



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم .

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم : التربية البدنية و الرياضية



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في النشاط البدني الرياضي الترويحي

العنوان :

الأنشطة الرياضية الترويحية و انعكاسها على بعض المهارات الحياتية من وجهة

نظر اساتذة التربية البدنية و الرياضية

بحث وصفي بطريقة المسح اجري على أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور

المتوسط لولاية سيدي بلعباس الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية

إشراف :

د/ هشام بيطار

إعداد الطالب :

معاشو توفيق

السنة الجامعية : 2023-2024

إهداء

اهدي تخرجي هذا الى من علمني العطاء و الى من أحمل اسمه بكل افتخار و ارجوا
من الله أن يمد و يطيل في عمرك لترى ثمارا قد حان قطافها بعد طول انتظار "والدي
العزير " و الى ملاكي في الحياة و الى معنى الحب و الحنان و التفاني و الى سر
الوجود ، و الى من كان دعاؤها سر نجاحي " أمي الحبيبة " اطال الله في عمرها ، و
الى رفيقة دربي و سندي في هذه الدنيا و من صبرت معي "زوجتي العزيرة" و الى
ابنائي الاعزاء "قطر الندى ، أنس" و الى اخوتي و اخواتي و الى جميع أساتذة معهد
التربية البدنية و الرياضية خاصة الدكتور "هشام بيطار " .



شكر وتقدير

الحمد لله الذي أنار لي درب العلم والمعرفة وأعانني على أداء هذا الواجب

ووفقني إلى انجاز هذا العمل.

أتوجه بجزيل الشكر والامتنان إلى كل من ساعدني من قريب أو من بعيد على

انجاز هذا العمل، وفي تذليل ما واجهته من صعوبات.

وأخص بالذكر الأستاذ المشرف " هشام بيطار " الذي لم يبخل علي بتوجيهاته

ونصائحه القيمة.

ولا يفوتني أن أشكر اللجنة المناقشة لقبولها مناقشة هذا العمل.

ملخص البحث:

هدفت الدراسة الى معرفة دور ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الحياتية لأساتذة التربية البدنية و الرياضية، حيث فرض الباحث أن للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية ، اعتمادا على عينة قدرها 100 أستاذ تربية بدنية في الطور المتوسط من ولاية سيدي بلعباس وهي عينة مقصودة مستخدمين المنهج الوصفي بطريقة المسح، تمثلت اداة الدراسة في استبيان مكون من 34 عبارة .

و خلصت الدراسة الى نتيجة تقول ان ممارسة النشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية مهارة الاتصال والتواصل وتنمية مهارة التعاون وتنمية مهارة صنع القرار لذلك يوصي بضرورة تشجيع الأساتذة على ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية خارج أوقات العمل لتنمية روح الجماعة ،اعطاء اهمية كبيرة للأنشطة الرياضية الترويحية و تعميمها مع العناية بالمنشطين الترويحيين و تأطيرهم وكذا توفير الوسائل التي يحتاجونها ، تفعيل الرياضة و العمل و اعطائها أهمية كبيرة مع التأكيد على نشر الوعي لأهمية ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية بالنسبة للأساتذة خاصة في أوقات الفراغ.

Abstrac :

Research Summary: The study aimed to understand the role of recreational sports activities in developing certain life skills for physical education teachers. The researcher hypothesized that recreational sports activities play a role in enhancing some life skills among physical education teachers.

Study Methodology: - ***Sample:*** The study involved a purposive sample of 100 middle school physical education teachers from Sidi Bel Abbès. - ***Method:*** Descriptive survey method. - ***Instrument:*** A questionnaire consisting of 34 statements.

Study Results: - ***Development of Communication Skills:*** Engaging in recreational sports activities contributes to enhancing teachers' communication skills. - ***Development of Cooperation Skills:*** Recreational sports activities help in developing teachers' ability to work collaboratively. - ***Development of Decision-Making Skills:*** Recreational sports activities improve teachers' decision-making skills.

Recommendations: - ***Encouraging Recreational Sports:*** It is essential to encourage teachers to participate in recreational sports activities outside of work hours to foster team spirit. - ***Importance of Recreational Sports Activities:*** Significant importance should be given to these activities, promoting their widespread adoption, taking care of recreational facilitators, and providing the necessary resources. Emphasizing the importance of integrating sports with work and raising awareness about the benefits of recreational sports activities for teachers, especially during their free time.



قائمة الجداول

الرقم	العنوان	صفحة
01	جدول يبين أوزان العبارات الموجبة والسالبة	67
02	جدول يبين قيم الصدق الظاهري لمحاور الاستبيان	68
03	جدول يبين قيم الصدق الظاهري لعبارات الاستبيان	69
04	جدول يبين الاتساق الداخلي للمحاور مع الاستبيان	69
05	جدول يبين الاتساق الداخلي للعبارات مع كل محور و الاستبيان ككل	71
06	جدول يبين معامل الثبات الكلي (ألفا كرونباخ) للاستبيان	72
07	جدول يبين صدق الاستبيان باستعمال التجزئة النصفية	72
08	جدول يبين معامل الصدق و الثبات الاختبار و اعادة الاختبار	73
09	جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاستبيان ككل	77
10	جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الأول	78
11	جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الثاني	79
12	جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور الأول	80
13	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا ² تربيع للاستبيان	81
14	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا ² تربيع للمحور الأول	82
15	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا ² تربيع الحرية للعبارة الأولى في المحور الأول	83

84	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثانية في المحور الاول	16
85	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثالثة في المحور الاول	17
87	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الرابعة في المحور الاول	18
88	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الخامسة في المحور الاول	19
89	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة السادسة في المحور الاول	20
91	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة السابعة في المحور الاول	21
92	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثامنة في المحور الاول	22
93	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة التاسعة في المحور الاول	23
94	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة العاشرة في المحور الاول	24
96	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الحادي عشر في المحور الاول	25
97	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثاني عشر في المحور الاول	26
98	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للمحور الثاني	27

100	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الاولى في المحور الثاني	28
101	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثانية في المحور الثاني	29
102	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثالثة في المحور الثالث	30
104	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الرابعة في المحور الثاني	31
105	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الخامسة في المحور الثاني	32
106	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة السادسة في المحور الثاني	33
107	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة السابعة في المحور الثاني	34
109	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثامنة في المحور الثاني	35
110	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة التاسعة في المحور الثاني	36
111	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة العاشر في المحور الثاني	37
113	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الحادي عشر في المحور الثاني	38
114	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للمحور الثالث	39

115	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الاولى في المحور الثالث	40
117	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثانية في المحور الثالث	41
118	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثالثة في المحور الثالث	42
129	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الرابعة في المحور الثالث	43
121	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الخامسة في المحور الثالث	44
122	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة السادسة في المحور الثالث	45
123	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة السابعة في المحور الثالث.	46
125	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الثامنة في المحور الثالث	47
126	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة التاسعة في المحور الثالث	48
127	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة العاشر في المحور الثالث	49
129	جدول يبين التكرارات نتيجة اختبار حسن المطابقة كا2 تربيع للعبارة الحادي عشر في المحور الثالث	50

قائمة الاشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
77	شكل بياني يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للاستبيان ككل	01
78	شكل بياني يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمحور الاول	02
79	شكل بياني يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمحور الثاني	03
80	شكل بياني يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمحور الثالث	04
81	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للاستبيان ككل	05
82	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة لمحور الاتصال و التواصل	06
83	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الاولى لمحور الاتصال و التواصل	07
85	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثانية لمحور الاتصال و التواصل	08
86	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثالثة لمحور الاتصال و التواصل	09
87	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الرابعة لمحور الاتصال و التواصل	10

89	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الخامسة لمحور الاتصال و التواصل	11
90	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السادسة لمحور الاتصال و التواصل	12
91	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السابعة لمحور الاتصال و التواصل	13
93	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثامنة لمحور الاتصال و التواصل	14
94	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة التاسعة لمحور الاتصال و التواصل	15
95	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة العاشرة لمحور الاتصال و التواصل	16
96	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الحادي عشر لمحور الاتصال و التواصل	17
98	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثاني عشر لمحور الاتصال و التواصل	18
99	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة لمحور التعاون/العمل الجماعي	19
100	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الاولى لمحور التعاون/العمل الجماعي	20
102	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثانية لمحور التعاون/العمل الجماعي	21
103	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثالثة لمحور التعاون	22

104	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الرابعة لمحور التعاون/العمل الجماعي	23
105	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الخامسة لمحور التعاون/العمل الجماعي	24
107	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السادسة لمحور التعاون/العمل الجماعي	25
108	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السابعة لمحور التعاون/العمل الجماعي	26
109	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثامنة لمحور التعاون/العمل الجماعي	27
111	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة التاسعة لمحور التعاون/العمل الجماعي	28
112	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة العاشرة لمحور التعاون	29
113	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الحادي عشر لمحور التعاون/العمل الجماعي	30
115	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة لمحور مهارة صنع القرار	31
116	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الاولى لمحور صنع القرار	32
117	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثانية لمحور صنع القرار	33
119	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثالثة لمحور صنع القرار	34

120	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الرابعة لمحور صنع القرار	35
121	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الخامسة لمحور صنع القرار	36
123	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السادسة لمحور صنع القرار	37
124	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السابعة لمحور صنع القرار	38
125	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثامنة لمحور صنع القرار	39
127	شكل بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة التاسعة لمحور صنع القرار	40
128	رسم بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة العاشرة لمحور اصنع القرار	41
129	رسم بياني يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الحادي عشر لمحور صنع القرار	42

قائمة المحتويات

صفحة	فهرس المحتويات
أ	الإهداء
ب	الشكر و التقدير
ج	ملخص البحث
د	ملخص البحث بالإنجليزية
و	قائمة الجداول
ط	قائمة الأشكال
م	الفهرس
التعريف بالبحث	
1	1. مقدمة
2	2. مشكلة الدراسة
3	3. أهداف الدراسة
4	4. فرضيات الدراسة
4	5. مصطلحات الدراسة
7	6. الدراسات المشابهة
12	7. التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة
13	8. نقد الدراسات السابقة
الباب الاول : الجانب النظري	
الفصل الأول : النشاط البدني الرياضي الترويحي	

16	تمهيد
17	1. نبذة تاريخية عن الترويح و الوقت الحر
17	1.1 الوقت الحر و الترويح في العصر الأول
17	1-2 الوقت الحر و الترويح في عصر النهضة
18	1-3 الوقت الحر و الترويح في العصر الحديث
18	2- مفهوم الترويح
19	3- مفهوم النشاط البدني الرياضي الترويحي
19	3-1 الألعاب و المسابقات ذات التنظيم البسيط
20	3-2 الألعاب أو الرياضات الفردية
20	3-3 الألعاب و الرياضات الزوجية
20	3-4 الألعاب أو رياضات الفرق
21	4- أنواع النشاط البدني الرياضي الترويحي
22	5- أقسام الترويح الرياضي
22	5-1 الألعاب الصغيرة الترويحية
23	5-2 الألعاب الرياضية الكبيرة
23	6- الترويح و الحاجات النفسية
25	6-1 الحاجات الفسيولوجية
26	6-2 الحاجة إلى الأمن و السلامة
26	6-3 الحاجة إلى الانتماء
26	6-4 الحاجة الى إثبات الذات
28	6-5 الحاجات الى تحقيق الذات
28	7- خصائص الترويح الرياضي
29	7-1 تهيئة الفرص للنشاط الحركي

29	2-7- الهادفية
29	3-7- الايجابية
29	4-7- المساواة
29	5-7- حرية الاختيار
29	6-7- الدافعية
29	7-7- التنوع
29	8-7- الوقاية و التأهيل
29	9-7- التفاؤل
29	10-7- الكشف عن الموهوبين
30	11-7- استثمار وقت الفراغ
30	8- أهداف الترويج الرياضي
30	1.8. الاهداف الصحية
31	2.8. الأهداف البدنية
31	3.8. الأهداف التربوية
32	4.8. الأهداف النفسية
32	5.8. الأهداف الاجتماعية
33	6.8. الأهداف الثقافية
33	9- أهمية الترويج الرياضي
34	1.9. الأهمية البيولوجية
35	2.9. الأهمية النفسية
36	3-9- الأهمية الاجتماعية
37	4-9- الأهمية الاقتصادية
37	5-9- الأهمية التربوية

38	خلاصة
	الفصل الثاني: المهارات الحياتية لدى أستاذ التربية البدنية و الرياضية
41	تمهيد
42	1. المهارات الحياتية
42	1.1 مفهوم المهارات الحياتية
45	2.1 العوامل المؤثرة في اكتساب المهارات الحياتية
45	1.2.1 القدوة
45	2.2.1 الإقناع
45	3.2.1 استخدام أساليب حديثة في التدريس
46	3.1 تصنيف المهارات الحياتية
46	1.3.1 تصنيف منظمة الصحة العالمية (WHO)
46	2.3.1 تصنيف منظمة اليونيسيف (Unicef, 2005)
47	3.3.1 تصنيف منظمة اليونيسيف (Unicef 2003)
48	4.1 المهارات الحياتية المختارة في الدراسة
48	1.4.1 مهارة الاتصال و التواصل
48	1.1.4.1 تعريف مهارة الاتصال
49	2.1.4.1 تعريف التواصل
49	2.4.1 مهارة التعاون/ العمل الجماعي
50	3.4.1 مهارة صنع القرار
51	2. التربية البدنية و الرياضية
51	1.2 تعريف التربية البدنية و الرياضية
52	2.2 طبيعة التربية البدنية و الرياضية
52	1.2.2 التربية البدنية و الرياضية كنظام تربوي

53	2.2.2. التربية البدنية و الرياضية كمهنة
54	3. أستاذ التربية البدنية و الرياضية
54	1.3. مفهوم التربية البدنية و الرياضية
54	2.3. شخصية استاذ التربية البدنية و الرياضية
54	1.2.3. الشخصية التربوية للمدرس
55	2.2.3. الشخصية القيادية للمدرس
56	3.2.3. صفات أستاذ التربية البدنية و الرياضية
57	3.3. مسؤوليات أستاذ التربية البدنية و الرياضية اتجاه البحث العلمي
58	4.3. واجبات استاذ التربية البدنية و الرياضية
58	1.4.3. الواجبات العامة
59	2.4.3. الواجبات الخاصة
59	3.4.3. واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية
60	4.4.3. واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية بصفته عضو في المهنة
62	خلاصة
الباب الثاني : الدراسة الميدانية	
الفصل الأول : منهجية البحث و اجراءاته الميدانية	
65	تمهيد
65	1. الدراسة الاستطلاعية
65	2. المنهج المتبع في الدراسة
65	3. مجال الدراسة
65	1.3. المجال المكاني
65	2.3. المجال الزمني
65	3.3. المجال البشري

66	4. مجتمع و عينة البحث
66	1.4. مجتمع البحث
66	2.4. عينة البحث
66	5. متغيرات الدراسة
66	6. أدوات جمع البيانات و المعلومات
66	1.6. الاستبيان
67	2.6. طريقة التقييم و مفتاح التصحيح
67	7. الأسس العلمية لأدوات البحث
67	1.7. الصدق
69	2.7. الاتساق الداخلي
72	3.7. الثبات
73	8. الوسائل الاحصائية
74	خلاصة
الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة النتائج	
76	تمهيد
77	1. عرض نتائج الاستبيان ككل
78	2. عرض نتائج المحور الاول (مهارة الاتصال و التواصل)
79	3. عرض نتائج المحور الثاني (مهارة التعاون)
80	4. عرض نتائج المحور الثالث (مهارة صنع القرار)
81	5. تحليل نتائج اختبار حسن المطابقة k^2
81	1.5. عرض نتائج الاستبيان ككل
82	2.5. المحور الاول (مهارة الاتصال و التواصل)
83	1.2.5. تحليل نتائج عبارات المحور الاول (مهارة الاتصال و التواصل)

98	3.5. المحور الثاني (مهارة التعاون/العمل الجماعي)
100	1.3.5. تحليل نتائج عبارات المحور الثاني (مهارة التعاون)
114	4.5. المحور الثالث (مهارة صنع القرار)
115	1.4.5. تحليل نتائج عبارات المحور الثالث (مهارة صنع القرار)
130	6. مقابلة النتائج بالفرضيات
130	1.6. مناقشة الفرضية الجزئية الاولى
131	2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية
132	3.6. مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة
133	4.6. مناقشة الفرضية العامة
134	7. الاستنتاجات
135	8. التوصيات
136	الخاتمة النهائية
138	قائمة المراجع
146	الملاحق

التعريف

بالبحر

1. مقدمة:

تعتبر الأنشطة الرياضية الترويحية من بين اهم الانشطة الترويحية التي تساعد في تنمية الفرد من جميع النواحي ، والحفاظ على لياقته البدنية و النفسية من أجل مواجهة اعباء الحياة والتمتع بالصحة و العافية و تأخير سن الشيخوخة ،لذا أصبحت ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية ضرورية في مختلف الدول و المجتمعات و يظهر هذا في تشييد المنشآت الرياضية و وضع البرامج الخاصة بها و التي من شأنها التشجيع على ممارسة الانشطة المفضلة لكل فرد،و هو ما تؤكد عبد السلام في تو فير الاجهزة و الامكانيات للبرنامج مع المدربين (الرواد) و القادة لتوجيه الفعاليات الترويحية لا يؤكد بالضرورة حصول الفرد على الترويح ،فهو اولا يجب أن يشعر الفرد بالحاجة للترويح ومن ثم تزويده بالأجهزة و الامكانيات قصد مشاركته بالبرامج الترويحية التي تعد ضرورية للتوازن الجسمي و النفسي للفرد (عبد السلام، 1999، صفحة 40).

وتؤدي ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية دورا كبيرا في بناء المجتمعات و تظهر من خلال الفوائد المتعددة في الفرد الممارس لها ، وقد يشترك الاشخاص في الانشطة الترويحية الرياضية على شكل افراد أو مجموعات و تكون ذات صلة بمختلف المراحل السنية و القدرات و المهارات، وقد أجمع العلماء على اختلاف تخصصاتهم في علوم النفس والاجتماع بأن الانشطة الرياضية الترويحية هامة و بالخاص في المجال النفسي و الاجتماعي (خطاب ع.، 1999، صفحة 45)، و تكتسب المهارات أهمية خاصة كونها تساعد في تشكيل و صقل شخصية الفرد واعداده لمواجهة قضايا العصر ومشكلاته ليكون انسانا مبدعا ومنتجا وفاعلا محليا وعالميا قادرا على التطوير واحداث التغيير ، فالمهارات الحياتية يمكن وصفها بانها مهارات تسهم في فهم وادراك

الافراد لنفسهم و قدراتهم من خلال الاداءات العلمية والعقلية التي يمارسونها لمواجهة متطلبات و مشكلات الحياة للوصول الى الاهداف المنشودة .

كما تنمي الانشطة الرياضية الترويحية الشعور بالانتماء و الولاء للجماعة و ذلك من خلال العمل على مشاركة الجماعة في انشطتها و العمل على التعاون في تحقيق اهداف الجماعة التي ينتمي اليها الفرد، و كذلك الحظو بالقبول الاجتماعي و تنمية القدرة على التفاهم مع الاخرين و احترام آرائهم و ذلك من خلال المشاركة في المناشط الثقافية التي تعتمد على الحوار و الاستمتاع و تبادل الرأي بين الافراد، و تكوين و توطيد الصداقات و ذلك من خلال المشاركة في جماعات اللعب، مما يتيح الفرص للتعرف و التقارب ، و توطيد الصداقات بينهم ، مع تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة كالتعاون و احترام القانون واحترام الغير و خدمة الاخرين، و كذا المشاركة في احياء العديد من المناسبات الاجتماعية، و التدريب على القيادة من خلال تبادل الادوار في الجماعات والتعاون فيما بين أعضائها و كذا تقدير العمل الجماعي من خلال مساعمة كل عضو في الجماعة على اداء دوره (تهاني ع.، 1991، صفحة 129).

2. مشكلة الدراسة:

تولد الاحساس بالمشكلة من خلال عملنا كأستاذ بالطور المتوسط و ملاحظة أن أغلب أساتذة التربية البدنية و الرياضية يتمتعون بلياقة جيدة و مهارات اجتماعية تبرزهم عن غيرهم من زملاء المهنة ، و تظهر تلك المهارات في حب التلاميذ لهم و حسن المعاملة مع زملاء المهنة و عملهم الذي يخدم دائما روح الجماعة و طريقتهم المميزة في الحديث و التواصل مع الفريق التربوي .

و الملاحظة الاهم أنهم يمارسون أنشطة رياضية خارج أوقات العمل مما دفعني للقيام بهذا البحث و طرح الاشكال التالي :

✓ هل للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية ؟

1-2 الاشكاليات الجزئية:

✓ هل للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية مهارة الاتصال و التواصل لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية ؟

✓ هل للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية مهارة التعاون/العمل الجماعي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ؟

✓ هل للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية مهارة صنع القرار لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية ؟

3- أهداف الدراسة :

1-3- الهدف العام:

✓ معرفة دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية .

2.3. الأهداف الفرعية:

✓ معرفة دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية مهارة الاتصال و التواصل لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية.

✓ معرفة دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية مهارة التعاون/العمل الجماعي لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية.

✓ معرفة دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية مهارة صنع القرار لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية.

4. فرضيات الدراسة:

1.4. الفرضية العامة:

✓ للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية.

2.4. الفرضيات الجزئية:

✓ للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية مهارة الإتصال و التواصل لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية.

✓ للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية مهارة التعاون/العمل الجماعي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية

✓ للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية مهارة صنع القرار لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية.

5. مصطلحات البحث:

1.5. النشاط الرياضي الترويحي:

لغة: الترويح هو أنشطة يقوم بهل الفرد من أجل ملأ اوقات الفراغ و توجد عدة أوجه للترويح بما فيها الترويح الرياضي (الحسن، 2008، صفحة 43).

اصطلاحاً: ان مصطلح الترويح الرياضي مشتق من أصل لاتيني - عرف بالإنجليزية Recreation و تعني التجديد و الخلق و الابتكار وقد تم استخدامه في بادئ الأمر لتعرف النشاط الانساني الذي يتم اختياره عن دافع شخصي و الذي يؤدي الى تنشيط الفرد ليكون قادرا على ممارسة عمله و يكون العائد من النشاط الترويحي عدة فوائد جسمانية و نفسية و اجتماعية (الحسن، 2008، صفحة 43).

و يمكن أيضا تعريف الترويح على أنه نشاط اختياري ممتع للفرد و مقبول من المجتمع و يمارس في أوقات الفراغ و يسهم في بناء الفرد و تتميته (خطاب م.، 1990، صفحة 77).

إجرائياً: النشاط الرياضي الترويحي هو نشاط يهدف للاستمتاع و الاسترخاء ، و عادة ما يتم في وقت الفراغ أو كجزء من الهوايات. يختلف النشاط الرياضي الترويحي عن الأنشطة الرياضية التنافسية ، حيث لا يتطلب مستوى عال من المهارة او التدريب ، بدلا من ذلك يتمحور حول الاستمتاع بالحركة و التفاعل مع الطبيعة أو الآخرين.

2.5. المهارات الحياتية:

اصطلاحاً: و عرفها أبو حماد المهارات الحياتية بأنها الرغبة و القدرة على حل المشكلات الحياتية شخصية أو اجتماعية ،أو مواجهة تحديات يومية، أو اجراء تعديلات و تحسينات في اسلوب و نوعية حياة الفرد و المجتمع ، وتقاس قوة و ضعف المهارات الحياتية لدى الفرد من خلال تقدير قوة و ضعف اختياراته، فكلما كانت الاختبارات جيدة و صائبة كانت مهاراته الحياتية قوية (ابو حماد و ناصر الدين، 2017، صفحة 43).

اجرائيا: هي عبارة عن مجموعة من المهارات التي تساعد الاستاذ على التعامل بفعالية مع مختلف جوانب الحياة اليومية و تتمثل في السلوكيات الايجابية التي يكتسبها عن طريق الأنشطة البدنية و الرياضية خارج اوقات العمل ، و تشمل هذه المهارات مهارة الاتصال و التواصل ، مهارة التعاون و مهارة صنع القرار.

1.2.5. مهارة الإتصال و التواصل : الاتصال هو العملية او الطريقة التي يتم عن طريقها انتقال المعرفة من شخص لآخر حتى تصبح مشاعا بينهما ، و تؤدي التفاهم الى التفاهم بين هذين الشخصين او أكثر (الدعيلج، 2011).

التواصل هو أن يتعلم الفرد و أن يضع نفسه في موضع الآخر ليفهم وجهة نظره و يقدرها و يتبين وجهة الحق فيها (بشارة، 2009).

2.2.5. مهارة العمل الجماعي/التعاون : هو العمل المشترك و المتسم باستمرارية بين فردين أو أكثر بغرض تحقيق هدف متفق عليه أو انجاز عمل مشترك (بدر الدين، 2003).

3.2.5. مهارة صنع القرار: يعرف بأنه اختبار لأحد البدائل المتوفرة للوصول الى هدف أو معالجة مشكلة و يبدو ان اتخاذ القرار مرحلة تتطلب خطوات تمهيدية تسبقها وهي خطوات ضرورية من اجل انضاج القرار الذي يتم الوصول اليه ، كما أن الفرد الواعي يتأكد من سلامة قراره من خلال تتبع نتائجه وتحديد الآثار التي تبني عليها و من ثم تقييم هذا القرار (النصير و الزغلول ، 2004).

3.5. استاذ التربية البدنية و الرياضية:

اصطلاحاً: هو عبارة عن وسيط بين التلميذ و الرياضة ، لذا كان من الضروري اعداد هذا الأستاذ مهنيا و ثقافيا و اكاديميا و علميا.

هو الشخص الذي يكرس نفسه مهنيا لتعليم الاخرين و مساعدتهم ، كما يشارك في التطوير الثقافي و يهتم بتربية الاطفال و تحقيق الاهداف التربوية التي يصلوا اليها. (خطابية ا.، 1997، صفحة 173).

اجرائيا: هو الفرد الكفو المتحصل على المؤهل العلمي في مجال تخصصه القادر على ممارسة عمله التربوي على اكمل وجه داخل المؤسسة التربوية و خارجها، وهو الشخص الذي يكتسب الحركات الرياضية و المهارات الحياتية و يعمل على تعليمها لتلاميذه و يكسبها لهم.

6. الدراسات و البحوث المشابهة:

1.6. دراسة ماجد بن سالم حميد الغامدي (2011) المعنونة "فاعلية الانشطة التعليمية في تنمية المهارات الحياتية في مقرر الحديث لطلاب الصف الثالث متوسط"
تمثلت مشكلة البحث في ما فاعلية الانشطة التعليمية في تنمية المهارات الحياتية في مقرر الحديث لطلاب الصف الثالث المتوسط؟ .

استخدم الباحث المنهج الشبه التجريبي وكانت عينة البحث 30 طالب من طلاب الصف الثالث متوسط، استخدم الباحث قائمة المهارات الحياتية اللازمة لطلاب المرحلة المتوسطة قائمة بالأنشطة التعليمية التي تنمي هذه المهارات، ومقياس

المهارات الحياتية، تمثلت اهم نتيجة في اثبات فاعلية الأنشطة التعليمية في تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب الصف الثالث،

في حين كان اهم مقترح في تفعيل الانشطة التعليمية في تدريس مقرر الحديث بالمرحلة المتوسطة لما لها من الأثر الواضح في تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة .

2.6. دراسة حنان عبد الرحيم سالم (2014) المعنونة بفعالية برنامج مقترح في ضوء نموذج (04) في تنمية المهارات الحياتية و عمليات العلم بمادة العلوم لدى طالبات الصف الثامن الأساسي بغزة.

حيث استخدمت الباحثة المنهج الشبه التجريبي و كانت عينة البحث 88 طالبة من طالبات الصف الثامن مقسمة الى مجموعتين 44 ضابطة و 44 للتجريبية، استخدمت الباحثة استبانة المهارات الحياتية ، قائمة المهارات العلمية ،اضافة الى البرنامج المقترح في ضوء نموذج (4) في تنمية المهارات الحياتية و عمليات العلم ، تمثلت اهم نتيجة في اثبات فعالية البرنامج المقترح في ضوء نموذج (4) في تنمية المهارات الحياتية و عمليات العلم بمادة العلوم لدى طالبات الصف الثامن الأساسي بغزة .

في حين كان أهم مقترح هو ضرورة استخدام نموذج (4) و تدريب المعلمين على كيفية توظيفه.

3.6. دراسة بلحية أحمد و مزوزي حليلة (2014) المعنونة "دور النشاط الرياضي التنافسي في تحسين بعض ابعاد المهارات الحياتية لدى المعاقين حركيا" .

تمثلت مشكلة البحث في هل النشاط الرياضي التنافسي دور هام في تحسين بعض ابعاد المهارات الحياتية للمعاق حركيا لفرق كرة السلة ؟.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وكانت عينة البحث 46 لاعب كرة السلة على الكراسي المتحركة معاقون حركيا، كما استخدمنا مقياس المهارات الحياتية، تمثلت أهم نتيجة في أن درجة أبعاد المهارات الحياتية قيد البحث للقياسات القبلية هي بدرجة عالية.

في حين كان أهم مقترح في ضرورة الاهتمام بوضع برامج خاصة بالنشاط التنافسي لتنمية المهارات الحياتية التي تراعي حاجات المعاق حركيا.

4.6. دراسة صغير نور الدين (2015) المعنونة "دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية عند الناشئين"، تمثلت مشكلة البحث في ماهو دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية عند الناشئين الممارسين للأنشطة الرياضية تبعا لنوع النشاط الرياضي الممارس ؟.

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي المقارن، و كانت عينة البحث 301 رياضي لبعض ولايات الغرب الجزائري، كما استخدم مقياس المهارات الحياتية .

تمثلت أهم نتيجة في أن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين الالتزام الرياضي و المهارات الحياتية.

5.6. دراسة حميد خلف فرحان و محمود عبد الرحمان الحديدي (2016) المعنونة " درجة توافر المهارات الحياتية في منهاج التربية الرياضية للمرحلة الثانوية في العراق من وجهة نظر المدرسين".

حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي و كانت عينة البحث 291 مدرسا و مدرسة، كما استخدم الباحثان الاستبانة للمهارات الحياتية ، تمثلت اهم نتيجة في وجود فروق في درجة توافر المهارات الحياتية تبعا لمتغير سنوات الخبرة.

في حين كان أهم مقترح في دراسة المهارات الحياتية في المنهاج بشكل عام و مناهج التربية الرياضية لجميع المراحل بشكل خاص للوقوف على درجة توافر المهارات الحياتية ضمن المنهاج .

6.6. دراسة منال مبارك هلابي (2020) المعنونة " البيئة الجامعية وعلاقتها بالمهارات الحياتية لدى طالبات كلية التربية بجامعة طيبة".

تمثلت مشكلة البحث هل توجد علاقة بين درجات الطالبات على استبانة البيئة الجامعية و درجات الطالبات على استبانة المهارات الحياتية ؟.

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي و كانت عينة البحث 181 طالبة من طالبات جامعة طيبة اخترن بطريقة عشوائية، استخدمت الباحثة استبانة خاصة بالبيئة الجامعية، مقياس خاص بالمهارات الحياتية، و تمثلت أهم نتيجة في وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات الطالبات على استبانة البيئة الجامعية و استبانة المهارات الحياتية.

في حين كان أهم مقترح في الاهتمام بكافة المقومات البشرية و المادية في البيئة الجامعية بما يعمل على تعزيز المهارات الحياتية بشكل عام.

7.6. دراسة أماني محمد ، محمد عبد القوي و رامي سعيد رزق (2021) المعنونة " دور الأنشطة الترويحية و الرياضية في تحسين بعض المهارات الحياتية لدى كبار السن ."

تمثلت مشكلة البحث في هل للأنشطة الترويحية و الرياضية دور في تحسين بعض المهارات الحياتية لدى كبار السن .؟

قام الباحثون باستخدام المنهج التجريبي و كانت عينة البحث 27 فرد تم تقسيمهم الى 12 فرد كعينة الدراسة الاستطلاعية و 15 فرد كعينة اساسية ، كما استخدم الباحثون مقياس المهارات الحياتية لكبار السن ، البرنامج الترويحي الرياضي المقترح.

حيث تمثلت اهم نتيجة في أن البرنامج الترويحي الرياضي المقترح له تأثير ايجابي في تحسين المهارات الحياتية لدى كبار السن .

في حين كان أهم مقترح في تطبيق البرنامج الترويحي الرياضي المقترح لتحسين المهارات الحياتية لدى كبار السن .

8.6. دراسة ميلودي مصطفى (2023) المعنونة" دور النشاط البدني الرياضي الترويحي في تحسين بعض المهارات الحياتية لدى متربصي المعهد الوطني المتخصص في التكوين المهني".

تمثلت مشكلة البحث في هل يعتبر النشاط البدني الرياضي الترويحي دور في تحسين بعض المهارات الحياتية لدى متربصي المعهد الوطني المتخصص في التكوين مهني .؟

اعتمد الباحث المنهج الوصفي و كانت العينة عشوائية قدرت ب100 متربص من المعهد الوطني المتخصص في التكون المهني، و استخدم الباحث الاستبيان .و كانت أهم نتيجة تعزيز الاتصال و التواصل و التعاون.

في حين كان أهم مقترح اعطاء اهمية كبيرة للأنشطة الترويحية بمؤسسات قطاع التكوين المهني .

7. التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة :

من خلال م تم عرضه في الدراسات السابقة و المشابهة وجدنا تشابه مع دراستنا الحالية و قد اتفقت في النقاط التالية :

من حيث المتغيرات : اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في متغير المهارات الحياتية .

من حيث الاهداف : اشتركت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في هدف واحد و هو معرفة مستوى المهارات الحياتية و اسباب تحسينها .

من حيث المنهج المتبع: تنوعت المناهج المستخدمة في الدراسات السابقة فدراسة ماجد بن سالم (2011) و حنان عبد الرحيم (2014) استخدمت فيها المنهج الشبه التجريبي ، و دراسة أماني محمد و محمد عبد القوي و رامي سعيد (2021) استخدمت فيها المنهج التجريبي ، أما دراسة كل من بلجية أحمد و مزوزي حليلة (2014)، صغير نور الدين (2015) ،حميد خلف فرحان و محمود عبد الرحمان (2016) ،منال الهلابي (2020) ،ميلودي مصطفى (2023) فاستخدمت فيها المنهج الوصفي

من حيث الأدوات المستخدمة : اشتركت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدام مقياس و استبيان المهارات الحياتية .

من حيث النتائج المتحصل عليها : تشابهت نتائج الدراسات السابقة تقريبا في فاعلية الانشطة الرياضية بأنواعها و برامجها في تنمية المهارات الحياتية .

8. نقد الدراسات السابقة :

من خلال استعراض الدراسات السابقة و البحوث المشابهة اتضح لنا التشابه بين محتوى موضوع كل دراسة و تمثل هذا التشابه في المهارات الحياتية ،بينما نجد الاختلاف في المراحل السنية للعينات المستهدفة و مدى تمثيلها لمجتمع الدراسة ، و كما نجد أن كل دراسة مرتبطة بمجالها الجغرافي الذي أجريت فيه ، وكذا طبيعة الأسئلة التي احتوتها الاستمارة و هذا من خصوصية أي دراسة فمصادقية هذه الاخيرة مرهونة بحجم العينة التي تم اختيارها و مدى تمثيلها للمجتمع،فنجد ان اغلب الدراسات السابقة اختار فيهل الباحثون عينات صغيرة السن ، في حين اختارت الباحثة أماني محمد (2021) فئة كبار السن و الباحث ميلودي مصطفى اختار فئة سنية مختلفة (من 18 سنة فما فوق) ، وهذا ما ساعدنا على تحديد مجتمع البحث و اعطانا نقطة الانطلاق و تم الاستفادة من الدراسات السابقة و المشابهة في تحديد مشكلة البحث و ضبط المتغيرات ،استخدام المنهج الملائم للدراسة و كذلك تحديد وسائل جمع البيانات و الادوات الاحصائية الملائمة و تحديد العبارات الخاصة بالاستبيان .

الباب الأول:

الدراسة النظرية

الفصل الأول :

النشاط البدني

الرياضي الترويحي

تمهيد :

إن الحاجة للترويح عن النفس حاجة انسانية و لها أهميتها و عادة ما نجد أننا نضع الترويح في مكان جانبي من حياتنا و لا نعطيه من الأهمية شيء ، و يتوقف ذلك على الوعي الترويحي عند الفرد و أن يدرك مدى اهميته بالنسبة له و للمجتمع .

فالترويح مظهر من مظاهر النشاط الإنساني يتميز بالصحة و الاتزان والصحة هنا بمعناها الواسع الذي يشمل الصحة الجسمانية و العقلية و العاطفية وليس فقط خلو الفرد من الضعف والمرض فالنشاط الرياضي الترويحي يهدف إلى السعادة التي ينشدها كل فرد ، والترويح له مكانة مميزة في جعل الحياة المتزنة بين العدل و الراحة فتكتمل الحياة في معناها وتزداد في رونقها بالترويح و تصبح أكثر بهجة.

1-نبذة تاريخية عن الترويح و الوقت الحر :

1-1- الوقت الحر والترويح في العصر الأول :

مما لا شك فيه أن الإنسان الأول لم يكن له وقت كافي للوقت الحر نظرا لما كان يعانيه من مشقة في كسب قوت يومه أو حماية نفسه من المخاطر التي تحيط به. وكان قد بدأ الاستمتاع بوقت الفراغ والترويح بعد تقييم العمل اليومي إذ يترك له وقت خاص به.

كان الترويح و الرياضة معروفين في مصر منذ 3000 سنة ق.م بينما لم يكن لليونان عهدا سوى منذ 776 سنة ق.م (خطاب، 2010، صفحة 31) .

ولقد كان الفتيان عند اليونان يتعلمون الألعاب الرياضية باعتبارها واجب ديني ووطني ، كما برع اليونان في الموسيقى والخطابة والتمثيل والرسم والنحت والشعر وهذا كله كان يقتصر على الطبقة الأرستوقراطية وكان هذا النشاط محرما على العبيد والأجانب لذا نجد وقت الفراغ من حق اليونانيين الأحرار أما العبيد فليس لهم وقت فراغ لديهم بل أن عليهم أن يعملوا بلا انقطاع طوال ساعات اليقظة (كفاي، 1997، صفحة 28) .

1-2 الوقت الحر و الترويح في عصر النهضة :

لقد مرت البشرية من القرن الرابع عشر إلى القرن السادس عشر بفترة انتقال تقدمت فيها الشعوب وازدهرت، فقد جاء فيها عصر النهضة لينهض بكل هذه الحقائق وليغير الأوضاع ويعيد كرامة الإنسان وتقوية جسمه وعقله و انتشرت نظريات التعلم.

لذا قد ساعد عصر النهضة على تبيان أهمية وقيمة النشاط الترويحي والتربية البدنية للناس وكذلك أهميته الصحية وإعداد جيل زاهر .

1-3 الوقت الحر و الترويح في العصر الحديث :

جال التطور المفاجئ للترويح الحالي بعمل دول العالم الكبرى كأروبا وأمريكا و آسيا، لذلك ساهم قادة أروبا في تطوير حركة الترويح ،ولقد كان الفضل الكبير للألمان بإنشاء حركة بيوت الشبان ،التي لها دور كبير في نشاطات ترويحية هامة في جميع انحاء المعمورة (خطاب، 2010، صفحة 12)

2- مفهوم الترويح:

هناك العديد من التعريفات للعديد من العلماء و المفكرين في مجال الترويح فهناك من أعتبر الترويح نشاط و منهم من اعتبره أكثر من نشاط اعتبره وسيلة للوصول إلى غاية و هذه الغاية هي شعور الفرد بالسعادة فتذكر تهاني عبد السلام محمد أن الترويح رد فعل عاطفي أو حالة نفسية أو شعور يحسه الفرد قبل و أثناء و بعد ممارسته لنشاط ما إما سلبيا أو ايجابيا هادف و يتم أثناء وقت فراغ (عبد السلام، 1999)

كما يعرفه برايتسيل **braitsile** فيقول أن الترويح نشاط اختياري يحدث اثناء وقت الفراغ و دوفعه الاولية هي الرضا و السرور الناتج في هذا النشاط . (طه، 2000، صفحة 14) .

بينما يرى كراوس **kraous** أن الترويح هو تلك الأوجه من النشاط أو الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ و التي يتم اختيارها وفقا لإدارة الفرد و ذلك بغرض تحقيق السرور

و المتعة لذاته و اكتساب العديد من القيم الشخصية و الاجتماعية (الحماعي، 1998، صفحة 29) .

3- مفهوم النشاط البدني الرياضي الترويحي :

المقصود بالنشاط البدني الرياضي الترويحي ذلك النوع من الترويح الذي يتضمن برامج العديد من النشاطات البدنية و الرياضية ، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية و الفيزيولوجية للفرد الممارس لأوجه النشاطات التي تشتمل على الألعاب و الرياضات.

تمثل الرياضات و الألعاب الجانب الاعظم من برامج النشاط البدني الرياضي الترويحي كما انه يمكن تنظيم مناشطها وفقاً لأهداف و احتياجات و اهتمامات الأفراد و الجماعات ، و بذلك نجد أن الاشتراك في تلك النشاطات يتأثر بالعناصر التالية : المستوى المهاري : السن ، الجنس ، الحالة البدنية ، الحالة الصحية للفرد (خطاب م.، 1972، صفحة 65) .

يتم تقسيم النشاط البدني الرياضي الترويحي الى المجموعات الرئيسية التالية :

3-1- الألعاب و المسابقات ذات التنظيم البسيط:

وهي الألعاب و المسابقات التي تهتم بميول و اهتمامات الأطفال و صغار السن ، و هي تعتمد على بعض القوانين و القواعد لتنظيمها كما أن الاشتراك فيها لا يحتاج الى مستوى عال من المهارة أو الأداء إلا أنه يمكن لمختلف الأعمار الاشتراك فيها و بما يتفق مع مستوى قدراتهم البدنية و العقلية و اهتمامهم و ميولهم و من أمثلة تلك الأوجه من النشاط لألعاب الكرة ، ألعاب الماء ، ألعاب الرشاقة ، ألعاب الرقص و الغناء ، ألعاب اقتفاء الأثر .

3-2- الألعاب أو الرياضات الفردية:

يفضل العديد من الأفراد ممارسة أوجه النشاط بمفردهم ،وربما يرجع ذلك الى استمتاعهم بالأداء الفردي ، أو لصعوبة الاتفاق مع الأصدقاء أو الزملاء على ممارسة نوع معين من النشاط ،او لصعوبة الاتفاق على وقت معين للممارسة ،ومن أمثلة تلك الرياضات الفردية نجد صيد الأسماك ،الانزلاق أو التزلق على الجليد أو الأرض ، المشي ، الجري ، الفروسية ، الرمي بالسهم ، السباحة ، ركوب الدراجات .
(الحماحي م.، 1997، صفحة 72)

3-3- الألعاب و الرياضات الزوجية :

وهناك بعض الألعاب و الرياضات تستلزم اشتراك فردين على الأقل للعب معا وذلك لنجاح المشاركة في النشاط ، ويطلق عليهما مسمى الألعاب أو الرياضات الزوجية ،ومن أمثلة الألعاب أو الرياضات الزوجية نجد :كرة المضرب الخشبي (الراكب)،السكواش.

3-4- الألعاب أو رياضات الفرق :

تعد الألعاب أو الرياضات الجماعية التي تعتمد على تكوين الفرق ذات أهمية و لذا فهي توافق على اهتمامهم. كما أن الاشتراك في تلك النشاطات يكون على مستوى عال من التنظيم بالمقارنة بالمشاركة في الألعاب و الرياضات الأخرى لوجود بعض القواعد و التنظيمات التي يجب اتباعها لتنظيم رياضات الفرق و من امثلة تلك الرياضات نجد : كرة القدم ، الكرة الطائرة ، كرة السلة ، الهوكي ، الريغبي Rugby .

و من جانب آخر يصنف ليونارد سيلبي **Sealey Leonardo** أوجه نشاط الترويح الرياضي الى المجموعة الرئيسية التالية :

- **الرياضات الجماعية : Sport Collectif** وتتضمن أهم الأنشطة التالية : كرة القدم ، الكرة الطائرة ، كرة السلة ، الهوكي ، كرة القدم الأمريكية ، الريجي ، كرة القاعدة ، كرة السرعة ، الكرة الناعمة .
- **الرياضات الفردية : Sport Individuels** و تشمل أهم النشاطات التالية : المشي ، الجري ، السباحة ، المبارزة ، المصارعة ، الجودو ، الملاكمة ، الجمباز ، التنس ، تنس الطاولة ، الريشة الطاولة ، السكواش ، رمي السهام ، الدراجات ، الجولف .
- **رياضات الشتاء : Sports D'hiver** و تشمل على أهم النشاطات التالية : الانزلاق على الجليد هوكي الانزلاق على الجليد ، سباق المركبة الزاحفة .
- **الرياضات المائية : Sports Aquatiques** و تتضمن أهم النشاطات التالية : السباحة ، الانزلاق على الماء ، القوارب البخارية ، التجديف ، الغطس ، كرة الماء (الحماحي م.، 1997، صفحة 97) .

4-أنواع النشاط البدني الرياضي الترويحي :

ان مزاوله النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول الى المستويات العالية ، يعتبر ذلك النشاط الذي يحقق للفرد النمو الكامل مدن النواحي البدنية و النفسية و الاجتماعية بالإضافة الى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري و التنفسي و العصبي (رحمة، 1998، صفحة 09) .

لقد تعددت الأنشطة الترويحية و تنوعت أشكالها وقيمتها الفكرية و العاطفية أو الفردية و الجماعية أو المقيدة ، ذلك لأن النشاط الانساني المبدع يتحدد باستمرار و هناك عدا تقسيمات :

➤ **النشاط الترويحي الفعال** : و يدل على النشاطات الترويحية المبدعة كالرياضة و الغناء ... الخ.

➤ **النشاط الترويحي الغير فعال** : و هو نشاط غير فعال يقف صاحبه موقف المتفرج أو المستمتع (Touraine, 1996, p. 265).

- اما ويلز فانه يقسم الانشطة الترويحية الى ما يلي :

① **الانشط الايجابية** : و هي تتمثل فدي الانشطة التي يشرك فيها الفرد و يمارسها بصورة ايجابية مثل ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة أو الرسمالخ.

② **الانشطة الاستقبالية** : و يقصد بها استقبال الفرد لنشاط خارجي عن طريق الحواس كما هو الحال في القراءة أو مشاهدة التلفاز أو مشاهدة المباريات الرياضية في الملاعب .

③ **الانشطة السلبية** : ويقصد بها أن الفرد يقوم بنشاط لا يبذل فيه جهد مغل النوم أو الاسترخاء .

5- أقسام الترويح الرياضي :

5-1- **الألعاب الصغيرة الترويحية** : هي عبارة عن مجموعة متعددة من الالعاب كالجري و العاب الكرات الصغيرة و العاب الرشاقة و ما الى غير ذلك من الالعاب

التي تتميز بطابع السرور و المرح و التنافس مع مرونة قواعدها و قلة أدوارها و ممارستها .

5-2- الألعاب الرياضية الكبيرة : و هي الانشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة و يمكن تقسيمها طبقا لوجهات نظر مختلفة ، العاب فردية أو زوجية أو جماعية أو بالنسبة لموسم اللعبة ألعاب شتوية أو صيفية أو تمارس طوال العام (خطاب م.، 1990، صفحة 63).

6-التروييح و الحاجات النفسية :

تعد المعالجات النفسية لموضوعات التروييح وأنشطة الفراغ مدن المعالجات الحديثة نسبيا حيث اهتم علماء النفس بدراسة التروييح وما يتصل به من الدوافع والقيم والاتجاهات والمدرجات، ويعتبر التروييح من العوامل الهامة لصحة النفسية ، و علاقة التروييح بعلم النفس علاقة وثيقة لدرجة جعلت بعض العلماء يعرفون التروييح على انه حالة نفسية تصاحب الفرد أثناء ممارسته للنشاط الممتع .

ومدن أهم الأهداف الأساسية للتروييح أنه يسهم في اكتساب الفرد الصحة النفسية عن طريق اكتساب الشعور أو الإحساس الذاتي بالسعادة والأمان والطمأنينة ، وكذا إشباع بعض الحاجات النفسية مثل الحاجة إلى النشاط والحركة و اللعب و الحاجة الى الاجماع و اثبات الذات و الحاجة للنجاح (خطاب م.، 1990، صفحة 32).

و عن كمال درويش يعتقد "كيرلنجر" (KERLMENGER): " أن المفهوم النفسي للتروييح وانشطة الفراغ يؤكد أساسا على الانجاز و تنمية الشخصية من خلال ممارسة الانشطة ذات المعنى و التي تجعل للفراغ قيمة متواصلة مع معطيات مجتمعاتنا

الحديثة و التي تكاد تسحق فيها الشخصية بطريقة او أخرى " (الخولي و درويش، 1990، صفحة 169).

ويتفق علماء الرياضة والترويح على أن اللعب هو اللب الأساسي لهاتين الظاهرتين، ويعرف اللعب بأنه ذلك النشاط الحر الذي يشترك فيه الشخص بدون النظر الى فائدة مادية أو حتى جوهرية.

ويعتبر اللعب جانبا هاما من جوانب تنمية السلوك الانساني فقد تدخل المجتمع بتنظيم اللعب و استخدامه كوسيلة للتطبيع الاجتماعي إلى ما يسمى الان بالأنشطة الرياضية و الترويحية (حلمي و ليلي السيد فرحات، 1998، صفحة 58) .

ولقد كتب "روث سترينج" (Ruth String) : "أن اللعب بمثابة تاريخ حياة الطفل، فهو مؤثر لنضجه الاجتماعي، كما أنه يعكس شخصيته بوضوح أكثر من أي نشاط آخر" ، و لا يقتصر اللعب على الاطفال فهو هام ايضاً للكبار و تفيد الأبحاث أن الرجال و النساء ممن يمارسون اللعب أو الرياضة أو أي نشاط بدني اخر هم أكثر تكيفا على المستوى الانفعالي من غيرهم ، ذلك لأن النشاط البدني يقدم الوانا من الاثارة و التفاعل بأنواعها المختلفة مع الغير من الناس ، كما أن اللعب و النشاط البدني اتجاهات بناءة و ايجابية نحو المجتمع مع اسلوب حياة متميز و مختلف ، ذلك لان النشاط البدني أدهى لتكوين مفهوم الذات و تقدير عالي للنفس ، كما انه يساعد على التوجه الاجتماعي للحياة بشكل أفضل (الخولي و درويش، 1990، صفحة 159)

وفي الوقت الحالي أصبح الترويح مجالاً هاماً ليس فقط في الوقاية من الأمراض النفسية بل أيضا في علاجها، وأصبح الأطباء يعتقدون في أهمية الأنشطة الترويحية

كعلاج مكمل للعلاج النفسي، وانتشرت الأنشطة الترويحية المتعددة على نطاق واسع في مدارس المعوقين والمصحات النفسية والعقلية (خطاب م.، 1990، صفحة 32).

و تتيح دراسة الحاجة الانسانية من وجهة النظر النفسية مدخلا ملائما لدراسة سيكولوجية الترويح و أنشطة وقت الفراغ ، و قد عمل جيل جديد من علماء النفس إلى مزج المدرستين - المدرسة البيولوجية و المدرسة الاجتماعية في اطار واحد ، و من بين هؤلاء العلماء "أبراهام ماسلو" (A. MASLOW) ، و تقوم نظرية "ماسلو" على أساس أن إشباع الحاجات النفسية يجب ان يبدأ بإشباع الحاجات الفسيولوجية الأساسية أولاً و من ثم يتم اشباع باقي الحاجات النفسية .

و لقد رتب "ماسلو" الحاجات الإنسانية بطريقة تصاعدية على النحو التالي :

6-1- الحاجات الفسيولوجية :

وهي أكثر الحاجات الأساسية أهمية للإنسان وتتمثل في الدوافع البدنية مثل: الجوع والعطش والنوم والجنس، ويمكن القول بأن الرياضة والترويح سواء للشخص العام أو الشخص الخاص لا يشيع بطريق مباشر كل الحاجات الفيزيولوجية مثلا الجوع و العطش لا يتم اشباعهم بالتدريب الرياضي و العمل العضلي ، و لكن من الواضح أن هذه الأنشطة تساعد الافرازات البدنية و تنشيط الجسم الى درجة تساعد رفع مستوى اللياقة البدنية التي تساعد على النوم و الاسترخاء بسهولة (حلمي و ليلي السيد فرحات، 1998، صفحة 68).

كما بينت تهاني عبد لسلام محمد "أن الحاجات الفسيولوجية للأنشطة الترويحية تعمل على التخلص من الضغط العصبي و كذا التخلص من الطاقة الزائدة ، و تنمية قوة و تماسك و مرونة عضلات الجسم ، و التوافق العضلي العصبي ، و

مقاومة التعب و بالتالي يعتبر النشاط الترويحي من افضل الوسائل للراحة و الاسترخاء " . (تهاني، 2001، صفحة 119).

و يؤكد ذلك **محمد الحماحي** حيث ان "الحاجات الفيسيولوجية تعد أكثر الحاجات التي يحاول إشباعها و للعمل دور حيوي في تحقيق تلك الحاجات ، كما أن للترويح دورا هاما في التقليل من عناء العمل ، و في تنمية صحة الفرد و تحقيق الاسترخاء له" (الحماحي م.، 1998، صفحة 35).

6-2- الحاجة إلى الأمن و السلامة:

وهي الحاجة لحماية النفس ضد الأخطار والتهديدات ،وتتحقق بوجود نظام وعدل في المجتمع وبين أعضاء الأسرة والبيئة القريبة ،وهناك علاقة مباشرة إلى حد ما بين الحاجة إلى الأمن والسلامة والاشتراك في الأنشطة الرياضية والترويحية ،مثال ذلك: الشخص القوي يستطيع أن يدافع عن نفسه كما يستطيع أداء عمله بسهولة مما يحقق الشعور بالأمن والسلامة، وكذلك مواجهة حالات الطوارئ باستعداد أفضل .

6-3- الحاجة إلى الانتماء :

الحاجة إلى الصداقة و الصحبة ، و القبول من الرفاق، و القدرة على التأثير ، و العطاء المتبادل ، و اثبتت عدة دراسات أن الانتماء قد يتم عن طريق الرياضة و الترويح للعوام و للخواص ، و قد تعرض "**أوزنير،مانسيني**" (**Orthener ,Mancini**) إلى الفوائد التي تعود من الاشتراك في أنشطة رياضية و ترويحية على التضامن العائلي ، و استنتج هذان الباحثان أن هذا الاشتراك ضروري سواء للشخص المعوق أو الشخص العادي (حلمي و ليلي السيد فرحات، 1998، صفحة 69) .

6-4- الحاجة الى إثبات الذات :

حيث حاجة كل فرد لتقدير ذاته والتي تعني الإحساس بالقيمة النفسية، إثراء الوضع والمكانة ومحاولة الوصول الى مرتبة مرموقة في المجتمع.

فقد استنتج كل من "هاجارڊ" (Haggard) و "وليمز" (Willams) أن أحسن موقف لإثبات الذات هو الذي يخلو من العقبات و العوائق التي قد توجد في علاقات العمل و العلاقات الأسرية و أن أنشطة وقت الفراغ تمثل احسن وقت يستطيع منه الشخص العادي و المعوق اثبات ذاته . (حلمي و ليلي السيد فرحات، 1998، صفحة 59).

ويتفق هذا الطرح مع ما يوضحه محمد الحماحي حيث أن "تلك الحاجات درجة أعلى في سلم ترتيب الحاجات، ويطلق عليها مسمى الحاجات الذاتية أو الحاجات النفسية، وتحتوي على الحاجات المرتبطة بالثقة بالنفس، القدرة على الإنجاز، احترام الذات، التقدير من الآخرين...وللترويح دور في تحقيق تلك الحاجات (الحماحي م.، 1998، صفحة 36).

و يتيح الترويح قدرا كبيرا من فرص تأكيد الذات فكل فرد يحتاج الى الاحساس بقيمته الشخصية فذلك أدعى لتحقيق الثقة بالنفس التي تمكن الافراد من تحقيق أقصى قدرات لهم، و مواجهة المتاعب و المشكلات و الضغوط التي يقابلونها في حياتهم .

لذلك فإن للترويح دورا هاما ينتظره لمقابلة الاحتياجات النفسية للعاملين و العاطلين على سواء ، ناهيك عن احتياجات الفئات الخاصة (المعاقين) حيث يتيح لهم الترويح إثبات ذاتهم و تأكيد أنفسهم و الشعور بانجازاتهم الشخصية عبر أنشطة الترويح

المتنوعة التي تقابل الفروق الفردية المختلفة لديهم مما يزيد إحساسهم بالقيمة الشخصية لأدائهم في هذه الأنشطة (الخولي و درويش، 1990، صفحة 171).

6-5- الحاجات الى تحقيق الذات :

بمعنى أن الشخص بحاجة إلى اداء ما هو قادر على أدائه حتى يحقق ذاته عن طريق أنشطة تلقائية ،يصبح الشخص خلالها مرتبطاً بمجتمعه و بيئته ، إن الإحباطات التي يواجهها أغلب الأفراد سواء في العمل أو الحياة المدنية عموماً تجعل الناس يعملون ما في وسعهم لتحقيق و تأمين الجانب البدائي أو المستوى الأدنى من سلم الاحتياجات الذي ذكره "ماسلو" ،أما المستوى الأعلى من سلم الاحتياجات كتحقيق الذات فيظل غير نشط في ظل ما يواجه الفرد من منغصات و ضيق فرص التعبير و الاغتراب .

و لقد أكد "فارينا" (J.Farina) في كتابه نحوه فلسفة للفراغ أن تأكيد و تحقيق الذات هو هدف الفراغ و الترويح ،حيث ينظر للفراغ انه ظرف او حالة يكون الانسان فيها حراً من المتطلبات الملحة للحاجات المتدنية المستوى ، ولأن الفراغ حالة شخصية و مكون من مجموعة أنشطة لا ترتبط مباشرة بالأهداف النفعية ، و التي تقبل على انها ترقية و ارتفاع في تحقيق الذات ، فهو يرى أن جوهر مفهوم الفراغ يتصل بحرية الفرد في التعبير عن ذاته من خلال مدبواسع متاح من الأنشطة سواء بدنية أو عقلية ام روحية من اجل المجاهدة نحو اكمل القدرات للفرد كإنسان (الخولي و درويش، 1990، صفحة 171) .

و مما لا شك فيه أن الأنشطة الرياضية و الترويحية تمثل مجالاً هاماً سواء للشخص العادي أو المعوق يستطيع فيه تحقيق ذاته الى جانب الأهمية الاجتماعية للأنشطة الرياضية الترويحية .

7- خصائص الترويح الرياضي :

من اهم الخصائص التي يتميز بها الترويح الرياضي ما يلي :

7-1- تهيئة الفرص للنشاط الحركي : إتاحة فرصة المشاركة للجميع من خلال

توفير المنشآت و التجهيزات اللازمة و إعداد البرامج المناسبة .

7-2- الهادفية : نشاط هادف وبناء يسهم في تنمية المهارات والقيم والاتجاهات

التربوية وتطوير الشخصية .

7-3- الايجابية : ممارسة النشاط وعدم الاقتصار على المشاهدة .

7-4- المساواة : لكل فرد الحق في المشاركة بغض النظر عن المراحل العمرية أو

الجنس أو المستوى المهاري.

7-5- حرية الاختيار : اختيار أي نوع أو مستوى من الرياضات المختلفة .

7-6- الدافعية : المشاركة في النشاط تتم بدافع ذاتي (برغبة و ارادة الفرد) .

7-7- التنوع : تتوفر الأنشطة التنافسية وغير التنافسية في مستويات مختلفة لكي

تتفق مع حاجات و رغبات و ميول الأفراد .

7-8- الوقاية و التأهيل : يساعد الممارسين على الوقاية من الأمراض العصرية

المرتبطة بنقص الحركة كأمراض القلب و الدورة الدموية، و البدانة، و بعض الأمراض

النفسية و الاجتماعية... الخ، و يساعد بشكل فعال في تأهيل المرضى و المصابين

والمعاقين.

7-9- التفاوض : المشاركة الإيجابية تؤدي الى تحقيق السعادة وتنمية وتطوير صحة الفرد وزيادة الإنتاجية، مما يبعث روح التفاؤل لدى الممارس.

7-10- الكشف عن الموهوبين : تعتبر نشاطات الترويح الرياضي القاعدة الأساسية التي تركز عليها عملية الكشف عن الموهوبين وأصحاب القدرات المتميزة ، تركز عليها عملية الكشف عن الموهوبين وأصحاب القدرات المتميزة في مختلف الألعاب و الرياضات.

7-11- استثمار وقت الفراغ : يعتبر الترويح الرياضي وسيلة مثلى لاستثمار أوقات الفراغ المتزايدة . (سلامة، 2006).

8- أهداف الترويح الرياضي :

يرى محمد الحماحي أن الترويح الرياضي (الرياضة للجميع) يساهم في التأثير الايجابي على العديد من جوانب النمو للفرد خلال مشاركته في ممارسة أوجه نشاطه ، كما يهدف الترويح الرياضي الى الوقاية من المتغيرات المدنية الحديثة و الى زيادة المردود الإنتاجي لهؤلاء المشاركين في برامجه و لذا فقد قام الحماحي بتحديد أهداف الترويح الرياضي وفقا لطبيعة تلك الأهداف و ذلك على النحو التالي :

1.8. الاهداف الصحية :

وهي الاهداف المرتبطة بوجه عام بصحة الممارس بانتظام لمناشطه و

تتضمن :

❖ تطوير الحالة الصحية.

❖ تنمية العادات الصحية المرغوبة.

- ❖ الوقاية و الاقلال من فرص التعرض للإصابة بأمراض القلب و الدورة الدموية
- ❖ زيادة المناعة الطبيعية للجسم و مقاومة الأمراض.
- ❖ الحد من الآثار السلبية للتوتر النفسي و للقلق و التوتر العصبي .
- ❖ التغذية الجيدة و المناسبة وفقا لنوع الجهد المبذول في ممارسة النشاط.
- ❖ المحافظة على الوزن المناسب للجسم (الحماحي م.، 1998، صفحة 05).

2.8. الأهداف البدنية :

- و تشمل الأهداف التي تهتم بالحالة البدنية للممارسة بانتظام لمناشطها و هي :
- ❖ تنمية اللياقة البدنية .
 - ❖ تجديد نشاط و حيوية الجسم.
 - ❖ المحافظة على الحالة البدنية الجيدة.
 - ❖ الاحتفاظ بالقوام الرشيق.
 - ❖ تصحيح بعض انحرافات القوام.
 - ❖ الاسترخاء العضلي و العصبي.
 - ❖ مقاومة الانهيار البدني في سن الشيخوخة .

3.8. الأهداف التربوية :

- و هي تلك الأهداف التي تهتم بالفرد الممارس من الجانب التربوي و تتضمن :
- ❖ تشكيل و تنمية الشخصية المتكاملة للفرد و تزويده بالعديد من الخبرات الحياتية.
 - ❖ استثمار أوقات الفراغ و تنمية الإحساس بحب الطبيعة و حياة الخلاء.

- ❖ التفاؤل و النظر الى الحياة بنظرة طموحة للمستقبل و الارتقاء لسلوك الفرد .
- ❖ تنمية قوة الارادة و التفوق على الذات .
- ❖ تنمية القيم الجمالية و التذوق الفني.
- ❖ التعود على احترام مواعيد لممارسة النشاط بين الأفراد و بعضهم أو بين الجماعات و بعضها.

4.8. الأهداف النفسية :

- و هي الأهداف التي تهتم بالفرد الممارس نشاطها من الجانب النفسي و تحوي
- تحقيق السعادة لحياة الفرد و الترويح عن ذاته .
 - ❖ اشباع الميل للحركة أو اللعب أو لهواية الرياضة.
 - ❖ التعبير عن الذات و تفريغ الانفعالات المكبوتة.
 - ❖ الحدن التوتر النفسي و العصبي الناتج عن ظروف الحياة في المجتمعات المعاصرة.
 - ❖ تحقيق الاسترخاء و التوازن النفسي للفرد.
 - ❖ إشباع الدافع للمغامرة و الدافع للمنافسة (الحماحي م.، 1998، صفحة 94).

5.8. الأهداف الاجتماعية :

- و هي تلك الأهداف التي تهتم للجانب الاجتماعي للفرد الممارس بانتظام للنشاطات و تحتوي على ما يلي :
- ❖ التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية التي تسود المجتمع المعاصر بتكوين علاقات و صداقات مع الآخرين من الأفراد و الجماعات.
 - ❖ إشباع الحاجة من الالتقاء بالآخرين من ذوي الميول و الاهتمامات المشتركة.

- ❖ تحقيق التوافق الاجتماعي للأفراد و الجماعات الممارسين للنشاطات.
- ❖ المشاركة في تشكيل السلوك الاجتماعي السنوي.
- ❖ تنمية مهارات التواصل و التفاوض بين الجماعات و بعضها لدعم العمل الجماعي.
- ❖ هيئة الفرص لممارسة التخطيط الجماعي للنشاط و التدريب.

6.8. الأهداف الثقافية :

- ❖ تزويد الفرد بالثقافة الرياضية ، تشكيل و تنمية مدركاته بأهمية الرياضة للجميع في الحياة العصرية.
- ❖ تشكيل اتجاهات ايجابية لدى الأفراد و الجماعات نحو ممارسة النشاطات.
- ❖ التعرف على العديد من النشاطات للترويج و التعرف على الألعاب الشعبية.
- ❖ إجراء الفرد لقدرات و لحاجات الجسم للحركة.
- ❖ . تعلم الفرد الممارس للنشاط الرياضي للجميع لكيفية الوقاية من الإصابة وطرق معالجتها في حالة حدوثها.
- ❖ فهم أفضل للبيئة المحيطة بالفرد.
- ❖ التعرف على عوامل الأمان و السلامة المرتبطة بممارسة وبطبيعة مناشط الترويج الرياضية (الحماحي م.، 1998، صفحة 95).

9-أهمية الترويج الرياضي:

يعد الترويج مظهر من مظاهر النشاط الانساني و له دور هام في تحقيق التوازن بين العمل و الراحة ومدن عنائه ،و له اسهاماته في تحقيق السعادة للإنسان و تشير

الجمعية الأمريكية للصحة و التربية البدنية و للترويح الى اسهامات الترويح في النقاط التالية :

- ❖ تحقيق الحاجات الانسانية للتعبير للخلاق عن الذات.
- ❖ تطوير الصحة البدنية و الصحة الانفعالية و العقلية للفرد.
- ❖ التحرر من الضغوط و التوتر العصبي المصاحب للحياة العصرية.
- ❖ توفير حياة شخصية و عائلية زاخرة بالسعادة و الاستقرار.
- ❖ تنمية و تدعيم القيم الديمقراطية (الحماحي م.، 1998، صفحة 34).

و الأنشطة الرياضية الترويحية هامة عموما و للخواص بالذات فيما يلي عرض لهاته الأهمية من مختلف النواحي :

9-1- الأهمية البيولوجية :

يؤثر التدريب و خاصة المنظم على تركيب الجمعية حيث تزداد نحافة الجسم و ثقل سمته دون تغيرات تذكر على وزنه و قد فحص ويلز وزملائه تأثير خمسة شهور من التدريب اليومي البدني على 34 مراهقة و أظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي حيث يزداد نمو الانسجة النشطة و نحافة كتلة الجسم في مقابل تناقض في نمو الأنسجة الدهنية (راتب، 1992، صفحة 150).

للممارسة أوجه منشط الترويح و خاصة الترويح البدني أو الترويح الرياضي بانتظام العديد من التأثيرات الايجابية على النمو العضوي للفرد للمشاركة في نشاطاته و فيما يلي أهم التأثيرات :

- ❖ الحصول على القوام المعتدل و الرشيق و البعد على النمط البدني.
- ❖ زيادا مرونة و كفاءة مفاصل الجسم و زيادة حجم العظام و تحسين كفاءتها و معالجة آلام المفاصل و الظهر .
- ❖ تطوير اللياقة البدنية و المحافظة على مستوى لائق عناصرها .
- ❖ رفع كفاءة عمل الجهازين الدوري و التنفسي.
- ❖ الإقلال من احتمال الإصابة بأمراض القلب و الأوعية الدموية.
- ❖ التخلص من الطاقة الزائدة تعلق احتياجات الجسم بما يسهم في تحقيق الاسترخاء البدني و العصبي للجسم و تجديد النشاط و حيوية الفرد.
- ❖ الوقاية من التعب الذهني .
- ❖ زيادة قدرة الفرد على زيادة إنتاجه في العمل (الحماحي م.، 1998، صفحة 87).

9-2- الأهمية النفسية :

تؤكد مدرسة التحليل النفسي **سيغموند فرويد** على مبدئين هامين بالنسبة للرياضة و الترويح :

- ❖ السماح لصغار السن بالتعبير على انفسهم خصوصا خلال اللعب .
- ❖ أهمية الاتصالات في تطوير السلوك حيث من الواضح أن الأنشطة الترويحية تعطي عرضا هائلا للاتصالات بين المشترك و الرائد و المشترك الآخر، أما الجيشتالت تؤكد عل أهمية الجوانب الخمس في التنمية البشرية حيث أن الأنشطة الترويحية تساهم في تنمية الحواس (الحماحي م.، 1998، صفحة 39).

❖ و تبرز أهمية الترويح في هذه النظرة أن الأنشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس و النظر والسمع اذا وافقنا على أنه هناك أنشطة ترويحية مثل هواية الطبخ فهناك احتمال لتقوية ما سمي بالتذوق و الشم لذلك فان الخبرة الرياضية و الترويحية هامة عند تطبيق مبادئ المدرسة الجشطالتيية.

أما نظرية ماسلو تقوم على إشباع الحاجات النفسية كالحاجة إلى الأمن و السلامة و إشباع الحاجة الى الانتماء و تحقيق الذات و اثباتها و المقصود بإثبات الذات أن يصل الشخص الى مستوى عال من الرضا النفسي و الشعور بالأمن و الانتماء و مما لاشك فيه أن الأنشطة الترويحية تمثل مجالا هاما يمكن للشخص تحقيق ذاته من خلالها (الفزيوني، 1978، صفحة 20) .

9-3- الأهمية الإجتماعية :

استعرض كوكلي **koukly** الجوانب و القيم الاجتماعية للترويح فيما يلي :

الروح الرياضية للتعاون تعطي للآخرين التنمية الاجتماعية المتعة و البهجة، اكتساب المواطنة الصالحة، التعود على القيادة و التبعية و الارتقاء الاجتماعي و التكيف (لطي، 1984، صفحة 63).

كما لممارسة اوجه نشاط الترويح العديد من التأثيرات الاجتماعية على الفرد و فيها يلي اهم تلك التأثيرات :

- ❖ تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة و ذلك كالتعاون و احترام القانون و احترام الغير و المواعيد و خدمة الاخرين.
- ❖ تكوين و توطيد الصداقات و ذلك من خلال المشاركة في جماعات اللعب أو في جماعات الهوايات.

- ❖ الشعور بالانتماء و الولاء و الجماعة.
- ❖ تنمية القدرة على التفاهم مع الاخرين و احترام آرائهم .
- ❖ تنمية العلاقات الانسانية .
- ❖ التدريب على القيادة من خلال تبادل الادوار في الجماعات .
- ❖ تقدير العمل الجماعي (الحماحي م.، 1998).

9-4- الأهمية الاقتصادية :

لا شك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل و مثابرتة على العمل و استعدادة النفسي و البدني و هذا ما بشأنه قضاء أوقات فراغ جيدة تقي راحة مسلية ، و ان الاهتمام بالطبقة العاملة في ترويحيها و تكوينها سليما قد يمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميتها و حسن نوعيتها .

لقد بين فرنارد في هذا المجال أن تخفيض ساعات العمل من 9 ساعة الى 5 ساعة في الاسبوع قد يرفع الانتاج بمقدار 15 % في الاسبوع (توفيق، 1967، صفحة 120) .

9-5- الأهمية التربوية:

بالرغم من أن الرياضة و التروييح يشملان الانشطة التلقائية فقد أجمع العلماء على أن هناك فوائد تربوية تعود على المجتمع المشترك أهمها :

- ❖ تعلم المهارات و سلوك جديدين.
- ❖ تقوية الذاكرة وتنشيطها .
- ❖ تعلم حقائق المعلومات .
- ❖ اكتساب القيم (القزويني، 1978، صفحة 31) .

خلاصة :

من خلال ما سبق نستنتج أن الأنشطة الرياضية الترويحية تساهم بشكل كبير في حياة الافراد و الرقي بها و جعل الفرد يحس بنوع من الرضا و السعادة التي تؤهله ليكون مواطنا صالحا و نافعا في مجتمعه ، فالنشاط الرياضي الترويحي يهتم بالفرد باختلاف ألوانه و مستوياته تتكيف و مميزات المجتمع الجزائري ، كما تؤثر ايجابا على مجموع سلوكيات و اتجاهات و صحة الفرد و بالتالي تحقق الحاجات الانسانية و تطور الصحة البدنية و النفسية ، كما تساعد على اعادة بعث طاقاته و تجديدها ، و تساهم بشكل كبير في اعطائه اكثر حيوية و بالتالي المردودية و الانتاجية تكون في اعلى

مستوياتها ، اضعف الى ذلك البعد الروحي ، حيث تهدف الى السعادة و السرور التي ينشدها كل فرد من خلال التمارين و الألعاب الرياضية المتنوعة التي تم اختيارها و وفقا لرغبات و ميولات الافراد الممارسين .

الفصل الثاني:

المهارات الحياتية

لدى أستاذ التربية

البدنية و الرياضية

تمهيد :

تعد المهارات الحياتية أحد أهم المتطلبات الحديثة التي يحتاجها الأفراد بصفة عامة و الشباب بصفة خاصة ، و أصبح اكتسابها ضرورة يحتاجها الفرد لكي يتوافق مع نفسه و مجتمعه و ما تتطلبه مواقف الحياة الحالية من مواكبة و مسايرة لمجرياتها سريعة التطور ، نظرا لما تقدمه المهارات في حياة الانسان عامة و استاذ التربية البدنية و الرياضية خاصة الذي يجب عليه اكتساب هذه المهارات لأنه ركيزة اساسية من ركائز المجتمع و بدوره يقوم بتريسيتها في تلاميذه .

1. المهارات الحياتية:

1.1. مفهوم المهارات الحياتية:

المهارة في الأصل أن يؤدي الانسان أي عمل بدقة و سرعة و فهم ، و تقاس الدقة و السرعة عن طريق معايير أو احكام يحددها المختصون في كل مجال ، اما مسألة الفهم هذه تقع في نطاق العقل البشري ، ففهم الانسان لطبيعة عمله الذي يقوم به يساعده على عمله بدقة و سرعة ، كما أن الآلة أو الاجهزة يمكن أن يقوم بأعمال بمنتهى الدقة و بمنتهى السرعة ، و لكن هذا الفهم هو الذي يميز الانسان عن الآلة مهما كان مستوى تطورها . و اذا نظرنا إلى مفهوم المهارة الحياتية نجد العديد من التعريفات على النحو التالي :

تعريف كريستين مايلز 1994 : "انها المهارات العلمية التي تمكن الطفل المعوق

ذهنيا من ان يعيش أكثر استقلالية "، و يعرفها نادر الزبون 1990 : " أنها

المهارات التي يجب تنميتها من خلال مناهج العلوم للأطفال المعاقين و التي تجعلهم قادرين على الاعتماد على أنفسهم و يعيشوا حياة طبيعية بين أسرهم و مجتمعهم " .

و عرفها أبو حماد المهارات الحياتية بأنها الرغبة و القدرة على حل المشكلات

الحياتية الشخصية او الاجتماعية ، أو مواجهة تحديات يومية ، أو اجراء تعديلات و تحسينات في أسلوب و نوعية حياة الفرد و المجتمع ، و تقاس قوة و ضعف المهارات

الحياتية لدى الفرد من خلال تقدير قوة و ضعف اختياراته، فكلما كانت الاختبارات

جيدة و صائبة كانت مهاراته الحياتية قوية (ابو حماد و ناصر الدين، 2017، صفحة

22).

و عرفتها سالم بأنها كفاءات الفرد على السلوك التكيفي الايجابي التي تجعله يتعامل بفاعلية متطلبات الحياة اليومية و تحدياتها ، و بالتالي فلا بد من هذا الفرد أن يكون متمكنا من مهارات أساسية و هي المهارات العقلية و المهارات الاجتماعية ، المهارات اليدوية و المهارات الصحية (سالم حنان، 2014، صفحة 15) .

تلعب المهارات الحياتية دورا أساسيا و حيويا في تمكين الشباب كعنصر استثمار في إحداث التنمية بمفهومها الشمولي التكاملي ، الأمر الذي يجعل التركيز عليها و تطويرها أمرا بالغ الأهمية لتحقيق التعايش الفاعل و المتفاعل في مجتمع الاقتصاد المعرفي القائم على الاستثمار الأمثل للطاقات البشرية المبدعة ، فالمهارات الحياتية قد تختلف من فرد لآخر و من مجتمع لآخر ، و من فترة زمنية لأخرى ، و الانسان الراغب لمواكبة التغيرات و التطورات هو الذي يستطيع اكتساب المهارات الحياتية الجديدة اولا بأول . لأن تعلمها يساهم في اكسابه مهارات أسلوب التفكير العلمي و اتخاذ القرار ، و حب المعرفة و أساليب حل المشكلات و التفكير الابداعي و الناقد و العمل الجماعي التعاوني ، و الإتصال و احترام الآخرين و التعلم الذاتي و الاستنتاج و عرض النتائج و غيرها من المهارات الحياتية المعاصرة المهمة (ابو حماد و ناصر الدين، 2017، صفحة 28) .

و يرى قزامل (2007) أن أهمية المهارات الحياتية تتمثل في :

- ❖ تساعد الفرد على التغلب على المشكلات الحياتية و التعامل معها بحكمة.
- ❖ تعتبر سبيل السعادة للفرد و تقبله للآخرين ، و الحياة معهم و كذلك حب الآخرين و تقديرهم له .
- ❖ تشعر الفرد على الربط بين الدراسة النظرية ، و ذلك لكشف الواقع الحياتي .

❖ يتوقف نجاح الفرد في حياته بقدر كبير على ما يمتلكه من مهارات و خبرات حياتية.

- ❖ تهيئة المناخ المناسب لتنمية الشخصية و اكتساب الخبرات و التجارب .
- ❖ التكيف مع تغييرات الحاضر و المستقبل و الاتجاهات المحلية و العالمية .
- ❖ جعل المبدعين يستطيعون الإسهام في تنمية المجتمع.
- ❖ إحداث تغيير جذري في مفاهيم و أساليب و ممارسات التعلم و التحول من الكم الى الكيف و من التلفين و الحفظ الى التفكير ، التأمل ، التخيل ، الابتكار و تحقيق التنمية البشرية (الجدي و عدنان، 2012، صفحة 44).

و يشير ابراهيم أن اهمية المهارات الحياتية للفرد تتمثل فيما يلي :

- ❖ تساعد الفرد على ادراك الذات و تحقيق الثقة بالنفس .
- ❖ تكسب الفرد القدرة على تحمل المسؤولية .
- ❖ تساعد على تحقيق قدر كبير من الاستقلال الذاتي.
- ❖ تنمي القدرة على التعبير عن المشاعر و تهذيبها .
- ❖ تكسب الفرد القدرة على التحكم الانفعالي.
- ❖ تنمي التفاعل الاجتماعي و الاتصال الجيد مع الاخرين .
- ❖ تنمي القدرة على مواجهة مشكلات الحياة.
- ❖ توفر النمو الصحي الجيد للشخصية.
- ❖ تنمي المشاعر الايجابية داخل الفرد اتجاه ذاته و اتجاه الآخرين في المجتمع.
- ❖ تنمي القدرة على التخطيط الجيد للمستقبل.
- ❖ تساعد على تنمية الابتكار و الابداع.

- ❖ تمكن المتعلم من استيعاب التكنولوجيا الحديثة و التي زودت بها معظم المدارس من أجهزة كمبيوتر و شبكات الأنترنت.
- ❖ تمكن المتعلم من تحقيق الثقة بالنفس من خلال امتلاك المهارات التي تمكنه من التعامل في المواقف الحياتية المختلفة.
- ❖ تنمي لدى المتعلم القدرة على اتخاذ القرار في مرحلة مبكرة و حسم المواقف و اتخاذ القرارات المناسبة في الوقت المناسب.
- ❖ تمكن المتعلمين من المهارات العقلية اللازمة للحياة و من ذلك مهارة حل المشكلات، مهارة البحث، مهارة الاتصال و تتضمن الكتابة و التحدث و الاستماع. (ابو حماد و ناصر الدين، 2017، صفحة 27.28).

2.1. العوامل المؤثرة في اكتساب المهارات الحياتية :

1.2.1 القدوة: من الضروري أن يكون المعلم القدوة و يمارس المهارات الحياتية بطريقة سليمة و يتسم بالقيم و الأخلاق التي تزيد من ارتباط الطلبة به و تقليدهم لشخصيته.

2.2.1 الإقناع : يأتي هذا بعرض الدلائل و البراهين المنطقية و مناقشتها بأسلوب علمي دقيق لجميع المهارات اللازمة لحياة افضل .

3.2.1 استخدام أساليب حديثة في التدريس : مثل حل المشكلات - لعب الأدوار - المناقشة - الألعاب التعليمية - الدراسات الميدانية و العملية بحيث يمارس الطالب العمل بنفسه و يعتمد على ذاته في كافة المواقف .

تنمية التفكير في جميع المواقف فهو يساعد على الثقة بالذات و القدرات الشخصية كما يساعد في تنمية مهارات حياتية مناسبة و الابتعاد عن الأخطاء (اللولو و عوض، 2006، صفحة 6).

3.1. تصنيف المهارات الحياتية:

ليس هناك تصنيف موحد للمهارات الحياتية ، و إنما يتم تحديد هذه المهارات من خلال معرفة حاجات الطلبة و اهتمامهم ، وكذا اختلاف مجالات البحث ، و هدف كل مؤسسة تقوم بدراسة المهارات الحياتية ، كما يدل اختلاف هذه التصنيفات على شمولية هذا المصطلح و علاقته بكافة العلوم و التخصصات و بالتالي عدم إمكانية حصره في تصنيف موحد ، و تجد من بين هذه التصنيفات :

1.3.1. تصنيف منظمة الصحة العالمية (WHO):

- ❖ مهارات حل المشكلات و اتخاذ القرار .
- ❖ مهارات التفكير الناقد و التفكير الابداعي.
- ❖ مهارات التواصل و التعامل مع الاخرين.
- ❖ مهارات الوعي الذاتي و مهارة التعاطف.
- ❖ مهارة إدارة المشاعر و مواجهة الضغوط (prajapati, 2017, p. 02).

2.3.1. تصنيف منظمة اليونيسيف (Unicef ,2005):

لقد صنفت منظمة الصحة العالمية المهارات الحياتية إلى:

- ❖ مهارة حل المشكلات.
- ❖ مهارة العلاقات الشخصية .

- ❖ مهارة الوعي بالذات .
- ❖ مهارة التعاطف.
- ❖ مهارة التعايش مع الانفعالات .
- ❖ مهارة التعاطف مع الضغوط .
- ❖ مهارة الإتصال الفاعل.
- ❖ مهارة اتخاذ القرار.
- ❖ مهارة التعايش مع الضغوط. (تواتي، عطاء الله، بشلاغم، و عباس، 2023،
صفحة 51) .

3.3.1. تصنيف منظمة اليونيسيف (Unicef 2003) :

لقد صنفت منظمة اليونيسيف المهارات الحياتية الى عدد من المهارات الحياتية الرئيسية المهمة للأشخاص يندرج تحتها عدد من المهارات الفرعية ، و من المهارات الرئيسية :

- ❖ مهارات الإتصال و التواصل .
- ❖ ومهارات التفاوض و الرفض.
- ❖ ومهارات تفهم الغير و التعاطف معه.
- ❖ ومهارات التعاون.
- ❖ ومهارات صنع القرار.
- ❖ و مهارات التفكير الناقد.
- ❖ و مهارات التعامل مع الذات . (يونيسيف)(Unicef) .

تصنيف منظمة اليونيسيف (Unicef, 2005) و التي أضافت تصنيفات اخرى للمهارات الحياتية نذكر منها :

- ❖ مهارة التقمص العاطفي .
- ❖ مهارة الدعوة لكسب التأييد.
- ❖ مهارة جمع المعلومات.
- ❖ مهارة التفكير الناقد.
- ❖ مهارات لزيادة تركيز العقل الباطني.
- ❖ مهارات إدارة المشاعر.
- ❖ مهارة التعامل مع الضغوط. (تواتي، عطاء الله، بشلاغم، و عباس، 2023، صفحة 52).

4.1. المهارات الحياتية المختارة في الدراسة :

1.4.1. مهارة الاتصال و التواصل:

1.1.4.1. تعريف مهارة الاتصال : يعرفه الدعيلاج " بأنها العملية او الطريقة التي يتم

عن طريقها انتقال المعرفة من شخص لآخر حتى تصبح مشاعا بينهما ، و تؤدي

التفاهم الى التفاهم بين هذين الشخصين او أكثر " (الدعيلاج، 2011).

و تعرفها نجلاء بانها " قدرة القائم بعملية الاتصال على استخدام المعلومات و الخبرات

التي لديها من خلال عناصر الاتصال الأساسية لتحقيق اهداف محددة في الوقت و

الإمكانيات المتاحة لديه " (نجلاء و محمد ، 2012).

يعرف ايضا بأنه " عملية مشاركة الخبرة بين شخصين أو أكثر حتى تعم هذه الخبرة و تصبح مشاعا ، مما يترتب عليه إعادة تشكيل أو تعديل المفاهيم و التصورات السابقة لكل طرف من اطراف المشاركة في العملية " (السميع، 2005).

2.1.4.1. تعريف التواصل: يشير جان كازنوف Caze neuve إلى ان الأصل

الاشتقاقي لفعل التواصل يعني جعل الشيء مشتركا (الكريم، 2007).

معنى التواصل هو " أن يتعلم الفرد و أن يضع نفسه في موضع الآخر ليفهم وجهة نظره و يقدرها و يتبين وجهة الحق فيها " (بشارة، 2009).

يعرف بعض الباحثين و منهم سمير سعيد الحجازي التواصل بشكل عام كما يلي : "هو العملية التي يتم بمقتضاها نقل الافكار و المعلومات اللازمة لاستمرار العمل ، و التي تؤثر و تتأثر بمكونات السلوك الفردي و العوامل المؤثرة على طرفي الاتصال ، و ذلك من خلال قنوات معينة يتم من خلالها نقل الافكار و المعلومات لتحقيق هدف معين ". كما يعرفه أيضا بأن "التواصل اشمل في معناه من الاتصال و لأن التواصل قد ينشأ لعملية الاتصال في كثير من الاحيان " (الحجازي، 2005).

2.4.1. مهارة التعاون/ العمل الجماعي :

يستند العمل الجماعي على حقيقة ان الناس في حاجة إلى المساعدة المجردة كونهم كائنات بشرية و لهم الحق في المشاركة في تقرير حياتهم فيعرف بأنه " العملية التي من خلالها يجد الافراد النشاط الجماعي فرصة لإشباع رغباتهم و تحقيق احتياجاتهم في ضوء فهم قيم المجتمع و أهدافه " (الصاري، صفحة 07).

و يعرف بدر الدين كمال عبده مهارات العمل مع الجماعة بأنها: " العمل المشترك و المتسم باستمرارية بين فردين أو أكثر بغرض تحقيق هدف متفق عليه أو انجاز عمل مشترك " (بدر الدين، 2003، صفحة 88) .

يذكر " خير عويسي و آخرون " عن العمل مع الجماعة " بأنه روابط تنشأ على أساس التفاعل الاجتماعي ، الذي يقوم بين فرد ، أو شخصية ، أو أفراد ، أو شخصيات أخرى بين جماعات اجتماعية لوصفهم ممارسي أنواع مختلفة من النشاط . يمتازون بينهم لمواقفهم الاجتماعية ، و أدوار في حياة المجتمع " (عويسي و عصام، 1990) .

و يعرف الصغير بأنه "العمل المشترك و المتسم بالاستمرارية بين فردين أو أكثر بغرض تحقيق هدف متفق عليه أو انجاز عمل مشترك " (صغير ، 2014-2015).

3.4.1. مهارة صنع القرار:

يعرف بأنه اختبار لأحد البدائل المتوفرة للوصول الى هدف أو معالجة مشكلة و يبدو ان اتخاذ القرار مرحلة تتطلب خطوات تمهيدية تسبقها وهي خطوات ضرورية من اجل انضاج القرار الذي يتم الوصول اليه ، كما أن الفرد الواعي يتأكد من سلامة قراره من خلال تتبع نتائجه وتحديد الآثار التي تبني عليها و من ثم تقييم هذا القرار (النصير و الزغلول ، 2004، صفحة 314).

و يحدد القرار الذي يتخذه الفرد في موقف معين المسار الذي سيسلكه أو مجموعة الاستجابات و الاجراءات التي سينفذها للوصول الى الهدف او حل مشكلة تواجهه . و يمكن القول بأن معظم تصرفات الأفراد نتاج تلقائي لقرارات التي يتخذونها ، فعندما يواجه الانسان موقفاً أو وضعاً يتطلب سلوكاً ما ، فإنه يقوم بعملية تحكيم عقلي

يتواصل من خلالها الى اختيار انسب السلوكيات و الاجراءات التي تقود الى آثار ايجابية او تجنبه العواقب السلبية غير المرغوبة أو كلاهما معا (ابراهيم و الشافعي، 2003، صفحة 114).

كما ان عملية اتخاذ القرار تتم بعد الفحص الدقيق للبدائل الممكنة التي تقود الى تحقيق الأهداف ، و يبدو من هذا التعريف ان اجزاء من عملية اتخاذ القرار يمثل مفهوم التفكير الناقد (الرواشدة، 2007، صفحة 116).

و يتضح من استعراض التعريفات السابقة و تعريفات أخرى أن اتخاذ القرار عملية عقلية واعية و عميقة تنطوي بشكل أساسي على اختيار انسب البدائل المتاحة لحل مشكلة أو الخروج من موقف .

2. التربية البدنية و الرياضية :

1.2. تعريف التربية البدنية و الرياضية :

لقد حاول الكثير من علماء التربية البدنية و الرياضة و مفكرها في العالم

تعريفها، لذا نجدها متعددة و مختلفة في شكلها، لكن مضمونها لم يتغير و أهمها:

حسب محمود عوض البسيوني " لقد عرف الاتحاد السوفياتي أنها عملية توجيه

النمو البدني و القوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية و التدابير الصحية و بعض

الاساليب الأخرى بغرض اكتساب الصفات البدنية و المعرفية و المهارات و الخبرات

عن طريق برنامج سليم في التربية البدنية و الرياضية تتطور الصفات الارادية لدى

الانسان، و بالممارسة يمكن تطوير لديه الصفات الخلقية و التي تتماشى مع الروح

العامّة للمجتمع.

أما الولايات المتحدة الأمريكية فقد عرفوها: " بأنها جزء مكامل من التربية العامة، و ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية و العقلية و الانفعالية و الاجتماعية، و ذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني " (بسيوني و آخرون، نظريات و طرق التدريس ط2، 1992) .

يعرفها **جورج مينان** أنها نشاط للترفيه بالخضوع للقوانين و القواعد الخاصة و هي قابلة لان تصبح نشاط احترافي.

ويعرفها **عدنان درويش** : " بأنه الوحدة الصغيرة التي تحقق البناء المتكامل لمناهج التربية البدنية والرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات مصغرة، و التربية البدنية أحد الواجه التي تضمن نمو الشامل و المتزن للتلاميذ و يحقق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم السنية وتدرج قدراتهم الحركية ويعطي الفرصة للنابعين منهم لاشتراك في أوجه النشاط التنافسي داخل و خارج المدرسة، بهذا الشكل فان درس التربية البدنية والرياضية لا يغطي مساحة زمنية فقط ولكنه يحقق الأغراض التربوية". (درويش و آخرون، 1994).

2.2. طبيعة التربية البدنية و الرياضية :

1.2.2. التربية البدنية و الرياضية كنظام تربوي :

التربية البدنية و الرياضة نظام تربوي له اهدافه التي تسعى الى تحسين الاداء الانساني العام، من خلال الانشطة البدنية المختارة كوسيط تربوي، يتميز بخصائص تعليمية و تربوية هامة و تعمل التربية البدنية و الرياضة كنظام على اكتساب المهارات الحركية الأكثر نشاطا بالإضافة الى تحصيل المعارف و تنمية الاتجاهات الايجابية نحو النشاط البدني.

و هي هذه السياقات يمكن التعريف بالتربية البدنية و الرياضية كنظام تربوي فالنظام التربوي هو بنية معارف المنظمات الرسمية التي تتميز بتركيزها الواضح على دراسة نشاط أو ظاهرة ما، و في ضوء ذلك يمكن اعتبار التربية البدنية و الرياضة نظاما تربويا باعتبار أن تركيزه الانساني ينصب على دراسة ظاهرة حركة الانسان و نشاطه البدني.

للتربية البدنية و الرياضية دور في تطبيع الفرد اجتماعيا، و العمل على تنشئته من خلال معطيات الانشطة الرياضية ، كما تعمل ايضا على تطبيع الفرد على الرياضة ، فينشأ متفهما لأبعادها متبنيا الاتجاهات الايجابية نحوها، مكتسبا قدرا ملائما من المهارات الحركية، التي تكفل له ممارسة رياضة او ترويحية مفيدة و ممتعة من خلال حياتهم، مما يساعد على بناء و تأكل التربية العامة، و التي تهدف الى بناء و اعداد المواطن الذي يتطلع اليه مجتمعنا المسلم (الخولي و آخرون، 1994، الصفحات 19-20) .

2.2.2. التربية البدنية و الرياضية كمهنة :

يحترف عدد كبير من المتخصصين في مجالات العمل التربوي البدني و الرياضي، و لقد تمت أفرع مجالات العمل المهني في التربية و الرياضية بشكل كبير فبعد أن كانت مقتصرة على التعليم (التدريس)، اصبح الآن تظم التدريب الرياضي، و الادارة الرياضية، و اللياقة البدنية، و التأهيل الرياضي، و الاعلام الرياضي، و الترويج البدني، و الرياضة الجماهيرية. بفضل جهود أبناء المهنة أصبح لها عدد من الجمعيات و الروابط المهنية للحفاظ على حقوق المهنيين و منع الدخلاء و غير المؤهلين الى الانضمام اليها، و المهنة التي تعدد على بنية المعرفة و علومها و

مباحثها و فنونها لتقدم أرفع مستوى من الخدمة المهنية في مختلف مجالات التخصص المهني (ايوب و فقراوي، 2016-2017، صفحة 16).

3. أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

1.3. مفهوم التربية البدنية و الرياضية :

يعتبر أستاذ التربية البدنية و الرياضية صاحب الدور الأساسي و الفعال في عملية التعلم و التعليم ، حيث يقع على عاتقه اختيار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في درس التربية البدنية و الرياضية و خارجه ، التي يستطيع من خلالها تحقيق الأهداف التعليمية و التربوية و ترجمتها و تطبيقها على ارض الواقع، و أستاذ التربية البدنية و الرياضية هو أكثر الأساتذة في المدرسة تأثير عمى التلاميذ، فلا يقتصر دوره على تقديم اوجه النشاط المتعددة البدنية و الرياضية بل له دور أكبر من ذلك فهو يعمل على تقديم الواجبات التربوية من خلال الأنشطة البدنية و الرياضية التي تهدف الى تنمية و تشكيل القيم و الأخلاق الرفيعة لدى التلاميذ، مع مراعاة ميول التلاميذ و رغباتهم المتوفرة و قدرات الأستاذ نفسه في اختيار هذه الأنشطة، و هذا يساعد على اكتساب التلميذ للقدرات البدنية و القوام المعتدل للصحة العضوية و التقنية و المهارات الحركية و العلاقات الإجتماعية و التعارف والاتجاهات و الميولات الايجابية (زنكلوجي، 2007، صفحة 98).

2.3. شخصية استاذ التربية البدنية و الرياضية :

1.2.3. الشخصية التربوية للمدرس :

نظرا للمتطور التربوي المتواصل لكل من عمليتي التعليم و التعلم يجب علينا اذا ان نراعي الجوانب الخاصة للتلميذ، لأنه العنصر الأهم في العملية التعليمية، و ذلك يكون

من الناحية النفسية و البدنية و الاجتماعية بالطرق المدروسة الهادفة في التعليم و يدخل العمل المهم للأستاذ في امتلاك الوسائل المادية و المعرفية الملائمة لمعالجة هذه المجالات الخاصة بالمتعلم، و يفترض على الأستاذ التركيز على جانبي النمو و التكيف كأهداف لتحقيق الغايات المنشودة، بالتنسيق مع البرامج و الدروس، كما أن للأستاذ تأثيرا كبيرا على جانب القيم و الأخلاق.

2.2.3. الشخصية القيادية للمدرس :

يقول **أرنولد ARNOLD** ان أستاذ التربية البدنية و الرياضية يعتبر قائدا لحد كبير بحكم سنه ، و تخصصه الجذاب، كما يعتبر من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع البعد الغريزي للطفل و هو اللعب، كما زادت وسائل الاعلام من فرض شخصية الأستاذ في ايامنا هذه و يعتقد **وليامز WILLIAMS** أن دور معلم التربية البدنية و الرياضية فعال جدا و ذلك ايجابا و سلبيا ، بالنظر الى ان الطفل يطبق ما تعلمته من أسرته و مدرسه و مجتمعه .

و لقد أفادت بعض الدراسات ان شخصية مدرس التربية البدنية و الرياضية له دور على النمو الاجتماعي و العاطفي للتلميذ، و من الواجب ان يدرك الأستاذ حساسة التلاميذ و المشاكل التي يعانون منها و الفروق الفردية الخاصة المختلفة أثناء العملية التعليمية.

و في دراسة قدمها **ويتي WITTY** و قام خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ و طفل و مراهق تتصل بتصوراتهم عن أكثر المدرسين مساعدة له فوجد أن أهم صفات هذا المدرس هو قدرته على توفير الأمان و تقديرات التلاميذ ، تليها صفات مثل (اهتمامه بالحوافز ، التعرف على تلاميذه ، اظهار الحنان و الألفة ، اتصافه

بروح مرحة ، اهتمامه بمشاكل التلاميذ ، التعاطف ، التسامح . (ايوب و فقراوي، 2016-2017، صفحة 22).

و لقد توصلت **جينخنز** بأن الوصف الغالب للقيادات الناجحة هو انهم اناس يعطون الآخرين احساسا بالارتياح و لديهم القدرة على اشعارهم بالأمان و الانتهاء و بعض الاهتمام (الخولي و آخرون، 1998، الصفحات 43-44).

3.2.3. صفات أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

لا يستطيع الاستاذ القيام بمهامه على أحسن وجه الا اذا توفرت فيه بعض الصفات و التي سنحاول إدراجها فيما يلي:

- ❖ أن يلم بالطبيعة البشرية و احتياجاتها و بالمفاهيم و الاتجاهات الاجتماعية في المجتمع الذي يعيش فيه و يسعى لتحقيقها.
- ❖ أن يؤمن بالرسالة التربوية.
- ❖ أن يلم بالمادة الدراسية و ما يتصل بها من حقائق و معلومات و آراء بكل الفروع العلمية كعلم الاجتماع ، و علم النفس و التربية ، طرق التدريس ، علم التشريح و وظائف الأعضاء و علم الحركة ... إلخ و يقدر ما يستطيع ان يستمد منه المعلومات و الخبرات التي يحتاجونها .
- ❖ القدرة على أداء المهارات الحركية بمستوى جيد و المحافظة على ادائها مع تقدمه بالعمر .
- ❖ القدرة على توصيل المعلومات و الخبرات للتلاميذ .
- ❖ القدرة على الشرح، الايضاح و التعبير عن النفس و الكتابة و انتقاء الألفاظ المناسبة .

- ❖ العلم بخصائص و حاجات التلميذ .
- ❖ القدرة على فهم الادارة و التنظيم و القوانين وطرق التعامل معها .
- ❖ القدرة على فهم البيئة المحيطة و التأثير بها .
- ❖ أن يراعي أهداف المنهاج المدرسي و توجيهاته .
- ❖ العلاقة الطيبة مع زملائه المعلمين .
- ❖ أن يكون على صلة طيبة مع تلاميذه و يتميز بالعدل و النزاهة و الاخلاص في العمل
- ❖ أن يتصف بصفات القائد و الحائز على الثقة و يتحمل المسؤولية (زبيدي، 2005، الصفحات 34-35).
- ❖ القدرة على خلق المواقف التعليمية المناسبة.
- ❖ القدرة على الملاحظة و حسن التصرف.
- ❖ القدرة على الحصول على نتائج ملموسة.
- ❖ الصدق في القول و العمل .
- ❖ الاهتمام بصحته ، و مظهره الخارجي ، فيكون نظيفا لطيفا .
- ❖ ان يراعي شعور الآخرين و يضبط عواطفه و نفسه و يكون مرحا واسع الصدر صبورا .
- ❖ أن يكون سليما من الشكوى و التذمر بل يطهر الرضا و القناعة .
- ❖ الابتعاد عن التصنع و التكيف (خطابية، 1997، الصفحات 167-168).

3.3. مسؤوليات أستاذ التربية البدنية و الرياضية اتجاه البحث العلمي :

تتخصر هذه النقطة في بذل الاستاذ لجهود مستمرة نحو تحسين عمله، فهو مطالب بالإبداع في العمل المستمر في أمور هؤلاء الذين يقوم بتعليمهم، ولا يبقى خاملا معتمدا

دوما على معارفه السابقة، فيجب ان يهتم بكل ما هو جديد في ميدان التربية و التعليم و علم النفس و كل ما له علاقة بمجال عمله، محاولا دمج كل هذه المعارف مع مكتسبه من خبرة ميدانية و هذا بدوره سينعكس ايجابا على كفاءته المهنية و يجعله أكثر قناعة بالعمل الذي يؤديه (كانتور، 1972، صفحة 161).

4.3. واجبات استاذ التربية البدنية و الرياضية :

1.4.3. الواجبات العامة :

تشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية و الرياضية جزء لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المؤسسة التي يعمل بها ، وفي نفس الوقت تعتبر النشاطات و الفعاليات التي يبديها اتجاه المؤسسة في سياق التعليمية المدرسية . و لقد ابرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من مدرس التربية البدنية و الرياضية الجديد ما يلي :

- ❖ لديه شخصية قوية تتسم بالأخلاق و الاتزان .
- ❖ يعد اعدادا مهنيا جيدا لتدريس مادة التربية البدنية و الرياضية .
- ❖ يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة.
- ❖ يستوعب المعلومات المتصلة بنمو الاطفال و تطورهم كأسس لخبرات التعليم .
- ❖ لديه القابلية للنمو المعنوي الفعال و العمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني.
- ❖ لديه الرغبة في العمل مع التلاميذ و ليس مع الرياضيين الموهوبين فقط (ايوب و فقراوي، 2016-2017، صفحة 29).

2.4.3. الواجبات الخاصة :

الى جانب الواجبات العامة تجد واجبات خاصة به ، يتوقع أو يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة للمؤسسة ، و هي متصلة بالتدريس اليومي في المدرسة ، و في نفس الوقت تعتبر من الجوانب المتكاملة لتقدير عمل المدرس للمدرسة و منها :

- ❖ حضور اجتماعات هيئة التدريس ، و اجتماعات القسم و لقاءات تقييم التلاميذ وفق الخطة الموضوعية .
- ❖ تنمية واسعة للمهارات الحركية و القدرات البدنية لدى التلاميذ.
- ❖ تقرير قدرات الطلبة في مقرراتهم الدراسية .
- ❖ السهر على سلامة التلاميذ و رعايتهم بدنيا و عقليا و صحيا.
- ❖ الإشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية (الخولي أ.، أصول التربية البدنية و الرياضية ط2، 2002، الصفحات 152-153).

3.4.3. واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

من أهم واجبات المدرس تقييم العلاقة بين المدرسة التي يعمل فيها و البيئة المحيطة به من خلال :

- ❖ التعاون مع المؤسسات الموجودة في المجتمع و خاصة المؤسسات التي تخدم مدرسته
- ❖ إشراك أهالي الحي في نواحي الانشطة المختلفة بالمدرسة من خلال تنظيم مسابقات و بطولات مفتوحة التي يشترك فيها أبناء المجتمع المحلي مثل مسابقات الجري للجميع .

❖ التطوع في الأندية أو الهيئات الرياضية و أن يساهم بمجهوده البناء في أن يحقق هذه الهيئات و النوادي و أهدافها المساهمة في خدمة المجتمع بالاشتراك في الأعمال التي يطلبها هذا المجتمع فيكون له دور فعال في الدفاع المدني او التمريض أو التوعية إذ يحتاج الأمر ذلك .

❖ أن يتبع التقاليد و الحدود التي يضعها المجتمع المحلي و أن يكون مثلاً للمواطن الصالح علماً و خلقاً

❖ أن يوثق بين المنزل و المدرسة فيدعوا اولياء أمور التلاميذ لحضور الحفلات و المهرجانات التي تقام داخل المدرسة و يناقشهم في المشاكل العامة التي قد تعترض أبنائهم. (ايوب و فقاوي، 2016-2017، صفحة 30).

4.4.3. واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية بصفته عضو في المهنة :

على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يفهم مسؤولياته كعضو في المهنة وعليه أن يحترم تقاليد مهنته وأن يكون عضو فعال من خلال اشتراكه في مختلف أنواع النشاط التي من شأنها أن تزيد في كفاءته وتدفعه للمتقدم المستمر في مهنته ، ويشمل هذا النشاط النواحي التالية :

❖ إذا لم يكن قد تلقى إعداد كامل فعليه أن يحاول تكملة إعداده عن طريق الدراسات الممكنة في الميدان.

❖ الاطلاع المستمر على أحدث ما نشر من بحوث في التربية البدنية و الرياضية و طرق التدريس و يطبق معلوماته في تدريسها بقدر الامكان .

❖ الاشتراك في المجلات و المطبوعات الدورية و المهنية.

❖ محاولة الحصول على درجات علمية اعلى.

❖ العمل على زيادة ثقافته العامة و ذلك عن طريق الاطلاع المستمر على كل ما

هو جديد.

❖ أن يتبع تقاليد المهنة الخلقية.

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا اليه من مهارات حياتية استنتجنا انها وسيلة لتحقيق الغايات و الأهداف و هي تنعكس ايجابا على التلاحم بين فئات المجتمع المختلفة و تمكنهم من حل مشاكلهم و تنمية القدرات لديهم و التفكير و التعامل مع متغيرات الحياة المختلفة ، و من بين هذه الفئات استاذ التربية البدنية و الرياضية الذي يجب ان يكتسب هذه الصفات و المهارات و التي تساعد في مهامه كمؤطر و الذي يعد المسؤول الاول عن تحقيق الاهداف التربوية على مستوى جميع المجالات ، و يقدر على تأدية رسالته التربوية على أكمل وجه ممكن .

الباب الثاني:

الدراسة الميدانية

الفصل الأول:

منهجية البحث

و

إجراءاته الميدانية

تمهيد :

سنتطرق في هذا الفصل الى توضيح منهجية البحث و إجراءاته الميدانية بغية الوصول الى تحقيق الأهداف المنشودة لعنوان البحث و هذا من خلال تحديد المنهج العلمي المتبع لعينة البحث و مجالات الدراسة و الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث ثم عرض مفصل حول أدوات البحث و القواعد التي يجب مراعاتها أثناء تنفيذها ثم الى عرض الوسائل الاحصائية التي سوف يستند عليها الطالب الباحث في معالجة النتائج الخام .

1. الدراسة الاستطلاعية :

بلغت عينة الدراسة الاستطلاعية 20 فردا استنتيت من الدراسة الاساسية لاجل

استخراج معاملات الاسس العلمية للاستبيان.

2. المنهج المتبع في الدراسة :

استخدمنا المنهج الوصفي بطريقة المسح في دراستنا لأنه الانسب لموضوع بحثنا .

3. مجال الدراسة :

1.3. المجال المكاني : يتمثل المجال المكاني الذي قمنا بإنجاز الدراسة به منشآت وملاعب ولاية سيدي بلعباس.

2.3. المجال الزمني : تتمثل الفترة الزمنية التي من خلالها تم انجاز الدراسة و لقد امتدت

هذه الفترة من يناير 2024 الى غاية افريل 2024 .

3.3. المجال البشري : أساتذة التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط بولاية سيدي بلعباس و الذي يتراوح عددهم 100 استاذ ذكور و اناث .

4. مجتمع و عينة البحث :

1.4. مجتمع البحث :

اساتذة التربية البدنية الرياضية للطور المتوسط لولاية سيدي بلعباس وعددهم 185.

2.4. عينة البحث :

بلغت عينة الدراسة 100 أستاذ تربية بدنية و رياضية للطور المتوسط لولاية سيدي بلعباس الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية سواءا جماعية كانت أو فردية، بنسبة بلغت (54.05) من المجتمع الاحصائي و هي عينة مقصودة.

5. متغيرات الدراسة :

المتغير المستقل : النشاط البدني الرياضي الترويحي .

المتغير التابع : بعض المهارات الحياتية.

6. أدوات جمع البيانات و المعلومات:

استخدمنا الاستبيان المقدم لأساتذة التربية البدنية للطور المتوسط بولاية سيدي بلعباس.

1.6. الاستبيان :

هو عبارة عن مجموعة من الاسئلة تدور حول موضوع معين تقدم لعينة من الافراد للإجابة عنها و تعد هذه الاسئلة في شكل واضح بحيث لا تحتاج لشرح اضافي و تجمع معا في شكل استمارة ، يتكوم هذا الاستبيان من ثلاث محاور و هو استبيان ثلاثي الابعاد يتكون من 34 عبارة و الذي قمنا بتصميمه استنادا على الدراسات السابقة والمثابفة اضافة الى تصنيف منظمة الصحة العالمية (unicef) وجاء تقسيم العبارات في الاستمارة على النحو التالي :

- ✓ المحور الاول مهارة الاتصال والتواصل و يتكون من (12) عبارة، من 1 الى 12
 ✓ المحور الثاني مهارة التعاون (العمل الجماعي) ويتكون من (11) عبارة من 13 الى 23.

- ✓ المحور الثالث مهارة صنع القرار ويتكون من (11) عبارة، من 24 الى 34
 يقوم الاساتذة بالإجابة على عبارات الاستبيان وفق الاجوبة المتدرجة (أوافق بشدة - أوافق - لا أوافق) .

2.6. طريقة التقييم و مفتاح التصحيح :

تم استخدام الاجوبة وهي : اوافق بشدة - اوافق - لا اوافق و هذا من اجل الاجابة على الاسئلة مع اعطاء نقاط ما بين 1 و 3 كما هو موضح في الجدول الاتي :

الآراء	الموجبة	السالبة
اوافق بشدة	3	1
اوافق	2	2
لا اوافق	1	3

جدول رقم (01): يبين أوزان العبارات الموجبة و السالبة .

7. الأسس العلمية لأدوات البحث :

1.7. الصدق:

تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقييس و الاختبارات و هو يتعلق أساسا بنتائج كما يشير تايلر أن الصدق يعتبر اهم اعتبار يجب توافره في الاختبار

(شفيق، 1998، صفحة 321) ، يكون الاختبار صادقا عندما يقيس الغرض الذي وضع من أجله و هنالك أنواع للصدق منها الصدق المضمون او صدق المحتوى، الصدق التلازمي ، صدق التنبؤ، صدق المحكمين، الصدق العاملي و الصدق الظاهري (عويس ا.، 1997، صفحة 37) .

أ. الصدق الظاهري (صدق المحكمين) :

لقد قام الطالب بعرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين محاضرين من معهد التربية البدنية و الرياضية من جامعة مستغانم عما أنه قدم إليهم ملخص من البحث يحتوي مقدمة البحث ، أهداف البحث ، مشكلة البحث ، فرضية البحث و ذلك للإجابة على بعض الأسئلة.

المحاور	الموافقة	نسبة القبول	الرفض	نسبة الرفض
مهارة الاتصال و التواصل	08	% 100	00	%00
مهارة التعاون/العمل الجماعي	08	% 100	00	%00
مهارة صنع القرار	08	% 100	00	%00

جدول رقم (02) يبين نسبة الصدق الظاهري لمحاور الاستبيان.

من خلال الجدول رقم (02) نلاحظ ان محاور الاستبيان مقبولة بنسبة 100 %، حيث كانت نسبة الموافقة على محور مهارة الاتصال و التواصل 100 % و الرفض 00 %، و نسبة قبول محور مهارة التعاون/الروح الجماعية 100 % و الرفض ب 00 % و في الاخير نسبة قبول محور مهارة صنع القرار 100 % و نسبة الرفض ب 00 % .

المحور	العبارات	الموافقة	الرفض	التعديل	نسبة القبول
محور مهارة الاتصال و التواصل	كل العبارات مقبولة	12	00	00	% 100
محور مهارة التعاون/العمل الجماعي	العبارة 03 العبارة 05	09	00	02	% 81.81
محور مهارة صنع القرار	العبارة 05 العبارة 06 العبارة 09	08	00	03	% 72.72

جدول رقم (03) يبين نسبة الصدق الظاهري لعبارات الاستبيان .

من خلال الجدول رقم (03) نلاحظ ان عبارات محور مهارة الاتصال و التواصل مقبولة بنسبة 100 % ، و نلاحظ ان عبارات محور مهارة التعاون قبلت فيه 09 عبارات بنسبة 81.81 % مع تعديل عبارتين ، و محور مهارة صنع القرار قبلت فيه 08 عبارات بنسبة 72.72 % مع تعديل كل من العبارة 05، 06، 09 .

2.7. الاتساق الداخلي :

انه قوة الارتباط بين درجات كل مستوى من مستويات الاهداف و درجة الاختبار الكلية و كذلك درجة ارتباط كل فقرة من فقرات الاختبار بمستوى الاهداف الكلي ينتمي اليه (الآغا و محمود، 1999) .

أ. المحاور مع الاستبيان ككل :

المحاور	قيمة الارتباط	الدالة	الحكم
مهارة الاتصال و التواصل	0,829**	0.000	يقبل
مهارة التعاون/العمل الجماعي	0,764**	0.000	يقبل
مهارة صنع القرار	0,824**	0.000	يقبل

جدول رقم (04) يبين الاتساق الداخلي للمحاور مع الاستبيان .

من خلال الجدول رقم (04) الذي يبين الاتساق الداخلي للمحاور مع الاستبيان نلاحظ أن قيمة الارتباط عند مستوى الدلالة 0.01 لكل من محور الاتصال و التواصل هي 0.829 و محور مهارة التعاون/العمل الجماعي هي 0.764 وفي الاخير محور مهارة صنع القرار هي 0.824 .

ب . العبارات مع الاستبيان ككل :

الاستبيان ككل	المحور الثالث	المحور الثاني	المحور الاول	العبارات
0,576**			0,504**	العبرة الاولى
0,531**			0,408**	العبرة الثانية
0,277**			0,187	العبرة الثالثة
0,479**			0,633**	العبرة الرابعة
0,326**			0,533**	العبرة الخامسة
0,585**			0,692**	العبرة السادسة
0,566**			0,558**	العبرة السابعة
0,185			0,114	العبرة الثامنة
0,400**			0,440**	العبرة التاسعة
0,479**			0,495**	العبرة العاشرة
0,107			0,251*	العبرة الحادي عشر
0,110			0,130	العبرة الثاني عشر
0,242°		0,324**		العبرة الثالث عشر
0,290**		0,261**		العبرة الرابع عشر
0,155		0,138		العبرة الخامس عشر
0,242°		0,193		العبرة السادس عشر
0,202°		0,423**		العبرة السابع عشر
0,309**		0,273**		العبرة الثامن عشر
0,146		0,111		العبرة التاسع عشر
0,401**		0,665**		العبرة العشرون
0,353**		0,547**		العبرة الحادي والعشرون
0,193		0,110		العبرة الثاني والعشرون
0,380**		0,203°		العبرة الثالث والعشرون
0,364**	0,303**			العبرة الرابع والعشرون
0,114	0,120			العبرة الخامس والعشرون

0,494**	0,471**		العبرة السادس و العشرون
0,174	0,172		العبرة السابع و العشرون
0,494**	0,630**		العبرة الثامن و العشرون
0,386**	0,272**		العبرة التاسع و العشرون
0,341**	0,517**		العبرة الثلاثون
0,147	0,199		العبرة الواحد و الثلاثون
0,228°	0,441**		العبرة الثاني و الثلاثون
0,144	0,153		العبرة الثالث و الثلاثون
0,174	0,059		العبرة الرابع و الثلاثون

جدول رقم (05) يبين الاتساق الداخلي للعبارات مع كل محور و الاستبيان ككل .

يبين الجدول رقم (05) معامل الاتساق الداخلي بين عبارات الاستبيان مع كل محور و الاستبيان ككل ، فنجد عبارات المحور الاول المتعلق بمهارة الاتصال و التواصل و الذي يبين ان معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة 0.05 و 0.01 حيث بلغت بالنسبة للعلاقة مع المحور الخاص بالسؤال اقل قيمة 0.114 و اعلى قيمة 0.692 و أما بالنسبة للعلاقة مع المقياس ككل بلغت أقل قيمة 0.110 و اعلى قيمة 0.585 و بذلك يعتبر المحور صادقا .

و نجد عبارات المحور الثاني المتعلق بمهارة التعاون/العمل الجماعي و الذي يبين ان معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة 0.05 و 0.01 حيث بلغت بالنسبة للعلاقة مع المحور الخاص بالسؤال اقل قيمة 0.110 و اعلى قيمة 0.665 و أما بالنسبة للعلاقة مع المقياس ككل بلغت أقل قيمة 0.146 و اعلى قيمة 0.401 و بذلك يعتبر المحور صادقا .

كما نجد عبارات المحور الثالث المتعلق بمهارة صنع القرار و الذي يبين ان معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة 0.01 حيث بلغت بالنسبة للعلاقة مع المحور الخاص بالسؤال اقل قيمة 0.120 و اعلى قيمة 0.630 و أما بالنسبة للعلاقة مع المقياس ككل بلغت أقل قيمة 0.114 و اعلى قيمة 0.494 و بذلك يعتبر المحور صادقا .

3.7. الثبات : يعرف ثبات الاختبار بأنه درجة التماسك التي يمكن لوسيلة القياس المستخدمة لتطبيقها كما تعني مدى اتساق الاختبار و مدى الدقة التي تقيس بها اختبار الظاهرة موضوع القياس و قد عرف "جليفورد" الثبات بأنه نسبة التباين الحقيقي في الدرجة المستخلصة من اختارها حيث أن تباين الدرجة على المقياس هي مؤشر للأداء الفعلي للأفراد و تعبر تلك المعادلة عن درجة المقياس (فرحات، 2001، صفحة 144) .

أ- عرض الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ :

عدد العبارات	الفا كرونباخ
34	0.756

جدول رقم (06) يبين معامل الثبات الكلي (ألفا كرونباخ) للاستبيان.

من خلال الجدول رقم (06) نلاحظ ان قيمة معامل الثبات الكلي بلغت 0.756 و

هذا ما يجعلها مقبولة الثبات.

ب . التجزئة النصفية:

الفا كرونباخ	الجزء 01	القيمة	0.756
		عدد العبارات	17 أ
	الجزء 02	القيمة	0.723
		عدد العبارات	17 ب
	العدد الكلي للعبارات		34
معامل غوتمان			0.748

جدول رقم (07) يبين ثبات الاستبيان باستعمال التجزئة النصفية .

من خلال الجدول رقم (07) نلاحظ ان معاملات ثبات المقياس الجزء الاول

بلغت 0.756 و قيمة الجزء الثاني 0.723 في حين بلغت قيمة معامل قوتمان 0.748 و

هذا ما يدل على ان الاستبيان يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات .

ج . الثبات بالاختبار و اعادة الاختبار :

معامل الصدق	الدلالة	قيمة معامل الثبات	المعاملات الاحصائية الاستبيان
0.96	0.00	0.92	الاستبيان ككل

جدول رقم(08) يبين معامل الصدق و الثبات الاختبار و اعادة الاختبار

نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) أن قيمة معامل الثبات للاستبيان ككل بلغت 0.92 في حين معامل الصدق بلغ 0.96 و هذا ما يدل على ان الاستبيان يتمتع بمستوى جيد من الثبات و الصدق ككل.

و في ضوء ما سبق يجد الطالب ان مستوى الصدق و الثبات قد تحققا بدرجة مقبولة .

8. الوسائل الاحصائية :

علم الاحصاء هو ذلك العلم الذي يبحث في جميع البيانات و تنظيمها و عرضها و تحليلها و اتخاذ القرارات بناءً عليها ، و من بين التقنيات الاحصائية المستعملة في بحثنا :

- النسبة المئوية.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط بيرسون.
- معامل الفا كرونباخ.
- اختبار الثبات التجزئة النصفية.
- اختبار الصدق والثبات.
- اختبار حسن المطابقة كا².

خلاصة :

لكل دراسة عملية منهجية و إجراءات ميدانية تقوم عليها الدراسة الميدانية, و لهذا عمد الباحث إلى وضع خطة لتحديد الأهداف و الغايات من خلال وضع منهج مناسب لطبيعة الدراسة و الذي بدوره تخدم مشكلة و أهداف البحث كما تتم تحديد عينة البحث والأدوات المستعملة لجمع البيانات و عرضها في احسن الصور ، و ذلك من أجل الوصول لحلول للمشكلة المطروحة سابقا.

الفصل الثاني:

عرض و تحليل

و

مناقشة النتائج

تمهيد :

من خلال هذا الفصل سنقوم بعرض و تحليل و مناقشة النتائج التي تم جمعها و التحصيل عليها من خلال الدراسة الميدانية التي اجريت على عينة البحث ، و سنحاول من خلال هذا الفصل إعطاء التفسير لحل الاشكالية المطروحة .

و لقد حرصنا على ان تكون عملية التحليل و المناقشة بطريقة علمية و منظمة حيث سنقوم بعرض و تحليل النتائج الاحصائية للاستبيان .

عرض و تحليل و مناقشة النتائج :

1. عرض نتائج الاستبيان ككل :

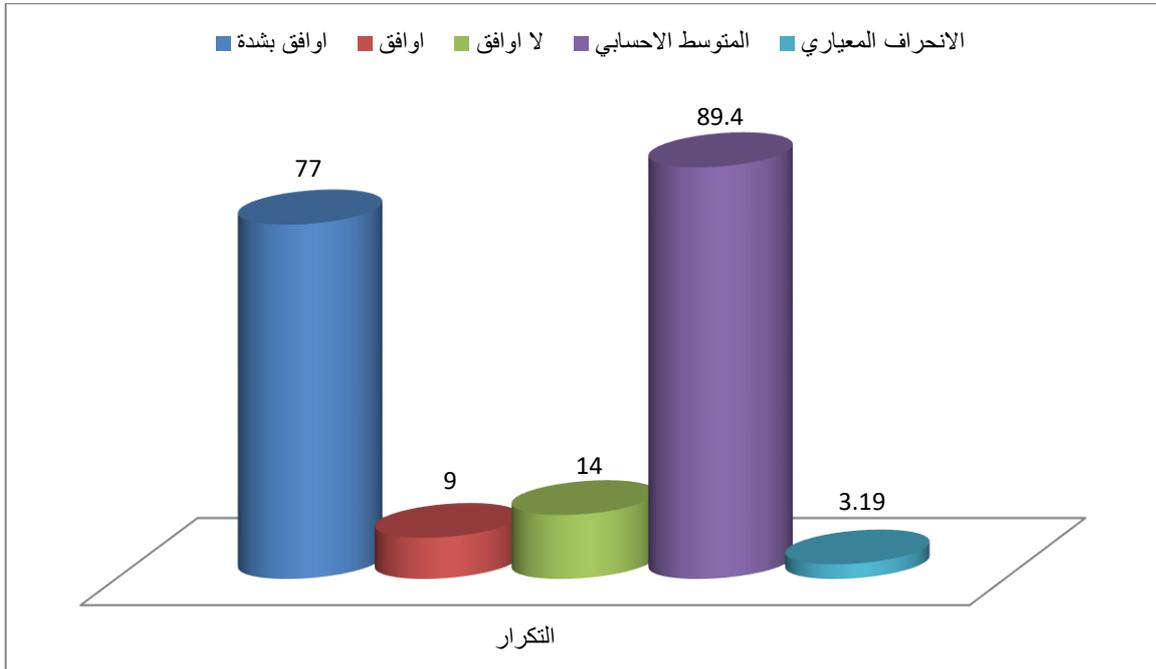
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا أوافق		أوافق		أوافق بشدة		العمليات المحور
		%	ت	%	ت	%	ت	
3.19	89.40	14	478	9	304	77	2618	الاستبيان ككل

جدول رقم (09) يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للاستبيان ككل .

من خلال الجدول رقم (09) نلاحظ ان نسبة راي الموافقة بشدة بلغت 77

% تليها نسبة الموافقة ب 09 % و في الاخير نسبة لا أوافق ب 14 % ، في حين

بلغ المتوسط الحسابي 89.40 و الانحراف المعياري 3,19.



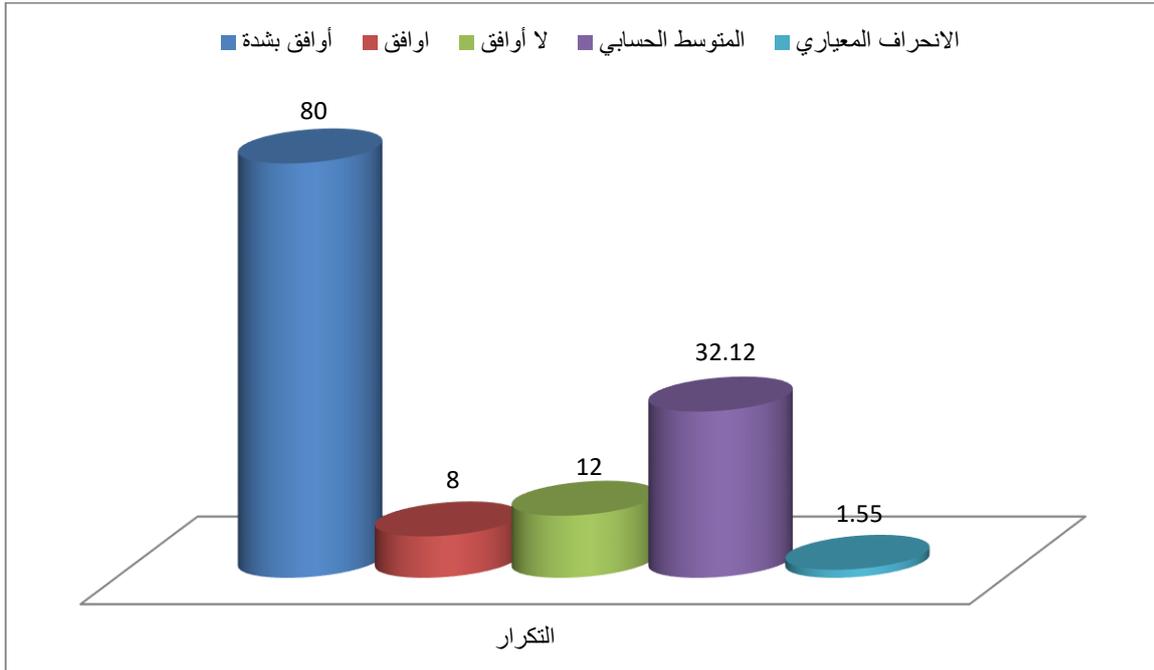
رسم بياني رقم (01) يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للاستبيان ككل .

2. عرض نتائج المحور الاول (مهارة الاتصال و التواصل) :

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا أوافق		أوافق		أوافق بشدة		العمليات المحور
		%	ت	%	ت	%	ت	
1.55	32.12	12	145	08	98	80	957	المحور الأول

جدول رقم (10) يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمحور الأول.

من خلال الجدول رقم (10) نلاحظ ان نسبة راي الموافقة بشدة بلغت 80 % تليها نسبة الموافقة ب 08 % و في الاخير نسبة لا أوافق ب 12 % ، في حين بلغ المتوسط الحسابي 32.12 و الانحراف المعياري 1.55.



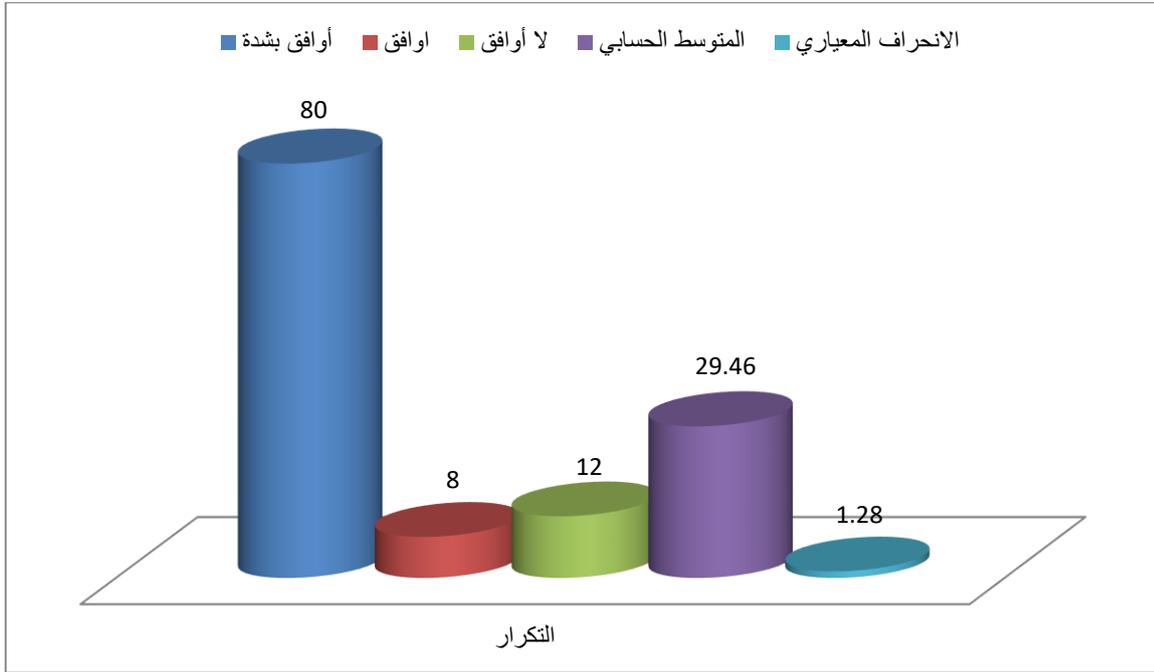
رسم بياني رقم (02) يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمحور الاول.

3. عرض نتائج المحور الثاني (مهارة التعاون) :

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا أوافق		أوافق		أوافق بشدة		العمليات المحور
		%	ت	%	ت	%	ت	
1.28	29.46	12	136	8	82	80	882	المحور الأول

جدول رقم (11) يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (11) نلاحظ ان نسبة راي الموافقة بشدة بلغت 80 % ونسبة الموافقة ب 08 % و في الاخير نسبة لا أوافق ب 12 % ، في حين بلغ المتوسط الحسابي 29.46 و الانحراف المعياري 1.28.



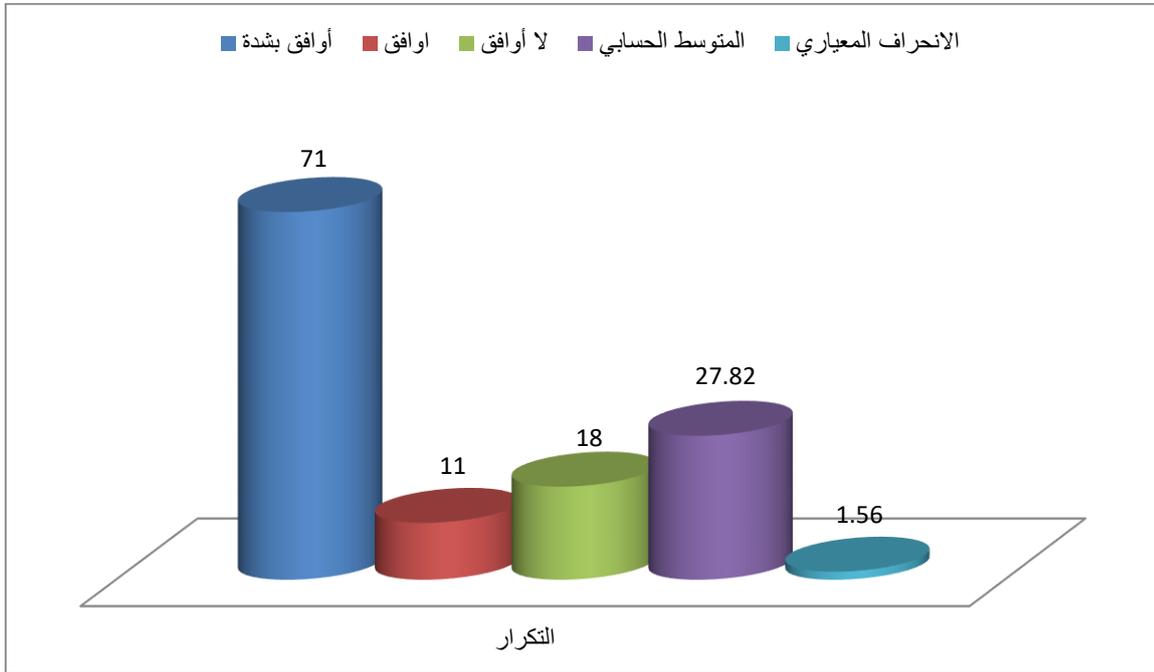
رسم بياني رقم (03) يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمحور الثاني.

4. عرض نتائج المحور الثالث (مهارة صنع القرار):

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا أوافق		أوافق		أوافق بشدة		العبرة
		%	ت	%	ت	%	ت	
1.56	27.82	18	197	11	124	71	779	المحور الأول

جدول رقم (12) يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (12) نلاحظ ان نسبة راي الموافقة بشدة بلغت 71 % تليها نسبة عدم الموافقة ب 18 % و في الاخير نسبة أوافق ب 11 % ، في حين بلغ المتوسط الحسابي 27.82 و الانحراف المعياري 1.56.



رسم بياني رقم (04) يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمحور الثالث.

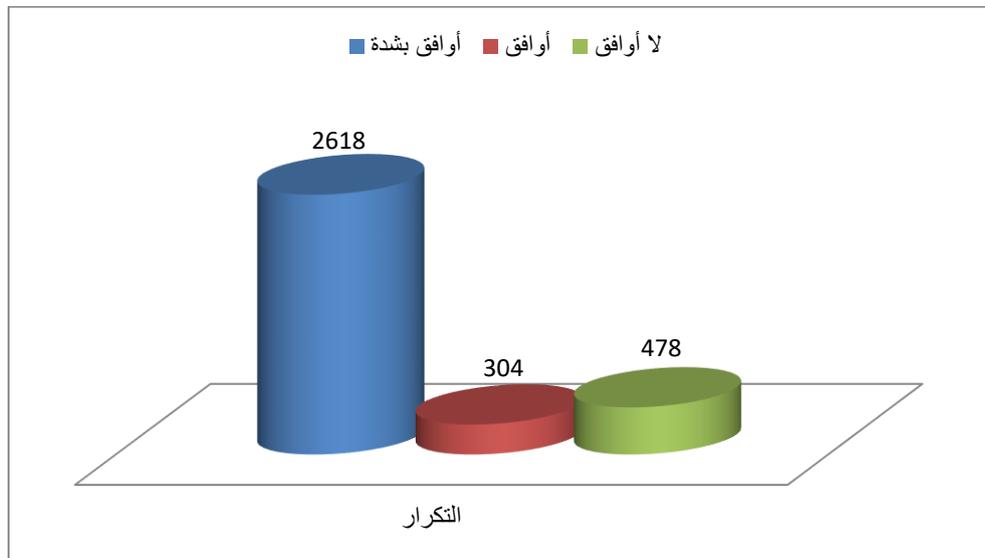
5. عرض نتائج اختبار حسن المطابقة k^2 :

1.5. عرض نتائج الاستبيان ككل :

المتغيرات الاداة	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
الاستبيان ككل	100	2930.72	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (13) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للاستبيان ككل.

من خلال الجدول رقم (13) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع و للاستبيان ككل نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (2930.72) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها .



رسم بياني رقم (05) يبين تكرارات ردود العينة للاستبيان ككل.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (05) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (2618)، في حين بلغ تكرار اوافق (304) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (478).

2.5. المحور الاول(مهارة الاتصال و التواصل) :

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
المحور الاول	100	1166.195	0.000	2	0.05	دال احصائيا

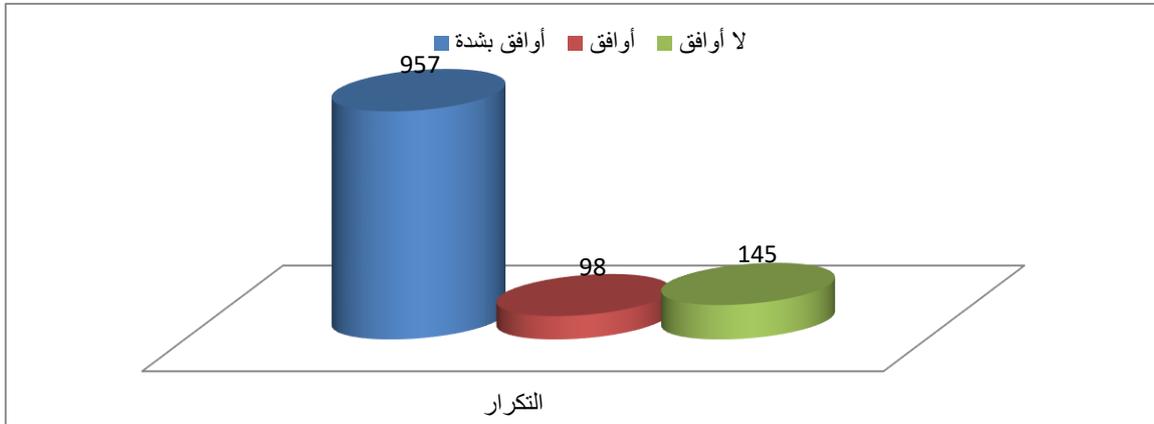
جدول رقم(14) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للمحور الاول.

من خلال الجدول رقم (14) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع

و للمحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (1166,195) عند درجة الحرية

التي بلغت(2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي

بلغت(0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (06) يبين تكرارات ردود العينة لمحور الاتصال و التواصل

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (06) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ

تكرار اوافق بشدة (957)، في حين بلغ تكرار اوافق (98) اما الاجابات على البعد لا

اوافق كانت (145)

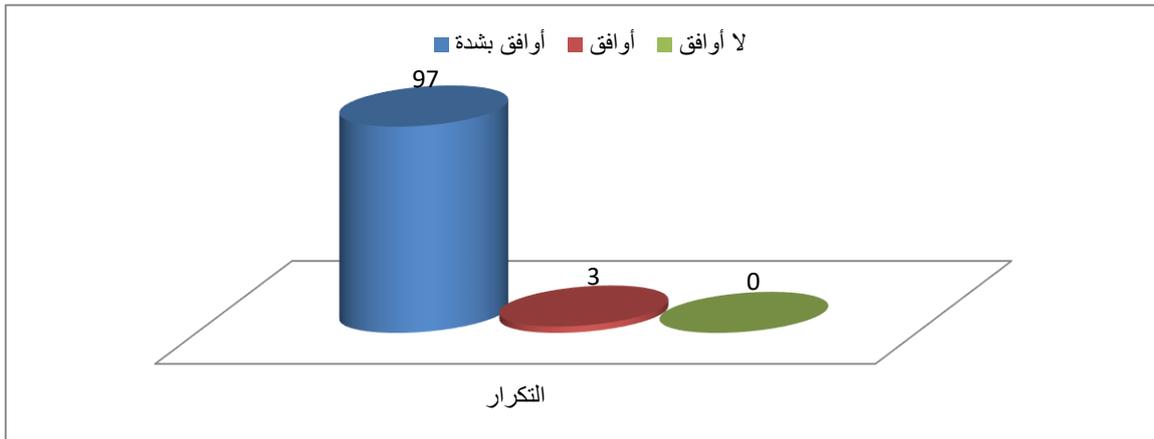
1.2.5. تحليل نتائج عبارات المحور الاول (مهارة الاتصال و التواصل) :

1. العبارة الاولى (أحافظ على تركيزي طول فترة الإصغاء لتعليمات القائد):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 01	100	88.360	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(15) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الاولى في المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (15) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الاولى في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (88.360) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (07) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الاولى لمحور الاتصال و التواصل.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (07) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (97)، في حين بلغ تكرار اوافق (3) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (0).

2. العبارة الثانية (أتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K ²	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 02	100	49.000	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(16) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثانية في

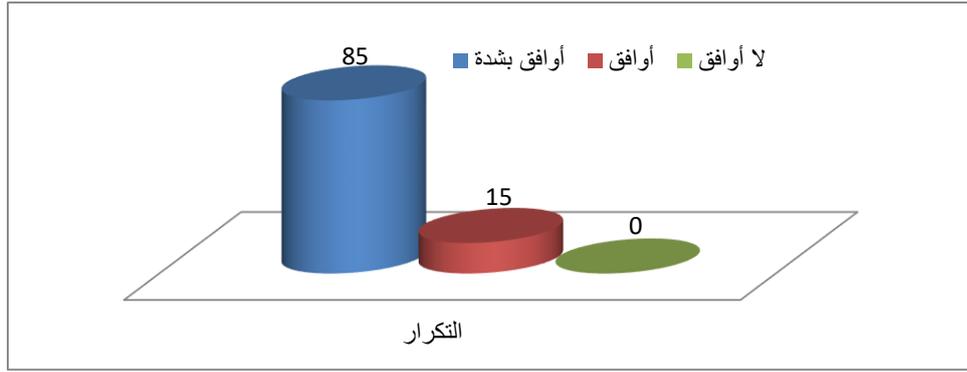
المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (16) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع

الثانية في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (49.000) عند درجة

الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي

بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها .



رسم بياني رقم (08) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثانية لمحور الاتصال و التواصل.

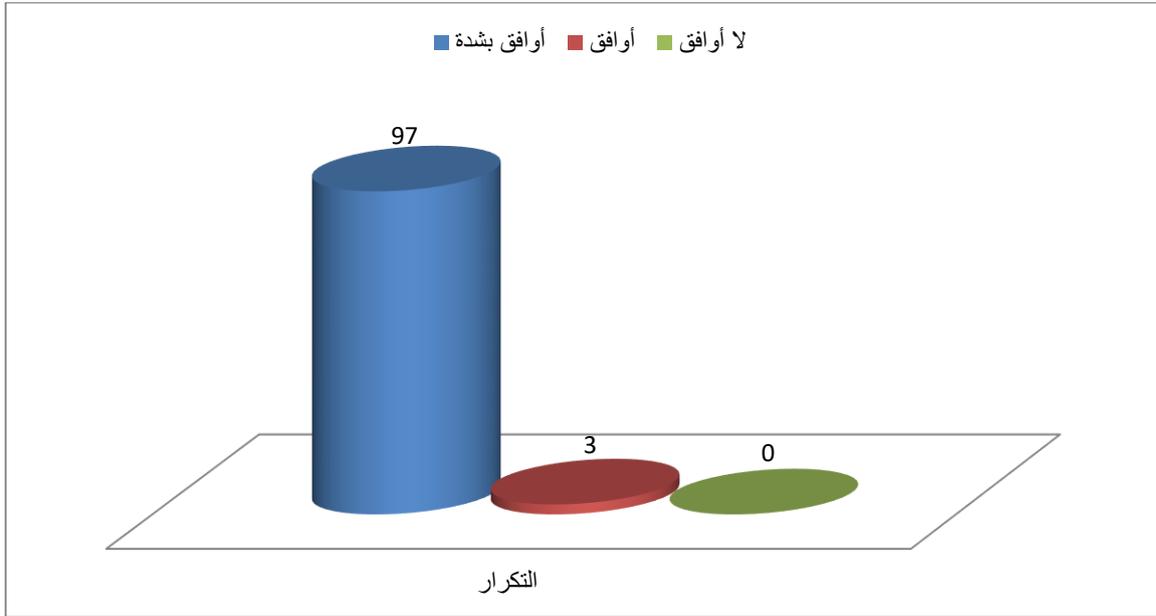
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (08) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (85)، في حين بلغ تكرار اوافق (15) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (0).

3. العبارة الثالثة (أتواصل مع الآخرين بشكل واثق):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار احصائيا
العبارة 03	100	88.360	0.000	1	0.05	دال

جدول رقم (17) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثالثة في المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (17) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثالثة في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (88.360) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها.



رسم بياني رقم (09) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثالثة لمحور الاتصال و التواصل.

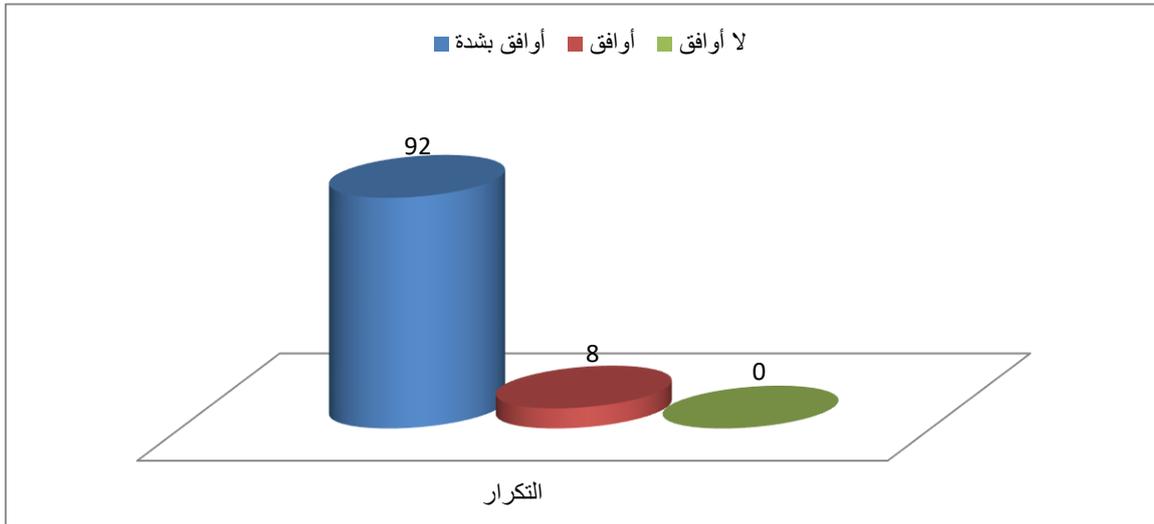
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (09) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (97)، في حين بلغ تكرار اوافق (3) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (0)

4. العبارة الرابعة (أقبل آراء الآخرين بإنفتاح):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 04	100	70.560	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(18) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الرابعة في المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (18) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الرابعة في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (70.560) عند درجة الحرية التي بلغت(1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت(0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (10) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الرابعة لمحور الاتصال و التواصل.

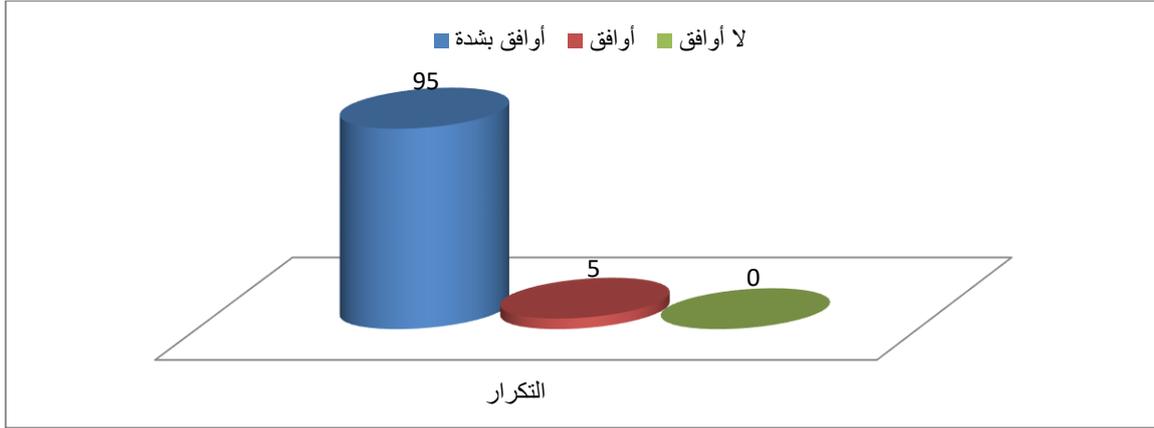
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (10) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (92)، في حين بلغ تكرار اوافق (08) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (0).

5. العبارة الخامسة (أفوض الآخرين لإقناعهم بوجهة نظري حول الأداء الصحيح):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 05	100	81.000	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (19) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الخامسة في المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (19) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الخامسة في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (81.000) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها.



رسم بياني رقم (11) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الخامسة لمحور الاتصال و التواصل.

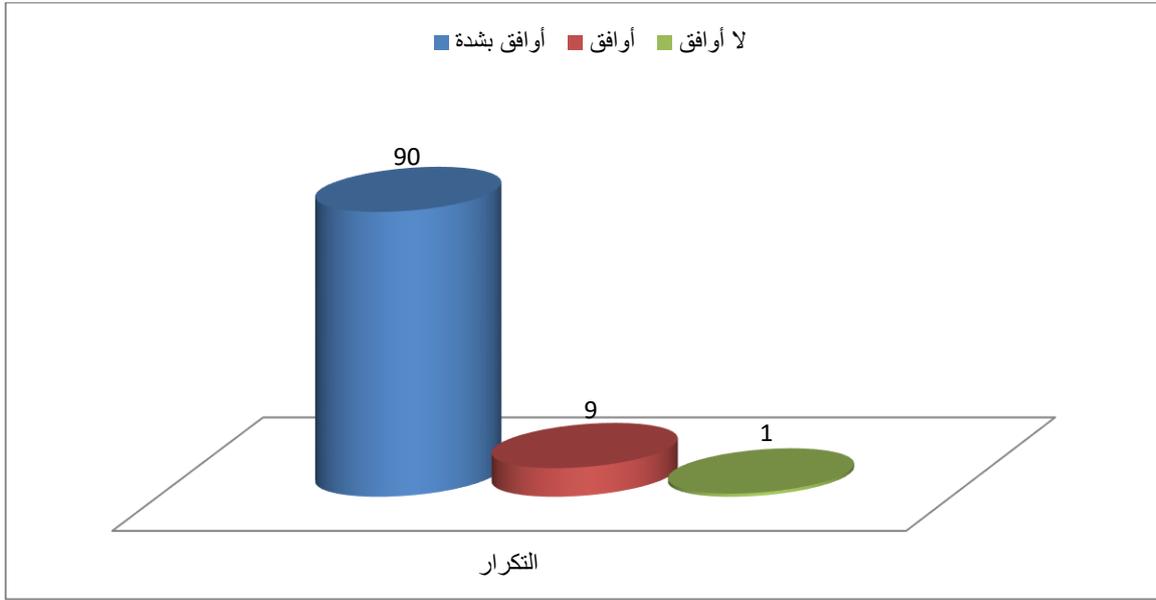
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (11) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (95)، في حين بلغ تكرار اوافق (5) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (0).

6 العبارة السادسة (احب التحدث مع الاخرين حتى لو كانوا غرباء):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 06	100	145.46	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (20) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السادسة في المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (20) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السادسة في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (145.46) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (12) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السادسة لمحور الاتصال و التواصل.

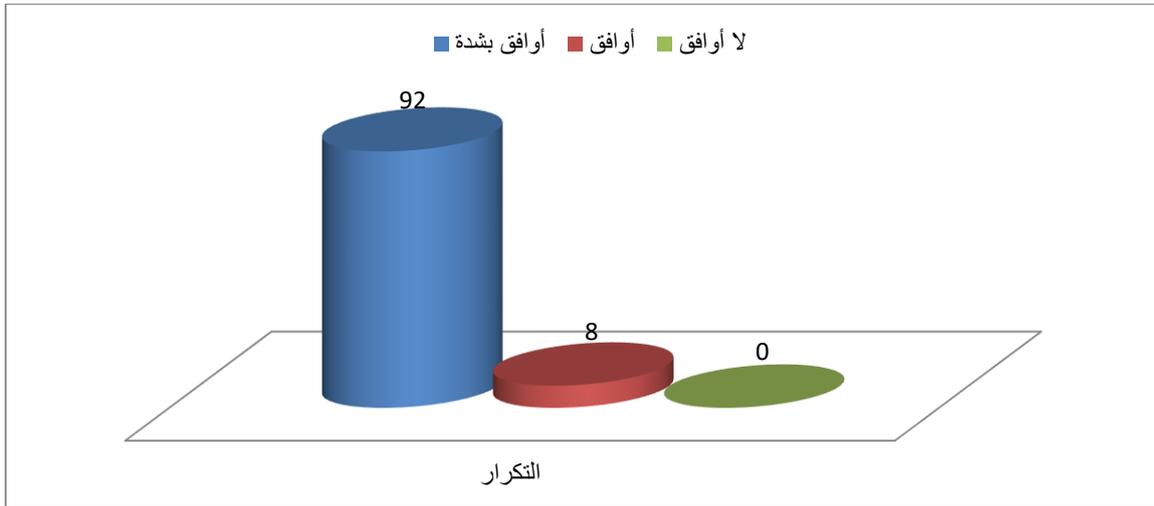
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (12) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (90)، في حين بلغ تكرار اوافق (01) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (01).

7 العبارة السابعة (اتفهم حاجات الاخرين و استجيب لها ما استطعت):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 07	100	70.560	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (21) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السابعة في المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (21) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السابعة في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (70.560) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (13) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السابعة لمحور الاتصال و التواصل.

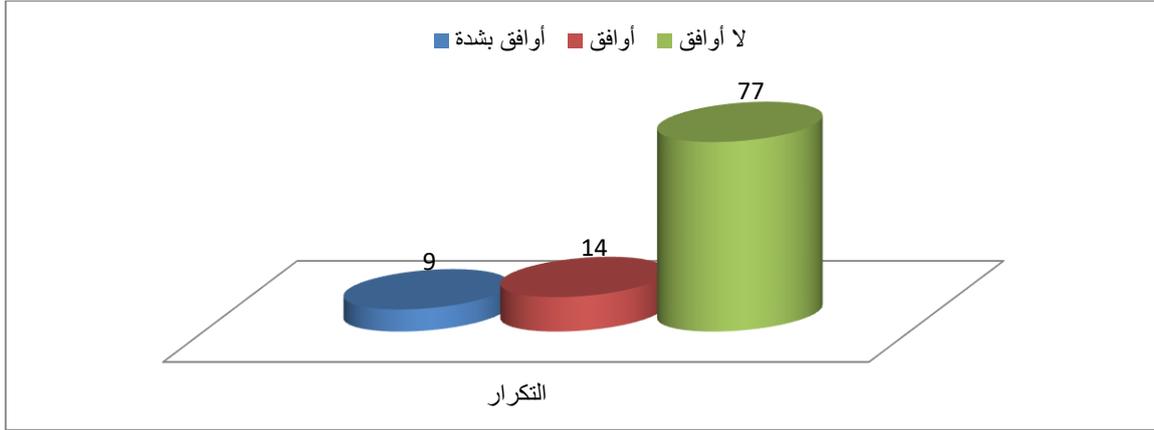
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (13) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (92)، في حين بلغ تكرار اوافق (08) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

8 العبارة الثامنة (من الصعب علي ان اطلب المساعدة من المجموعة عند الحاجة):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 08	100	86.180	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (22) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثامنة في المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (22) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثامنة في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (86.180) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (14) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثامنة لمحور الاتصال و التواصل.

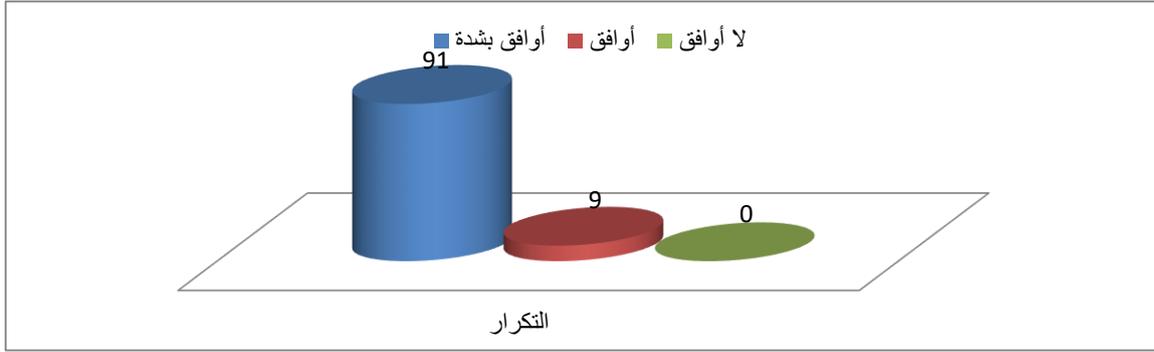
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (14) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (09)، في حين بلغ تكرار اوافق (14) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (77).

9 العبارة التاسعة (أحرص على أن أفهم الشخص الذي أتحدث معه قبل أن أقوم بالرد عليه):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار احصائيا
العبارة 09	100	67.240	0.000	1	0.05	دال

جدول رقم (23) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة التاسعة في المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (23) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة التاسعة في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (67.240) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (15) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة التاسعة لمحور الاتصال و التواصل.

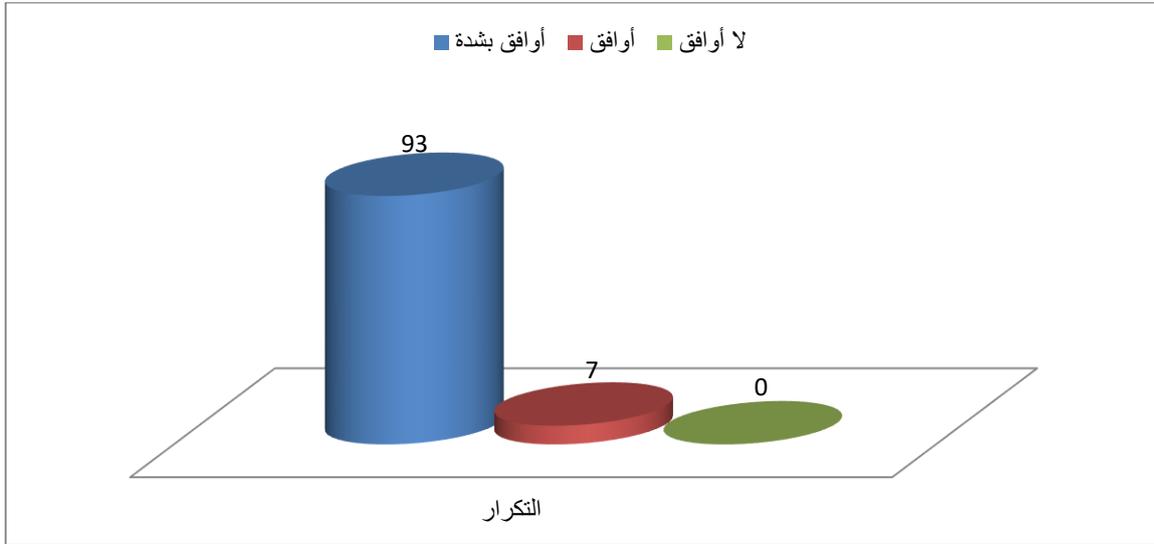
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (15) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (91)، في حين بلغ تكرار اوافق (09) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00)

10 العبارة العاشرة (أحب الاصغاء الى الاخرين عند تحدثهم و لا اقاطعهم):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 10	100	73.960	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (24) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة العاشرة في المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (24) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة العاشرة في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (73.960) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها.



رسم بياني رقم (16) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة العاشرة لمحور الاتصال و التواصل.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (16) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (93)، في حين بلغ تكرار اوافق (07) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

11 العبارة الحادي عشر (ابني علاقات طيبة مع زملائي):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 11	100	188.180	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (25) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الحادي عشر في المحور الاول.

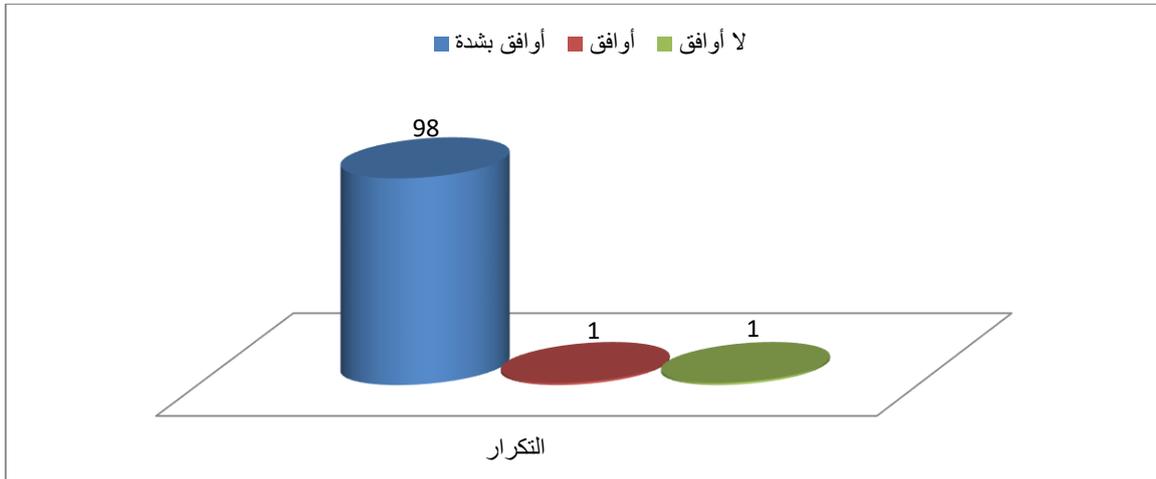
من خلال الجدول رقم (25) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا

تربيع للعبارة الحادي عشر في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت

(188.180) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما

لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات

العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (17) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الحادي عشر لمحور الاتصال و التواصل.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (17) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (98)، في حين بلغ تكرار اوافق (01) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (01).

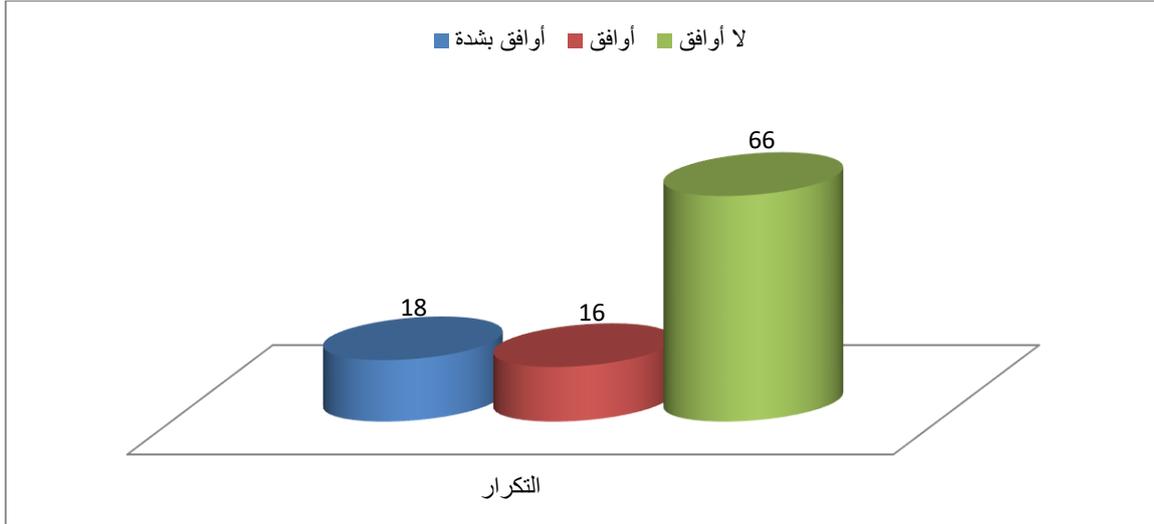
12. العبارة الثاني عشر (اكتم افكاري و المشاعر عن الآخرين):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 12	100	48.080	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (26) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثاني عشر في

المحور الاول.

من خلال الجدول رقم (26) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثاني عشر في المحور الاول نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (48.080) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (18) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثاني عشر لمحور الاتصال و التواصل.

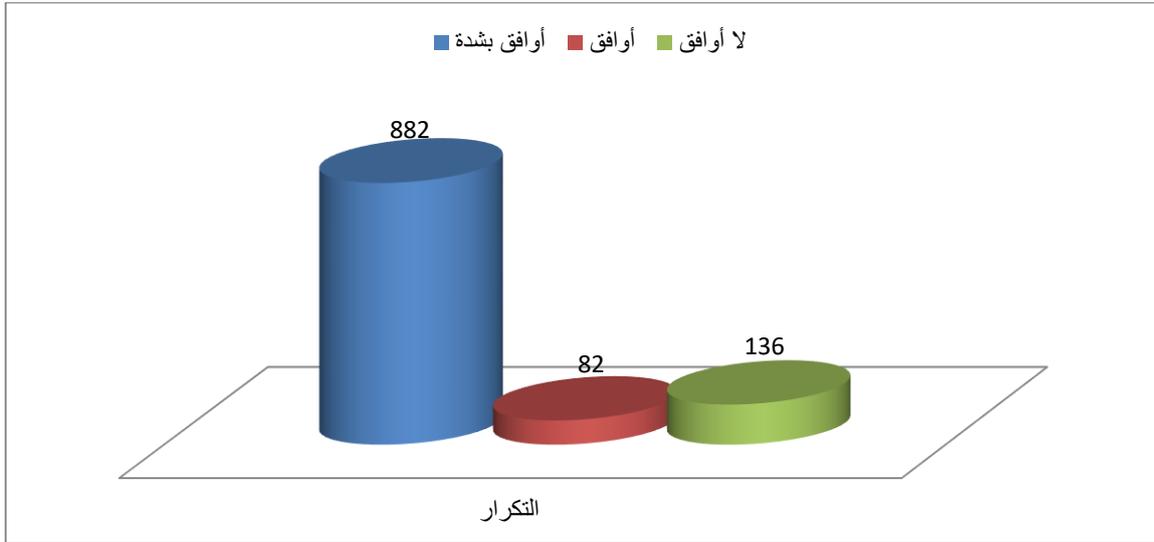
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (18) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (18)، في حين بلغ تكرار اوافق (16) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (66).

3.5. المحور الثاني(مهارة التعاون/العمل الجماعي) :

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
المحور الثاني	100	1092.464	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(27) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للمحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (27) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع و للمحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (1092.464) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها.



رسم بياني رقم (19) يبين تكرارات ردود العينة لمحور التعاون/العمل الجماعي.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (19) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (882)، في حين بلغ تكرار اوافق (82) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (136).

1.3.5. تحليل نتائج عبارات المحور الثاني (مهارة التعاون/العمل الجماعي) :

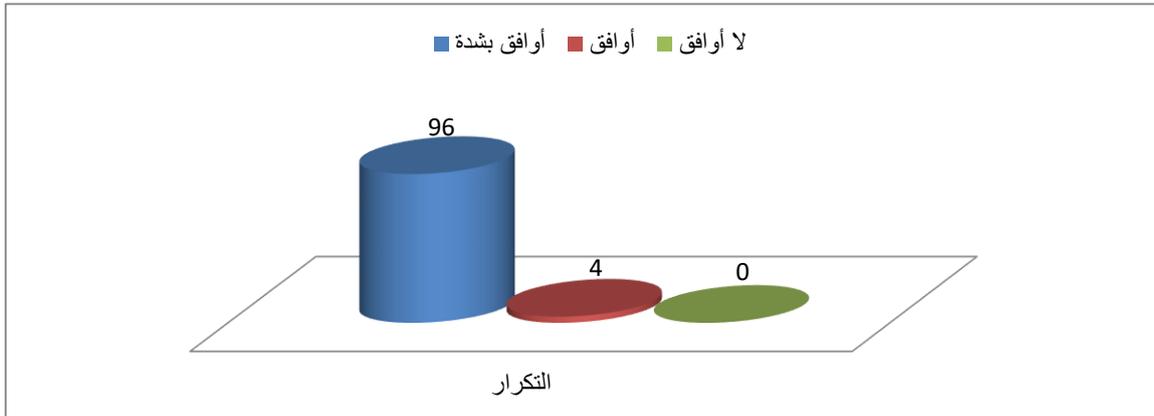
1. العبارة الاولى (أقدم مصلحة الجماعة على مصلحتي الفردية):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 01	100	64.640	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(28) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الاولى في

المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (28) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الاولى في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (64.640) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (20) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الاولى لمحور التعاون/العمل الجماعي.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (20) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (96)، في حين بلغ تكرار اوافق (04) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

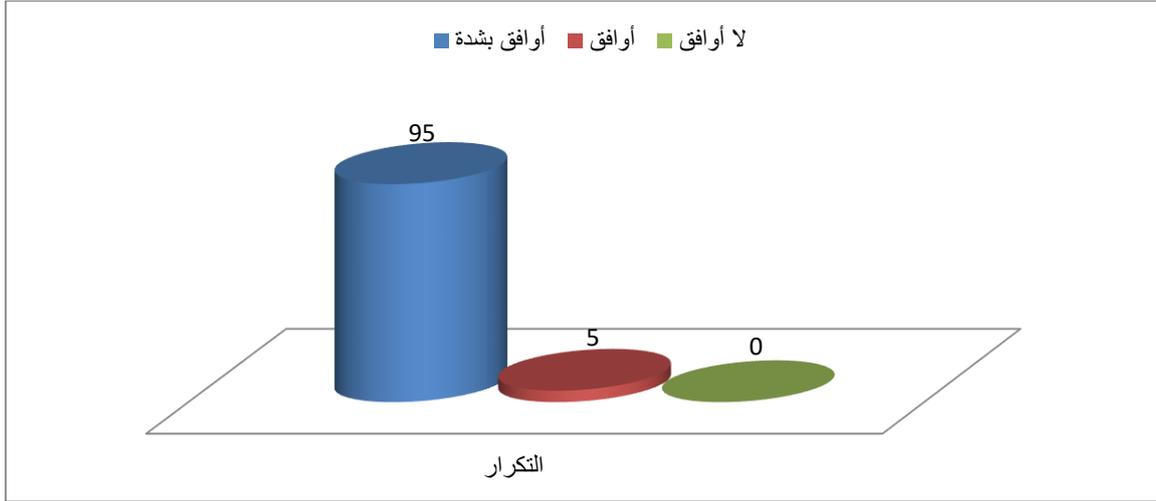
2. العبارة الثانية (أتفاوض مع الآخرين حول مواقف اللعب المختلفة):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 02	100	81.000	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (29) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثانية في

المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (29) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثانية في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (81.000) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التيلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها.



رسم بياني رقم (21) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثانية لمحور التعاون/العمل الجماعي.

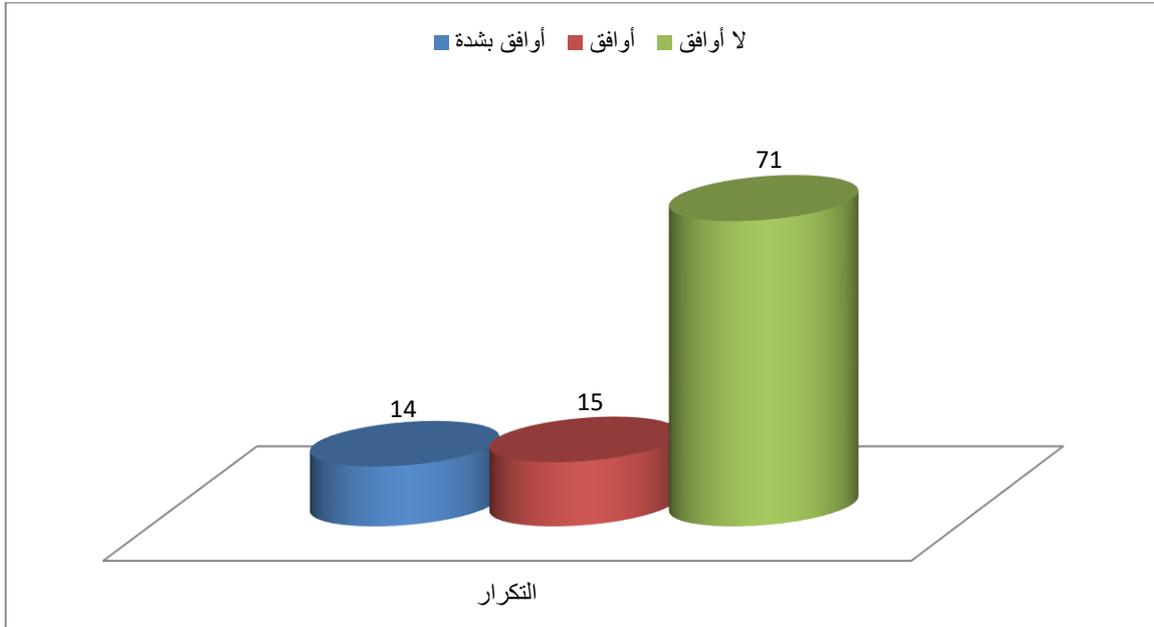
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (21) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (95)، في حين بلغ تكرار اوافق (05) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

3. العبارة الثالثة (ابتعد عن المبادرة في تقديم العون للآخرين):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار احصائيا
العبارة 03	100	63.860	0.000	2	0.05	دال

جدول رقم(30) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثالثة في المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (30) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثالثة في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (63.860) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها .



رسم بياني رقم (22) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثالثة لمحور التعاون.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (22) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (14)، في حين بلغ تكرار اوافق (15) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (71).

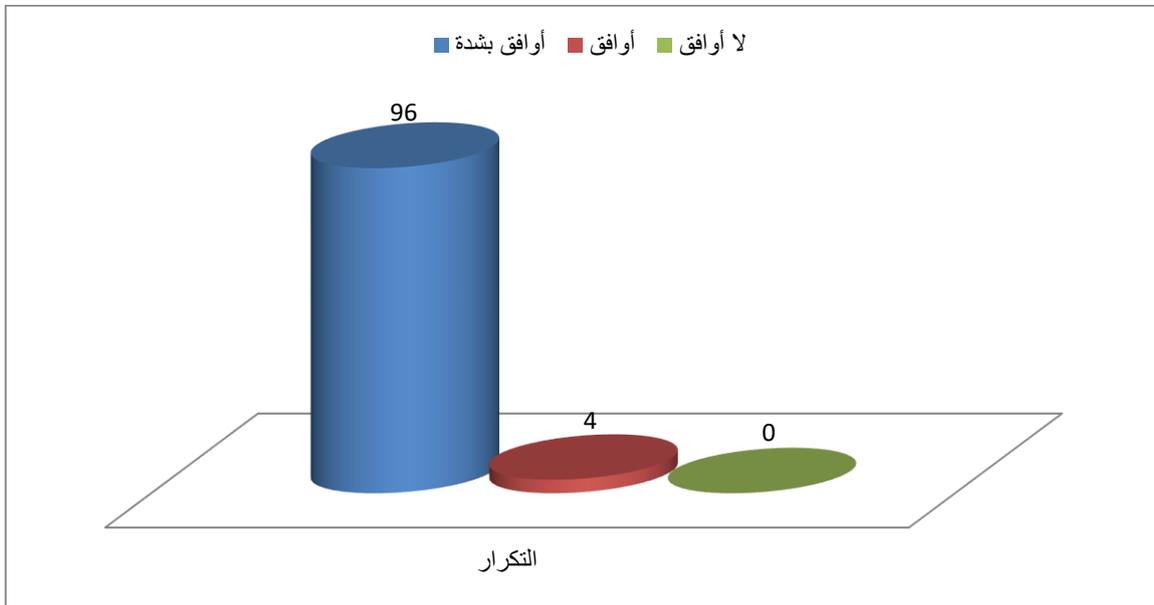
4. العبارة الرابعة (أتلى بروح الانتماء الى الجماعة):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 04	100	64.640	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(31) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الرابعة في

المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (31) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الرابعة في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (64.640) عند درجة الحرية التي بلغت(1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت(0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (23) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الرابعة لمحور التعاون/العمل

الجماعي.

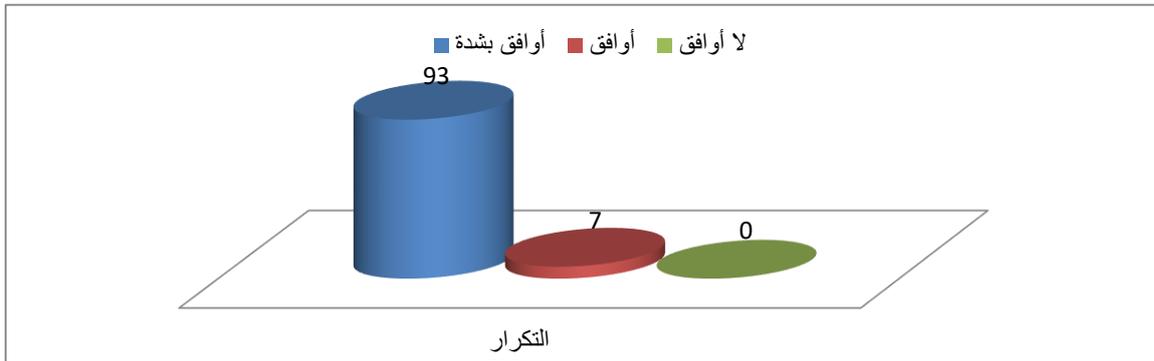
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (23) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (96)، في حين بلغ تكرار اوافق (04) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

5. العبارة الخامسة (اندمج مع الاخرين اثناء القيام بعمل مشترك):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 05	100	73.960	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(32) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الخامسة في المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (32) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الخامسة في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (73.960) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (24) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الخامسة لمحور التعاون/العمل الجماعي.

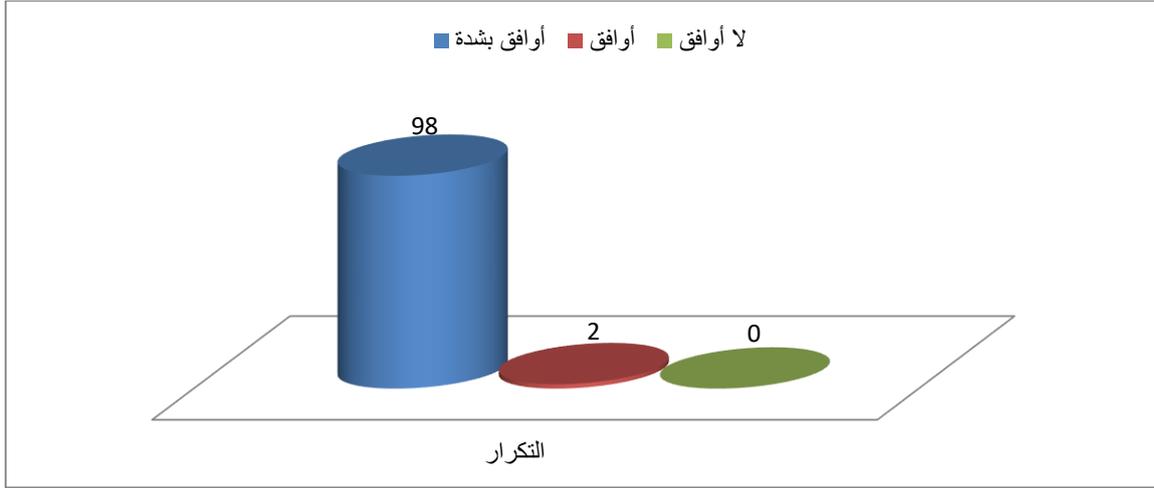
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (24) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (93)، في حين بلغ تكرار اوافق (07) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

6العبارة السادسة (احب التواجد مع الاخرين اثناء النشاط الرياضي الترويحي):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 06	100	92.160	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(33) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السادسة في المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (33) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السادسة في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (92.160) عند درجة الحرية التي بلغت(1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت(0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها .



رسم بياني رقم (25) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السادسة لمحور التعاون/العمل الجماعي.

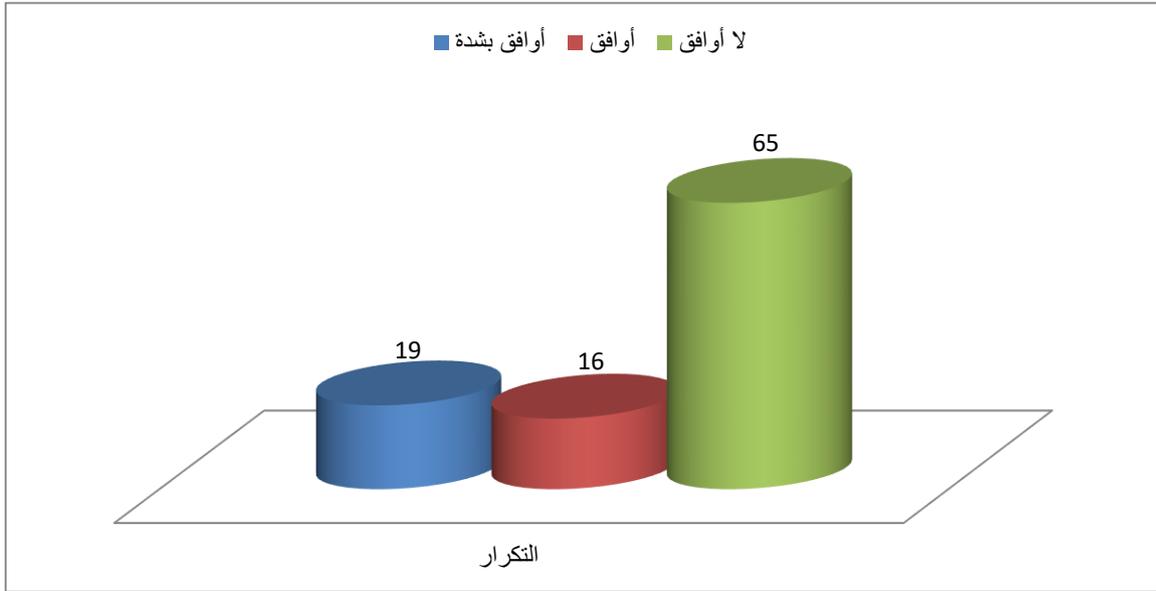
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (25) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (98)، في حين بلغ تكرار اوافق (02) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

7 العبارة السابعة (أعمل فرديا في أغلب الأنشطة الرياضية الترويحية):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 07	100	45.260	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(34) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السابعة في المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (34) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السابعة في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (45.260) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (26) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السابعة لمحور التعاون/العمل الجماعي.

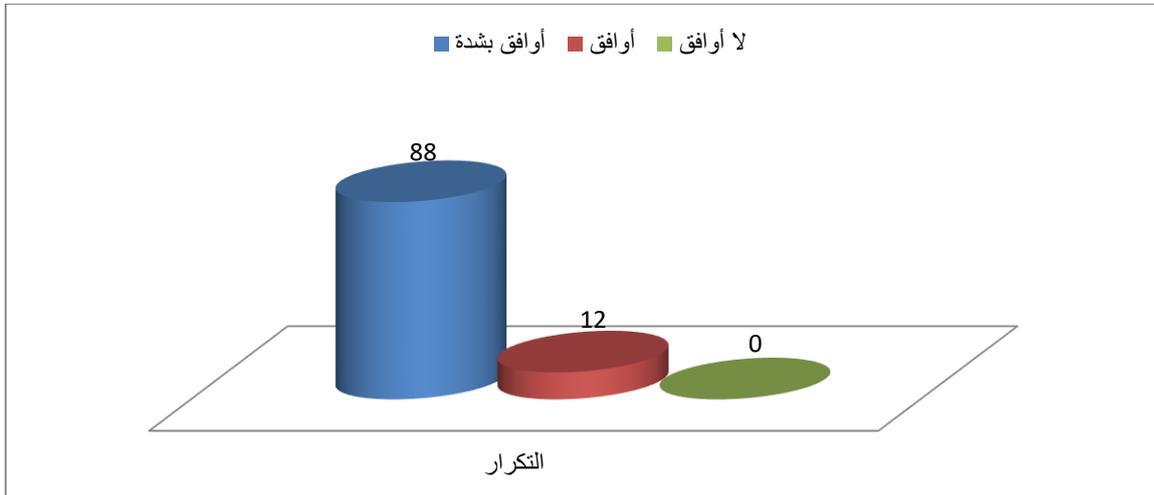
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (26) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (19)، في حين بلغ تكرار اوافق (16) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (65).

8 العبارة الثامنة (اتحمل الضغط مع افراد الجماعة):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 08	100	57.760	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (35) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثامنة في المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (35) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثامنة في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (57.760) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (27) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثامنة لمحور التعاون/العمل الجماعي.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (27) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (88)، في حين بلغ تكرار اوافق (12) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

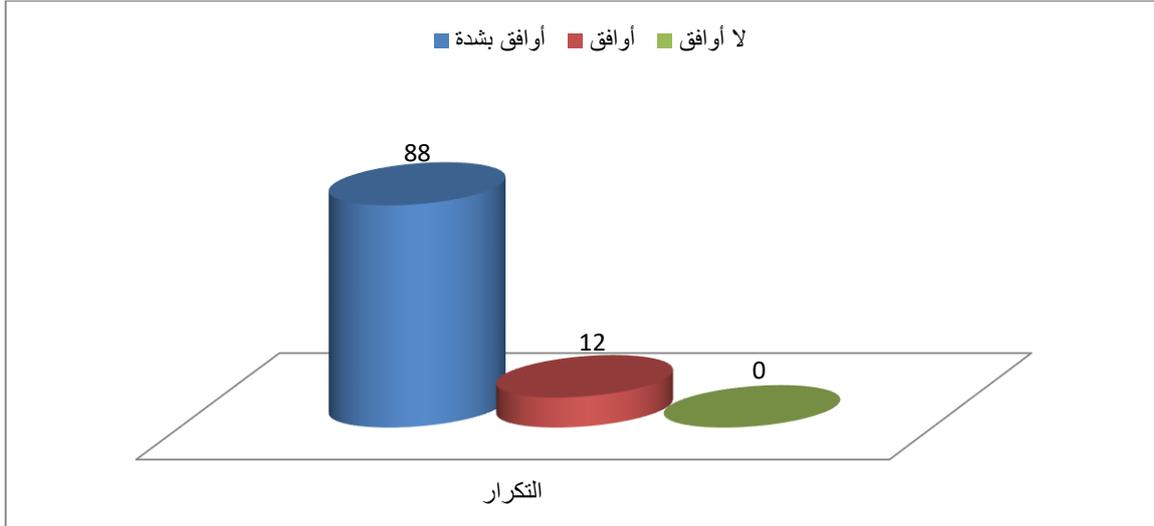
9العبارة التاسعة (أتجنب القاء اللوم على احد):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 09	100	57.760	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(36) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة التاسعة في

المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (36) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة التاسعة في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (57.760) عند درجة الحرية التي بلغت(1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت(0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها .



رسم بياني رقم (28) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة التاسعة لمحور التعاون/العمل الجماعي.

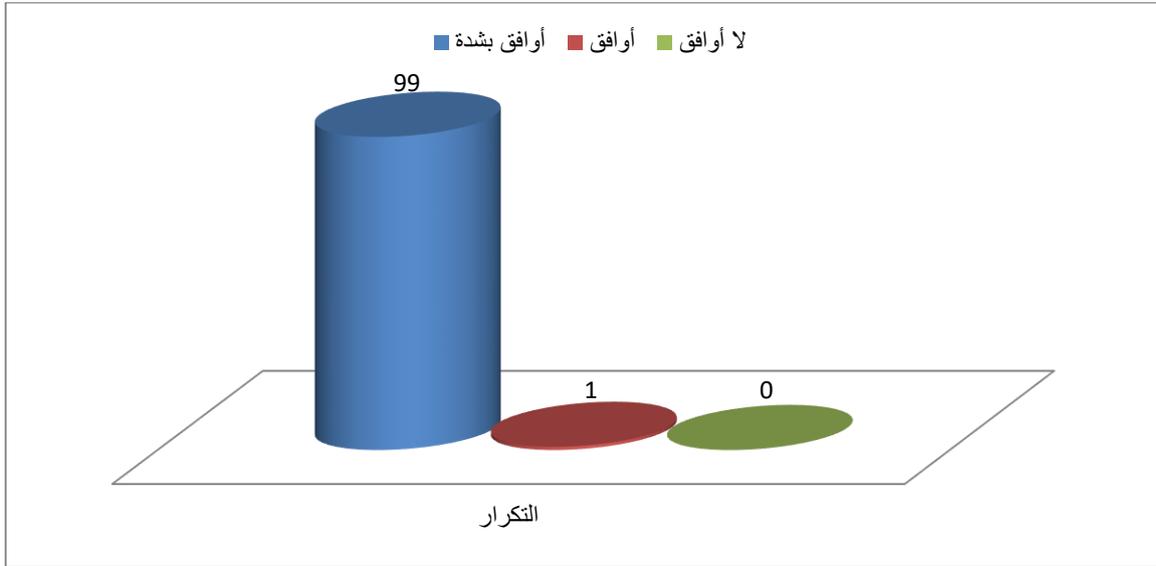
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (28) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (88)، في حين بلغ تكرار اوافق (12) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

10 العبارة العاشرة(استمتع عند القيام بأعمال مشتركة اثناء ممارسة النشاط الترويحي):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار احصائيا
العبارة 10	100	96.040	0.000	1	0.05	دال

جدول رقم(37) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة العاشرة في المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (37) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة العاشرة في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (96.040) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها .



رسم بياني رقم (29) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة العاشرة لمحور التعاون.

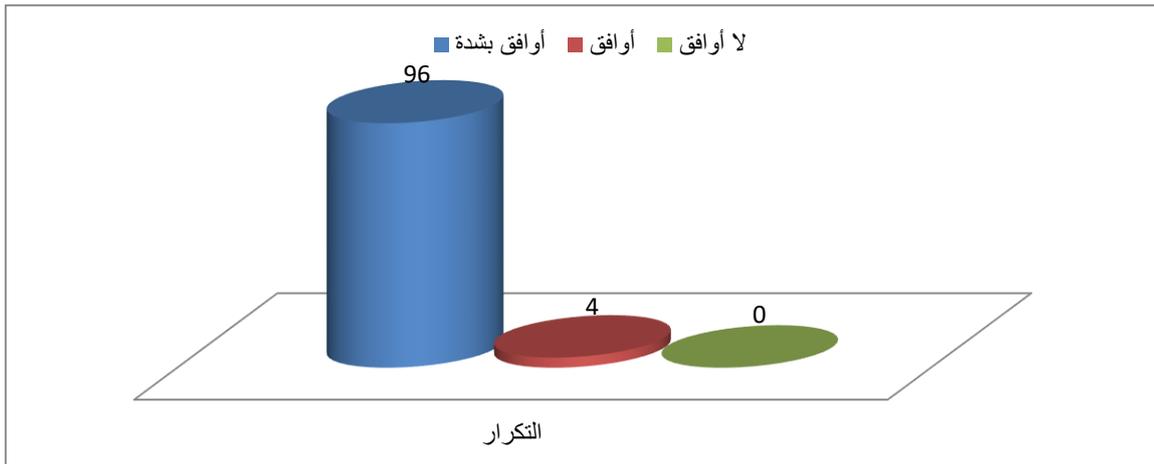
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (29) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (99)، في حين بلغ تكرار اوافق (01) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

11 العبارة الحادي عشر (اثق في مجموعتي اثناء ممارسة للنشاط الرياضي الترويجي):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 11	100	84.640	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (38) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الحادي عشر في المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم (38) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الحادي عشر في المحور الثاني نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (84.640) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (30) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الحادي عشر لمحور التعاون/العمل الجماعي.

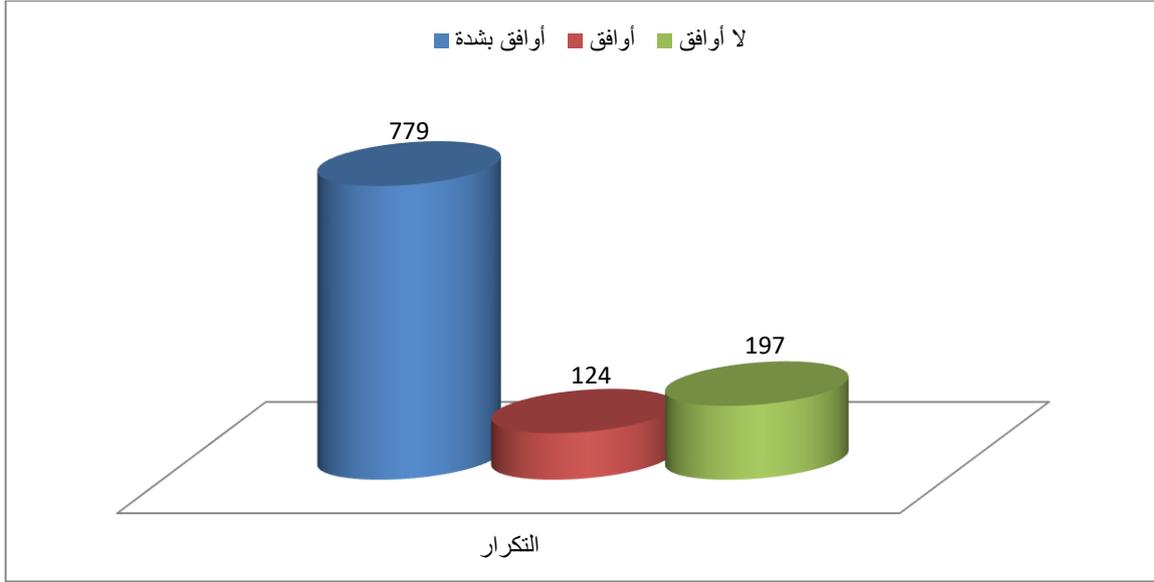
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (30) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (96)، في حين بلغ تكرار اوافق (04) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

4.5. المحور الثالث(مهارة صنع القرار) :

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
المحور الثاني	100	702.798	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(39) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للمحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (39) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للمحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (702.798) عند درجة الحرية التي بلغت(2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت(0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها.



رسم بياني رقم (31) يبين تكرارات ردود العينة لمحور مهارة صنع القرار.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (31) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (779)، في حين بلغ تكرار اوافق (124) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (197).

1.4.5. تحليل نتائج عبارات المحور الثالث (مهارة صنع القرار) :

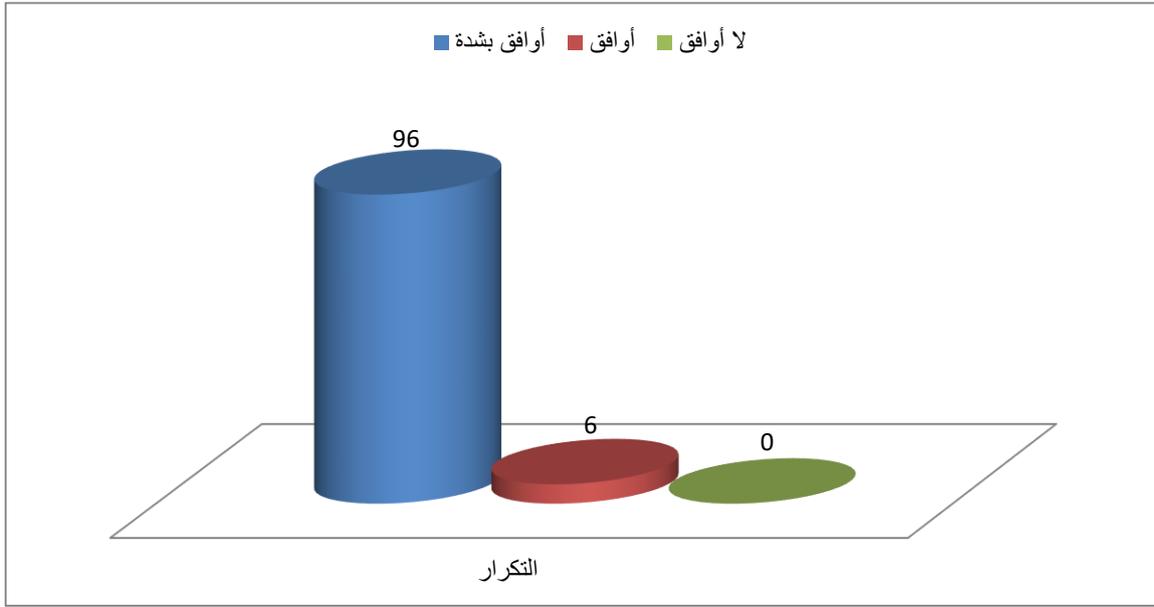
1. العبارة الاولى (أجمع المعلومات التي تساعدني في اتخاذ قراري):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 01	100	77.440	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(40) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الاولى في

المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (40) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الاولى في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (77.440) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (32) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الاولى لمحور صنع القرار.

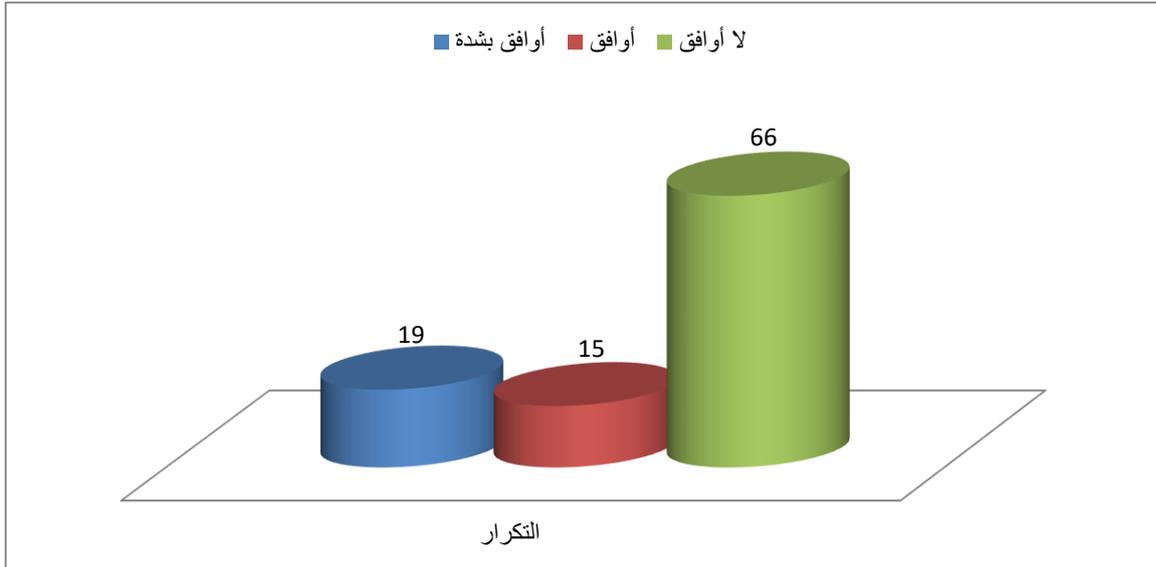
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (32) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (96)، في حين بلغ تكرار اوافق (06) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

2. العبارة الثانية (أشعر بنوع من القلق عند اتخاذ القرارات أثناء اللعب):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 02	100	48.260	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(41) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثانية في المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (41) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثانية في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (48.260) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (33) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثانية لمحور صنع القرار.

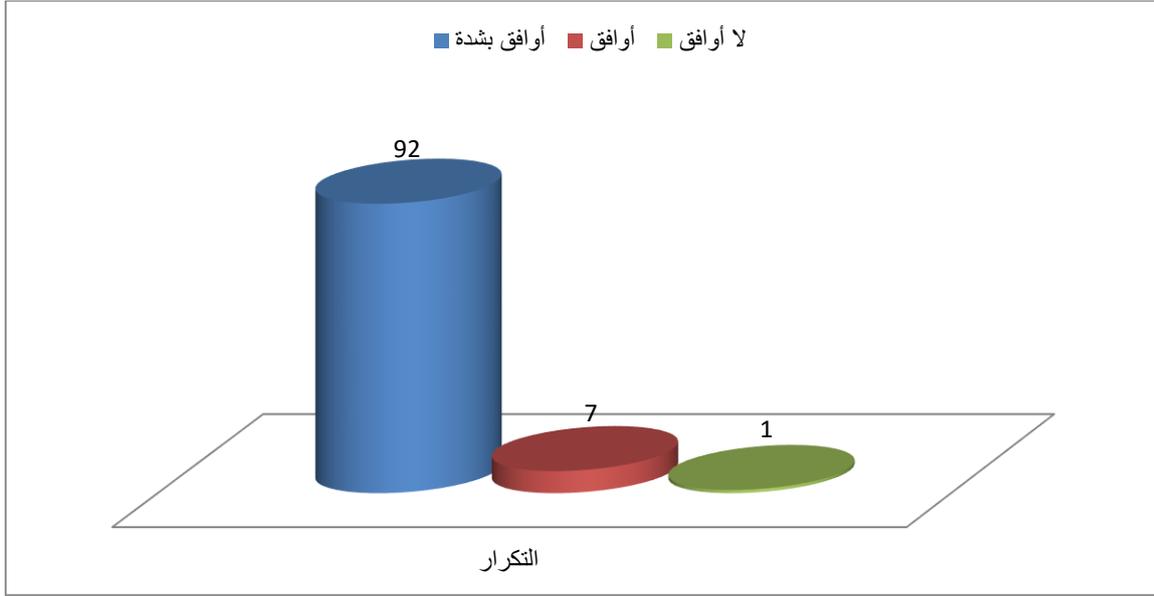
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (33) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (19)، في حين بلغ تكرار اوافق (15) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (66).

3. العبارة الثالثة (استطيع وضع كل بديل في الاعتبار):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 03	100	155.420	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(42) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثالثة في المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (42) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثالثة في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (155.420) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (34) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثالثة لمحور صنع القرار.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (34) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (92)، في حين بلغ تكرار اوافق (07) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (01).

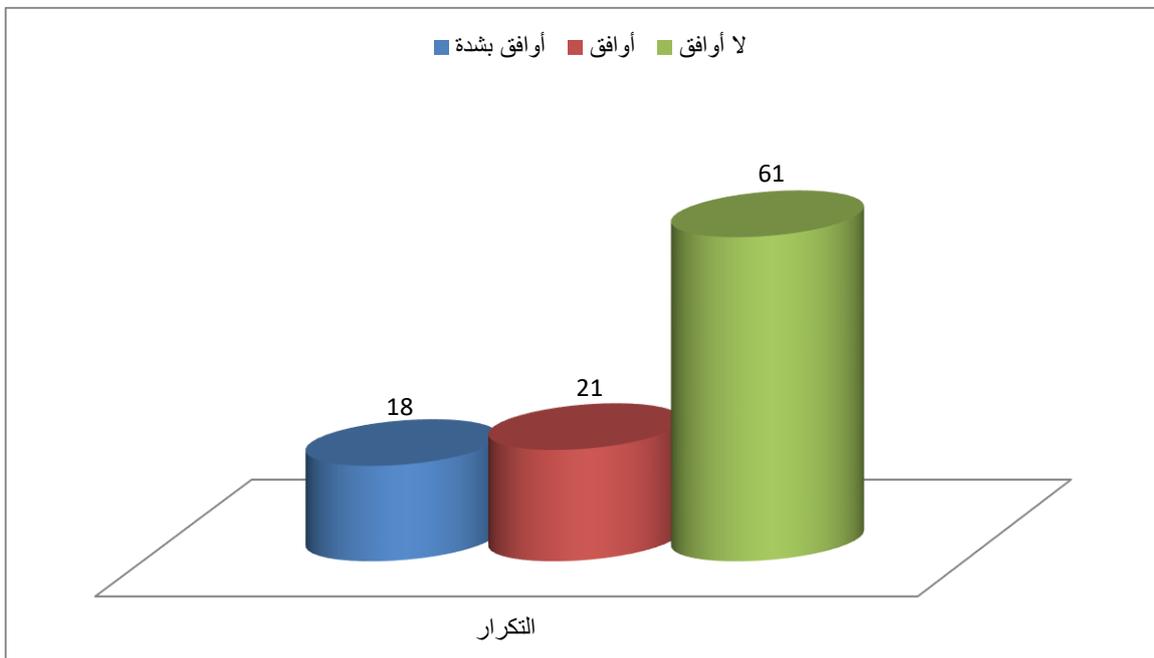
4. العبارة الرابعة (أياس في حالة فشل البديل الأول):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار احصائيا
العبارة 04	100	34.580	0.000	2	0.05	دال

جدول رقم(43) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الرابعة في

المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (43) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الرابعة في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (34.580) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (35) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الرابعة لمحور صنع القرار . نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (35) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (18)، في حين بلغ تكرار اوافق (21) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (61).

5. العبارة الخامسة (استطيع ان اصدر حكما على القرار الذي تم اتخاذه):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 05	100	110.420	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(44) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الخامسة في المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (44) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الخامسة في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (110.420) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (36) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الخامسة لمحور صنع القرار.

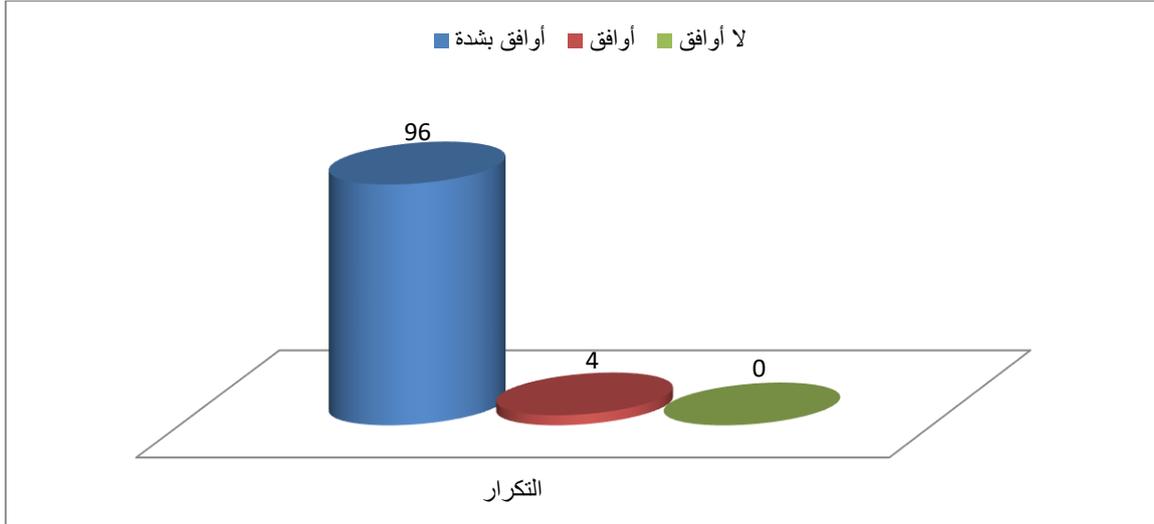
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (36) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (82)، في حين بلغ تكرار اوافق (17) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (01).

6العبارة السادسة (استطيع مراقبة و متابعة القرار الذي تم اتخاذه و تنفيذه):

اتخاذ القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	مستوى المعنوية Sig	كا تربيع K ²	حجم العينة	
دال احصائيا	0.05	1	0.000	84.640	100	العبارة 06

جدول رقم(45) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السادسة في المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (45) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السادسة في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (84.640) عند درجة الحرية التي بلغت(1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت(0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها .



رسم بياني رقم (37) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السادسة لمحور صنع القرار

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (37) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (96)، في حين بلغ تكرار اوافق (04) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

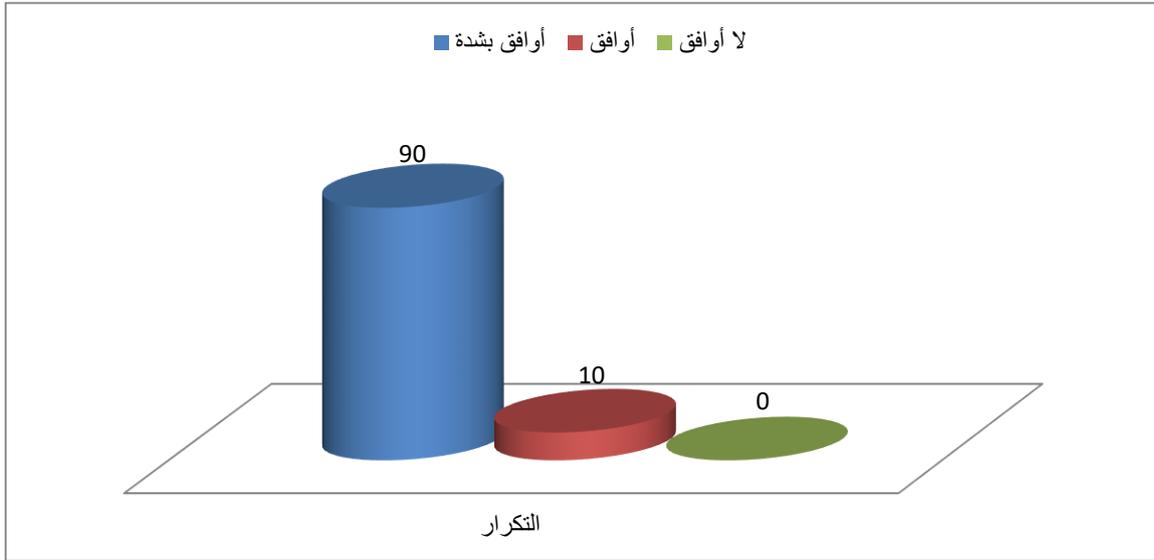
7 العبارة السابعة (استطيع اتخاذ القرار بالرغم من نقص المعطيات):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 07	100	64.000	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم(46) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة السابعة في

المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (46) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كما تربيع للعبارة السابعة في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (64.000) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (38) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة السابعة لمحور صنع القرار.

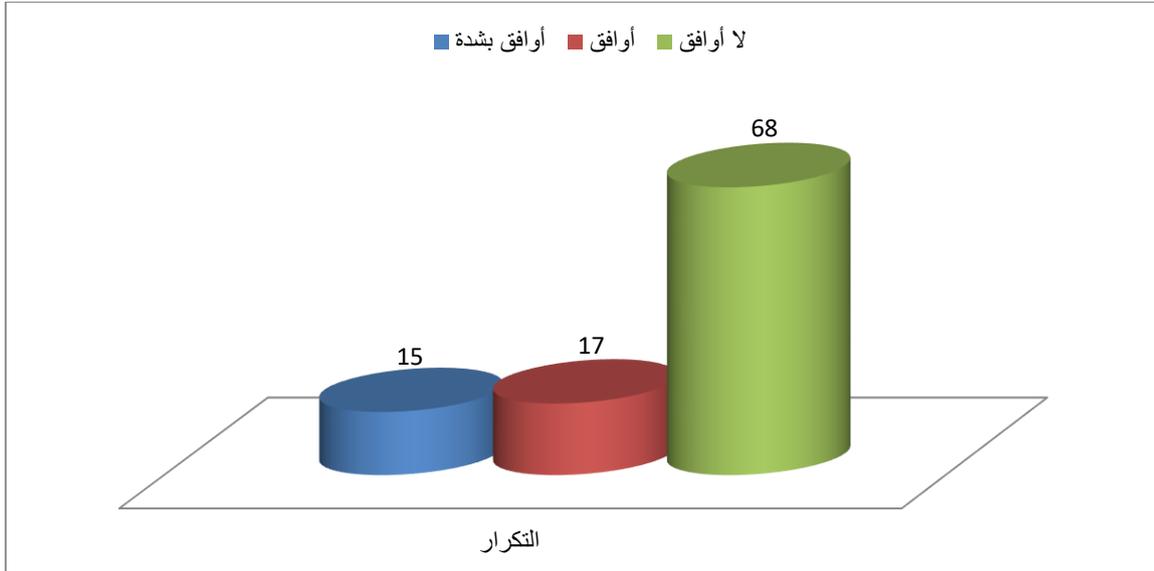
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (38) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (90)، في حين بلغ تكرار اوافق (10) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

8 العبارة الثامنة (اتسرع في اتخاذ قراري):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 08	100	54.140	0.000	2	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (47) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثامنة في المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (47) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الثامنة في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (54.140) عند درجة الحرية التي بلغت (2) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (39) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الثامنة لمحور صنع القرار.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (39) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (15)، في حين بلغ تكرار اوافق (17) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (68).

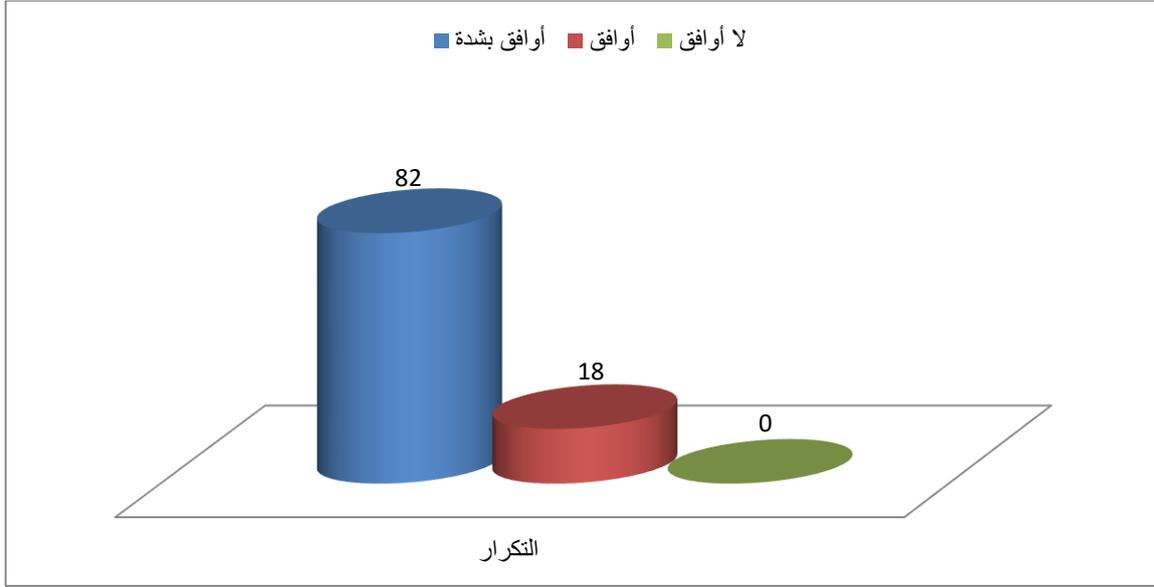
9. العبارة التاسعة (مستعد لتحمل المسؤولية الفشل اذا اتخذت قرارا خاطئاً):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 09	100	40.960	0.000	1	0.05	دال احصائياً

جدول رقم(48) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة التاسعة في

المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (48) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة التاسعة في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (40.960) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها.



رسم بياني رقم (40) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة التاسعة لمحور صنع القرار. نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (40) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (82)، في حين بلغ تكرار اوافق (18) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

10. العبارة العاشرة (اوظف كل المعلومات التي احصل عليها للوصول للحل

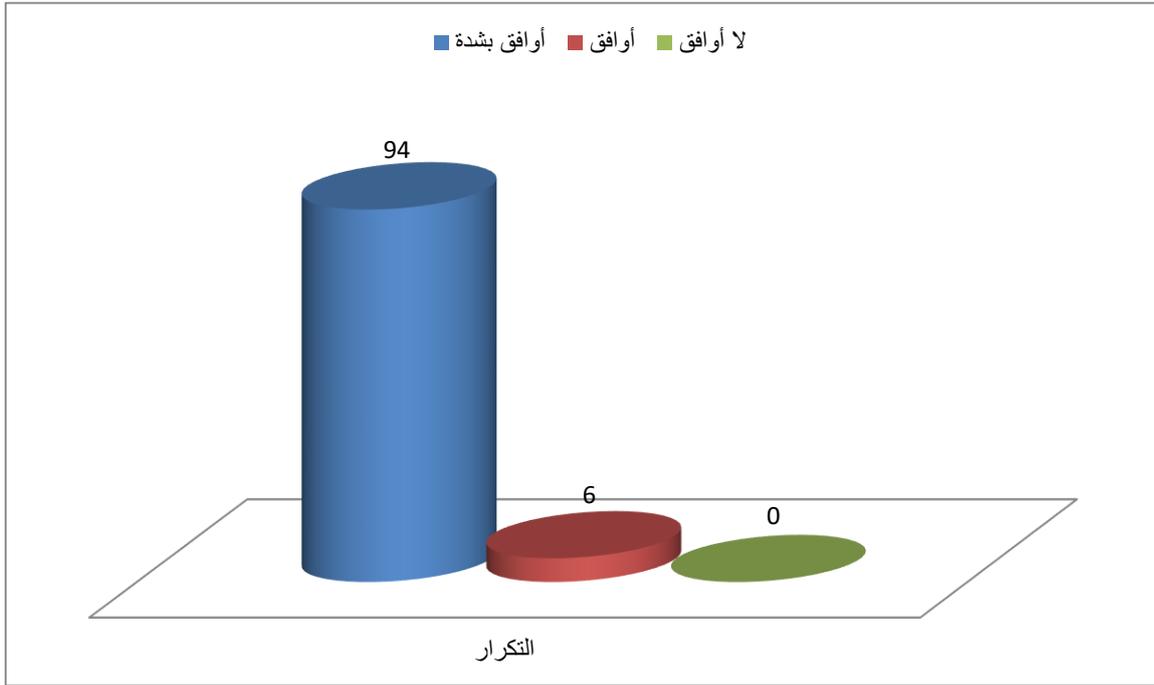
الأفضل):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 10	100	77.440	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (49) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة العاشرة في

المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (49) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة العاشرة في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (77.440) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (41) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة العاشرة لمحور صنع القرار.

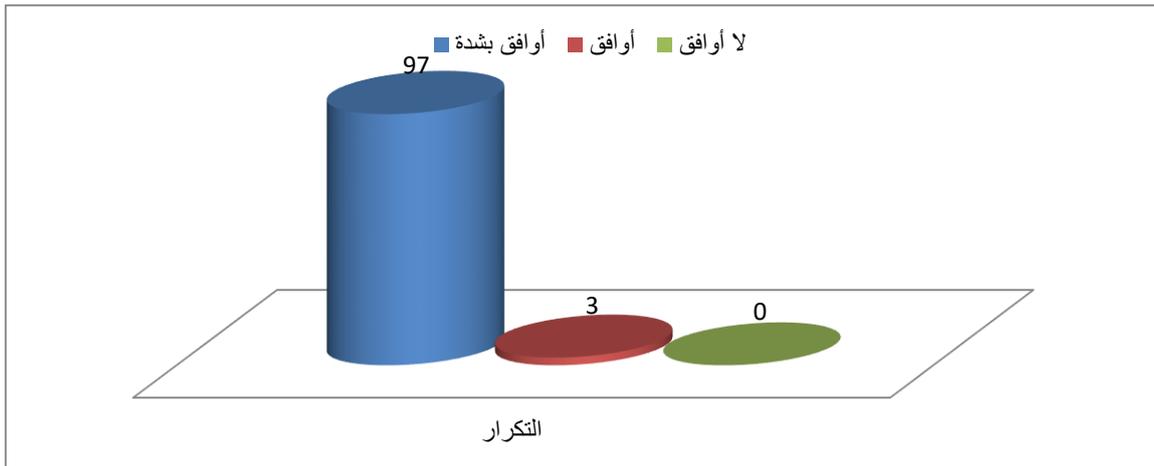
نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (41) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (94)، في حين بلغ تكرار اوافق (06) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

11 العبارة الحادي عشر (استطيع بسهولة تركيز انتباهي على ما سوف اقوم به قبل اتخاذ القرار):

المتغيرات	حجم العينة	كا تربيع K^2	مستوى المعنوية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة	اتخاذ القرار
العبارة 11	100	88.360	0.000	1	0.05	دال احصائيا

جدول رقم (50) يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الحادي عشر في المحور الثالث.

من خلال الجدول رقم (50) الذي يبين نتيجة اختبار حسن المطابقة كا تربيع للعبارة الحادي عشر في المحور الثالث نلاحظ ان قيمة كا تربيع بلغت (88.360) عند درجة الحرية التي بلغت (1) ، وهي قيمة دالة احصائية اذا ما لوحظت قيمة Sig و التي بلغت (0.000) مما يؤكد وجود فروق معنوية بين اجابات العينة و تكراراتها



رسم بياني رقم (42) يبين تكرارات ردود العينة للعبارة الحادي عشر لمحور صنع القرار.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم (42) الذي يبين تكرارات اجابات العينة اذ بلغ تكرار اوافق بشدة (97)، في حين بلغ تكرار اوافق (03) اما الاجابات على البعد لا اوافق كانت (00).

6. مقابلة النتائج بالفرضيات:

1.6. مناقشة الفرضية الجزئية الاولى : القائلة للنشاط الرياضي الترويحي دور في

تنمية مهارة الإتصال و التواصل لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية .

من خلال الجداول التالية (14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26) نجد ان عبارات المحور الأول الخاصة بالاتصال و التواصل و التي اجاب عليها الاساتذة قد تحققت معنويا ، فالعبارة الأولى كانت الاجابات على أنه هناك اصغاء لتعليمات القائد الترويحي ، والعبارة الثالثة و الرابعة تدل الاجابات على أن الأساتذة يتواصلون مع غيرهم في النشاط الترويحي بشكل واثق و يتقبلون آراء الآخرين بانفتاح ، و العبارة الخامسة و السادسة دلت اغلب الاجابات أن الأساتذة يتفاوضون مع الآخرين لإقناعهم بوجهة النظر دون فرضها عليهم حتى و لو كانوا غرباء في حين كانت الاجابات على العبارة الثامنة دالة على أن العينة ليس من الصعب عليها أن تطلب المساعدة من المجموعة عند الحاجة ، و العبارة العاشرة نجد أن الأساتذة يحبون الإصغاء للآخرين عند تحدثهم و هذا يبني بينهم علاقات طيبة و هو ما نجده في العبارة الحادي عشر . وهذا التفسير يتماشى مع ما جاء به زكي محمد الذي يرى ان أعضاء فرق الأنشطة الجماعية تتصل اتصالا حركيا ، و فكريا و انفعاليا خال المباراة ، بينما يتصل اعضاء فرق الأنشطة الفردية اتصالا فكريا و انفعاليا فقط ، حيث يقوم كل لاعب بأداء مهامه الحركية منفردا دون اتصال حركي بزملائه أعضاء الفريق (زكي محمد، 2010، صفحة 177).

و بهذا تكون الفرضية قد تحققت بفعل النتائج المقدمة و بهذا نستنتج أن للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية مهارة الإتصال و التواصل لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية.

2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية : القائلة للنشاط الرياضي الترويحي دور في

تنمية مهارة التعاون/العمل الجماعي لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية

من خلال الجداول التالية (27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38) التي تعالج نتائج محور مهارة التعاون/العمل الجماعي لإجابات الأساتذة ، حيث تبين أنه توجد دلالة معنوية بالنسبة للفرضية الثانية حيث اثبتت الاجابات عن العبارة الأولى أن الأساتذة يقدمون مصلحة الجماعة عن مصلحتهم الفردية و هذا دليل أن الأستاذ يهتم بمصلحة الجماعة ، ونجد في العبارة الثالثة و الرابعة أن الاستاذ يبادر في تقديم العون للآخرين و يتحلى بروح الانتماء للجماعة ، و في العبارة الخامسة و الثامنة كانت الاجابات دالة على أن الاستاذ يحب الاندماج أثناء القيام بالأعمال المشتركة و الجماعية كما يتحمل معهم الضغط أثناء العمل أو النشاط الترويحي و في العبارة العاشرة نجد أن الأستاذ يستمتع عند القيام بالأعمال المشتركة اثناء ممارسة النشاط الترويحي. و عليه تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة عصام الهلالي 1995 و التي اوضحت النتائج أن اتجاهات الرياضيين نحو التعاون و العمل الجماعي تفوق اتجاهات غير الرياضيين ، كما ان رياضيي الأنشطة الجماعية لديهم اتجاهات ايجابية نحو التعاون و العمل الجماعي أكثر من رياضيي النشطة الفردية (عصام عبد الوهاب، 1995)

مما يدل أن النشاط الرياضي الترويحي له دور في تنمية مهارة التعاون و روح الجماعة عند أساتذة التربية البدنية و الرياضية ، وبهذا تكون الفرضية الثانية قد تحققت بفعل النتائج المقدمة لذلك.

3.6. مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة: القائلة للنشاط الرياضي الترويحي دور في

تنمية مهارة صنع القرار لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية.

من خلال الجداول التالية (39، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48، 49، 50) فإن كا تربيع عبارات الجدول تمثل المحور الثالث و التي اجاب عليها الأساتذة قد تحققت معنويا ، حيث أنه في العبارة الأولى و العاشرة نجد ان الاستاذ يجمع المعلومات التي تساعده في اتخاذ القرار و ذلك قصد توظيفها لاتخاذ القرار ،و في السؤال الثاني و الرابع نجد ان الأساتذة أجابوا بأنهم لا يشعرون بالقلق عند اتخاذ القرارات و عدم اليأس في حالة فشلها بل يواصلون في صنع القرارات لإيجاد الحلول المناسبة اثناء النشاط الرياضي الترويحي أو غيره، و في العبارة الثالثة كانت الإجابات أن الاستاذ يستطيع وضع كل بديل في الاعتبار ، و في العبارة السادسة و السابعة يستطيع الاستاذ مراقبة و متابعة القرارات التي تم اتخاذها و لو كانت المعطيات ناقصة ما يدل على قدرته على ذلك و في العبارة التاسعة نجد أن الأساتذة مستعدون لتحمل مسؤولية فشلهم اذا اتخذوا قرارا خاطئا و تعويضه بقرار أحسن منه لصالح الجماعة .

و من هنا نجد أن النشاط الرياضي الترويحي يساهم بشكل كبير في صقل و تنمية مهارة صنع القرار عند الاستاذ و بالتالي مساعدته في حياته العملية داخل المؤسسات التربوية و خارجها ،و هذا ما ذكره السوطري 2007 أن المهارات الحياتية (مهارات اتخاذ القرار و حل المشكلات) جاءت الى درجة كبيرة من الاهمية ' و يضيف بوفلجة أن اهمية ممارسة النشاط الرياضي في هذه المرحلة هو الاحترام و كيفية اتخاذ

القرارات الاجتماعية ، و بذلك مساعدة الفرد على التكيف مع الجماعة (بوفلجة، 1983) و بهذا تكون الفرضية قد تحققت بفعل النتائج المقدمة لذلك ، و من هنا نستنتج أن النشاط الرياضي الترويحي يساهم في تنمية مهارة صنع القرار لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية.

4.6. مناقشة الفرضية العامة:

بعد عرض نتائج الفرضيات و تحليلها و مناقشتها ، اتضح لنا أن هناك علاقة بين النشاط الرياضي الترويحي و المهارات الحياتية التي درسناها الا و هي الاتصال و التواصل ، التعاون و صنع القرار .

النشاط الرياضي الترويحي يعتبر من أهم الفضاءات الترويحية لأغلب الأشخاص عموما و الاساتذة خصوصا ففيها يبتعد عن مشاكل و مشاغل الحياة و يهتم ببناء و تنمية صفاته البدنية و الاجتماعية ، ففي النشاط الرياضي الترويحي يقوم بالتواصل مع زملائه لينمي قدراته و يعزز صداقاته و يحسن من مهارة العمل الجماعي في الأنشطة الجماعية خصوصا و التي تعزز مهارة التعاون و التضافر ، و هنا تظهر مهارته في صنع القرار التي يحتاجها في اغلب الأوقات لأنه قائد في عمله كأستاذ ، لذا لا بد له من تحسينها و تطويرها .

و في الاخير قد تحققت الفرضيات و يمكن القول بأن غايتنا في ذلك هي ابراز دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية المهارات الحياتية لأساتذة التربية البدنية و الرياضية .

7. الاستنتاجات:

- بعد اتمامنا للدراسة و المعالجة الإحصائية باستخدام الحزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية للعلوم الاجتماعية "Spss" خلصنا الى نتائج هامة نذكر منها :
- ✓ النشاط الرياضي الترويحي ينمي مهارة الاتصال و التواصل لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية .
 - ✓ النشاط الرياضي الترويحي يقوي مهارة التواصل بين اساتذة التربية البدنية و الرياضية الممارسين و يتمثل هذا في روح الاخوة و طلاقة اللسان و حسن الاصغاء بين الزملاء .
 - ✓ النشاط الرياضي الترويحي يحسن من مهارة التعاون لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية .
 - ✓ النشاط الرياضي الترويحي يخلق روح التعاون لدى الاساتذة و ينمي روح الجماعة لأنها أساس المؤسسات التعليمية التي تعد من أهم مكونات المجتمع .
 - ✓ -للنشاط الرياضي الترويحي دور هام في تنمية مهارة صنع القرار لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية .

8. التوصيات :

- ✓ ضرورة تشجيع الاساتذة على ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية خارج اوقات العمل.
- ✓ اثاره دافعية الاساتذة و العمال لممارسة الانشطة الترويحية الجماعية لتنمية روح الجماعة .
- ✓ اعطاء اهمية كبيرة للأنشطة الرياضية الترويحية و تعميمها على الاساتذة.
- ✓ العناية بالمنشطين الترويحيين و توفير لهم الوسائل التي يحتاجونها .
- ✓ التأطير الجيد للقادة الترويحيين و ذلك بإعطائهم تكويننا شاملا .
- ✓ نشر الوعي لأهمية ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية بالنسبة للأساتذة خاصة في اوقات الفراغ.
- ✓ تفعيل الرياضة و العمل و اعطائها اهمية كبيرة.
- ✓ اجراء دراسات مماثلة في أطوار و مؤسسات ومجالات اخرى من اجل معرفة الاثر الذي تلعبه الانشطة الرياضية الترويحية.

الخاتمة النهائية:

في ختام هذه الدراسة و التي كان الهدف منها معرفة دور النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى اساتذة التربية البدنية ، و هذا ما اثبتته نتائج الدراسة التي قمنا بها ، حيث ان النشاط الرياضي الترويحي يعتبر امرا ضروريا للحفاظ على الصحة العامة و الرفاهية النفسية و يعزز الصحة العقلية للمساهمة في الاعداد للمستقبل و صناعة الاجيال وكذا يمكن ان يكون فرصة للتواصل الاجتماعي و الاسترخاء لذلك يجب ان يكون جزءا من نمط حياة صحي للأفراد و بالتالي التأثير بشكل ايجابي على مردودهم الوظيفي و الاجتماعي .

و من هذا تعتبر ممارسة النشاط الرياضي الترويحي تنمي المهارات الموجبة لدى الافراد مثل الاتصال و التواصل و بالتالي يستطيع الاستاذ الاندماج مع زملائه داخل وسطه التربوي و يقوي روح المجموعة و بالتالي ينشط العمل الجماعي ، كما نجد مهارة صنع القرار التي لا بد للأستاذ أن يتصف بها لأنها من اهم العناصر التي تؤثر في النجاح و التقدم في الحياة الشخصية و المهنية ، كما يجب عليه أن يكون مستعدا للتعلم و التحسين باستمرار لاتخاذ قرارات افضل في المستقبل.

كما يجب أن تعمم هذه الانشطة الرياضية الترويحية على أغلب عمال القطاعات العامة و الخاصة و ذلك بنشر التوعية الرياضية و استغلال أوقات الفراغ في ممارسة الانشطة الترويحية للرفع من اللياقة البدنية و الفكرية و تنمية المهارات الحياتية الاساسية للرفع من المردود الوظيفي و بالتالي التحسين من الانتاج و رفع الاقتصاد الوطني و الازدهار به .

قائمة المصادر

و

المراجع

قائمة المصادر و المراجع :

المراجع باللغة العربية :

- إبراهيم بن عبد العزيز الدعيلج. (2011). الإتصال والوسائل والتقنيات التعليمية. الاردن، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- ابراهيم رحمة. (1998). *تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي*. القاهرة.
- ابو حماد، و ابراهيم ناصر الدين. (2017). *المهارات الحياتية الشخصية*. عمان: دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة.
- احسان خليل الآغا، و حسن محمود. (1999). *تصميم البحث التربوي (النظرية و التطبيق)*. غزة: مطبعة الرنتيسي.
- احمد بركات لطفي. (1984). *الرعاية التربوية للمعاقين عقليا*. الرياض: دار المريخ.
- احمد عطاالله. (2020). *اسس و مناهج البحث في علوم و تقنيات الانشطة البدنية و الرياضية*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- احمد علي خير الدين عويس. (1997). *دليل البحث العلمي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- أحمد فوزي الصاري. (بلا تاريخ). *العلاقة بين ممارسة العمل مع الجماعات*. حلوان ، جامعة حلوان.
- أحمد محمد الطيب. (2007). *الاحصاء في التربية و علم النفس*. مصر: المكتب الجامعي الحديث.
- اسامة كامل راتب. (1992). *التربية الحركية للطفل*. القاهرة.

- أكرم زكي خطابية. (1997). *المناهج المعاصرة في التربية الرياضية*. عمان: دار الفكر للنشر و التوزيع.
- أكرم زكي خطابية. (1997). *مناهج المعاصرة في التربية الرياضية ط1*. دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع.
- الجددي، و مروة عدنان. (2012). *اثر توظيف بعض استراتيجيات التعلم النشط في تدريس العلوم على تنمية المهارات الحياتية*. غزة: جامعة الازهر. مصر. *الترويح بين النظرية و التطبيق*. (1998). م، الحماحمي دار : القاهرة. *اصول الترويح و أوقات الفراغ*. (1990). ك، درويش & ا، الخولي. الفكر العربي.
- الزغلول رافع النصير، و عماد عبد الرحيم الزغلول . (2004). *علم النفس المعرفي*. القاهرة: عالم النشر و التوزيع.
- السميع. (2005).
- الهاللي عصام عبد الوهاب. (1995). *العوامل النفسية و البدنية و الاجتماعية المرتبطة بالمكانة الاجتماعية في الجماعات الرياضية . حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين، مصر: جامعة حلوان*.
- أمين انور الخولي ، و آخرون. (1998). *التربية الرياضية المدرسية ط4*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- أمين انور الخولي. (2002). *أصول التربية البدنية و الرياضية ط2*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- أمين انور الخولي. (2002). *أصول التربية البدنية و الرياضية ط2*. القاهرة: دار الفكر العربي.

أمين انور الخولي، و آخرون. (1994). *التربية الرياضية المدرسية*. القاهرة: دار الفكر العربي.

أمين أنور الخولي، و جمال الدين الشافعي. (2005). *مناهج التربية البدنية المعاصرة*. ط2.

حصة التربية البدنية و الرياضية و (2016-2017). ا. فقاوي & .خ ب. ايوب قسم .مدى مساهمتها في توجيه تلاميذ الطور المتوسط نحو ممارسة الأنشطة جامعة محمد الصديق :جيجل ,علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية .بن يحيى

دراسة في تدعيم :الإعاقة في محيط الخدمة الإجتماعية .(2003). ك. بدر الدين .المكتب الجامعي الحديث ,مصر .النسق القيمي لجماعات المعوقين بوفلجة. (1983).

جبرائيل بشارة. (2009). دور التكوين في علم النفس في تنمية المهارات الحياتية عند الطالب الجامعي. جامعة ابو بكر بلقايد ، تلمسان. حزام محمد ضياء القزويني. (1978). *التربية الترويحية*. بغداد: الدائرة العربية للطباعة.

التربية الرياضية و الترويح للمعاقين. (1998). ليلي السيد فرحات & .م. ا. حلمي القاهرة.

حياة تواتي، أحمد عطاء الله، يحيى بشلاغم، و أميرة عباس. (2023). *المهارات Alpha الحياتية و أداة قياسها عمد الطالب الجامعي*. قسنطينة، الجزائر: Doc.

خلف السليمان الرواشدة. (2007). *صناعة القرار المدرسي و الشعور بالامن و الولاء التنظيمي* . الاردن: دار الحامد و دار الراية.

رجاء محمود ابو علام. (2000). *مناهج البحث العلمي في العلوم النفسية و التربوية*. سوريا: دار الفكر.

رجاء وحيد الدويدي. (2000). *البحث العلمي اساسياته النظرية و مماؤسته العلمية*. سوريا: دار الفكر.

سامي ملحم. (2000). *مناهج البحث في التربية و علم النفس*. الاردن: دار المسيرة للنشر.

سمير سعيد الحجازي. (2005). *القاهرة، القاهرة*.

طه عبد الرحيم طه. (2000). *الترويح*. الاسكندرية .

عبد الرحيم سالم حنان. (2014). *فعالية برنامج مقترح في تنمية المهارات الحياتية و عمليات العلم بمادة العلوم*. غزة: الجامعة الاسلامية.

عبد الفتاح العيسوي. (1996). *مناهج البحث العلميني الفكر الاسلامي و الفكر الحديث*. القاهرة: دار الرتب الجامعية.

عبد الكريم. (2007).

عبيدات، وسائدة، و سعاد تيسير. (2010). *المهارات المتوفرة في مخرجات التعليم العالي الاردني بما يتطلبه سوق العمل المحلي* .

عدنان درويش، و آخرون. (1994). *التربية الرياضية المدرسية*. القاهرة: دار الفكر العربي .

عطية محمد خطاب. (2010). *النشاط الترويحي و برامجه*.

علاء الدين كفاقي. (1997). *الصحة النفسية*. القاهرة.

عوض محمود بسيوني. (1992). *نظريات و طرق التدريس*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

عوض محمود بسيوني، و اخرون. (1992). نظريات و طرق التدريس ط2. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

(1990). ا. عصام & ا. خ. عويس

فتحية صبحي اللولو، و سليمان قشطة عوض. (2006). مستوى المهارات الحياتية لدى الطلبة خريجي كلية التربية بالجامعة الاسلامية. غزة.

فضل سلامة. (2006). سيكولوجية اللعب عند الأطفال . عمان: دار اسامة للنشر و التوزيع.

فضيل دليو. (1995). دراسات في المنهجية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية بن عكنون.

ليلى السيد فرحات. (2001). القياس و الاختبار في التربية الرياضية. مصر: الكتاب للنشر.

محمد. (2000).

محمد الحسن. (2008). حقبة الاضطرابات النفسية. القاهرة.

محمد حسن زكي محمد. (2010). الاتصال في المجال الرياضي ط1. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

محمد شفيق. (1998). البحث العلمي الخطوات المنهجية لاعداد البحوث الاجتماعية. مصر: المكتب الجامعي.

محمد شفيق. (1998). البحث العلمي الخطوات المنهجية لاعداد البحوث الاجتماعية. مصر: المكتب الجامعي.

محمد صبحي حسنين. (بلا تاريخ). القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية ط4. 2001: دار الفكر العربي.

محمد عبد السلام تهاني. (2001). دراسات في الترويح. القاهرة.

- محمد عطية خطاب. (1972). اوقات الفراغ و الترويح . القاهرة.
- محمد عطية خطاب. (1990). اوقات الفراغ و الترويح. القاهرة.
- محمد عمر. (1983). البحث العلمي مناهجه و تقنياته. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- محمد محمد الحماحي. (1997). الرياضة للجميع (الفلسفة و التطبيق). مصر.
- محمد نجيب توفيق. (1967). الخدمات العمالية بين التطبيق و التشريع. القاهرة: مكتبة القاهرة الحديثة.
- محمود ابراهيم، و حسن احمد الشافعي. (2003). الادارة الرياضية و عملية اتخاذ القرار في المجال الرياضي. الاسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.
- مصطفى كمال زنكلوجي. (2007). أضواء على مناهج التربية البدنية و الرياضية. الاسكندرية: دار الوفاء للطباعة و النشر.
- نثيبال كانتور. (1972). المعلم ومشكلات التعليم والتعلم ترجمة حسني الفقهي. مصر: دار المعارف.
- نجلاء، و صالح محمد . (2012). مهارات الاتصال في الخدمة الاجتماعية الاسس النظرية و العلمية . عمان: دار الثقافة للنشر و التوزيع.
- نصر الدين زبدي. (2005). سيكولوجية مدرس دراسة وصفية تحليلية. الجزائر، جامعة الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
- نور الدين صغير . (2014-2015). دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية عند الناشئين. الجزائر، جامعة الجزائر 3، الجزائر.
- يونيسيف. (بلا تاريخ). يونيسيف . تم الاسترداد من يونيسيف الشرق الاوسط و شمال افريقيا:

المواقع الالكترونية :

- <https://www.unicef.org/mena/ar/%D9%82%D9%8A%D8%A7%D8%B3-%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%87%D8%A7%D8%B1%D8%A7%D8%AA-%D8%A7%D9%84%D8%AD%D9%8A%D8%A7%D8%AA%D9%8A%D8%A9/%D8%AA%D9%82%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D8%B1>
- prajapati, s. (2017). significance of life skills education. *education research*.

-Touraine. (1996). *Société post-industrielle*.

-Unicef. (s.d.). *Unicef*. Récupéré sur Unicef:

<https://www.unicef.org/mena/ar/%D8%A3%D8%AF%D9%88%D8%A7%D8%AA-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%82%D9%8A%D9%8A%D9%85-%D8%A7%D9%84%D8%AE%D8%A7%D8%B5%D8%A9-%D8%A8%D8%AA%D8%B7%D8%A8%D9%8A%D9%82-%D8%A3%D8%AF%D8%A7%D8%A9-%D8%AA%D8%B9%D9%84%D9%8A%D9%85-%D8%A7%D9%84%D9%85%D>

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

تخصص : النشاط البدني الرياضي الترويحي

استمارة استبائية

تحية طيبة و بعد :

يشرفني أن اضع بين ايديكم هذه الاستمارة و التي تشمل على مجموعة من المهارات الحياتية المختارة لهذه الدراسة و التي تدخل ضمن تحضير شهادة الماستر تخصص النشاط البدني الرياضي الترويحي بعنوان : " الأنشطة الرياضية الترويحية و انعكاسها على بعض المهارات الحياتية من وجهة نظر اساتذة التربية البدنية و الرياضية " .
نرجوا منكم ملاً الاستبيان بوضع علامة (X) في الاقتراح المناسب .

هدف الدراسة :

معرفة فاعلية الأنشطة الترويحية الرياضية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى اساتذة التربية البدنية و الرياضية.

الطالب :

المؤطر :

معاشو توفيق

د. هشام بيطار

الجنس: ذكر أنثى

السن : أقل من 25 سنة

من 25 سنة الى 35 سنة

أكثر من 35 سنة

هل أنت ممارس للنشاط الرياضي الترويحي : نعم لا

ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية تساعدني على :

الرقم	العبارات	أوافق بشدة	أوافق	لا أوافق
	مهارة الاتصال و التواصل :			
01	أحافظ على تركيزي طول فترة الإصغاء لتعليمات القائد			
02	أتجنب اصدار الاحكام المسبقة على الاداء			
03	أتواصل مع الآخرين بشكل واثق			
04	أقبل آراء الآخرين بانفتاح			
05	أفاوض الآخرين لإقناعهم بوجهة نظري حول الأداء الصحيح			
06	أحب التحدث مع الآخرين حتى لو كانوا غرباء			
07	أفهم حاجات الآخرين و استجيب لها ما استطعت			
08	من الصعب علي ان اطلب المساعدة من المجموعة عند الحاجة			
09	أحرص على أن أفهم الشخص الذي أتحدث معه قبل أن أقوم بالرد عليه			
10	أحب الإصغاء الى الآخرين عند تحدثهم و لا اقاطعهم			
11	أبني علاقات طيبة مع زملائي			

			اكتم افكاري و المشاعر عن الآخرين	12
مهارة التعاون/العمل الجماعي :				
			أقدم مصلحة الجماعة على مصلحتي الفردية	13
			أتفاوض مع الآخرين حول مواقف اللعب المختلفة	14
			ابتعد عن المبادرة في تقديم العون للآخرين	15
			أتحلى بروح الانتماء الى الجماعة	16
			اندمج مع الاخرين اثناء القيام بعمل مشترك	17
			احب التواجد مع الاخرين اثناء النشاط الرياضي الترويحي	18
			أعمل فرديا في أغلب الأنشطة الرياضية الترويحية	19
			اتحمل الضغط مع افراد الجماعة	20
			أتجنب القاء اللوم على احد	21
			استمتع عند القيام بأعمال مشتركة اثناء ممارسة النشاط الترويحي	22
			اثق في مجموعتي اثناء ممارسة للنشاط الرياضي الترويحي	23
مهارة صنع القرار :				
			أجمع المعلومات التي تساعدني في اتخاذ قراري	24
			أشعر بنوع من القلق عند اتخاذ القرارات أثناء اللعب	25
			استطيع وضع كل بديل في الاعتبار	26
			أياس في حالة فشل البديل الأول	27
			استطيع ان اصدر حكما على القرار الذي تم اتخاذه	28
			استطيع مراقبة و متابعة القرار الذي تم اتخاذه و تنفيذه	29
			استطيع اتخاذ القرار بالرغم من نقص المعطيات	30
			اتسرع في اتخاذ قراري	31
			مستعد لتحمل المسؤولية الفشل اذا اتخذت قرارا خاطئا	32
			اوضح كل المعلومات التي احصل عليها للوصول للحل الأفضل	33
			استطيع بسهولة تركيز انتباهي على ما سوف اقوم به قبل اتخاذ القرار	34

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

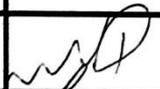
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي الترويحي

- قائمة الاساتذة المحكمين -

الملاحظة	الامضاء	الجامعة	الدرجة العلمية	الاسم و اللقب
		معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم	أستاذة	د. محمد الميخايك
		مستغانم	أستاذ	حريش براهيم
		" "	" "	علاء ك. ك. ك.
		مستغانم	" "	بنت خالد حاج