الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية

تحت عنوان:

النشاط البدني الرياضي الجماعي وانعكاسه على بعض القيم الاجتماعية(التعاون، بناء الجماعة)

دراسة ميدانية بثانوية محمودي ابراهيم ولاية بشار

من إعداد الطلبة:
*/عزيزي العيد

اشراف:
*/ د. بلكبيش قادة

السنة الجامعية : 2015 / 2016

إهـــــداء

اهدي هذا العمل المتواضع إلى من قال فيهما عز وجل ﴿ واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا ﴾ (الآية 24 – سورة الإسراء)

إلى نبع الحنان وسر الوجدان إلى من تعبت من أجل رعايتي

إلى أمي الغالية

إلى من تحدى الصعاب إلى من تعب وشقي في تعليمي حتى وصولي إلى هذا المستوى إلى أبي العزيز.

إلى كل عائلة عزيزي

إلى كل إخوتي وأخواتي .حبوب،مؤنس ، مقاول ، محسادة ، اميج ، زينة ، سناء ،

إلى عمي العزيز و أبناؤه بن لادن ، ابراهيم ، بوجمعة ، عبدالرحمن

إلى كل أصدقائي وأصدقاء الحياة الجامعية

إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا العمل المتواضع و بالأخص نصرالدين داودي وتوفيق جليل و هشام امباركي وبامي أبو بكر الصديق و فيصل امبارك و حمو عربي و مخطار THT إلى عائلة قوسم و إلى بغداد وأمين زغامري و داود شالي وحمد حمادي ابراهيم بومليك و عثمان بن الطاهر و ادريس بلمداني

إلى كل من ذكره قلبي ونسيه قلمي

إلى من يجمعني بها القدر لتشاركني درب حياتي

cesar

تشكرات

نشكر في المقام الأول الأستاذ المؤطر: د.بلكبيش على ما قدمه لنا من نصائح وإرشادات وعلى تواضعه.

إلى كل أساتذة وطلبة قسم التربية البدنية والرياضية

والى كل من ساعدنا من قريب أو بعيد والى كل الأساتذة بالمعهد.

"عزيزي "

ملخص البحث :

عنوان الدراسة :ممارسة الانشطة البدنية والرياضية وانعكاسها على تنمية القيم الاجتماعية

تهدف الدراسة الى ابراز الدور الذي تلعبه الانشطة البدنية والرياضية في تنمية القيم الاجتماعية وبناء الجانب النفسي الاجتماعي العاطفي

الغرض من الدراسة : معرفة مدى تأثير حصة الأنشطة البدنية والرياضية على القيم الاجتماعية وبناء الجماعة بين تلاميذ المرحلة الثانوية .

العينة:تمثلت في تلاميذ الطور الثانوي تم اختيارها بشكل عشوائي نسبتها 49 تلميذ

الأداة المستخدمة :استخدمنا في بحثنا تقنية الاستبيان الذي يتضمن مجموعة من الأسئلة .

أهم استنتاج: أثبتت الدراسة أن الأنشطة البدنية تنمي الجانب الاجتماعي العاطفي وذلك من خلال ظهور العامل التحفيزي نحو التلاميذ والتعلم ، وكذلك ظهور روح الجماعة والتحلي بالروح الرياضية واحترام القانون والغير، وظهور الاندماج الاجتماعي وشعور بالثقة النفس والتحكم في الانفعالات وضبطها و دور الأنشطة البدنية و الرياضية في تنمية روح المسؤولية والتعاون وهذا ما يثبت صحت الفرضيات .

أهم اقتراحات :تشجيع الأستاذ و الإدارة على تعليم وتنمية المهارات الاجتماعية لما لها من تأثير على الجانب الاجتماعي .

Research Summary:

Study Title: the practice of physical activity and sports and its impacts on the development of social values

The studies aims to highlight the role of physical and sports activities in the development of social values and build psychosocial and emotional side

The purpose of the study: determine the effect of the share of physical and sports activities on social values and build a group of high school students.

Sample: was the secondary stage students have been selected at random increase of 49 pupils

The tool used: we used in our questionnaire, which includes a set of questions technique.

The most important conclusion: The study demonstrated that physical activities develop emotional and social side through factor stimulus emergence of some pupils and learning, as well as the emergence of community spirit and show sportsmanship and respect for the law and others, and the emergence of social integration and a sense of confidence self-control of emotions and control and the role of physical activities and sports in develop a spirit of responsibility and cooperation, and this proves true hypotheses.

The most important suggestions: Encourage professor and management education and the development of social skills because of their impact on the social side.

Résumé de la recherche :

Titre de l'étude: la pratique de l'activité physique et sportive et ses impacts sur le développement des valeurs sociales

L'étude vise à mettre en évidence le rôle des activités physiques et sportives dans le développement des valeurs sociales et de construire côté psychosocial et affectif

Le but de l'étude: déterminer l'effet de la part des activités physiques et sportives sur les valeurs sociales et de construire un groupe d'élèves du secondaire.

Exemple: a les étudiants du stade secondaire ont été sélectionnés au hasard augmentation de 49 élèves

L'outil utilisé: nous avons utilisé dans notre questionnaire, qui comprend un ensemble de technique de questions.

La conclusion la plus importante: L'étude a démontré que les activités physiques se développent côté émotionnel et social par facteur stimulant l'émergence de certains élèves et de l'apprentissage, ainsi que l'émergence de l'esprit communautaire et montrent l'esprit sportif et le respect de la loi et d'autres, et l'émergence de l'intégration sociale et un sentiment de confiance en soi-contrôle des émotions et le contrôle et le rôle des activités physiques et sportives en développer un esprit de responsabilité et de coopération, et cela prouve vraies hypothèses.

Les suggestions les plus importantes: Encourager le professeur et l'éducation de la gestion et le développement des compétences sociales en raison de leur impact sur le plan social.

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
1	تشجيع الأسر التلاميذ على ممارسة الرياضة	75
2	الممارسين للأنشطة البدنية في العائلة	76
3	تنمية علاقة التلميذ مع أفراد مجتمعه	78
4	الانعكاس الايجابي للأنشطة البدنية على شخصية التلاميذ	80
5	إقامة دورات رياضية في مجتمع التلاميذ	81
6	رغبة التلاميذ في ممارسة النشاط الرياضي	83
7	معرفة إذ كانت ممارسة النشاط الرياضي مخالف لقوانين المجتمع	84
8	معرفة إذا ما كان التلميذ متعاون أثناء الحصة	87
9	نظرة المجتمع تجاه الممارسين للرياضة	88
10	تجنب التلاميذ للصراعات أثناء الحصة	90
11	معرفة إذا ما كان التنافس مع الآخرين صفات اجتماعية	91
12	مساعدة الأنشطة البدنية على التلاميذ على خلق صداقات جديدة	93
13	معرفة إذا كان التلميذ يتمتع بالروح الرياضية	94
14	معرفة إذ كان التلميذ يتبادل النصائح مع زملائه	96
15	معرفة إذا كانت الأنشطة البدنية تساعد التلميذ على معالجة مشاكله الاجتماعية	98
16	معرفة إذا كانت الأنشطة البدنية تساعد التلميذ على تنمية الصفات الحميدة مع زملائه	99
17	معرفة إذا كان النشاط البدني ينمي القيم في المجتمع	101
18	معرفة إذا كانت الأنشطة البدنية تساهم في خلق العلاقات الاجتماعية بين التلاميذ	103
19	معرفة إذا ما كانت العلاقات الاجتماعية تنمي روح التعاون	104
20	دور الأنشطة البدنية لترسيخ القيم الاجتماعية	106

قائمــة المحتويات:

الرقم	العنـــــــوان	الصفحة
	تشكرات	أ
	الإهـداء	ب
	قائمة المحتويات	ج
	قائمة الجداول	د
	قائمة الأشكال	هـ
	الفصل التمهيدي: مدخل إلــى البحث	
	المقدمة	3
1	الإشكاليــة	8
2	الفرضيــات	9
3	أهداف الدراسـة	10
4	تحديد المصطلحات والمفاهيم	10
	الدراسات السابقـة والمشابهـة	11
	البـــاب الأول	
	الفصـل الأول:النشاط البدنــي والرياضـي	
	تمهيــد	16
1	النشاط البدني والرياضي	17
1.1	تعريف النشاط	17
2.1	تعريف النشاط البدني والرياضي	17
3.1	تقسيمات النشاط البدني والرياضي	18
4.1	خصائص النشاط البدني والرياضي	18

5.1	أهمية النشاط البدني والرياضي	19
6.1	ادوار النشاط البدني والرياضي لدى المراهق	20
7.1	دور أستاذ النشاط البدني والرياضي	21
8.1	دور الأستاذ نحو أوجه النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي	23
1.8.1	دور الأستاذ في النشاط الرياضي الداخلي	23
2.8.1	دور الأستاذ في النشاط الرياضي الخارجي	24
3.8.1	دور الأستاذ في النشاط الترويحي	23
9.1	الأهداف النشاط البدني والرياضي	25
1.9.1	أهداف النشاط البدني والرياضي من الناحية البدنية	25
2.9.1	أهداف النشاط البدني والرياضي من الناحية النفسية والاجتماعية	26
3.9.1	أهداف النشاط البدني والرياضي من الناحية الخلقية	27
10.1	الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في المرحلة الثانوية	27
1.10.1	درس التربية البدنية والرياضية	28
1.1.10.1	تعريفــه	28
2.1.10.1	محتوى درس التربية البدنية والرياضية	28
2.10.1	النشاط الرياضي الداخلي	32
1.2.10.1	تعريفــه	32
3.10.1	مميزات النشاط الخارجي	34
1.3.10.1	أهداف النشاط الخارجي	35
	خلاصــة الفصل	36

الفصل الثاني: القيم الاجتماعية

1	مفهوم القيم	39
2	صور القيم الإجتماعية	40
2.أ	التعاون	40
2.ب	الإحسان	41
2.ج	العفو والتسامح	42
2.د	البر و الإحسان للوالدين	43
3	أساليب تنمية القيم الإجتماعية	44
4	الدور التربوي للقيم الإجتماعية	49
5	تصنيف القيم	51
6	أهمية القيم	57
7	الرياضة قيمة إجتماعية	59
	خلاصــة الفصل	

مقدمة:

تعد القيم والأسس والمعايير والمبادئ، والتي تشكل مجموعة التمثلات الاجتماعية للفرد في المجتمع من الأهداف الرئيسية التي تسعى التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقها، بحكم أن لكل مجتمع إطار من التمثلات الاجتماعية يقوم على أساسه، ويساهم في تشكيل سلوكه، وتوجيه تفكيره، وعلى هذا الأساس أصبحت التربية البدنية والرياضية ظاهرة اجتماعية لها مكانة في جميع المؤسسات وخاصة التعليمية والتربوية، وهذا ما جعلها آلية حقيقية قادرة على خلق ديناميكية وحركية ضمن أفراد المجتمع، فوجودها ضمن المنظومة التربوية ليس من فعل الصدفة، بل هو ناتج عن تفكير علمي ومنطقي يسعى إلى تلبية متطلبات المؤسسات التربوية، من خلال الأهداف والمهام المسطرة والموجهة لتلبية رغبات واحتياجات التلميذ.

فأن للتربية البدنية والرياضية غايات تسعى إلى تحقيقها في المرحلة الثانوية عند التلاميذ المراهقين، والمتمثلة في غرس روح المواطنة الفعالة التي تساهم في نمو الممارسات الاجتماعية والجمالية، والتي تكون مطابقة للقيم والسير الحسن للحياة، بحكم أن فترة المراهقة تعتبر فترة التغيرات، وعلى هذا الأساس «فهذه الشريحة من المجتمع، والتي تتمثل في مجموعة المتعلمين التابعين للمؤسسات التعليمية التربوية، فإنها بحاجة ماسة إلى نسق أو نظام للقيم يعمل بمثابة موجهات لسلوكها وطاقاتها، ودوافع نشاطها، وكذالك هي في حاجة إلى تنظيم اجتماعي تحتاج فيه أيضا إلى نسق للقيم يتضمن أهدافه ومثله العليا، والتي تكون

قاعدة في تكوين حياة المراهق ونشاطاته وعلاقاته مع الآخرين» ، خاصة وأننا اليوم نواجه موجة من التغيرات التي تساهم بشكل مباشر في القضاء على قيم الفرد ومزجها ضمن قيمة واحدة، ألا وهي القيم الاجتماعية ، ومن أبرز هذه التغيرات ظاهرة العولمة الاجتماعية التي تشكل تهديدا لقيم المراهق بشكل خاص و قيم المجتمع الجزائري بشكل عام، باعتباره جزء من المجتمع العربي والإسلامي.

هذا لأن القيم تشكل جملة من العناصر المتحركة ذات المنحنى المتجدد من ذاته والمندفع اتجاه التوالد والإضافة. بما يسمح بتشكيل أساليب الحياة وطرق التفكير والتعامل، إلا أن هذه العوامل التي تساعد على الانتقال إلى الحضارة، والسير في ركبها يلغيان كثيرا من السمات الاجتماعية للفرد، والذي بطبيعة الحال نجده متأثرا بالعولمة الاجتماعية ، ومنخرطا بذلك في السياق الحضاري الواحد.

ففي الوقت الذي تنسج العولمة شباكها، من أجل الإيقاع بالأفراد الذين يستهويهم البديل الذي تقدمه من خلال الخدمات المتنوعة والمتعددة، من خلال شبكات الإنترنت والفضائيات، والتي بدورها تساعد على توفير الجهد، واختصار الزمن، ففي خضم هذا الوقت كله، نجد أفراد المجتمع ينصرفون نحو المكاسب والماديات، وتحقيق الأفضل، ، وعلى عكس ذلك كله، ففي هذا الوقت يتوجب على الفرد الجزائري خاصة والعربي عامة، ممارسة حياة حقيقية تنبض بالصدق وتقوم على تمثلات اجتماعية قوية، تمثل مجموعة القيم الأصلية

للمجتمع العربي، والتي جاء بها الدين الإسلامي، لأن هذه التمثلات تلعب دورا أساسيا في صياغة أشكال التفاعل بين البشر، والتمسك بالهوية الاجتماعية الأصلية.

ولذلك تعتبر المؤسسات التربوية التعليمية مسؤولة عن دعم القيم الإيجابية، وتوفير الخبرات اللازمة للتلميذ المراهق، بالإضافة إلى حمايته من التيارات الفكرية المعادية أو الهدّامة للهوية الاجتماعية، وهذا من خلال مادة التربية البدنية والرياضية، والتي تعتبر واحدة من المواد التي يتضمنها المنهاج الدراسي لهذه المؤسسات التربوية التعليمية.

1- **الإشكالية:**

تعتبر الجماعة جزآ من نسيج هذا المجتمع، أي أنها الصورة المصغرة للمجتمع الكبير الذي بدوره يضم عدة مراحل عمرية من بينها: المراهقة التي يتعرض فيها الفرد إلى مشاكل نفسية قد تتطور إلى تغيرات و اضطرابات التي تنعكس على سلوكاته النفسية الاجتماعية. فالجنب الاجتماعي يلعب دورا كبيرا في تنمية القيم الاجتماعية للمراهق، و بناء الجماعات بين الأفراد، حيث يمكن زيادة علاقات الأخوة و الاحترام و التعاون و كيفية اتخاذ القرارات الجماعية. و قد حظي المجال الاجتماعي الرياضي بعدة دراسات من طرف مختصين أجانب في عدة موضوعات من بينها دراسة التدرج الاجتماعي الرياضي ل "*كنزلي دافيز*" و "*روبرت* مور" و دراسة الحراك الاجتماعي في الرياضة ل "*بيتريم سوروكن*"[1].

و قد أظهرت نتائج بعض الدراسات لـ " *اسينج' سنة* ***1970*** *على (18) فريق لكرة القدم بألمانيا على أن استقرار الجماعة يؤدي إلى زيادة تماسكها*"[2]. و تعتبر ت.ب.ر بقواعدها السليمة و بألوانها المتعددة ميدانا من ميادين التربية العامة و عاملا من عوامل إعداد الفرد بدنيا و تربويا و اجتماعيا، فيها يعرف كيف يختار الجمعة و كيف يواجه ضغطها و بها يعرف متى يساير أو يقاوم أو يستقل عن الجماعة. لذى، فطلاب المدرسة الثانوية أكبر حاجة من أي مرحلة تعليمية إلى نوع خاص من العلاقات الاجتماعية التي تحقق رغباتهم و في نفس الوقت تحقق احتياجاتهم.

و على هذا السياق و بعد عرض هذه المتغيرات، يتبادر في أذهاننا التساؤلات التالية:

1-1-الإشكالية العامة :

هل لممارسة الأنشطة الريضية والبدنية انعكاس على تنمية القيم الاجتماعية لدى ثلاميد الطور الثانوي؟

1-2الاشكالية الجزئية:

- هل لممارسة الانشطة البدنية والرياضية دور في تنمية القيم الاجتماعية و بناء الجماعة في المرحلة الثانوية؟
- هل للانشطة البدنية والرياضية دور في تنمية روح التعاون بين التلاميذ ؟

2- الفرضيات :

على غرار بعض البحوث السابقة التي لها علاقة بالجانب الاجتماعي و التربوي و تماشيا مع ما صُغناه في الإشكالية، يمكن وضع الفرضيات التالية:

2-1-الفرضية العامة:

فعالية الانشطة البدنية والرياضية تؤدي الى تنمية القيم الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية.

2-2-الفرضيات الجزئية:

- الانشطة البدنية والرياضية لها دور فعال و كبير في تنمية القيم الاجتماعية و بناء الجماعة بين تلاميذ المرحلة الثانوية.
- الانشطة البدنية والرياضية لها دور كبير في تنمية روح التعاون بين التلاميذ.

3-أهداف البحث:

معرفة مدى تأثير مادة الانشطة البدنية والرياضية على القيم الاجتماعية و بناء الجماعة بين تلاميذ المرحلة الثانوية.

- الكشف عن دور الانشطة البدنية والرياضية في تنمية روح التعاون بين تلاميذ المرحلة الثانوية.

4-مصطلحات البحث:

4-1- ت.ب.ر:

هي مظهر من مظاهر التربية، تعمل على تحقيق أغراضها عن طريق النشاط الحركي المختار الذي يستخدم بهدف خلق المواطن الصالح الذي يتمتع بالنمو الشامل المتزن من

4-2-القيم الاجتماعية:

عرف كاظم 2002 القيم الاجتماعية بأنها اهتمام الفرد وميله إلى غبره من الأفراد فهو يميل إلى مساعدتهم ويجد في ذلك إشباعا له ،وهو ينظر إلى الآخرين على أنها غايات وليس وسائل ، ويتميز الفرد بقدرته على البذل والعطاء وبغض الصفات الاجتماعية كاللطف والحنان والإيثار وخدمة الغير و الانتماء

تمهيـــد:

إن النشاط البدني والرياضي يعتبر احد ألوان النشاطات المدرسية والذي له دور كبير في تكوين الأطفال ، فمن الناحية البدنية يعمل على رفع كفاءة الأجهزة الحيوية وتحسين الصحة العامة للجسم والتمتع بها ، كذلك اكتساب اللياقة البدنية والقوام الجيد .

أما من الناحية النفسية والاجتماعية فهو يحقق التكيف النفسي والاجتماعي للفرد داخل أسرته ومجتمعه ووطنه ، كذلك يتشبع بالقيم الاجتماعية والاتجاهات المرغوب فيها ، ولكي يتحقق كل هذا يتطلب توجههم للتوجه التعليمي والمهني الصحيح ، ويرجع ذلك بدرجة الأولى إلى أستاذ النشاط البدني والرياضي الذي يجب عليه أن يعي هذا جيدا ويقوم بعمله على أكمل وجه، ازاء هذا النشاط ويكون بمراعاة دوافع التلاميذ ورغباتهم في الممارسة الرياضية لتدعيمها وتوجيهها ليستطيع النجاح في عمله.

1. النشاط البدني والرياضي:

1.1- تعريف النشاط: هو كل عملية عقلية أو سلوكية أو بيولوجية متوقعة على طاقة الكائن الحي وتمتاز بالتلقائية أكثر منها الاستجابة (احمد زكي بدوي،1977: 08)

2.1- تعريف النشاط البدني والرياضي:

"يعتبر النشاط البدني والرياضي احد اتجاهات الثقافة الرياضية التي ترجع إلى التقدم حيث كان الإنسان البدائي يمارسها كثيرا ضمانا للإشباع حاجاته الأولية ، فأقام مسابقات العدو والجري والساحة والرمي والجري والمصارعة والقفز وغيرها من النشاطات الأخرى محاكيا أجداده الأولين ومستفيدا من خلفياته الرياضية السابقة ، ثم أضاف إلى هذه النشاطات الأساسية بعض الوسائل كالكرات والمضارب والشبكات ووضع لها القوانين واللوائح وأقام من اجلها التدريبات والمنافسات عمل جاهدا من اجل تطويرها والارتقاء بها ، حتى أصبحت إحدى الظواهر الاجتماعية الهامة التي تؤثر في سائر الأمم وأصبحت عنوان الكفاح الإنساني ضد الزمن ، وذلك ليبلغ أعلى المستويات من المهارة .

أما في عصرنا هذا فان النشاط البدني والرياضي أصبح عنصر من عناصر التضامن بين المجموعات الرياضية وفرصة لشباب العالم اجمع ليتعارفوا بعضهم على بعض خدمة للمجتمع ، بالإضافة الى ذلك فهو يساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية ، وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل المجهود فهو يعد عاملا من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني (علي يحي منصور،1971 :209).

3.1- تقسيمات النشاط البدني والرياضي:

إذا أردنا أن نتكلم عن النواحي للنشاطات البدنية والرياضية كان من الواجب معرفة أن هناك أنشطة يمارسها الفرد لوحده وهي تلك الأنشطة التي يمارسها دون الاستعانة بالآخرين في تأديتها، أما الأنشطة الأخرى فيمارسها الفرد داخل الجماعة وتسمى بالأنشطة الجماعية أو الفرق، عقد قسم محمد علال الخطاب المشاط الرياضي على النحو التالي:

- **النشاطات الرياضية الهادئة:** هي النشاطات الرياضية التي لا تحتاج إلى مجهود جسماني ، ويقوم به الفرد وحده أو مع غيره ، وهذا في جو هادئ أو مكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو الغرف واغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد جهد مبذول طوال اليوم .

- **النشاطات الرياضية البسيطة:** ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

- **النشاطات البدنية التنافسية** :تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني يتناسب مع نوع هذه الألعاب ، يتنافس فيها الأفراد فديا وجماعيا (محمد علال الخطاب وكمال الدين زكي،1965: 70) .

4.1- خصائص النشاط البدني الرياضي:

من هم الخصائص التي يتميز بها النشاط البدني والرياضي نجد :

- النشاط البدني الرياضي عبارة عن نشاط اجتماعي ، وهو تعبير عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.

– خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الرئيسي.

– أصبح للصور التي يتسم بها النشاط الرياضي التدريب ثم التنافس.

– يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية أهم أركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية ، ويؤثر المجهود على السير النفسية للفرد

–كما نلاحظ أن النشاط الرياضي يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف (أمين أنور الخولي، 1996: 195).

5.1– أهمية النشاط البدني والرياضي:

"اهتم الإنسان منذ قديم الأزل بجسمه وصحته ولياقته وشكله ، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكال اجتماعية كاللعب ، والألعاب والتمرينات البدنية والتدريب الرياضي ، والرياضة ، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف عن الجانب البدني الصحي وحسب ، وإنما تعرف على الآثار الايجابية النافعة لها الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية –المعرفية والجوانب الحركية المهارية ، والجوانب الجمالية الفنية وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا منسقا متكاملا ، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة هذه الأنشطة في تنظيمها في اطر ثقافية وتربوية ، عبرت عن اهتمام الإنسان وتقديره ، وكانت التربية البدنية والرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة والي اتخذت أشكال واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها ، لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفا غالبا وتاريخيا .

ولعل أقدم النصوص إلى أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي ، ما ذكره سقراط Socrate مفكر الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب : " على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي" كما ذكر المؤلف شيلر Schiller في رسالته " جماليات التربية " "إن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب"، ويعتقد المفكر ريد Read أن التربية البدنية تمدنا بتهذيب الإرادة ويقول " انه لا يأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا ، بل على النقيض فهو الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه "، ويذكر المربي الألماني جونس موتس أن الناس تلعب من اخل أن يتعارفوا وينشطوا أنفسهم (أمين أنور الخولي، 2001 :41).

6.1- ادوار النشاط البدني الرياضي لدى المراهق:

يلعب النشاط البدني الرياضي دورا فعالا في حياة المراهق فهو يساعده على تنمية الكفاءة الرياضية ، والمهارات البدنية النافعة في حياته اليومية والتي تمكنه من اجتياز بعض الصعوبات والمخاطر التي تعيقه كما أن للنشاط الرياضي دور في تنمية القدرات الذهنية والعقلية الي تجعله متمكن في مختلف المجالات كالدراسة ومختلف الإبداعات....

والنشاط الرياضي يستغل أوقات الفراغ لدى المراهق ، فهو ينمي فيه صفات القيادة الصالحة ، والتبعية السليمة بين المواطنين ، وبفضل النشاط الرياضي تتاح الفرصة للطامحين للوصول إلى مرتبة البطولة في المنافسات الرياضة ، كما انه ينمي في المراهقين الصفات الخلقية ، ويدمجه في المجتمع.

ونجد عرض ادوار النشاط الرياضي في جمهورية ألمانيا الغربية:

- تحسين الحالة الصحية للمواطن .
- النمو الكامل للحالة البدنية كأساس من اجل زيادة الإنتاج .
- النمو الكامل للناحية البدنية كأساس للدفاع عن الوطن .
- التقدم بالمستويات العالية (عصام عبد الخالق، 1972 :11).

7.1- دور أستاذ النشاط البدني والرياضي:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يؤدي واجبه من خلال مادة التربية البدنية والرياضية والتي تقوم برسالتها من خلال أوجه النشاط الرياضي والتنظيم المدرسي في المجالات التالية :

ا . البرنامج التعليمي من خلال دروس التربية البدنية .

ب . النشاط الداخلي من خلال المباريات الداخلية بين الفصول والجماعات .

ج . النشاط الخارجي من خلال المباريات الدورية والرسمية والبطولات العامة .

د . النشاط الترويحي من خلال الأندية و الفرق والهوايات الرياضية والمنافسات الاجتماعية والرحلات والأيام الرياضية. (علي بشير الفاندي و إبراهيم رحومة زايد و فؤاد عبد الوهاب، 1983 :87).

8.1- دور الأستاذ نحو أوجه النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي:

1. يقوم المدرس بتنفيذ البرنامج الخاص بمرحلة الخطة العامة الموضوعة في البرنامج، ثم تجزئته إلى أجزاء اصغر فاصغر حتى يصل إلى الدرس اليومي أو فترة التدريب اليومية.

2. يعد المشرف آو المعلم الملعب ويسهر على تجهيزه بالوسائل اللازمة.

3. يعمل المدرس جاهدا على إبراز واستدعاء أحسن ما عنده من تلاميذ ذوي القدرات البدنية كي يقوموا بأداء العرض ، في بعض الأحيان يضطر هو لأداء العرض كي يريهم النموذج المطلوب.

4. يجب على المدرس أن يغير شكل الدري إن لاحظ نوع من الملل عند التلاميذ، فيقوم باستخدام تمرين ترويحي قصد تغيير جو الملل الذي يسود الحصة.

5. يجب على المدرس النظر إلى البرنامج كله من كل الزوايا، ومعرفة الأخطاء الموجودة وإقرار طرق أصلاحها. (علي بشير الفاندي و إبراهيم رحومة زايد و فؤاد عبد الوهاب ،1983 :87).

1.8.1- دور الأستاذ في النشاط الرياضي الداخلي:

1. يقوم المدرس خلال هذا النشاط بدور المدرب ودور الحكم ، فهو يقوم بدور المدرب في تعليم المهارات المختلفة خلال مدة النشاط بالدرس ، وعند بدا المنافسات يبدأ دوره كحكم ، وهذا يستدعي ان يكون ملما بقواعد وقوانين الألعاب.

2. يجب مراعاة وملاحظة الوسيلة التي يستخدمها التلاميذ في سبيل الفوز في المباريات و المنافسات الرياضية، وتوجيههم التوجيه التربوي السليم.

3. المباريات والمسابقات الداخلية تعتبر فرصة سامحة للمدرس لبث القيم والمفاهيم الاجتماعية والخلقية، ويجب أن يكون مستمرا لا مؤقتا، وعلى مدرس النشاط الرياضي إعداد وتجهيز الملاعب اللازمة لإقامة هذه المباريات والمسابقات والإكثار منها.

2.8.1- دور الأستاذ في النشاط الرياضي الخارجي:

1. يجب على مدرس النشاط الرياضي أن لا يضع أثناء المباريات سوى التلاميذ يجمعون بين الامتياز الخلقي والرياضي.

2. يستحسن أن يستعين المدرب ببعض زملائه الأكفاء فنيا وإداريا في بع الألعاب التي لا يجيدها، وإذا لم يجد فعليه بالاستعانة ببعض المدرسين الأكفاء فنيا وتربويا.

3. يجب على المدرس إعداد أكثر من فريق لكل لعبة، والاهتمام بالأشبال حتى إذا ما تخرج بعض التلاميذ من المدرية يجد المدرس من يحل محلهم في الفريق.

4. من أهم واجبات المدرس تشجيع روح الخلق الراضي بين التلاميذ وعدم تركيز الاهتمام ببدل الجهد والظهور بالمظهر الرياضي اللائق والسلوك الجيد.

5. الإكثار من الوسائل وإعداد الملاعب والأماكن الخاصة بالتدريب يحفز على العمل اكر ويأتي بنتائج ايجابية.

3.8.1- دور الأستاذ في النشاط الترويحي:

1. الإكثار من الفرق الرياضية والهوايات الرياضية حتى يتسنى لكل تلميذ إشباع رغباته وميوله من ناحية تكوين هواية رياضية.

2. الإكثار من الملاعب والوسائل التي تسمح لكل تلميذ مزاولة النشاط المرغوب فيه.

3. تأسيس النادي المدرسي وتنظيمه، وتحقيق مبدأ الحكم الذاتي في إدارته.

4. تشجيع الرحلات والمعسكرات، والعمل على بذل أقصى المعونات حتى تظهر نشاطها.

5. الإكثار من الأيام الرياضية لفائدتها بالارتقاء بالخلق الرياضي للتلميذ وظهور الروح الاجتماعية والرياضية عندهـم. (علي بشير الفاندي و إبراهيم رحومة زايد و فؤاد عبد الوهاب، 1983 :87).

9.1- الأهداف العامة للنشاط البدني والرياضي:

إن أهداف التربية البدنية والرياضية تسعى إلى التعبير عن مفاهيم واتجاهات النظام التربوي والعمل في سبيل تحقيقها انجازها وتوضيح وظائفها ومجالات اهتمامها وهي تتفق ببداهة مع أهداف تربية وتنشئة وإعداد الفرد الصالح بطريقة متوازنة ، متكاملة وشاملة وفيما يلي نذكر بعض أهداف التربية البدنية والرياضية :

1.9.1- أهداف النشاط البدني والرياضي من الناحية البدنية:

وتتمثل في تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تساعده على القيام بواجباته اليومية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق مثل إكسابه القوة،السرعة المرونة والقدرة العضلية.

فالتربية البدنية والرياضية تهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة.

2.9.1- أهداف النشاط البدني والرياضي من الناحية النفسية والاجتماعية:

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها الطور الطبيعي للفرد.

و لابد أن تستخدم محبته للحركة من اجل تسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط للإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي.

كما تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة قوية، وبمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة.

فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الإفراد ، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أخا وعونا موجها وتنمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عصوا في جماعة منطقة.

فالتربية البدنية تعتبر مجال خصب للوئام المدني، فهي تنمي روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد

ومجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة.

3.9.1- أهداف التربية البدنية والرياضية من الناحية الخلقية:

إن التربية البدنية والراضية تعمل على رعاية النمو التنافسي لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية بالتوجيه السلمي لإبراز الطاقات الإبداعية الخلاقة وذلك في ضوء السمات النفسية للمرحلة كما أنها تعمل على تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة في طل نشر الثقافة الرياضية

لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة، وتقديم الخبرات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية والصفة العامة المتناسبة مع القدرات العقلية وبرامج المواد الأساسية.

فالتربية البدنية والرياضية بالإضافة إلى نشر الروح الرياضية تشمل التهذيب الخلقي وتكوين الشخصية وإظهار صفات كالشجاعة والصرامة، التعاون، الطاعة، حب النظام.(محمد صبحي حسنين ،1995 :106).

10.1- الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في المرحلة الثانوية:

لقد اعتمدت المنظومة التربوية الجزائرية على عدة نشاطات رياضية مختلفة في البرنامج التعليمي للتلاميذ قصد البحث عن أفضل وسيلة لحقيق تلك الأهداف السابقة ، ومن أهم الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في الطور الثانوي نجد:

* درس التربية البدنية والرياضية .

* النشاط الرياضي الداخلي.

* النشاط الرياضي الخارجي.

1.10.1- درس التربية البدنية والرياضية:

1.1.10.1- تعريفـه:

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية احد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة والكيمياء واللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد في كونها تمد التلاميذ ليس فقط بالمهارات والخبرات الحركية، ولكنه أيضا يمده بالمثير من المعارف التي تغطي الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتموين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي المعدين لهذا الغرض.(محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي،1987 :94)

2.1.10.1- محتوى درس التربية البدنية والرياضية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأساسية والي يمكن من خلالها تحقيق مختلف أهداف مزاولة النشاط الرياضي، بحيث أن المدة الزمنية المخصصة لها وحسب القوانين و المعمول بها هي ساعتان في الأسبوع، ويلجا معظم الأساتذة إلى تخصيص ساعة واحدة للنشاط الفردي والأخرى إلى النشاطات الجماعية.

وهذه الساعة لا يمكن تعودها أن تسير على وتيرة واحدة، لهذا يمكن تقسيمها إلى أجزاء لكل جزء هدف معين، وتشترك وتعمل هذه الأجزاء مجتمعة على تحقيق هدف الدرس ككل.

إن تقسيم الدرس إلى أجزاء ما هو إلا طريقة لتمكين المعلم من تنفيذ خطة الدرس وفي غالب الأحيان نجد هذا الخيار ينقسم إلى ثلاثة أقسام:

1. القسـم التحضيري.
2. القسـم الرئيسـي

3. القسم الختامـي.

1.2.1.10.1- القسم التحضيـري:

وفيه يقوم المدرس بتحضير التلاميذ، فالمعلم الجيد هو دلك المربي الذي يعمل جاهدا على إعطاء مقدمة الدرس الأهمية الكافية واللائقة بها، وفيه نوعين من التحضير:

1. التحضير النفسي: ويقصد به تهيئة المناخ الملائم للتلميذ، كإعداد الملعب بالصورة التي يرتكز عليها الدرس وتحضير الأجهزة، لان بواد العمل المهيأة يرتاح لها التلميذ نفسيا إضافة إلى تهيئته إداريا عند تبديل الملابس، والوصول إلى الملعب ومنحه المسؤولية على العتاد الرياضي، إضافة إلى تسجيل الغياب له أكثر من وجهة، حيث لا يقتصر على إحصاء الغائبين بل يتعدي حتى يعطي للمعلم فكرة نسبية عن مشاركة التلاميذ، وهذا يساعد المعلم في تقويم الدرس، فهذه المقدمة تعتبر فاتحة الدرس وكلما كانت المقدمة وافية بالغرض وناجحة كلما اثر ذلك بالإيجاب على سير الدرس ومستواه.(حسن عوض، 1970 :61)

2. التحضير البدني:

والهدف منه هو تهيئة أجهزة الجسم المختلفة والعضلات والمفاصل للتمارين التي ترد في القسم الرئيس والوحدة التدريبية حتى لا يكون هناك أي إصابة، ويشتمل على الإحماء العام والخاص.

ا. **الإحماء العام:** يشتمل على التمارين والألعاب بأنواعها المختلفة والتي تهدف إلى وضع القابليات البدنية للجسم كالقوة، السرعة، المداومة، الرشاقة والمرونة، بصرف النظر عن الوحدة المعطاة للتلميذ.

ب. **الإحماء الخاص:** ويشمل التمرينات والألعاب بأشكالها الخاصة والتي لها علاقة بالوحـدة

التعليمية"موضوع الدرس"، فيشمل هذا الجزء على تمارين خاصة بمجموعات معينة، أما الألعاب فتهدف إلى تنمية الصفات البدنية التي تتناسب مع موضوع الدرس.(تامر محسن ساسي 1988، :64)

2.2.1.10.1- القسم الرئيسـي:

وهو اكبر جزء في الوحدة العلمية ومن هنا جاءت أهميته، وأصبح الجزء الرئيس للدرس، وهو متنوع المحتوى بشكل كبير جدا، ويعتد على ثلاث نقاط أساسية هي الشرح، العرض والتنفيذ، ويتكون القسم من النشاط التعليمي والنشاط التطبيقي:

1. **النشاط التعليمي:** يشمل على عرض وشرح المهارات الحركية للألعاب المختلفة، وتزيد او تنقص مدة الشرح أو العرض حسب مدى صعوبة الفعالية ومستوى المهارات للتلاميذ، وكذا الظروف البيئية الأخرى.

2. **النشاط التطبيقي:** ويهدف إلى تطبيق التلاميذ ما تعلموه في الجزء التعليمي وإدخاله على حيز التنفيذ تحت إشراف الأستاذ بتقسيم الأفواج بالأسلوب الذي يراه مناسبا لاستيعاب التلميذ بأسرع وقت واقل جهد.

3.2.1.10.1- القسم الختامـي:

وهو أحر قسم في درس التربية البدنية والرياضية، ويهدف إلى الرجوع في أجهزة الجسم الداخلية إلى حالتها الطبيعية وذلك بإجراء تمارين استرخائية، ويمكن تصعيد الجهد وهذا ما أشارت إليه الدراسات الحديثة بأخذ الاعتبار الساعة التي تليها إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز والانتباه، فيجب هنا التهدئة والاسترخاء، أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي فيمكن تصعيد الجهد عن طريق العاب سريعة تثير وتشد انتباه التلميذ، وتتجلى أهمية القسم الختامي فيما يلي:

– اكتساب التلميذ مهارات الاسترخاء على نحو جيد يسمح له بالمزيد من المعرفة عن حالته البدنية والعقلية والانفعالية وكيف يمكن أن يستفيد من ذلك في أدائه الرياضي.

– اكتساب التلميذ مهارات الاسترخاء تسمح له بإنقاص الاستثارة الزائدة إلى المستوى المناسب قيل أو أثناء المنافسة، ويساعد ذلك على كفاءة الإدراك الحركي وسرعة رد الفعل ومزيد من التركيز والانتباه أثناء الأداء.

– اكتساب التلميذ مهارات الاسترخاء تسمح له بالشعور بالصحة الجيدة مما يمكنه من إعادة تعبئة طاقته الجسمية و العقلية والانفعالية.(أسامة علي راتب، 1990 :161)

2.10.1– النشاط الرياضي الداخلي:

1.2.10.1– تعريفه:

هو النشاط الذي يقدم خارج أوقات الدراسة وداخل المدرسة، والغرض منه إتاحة الفرصة إلى جميع التلاميذ لممارسة النشاط المحبوب إليهم، وهو كذلك تطبيق للمهارات التي تعلمها التلميذ خلال الدرس.

وهو احد أنواع الممارسة الفعلية التي تتصل اتصالا وثيقا بالدروس التي تمثل القاعدة والتي يبنى عليها تخطيط النشاط الداخلي من مدرسة إلى أخرى، وذلك راجع إلى الإمكانيات المتوفرة وطبيعة البيئة، والنشاط الداخلي يحتوي على الأنشطة المتوفرة بالمدرسة، الفردية منها أو الجماعية، ويتم النشاط الداخلي عادة في أوقات الراحة الطويلة والقصيرة في اليوم الدراسي وتحت إشراف المدرسين و التلاميذ الممتازين والذين يجدون فرصة لتعلم أدق الأنشطة الرياضية وكذلك التحكيم، وبشكل عام فان هذا النشاط يتيح الفرصة للتلاميذ للتدرب على المهارات والألعاب الرياضية خارج وقت الدرس.(إبراهيم احمد سلامة، 1986 :130).

2.2.10.1- أهمية النشاط الداخلـي:

إن النشاط الداخلي بالمؤسسة يعد نشاطا تربويا متكاملا خارج أوقات الدراسة، والغاية منه هو إتاحة الفرصة الجيدة لكل تلميذ في المدرسة للاشتراك في جانب أكثر من هوايته الرياضية.

ويعتبر احد الأجزاء المكملة لبرنامج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، فهو حقل خصب لتنمية المهارات التي تعلمها التلميذ خلال دروس التربية البدنية والرياضية، ولهذا فالتلميذ يعمل على تحقيق بعض الأهداف التربوية بطريقة راشدة.(حسن شلتوت و حسن معوض، 1989 :55).

3.2.10.1- أهداف النشاط الداخلـي:

- تحقيق أهداف منهاج النشاط البدني والرياضي التربوي.
- رفع مستويات المتعلمين في الأنشطة المختلفة.
- تدعيم روح التعاون والمحيه بالمدرسة.
- تقوية الولاء للمدرسة.
- الكشف عن المواهب الرياضية للمتعلمين.
- العرف على رغبات وميول المتعلمين لتحديد أنواع الأنشطة التي يجب التركيز عليها .
- تربية القيادة والتبعية السليمة.
- استثمار أوقات الفراغ للمتعلمين بتنمية الصفات الذاتية والحركية.
- تشجيع المتعلم على الاختبار الذاتي.

– تدعيم القيم الخلقية والاجتماعية لدى المتعلمين.(مكارم حلمي بوهراجة وسعد زغلول، 1990 :105)

3.10.1– النشاط الرياضي الخارجـي:

1.3.10.1– تعريفـه:

هو الجزء المكمل لدروس التربية البدنية والرياضية وبرنامج النشاط الرياضي الداخلي لتدعيم مسيرة منهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة.

والنشاط الخارجي يخص الأفراد الممتازين رياضيا بالمدرسة، ولذا فانه نشاط تنافسي يتم وضع برنامجه عن طريق توجيه التربية البدنية والرياضية بالاتحاديات والإدارات التربوية بالإضافة إلى برنامج سنوي يضعه مدرس التربية البدنية والرياضية بالمدرسة، وذلك بإقامة عدد من المباريات المدرسية الرسمية.(مكارم حلمي بوهراجة وسعد زغلول ،1990 :158)

2.3.10.1– مميزات النشاط الخارجـي:

– رعاية المواهب الرياضية بالمدرسة من حيث صقلها وتنميتها.

– يكشف على الأفراد الممتازين رياضيا حتى يكون ذخيرة رياضية فعالة في المجال الأصلي.

– كفاءات صالحة لتمثيل الدولة في المباريات المحلية و الإقليمية و الدولية.

– إتاحة فرصة التدريب على القيادة أثناء المباريات.

– تنمية السلوك الاجتماعي لأفراد الفرق وتدعيم العلاقات بينهم وبين لاعبي الفرق الأخرى.

– تحقيق الشخصية الرياضية من الناحية البدنية والمهارية والخلقية والاجتماعية والصحية.

– الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي للأفراد الممتازين.

– تعلم النواحي الخططية والمهارية وقوانين الألعاب المختلفة.

– خلق نوع من التضامن الشريف بين المتعلمين بالمدرسة كالاشتراك الخارجي.(مكارم حلمي بوهراجة وسعد زغلول، 1990 :158).

3.3.10.1– أهداف النشاط الخارجي:

– إفساح المجال للفرق الرياضية للتنمية الاجتماعية والنفسية، وذلك بالاحتكاك مع غيرهم من تلاميذ المؤسسات والمدارس الأخرى.

– الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي بين التلاميذ.

– إتاحة الفرصة لتعلم قواعد وقوانين الألعاب وكيفية تطبيقها.

– إعطاء الفرصة لتعلم القيادة والتبعية ، كذا الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية.(محمود عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطي، 1987 :147).

خلاصـــة الفصـــل:

يعد النشاط البدني الرياضي أمرا ضروريا وهاما للاتزان السليم للفرد ، فالعلاقات مع الآخرين والحياة المدرسية قد تؤدي إلى خلافات، لذا لابد من التقليل من حجم المسؤوليات، وما يترتب عنها من اضطرابات في الجهاز النفسي، فالتلميذ الذي يبذل جهدا كبيرا في الدراسة على حسب صحته معرض للاضطرابات النفسية أو ما يسمى بالانهيار العصبي.

لهذا يجب تخصيص وقت فراغ لممارسة الأنشطة الرياضية التي تقلل من حدة التوتر الذي يعانيه المراهق، وقد تكون الممارسة الرياضية وسيلة لحقيق الصحة النفسية للمراهق .

.مفهوم القيم الاجتماعية :

عرف كاظم 2002 القيم الاجتماعية بأنها اهتمام الفرد وميله إلى غبره من الأفراد فهو يميل إلى مساعدتهم ويجد في ذلك إشباعا له ،وهو ينظر إلى الآخرين على أنها غايات وليس وسائل ، ويتميز الفرد بقدرته على البذل والعطاء وبغض الصفات الاجتماعية كاللطف والحنان والإيثار وخدمة الغير و الانتماء .

كما عرف أيضا مجموعة من الباحثين في مكتب الانتماء الاجتماعي عام 1997م القيم الاجتماعية بأن يتشرب الفرد القيم والمعايير الاجتماعية من الأشخاص المهمين في حياته مثل الوالدين والمعلمين والقادة في العمل والمقربين من الزملاء و الأقران ويتم ذلك في إطار ثقافة المجتمع الذي يعيش فيه .

ويتضمن مفهوم القيمة بالمعنى الاجتماعي التعبير عن اتخاذ قرار أو حكم يتحدد على أساسه موقف أو سلوك الفرد أو الجماعة إزاء موضوع ما ، ويمكن توضيح بعض مفردات القيم في هذا المجال وهي على النحو الآتي : الواجب ،التعاون ،التضحية ،الإيثار ،التكافل ،احترام الذات ،الطموح .والقيم الاجتماعية هي كل ما يتعلق بعلاقة الطفل مع الآخرين من بر الوالدين والإحسان للجار واحترام الناس ومساعدتهم وصلة الرحم والعطف والرحمة والتعاون والمشاركة وحماية النفس وعدم إيذاء الآخرين وأبناء الديانات الأخرى واحترامه آداب الزيارة والاستئذان والتحية وحضور المناسبات العامة والخاصة والكرم و الاعتذار والصفح.

2.صور القيم الاجتماعية :

تتمثل القيم الاجتماعية في القيم التالية :

أ.التعـــــاون:

من القيم المهمة هي قيمة التعاون قال تعالى "وتعاونوا على البر و التقوى " وتعني مساعدة الآخرين وتبادل المصالح المشروعة ، ويمكن للمربي أن يكسب الطفل هذه القيمة عن طريق معرفة الطفل أن لكل فرد وظيفته الخاصة به في الحياة وأنه يفيد الآخرين من خلالها ، وان يعرف الطفل وظائف الآخرين وما يعود عليها من فائدة بسبب هذه الوظائف وإكسابه الإحساس بقيمة التخطيط الجماعي ، فعلى المعلم أن يحث تلاميذه على التعاون مع بعضهم البعض ومع إدارة المدرسة وإفراد المجتمع الذي يعيشون فيه .

وتقوم التربية الإسلامية على اعتبار المجتمع المسلم كيانا حيا واحدا ، فقد شبه الرسول صلى الله عليه وسلم هذا المجتمع بالجسد حيث قال "ترى المؤمنين في توادهم وتراحمهم كمثل الجسد الواحد إذا اشتكى عضوا تداعى له سائر الجسد بالسهر الحمى " (رواه البخاري) .

وعلى هذا الأساس العظيم رغب القران الكريم بالتعاون فقال تعالى " وتعاونوا على البر و التقوى ولا تعاونوا على الإثم والعدوان «.

و تدل الآية على أن أوامر المحبة التي يقوم عليها التعاون بين أفراد المجتمع المسلم إنما تقوى على تحقيق الخير و البر وعلى التقوى أي الخوف من ارتكاب معصية أو شرك بالله

أو بعد عن شريعته ، أو إيذاء بغير حق، ولذلك نهى الله سبحانه أن يكون التعاون في الإثم والعدوان

ب. الإحسان: يعد الإحسان قيمة كبرى من القيم التي ينبغي أن يتحلى بها الإسلام لينفع مجتمعه ويفيد أمته وهي قيمة طالما حثت عليها التعاليم الإسلامية وتَخلّقَ بها المسلمون الأوائل مهتدين بهدي القرءان وبهدي النبي الأمين صلى الله عليه وسلم.

وجعل الإسلام العلاقة بين الناس قائمة على الأمن والسلام والبر والإحسان واحترام الإنسان وإكرامه من حيث هو إنسان بغض النظر عن جنسه ولونه ووطنه وقوميته ومركزه الاجتماعي ،ويشجع الرسول صلى الله عليه وسلم المسلمين على البر والإحسان مع الآخرين معتبرا ذلك معيارية لصحة الإسلام والإيمان "المسلم من سلم المسلمون من لسانه ويده والمؤمن من أمنه الناس من دمائهم وأموالهم "

وقد أوصى الرسول صلى الله عليه وسلم بالإحسان إلى الجار وتجنب الإساءة إليه بقوله :"والله لايؤمن والله لايؤمن قيل من يا رسول الله قال:"الذي لا يؤمن جاره بوائقه "

وبر المواطن المسلم وإحسانه لا يكون فقط مع المسلمين من أبناء الوطن بل يتعداه إلى غير المسلمين ممن ليحاربونه ولا يعادونه عملا بالتوجيه القرالمسلمين.عالى :"لاينهاكم الله عن الذين لم يقاتلوكم في الدين ولم يخرجوكم من دياركم أن تبروهم وتقسطوا إليهم إن الله يحب المقسطين "

وقد أوصى بالبر والإحسان بين المواطنين وإن اختلفت عقائدهم كما حث على إنصاف الذميين وحسن معاملتهم دون مساومتهم على العقيدة أو إهدار لمصالح المسلمين .

ج-العفو والتسامح:

يعد العفو قيمة إنسانية سامية، تتمثل بتنازل الإنسان عن حقه بعد أن يتمكن من أخذه واعتنى الإسلام بتربية أفراد المجتمع على العفو بقوله تعالى:"فاعف عنهم واصفح إن الله يحب المحسنين "

ويشير المعنى الاصطلاحي للعفو إلى التجاوز عن الذنب والزلل وعدم العقاب عليهما بعد أن يكون ذلك مستطاعا.وتبدو قيمة العفو في سلوكيات أبو بكر الصديق رضي الله عنه تجاه مصطلح ابن أثاثه وقد عكس أدب صدر الإسلام قيمة العفو ودعا إلى التمسك به، يبدو ذلك في قول علي ابن أبي طالب:"أولى الناس بالعفو أقدرهم على العقوبة،

وقال أيضا:"إذا قدرت على عدوك فاجعل العفو عنه شكرا للقدرة عليه، وقال:"إن أول عوض الحليم عن حلمه أن الناس أنصار له على الجاهل ".

ويعد العفو قيمة إنسانية سامية وقد جعله الإسلام ابتغاء مرضاة الله تعالى ، وكان الرسول صلى الله عليه وسلم المثل الأعلى في العفو عن المسيء وامتدح الله سبحانه وتعالى عباده المتسامحين فيما بينهم فقال عز و جل "والذين إذا فعلوا فاحشة أو ظلموا أنفسهم ذكروا الله فاستغفروا لذنوبهم ومن يغفر الذنوب إلا الله ولم يصروا على ما فعلوا وهم يعلمون".

د. البر و الإحسان للوالدين:

من ابرز القيم التربوية التي دعا إليها وحث الإسلام وأمرنا أن نتحلى بها البر والإحسان بالأبوين لأنهما السبب المباشر لوجود الإنسان في هذه الحياة كما أنهما السبب في إعداده لشكر الله وذلك من خلال تعهده وهو صغير بالتربية و العناية و الشفقة و الرعاية منذ الطفولة إلى أن يكبر ويصير شابا قويا وهو في قيامهما بهذه المهام يلقيان الكثير من المتاعب و العناء ولذا يجب أن يقابل ما تلقاه بالشكر و الاعتراف بالجميل .....

وهناك الكثير من القيم الاجتماعية:مثل

- حق الجار على جاره .
- الحرص على الروابط الاسرية و الاجتماعية المحيطة.
- احترام العادات و التقاليد.
- المحافظة على الحيلة الزوجية
- الاهتمام بأعراف المجتمع الاسلامي
- الوحدة الوطنية .
- حب الشورى و الديمقراطية.
- تغلب المصلحة العامة على الفردية .
- الاهتمام بمشكلات الوطن

3. أساليب تنمية القيم الاجتماعية :

تعتبر غرس القيم الاجتماعية في نفوس الأطفال إحدى أهداف العملية التربوية وهده الأخيرة كي تقوم بدلك تتبع مجموعة من الأساليب منها.

أ- الموعظة:

من القصة:ظ لدى علماء التربية أن للنفس البشرية استعدادا نظريا للتأثر بما يلقى إليها من الرشد و النصح وهو استعداد مؤقت في غالب الأحيان يستدعي التكرار حتى يكون ذا فاعلية ، ثم إن النفس الإنسانية تتفاوت درجات تأثيرها بالمسموع نطقا وفهما و بالمنظور إحساسا و إدراكا وتفاعلا فقد ينفع البعض أسلوب الكلمة الرقيقة الهادئة يوعظ بها حكمه وتتأثر بها حواسه لكن لا تلبث تلك الحالة أن تركد و تضعف إدا تركت دون معاودة ، وهدا يدل على قيمة أسلوب الموعظة إلى جانب أسلوب القدوة .

ب- القصة :

هو أسلوب تربوي له أثر عظيم في نفوس المتعلمين وخاصة ادا وضعت في أسلوب عاطفي مؤثر وقد استخدم القران الكريم أسلوب القصة لإغراض دينية ربانية ولإبلاغ الدعوة الإسلامية و تثبيتها فقال تعالى :" نحن نقص عليك أحسن القصص بما أوحينا إليك هدا القران "سورة يوسف الآية 3 .

والقدوة: و نشأته أيضا قصة تحكيها آيات متعددة من آيات الله الكونية و التربية بالقصة هي أيضا أسلوب تربوي له تأثيراته النفسية و حجته المنطقية ، فالتربية بالقصة أسلوب يسحر

النفوس لأنها ينقلها إلى واقع تلك القصة و يجعلها تتابع مشاهد القصة مشهدا ، وهو يتيح إمكانية المشاركة الوجدانية لأشخاص القصة و يجعل مشاعرا لنفس حية فياضة .

ج- القدوة :

تلعب القدوة الصالحة دورا كبيرا في تخلق الطفل بالاخلاق الفاضلة فتمسك الطفل بالمبادئ و القيم الأخلاقية إنما يتم بنجاح إذا كان الجو المحيط به يتمسك بتلك المبادئ و يشجعها عليها .

تعني القدوة هنا أن يكون المربى أو الداعي مثلا يتحدى به أفعاله و تصرفاته و قد أشار القران الكريم بهده الوسيلة، فقال عزمن قال:" قد كانت لكم أسوة حسنة في إبراهيم و الدين معه " سورة الممتحنة الآية 4.

وقد كان المصطفى صلى الله عليه و سلم ولا يزال قدوة للمسلمين جميعا و القدوة الحسنة التي يحققها الداعي بمسيرته الطيبة في الحقيقة دعوة عملية للإسلام بكل ما يحمله من مبادئ و قيم تدعو إلى الخير وتحث على الفضيلة.....

د- ضرب الأمثال :

الأمثال تبرز المعقول في صور المحسوس الذي يلمسه الناس فيتقبله العقل لأن المعاني المعقولة لا تستقر في الدهن إلا إدا صيغت في صورة حية قريبة الفهم و تكتشف الأمثال عن الحقائق و تعرض الغائب في معرض الخاص و تجمع الأمثال المعنى الرائد في عبارة موجزة .

و العبادات:يرة في القران وهي تلعب دورا هاما وبالغا في التأثير في العواطف و في التأثير في السلوك الإنساني و في غرس القيم الإسلامية في نفس المسلم فيما لو استعملت بحكمة في الظروف المناسبة ولدلك أبرزها القران و اهتم بضرب الأمثال ، قوله تعالى :" وتلك الأمثال نضربها للناس وما يعقلها إلا العلمون " سورة العنكبوت الآية 43 ، كما نضرب الأمثال لتربية الإنسان تربية روحية و خلقية ،ففي الحديث الشريف عن أبي موسى رضي الله عنه قال الرسول صلى الله عليه وسلم " مثل المؤمن الذي لا يقرأ مثل الطمر طعمها طيب ولا ريح لها ومثل الفاجر الذي يقرأ القران كمثل الريحان ريحها طيب و طعمها مر مثل الفاجر الذي لا يقرأا لقران كمثل الحنطة طعمها مر ولا ريح لها ".

هـ – العبادات :

تعد العبادات الإسلامية وسيلة مثلى لغرس القيم في المؤسسة التربوية فهي تهذيب للخلق و تربية للنفس لتواجه مصاعب الحياة و أبواب الآخرة وهي في احد جوانبها أمانة حملها الإنسان و عليه أن يؤديها على الوجه الأكمل ، وليست العبادات من طرق التربية الوجدانية أو التربية الخلقية فحسب ، و لكنها من طرق تربية الإنسان بصفة شاملة ففي العبادات تربية جسمية و تربية اجتماعية و تربية جمالية و تربية عقلية

ففي الصلاة تربيه شاملة على القيم الخلقية و ذات أثر عظيم في تهذيب النفس و هي في جوهرها تنهي عن الفحشاء و المنكر ، وفي الصوم تربية على ضبط النفس و تعلم الصبر و

قوة الإرادة فضلا عما فيه من قيم التكافل الاجتماعي وفي الزكاة تطهير للنفس من القيم السالبة كالبخل و تعويد على قيم الكرم و العطف على الفقراء.

ع التربية بإحياء الضمير

التربية بإحياء الضمير و مراقبة الله عز وجل و تقواه تجعل من الفرد ذا قلب وجل يخاف عذاب الله و يرجو رحمته فلا يقترب من فعل القبيح الذي نهى عنه إلا غفلة أو نسيانا ، وآدا ما وضع في حرام أو شبه أسرع إلى الله بالتوبة .

وإحياء الضميالترهيب:يجعل المربى الله عليه رقيبا و أن تكون تقوى الله نبراسا لأعماله و مشاعره وأحاسيسه و قد أبرز القران الكريم هده الحقيقة في أكثر من موضع مؤكدا دور تقوى الله في إحياء الضمير قال تعالى :" إذ قال لهم أخوهم لوط ألا تتقون " سورة الشعراء الآية 16 ، ففي هده الآية أختصر القران دعوتهم كلها في كلمة واحدة هي تقوى الله التي تعني أن يكون الضمير حيا في مشاعرهم و اعتقاداتهم و سلو كهم .

غ الترغيب و الترهيب :

لقد ركب الله جل جلاله فطرة الإنسان على ثنائية الخوف و الرجاء و جعله مرتبطا بهذين الخطين ، يسيران معه جنبا إلى جنب ، فهو يخاف الظلمة و الوحدة و الوحشة و يخاف السقوط ويخاف الموت و المجهول ثم هو مع خط الرجاء يرجو الأمان و الراحة و الدفء و الحنان و يرجو النعيم و المال و الحسن .

إن نفس الإنسان مفطورة على الرجاء و الخوف فإذا رغبت و تحفزت لأمر ما استعدت للإقدام عليه، وإذا خافت من أمر تهيأت للإحجام عنه لدا نجد الإسلام يوظف كلا من الترغيب و الترهيب وسيلة توظيفا لا يمكن أن يصل إليه منهج التربية المعروفة إذ أن يوجه الإسلام للنفس البشرية مرسوم حسب فطرتها لما ترغب فيه و ترهبه وهو ما لا يستطيع المناهج التربوي الوضعية أن تستخدمه على الوجه الصحيح لأنها لا تدري ما ترغب فيه فطرة الفرد وما ترهبه و هدا الأمر لا يعلمه إلا خالق تلك الفطرة

د- الثواب و العقاب :

الإنسان لا يسير في هده الحياة إلا عن رغبة أو رهبة و تعزيز القيم أ إضعافها يؤثر فيها أسلوب الثواب والعقاب .

وإذا كانت القيم في تمكنها تتأثر بالترغيب كتحقيق وعد أو تقديم هدية رمزية فكذلك الترهيب قد يعدل سلوكا خاطئا أو يزهد في ممارسة قيمة سالبة و لكن الثواب و العقاب محفوف بمحاذير ينبغي الجدر منها و عدم الإفراط في استخدامها ومما يؤدي استخدام هدا الأسلوب ما أشتمل عليه القران من وعد ووعيد و تحذير و تبشير قال تعالى :"من جاء بالحسنة فله عشرا أمثالها ومن جاء بالسيئة فلا يجزى إلا مثلها وهم لا يظلمون " سورة الإنعام الآية 160، و قصص الأنبياء تزخر بالعبر التي تحمل قيما خالدة فيها الكثير من الترغيب و الترهيب .....

4 الدور التربوي للقيم :

إن للقيم دورا واضحا في عدة جوانب من اهتمامات التربية

أ الأهداف التربوية:

إن القيم التي تسود في المجتمع هي المصدر الأساسي لاشتقاق الأهداف التربوية بما يتضمنه ذلك من تحديد لأهداف المعلم و المتعلم وغيرهم من القائمين على النظام التعليمي أو على الأقل مساعدتهم في تكوين أهدافهم.

ب الـــــــدافعية :

حيث يمكن إقناع المتعلمين بالأهداف التي من أجلها يتعلمون وحينئذ يمكن أن نجعلهم يهدفون إلى ما تهدف، ومعنى ذلك ومعنى ذلك نستطيع إن ندفعهم ونقنعهم بقيم مثيرة لهم في دراستهم وإذ نفعل فإننا نوفر عنصر الدافعية و الإثارة المطلوبين لعملية التعليم و التربية .

ج التقويم العملي للتلميذ و المعلم :

إذ أن القيم ترمز إلى مدى تقدير المعلم للتلميذ و تقييمه إياهم في الفصل كما أن المعلم يستخدمهم من اجل تسهيل النتائج التعليمية و التربوية.

د التقويم العام للمجتمع واتجاهاته :

إن القيم تلعب دورا هاما في هذا المجال ذلك أنها تعمل على تأكيد المثل العليا للمجتمع و التربية ، و تخلصها من الخبرة و التردد بين النماذج و الأنماط الاجتماعية المتباينة و

المتفاوتة و المتناقضة وذلك عن طريق غرس الوحدة التفكيرية المتجانسة والمتماثلة في التقييم و في تكييف المواقف و تحديد المعايير و الحكم على المناشط و إدراك المسؤوليات و التبصر بالهدف و الإفادة من التجربة و الخطأ و طرح المستورد إذا لم يكن فيه غناء و الإبقاء على الأصل المتأصل على نحو يهيئ فرص الازدهار و النماء .

و. الإبداع و الإنتاج:

يتم ذلك عن طريق تحقيق الوعي بالمسؤوليات التربوية وإزاحة القيم المؤثرة سلبا على المجتمع و التربية ، و الارتكاز على القيم الأصيلة تأكيدها مثل المبادأة و الثقة و غير ذلك مما يتركز و يتمحور حول معاييرنا الروحية تلك التي تدعو إلى الإنتاج و الإبداع وتحسين العمل و توفير الطمأنينة و السكينة النفسية و الروحية .

و إن معنى هذا أن المعلم و المجتمع و كافة تنظيمات المجتمع و التربية تقوم على أساس تبني مجموعة قيم و مبادئ توجه فيما يرسمه من أهداف و خطط ولا شك أن كل هذا سيساعد على نجاح الجهود المنذورة في التربية من أجل الإنسان الفرد و المجتمع.

5. تصنيـــف القيم :

يعد تصنيف القيم موضع خلاف عند أصحاب المداهن المختلفة و بالرجوع إلى الأدبيات التي تناولت موضوع القيم وجد أن هناك العديد من التصنيفات بينها تفاوت معبعضها البعض و يوجد اختلاف قد يعود اختلاف الزاوية التي ينظر بها المصنف للقيم ومر ذلك الاختلاف يرجع إلى تباين وجهات النظر لكل الباحثين الذين تناولوا القيم بالدراسة .

وقد صنف الباحثين القيم ثلاث هي الحق و الخير و الجمال وأضاف البعض تقديس الدين أو العبادة قيمة رابعة، و لكن أكثر الباحثين يرى إن وظيفة الدين هي المحافظة على القيم الثلاث هي الحق و الخير و الجمال أكثر من وضعها قيمة رابعة تضاف إليها.

إن تصنيف القيم يقوم على عدة أسس وهي كالتالي :

1.على أساس المحتوى :

يمكن أن تصنف القيم على أساس المحتوى إلى:

- **القيمة النظرية :**

ويعبر الاقتصاديـــة: إلى اكتشاف الحقيقة ويتميز الإفراد الذين تسود عندهم تلك القيم بنظره موضوعية معرفية تنظيمية ويكونون عادة من الفلاسفة و العلماء و هو في سبيل ذلك الهدف يتحد اتجاها معرفيا من العالم المحيط به فهو يوازن بين الأشياء على أساس ماهيتها .

- **القيم الاقتصاديـــــة :**

ويعبر الاجتماعيـــة:ما هو نافع و يتميز الأشخاص الذين تسود عندهم هذه القيمة بنظرة عملية و يكونون غادة من رجال الإعمال و المال وهو في سبيل هذا الهدف يتخذ من العالم المحيط به وسيلة للحصول على الثروة وزيادتها عن طريق الإنتاج و التسويق و استهلاك البضائع و استثمار الأموال .

❖ **القيم الاجتماعيـــــــة :**

ويعبر عنها اهتمام الفرد و سيلة إلى غيره من الناس ، فهو يحبهم و يميل إلى مساعدتهم و يجد في ذلك إشباع و يتميز الشاخص الذين تسود عندهم هذه القيمة بالعطف و الحنان و خدمة الفرد و ينظر أيضا إلى غيره على أنهم غايات و ليسو وسائل لغايات .

❖ **القيم الإنسانية :**

و يعبر عنها اهتمام بالنشاط السياسي و يتميز الأشخاص الذين تسود عندهم هذه القيمة بالقيادة في نواحي الحياة المختلفة و يتصفون بقدراتهم على توجيه غيرهم و هو شخص يهدف إلى السيطرة و التحكم في الأشياء أو الأشخاص .

❖ **القيم الديـــــــنية:**

و يعبر عنها اهتمام الفرد و سيله إلى معرفة ما وراء العالم الظاهري و اهتمام الفرد بالمعتقدات و التعاليم الدينية، و يتميز معظم الأشخاص الذين تسود عندهم هذه القيم بإتباع الدين في كل النواحي.

❖ **القيم المعرفيـــــــة:**

و يقصد بها اهتمام الفرد وسيلة لاكتشاف الحقائق و المعارف و السعي إلى اكتساب المزيد من المعرفة العلمية.

2. على أساس العقـــــد:

و تنقسم القي"سياسية": العقد :

❖ **قيم وسائلية "سياسية" :**

وهي تلك القيم التي ينظر إليها الإفراد و الجماعات على أنها وسائل لغايات ابعد.

❖ **قيم غائية أو نهائـــــية:**

و هي الهدف أو الفضائل التي تضعها الجماعات و الأفراد لأنفسها و يشير البعض إلى إن التميز بين القيم الوسيلة و ليس أمرا سهلا أي تعتبر غاية في حد ذاتها مثل حب البقاء.

3. على أساس الشـــدة :

تقدر شدة القيم بدرجة الالتزام التي تفرضها و بلوغ الجزاء الذي توقعه و تقرره على من يخالفها و يمكن التمييز بين ثلاث مستويات لشدة القيم و التزاماتها

❖ **قيم ملزمة "أو آمرة ناهية" :**

ما ينبغي أن يكون وهي القيم الملزمة أو الآمرة الناهية و هي التي تمس كيان المصلحة العامة مثل

تلك القيم التي ترتبط بتنظيم العلاقات بين الجنسين .

❖ **قيم تفضيلية "ما يفضل أن يكون":**

وهي القيم التفضيلية التي تشجع اليكون":لى الالتزام بها مثل إكرام الضيف .

❖ **قيم مثاليـــــة "ما يرجى أن يكون" :**

وهي القيم التي يحس الناس استحالة تحقيقها بصورة كاملة مثل القيم التي تدعو الى مقابلة الإساءة بالإحسان و تلك القيم التي تتطلب من الفرد أن يعمل لدنياه كأنه يعيش أبدا أو لآخرته كأنه يموت غدا.

4. على أساس العمومية "أو الشيوع أو الانتشار":

و تنقسم القيم من حيث شيوعها و انتشارها إلى قسمين:

❖ **قيم عامـــــة :**

وهي القيم يعم شيوعها و انتشارها في المجتمع كله، بصرف النظر عن ريف أو حضر و طبقاته و فئاته المختلفة مثل الاعتقاد في أهمية الدين و الزواج و العفة و هي القيم المرتبطة بالعرف و التقاليد.

❖ **قيم خاصـــــة :**

وهي القيم المتعلقة بمواقف أو مناسبات اجتماعية معينة أو بمناطق محددة أو جماعة خاصة.

5. على أساس الوضوح :

و تنقسم القيم من ناحية وضوحها إلى قسمين :

❖ **قيم ظاهرة أو صريحة:**

أي التي يصرح بها و يعبر عنها بالكلام مثل القيم المتعلقة بالخدمة الاجتماعية و المصلحة العامة.

❖ **قيم ضمنيـــــة :**

أي التي تستخلص و يستدل على و جودها من يلاحظها و الاتجاهات و السلوك الاجتماعي بصفة عامة مثل القيم المرتبطة بالسلوك الجنسي و ملاحظة الاختبارات و الاتجاهات التي تتكرر في سلوك الأفراد بصورة نمطية

6. على أساس الدوام :

و تنقسم القيم من ناحية دوامها أو استمرارها إلى قسمين:

❖ **قيمة عابرة :** وهي القيم الوقتية العارضة القصيرة الدوام السريعة الزوال مثل القيم الملاتيطة بالموضوعات و النزوات.

❖ **قيم دائمة :**

وهي التي تبقى زمانا طويلا مستقرة في نفوس الناس يتناولها جيل عن جيل كالقيم المرتبطة بالعرف و التقاليد و المقصود بالدوام هنا بالطبع الدوام النسبي.

و بالإضافة إلى هذه التصنيفات للقيم يتم تصنيف القيم على أنواع القيم وهي كالأتي :

أ. قيم روحية و دينية :

ويقصد بتا التنشئة الدينية السليمة المعتمدة على غرس الأمان و الإجابة الصحيحة عن التساؤلات التي تطرأ للطفل حول أمور دينية حتى يعتاد السلوك الديني في المجالات العبادات و المعاملات . وقد اشتمل هذا التصنيف على القيم التالية : الإيمان بالله ، الإيمان

بالدين الإسلامي ، احترام الأديان السماوية ، احترام الشخصيات الاشلامية ، احترام المقدسات الإسلامية ، الشكر على نعم الله ، الإيمان بأن التوفيق من عند الله ، الكون يسير يحكمه الله ، التوكل على الله ، الخوف من الله ، العفة ، التوازن بين الحياة الدنيا و الآخرة .

ب . القيم العقلية و العلمية : و يقصد بها تلك الخبرات المعرفية المتنوعة التي تلاؤم نمو الطفل و تشبع حب الاستطلاع لديه و تنمي قدراته العقلية المتفتحة إلى التجديد و الابتكار و قد تشمل هذا التصنيف على القيم التالية : الطموح ، احترام العلماء ، حب القراءة ، حرية التفكير ةو الرأي ، حب الحقيقة ..... ى

6. أهمية القيـــــــم :

للقيم دورا هاما في توجيه سلوك الفرد و الجماعة فهي تقود إلى إصدار الإحكام على الممارسات العملية التي يقوم بها وهي الأساس السليم لبناء تربوي متميز كما أنها تسهم في تشكيل الكيان النفسي للفرد لأنها:

1. تعتبر القيم مرجع الحكم على سلوك الإفراد .
2. تعتبر القيم هدفا يسعى إلى تحقيقها الإفراد .
3. تعتبر القيم باعثا على العمل و بالتالي فهي تصنف باعتبارها دوافع اجتماعية.
4. تحدد القيم للفرد أهدافه من ميادين كثيرة و تدله على المؤثرات المعيقة أو المساعدة على تحقيق الأهداف .

5. تمكن القيم الفرد من معرفة ما يتوقع من الآخرين وماهية ردود أفعالهم .

6. تساعد الفرد على تحمل المسؤولية تجاه حياته ليكون قادر على تفهم كيانه الشخصي و التمعن في قضايا الحياة التي تهمه و تؤدي بالإحساس بالرضي .

و بالإضافة إلى ذلك فإن للقيم أهمية على المستويين الفرد و الاجتماعي:

أ. أهمية القيم على مستوى الفرد :

1. تعطي للفرد إمكانية أداء ماهو مطلوب إليه و تمنحه القدرة على التكيف وتحقيق الرضا عن نفسه لتجاوبه مع الجماعة في المبادئ .

2. تحقق للفرد الإحساس بالأمان وتعطي له الفرصة في التعبير عن نفسه و كذلك تساعده في فهم العالم المحيط به.

3. توجه الفرد إلى الكيفية التي سيتعامل بها مع المواقف المستقبلية وتساعده على التفكير فيما ينبغي له أن يفعله تجاه تلك المواقف و الأحداث.

4. تعمل على ضبط الفرد لشهواته كي لا تتغلب على عقله ووجدانه .

ب . أهمية القيم على المستوى الاجتماعي :

1. تحافظ على المثل العليا والمبادئ المستقرة في المجتمع و تدعم التماسك الاجتماعي و الثبات النسبي لممارسة الحياة الاجتماعية السليمة .

2. تنقي المجتمع من الأنانية المفرطة و النزاعات و الشهوات الطائشة.

3. المجتمع الذي يحمل أفراده قيما و أخلاقيات مجتمع يتنبأ له بحضارة و رقي و ازدهار .

4. تعمل القيم على وحدة المجتمع و تماسكه فكلما زادت وحدة القيم داخل المجتمع زاد تماسكه و ارتباطه ، وكلما قل ارتباطها ببنية النظام الاجتماعي زاد تفكك المجتمع .

5. يمكن استخدام القيم في المجال التوجيه و الإرشاد النفسي و في الانتقاء الأفراد الصالحين لبعض المهتمين مثل العلماء الدين و رجال التربية و الأخصائيين النفسين و المصلحين الاجتماعين و غيرهم.

7. الرياضة قيمة اجتماعية :

تعطي معظم المجتمعات الحديثة إتهماما كبيرا للتقدم العلمي ، وبالرغم من هذا التقدم الذي نعيش فيه إلا أن المجتمعات الحديثة تزخر بالكثير من مشكلات الحياة و كان من نتيجة ذلك أن اصبح الانسان منفصلا عن مجتمعه ، يعيش داخل نفسه تحاصره مفاهيمه و معاييره التي تمزقت نتيجة التقدم الحضاري ، كما تغيرت أغلب تصورات الانسان عن ذاته ، الامر الذي أدى بدرجة كبيرة إلى التذبذب في القيم و عدم التميز بين ما هو صواب وما هو خطأ ، وكل ذلك إنعكس في صراع داخلي بين الانسان ونفسه نتج عنه عجزه عن تطبيق ما قد يؤمن به من قيم نتيجة سيطرة القيم المادية وتغلبها على سعر القيم الاخلاقية والاجتماعية.

وتاتي اهمية القيم الاجتماعية في حياة الفرد من حيث مساهمتها مساهمة فعالة في بناء شخصيته وتشكيل تفكيره و الارتقاء بامكانيته، ولا تقتصر اهميتها الى هذا الحد بل انها تتغلغل في حياته لارتباطها عنده بمعنى الحياة ذاتها ، كما انها تعمل بمثابة موجات للاتزان بين مصالحه الشخصية ومصالح المجتمع.

وتمثل التربية البدنية و الرياضية بنشاطاتها المختلفة جانبا هاما من التربية الاجتماعية، فهي تهتم باكتساب القيم بحكم طبيعة واهداف انشطتها باعتبارها مادة اساسية في المؤسسات التربوية المختلفة،تشارك في الاعداد للمواطنة السليمة أو كأنشطة تمارس بطرق منظمة او غير منظمة داخل و خارج الاندية و الساحات ومراكز الشباب ، والتربية الرياضية دراسة للطبيعة البشرية في مواقف متعددة ولذافهي من المجالات التي تساعد الافراد على فهم انفسهم والمجتع الذي يعيشون فيه وقيمه و مثله العليا .

وتتوقف شخصية الفرد، وقيمه ومكانته الاجتماعية على سلوكه الذي يكتسبه اثناء حياته.والمشاركة العملية في أي لون من الوان الرياضة التي تكسب الفرد كثيرا من القيم الاجتماعية التي تدعم حياته ، وتنمي في نفسه خدمة الصالح العام واحترام الغير، وإعتزازه بالانتماء للجماعة والإخلاص لها ،واعتزاز الجماعة بانتمائه إليها ، مما يؤثر تأثيرا فعالا و حسنا في تدعيم شخصية الفرد وفي تماسك المجتمع و انسجام افراده.

الرياضة كنشاط انساني جماعي لا يتاسس على الدوافع الفيزيولو جية وحدها كما يتبادر الى ذهن الكثيرين، ولكنها تتأسس على دوافع اجتماعية ايضا، لان الفرد حينما يمارس

النشاط الرياضى مع غيرهمن الافراد فإنه يكتسب كثيرا من الخبرات الاجتماعية، ويخطو خطوات حثيثة نحو التقدم الاجتماعي ، وتكوين اتجاهات سليمة في الحياة اساسها رضائه عن نفسه وعن انتماءاته، وعن دوره الذي يقوم به نحوالاخرين.

ومن ذلك يتبين ان التفاعل الاجتماعي هو عامل اساسي مصاحب لنمو البدني في كثير من المجالات الرياضية الامر الذي يتعين ضرورة الموازنة بين الاهتمام بالمهارة الحركية والخبرة الاجتماعية على قدر المساوات اثناء الممارسة للتشاط الرياضي ، و ضرورة الاهتمام بالالعاب الحماعية كوسيلة لتنمية العلاقات الاجتماعية بين الافراد .

خلاصة الفصل :

مما لا ريب فيه أن القيم الاجتماعية هي أساس تماسك المجتمع و رقيه ، فكلما كان أفراد المجتمع يؤمنون بالقيم ودورها التربوي في حياتهم الخاصة والعامة ويدركون أهميتها كلما كان التعاون و المحبة وغيرهما من الصفات الحميدة الموجودة في ذلك المجتمع ويرثها جيلا من جيلا ، وبالقيم يمكن للفرد أن يضبط معاملاته الاجتماعية و الفردية وتمكنه من خلق علاقات جديدة.

تمهيد :

يعرف البحث العلمي بالتكامل بين جزئيه النظري و التطبيقي ، وان كان هناك فصلا بينهما فهو للضرورة المنهجية فقط ، وهذا التكامل يضفي على الدراسة الاجتماعية علمية وموضوعية و تكامل المعطيات أثناء تفعيل عملية فهم و تحليل و التفسير و التركيب بين المتغير المستقل و المتغير التابع للدراسة .

وطبيعة الجزء الامبريقي تقتضي إتباع خطوات منهجية مضبوطة و السير في إطارها من أجل تقديم حلول واقعية ومجردة من الذاتية لإشكالية البحث ، ويتضمن الإطار المنهجي لهذا الجانب ما يلي:

- مجالات الدراسة و الذي يتضمن الإطار ألزماني و المكاني للدراسة.
- المنهج المستخدم وهو المنهج الوصفي
- أدوات الدراسة والتي تمثلت في استمارة لجمع البيانات احتوت على أسئلة مفلوقة.
- عينة الدراسة .

1- مجالات الدراسة :

قمنا بإجراء دراستنا و التي تمثلت في ممارسة الانشطة البدنية والرياضية وانعكاسها على تنمية القيم الاجتماعية .

وكانت دراستنا في ثانوية من ثانويات ولاية بشار.

2-المنهج المتبع :

يعد اختيار منهج الدراسة من بين المراحل الهامة في عملية البحث العلمي ، حيث هو الذي يعمل على إبراز للباحث الكيفية التي يستطيع بها أن يجمع البيانات و المعلومات الخاصة ببحثه ، و يشترط في المنهج أن تكون له علاقة مباشرة مع موضوع الدراسة و إشكالية البحث ، و يكون ملائم لدراسة الظاهرة ليفضي بنتائج موضوعية وواقعية لان "

الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة لاكتساب الحقيقة و منهج البحث يختلفان باختلاف المواضيع ، ولهذا وجدت العديد من المناهج العلمية ، فالباحث يجد نفسه مجبرا على إتباع منهج معين حسب طبيعة إشكالية دراسته ، وتحت ضوء ما سبق من شروط لاختيار المنهج و انطلاقا من موضوع دراستنا و المتمثل في الوقوف على انعكاس ممارسة الانشطة البدنية والرياضية في تنمية القيم الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي ، فإن هذا الموضوع يقتضي منا استعمال

المنهج الوصفي الذي يعني " الطريقة المنظمة لدراسة الحقائق راهنة متعلقة بظاهرة أو موقف أو إفراد أو إحداث أو أوضاع معينة بهدف اكتشاف حقائق جديدة أو التحقق من صحة حقائق قديمة و أثارها ، و العلاقة التي تتصل بها و تفسيرها و كشف الجوانب التي تحكمها ".[1]

ونحاول أن نحقق الأهداف المنشودة و الإجابة على التساؤلات التي أثيرت في إشكالية هذه الدراسة عن طريق تفسير الفرضيات التي و وضعناها من اجل حصر الظاهرة بطريقة تسهل على الباحث معرفة الخطوات التي عليه إن يتحدها و الجوانب المتناولة يصفه محددة و مضبوطة.

3- أدوات البـــــحث :

بقدر ما لمنهج الدراسة من أهمية فهي كذلك أدوات البحث ، فلذلك قمنا في بحثنا هذا باستعمال و اختيار تقنية الاستبيان كأداة للقيام بدراستنا هذه ، و يعتبر الاستبيان بمفهومه العام هو قائمة تتضمن مجموعة من الأسئلة معدة بدقة توزع على بعض التلاميذ من الثانوية الذين يكونون العينة الخاصة للبحث ، و يعرف أحيانا بأنه استمارة تحوي مجموعة من الأسئلة التي يرى الباحث أن إجاباتها تفي بما يتطلبه موضوع بحثه من بيانات توزع على التلاميذ الذين يتم اختيارهم على أسس إحصائية ، يجيبون عليها و نسترجعها بعد دلك .

يعتبر الاستبيان من أدق طرق البحث و جمع البيانات في علوم التربية الرياضية و خاصة في البحوث الوصفية ، وهو يشير إلى الوسيلة التي تستخدم للحصول على أجوبة لأسئلة معينة في شكل استمارة يملؤها المجيب بنفسه .

و الاستبيان في ابسط صوره هو عبارة عن عدد من الأسئلة المحددة يعرض على عينة من الإفراد و يطلب منهم الإجابة عنها بالكتابة ، فلا يتطلب الأمر شرحا شفويا مباشر أو تفسيرا من الباحث و تكتب الأسئلة أو تطبع على ما يسمى استمارة .

و اعتمدنا في هذا الاستبيان عن مجموعة من الأسئلة المختلفة فكان منها الأسئلة المغلقة و المفتوحة، و النصف المفتوحة.

أ- الأسئلة المغلقة:

و في هذا النوع من الأسئلة يحدد الباحث الإجابة الممكنة أو المحتملة لكل سؤال و يطلب من المجيب اختيار احد أو أكثر ، أي أن يقيده في اختيار الإجابة ولا يعطيه الحرية لإعطاء إجابته من عنده ، و يمتاز هذا النوع من الأسئلة بالإجابات المحددة و الموحدة و السهولة .....

4- العينة و طرق اختيارها :

العينة هي عيار عن مجموعة جزئية من الأفراد و المشاهدات أو الظواهر التي تشكل مجتمع الدراسة الأصلي فبدلا من إجراء الدراسة على كامل مفردات المجتمع يتم اختيار جزء من تلك المفردات بطريقة العينة ، وعن طريق دراسة ذلك الجزء يمكن تعميم النتائج التي تم الحصول عليها على مجتمع الدراسة الأصلي ..... وكلما كان اختيار العينة بشكل دقيق ومضبوط سوف يعطي نتائج مشابهة إلى حد كبير لعملية دراسة كامل مجتمع الدراسة .

وحسب ما سبق قد تمثل مجتمع دراستنا في ، ثانوية محمودي ابراهيم بشار ، فكان المجموع الكلي لمجتمع دراستنا هو200 فأخدنا منه عينة لدراستنا بعدد 49 تلميد ممارسين للانشطة البدنية والرياضية .

وكانت النسبة المئوية للعينة كآلاتي:

$$200 \longrightarrow 100\%$$

$$49 \longrightarrow \text{س}$$

$$\text{س} = \frac{49*100}{200} = 24.5\% \approx 24\%$$

5- الخلفية النظريـــــة :

أصبحت كلمة رياضة تجلب الكثير من المهتمين و الباحثين خاصة و أصبح العالم المعاصر يبدي اهتماما كبيرا من حيث المشاركة في البطولات العالمية وبالأخص الألعاب الاولمبية ، حيث تعتبر في بعض الدول مظهرا من مظاهر التقدم و التطور فالتفوق في الرياضة له دلالاته منها قوة الأساليب العلمية المستعملة في رفع المستوى الرياضي ، وان مستوى تفوقه أصبح له بيانات على مدى التقدم الاجتماعي ،و الرياضة هي العالم الصغير الذي ينظر من خلاله إلى المجتمع الكبير ، فطبيعة الرياضة و تنظيمها وتكوينها يعطي فكرة كبيرة عن المجتمع ومن ثم فهي كمرآة عاكسة لكثير من المستويات الاجتماعية ، مما جعلها موضوع بحث كثير من العلوم ومن أهمها علم الاجتماع . وغيره من العلوم بل تعدى الأمر ذلك حيث أصبح هناك مايسمى بعلم الاجتماع الرياضي ، الذي يتخذ قاعدة دراسته من الرياضة التي تمثل جزأ لا يتجزأ من الكل الاجتماعي.

وكإسقاط هذا كله على دراستنا التي تمثلت في تأثيرالانشطة البدنية والرياضية وانعكاسها على تنمية القيم الاجتماعية لدى تلاميد الطور الثانوي ، حيث لا حظنا أن القيم هي قاعدة من القواعد الأساسية التي ترتكز عليها التنمية الاجتماعية وكل مؤسسات التربية ، فإن الكثير من أفراد المجتمع لا يستطيع الكثير آن يقرأها قراءة صحيحة و في محلها والى قصدها الذي ترمي له .

- صعوبات الدراسة :

لا يمكن الجزم بأن أي بحث علمي لا يخلو من الصعوبات وخاصة عندما يتناول الباحث موضوع خاص بتلميد الطور الثانوي وموضوع جديد كما هو الحال في بحثنا فواجهتنا بعض الصعوبات في الجانب النظري و التي غالبا ما تمثلت في قلت المراجع .

أما في الجانب التطبيقي فصعب علينا

- تحديد مجتمع الدراسة
- صعوبة في المدة الزمنية التي يتم فيها انجاز هذا العمل .
- صعوبة في التعامل مع صفة العينة و التي تمثلت في التلميدات

المحور الاول: الانشطة البدنية والرياضية

السؤال 01: هل تشجعك أسرتك على ممارسة النشاط الرياضي ؟

إن الغرض من هدا السؤال هو معرفة مدى اهتمام أسر التلاميد بالنشاط الرياضي .

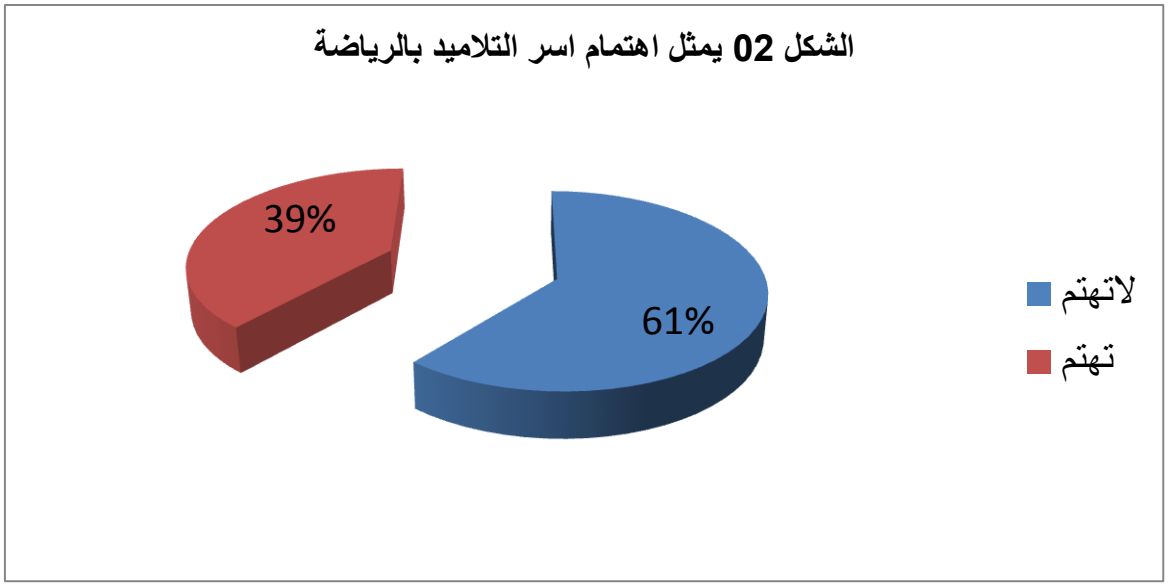
الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%
نعم	**19**	**%38.88**
لا	**30**	**%61.22**
المجموع	**49**	**%100**

الجدول 06 : يمثل مدى اهتمام أسر التلاميد بالنشاط الرياضي .

عرض و مناقشة النتائج :

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن نسبة **38.88%** من التلاميد تشجعهم اسرهم على ممارسة الرياضة ، إما نسبة **61.22%**من التلاميد لا تهتم أسرهم بالرياضة اساسا.

نستنج : أن النسبة القليلة من التلاميد أن عائلاتهم هم من يملكون ثقافة رياضية ويتابعون أخبارها بينما النسبة الكبيرة فنستطيع القول أن عائلاتهم لا يعلمون ما تحققه الرياضة من ايجابيات خاصة على المستوى الاجتماعي من تطور علاقات وخلق صداقات.



❖ **السؤال 05 :** هل تقام دورات رياضية في مجتمعك ؟

الغرض من طرح هذا السؤال هو معرفة إذا كانت تقام رياضات في مجتمع التلاميذ.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%
نعم	16	%32.66
لا	33	%67.34
المجموع	49	%100

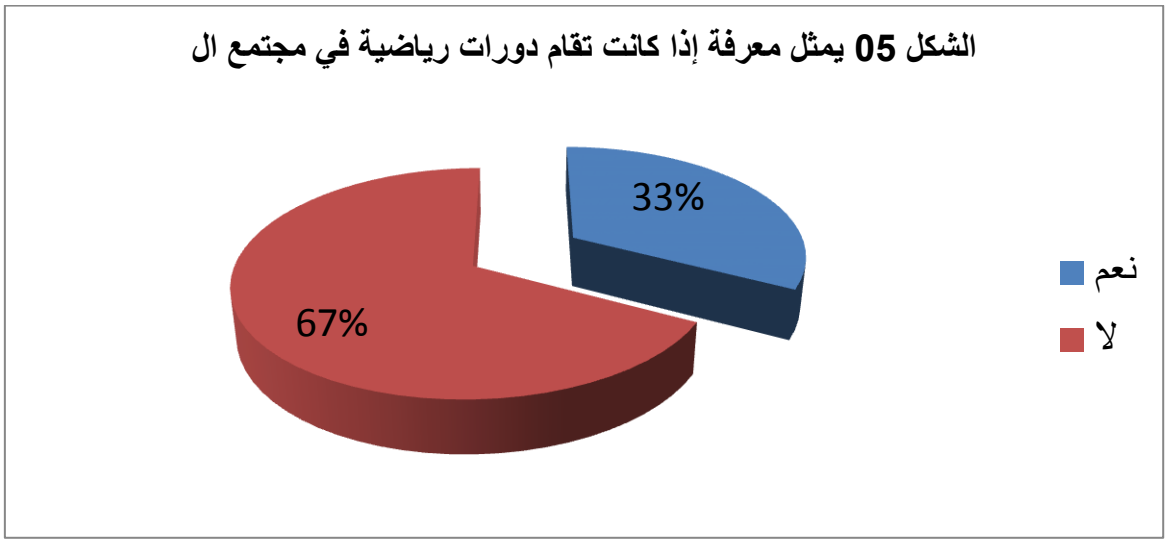
الجدول05 : يمثل معرفة إذا كانت تقام رياضات في مجتمع التلاميذ.

عرض ومناقشة النتائج:

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن نسبة **%32.66** اجبو ب نعم ، أما نسبة **%67.34** اجبو ب لا

نستنتج: أن النسبة الضعيفة تقام في مجتمعهم دورات رياضية وذلك راجع إلى توفره على المنشات الرياضية ،في حين راجع نرى أن نسبة كبيرة من افراد العينة لا تقام في

مجتمعهم دورات رياضية وذلك راجع إلى عدم الاهتمام بالرياضة داخل المجتمع وعدم توفير المنشات الرياضية.



❖ **السؤال 08:** هل ممارسة النشاط الرياضي مخالف لقوانين مجتمعك ؟

الغرض من هذا السؤال هو معرفة إذا كان النشاط الرياضي مخالف لقوانين مجتمعك.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية%
نعم	**21**	**%42.85**
لا	**28**	**%57.15**
المجموع	**49**	**%100**

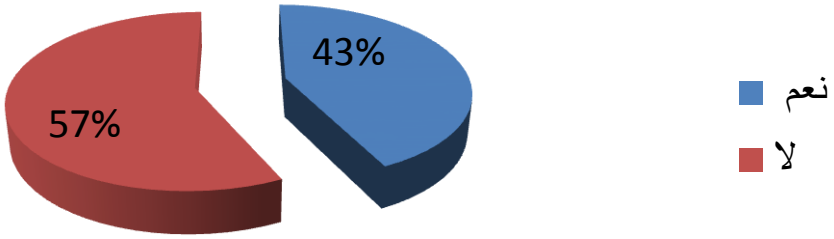
الجدول 12 : يمثل معرفة إذا كان النشاط الرياضي مخالف لقوانين مجتمعك .

عرض ومناقشة النتائج:

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن نسبة **%42.85** اجبو ب نعم، في حين نرى أن نسبة **%57.15** اجبو ب لا.

نستنتج: أن معظم التلاميذ لا يدركو المفهوم الكامل للنشاط الرياضي وفائدته على الجسم.

الشكل 08 يمثل معرفة إذا كان النشاط الرياضي مخالف لقوانين المجتمع



الاستنتاج العام:

من خلال ملاحظة وتحليل النتائج الخاصة بالاستبيان و مطابقة نتائج المحاور مع الفرضيات الخاصة بالدراسة تبين لنا اثر القيم الاجتماعية على ممارسة التلاميذ للأنشطة البدنية و الرياضية إذ تجلى لنا أن التلاميذ يتعرضون لبعض وجهات النظر السلبية التي قد تأثر على ممارستهم للرياضة ، ومشكلة الانتقادات التي تعيقهم أو تضبط من رغبتهم في ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية إضافة إلى وجود عادات وتقاليد المجتمع التي قد تقف حاجزا بين التلاميذ وممارساهم للأنشطة البدنية والرياضية لما تفرضه العادات من قيود و لاحظنا من خلال النتائج المتوصل إليها أن انتماء التلاميذ لعائلات رياضية تؤثر على ممارستهم للرياضة ، ومشكلة نوع الثقافة التي تواجه الكثير من التلاميذ ويرونها عائقا وخاصة التلميذات لديهم مشكل الاختلاط وإشراف الأستاذ على حصة التربية البدنية ، فعندما تلتقي هده المشاكل تهمل الرياضة عند التلاميذ على الرغم مما تحققه لهم من فوائد جسمية و نفسية و اجتماعية و ثقافية ، لكن رغم كل هده المشكلات هناك تجاوب كبير بين ممارسة التلاميذ للأنشطة البدنية والرياضية وانعكاسها على تنمية قيمهم الاجتماعية فمن خلال نتائج الجدول في المحور الثاني اتضح جليا انه أثناء حصة التربية البدنية يسود نوع من التعاون و الروح الرياضية والعديد من القيم الاجتماعية وهدا شيء ايجابي تحققه الأنشطة البدنية والرياضية على غرار ما تحققه من فوائد جسمية وعقلية وقيم أخرى وفي الأخير نتوصل إلى إن لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية انعكاس على تنمية القيم الاجتماعية.

اقتراحات وتوصيات:

بعد عرض نتائج البحث والخروج ببعض الاستنتاجات ،ارتأينا إعطاء بعض التوصيات التي نراها ضرورية قد تلقى أذانا صاغية نذكر منها :

- ❖ ضرورة إجراء دورات رياضية ومنافسات داخل وخارج الثانوية بغرض تشجيع التلاميذ على ممارسة الأنشطة البدنية .
- ❖ ضرورة الاهتمام بالأنشطة البدنية والرياضية مع إعادة النظر في الزيادة في ساعات حصة التربية البدنية لما تلعبه من دور هام في تنمية القيم الاجتماعية.
- ❖ ضرورة التوعية بالفوائد الناتجة عن ممارسة الأنشطة البدنية وليس أنها حصص ترفيهية فحسب .
- ❖ الاهتمام بحصة التربية البدنية من جميع النواحي وإعطائها المكانة التي تستحقها .
- ❖ تشجيع التلاميذ وتحفيزهم على ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.
- ❖ ضرورة التأكيد على إبراز الجانب القيمي لدرس التربية البدنية و الرياضية .
- ❖ ضرورة الدفع بالتلاميذ من أجل إكتساب أكثر القيم جدية في قضية التعامل و التفاعل مع الآخر .
- ❖ تحفيز التلاميذ لممارسة الرياضة عموما لما لها من دور فعال في تثبيت القيم الإجتماعية (الروح الرياضية ،التعاون ،التآزر،التكافل ....)
- ❖ العمل على خلق جو نفسي إجتماعي يهيء و يحفز على تنمية المهارات الإجتماعية في حصة التربية البدنية و الرياضية .
- ❖ تشجيع الأستاذ و الإدارة على تعليم و تنمية المهارات الإجتماعية لما لها من تأثير على الجانب الإجتماعي عموما .
- ❖ عقد ندوات و دراسات تبرز الجانب الإجتماعي و التربوي لدرس التربية البدنية والرياضية بالخصوص و الرياضة عموما .
- ❖ العمل على تلقين كل الأجيال على الاعتماد و الإهتمام بالمهارات الإجتماعية السليمة التي تمتثل لتقاليد و تراث المجتمع.

وفي الأخير نتمنى أن يكون بحثنا هذا مقدمة لدراسات مقبلة حول ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية والدور الذي تلعبه في تنمية القيم بشكل عام والقيم الاجتماعية بشكل خاص ولا شك أن أمور أخرى كانت تستحق منا التفسير والتعمق ،إلا اننالم نوفيها حقها وترجوا بهذا البحث أننا أفتحنا أفاقا جديدة لأبحاث ودراسات في هذا الموضوع بجوانبه المختلفة ونأمل أن نكون قد أسهمنا بهذا العمل المتواضع بشكل ايجابي يفيد الباحثين ولو بشيء قليل في أبحاث جديدة .

الخاتمـــة :

تعتبر الأنشطة البدنية و الرياضية أحد المتطلبات الأساسية في بناء المجتمعات ، التي أصبح يعول عليها كثيرا في مختلف المجتمعات ، والمناسبة لجميع الأعمار ولكلا الجنسين على السواء ، وهي أحد المقومات الرئيسية لأي برنامج لبناء القيم ويفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله ، حيث تستدعي وضع التلاميذ في ظروف حقيقية مشابهة لما يعايشه في المنافسات الرياضية الرسمية ولهذا قد يجبر التلاميذ على ممارستها في الثانوية لتحقيق الأهداف سواء كانت هذه الأهداف اجتماعية عاطفية وحسية حركية ومعرفية .

بالاعتماد على ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية تحقق أهداف تربوية اجتماعية وانفعالية ونفسية كتنمية العلاقات تنمية روح الجماعة والإحساس الشعور بالمسؤولية و روح التعاون إلى غير ذلك من الأهداف التي تساعد التلميذ في بناء الشخصية الكاملة بصورة سليمة التي تدفعه للذهاب بعيدا ، كما أن الأنشطة البدنية و الرياضية تعتبر من أنجع الطرق والوسائل في تنمية الصفات الاجتماعية والعاطفية كثقة النفس والتحكم في الانفعالات واحترام الغير .

ومن خلال الدراسة يبين لنا أن معظم اهتمامات التلاميذ شملت على تنمية الجانب الاجتماعي العاطفي وذلك نظرا لسن التلاميذ التي هي مرحلة المراهقة التي تبدوا صعبة اتجاه التلاميذ .

قائمـــة المراجـع

1- احمد زكي بدوي ، معجم المصطلحات للعلوم الاجتماعية ، 1993،

2- احمدعاط غيث . علم الاجتماع . دار المعرفة . الإسكندرية.1993. ب ط .

3- احمد حسن الشافعي ، سوزان احمد مرسي ، تاريخ التربية البدنية و الرياضية في المجتمعين العربي و الدولي ، منشأ المعارف ، ب ط،1992

4- السيد حنفي عوض، علم الاجتماع التربوي الأسس النظري و المجالات التطبيقية، مكتبة أية ، القاهرة ، 2005،

5- السيد خير الله، علم النفس التربوي، دار النهضة العربية، بيروت،1986

6- إحسان محمد الحسن، الفراغ ومشكلات استثماره ودراسة مقارنة في علم اجتماع الفراغ، بيروت :دار الطليعة. العربية،1986 -

7- إيهاب عيسى المصري وآخرون .القيم التربوية والأخلاقية .مؤسسة طيبة للنشر و التوزيع .القاهرة . ط1 .2013.

8- كمال درويش، أمين الخولي :أصول الترويح وأوقات الفراغ، ط3 ،القاهرة :در الفكر العربي- ،1990

9- كمال درويش - محمد الحماحمي، رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، مصر : دار الفكر العربي، القاهرة،1999

10- محمد احمد بيومي، علم اجتماع القيم، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1990،

11- محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، مصر، القاهرة،1965

12- محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة،ب ط، 1986 ،

13- محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ، نظريات وطرق التربية البدنية ، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1992،2

14- محمود السيد أبو النيل ، القيم و الانتاح ، بيروت ، دار النهضة العربية ـ 1986،

15 محمد علي محمد، وقت الفراغ في المجتمع الحديث، مصر :دار النهضة العربية، 1986،

16 - منصور الرفاعي عبيد ، الإسلام ومنهجه في تربية الأبناء وقضايا إسلامية ، الهيئة المصرية العامة للكتاب القاهرة ،1992

17- مصطفى حسين باهي ، إخلاص محمد حفيظ ، طرق البحث العلمي و التحليل الإحصائي في المجالات التربوية و النفسية و الرياضية ، مركز الكتاب للطباعة و النشر ، مصر ، 2000، ص :56.

18- علي عبد الحليم محمود ، تربية النشء المسلم ، دار الوفاء للطباعة و النشر ، المنصورة ، 1992

19- علي يحي المنصوري، الثقافة والرياضة، ج1 ، القاهرة، 1971

20- عطيات محمد خطاب :أوقات الفراغ والترويح، ط3 ، القاهرة :دار المعارف، 1988،

21- سعيد إسماعيل علي، أصول التربية الإسلامية، عالم الكتب، القاهرة، 2002،

22- صلاح احمد محاب ، سيكولوجية النفس و مستوى طموح الأم ، الرباط ، دار درمان للنشر و التوزيع ، 1989

23- وهبة الزحيلى ، القيم الإنسانية في القران الكريم ، دار المكتبي ، دمشق ، 2000 ،

24- يوسف القرضاوي . التربية الإسلامية و حسن ألبنا. مكتبة وهبة . القاهرة. 1992.

المذكرات و البحوث:

25- محمد قطو ، المحيط والملاكمة النسوية : تأثير العوامل الاجتماعية ـ الثقافية على ممارسة الملاكمة النسوية بالأزهرية ، بحث ، المعهد الوطني للتكوين العالي في العلوم و تكنولوجية الرياضة ، دالي إبراهيم ، 2000- 2001.

26- محمد رياض فحصي ، الاتجاهات نحو مادة التربية البدنية و الرياضية و علاقتها بالقيم الاجتماعية ، أطروحة ماجستير ، كلية العلوم الاجتماعية جامعة الجزائر ، 2000 - 2001

27- ونوغي النذير و آخرون. واقع التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي أطروحة الليسانس .معهد التربية البدنية والرياضية .جامعة الجزائر.2008 .ص21.

المجلات والمنتديات:

28- منتديات الزهراوي ، عبد الرحمان اقرع ، الطب الرياضي .

29- المنتديات الرياضية، العقل السليم في الجسم السليم، فوائد ممارسة الرياضة.

المراجع باللغة بالأجنبية :

30-Meri kereit : lachombionnes dans le sport algérien doctorat . D'état. s/s Alger 1996

31-c.Pociello : sport et société ' édition Vigo 'France 1996.

32-abrileci : sien ces du sport – p.m.e. Tipaza- 1996

استمارة موجهة للاستاد

ملاحظة : ضع علامة (X) في الخانة المناسبة.

المحور الثاني: تنمية القيم الاجتماعية

1 – هل تساعد الانشطة البدنية و الرياضية التلميد على احترام القوانين الاجتماعية ؟

نعم ☐ لا ☐

2– في نظرك هل الانشطة البدنية و الرياضية تساعد على تنمية الصفات الحميدة بين التلاميد؟

نعم ☐ لا ☐

3– ماهي التصرفات التي تسود بين التلاميد اثناء الحصة ؟

الصراع ☐ التعاون ☐

4 – هل ممارسة النشاط الرياضي ينمي القيم في المجتمع ؟

نعم ☐ لا ☐

5- في رأيك . هل الانشطة البدنية و الرياضية تساهم في خلق العلاقات الاجتماعية بين التلاميد ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

6- هل هذه العلاقة الاجتماعية تنمي روح التعاون داخل المجموعة ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

7-هل لممارسة الانشطة البدنية والرياضية دور في ترسيخ القيم الاجتماعية ؟

نعم ☐ لا ☐

جامعة مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

عبد الحميد بن باديس

استمارة

في اطار انجاز بحث علمي ميداني قصد نيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات الانشطة البدنية و الرياضية تحت عنوان مدكرة: "**ممارسة الانشطة البدنية و الرياضية و انعكاسها على تنمية القيم الاجتماعية** "

فنرجو منكم الاجابة على اسئلة هده الاستمارة ودلك لتسهيل مجريات دراستنا من جهة و اثراء البحث العلمي من جهة اخرى كما نحيطكم علما ان معلومات هده الاستمارة مخصصة لاغراض علمية لا لغييرها .

ملاحظة : ضع علامة (X) في الخانة المناسبة.

المحور الاول: الانشطة البدنية والرياضية

1-هل تشجعك اسرتك على ممارسة الرياضة ؟

نعم ☐ لا ☐

2-هل هناك ممارسين الانشطة البدنية و الرياضية في عائلتك ؟

نعم ☐ لا ☐

3- هل الانشطة البدنية و الرياضية تساعدك على تنمية علاقاتك مع افراد مجتمعك ؟

نعم ☐ لا ☐

4- في رأيك هل ممارسة الانشطة البدنية و الرياضية تنعكس ايجابيا على شخصيتك ؟

نعم ☐ لا ☐

5- هل تقام دورات رياضية في مجتمعك؟

نعم ☐ لا ☐

6- هل لك رغبة في ممارسة الانشطة البدنية الرياضية ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

7- هل ممارسة النشاط الرياضي مخالف لقوانين مجتمعك ؟

نعم ☐ لا ☐

المحور الثاني : تنمية القيم الاجتماعية

8- اثناء الحصة تكون:

اناني ☐ متعاون ☐

9- كيف هي نظرة مجتمعك لممارس الانشطة البدنية و الرياضية ؟

محترمة ☐ غير محترمة ☐

10- أثناء اللعب هل يتجنب زملاءك الصراعات؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبد ☐

11-هل ترى التنافس مع الآخرين صفة اجتماعية؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

12-هل تساعدك الانشطة البدنية و الرياضية على خلق صداقة جديدة؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

13- هل تتمتع بالروح الرياضية أثناء اللعب مع زملائك؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐

14 – هل تتبادل النصائح أثناء الحصة مع زملائك ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ أبدا ☐