم حتى نهاية العمل اثناء ممارسة النشاط الترويحي هي (61.4)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً لديهم قدرة على تنظيم العمل ب(37.1)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم "أبداً" لا يستطيعون تنظيم جهدهم بنسبة (1.4)% . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=5%) ، كما أن  $Ki^2_c = 38.257$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة غالباً.



شكل رقم (11): يبين قدرة التلميذ على تنظيم جهده مع زملائه حتى نهاية العمل اثناء ممارسة النشاط الترويحي

السؤال الثاني عشر: هل تسعى إلى حل الخلافات التي تحدث مع زملائك أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي؟

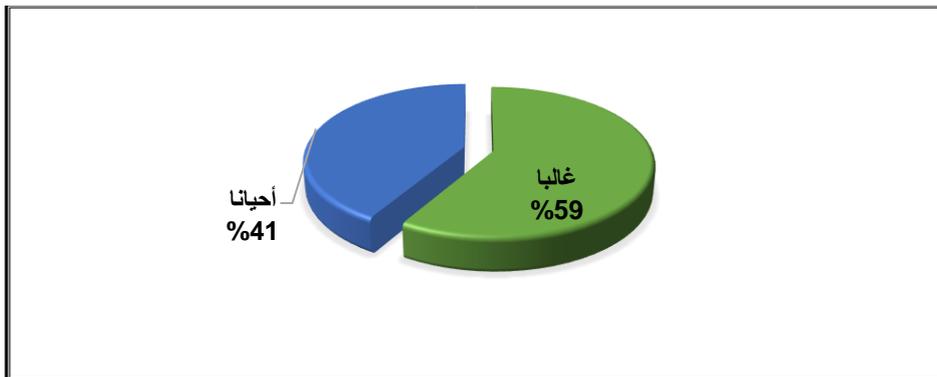
الهدف من السؤال: معرفة قدرة التلميذ على حل الخلافات التي تحدث مع زملائه أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

جدول رقم (12): يوضح قدرة التلميذ على حل الخلافات التي تحدث مع زملائه أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
غالباً	41	58.6%	1	2.057	3.841	0.0151	5%	دال
أحياناً	29	41.4%						
المجموع	70	100%						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين غالباً يلجأ إلى حل الخلافات التي تحدث مع زملائهم أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي هي (58.6%) ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً ب(41.4%) ، نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ ) ، كما أن  $Ki^2_c = 2.057$  أكبر من  $Ki^2_t = 3.841$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة غالباً.



شكل رقم (12): يبين قدرة التلميذ على حل الخلافات التي تحدث مع زملائه أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

السؤال الثالث عشر: هل تتعامل مع كل تصرفات وسلوكيات زملاء أثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

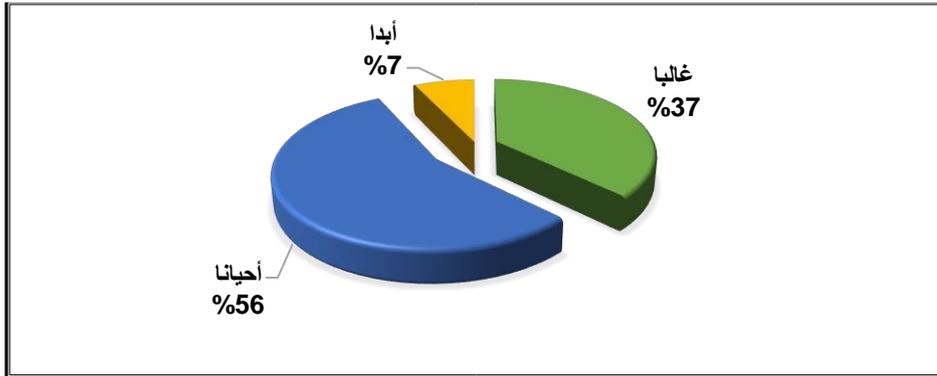
الهدف من السؤال: معرفة قدرة التلميذ على تعامل مع سلوكيات مختلفة من الزملاء أثناء ممارسة النشاط الترويحي

جدول رقم (13): يوضح قدرة التلميذ على تعامل مع سلوكيات مختلفة من الزملاء أثناء ممارسة النشاط الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
غالباً	26	%(37.1)	2	25.229	5.991	0.000	5%	دال
أحياناً	39	%(55.7)						
أبداً	05	%(7.1)						
المجموع	70	100%						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين لديهم القدرة غالباً على تعامل مع سلوكيات مختلفة من زملائهم أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي هي (37.1)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً ب (55.7)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم لا يملكون القدرة على تعامل مع سلوكيات مختلفة من زملائهم بنسبة (7.1)% . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ ) ، كما أن  $Ki^2_c = 25.229$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة أحياناً.



شكل رقم (13): يبين قدرة التلميذ على تعامل مع سلوكيات مختلفة من الزملاء أثناء ممارسة النشاط الترويحي

## السؤال الرابع عشر: أي نشاط تفضل؟

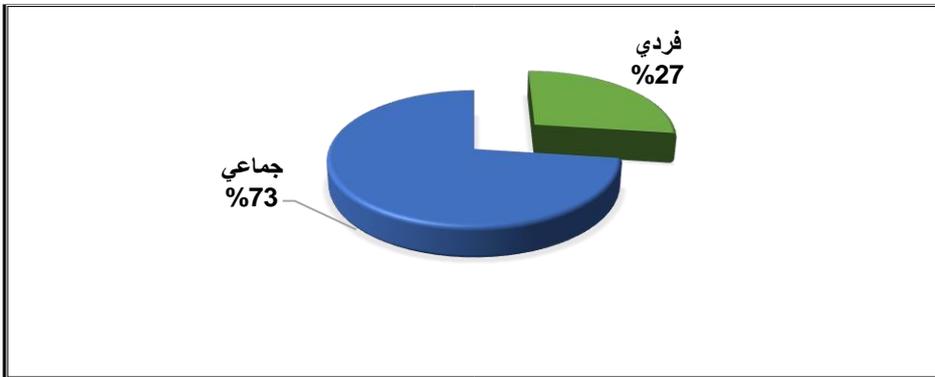
الهدف من السؤال: معرفة نوع نشاط المفضل لتلميذ

جدول رقم (14): يوضح نوع نشاط المفضل لتلميذ

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
فردى	19	%(27.1)	1	14.629	3.841	0.000	%5	دال
جماعى	51	%(72.9)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يفضلون النشاط الفردي هي (27.1)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين يفضلون النشاط الجماعي ب(72.9)% ، نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ )، كما أن  $Ki^2_c = 14.629$  أكبر من  $Ki^2_t = 3.841$ ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة جماعى.



شكل رقم (14): يبين نوع نشاط المفضل لتلميذ

السؤال الخامس عشر: خلال المنافسة، هل تلعب من أجل الفريق ام إظهار المهارة؟

الهدف من السؤال: معرفة دوافع التلميذ للمنافسة

جدول رقم (15): يوضح دوافع التلميذ للمنافسة

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدلالة
من أجل الفريق	34	%(48.6)	2	19.657	5.991	0.000	%5	دال
من أجل إظهار المهارة	06	%(08.6)						
الاثنين معا	30	%(42.9)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يلعبون من أجل الفريق هي (48.6)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم يلعبون من أجل إظهار المهارة ب(08.6)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا يلعبون من أجل الفريق وإظهار المهارة بنسبة (42.9) % . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=5%) ، كما أن  $Ki^2_c = 19.647$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$ ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة من أجل الفريق.



شكل رقم (15): يبين دوافع التلميذ للمنافسة

### 3-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة (16، 17، 18، 19، 20)

السؤال السادس عشر: هل تعمل على إشراك جميع التلاميذ أثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

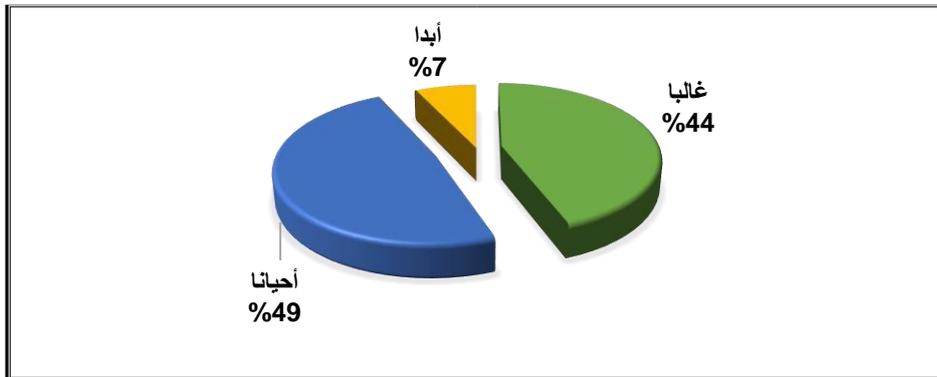
الهدف من السؤال: معرفة رغبة التلاميذ في ممارسة النشاط الترويحي

جدول رقم (16): يوضح رغبة التلاميذ في ممارسة النشاط الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدلالة
غالباً	31	%(44.3)	2	21.800	5.991	0.000	%5	دال
أحياناً	34	%(48.6)						
أبداً	05	%(7.1)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين غالباً يشاركون أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي هي (44.3)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً يشاركون ب(48.6)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا لا يشاركون بنسبة (7.1)% . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=5%) ، كما أن  $Ki^2_c = 21.800$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة أحياناً.



شكل رقم (16): يبين رغبة التلاميذ في ممارسة النشاط الترويحي

السؤال السابع عشر: كيف تلاحظ تعامل زملائك أثناء العمل الجماعي عند ممارسة النشاط الترويحي؟

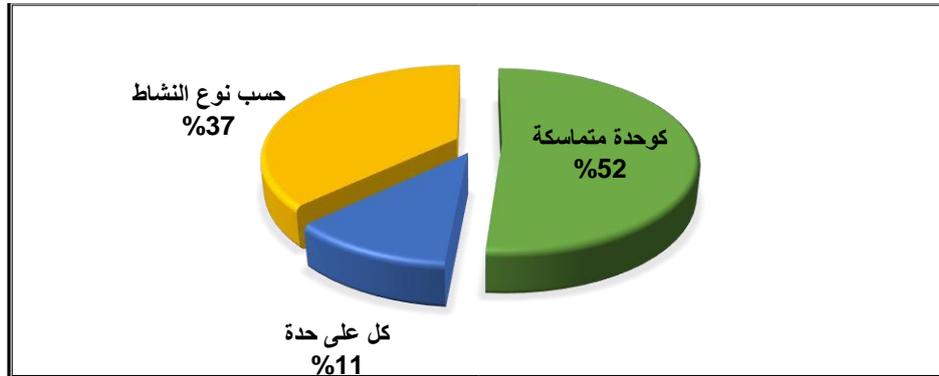
الهدف من السؤال: طريقة تعامل التلاميذ أثناء العمل الجماعي عند ممارسة النشاط الترويحي

جدول رقم (17): يوضح طريقة تعامل التلاميذ أثناء العمل الجماعي عند ممارسة النشاط الترويحي

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
كوحدة متماسكة	36	51.4%	2	17.257	5.991	0.000	5%	دال
كل على حدة	08	11.4%						
حسب نوع النشاط	26	37.1%						
المجموع	70	100%						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يعملون كوحدة متماسكة أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي هي (51.4%) ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين يعملون كل على حدة ب(11.4%) ، أما التلاميذ الذين أجابوا حسب نوع النشاط الممارس بنسبة (37.1%) . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ )، كما أن  $Ki^2_c = 17.257$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة كوحدة متماسكة.



شكل رقم (17): يبين طريقة تعامل التلاميذ أثناء العمل الجماعي عند ممارسة النشاط الترويحي

السؤال الثامن عشر: هل ترى نفسك عنصرا فعالا في الجماعة؟

الهدف من السؤال: مدى فعالية تلميذ داخل مجموعة

جدول رقم (18): يوضح مدى فعالية تلميذ داخل مجموعة

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	$Ki^2_c$	$Ki^2_t$	Sig	$\alpha$	الدلالة
غالباً	44	%(62.9)	2	39.800	5.991	0.000	%5	دال
أحيانا	25	%(35.7)						
أبداً	01	%(1.4)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين يعتبرون أنفسهم غالباً عنصراً فعالاً في جماعة رفاقهم هي (62.9) %، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً ب(35.7) %، أما التلاميذ الذين أجابوا بأنهم أبداً بنسبة (1.4) % . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ )، كما أن  $Ki^2_c = 39.800$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$ ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة غالباً.



شكل رقم (18): يبين مدى فعالية تلميذ داخل مجموعة

السؤال التاسع عشر: هل تجعلك ممارسة النشاط الرياضي الترويحي أكثر تفاعلا مع اصدقائك؟

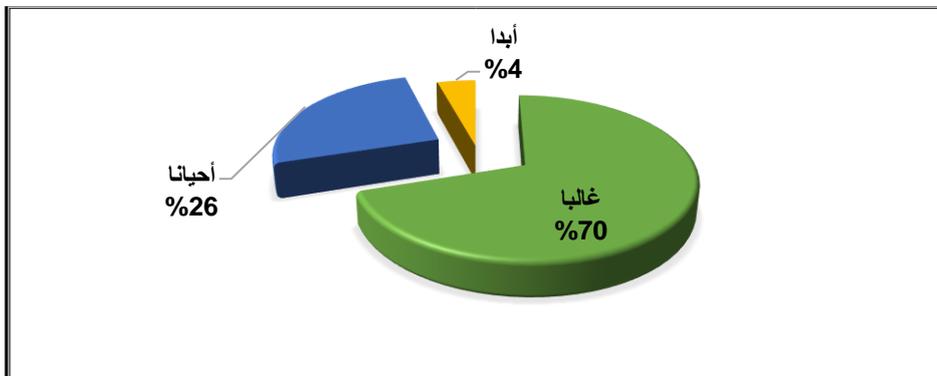
الهدف من السؤال: تأثير النشاط الرياضي الترويحي على تفاعل التلميذ

جدول رقم (19): يوضح تأثير النشاط الرياضي الترويحي على تفاعل التلميذ

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدلالة
غالباً	49	70%	2	47.171	5.991	0.000	5%	دال
أحياناً	18	25.7%						
أبداً	03	4.3%						
المجموع	70	100%						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين أجابوا غالباً بأن ممارسة النشاط الرياضي الترويحي تجعلهم أكثر تفاعلاً مع أصدقائهم هي (70%) ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً ب(25.7%) ، أما التلاميذ الذين أجابوا بأن النشاط الرياضي الترويحي ليس لديه أي تأثير في تفاعلهم مع اصدقائهم بنسبة (4.3) % . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=5\%$ ) ، كما أن  $Ki^2_c = 47.171$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة غالباً.



شكل رقم (19): يبين تأثير النشاط الرياضي الترويحي على تفاعل التلميذ

السؤال عشرين: هل تتلقى صعوبات في غياب عملية التفاعل مع زملاء؟

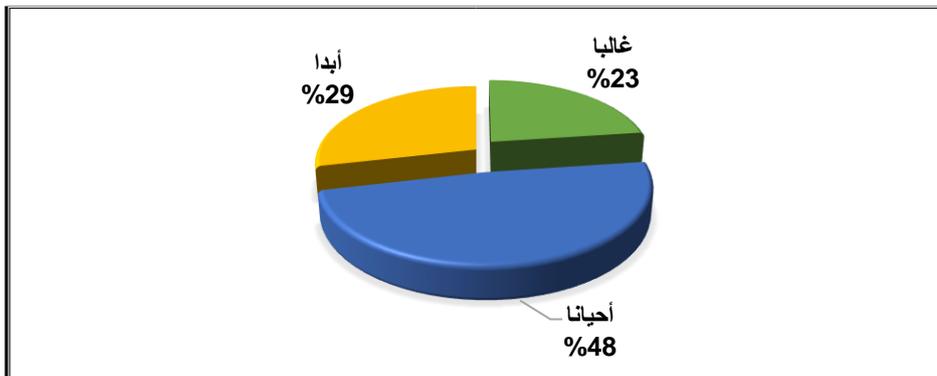
الهدف من السؤال: معرفة مدى تأثير عملية التفاعل على التلميذ

جدول رقم (20): يوضح مدى تأثير عملية التفاعل على التلميذ

الإجابة	التكرارات	النسبة	ddi	Ki <sup>2</sup> <sub>c</sub>	Ki <sup>2</sup> <sub>t</sub>	Sig	α	الدلالة
غالباً	16	%(22.9)	2	7.657	5.991	0.022	%5	دال
أحياناً	34	%(48.6)						
أبداً	20	%(28.6)						
المجموع	70	%100						

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة التلاميذ الذين غالباً من زملائهم يتلقون صعوبات في غياب التفاعل هي (22.9)% ، في حين بلغت نسبة التلاميذ الذين أجابوا أنهم أحياناً ب(48.6)% ، أما التلاميذ الذين أجابوا أبداً لا يتلقون أي صعوبات بنسبة (28.6)% . نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=5%) ، كما أن  $Ki^2_c = 7.657$  أكبر من  $Ki^2_t = 5.991$  ، نستنتج وجود فروق لصالح الإجابة أحياناً.



شكل رقم (20): يبين مدى تأثير عملية التفاعل على التلميذ

# الفصل الثالث:

مناقشة نتائج الدراسة

## 1- مناقشة نتائج الدراسة:

### 1-1 مناقشة الفرضية الأولى (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7)

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (01) أغلب تلاميذ يشعرون بالفرح عند تواصل مع زملائهم أثناء نشاط الرياضي الترويحي بنسبة ب(98.6) %، يختبر الفرح والسرور عندما يشعر بالقبول والتوافق الاجتماعي، وعندما يشبع حاجته الى الحب والمحبة ( سامي محمد ملحم ،علم نفس النمو-دورة حياة الانسان، ط2، دار الفكر، عمان، الأردن، 2012. ص379). ويستعملون طرق التواصل اللفظية (35.7) % وغير اللفظية أو يجمعون بينها (57.1) %، نتائج الجدول رقم (04)، ونرجع ذلك الى المواقف التي تصادف التلاميذ أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي، هذه الطريقة يمكن تفسير أولا حسب قدرة التلميذ على إدراك وفهم معنى الإشارات التي يردها زميله حيث نلاحظ من نتائج الجدول (02) أن نسبة التلاميذ يفهمون أحيانا هذه الإشارات (52.9) %، في حين هناك من لديهم القدرة على فهمها بنسبة (41.4) %، ويمكن ارجاع ذلك الى قدرة تواصل مع مجموعات حتى لو كانت مجموعات لا يتعاملون معها كثيرا حيث بلغت نسبة ب(67.1) %، كما توضح نتائج جدول (07).

في حين أظهرت نتائج الجدول (06) أن أغلب التلاميذ لديهم القدرة على اصغاء واستماع الى زملائهم بنسبة (72.9) %، ويرجع ذلك على الخصائص الاجتماعية للمراهق حيث " تحتل جماعة الأقران مكانة هامة في حياة المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة وتبقى كذلك في مرحلة المراهقة المتوسطة، اذ يقضي المراهق في مرحلة المراهقة المتوسطة معظم وقته مع أقرانه، وتنبثق أهمية جماعة الأقران في هذه المرحلة من كونها تسمح للمراهق بتجريب أدوار متنوعة، وتعلمه تقبل الفروق الفردية ( معاوية محمود أبو غزال: النمو الانفعالي والاجتماعي، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2015، ص305).، هذه الأخيرة تبينها نتائج الجدول (05) حيث بلغت نسبة تقبل التلاميذ للنقد غالبا بنسبة (25.7) % وأحيانا ب(67.1) %، في حين نجد البعض (7.1) %يرفض ذلك قطعاً وهو من أبرز الخصائص المميزة للمراهقة حيث " يصبح المراهق أكثر ميلا لمخالفة التعليمات والرفض القاطع لكل من يريد التحكم في حياته وشؤونه الخاصة". (غالب محمد الشياخي: أساسيات علم النفس، ط01، دار المسيرة لنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن، 2013، ص217-218).

كما تبرز نتائج الجدول (03) أن لديهم رد فعل حسن ازاء تصرف زملائهم اثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي بنسبة (81.4) %، حيث يقول ناصر شافعي: "مع زيادة النمو والخبرة تتكون مفاهيم محددة عن الصواب والخطأ، وعن الخير والشر، والحق والباطل، والفضيلة والرذيلة، وبذلك يصبح أكثر قدرة على التعامل مع المواقف الجديدة" ( ناصر شافعي: فن التعامل مع المراهقين، ط1، دار البيان، بيروت، لبنان، 2009، ص41)، في حين نجد أن بعض من التلاميذ يكون رد فعلهم سيء بنسبة (12.9) %.

جدول رقم (21) يمثل النتائج المتحصل عليها من عبارات المحور الأول من استمارة الاستبيان الموجهة لتلاميذ

السؤال	Ki <sub>2c</sub>	Sig
1	66,057	,000
2	25,400	,000
3	73,400	,000
4	26,429	,000
5	39,629	,000
6	52,829	,000
7	36,543	,000

النسبة العامة لدلالة Sig:0,000، القيمة العامة Ki<sub>2c</sub>:45.8

الاستنتاج: من خلال الجدول رقم (21) الذي يحوي نتائج أسئلة المحور الأول من استمارة البيان الموجه الى التلاميذ، نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند حدود مستوى الدلالة  $\alpha=5\%$  أي أن للنشاط البدني الرياضي الترويحي دور في تحقيق التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

## 1-2 مناقشة نتائج الفرضية الثانية (8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15)

من خلال نتائج الجدول (14) أن اغلب التلاميذ يفضلون النشاط الرياضي الترويحي الجماعي بنسبة بلغت ب(72.9) %، وتظهر نتائج الجدول (08) أن التلاميذ غالبا يقومون بالتعاون فيما بينهم أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي حيث بلغت نسبتهم (81.4) %، خاصة في الأنشطة الجماعية التي تتطلب العمل الجماعي بين أعضاء الفريق الواحد، حيث نلاحظ الجدول (09) أن غالبية التلاميذ تتعاون مع بعضها البعض وبلغت نسبتهم (65.7) %، وأحيانا بنسبة (31.4) %، ويطلبون غالبا وأحيانا المساعدة من زملائهم الجدول (10) بنسبة (64.3) % و(30) %، على الترتيب أي بما يتطلب النشاط والموقف الرياضي الترويحي الممارس، كما يعملون غالبية التلاميذ تعمل على تنظيم الجهد والوقت من أجل انجاز الهدف خلال ممارسة النشاط الترويحي وهو ما تظهره نتائج الجدول (11) حيث بلغت نسبتهم (61.4) %، وأحيانا ب(37.1) %.

تعتبر أهم دوافع المباشر للأنشطة البدنية والرياضية الإحساس بالرضا والاشباع، المتعة الجمالية بسبب الرشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد هذه الدوافع تجعل التلميذ يختار نوع النشاط الرياضي الممارس بين فردي وجماعي وتظهر نتائج الجدول (14) أن التلاميذ يفضلون النشاط الجماعي ب(72.9) %، في حين بلغت نسبة من اختار النشاط الفردي(27.1) % . التي تسمح له باستعراض مهاراته أو تعاون مع فريقه في المنافسة الرياضي، نتائج الجدول (15) تبين أن اغلب تلاميذ يلعبون من اجل ابراز مهارات أو الفريق وابراز المهارة معا. مرحلة المراهقة تتميز بازدياد"احتياجات الافراد في هذه المرحلة الى الأنشطة المختلفة لاكتساب اللياقة البدنية والحركية وكذا الاهتمام بالأنشطة التي تساعد على صحة وسلامة الجسم واكتساب المظهر اللائق. " (عباش أيوب، تطوير المناهج التربوية وعلاقتها بدافعية الميول لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور الثالث من التعليم الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، الجزائر، 2007-2008. ص110) . ويوفر النشاط الرياضي الترويحي هذه الاحتياجات وتحدث فيه عملية التفاعل الاجتماعي التي تخلق سلوكيات بين التلاميذ نجد فيها من لديه القدرة على تعامل معها وتبين نتائج الجدول (13) أن ما نسبته(55.7) %، يستطيعون أحيانا تعامل مع سلوكيات زملائه في أن ما نسبته (37.1) % أجابوا غالبا، هذه السلوكيات الناتجة عن المنافسة الرياضية غالبا تخلق بعض الخلافات يلجأ بعض التلاميذ الى حلها فيما نجد البعض يتفادى الحديث عنها وتركها وتبين نتائج الجدول (12) أن أغلب التلاميذ يلجؤون الى حل الخلافات التي تحدث مع زملائهم أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي بنسبة (30) %، أما ما نسبته(64.3) %، يقولون بانهم أحيانا يحلون هذه المشاكل."والمراهق في هذه المرحلة قادر على مواجهة المشكلات بطريقة موضوعية، وقادر على اتخاذ القرارات والسعي لتحقيقها ما لم تتوفر أدلة على خطأ هذه القرارات". (ناصر الشافعي: مرجع سبق ذكره، ص40).

جدول رقم (22) يمثل النتائج المتحصل عليها من عبارات المحور الثاني من استمارة الاستبيان الموجهة لتلاميذ

Sig	Ki2c	السؤال
,000	75,457	8
,000	41,600	9
,000	36,371	10
,000	38,257	11
,015	2,057	12
,000	25,229	13
,000	14,629	14
,000	19,657	15

النسبة العامة لدلالة Sig: 0,015، القيمة العامة Ki2c: 31.7

**الاستنتاج:** من خلال الجدول رقم (22) الذي يحوي نتائج أسئلة المحور الثاني من استمارة البيان الموجه الى التلاميذ، نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند حدود مستوى الدلالة  $\alpha=5\%$  أي أن للنشاط الرياضي الترويحي دور ايجابي في تنمية روح التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

### 3-1- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة (16، 17، 18، 19، 20)

ويتميز السلوك الاجتماعي للمراهق في كونه أكثر تحديدا وعمقا، والرغبة في الارتباط بمجموعة منتقاة من الأصدقاء، تزداد البصيرة الاجتماعية زيادة واضحة من حيث تقسيم سلوك الفرد نفسه وسلوك غيره من الأفراد". (تهاني عبد السلام محمد، مرجع سبق ذكره، ص185)، فيلاحظ مجموعة الفصل وتفاعلهم معه أو مع بعضهم البعض خلال النشاط الرياضي الترويحي من حيث مشاركة من خلال نتائج الجدول (16) نجد أن نسبة التلاميذ المشاركين تكون بين غالباً (44.3%)، وأحياناً (48.6%)، أما من خلال التعامل مع بعضهم فنجد من خلال نتائج الجدول (17) أن اغلب التلاميذ يعملون كوحدة واحدة بنسبة (51.4%)، كما يلعب نوع النشاط الممارس دوراً في نوعية العمل بنسبة (37.1%) في حين البعض يفضلون العمل لوحدهم وبلغت نسبتهم (11.4%).

ويعتبر التبادل شرط أساسي من شروط التفاعل بين الجماعة فكلما زاد تفاعل بين التلاميذ وزملائه كلما عزز مكانته ودوره وهذا ما تعكسه في نتائج كل من جدول (19) حيث نجد أن ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

يجعل التلاميذ أكثر تفاعلا بنسبة (70%) ، وهو ما ينعكس على نتائج الجدول (18) حيث يعتبر تلميذ أنه عنصر فاعل في جماعة الرفاق بنسبة (62.9%) ، وكلما قل تفاعل زادت المشاكل التي تواجه التلميذ في عملية التفاعل الاجتماعي حيث بلغت نسبة التلاميذ الذين يرون ان غياب التفاعل يخلق صعوبات بنسبة (22.9) %، (48.6)% ، غالبا وأحيانا على توالي في حيث لا يرى بعضهم أي اثر لعملية تفاعل عليهم وبلغت نسبتهم (28.6) % .

جدول رقم (23) يمثل النتائج المتحصل عليها من عبارات المحور الثالث من استمارة الاستبيان الموجهة لتلاميذ

السؤال	Ki <sub>2c</sub>	Sig
16	21,800	,000
17	17,257	,000
18	39,800	,000
19	47,171	,000
20	7,657	,022

النسبة العامة لدلالة Sig: 0.022، القيمة العامة لKi<sub>2c</sub>: 26.8

الاستنتاج: من خلال الجدول رقم (23) الذي يحوي نتائج أسئلة المحور الثالث من استمارة البيان الموجه الى التلاميذ، نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند حدود مستوى الدلالة  $\alpha = 5\%$  أي أن للنشاط الرياضي الترويحي دور كبير في تفعيل الاتصال الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي

## 2-استنتاج عام:

- ✓ يتضح لنا من خلال النتائج السابقة المتحصل عليها أن للنشاط الرياضي الترويحي دور في تفعيل التواصل الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي.
- ✓ إن ممارسة أوجه الأنشطة البناءة والمقبولة التي تؤدي داخل الفصل الدراسي والتي تكون دوافعها اكتساب القيم الشخصية وتحقيق الرضا والسرور والمتعة.
- ✓ ممارسة أوجه الأنشطة تمده تمد براحة ورضا نفسي وتساهم في خلق جو عملي لعملية التواصل الاجتماعي لما تحويه هذه الأنشطة من فرص.
- ✓ تساعد التلميذ على القيام بعملية وتطوير التواصل الاجتماعي مع زملائه سواء في الأنشطة الجماعية أو الفردية تنمي كذا المهارات اللغوية وتعطيه فرصة لإبراز ذاته واكتساب دور داخل المجموعة أو الفصل الدراسي.
- ✓ تقوي شخصيته من خلال المنافسة التعاون تمنحه الخبرة في حل المشكلات التي تقع بينه وبين زملائه التي تساعده في حياته الدراسية والاجتماعية خارج إطار المدرسة والأسرة.

## 3-اقتراحات:

بناء على النتائج المستخلصة من هذا البحث، يوصي الباحث:

- إعطاء الأهمية كبيرة لتفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ خاصة مرحلة المراهقة البرامج التربوية والتربية البدنية والرياضة بصفة خاصة.
- توجيه التلاميذ وفقا لاستعداداتهم النفسية والبدنية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي
- توفير البيئة الملائمة والوسائل اللازمة لتفعيل عملية الاتصال الاجتماعي.

خاتمة

## خاتمة:

من خلال الدراسة التي قمنا بها حاولنا إبراز النشاط الرياضي الترويحي ودوره في تفعيل التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي، وفي ظل ثورة الاتصالات والمعلومات التي أدت إلى تغيرات ثقافية واجتماعية تزداد كل يوم وتيرتها وتأثيرها على كل مجتمعات العالم وانتشار ظواهر العزلة وعدم الانتماء وقد حاولنا تسليط الضوء على فئة مهمة ألا وهي فئة المراهقين والذين يعيشون مرحلة تعد من أصعب المراحل خاصة في غياب الأمن النفسي للمراهق في ضل التغيرات الاجتماعية، حيث يقع في صراع مع غيره ومع من حوله.

إن تأثير كل من التواصل الاجتماعي والتعاون والتفاعل الاجتماعي في البيئة المدرسية له أثر بالغ في تكوين الشخصية

ومن هنا يبين لنا النشاط الرياضي الترويحي اتجاه المراهق وإكسابه لقيم المجتمع ومساعدته للقيام بدوره الاجتماعي وتنمية الصفات البدنية وتسهم في تواصله مع المجتمع والاحتكاك بأفراده والتفاعل بينهم وتعلم السلوكيات الحضارية، وهو وسيلة لتنمية روح الجماعة وإنشاء علاقات الأخوة والزمالة بين المراهقين وتحقيق الراحة النفسية والاستقرار والتماسك .



قائمة المصادر  
والمراجع

## قائمة المصادر والمراجع

### المصادر

1. القرآن الكريم

### المراجع باللغة العربية

2. إبراهيم قشقوش، سيكولوجية المراهقة، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1989

3. ابراهيم ابو عرقوب: الاتصال الانساني ودوره في التفاعل الاجتماعي، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، الاردن، 1993، الطبعة الاولى

4. أحمد محمد الزعبي، سيكولوجية المراهقة، النظريات، جوانب النمو، المشكلات وسبل علاجه

5. أمل الأحمد، بحوث ودراسات في علم النفس، ط1، مؤسسة الرسالة، دمشق سوريا، 2001

6. رغدة شريم، سيكولوجية المراهقة، ط1، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن، 2009

7. سامي محمد ملحم، علم نفس النمو-دورة حياة الانسان، ط2، دار الفكر، عمان، الأردن، 2012

8. سعدية علي بهادر، البرنامج التربوي النفس ي لخبرة من أنا الموجه لأطفال الرياض بين النظرية والتطبيق، دار البحوث العلمية، الكويت، 1983 شحاتة محروس، ابناؤنا في مرحلة البلوغ وما بعدها، ط1، دار السفير، القاهرة مصر، 1996

9. صالح حسين الداھري، مبادئ الصحة النفسية، ط1، دار وائل للنشر، عمان، الأردن، 2005

10. عبد الرحمان العيساوي، التربية النفسية للطفل والمراهق، ط1، دار الراتب الجامعية، بيروت لبنان

11. عبد الرحمان الوافي، وزيان سعيد، النمو من الطفولة الى المراهقة، ط1، الخنساء للنشر والتوزيع، 2004

12. عبد الفتاح دويدار، سيكولوجية النمو والإرتقاء، ط1، دار المعرفة للعلوم، عمان، 2004.
13. عبد اللطيف المعاليقي، المراهقة ازمة هوية ام أزمة حضارة، ط3، شركة المطبوعات للتوزيع والنشر، بيروت لبنان، 2004.
14. علاونة شفيق، تحرير محمد الريماوي، الدافعية في علم النفس العام، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، 1992.
15. عطيات محمد: اوقات الفراغ والترويح، ط3، دار المعارف، القاهرة، 1982،
16. غالب محمد الشبيخي: أساسيات علم النفس، ط01، دار المسيرة لنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن، 2013.
17. فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975.
18. كلير فهميم، الصحة النفسية في مراحل العمر المختلطة، ط1، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة مصر، 2007.
19. كمال بكداش، رالف رزق الله، مدخل الى ميدان علم النفس ومناهجه، ط4، دار الطليعة، بيروت، لبنان، 1996.
20. لويز ج، كابن، المراهقة وداعا ايها الطفولة، د. ط، منشورات وزارة الثقافة، دمشق، سوريا، 1998.
21. محمد حامد الأفندي، علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية، ط1، دار الهناء للطباعة والنشر، د.ت.
22. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط8، دار المعارف، 1992.
23. محمد عاطق غيث، قاموس علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1989.
24. محمد عبد الرحيم عدس، تربية المراهقين، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2000.
25. محمد محمود عبد الله، المراهقة والعناية بالمراهقين، ط2، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان، 2015.

26. محمد مصطفى زيدان، النمو النفس ي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية، دار الشروق، جدة
27. محي الدين مختار ،محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية ،الجزائر،1982،
28. معاوية محمود أبو غزال: النمو الانفعالي والاجتماعي، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2015
29. ميخائيل إبراهيم أسعد ،سيكولوجيا الطفولة والمراهقة، دار الأفاق الجديدة، بيروت
30. ميخائيل إبراهيم سعد ،مشكلات الطفولة والمراهقة، ط2، دار الأفاق الجديدة، بيروت،1977
31. ميخائيل أسعد إبراهيم ،مشكلات الطفولة والمراهق، ط1، دار الافاق الجديدة، بيروت،1999
32. ناصر شافعي: فن التعامل مع المراهقين، ط1، دار البيان، بيروت، لبنان،2009
33. هدى محمد قناوي، سيكولوجية المراهقة، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر،1992
34. ابراهيم أبو عرقوب ،الاتصال الانساني ودوره في التفاعل الاجتماعي، ط1، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، الأردن،1993
35. إبراهيم رحمة، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياض ي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان،1998
36. أحمد فاضل ،الترويج الرياض ي، جامعة نايف العربية السعودية، 2007
37. إسماعيل، محمود ،مبادئ علم الإتصال ونظريات التأثير، حسن، ط1، الدار العالمية للنشر والتوزيع، القاهرة،2003
38. الجميلي، خيرى خليل، الإتصال ووسائله في المجتمع الحديث، المكتب الجامعي الحديث ،الإسكندرية، مصر،1997

39. الحيلة محمد محمود، أساسيات تصميم وانتاج الوسائل التعليمية، ط2، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2003
40. الكلوب بشير عبد الرحيم، التكنولوجيا في عملية التعلم والتعليم، ط1، دار الشروق، عمان، 1999
41. النابلس ي، محمح أحمد، الاتصال الإنساني في علم النفس، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، 1991
42. حسن الساعاتي، التطبيق والعمران، ط3، دار النهضة العربية، بيروت، 1980
43. حسن، حمدي، مقدمة في دراسة وسائل وأساليب الإتصال، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1987
44. حليلة قادري، التواصل الاجتماعي، ط1، الدار المنهجية للنشر والتوزيع، وهران، 2016.
45. حمدان، محمد زياد، سيكولوجيا الإتصال التربوي، ط1، دار التربية الحديثة، عمان، الأردن، 2000
46. ربي مصطفي، عثمان محمد غنيم، مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق، ط1، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2000
47. سالم فؤاد، مفاهيم الإدارة الحديثة، ط1، المكتبة الحديثة، عمان، الأردن، 1982
48. سامي محمد، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار العبرة للنشر والتوزيع، 2000
49. طه عبد الرحيم طه، مدخل الى الترويح، ط1، دار الوفاء للنشر والتوزيع، الاسكندرية، 2006
50. عبد السلام محمد تهاني، الترويح والتربية الترويحية، ط1، دار الفكر العربي، 2001
51. عطيات محمد خطاب، أوقات الفراغ والترويح، ط3، دار المعارف، القاهرة، 1982
52. علاء الدين أحمد كفاقي وآخرون، مهارات الاتصال والتفاعل في عمليتي التعليم والتعلم، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2003
53. عليان، ربي والدبس، محمد، وسائل الإتصال وتكنولوجيا التعليم، ط1، دار الصفا للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1999

54. عمار بوحوش، محمد محمود، منهاج البحث العلمي وطرق البحث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1995

55. فضة، حمدان محمود، كفاية التواصل المدرك لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بمستوى الأنا لديهم، العدد 39، كلية التربية بنها، مصر، 1999

56. كمال درويش، أمين الخولي، أصول الترويح وأوقات الفراغ، ط1، دار الفكر العربي، 1990

57. كمال درويش، محمد الحماحي، رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1984

58. كمال محمد مغربي، أساليب البحث العلمي، دار الثقافة، عمان، الأردن، 2002

59. محسن علي سعداوي، سلمان الحاج عكاب الجنابي، أدوات البحث العلمي في التربية الرياضية، ط1، مكتبة المجتمع للنشر والتوزيع، عمان، 2013

60. محمد الحماحي، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998

61. محمد عبد العزيز، الترويح وأوقات الفراغ، ط1، دار المعارف، الإسكندرية،

62. محمد مصطفى زيدان، دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعلم العام، دار الشروق، جدة

63. حسين عماد مكاوي، ليلى حسين السيد، الإتصال ونظرياته المعاصرة، ط5، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة، 2004

#### الرسائل والاطروحات

64. انتصار يونس، السلوك الإنساني، المكتبة الجامعية، مصر، 2002 حباب أحمد عبد الوهاب بابكر، التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي التواصل الاجتماعي، بحث تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير، السودان، 2017

65. عباس أيوب، تطوير المناهج التربوية وعلاقتها بدافعية الميول لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور الثالث من التعليم الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، الجزائر، 2007-2008.

66. أمل بنت علي ناصر الزبيدي، إدمان الأنترنت وعلاقته بالتواصل الإجتماعي والتحصيل الدراسي  
ي لدى طلبة جامعة نزوى، رسالة ماجستير، 2014.

67. بنات صالح، سهيلة محمود، أثر التدريب على مهارات الإتصال وحل المشكلات في تحسين تقدير  
الذات والتكيف لدى النساء المعنفات وخفض مستوى العنف الأسري، رسالة دكتوراه غير  
منشورة، كلية الدراسات العليا الجامعة الأردنية، 2004.

68. حباب أحمد عبد الوهاب بابكر، التواصل الإجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي،  
بحث تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير، السودان، 2017.

69. دغيشم، تنمية مهارات التواصل الإجتماعي، دراسة تجريبية على عينة من الطالبات المتفوقات  
في المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، البحرين، 2001.

70. الحاج صياد، فاعلية بعض الانشطة الترويحية الرياضية في تحسين التوافق النفس ي  
والرضا عن الحياة لدى كبار السن، معهد التربية البدنية والرياضية، 2018.

71. رانيا ممدوح صادق، تفعيل دور الاتصال الإقناعي للإعلان المطبوع في الحملات الإعلانية بهدف  
التأثير في قرارات شراء المتلقي، العدد 14، مجلة البلقاء التطبيقية للبحوث والدراسات،  
ديسمبر، 2011.

#### قواميس

72. محمد عاطف غيث، قاموس علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية،  
الإسكندرية، 1989.

مراجع باللغة الأجنبية:

- .37 A.Pomart .A1 .Nouveau Larousse médical .librairie Larousse.paris.1986
- .47 Alian Tourain, société post industrielle, editindonoél, Paris, 1969
- .57 Donald,M et al,The meaning of Leisure,in the sociale forces,vol 37,4 may 1959
- .67 Dumuzdier,j,Sociology of leisure ,elsevir,New york,1974
- .77 Durnat,H, The probleme of leisure,London,1938
- .87 Edouard Limbos, L'animation de groupes de culture et de loisirs,les edition F.S.C,2eme edition ,Paris
- .97 J. cazaneuva, sociologie de la radio - élévision, P.U.F, 5eme Edition, Paris1980
- .08 Jo M, Katambwe, la nouvelle comunication sociale, congres du concept de communication publique, université du quebec a trois rivières, canada, 2008
- .18 Ministère de la jeunesse et du sport, Enquete nationale sur les besoins et aspiration de la jeunesse en matière de loisir de culture et animation éducative et sportive.
- .28 Norber sillamy, Dictionnaire de psychology, Larous, Paris, 1978, Art(Loisir)
- .38 Organisation mondiale de la santé, juin2020
- .48 R-Mde,casablanca cosiabilité et loisir chez l'enfant de la cheaux et niestlé,Paris,1986
- .58 Roymand Tomas, psychology de sport, P.U.F, 1ere Edition, Paris
- .68 Seræ Moynca, sociologie et action sociale, Bruxelles, 1982
- .78 Maresca et autres, occupation du temps libre, 2004
- .88 Peter stockinger, communication sociale inalco, Paris, 2007-2008

الملاحق

## استبيان خاص بالتلاميذ:

-الجنس:

-المستوى:

-السن:

-المؤسسة:

\*عندما تمارس النشاط الرياضي الترويحي:

\* الفرضية الأولى: للنشاط الرياضي الترويحي دور في تحقيق التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ

الطور الثانوي

1- عبّر عن شعورك حين تتواصل مع زملائك أثناء النشاط الرياضي الترويحي؟

-الانزعاج  -الرغبة في الانفراد  -الفرح

2- أتستطيع تفسير إشارات وتلميحات زميلك أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي؟

-أحيانا  -ابدا  -غالبا

3-كيف تبدو نظرتك من تصرف زملائك السلبي والايجابي اثناء ممارسة النشاط الرياضي

الترويحي؟

-حسنة  -سيئة  -جيدة

4- كيف تتواصل مع زملائك؟

-غير لفظي  -لفظيا  -معا

5- أنتقبل انتقادات زميلك أثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

6- هل تستمع بتمعن لزميلك أثناء تقديمه لفكرته ؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

7- أستطيع التواصل مع المجموعة التي لا تتعامل معها كثيرا ؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

**\*الفرضية الثانية:** للنشاط الرياضي الترويحي دور ايجابي في تنمية روح التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطّور الثّانوي

8- هل تتعاون مع زملائك أثناء ممارسة النشاط الترويحي ؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

9- هل تسعى وتعمل على تحقيق اهداف النشاط الرياضي الترويحي بشكل جماعي ؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

10- هل تطلب المساعدة من أحد زملائك أثناء ممارسة النشاط الترويحي ؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

11- هل تعمل بجهد وجدّ مع زملائك حتى نهاية العمل اثناء ممارسة النشاط الترويحي ؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

12- هل تسعى إلى حل الخلافات التي تحدث مع زملائك أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

13- هل تتعامل مع كل تصرفات وسلوكيات زملاء أثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

14- أي نشاط تفضل؟

-جماعي  -فردى

15- خلال المنافسة، هل تلعب من أجل الفريق ام اظهار المهارة؟

-اظهار المهارة  -من أجل الفريق  -كليهما

**\*الفرضية الثالثة:** للنشاط الرياضي الترويحي دور كبير في تفعيل الاتصال الاجتماعي لدى تلاميذ

الطّور الثّانوي

16- هل تعمل على إشراك جميع التلاميذ أثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

-غالبا  -أحيانا  -ابدا

17- كيف تلاحظ تعامل زملائك اثناء العمل الجماعي عند ممارسة النشاط الترويحي؟

-كل على حدة  -حسب نوع النشاط  -وحدة متماسكة

18- هل ترى نفسك عنصرا فعالا في الجماعة؟

-ابدا

-أحيانا

-غالبا

19- هل تجعلك ممارسة النشاط الرياضي الترويحي أكثر تفاعلا مع اصدقائك ؟

-ابدا

-أحيانا

-غالبا

20- هل تتلقى صعوبات في غياب عملية التفاعل مع الزملاء ؟

-ابدا

-أحيانا

-غالبا

ملاحظة: ضع علامة (+) أمام الاجابة المناسبة

## سؤال 1

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	التكرارات			
الفرح	69	98,6	98,6	98,6
Valide الرغبة في الانفراد	1	1,4	1,4	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 2

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غالبا	29	41,4	41,4	41,4
أحيانا	37	52,9	52,9	94,3
Valide أبدا	4	5,7	5,7	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 3

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	4	5,7	5,7	5,7
جيدة	57	81,4	81,4	87,1
Valide حسنة	9	12,9	12,9	100,0
سيئة				
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 4

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
لفظيا	25	35,7	35,7	35,7
غير لفظيا	5	7,1	7,1	42,9
Valide معا	40	57,1	57,1	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 5

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غالبا	18	25,7	25,7	25,7
أحيانا	47	67,1	67,1	92,9
Valide أبدا	5	7,1	7,1	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 6

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبيا	51	72,9	72,9
	أحيانا	16	22,9	95,7
	أبدا	3	4,3	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 7

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبيا	14	20,0	20,0
	أحيانا	47	67,1	87,1
	أبدا	9	12,9	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 8

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبيا	57	81,4	81,4
	أحيانا	12	17,1	98,6
	أبدا	1	1,4	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 9

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبيا	46	65,7	65,7
	أحيانا	22	31,4	97,1
	أبدا	2	2,9	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 10

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبيا	21	30,0	30,0
	أحيانا	45	64,3	94,3
	أبدا	4	5,7	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 11

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبيا	43	61,4	61,4
	أحيانا	26	37,1	98,6
	أبدا	1	1,4	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 12

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبيا	41	58,6	58,6
	أحيانا	29	41,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0

## سؤال 13

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبيا	26	37,1	37,1
	أحيانا	39	55,7	92,9
	أبدا	5	7,1	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 14

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
فردى	19	27,1	27,1	27,1
جماعى	51	72,9	72,9	100,0
Valide				
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 15

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
من أجل الفريق	34	48,6	48,6	48,6
من أجل إظهار المهارة	6	8,6	8,6	57,1
الاثنين معا	30	42,9	42,9	100,0
Valide				
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 16

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غالباً	31	44,3	44,3	44,3
أحياناً	34	48,6	48,6	92,9
أبداً	5	7,1	7,1	100,0
Valide				
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 17

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
كوحدة متماسكة	36	51,4	51,4	51,4
كل على حدة	8	11,4	11,4	62,9
حسب نوع النشاط	26	37,1	37,1	100,0
Valide				
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 18

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبا	44	62,9	62,9
	أحيانا	25	35,7	98,6
	أبدا	1	1,4	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 19

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبا	49	70,0	70,0
	أحيانا	18	25,7	95,7
	أبدا	3	4,3	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## سؤال 20

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	غالبا	16	22,9	22,9
	أحيانا	34	48,6	71,4
	أبدا	20	28,6	100,0
Total	70	100,0	100,0	

## Tests non paramétriques

[Ensemble\_de\_données1] C:\Users\user\Desktop\التواصل.sav

### Test du Khi-deux

#### Test

	سؤال 1	سؤال 2	سؤال 3	سؤال 4	سؤال 5	سؤال 6
Khi-deux	66,057 <sup>a</sup>	25,400 <sup>b</sup>	73,400 <sup>b</sup>	26,429 <sup>b</sup>	39,629 <sup>b</sup>	52,829 <sup>b</sup>
ddl	1	2	2	2	2	2
Signification asymptotique	,000	,000	,000	,000	,000	,000

#### Test

	سؤال 7	سؤال 8	سؤال 9	سؤال 10	سؤال 11	سؤال 12
Khi-deux	36,543 <sup>a</sup>	75,457 <sup>b</sup>	41,600 <sup>b</sup>	36,371 <sup>b</sup>	38,257 <sup>b</sup>	2,057 <sup>b</sup>
ddl	2	2	2	2	2	1
Signification asymptotique	,000	,000	,000	,000	,000	,015

#### Test

	سؤال 13	سؤال 14	سؤال 15	سؤال 16	سؤال 17	سؤال 18
Khi-deux	25,229 <sup>a</sup>	14,629 <sup>b</sup>	19,657 <sup>b</sup>	21,800 <sup>b</sup>	17,257 <sup>b</sup>	39,800 <sup>b</sup>
ddl	2	1	2	2	2	2
Signification asymptotique	,000	,000	,000	,000	,000	,000

#### Test

	سؤال 19	سؤال 20
Khi-deux	47,171 <sup>a</sup>	7,657 <sup>b</sup>
ddl	2	2
Signification asymptotique	,000	,022

a. 0 cellules (0,0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 35,0.

b. 0 cellules (0,0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 23,3.

## ملخص الدراسة:

تناولنا في الدراسة الحالية النشاط الرياضي الترويحي ودوره في تفعيل التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور ثانوي، بذلك هي تهدف إلى معرفة دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التفاعل الاجتماعي، ودوره في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي، بالإضافة إلى دوره في تحقيق الاتصال الاجتماعي بأبسط طرق لاختيار فرص متكافئة لمجتمع البحث كما أنها تعتبر من أبسط طرق اختيار العينة، وقد قمنا بوضع الفرضيات التالية للنشاط الرياضي الترويحي دور في تفعيل التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي، للنشاط الرياضي الترويحي دور في تحقيق التفاعل الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي، للنشاط الرياضي الترويحي دور إيجابي في تنمية روح التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي، للنشاط الرياضي الترويحي دور كبير في تفعيل الاتصال الاجتماعي لتلاميذ الطور الثانوي، وقد استخدمنا في بحثنا هذا الاستبيان الموجه للتلاميذ كأداة لجمع المعلومات التي تساعدنا في الوصول إلى الإجابات على أسئلتنا، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي حيث يعرف على أنه أحد أشكال التحليل والتغيير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميًا عن طريق جمع البيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة و تلخص الأساليب الإحصائية فيما يلي:

وقد أسفرت النتائج النهائية على أن للنشاط الرياضي الترويحي دور إيجابي في تفعيل التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي، وأن النشاط الرياضي الترويحي يعمل على تحقيق مبدأ التفاعل الاجتماعي، تحقيق التعاون الاجتماعي، بالإضافة إلى تحقيق الاتصال الاجتماعي وبذلك تكون نسبة تحقق فروض البحث بنسبة إيجابية، فكانت نسبة الفرض الأول. وقد فسرت النتائج ونوقشت على ضوء مقابلتها بالفرضية ومقارنتها بالدراسات السابقة والمثابرة وبذلك تكون نسبة تحقق الفروض كاملة.

## Study summary:

In the current study, we discussed recreational sports activity and its role in activating social communication among secondary school students. Thus, it aims to know the role of recreational sports activity in achieving social interaction, and its role in achieving the principle of social cooperation, and its role in achieving the principle of social cooperation, in addition to its role in achieving social communication in the simplest ways to choose equal opportunities for the research community. It is also considered one of the simplest methods of selecting a sample, We have developed the following hypotheses that recreational sports activity has a role in activating social communication among secondary school students:

- Recreational sports activity has a role in achieving social interaction for secondary school students .
- Recreational sports activity has a positive role in developing the spirit of social cooperation among secondary school students .
- Recreational sports activity plays a major role in activating social communication for secondary school students.

In our research, we used this questionnaire directed to students as a tool to collect information that helps us reach answers to our questions. The study relied on the descriptive approach, which is defined as one of the forms of organized scientific analysis and change to describe a specific phenomenon or problem and depict it quantitatively by collecting data and Codified information about the phenomenon or problem, and the statistical methods are summarized as follows :

The final results showed that recreational sports activity has a positive role in activating social communication among secondary school students, and that recreational sports activity works to achieve the principle of social interaction, achieve social cooperation, in addition to achieving social communication, and thus the percentage of achieving the research hypotheses is positive, so it was The percentage of the first assumption.

The results were interpreted and discussed in the light of comparing them to the hypothesis and comparing them to previous and similar studies, and thus the percentage of achieving the hypotheses was complete.

## **- Résumé de l'étude**

Dans la présente étude, nous avons traité de l'activité sportive récréative et de son rôle dans l'activation de la communication sociale chez les élèves du niveau secondaire, elle vise donc à connaître le rôle de l'activité sportive récréative dans la réalisation de l'interaction sociale, et son rôle dans la réalisation du principe de coopération sociale, en plus de son rôle dans l'obtention du contact social de la manière la plus simple pour choisir l'égalité des chances pour la communauté de recherche car elle est considérée comme l'une des façons les plus simples de choisir l'échantillon, et nous avons développé les hypothèses suivantes pour l'activité sportive récréative Le rôle dans l'activation de la communication sociale entre les élèves Phase secondaire , L'activité sportive récréative a un rôle dans l'interaction sociale des élèves du niveau secondaire, l'activité sportive récréative a un rôle positif dans le développement de l'esprit de coopération sociale entre les élèves du niveau secondaire, l'activité sportive récréative a un rôle majeur dans l'activation de la communication sociale pour les élèves du secondaire, et nous avons utilisé dans notre recherche ce questionnaire destiné aux élèves comme outil pour recueillir des informations qui nous aident à trouver des réponses à nos questions, l'étude s'est appuyée sur l'approche descriptive, où elle est définie comme l'une des formes d'analyse et de changement Organisation scientifique pour décrire un phénomène ou un problème spécifique et le décrire quantitativement en recueillant des données et des informations codifiées sur le phénomène ou le problème et résumer les méthodes statistiques comme suit :

Les résultats finaux ont montré que l'activité sportive récréative a un rôle positif dans l'activation de la communication sociale chez les élèves du secondaire, et que l'activité sportive récréative vise à atteindre le principe de l'interaction sociale, à réaliser la coopération sociale, en plus d'atteindre le contact social, et donc le pourcentage de réalisation des hypothèses de recherche est positif, donc le pourcentage de la première hypothèse. Les résultats ont été interprétés et discutés à la lumière de leur entretien avec l'hypothèse et comparés à des études antérieures et similaires, de sorte que le pourcentage de réalisation des hypothèses est complet.

- إعداد الطالب :

رمضاني عبد الحكيم

- الأستاذ المشرف

د.عتوتي

السنة الجامعية : 2024-2023

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

استبيان خاص لتلاميذ الثانية ثانوي

أستاذي الفاضل: تحية طيبة وبعد .....

- في إطار إعداد مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في النشاط البدني الترويحي والتي جاء موضوعها كالآتي:

النشاط الرياضي الترويحي ودوره في تفعيل التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي

نرجو منكم الإجابة على أسئلة هذا الاستبيان، ونحيطكم علما أن هذا الأخير لا يستخدم إلا في البحث العلمي وهو في غاية السرية ، نامل ان تكون إجابتكم في منتهى الصدق والصراحة وذلك خدمة للعلم والبحث العلمي .

ملاحظة:

- إذا كان السؤال محددًا تكون الإجابة بوضع علامة (+) في الخانة المناسبة
- إذا كان السؤال مفتوحًا (....) فالإجابة تكون بأول فكرة تخطر ببالك مباشرة .
- لا توجد أسئلة تقبل اجابتين، حيث كل سؤال تكون له إجابة واحدة .

- إعداد الطالب :

رمضاني عبد الحكيم

- الأستاذ المشرف

د.عتوتي نور الدين

معهد التربية البدنية والرياضية

صدق الاستبيان

الأساتذة الافاضل: تحية طيبة وبعد .....

في إطار تقديم لنيل شهادة ماستر في النشاط البدني الترويحي بعنوان:

النشاط الرياضي الترويحي ودوره في تفعيل التواصل الاجتماعي لدي تلاميذ الطور الثانوي

وذلك من أجل إجراء دراسة ميدانية لبعض ثانويات دائرة يوب – ولاية سعيدة.

إرفاق هذه الدراسة باستبيان من خلال وضع استمارة مخصصة للتلاميذ، وبعد عرض أولي لأسئلة الاستبيان على سيادتكم وفحص محتواه ومضمونه فحصا دقيقا وتحليل الجوانب التي يقيسها، نحيطكم أن نصائحكم قد أخذت بعين الاعتبار، وقمنا بصياغة جديدة للاستبيان انطلاقا من توجيهاتكم.

وفي الأخير لكم مني عظيم الشكر والامتنان على تعاونكم ومساعدتكم لنا.

الترتيب	الأساتذة	الدرجة العلمية	الموافقة (بعد التعديل)
1	بوجمعة بلربك	أ.ر	
2	مجدوم بن زهبة	دكتوراه	
3	للعيدوس		
4			