



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم  
معهد التربية البدنية والرياضية  
قسم: علم الحركة وحركية الإنسان



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر  
في التربية البدنية والرياضية

تحت عنوان:

فاعلية الاتصال اللفظي لأستاذ التربية البدنية والرياضية  
في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي

بحث وصفي أسلوب مسحي دراسة ميدانية ببعض ثانوية بلدية واد رهيو ولاية غليزان

إشراف:

\*د. بن زيدان حسين

من اعداد:

خوالد اسامة

السنة الجامعية: 2016 – 2017

قال الله تعالى :

بسم الله الرحمن الرحيم " قل هل يستوي الذين يعلمون والذين لا يعلمون إنما يتذكر أولوا الألباب " صدق الله العظيم .

سورة الزمر الآية : (09).

# شكر وعرّفان

قال الله تعالى : بسم الله الرحمن الرحيم " قل هل يستوي الذين يعلمون والذين لا يعلمون  
إنما يتذكر أولو الألباب " صدق الله العظيم

سورة الزمر الآية : (09).

الحمد لله مدبر الليالي والأيام ، الملك القدوس السلام ، المنفرد بالعظمة و البقاء و الدوام ،  
إله رحيم كثير الأنعام .

نحمد الله ونشكره على توفيقه إيانا ، ومنحنا القوة والعون لإنجاز هذا البحث الذي كان ثمرة  
خمس سنوات .

و إذا كان الإعراف بالجميل من شيم النفوس الكريمة فإننا نتقدم بأخلص تعابير الشكر ، و  
أسمى معاني التقدير إلى الدكتور المشرف " بن زيدان حسين " على كل ما قدمه لنا من  
مساعدات ونصائح وإرشادات طيلة فترة إجراء هذا البحث فكان بمثابة السراج الذي أنار  
دربنا حتى خرج عملنا إلى النور والشكل المنشود .

كما نتقدم بالشكر الجزيل لكل الأساتذة الذين درست عندهم من السنة الأولى إلى السنة  
الثانية ماستر في معهد التربية البدنية والرياضية .

## إهداء

نهدي عملنا هذا إلى كل من تمنى لنا النجاح وساهم في إتمام هذا العمل من قريب أو من بعيد إلى كل طاقم معهد التربية البدنية والرياضية من عمال و إداريين و أساتذة ونخص بالذكر الأستاذ المشرف ( بن زيدان حسين ) .  
إلى محبي الله والوطن والعلم .

خوالد أسامة

## محتويات البحث

الرقم	المحتويات	الصفحة
	الآية القرآنية	
	كلمة شكر	
	إهداء	
	محتويات البحث	
	قائمة الجداول	
	قائمة الملاحق	
	المقدمة	
	<b>الفصل التمهيدي</b>	
1	إشكالية البحث	
2	فرضيات البحث	
3	أهمية و أهداف البحث	
4	الدراسات السابقة والمثابمة	
5	تحديد المصطلحات والمفاهيم	
	الجانب النظري	
	<b>الفصل الأول : الإتصال اللفضي</b>	
	تمهيد	
1	مفهوم الإتصال	01
2	أنواع الإتصال	01
1-2	من حيث الوسائل المستخدمة	01
2-2	من حيث درجة رسمية	01
3-2	من حيث إتجاهاته	01

02	المراحل التي تمر عملية الإتصال	3
03	تعريف الإتصال اللفضي	4
03	عناصر الإتصال اللفضي	5
03	المرسل ( المتحدث )	1-5
04	المرسل إليه ( المستمع )	2-5
05	الأداة	3-5
06	الرسالة	4-5
07	أهمية و اهداف الإتصال اللفضي	6
08	المهارات النفسية والفنية للمرسل (المتحدث )	7
08	المهارات النفسية	1-7
09	المهارات الفنية	2-7
10	معوقات الإتصال اللفضي	8
10	العوائق المتعلقة بالمرسل	1-8
12	العوائق المتعلقة بالمستقبل	2-8
12	العوائق المتعلقة ببيئة الإتصال	3-8
13	خلاصة	
	<b>الفصل الثاني : التوافق النفسي</b>	
15	تمهيد	
15	بعض التعاريف للتوافق النفسي	1
15	مؤشرات التوافق النفسي	2
16	أبعاد التوافق النفسي	3
17	أساليب التوافق الغير المباشرة	4

17	التوافق عن طريق الحيل اللاشعورية- آليات عقلية	1-4
19	الأحلام كأسلوب توافقي	2-4
20	العوامل التي تفوق إتمام التوافق النفسي	5
21	العملية التعليمية والتوافق النفسي	6
22	التوافق النفسي وعلاقته بالأنشطة الرياضية	7
24	الخلاصة	
<b>الجانب التطبيقي</b>		
<b>الفصل الثالث : منهجية البحث والإجراءات الدراسة الميدانية</b>		
27	تمهيد	
27	منهج البحث	1
27	المجتمع وعينة البحث	2
28	مجالات البحث	3
29	لأداة المستعملة في البحث	4
29	الدراسة الإستطلاعية	5
30	صدق وثبات الإستبيان	6
30	الاسلوب الإحصائي المستعمل في الدراسة	7
31	مقياس التوافق النفسي	8
<b>الفصل الرابع : (عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية )</b>		
36	عرض و تحليل ومناقشة نتائج الإستبيان الخاص بالتلاميذ	1

46	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الإستهبان الخاص بالأساتذة	2
54	عرض وتحليل مقياس التوافق النفسي	3
63	الإستنتاجات	4
63	مقابلة النتائج بالفرضيات	5
64	الخاتمة	6
65	توصيات و إقتراحات	
	المراجع والمصادر	
	الملاحق	



## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
36	يبين توزيع أفراد العينة الأساتذة على 4 ثانويات بلدية وادي رهيو .	جدول رقم(1)
	يبين توزيع أفراد العينة التلاميذ على 4 ثانويات بلدية وادي رهيو .	جدول رقم(2)
	تأثير كلام الأستاذ على المتعلمين من الناحية النفسية خلال حصة التربية البدنية والرياضية .	جدول رقم(3)
	يوضح مدى تأثير الشرح من طرف الاستاذ في التعليم المهارة للمتعلمين .	جدول رقم(4)
	يوضح اللغة التي يراها المتعلمون مناسبة أثناء شرح الأستاذ لمختلف المواقف التعليمية .	جدول رقم(5)
	يوضح مدى قدرة المتعلمين على إستيعاب المعلومات في ضل إستعمال الأستاذ لألفاظ و مصطلحات غامضة الفهم أثناء الشرح.	جدول رقم(6)
	يوضح درجة إستيعاب المتعلمين للمعلومات في حالة تحدث الأستاذ بصوت منخفض .	جدول رقم(7)
	يوضح كيفية تجاوب التلاميذ مع مختلف المواقف التعليمية في ضل إنتهاج الأستاذ لطريقة تسلطية خلال حصة التربية البدنية والرياضية .	جدول رقم(8)
	يوضح الدور الذي يحققه تنقل الأستاذ بين المتعلمين أثناء تأدية مختلف المواقف التعليمية .	جدول رقم(9)
	يوضح مدى تأثير مساعدة الأستاذ المتعلمين في حل مشاكل النفسية والاجتماعية في إقباله على أداء مختلف المواقف التعليمية .	جدول رقم(10)

	يوضح مدى إستيعاب المتعلمين للمعلومات في حالة خروج الأستاذ عن الموضوع أثناء الشرح مختلف مواقف التعلمية	جدول رقم(11)
	يوضح الحالة النفسية التي يكون عليها التلميذ في حالة تعرضه لنقد مباشر أمام الزملاء من طرف الأستاذ.	جدول رقم(12)
	يوضح مدى إستعمال الأستاذ لأسلوب التشجيع والتحفيز على المستوى المعرفي للتعلم خلال حصة التربية البدنية والرياضية .	جدول رقم(13)
	يوضح الوضعية المختارة من قبل التلاميذ من الأستاذ أثناء عرض مختلف حالات التعلمية .	جدول رقم(14)
	يوضح الهدف من وجود الأستاذ بالقرب من المتعلمين خلال عرض مختلف الحالات التعلمية .	جدول رقم(15)
	يوضح رد فعل المتعلم أثناء مشاركة الأستاذ في أداء مختلف الأنشطة الرياضية .	جدول رقم(16)
	يبين الطريقة المناسبة من قبل الأستاذ لإيصال المعلومات للتلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية .	جدول رقم(17)
	يبين دور إستخدام الأستاذ لمصطلحات علمية مفهومة أثناء الشرح في تحقيق التوافق النفسي الحركي للمتعلمين .	جدول رقم(18)
	يبين نوع الطريقة التي ينتهجها الأستاذ عند نقص إستيعاب المتعلمين لمهارة معينة.	جدول رقم(19)
	يوضح درجة تأثير العبارات اللفظية الزائدة المستعملة من طرف الأستاذ على إستيعاب الجيد من المتعلمين .	جدول رقم(20)
	يوضح الغرض من التدعيم بالأدلة أثناء شرح الأستاذ	جدول رقم(21)

	لمختلف المواقف التعليمية .	
جدول رقم(22)	يوضح الناحية التي يتأثر بها التلاميذ عند تتقل الأستاذ بينهم أثناء أداء بعض المهارات الحركية .	
جدول رقم(23)	يوضح الهدف من توزيع النظر لأستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء عرض مختلف المواقف التعليمية.	
جدول رقم(24)	يوضح درجة أهمية الإتصال اللفضي لأستاذ التربية البدنية والرياضية مع المتعلمين .	
جدول رقم(25)	يوضح رد فعل المتعلم أثناء مشاركة الأستاذ له في أداء مختلف الانشطة الرياضية .	
جدول رقم(26)	يوضح أهمية إستخدام أسلوب التشجيع والتحفيز من طرف الأستاذ لتحقيق أداء حركي جيد لدى المتعلمين خلال حصة التربية البدنية والرياضية .	
جدول رقم(27)	يوضح الوضعية البيداغوجية المناسبة للاستاذ أثناء عرض مختلف المواقف التعليمية .	

## مقدمة :-

من المعلوم أن الدم يجرى أثناء دورته داخل حلقة مغلقة من الأوعية الدموية مبطنة بطبقة من خلايا النسيج الطلائى يجعل هذه الأوعية من الداخل ملساء ولا يخفى أن للدم وظائف رئيسية يؤديها داخل الجسم أهمها :

انه يحمل الأغذية والأكسجين إلى مختلف أنحاء الجسم ثم يعود من هذه الأنحاء حاملا معه مخلفات الاحتراق بما فيها ثاني أكسيد الكربون وتتولد باحتراق الأغذية طاقة حرارية يعمل الدم أثناء دورته على توزيعها بانتظام على مختلف الأنسجة وبذلك يحتفظ الجسم بدرجة حرارته الخاصة به. وللدم ضغطه وله حجم يملأ به تجويف الدورة ولهذا يدق القلب فى انتظام ليدفع إلى شرايين فى كل دقه من دقائقه مقدار يساوى ذلك المقدار الذى يتسلمه من الأوردة.

وإذا قطع جدار أي وعاء ، كان من الطبيعي أن يسيل الدم من الثغرة أو القطع إلى خارج الدورة فإذا كانت الثغرة صغيرة والدم الأرب من الدورة لا يعدو فى مقداره القطرات سمي هذا إدماء كالذي يحدث مثلا عند وخذ الأبره

وإذا كانت الثغرة كبيرة وجرى الدم إلى خارج الدورة بمقادير ملحوظة ثم هذا النزيف

## تعريف النزيف :-

هو خروج الدم خارج الوعاء الدموي الناقل له سواء كان ذلك وريدا أو شريان بطريقة الإصابة أو المرض داخل الجسم أو خارجه.

## أسباب النزيف :-

- 1- الجروح والإصابات المباشرة للجسم.
- 2- أثناء أو بعد العمليات الجراحية.
- 3- أمراض الدم التى ينتج عنها نقص أحد عوامل التجلط.
- 4- النزيف الداخلى فى حالات قرحة المعدة ، الأنتى عشر ، الدرن ، دوالي المريء.

## أنواع النزيف :-

النزيف باعتبار مكانه نوعان :

- 1- خارجي 2- داخلي
- وباعتباره مصادره ثلاثة أنواع:
- 1- شرياني 2- شعيري 3- وريدي

## 1- النزيف الخارجى :-

وهو النزيف العادي الذى نراه فى الجروح خارج الجسم كالنزيف الذى يخرج من سطح الجسم عند الإصابة.

## 2- النزيف الداخلى :-

من الأوعية الدموية التي بداخل الجسم وهي لا ترى في العادة على الأقل في مراحلها الأولى ويعتمد التشخيص على التليف الذي يحدثه النزيف وهو نوعان:

(أ) - نزيف داخلي حقيقي حيث لا يوجد أي دم منظور كنزيف المخ..

(ب)- نزيف داخلي ظاهر أي أن الدم يأخذ طريقة بوسيلة أو بأخرى إلى سطح الجسم ويتم ذلك عن طريقين :

- 1- فتحة من الفتحات الطبيعية في الجسم كما في حالات النزف المعدي أو المعوي.
- 2- سير الدم بين الأنسجة المختلفة ويظهر تحت الجلد على هيئة إزرقاق أو تجمع دموي.

(ب) - أنواع النزيف باعتبار مصدره :

1- شرياني 2- وريدي 3- شعيري

- 1- في النزيف الشرياني يخرج الدم أحمر قاتم وعلى دفعات تطابق كل منها دقة من دقات القلب.
- 2- في النزيف الوريدي يسيل الدم ويخرج باستمرار وحمرة الدم تكون داكنة قائمة أو مائلة أو السواد.
- 3- في النزيف الشعيري ينشع ويخرج الدم كما لو كان رشحا على سطح الجلد من فتحات دقيقة ويكون أقرب إلى الإدماء منه إلى النزف.

أعراض النزيف الدموي عامة سواء كان خارجيا أو داخليا وذلك إذا كان شديدا مستمرا :

- 1- سرعة فقدان القوة مصحوبا بدوار وإغماء لقلة إمداد المخ والمراكز الحيوية بالدم اللازم لها وقد يفقد المصاب وعيه.
- 2- طنين في الأذنين وإضطرابات في إبصار العينين
- 3- عسر في التنفس مع سرعته وذلك لعدم إمكان الجسم الحصول على كفايته من الأكسجين.
- 4- قد يبدو عليه الضجر وعدم الاستقرار للحاجة للهواء ويحاول أن يجذب ما حول عنقه من ملابس.
- 5- يأخذ النبض في الضعف والسرعة حتى يتعذر جسده عند الرسغ.
- 6- هبوط مستمر في ضغط الدم وذلك للأقلال من كمية النزيف .
- 7- انخفاض في درجة الحرارة - فيبرد الجسم ويبلل بالعرق.
- 8- شحوب وبهتان في الوجه والشفتين وانكماش في أوعية الجلد والأغشية المخاطية فيتسبب عن ذلك برودة هذه السطوح وبهتان لونها.
- 9- جفاف الفم و الشفتين مع الشعور بظماً شديداً.

فإذا ما شوهدت هذه الأعراض دون رؤية دم منظور وجب اعتبار الإصابة كأنها حالة نزيف دموي داخلي شديد تستدعي عناية خاصة وتنقل فورا للمستشفى .

## أخطار النزيف :

للنزيف أخطار تتناسب تناسباً طردياً مع :

- 1-مقداره
- 2-السرعة التي يحدث بها
- 3-الصدمة التي تنتج عنه
- 4-إلى حد ما على صحة الشخص وسلامه أو عيته ودمه

## أولاً : المقدار :-

قد تفقد مقدار صغير من الدم ويقوم الجسم من تلقاء نفسه بتعويضه دون ان يكون بذلك اثر يذكر اذ خطر على صحة المصاب فكثير ما سحب من دم الشخص السليم ( فى عمليات نقل الدم ) نحو 500سم3 فيعمل الجسم على تلافى أثارها فى مدى ساعة من الزمن وقد يقوى الجسم السليم على مقاومة النزيف ما بقى مقداره أقل من 30 % من حجم الدم. فأن وصل النزيف إلى هذا الحد أو زاد عنه ولم نسارع بإسعافه أدى إلى الموت وقد يكون النزيف خطيراً بالرغم من ضائله مقداره إذا حدث فى عضو حيوي مهم كالمخ.

## ثانياً : السرعة - :

من الطبيعي أنه إذا كانت سرعة النزيف قليلة أمكن تدراك الخطر بسهولة فإذا كان الوعاء النازف صغيراً أمكن الجسم ( فى حالات البسيطة ) أو أمكن المسعف بتدارك الأمر. لذا كان النزيف من الشعيرات ( أن لم يحدث فى عضو حيوي ) أقل شأناً بينما النزيف الشرياني أشدها خطراً ويزداد خطره كلما كبر حجم الشريان

## ثالثاً : الصدمة - :

هي من أهم مضاعفات النزيف التي يجب علينا أن نسرع بعلاجها وهي عبارة عن حالة شديدة من الهبوط تضطرب بها الدورة الدموية ، ويهبط فيها ضغط الدم هبوطاً شديداً ، ويضعف النبض والتنفس وأن زادت سرعتهما ، وتهبط درجة حرارة الجسم ، ويصفر لون المريض وتغور عيناه ويشعر بضعف فى قوة أبصاره وطنين فى الأذن وقد يفقد وعيه ومن الممكن أن ينتهي أمره بالموت أن لم يسعف بالعلاج. وقد تكون سبب الصدمة فى حالات النزيف هو التنبهات الحساسة التي تنهال على المخ من العضو المصاب وتضاعف المراكز الحيوية العصبية المهمة ( كالمركز المحرك للأوعية ) ضعفاً أشبه ما يكون بالشلل المؤقت كما قد يكون سببها هو تفريغ الأوعية من الدم الذي كان بها من قبل مع ما يترتب على ذلك من نتائج أو قد يكون امتصاص بعض المواد من الأنسجة المتتهكة هو السبب فى ذلك.

## رابعاً : سلامه الجسم وأهميتها فى حاله النزيف - :

فلا شك أن المصابين بفقر الدم ( الأنيميا ) أو تصلب الشرايين أو أى مرض يعوق تجلط الدم لا يقوى على احتمال النزيف بالقدر الذى يقوى به الأصحاء على احتماله .

## \*التغيرات التي تطرأ على الجسم لمقاومة النزيف :-

يطرأ على الجسم عند النزيف وبعده كثيراً من التغيرات بعضها سريعاً والأخر بطيء والغرض منها العمل على إيقاف النزيف وتعويضه. فإذا فشلت هذه المحاولات التي يقوم بها الجسم كان لابد من تدعيمها بمختلف الوسائل الطبية لكي تنفذ حياها المصاب.

## \*من التغيرات السريعة مايلي :

- 1- تجلط الدم على الثغرة الموجودة في جدار الوعاء ، والغرض من ذلك سد هذه الثغرة حتى يقف النزيف .
- 2- انكماش الطحال ليدفع إلى الدورة ما كان مودعا فيها من دم غنى بالكرات الحمراء والبيضاء فيعوض بذلك كل أو بعض ما قد نزل من الدم.
- 3- هبوط ضغط الدم في الحالات التي يكون فيها النزيف سريعاً مثل النزيف الشرياني ويعمل هبوط ضغط الدم بطريقة غير مباشرة على إقلال كمية النزيف .
- 4- ازدياد التنفس يؤدي نقص ضغط الدم إلى تنبيه مركز التنفس العصبى فيزداد عمق التنفس وسرعته وفى النزيف الشديد يتكرر الشهيق والزفير الطويل من نوع التهيدات أو قد يصبح التنفس ذا نوبات منقطعة ، كما قد يعدو شهيقاً خاطفاً ( فهقات . )
- 5- إعادة توزيع الدم الباقي بالدورة بالطريقة التي تكفل تفادى المخاطر ذلك ان النزيف الشديد يؤدي إلى هبوط في ضغط الدم ثم إلى عدم امتلاء الأوعية تماماً بالدم الباقي ويقل تبعاً لذلك أمداد المخ والمراكز الحيوية فيه بالدم الا لازم لها ، وهذا هو سبب الشعور بالإغماء والاضطراب البصر وطنين الأذن ، على أن تقرغ الأوعية من الدم بعض الشيء تسبب أفعالاً منعكسة تؤدي إلى انكماش أو عية الجلد والأغشية المخاطية والأحشاء فيرتفع بذلك الضغط من جديد وتمتلئ الدورة نوعاً ما ويتجه الدم فيها إلى الأعضاء المهمة كالمخ والمراكز الحيوية والقلب . وانكماش أو عية الجلد والسطوح المخاطية هو السبب في بروده الجلد وبهتان اللون . كما أن ارتفاع ضغط الدم بعد هذا الانكماش قد يكون مراعاة لاستئناف النزيف من جديد.
- 6- تعويض سائل الدم ويتم ذلك بمرور محلول مائي من سائل الأنسجة إلى داخل الأوعية يضاف إليه بعض البروتينات فيما بعد وتبدأ هذه العملية بعد النزيف مباشرة كما قد تؤجل بضع ساعات قبل ان تتم ومن الطبيعي عند مرور هذا السائل إلى الدم أن يقل عدد الكرات الحمراء فيه وأن يشعر الإنسان بالظماً نتيجة لقلّة سائل الأنسجة حول الخلايا لذا كان شرب الماء أو حقن السائل من العوامل التي تساعد على استرداد التوازن المائي للجسم وعلى رفع الدم إلى ما كان عليه من قبل النزيف.

## \*من أهم المتغيرات البطيئة :-

تعويض كرات الدم الحمراء والبيضاء ، ويتم هذا بتكوين كرات جديدة تولد الكرات في نخاع العظام الأحمر وقد يستغرق هذا عده أيام أو أسابيع فيتوقف مدى تعويض الكرات على تكوين بنية الشخص قبل النزيف ومدى حيوية خلاياه وأيضاً على مدى جوده تغذيه المريض في دور النقاهة.

## علاج النزيف :

### ( أ ) - للنزيف البسيط :

تضم ناحيتي الجرح ويضغط عليها بقطعة من القطن مبلله بالكحول إلى ان يتجلط الدم ، وفى أثناء ذلك يرفع الطرف المصاب إلى أعلى حتى يقل ورود الدم إليه . وهذا يوقف النزيف فى حالات الجروح الصغيرة والنزيف الشعيرى والوريدي الصغير .

### ( ب ) - للنزيف الشديد الخارجى :

إذا كان النزيف شديدا من شريان فيكون إيقافه بالطرق الآتية :

- 1- الضغط بالأصابع مباشرة
- 2- الضغط المركزي
- ( أ ) - باليد ( ب ) - أو برباط حبس الدم
- 3- إستعمال المواد الموقفة للنزيف .
- 4- إستعمال الكي بالكهرباء فى العمليات .

### أولا : الضغط بالأصابع مباشرة :

يفتح الجرح وتضغط الأصابع مباشرة على نقطة النزف إلى أن يربط الوعاء المقطوع.

### ثانيا : الضغط المركزي - :

وهو الضغط على الشريان المتسبب فى النزيف بين الجرح والقلب وذلك :  
( أ ) باليد : وفى حالة الشرايين التى يمكن ضغطها لوجودها قريبة من سطح الجسم ويمكن ضغطها على أحد العظام خلفها وذلك فى أماكن معينة وهى كما يلي:  
أماكن الضغط المركزي باليد :

- 1- فى حالة النزيف فى الكتف أو تحت الإبط يضغط الشريان تحت الترقوة خلف وسطها على الضلع الأول.
- 2- فى حالة النزيف بالساعد يضغط على الشريان العضدي وسط العضد من الناحية الإنسية لعظمة العضد
- 3- فى حالة نزيف الساعد أيضا يمكن الضغط بواسطة فوطة صغيرة فى تجويف الكوع من الأمام ثم يثنى الساعد على العضد ويربط برباط.



مراجع:

- 1- حياة عياد روفائيل : إصابات الملاعب، منشأة دار المعارف، الإسكندرية ، 1990
- 2- محمد السيد شطا : إصابات الرياضية والعلاج الطبيعي ، دار المعارف ، 1970
- 3- مجدي الحسينى عليوة : الإصابات الرياضية بين الوقاية والعلاج ، ظافر للطباعة ، ط2 ، القاهرة ، 1997

# الفصل التمهيدي

التعريف بموضوع البحث

## المقدمة :

يعتبر درس التربية البدنية و الرياضية هو اللبنة أو الوحدة المصغرة التي تبني و تحقق بتتابع و اتساق محتوى المنهج و تنفيذ درس التربية البدنية و الرياضية أهم واجبات المدارس و لكل درس اغراضه التعليمية من المنظور السلوكي (حركي،وجداني ،معرفي). (أمين أنور الخولي جمال الدين الشافعي،2000 م ص 33).

ولدرس التربية البدنية أغراض متعددة (أهداف) و تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولاً ثم مجال المجتمع ثانياً و من أهم أغراض درس التربية البدنية و الرياضية في الصفات البدنية و النمو.(مش عباس السمراي ،و يسطويسي احمد اليستوسي ص 73).

تنمية صفات البدنية ،تنمية المهارات الحركية . (عنايات محمد أحمد فرج 1998 ص11).غرض النمو العقلي.( اليستوسي).

غرض أكتساب الصفات الخلقية الحميدة و التكيف الاجتماعي .(عدنان درويش و الاخرون 1994 ص 30).

و لما كانت العلاقات الوطيدة بين المربي و المتعلم هي أساس النجاح في درس التربية البدنية و الرياضية و تحقيق أهداف مختلف الحصص التربوية حاولنا في بحثنا معرفة مدى وجود هذه العلاقة الاتصالية و مدى تأثيرها على العملية التعليمية و بالأخص على نفسية و حركية التلاميذ،خاصة اذا ما قلنا أنهم في مرحلة مراهقة و ما تتميز به من صعوبات نفسية و اضرابات فسيولوجية تجعله في حاجة الى درجة كبيرة من العناية و الاهتمام.

كما تعتبر العلاقة البيداغوجية بين الاستاذ التربية البدنية و الرياضية (المعلم) و التلاميذ من أهم الأسس التعليمية لانجاح العمل التربوي و السير ببرامج و مناهج التربية البدنية و الرياضية الى تحقيق الأهداف المسطرة، و توجيه سلوك التلاميذ الى السلوك السوي الذي يمكنه من التحصيل الجيد في الدراسة و اكتساب شخصية تربوية تجعله قادرا على تحمل المسؤولية و الاندماج مع مجتمعه من جهة أخرى .

و يتمثل دور المربي (المعلم) أستاذ التربية البدنية و الرياضية،الذي بدوره يعمل على التوجيه و الارشاد مختلف سلوطيات التلاميذ أثناء تنفيذ التمارين و الانشطة البدنية و الرياضية

لذا وجب عليه أن يعرف مختلف الخصائص البدنية و النفسية لتلاميذه كي يتسنى له التحكم في مجريات الحصص التدريبية ، و كذا التحكم في مختلف الوضعيات البيداغوجية لتلاميذه، يهدف السير بالتلاميذ الى السلوك السوي و سعيا منه كذلك الى محاولة التكيف الجانب النفسي لهم حسب ميوا و اتجاهات و رغبات التلاميذ ، و على أساس ذلك نحاول أن نتطرق الى معرفة أهمية الاتصال اللفضي في تحقيق التوافق النفسي لدى التلاميذ بالمرحلة الثانوية .

و قد قسمنا البحث الى جانبين (جانب نظري و جانب تطبيقي)

و اشتمل هذا الجانب النظري على فصلين اثنين

الفصل الأول : أهمية الاتصال اللفضي في درس التربية البدنية و الرياضية

الفصل الثاني: التوافق النفسي لذا تلاميذ المرحلة الثانوية .

أما الجانب التطبيقي اشتمل فصلين اثنين

الفصل الأول :منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

الفصل الثاني : فتمثل في عرض و تحليل و مناقشة متبوعة بالاستنتاجات تم مقابلة النتائج بالفرضيات فالتوصيات.

### الاشكالية:

ان في حصة التربية البدنية و الرياضية اتصال مباشر بين الاستاذ و التلميذ ألا و هو "الاتصال اللفضي" و هو يعتبر من أهم الديناميكيات حصة التربية البدنية و الرياضية ، و تعتبر مرحلة الشباب من أصعب المراحل الحياة الانسانية توافقا فهي تعتبر فترة انتقال جذري في مراحل الحياة المختلفة ،ينتقل فيها الشباب من كونه طفلا يعتمد على الغير في قضاء حاجاته و تحمل مسؤوليته الى انسان بالغ و راشد يحمل كامل الأهلية و المسؤولية.

كما يصاحب هذا الانتقال نمو جسمي و عصبي و جنسي يصل به الى أقصى مدى له من النضوج و الاكتمال،و لهذا بالغ الأثار في ايجاد مشكلات نفسية و اجتماعية(الهاشمي

1986،ص 144-115)

و يسمى (هول) هذه المرحلة بأنها فترة العواصف و الضغوط الشديدة (خير الله، 1981 م ،ص 151).

و يحث القرآن الكريم المسلمين على التعاون و التكافل لتحقيق الشعور بالامن الاجتماعي الذي هو من ضروريات التوافق النفسي و الاجتماعي ، يقول الله عز و جل في كتابه الكريم قال الله تعالى : " و تعاونوا على البر و التقوى و لا تعاونوا على الاثم و العدوان " سورة المائدة، الاية 2.

كما أن للايمان تأثيرا عظيمًا في نفس الانسان، فهو يزيد من ثقته في نفسه ، و يزيد قدرته على الصبر و تحمل مشقة الحياة و يبث الأمن و الطمأنينة في النفس، و يبعث على راحة البال ، و يغمر الانسان بالشعور بالسعادة ، يقول الله تعال في كتابه الكريم قال الله تعالى : "ان الذين امنوا و لم يلبسوا ايمانهم بظلم أولئك لهم الأم و هم مهتدون" الانعام الاية 82(تجاني 2001 م، ص 270).

حيث يشير بعض الخبراء أن تلامذه هذه المرحلة يعانون من بعض المشكلات النفسية (كالقلق، الاحباط ، الصراع المستمر، الخوف،.....الخ).

كما أشارت بعض الدراسات السابقة و البحوث المشابه كدراسة بصار فاتح -بصار (مراد)، دور الاتصال التربوية في اثراء حصة التربية و البدنية لتلاميذ الطور الثانوي؟، و دراسة جعفري ربيعة ،منقوش متيرة -مسلم فاطمة الزهراء)، علاقة الاتصال البيداغوجي بالاتجاهات نحو التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور الثانوي؟. و في ظل هذا الموضوع اردنا معرفة أهمية الاتصال التربوي و المتمثل في موضوع البحث "الاتصال اللفضي" .

لاستاذ التربية البدنية على التلاميذ و تأثيره على التوافق النفسي لديهم . و في هذا الصدد فقد طرحنا اشكالية بحثية تسعى لحلها في بحثنا هذا و المتمثلة في : هل الاتصال اللفضي لاسناذ التربية البدنية و الرياضية يساهم في تحقيق التوافق النفسي لتلاميذ التعليم الثانوي خلال حصص التربية البدنية و الرياضية؟.

**التساؤلات الفرعية :** - هل يساهم الاتصال اللفضي من أستاذ التربية و الرياضية في تحقيق التوافق النفسي لتلاميذ؟.

## الفرضيات:

### الفرضيات العامة :

الاتصال اللفضي للاستاذ يساهم في تحقيق التوافق النفسي لتلاميذ التعليم الثانوي أثناء درس التربية البدنية و ارياضية .

### الفرضية الجزئية :

يساهم الاتصال اللفضي (الكلام) و اختيار الالفاظ المناسبة من استاذ التربية البدنية و ارياضية في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية .

### أهمية و أهداف البحث :

معرفة مساهمة الاتصال اللفضي لاستاذ التربية البدنية و الرياضية في تجاوب التلاميذ مع مختلف الانشطة الرياضية .

مساعدة الاستاذ في تطبيق الاتصال اللفضي في الحصص التربوية .

العمل على ايجاد بعض الحلول لمشكلات التي تواجهها العملية التعليمية أثناء العملية الاتصالية بين الاستاذ و المتعلم خاصة في الاصلاحات التربوية الجديدة مع ضرورة ايجاد البدائل لمختلف التغيرات الحاصلة .

### الدراسات السابقة والمشابهة :

### دور الإتصال التربوي في إثراء حصة التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثانوي

مذكرة لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية بجامعة الجزائر السنة الجامعية 1999-2000 من إعداد الطلبة ( بيبصار فاتح- بيبصار مراد ) وقد تضمنت هذه الدراسة محاولة الإجابة على الإشكالية التالية : هل لعملية الإتصال التربوي الجيد أن تؤثر على الحصة التربية البدنية والرياضية ؟

وقد تضمنت الفرضيات البحثية التالية :

- للإتصال التربوي دور فعال في تعزيز العلاقة بين الاستاذ والتلميذ .
- للإتصال التربوي دور بالغ الأهمية في إثراء المعارف العلمية المتعلقة بالتربية البدنية والرياضة .

- يؤثر المحيط الإجتماعي للإتصال التربوي بشكل كبير على المعلومات والمعارف لدى تلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية .

كما تهدف هذه الدراسة محاولة معرفة الأثر الذي يحدثه الإتصال التربوي في حصة التربية البدنية والرياضية والكشف عن دوره في تعزيز العلاقة بين الأستاذ والتلاميذ ،بالإضافة إلى إثراء المعارف العلمية المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية .أما فيما يخص المنهج المتبع هو : المنهج الوصفي المسحي كمنهج مناسب للدراسة والذي تضمن أدوات البحث تمثلت في إستمارتي إستبيان واحدة للأستاذ والآخرى خاصة بالتلاميذ حيث أخترت هذه العينة بطريقة عشوائية .

### وبعد العرض والتحليل توصل الباحثين إلى النتائج التالية :

للإتصال التربوي في حصة التربية البدنية والرياضية دور فعال لا يمكن الإستغناء عنه .  
للإتصال اللفضي بين الاستاذ والمتعلمين دور في إثراء الحصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ طور الثانوي .

### تحديد المصطلحات والمفاهيم :

**تعريف الإتصال لغة :** تناولت العديد من البحوث والدراسات الحديثة معني الإتصال و إستعرضوا الكثير المصطلحات والمفاهيم وفضل البعض إستعمال كلمة ( التواصل ) في اللغة العربية ، واصل وتواصل أي ( فاعل وتفاعل ) والمصدر هو وصال و مواصلة وشير الفعل تواصل إلى حدود المشاركة في الفعل بين الطرفين ويكون نقيض " تواصل " هو تنافر ، تهاجر ، تقاطع ( غسان يعقوب ، 1979م ، ص 10 ) .

كلمة اتصال communication لفظ اوروبي مشتق من اصل اللاتيني للفعل communicare بمعنى يضيع و يشييع عن طريق المشاركة ...و هي كذلك مشتقة من أصل لاتيني commuis بمعنى عام و شائع أو يضيع،فنحن عندما نتصل نعمل على اقامة مشاركة مع طرف اخر في المعلومات و الأفكار و الاتجاهات .(غريب عبد السميع غريب ،1988م ص 12).

ب- اصطلاحاً : هو تلك العملية التي تتم من خلالها نقل الأفكار و المعلومات و الآراء و التجارب على اختلاف طبيعتها و مجالاتها الاجتماعية و الاقتصادية و السياسية بين شخص أو مجموعة من الأشخاص .(رشاد عبد الغاني ص 11).

### التعريف الاجرائي للاتصال :

الاتصال هو نقل المعلومات و الافكار من شخص الى شخص آخر أو مجموعة من الأشخاص بغية التأثير فيهم و تعديل اتجاهاتهم أو الابقاء عليها .

### تعريف الاتصال اللفضي:

اللفظ: هو كل ما يعبر به بالسوت و الكلام المسموع (المنجد في اللغة العربية المعاصرة ص 1291، 2001م).

الاتصال اللفضي: منذ أن تكونت المجتمعات البشرية وجد الانسان أن عليه أن يعيش مع الآخرين و يتفاعل معهم بكل تفاصيل الحياة اليومية و حاجة الى الاتصال هي التي دفعت به منذ فجر الخليقة الى استخدام الاشارات الصوتية و الحركية المرتبطة ببنيته الجسدية فيعد آلاف الأعوام شرعت لغة بدائية في التطور و كان الاتصال بين الناس يتم في معظم الاحيان في اللمس حتى طور مجموعة كاملة من الوسائل الغير اللفظية لنقل الرسائل منها الموسيقى،الرقص، رسائل الطبول ،الاشارات النارية .....الخ، و لكن تطور اللغة هو الذي جعل الاتصال الانساني على نحو خاص .(ماجد هاشم الهاشمي،ص13، 2001م).

التعريف الاجرائي للاتصال اللفظي : هو عملية تربية يتم من خلالها تلقين المعلومات على شكل أنشطة رياضية مختلفة باستعمال الفاظ و عبارات و رموز من طرف استاذ التربية البدنية و الرياضية يستقبلها تلاميذ التعليم الثانوي أثناء الحصة التربية البدنية و الرياضية بهدف تحقيق انسجام نفسي .

### تعريف التوافق :

أ- لغة : وافق ، يوافق ، موافقة ، وافق الشيء ناسيه ولاءمه وكان موافقا له . ( المنجد في اللغة العربية المعاصرة ، ص1546 ) .

ب- إصطلاحاً : هو حالة الإنسجام بين الفرد ونفسه وبينه وبين بيئته ، كما يتضمن قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يوجه موقفاً جديداً أو مشكلة إجتماعية أو خلقية أو



صراع نفسيا ..... تغيرا يناسب هذه الظروف الجديدة ، فإن عجز الفرد على إقامة هذا الإنسجام قيل أنه سيئ التوافق . ( أحمد محمد عبد الخالق ، ص 65).

ج - **التعريف الإجرائي للتوافق النفسي الحركي** : هو تلك الحالة النفسية المتميزة بالراحة والإطمئنان والتوازن الإنفعالي الحركي و الوجداني لدى تلاميذ التعليم الثانوي أثناء أداء مختلف الأنشطة الرياضية و توجيهها من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية بهدف تحقيق الأهداف التعليمية خلال حصة التربية البدنية و الرياضية .



**مفهوم الإتصال :** هو التعبير عن العلاقات بين الأفراد ، ويعني نقل فكرة معينة ، أو معنى محدد في ذهن شخص ما إلى ذهن شخص آخر أو مجموعة من الاشخاص ، عن طريق عملية الإتصال يحدث التفاعل بين الافراد . (أمين فوزي طارق بدر الدين ص38 ، 2001) .

### أنواع الإتصال :

**الإتصال اللفضي :** هو الذي يستعمل فيه اللفظ كوسيلة تمكن المرسل من إرسال رسالة إلى المستقبل سواء كانت مكتوبة أو غير مكتوبة ، كالمذكرات والخطابات والتقارير والكتب والمحادثات التلفزيونية والمناقشات .....

**الإتصال الغير اللفضي :** هو عبارة عن تعبيرات منظمة تشير إلى مجموعة معاني يستخدمها الإنسان أو قد يقصدها في إحتكاكه بالآخرين : ومن أنواعه لغة الصمت وتعبيرات الحسية والفسولوجية كإصفرار الوجه وتنصب العرق والتعبيرات الحركية و لغة المظهر العام و الإشارات كإيماءات الرأس . (2) ( فضيل دليو ، ص 28 ، 2003 ) .

### من حيث درجة رسمية :

#### الإتصال الرسمي :

ويعرف معجم المصطلحات الإعلام الإتصال الرسمي بأنه : الإتصال الذي يتم بين مستويات الإدارية المختلفة في هيئة مؤسسة بالطرق الرسمية المتفق عليها في نظمها و تقاليدها : ويعتمد على الخطابات و المذكرات والتقارير .

#### الإتصال الغير الرسمي :

هو الإتصال الذي يتم التفتل فيه بطريقة غير رسمية بين العاملين وذلك بتبادل المعلومات والأفكار أو وجهات النظر في موضوعات التي تهمهم وتتصل بعملهم أو تبادل المعلومات من خارج منافذ الرسمية مثل : اللقاءات الغير الرسمية في أي مقابلة التي تسمح بنقل المعلومات بين الأشخاص ، مثلا حينما يتقابل زميل في وجهة مع زميل في جهة أخرى في حقل و يتبادلان وجهات النظر في موضوع ما . ( محمود عودة ، 1819 ص 111) .

### من حيث إتجاهاته :

#### الإتصال الهابط :

المقصود به الإتصال من الأعلى إلى الأسفل : والذي يتم بين الإدارة العليا و أعضاء الإدارة الوسطى ، وبين هؤلاء و رجال الإدارة المباشرة أو المشرفين و بين الآخرين و العاملين في مستوى التنفيذ ، ويأخذ هذا الإتصال شكل تعليمات و أوامر و توجيهات و قرارات تصدرها الهيئة الإدارية .

#### الإتصال الصاعد :

المقصود به الإتصال الذي تبدأ فيه عملية التفاعل من المرؤوسين نتيجة نتيجة إلى مستويات الإدارية العليا ،فأن يقدم المرؤوسون إقتراح بيانات أوشكاوي لرئيسهم مما يشير إلى أنه عكس النوع السابق .

#### الإتصال الأفقي :

هو الإتصال الذي يسير فيه التفاعل في إتجاهين ، وفيه لا يضع الرؤساء خطة أو يتخذون قرارا أو يحددون برنامجا لمن يشرفون عليهم ، قبل أن يعرفوا رأيهم و يجمعوا البيانات اللازمة منهم ثم مناقشتهم فيما يهم العمل . ( أحمد زكي ، ص44، 1985 ) .

#### المراحل التي تمر بها عملية الإتصال :

##### مرحلة الإدراك :

في مرحلة الإدراك يسمع المرء ( المستقبل ) عن الوسيلة الجديدة و ما الغرض منها ؟ و نوع ما تحققه من أهداف .

##### مرحلة الإهتمام :

في مرحلة الإهتمام يهتم المستقبل بمعرفة المزيد من المعلومات من الوسيلة التي يسمع عنها وعن خصائص هذه الوسيلة زمدى ما يمكن أن تحققه من أهداف والاعراض المختلفة التي تستعمل من أجلها .

ويمكنت تحقيق ذلك عن طريق عقد الإجتماعات و المناقشات كما يمكن الإستعانة في تزويدهم بالمعلومات بكافة الوسائل السمعية والتعبيرية كالأفلام والرسومات أو النماذج أو الصور .

##### مرحلة التقييم :

في مرحلة التقييم الشخص يقيم المعلومات التفصيلية التي تحصل عليها من الوسيلة وبعد أن ينتهي الشخص من التقييم المعلومات التي تحصل عليها و يقتنع بصحتها و يتأكد من

صلاحية الوسيلة لتحقيق أغراضه ، فإنه ينقل الوسيلة و يبدأ في إتخاذ قراره و ذلك بتزويده بالمزيد من الإيضاحات و المعلومات والحقائق عن الوسيلة وإزالة ما قد يكون عنده من شكوك و إستفسارات عنها .

### مرحلة المحاولة والتجربة :

في مرحلة المحاولة والتجربة يسعى المرء إلى تجربة الوسيلة الجديدة و محاولة إستعمالها بتحفظ وفي هذه المرحلة دور المرسل هو تشجيع المستقبل وطمأنته و العناية به والإهتمام به .

### مرحلة الممارسة :

في مرحلة الممارسة يقوم الفرد فعلا بإستعمال الوسيلة التي تم إختيارها و ممارستها على أن يستمر الإتصال الشخص دوريا و بإنتظام في مقابلات حتى يتأكد من إشباع المستقبل بالفكرة الجديدة و ممارستها من أجل الوصول إلى تحقيق الهدف الذي خططنا للوصول إليه ( خيرى خليل الحميلي ، ص16- 18 ، 2002 ) .

### تعريف الإتصال اللفضي :

يعرف الإتصال اللفضي بأنه عملية التي يتم من خلالها و إستقبال و إستيعاب الأفكار و الأحاسيس الآخرين بطريقة منطقية تتحول من خلالها الألفاظ إلى أفكار واضحة الدلالة . ( محمد طاهيري ، 1999 ص 33 ) .

و الإتصال اللفضي يجمع بين الألفاظ المنطوقة و الرموز الصوتية ، فعبارة أهلا وسهلا يمكن أن تصبح ذات مدلولات أخرى بتغيير النبرة الصوت ، ولا يخفى علينا أن هذا النوع من الإتصال لا يمكن ان يتم بمعزل عن طرق الأداء الأخرى غير اللفضية مثل الحركة . (2) ( أبو إصيع ، 1990 ص 32 ) .

### عناصر الإتصال اللفضي :

#### المرسل : ( المتحدث )

هو المسؤول عن إعداد و توجيه المعلومات والمفاهيم والمهارات والإتجاهات التي يحتاجها من يتعامل منهم أفراد أو جماعات في موقف معين وفي أن يتحقق بالمشاركة بينه وبين من يتعامل معه . (3) ( خيرى خليل جميلي ، 2002 ، ص 24 ) .

**المرسل إليه ( المستمع ) :**

هو الفرد أو الجماعة التي تستقبل الرسالة المرسل و تحول تلك الرسالة المسموعة إلى أفكار و احساس و معايشة ، ويؤدي المستقبل دورا لا يقل في أهمية عن دور المرسل في تحقيق الهدف من الإتصال ، إذ به يكتمل عملية الإتصال و بتصوره الذهني يمكن ان يتغلب على نواقص عملية الإرسال .و يساهم المستقبل مساهمة كبيرة في تحقيق الغرض من الإتصال ويساعده في ذلك ما يلي :

**تجاربه و خبراته السابقة :**

تلعب التجارب و خبرات المستقبل السابقة دورا كبيرا في فهم الرسالة و تفسيرها بالشكل الصحيح و تقول نظرية التحول Transfert أن الإنسان يتعلم مهارات جديدة من خلال إكتسابه لمهارات قديمة ، وعلى ذلك يمكننا القول أن الإنسان عندما يتعرض لموقف تعليمي جديد فإنه يفسره و يفهمه من خلال مواقف التعليمية المشابهة المكتسبة سابقا .

**ثقافته وتحصله العلمي :**

للتقافة والتحصيل العلمي للمستقبل الدور الكبير في فهم الرسالة ، فكلما كان المستقبل مثقفا و ذو تحصيل علمي جيد سهل عليه فهم الرسالة ، فالشخص المثقف أقدر من غيره على فهم العبارات المجازية وفهم المصطلحات العلمية .

**فلسفته في إدراك الأمور وقدرته على تحليل الظواهر :**

يتفاوت الناس في قدراتهم على تحليل الظواهر وفلسفة الأمور ، فمن الناس من لا تسعفه إمكانياته على تفسير وتحليل النص المسموع أو المقروء بشكل عميق ومنهم من تكون له الملكة الخفية التي تمكنه من تفسير و تحليل الظواهر بشكل عميق ، نتيجة لإختلاف الافراد في ملكة التحليل تختلف درجات فهمهم للرسائل الموجهة إليهم من الغير .

**صحة الفروض التي من خلالها تفهم و تفسر الرسائل المشابهة :**

عادة ما يحمل المستقبل فروضا مسبقة عن المرسل إكتسبها من خلال ممارسة لمواقف مشابهة وتساعد تلك الخبرة في تحقيق الغرض من الإتصال . ( حسين أحمد حشمت ، حسين الباهي ، 2006 ص 35 - 37 ) .

الأداة :

هي الرمز أو الشكل أو اللغة التي يستخدمها المرسل ليعبر عن رسالته أو ما يرغب فيه أو ما يرغب في توجيههم من أفكار أو معلومات ..... أو ما أشبه ذلك بالمرسل إليه ويشركهم فيها معهم . ( خيرى خليل الجميلي ، 2002 ، ص 21 ) .

ويقترح القصار 1997 حسب عدة معايير من الواجب مراعاتها في الأداة وهي كما يلي :

أ- درجة الإعتماد او الثقة في الوسيلة المستخدمة :

إذا إختار المرسل أن تكون لغة الألفاظ وسيلة للإتصال بالأخرين توجب عليه التأكد من فعالية تلك الوسيلة في نقل الرسالة ، وذلك يتطلب من المرسل أن يتقن فنون الأداة المختارة لنقل الرسالة بحيث تحقق له الثقة في إمكانية تحقيقها للهدف المنشود منها .

ب- يختلف محتوى الرسائل بعضها عن بعض ، فالبعض منها يعالج قضايا عامة و الأخر قضايا خاصة ، كما يمكن أن تكون الرسالة سياسية أو إجتماعية أو ثقافية ....إلخ.

ت- مدى إتقان المرسل و المستقبل للأداة المختارة :

إن إختيار المرسل للوسيلة المستخدمة لنقل الرسالة يجب أن يتناسب قطبي الإتصال ( المرسل والمستقبل ) على حد سواء ، فلا ينبغي أن يكون المعيار الوحيد لإختيار الاداة هو مناسبتها فقط للمستقبل أو المرسل ، بل يجب أن يتقن المرسل والمستقبل الأداة المختارة حتى يستطيع الاداة حمل الرسالة بصورة صادقة ومعبرة كما يتوقعها الطرفين . ( محمد الظفيري ، 1999 ، ص 38- 39 ) .

الرسالة :

يذكر سعيد إسماعيل نقلا عن أحمد حسن الشافعي على أن الرسالة هي الافكار والمفاهيم و الإحساسات والمهارات و الإتجاهات التي يرغب المرسل في إشراك المستقبل فيها بحيث تؤثر فيه بصفة كبيرة . ( حسن أحمد الشافعي ، الإعلام في التربية البدنية والرياضية ، 2003 ، ص 244 ) .

و تتوقف عملية فهم وإستعاب محتوى الرسالة على مدى إجادة المرسل والمستقبل للعناصر التالية :

- صناعة الكلام وحسن إختيار الألفاظ والكلمات المعبرة والدقيقة في التعبير للمعني المراد نقله ( الصدق و الدقة في الوصف ).
  - إدراك المرسل للضرورة المحيطة بالمستقبل و تفهم طبيعة شخصية ونمط تفكيره .
  - حسن إختيار زمن و مكان المرسل و المستقبل .
  - مدى وجود لغة مشتركة بين المرسل و المستقبل .
  - مراعاة حال المستمعين النفسية والإجتماعية .
  - مدى أهمية الموضوع المثار .
- و من أجل أن تؤدي الرسالة الغرض المنشود منها فإنه يجب أن تتصف بعدة خصائص تجعل منها رسالة جيدة نذكر منها:

#### الوضوح :

ينبغي أن يحرص المرسل على الوضوح في الرسالة وهذا بغرض عليه أن يتحاشى إستخدام ما يصعب على المستقبل فهمه من ألفاظ غير مألوفة أو عبارات غير مترابطة أو التحدث بأسلوب لا يتناسب و المستوى الثقافي أو الإجتماعي للمستقبل .

يستدعي الوضوح إختيار الألفاظ المفهومة والعبارات السهلة مع مراعاة ثقافة السامعين والتسيير عليهم و تفصيل ما هو مهم ويساعد على ذلك البعد عن الألفاظ اللغوية العويصة التي لا يدركها السامعون إلا بالرجوع إلى معاجم لغوية . ( محمد ظفيري ، 1999م ، ص 39 ) .

#### التمام :

ويقصد بالتمام تزويد المستقبل بجميع المعلومات ذات الصلة بالرسالة وعدم إخفاء ما قد يؤثر على فهم الجملة .

#### الإتصال :

الكلمة القرينة المعني إذ لا قيمة حقيقية لكلمة منفردة و إنما تكتسب الكلمة أهميتها من خلال ما تدل عليه المعان فإذا إستطاع المرسل إيصال رسالته بأقل عدد من العبارات كان أفضل حيث أن كثرة الكلام قد تنسي بعضه بعضا .

#### الترايط :



يتطالب من المرسل حسن الربط بين الافكار وبناء فكرة على أخرى حيث إنسجام وتناغم الافكار و ترابطها وعدم القفز من فكرة إلى أخرى يسهل على المستقبل فهم الرسالة .

### صحة المعلومات :

تتمحور عملية الإتصال حول نقا وتبادل الافكار ولا قيمة لتطبيق خصائص الرسالة الفعالة آنفة الذكر إذا كانت المعلومات المرسله خاطئة أو مشبوهة لذا يجب على المرسل توخي الدقة في الوصف وعدم المبالغة أو تقليل من شأن بعض الحقائق لأن من شأن ذلك التضليل . ( محمد الظفيري ، ص 39 - 44 ، 1999م ) .

### أهمية وأهداف الإتصال اللفضي :

الهدف العام للإتصال اللفضي هو التأثير في المستقبل حتى تتحقق المشاركة في المعنى مع المرسل بهدف تحقيقالهدف من العملية الإتصالية سواء كان توجيهي أو تعليمي أو ترفيهي .

وينصب هذا التأثير عادة على الأفكار أو الإتجاهات لتكوينها أو تعميمها أو تعديلها أو تغييرها الامر الذي ينعكس في سلوكيات الأفراد و إستجاباتهم تجاه المواقف المختلفة المتضمنة في الموقف الإتصالي ويمكن تصنيف أهداف الإتصال إلى :

### هدف تعليمي وثقفي :

يهدف إلى إلى إكتساب المستقبل خبرات جديدة أو مهارات أو مفاهيم جديدة تلاحق التغير والتطور بإستمرار .

### هدف ترويحي أو ترفيهي :

يهدف إلى إدخال لبهجة والسرور والإستمتاع إلى الجمهور المستقبلين ، من خلال أساليب الترفيه المختلفة التي نعمل على خلق درجة الإنسجام و الإستمتاع بهدف التخلص من الضغوط المختلفة .

### هدف إجتماعي :

يهدف إلى خلق درجة التفاعل الإجتماعي الإيجابي بين الجماهير مما يدعم الصلات والروابط و العلاقات الإجتماعية ويعمل على تعميمها ومن تم زيادة درجة الترابط الإجتماعي بينهم .

العوامل التي تساعد على نجاح عملية الإتصال اللفضي :  
الإتصال ليس عملية جامدة بحيث يمكننا الإهتمام بأحد عناصرها دونما العناصر الأخرى و إنما هو عملية ديناميكية متصلة يؤثر كل عنصر فيها في العناصر الأخرى و يتأثر بها .

ويتوقف نجاح عملية الإتصال اللفضي على نجاح كل عناصرها في أداء الدور المطلوب منها ومن أهم هذه العوامل .

1- عوامل متصلة بالمرسل .

2- عوامل متصلة بالمستقبل .

3- عوامل متصلة بالرسالة .

**المهارات النفسية والفنية للمرسل ( المتحدث ) :**

**المهارات النفسية :**

المتحدث الجيد هو الذي يتصف بالمهارات النفسية والصفات السلوكية الأتية :

أ- القدوة الحسنة .

ب- الثقة بانفس .

ت- الحماس .

**عدم التأثر بالنقد :**

من حقائق المنطقية التي لا تستطيع إنكارها الإنسان هي حقيقة أنه خطأ لذلك عليه أن يتوقع بنقده أحد من الناس نقدا لاذعا قد يزعزع ثقته بنفسه و يبرز له عيوبه و يعفى منه محاسنه.

**الإندماج :**

على المتحدث الإندماج في حديثه قدر المستطاع وينسى أنه المتحدث و غير المستمع حتى لا يشعر أنه أمام إنسان سينتظر حتى ينتهي من حديثه فيحدثه بمثابة العمل الثقيل الذي يود أن يلقيه من على عاتقه بل على عكس من ذلك .

**إتجاه المتحدث نحو المستقبل :**

كلما زاد إهتمام المرسل بالمستقبل أو المستقبلين كلما زادت ثقتهم في المرسل و زاد إحساسهم بتحمس و تعاطف المرسل معهم ، وبالتالي نجاح الإتصال بمعنى أنه إذا

كان المعلم محبوبا من المتعلمين فإن نتيجة الإتصال ستكون جيدة وفعالة ، أما إذا كان المرسل غير محبوب من المستقبلين فقد تفشل عملية الإتصال في الموقف التعليمي .

### إتجاه المتحدث نحو الرسالة التعليمية :

إتجاه المرسل نحو الرسالة التعليمية هو مقدار إقتناع المرسل بموضوع رسالته و إيمانه بها و رغبة في التدريس المادة التعليمية عن إقناع بقائدها ، وكذلك يظهر إتجاه المرسل نحو الرسالة بمقدار الإهتمام و الإجابة بما تحتويه الرسالة ، وثقته في صحة المعلومات . ( مصطفى سالم قيقعة ، 2001، ص 66 ) .

### المهارات الفنية :

**مراعاة مستوى السامعين :** هناك من الناس المثقف ، و منهم متوسط الثقافة ، ومنهم الامي ، ومنهم الاقل ذكاء على المعلم أن يتعامل مع كل فئة تعاملًا خاصا يناسب وضعها الثقافي والاجتماعي ، أي عدم إستخدام مصطلحات علمية أو ألفاظ أجنبية إذا كان الجمهور لا يعرفها، وعدم تبسيط الحديث إلى حد يصل إلى إبتذال مع الجمهور مثقف ، كما يجب على المتعلم أن يعرف على نوع الجمهور الذي يتحدث إليه حول معدل أعمارهم و جنسيتهم و اللهجة التي يتكلمونها والمدة الزمنية التي يقضيها في التكلم .

### تكوين صورة ذهنية عن الموضوع :

يتحدث فيه معاملته لصديقه، فهو يعرف عن صديقه الحميم كل شيء حتى دقائق حياته و خواص أموره ويلم إلماما جيدا بأبعادها ، فالمعلم الجيد هو الذي لا يقدم خيرا أو فكرة دون معرفة جيدة لأبعادها وطبيعتها ، بحيث لو نسي فقرة من فقرات الموضوع لا ينقطع إرساله لأنه يفهم ما يقول .

### إستخدام الأسلوب الجازي و الكلمات التصويرية :

لا ينبغي على المتحدث الخبير أن يخلو كلامه من الخيال و أن يصبح كقارئ الاخبار ، حيث تصنيف كلماته من إستيعاب جمال الضلال التي تصنيفها بعض الكلمات .

### إستخدام أسلوب التنبيه :

حتى شد أذهان المسمعين الشاردة و تضمن إسماعهم الجيد يجب إستخدام أسلوب التنبيه و الإستنارة مثا " أيها الناس ، أرايتم ، أسمعتم ؟ ....

وغيرها من أساليب التنبيه لضمان إستمرارية الإسماع ، ومن أهم أفكار الجيدة في هذا الشأن إستخدام أسلوب السؤال وطلب المعلومة من المستمعين .  
**التأني في الكلام :** على المتحدث أن يتأني في الكلام و يعطي كل كلمة حقها من السمع لكي يتمكن المستمع من إتقاط أفكاره و فهم حديثه . ( محمد ظفيري ، 1999، ص 76 - 79 ) .

**موازنة الصوت :** أي التحدث بصوت مسموع و مؤثر و بطريقة جهرية أمام المتعلمين ، فمهارة التحدث عندما يستخدمها معلم التربية البدنية والرياضية في الموقف التعليمي ينبغي أن يراعي فيها أسس إخراج الاصوات من الفم فمعلم التربية البدنية والرياضية يجب أن يراعي طريقة النداء بشرط أن يكون التنبيه بصوت مرتفع و واضح .  
**التدعيم بالأدلة :** على المتعلم أن يدعم كلامه بشواهد تعزز و تؤكد ما يقول إما من مواقف الحياة أو إحصائيات علمية ، ومحاولة الربط بها وبالموضوع فهذه الشواهد تنقل الإنسان من النظري إلى التطبيقي .

**حسن توزيع النظرات على الجمهور :** من الامور الضرورية لجلب الإنتباه هو الإلتفات إلى المستمعين و النظر إليهم لإشعار كل مستمع منهم أنه مقصود بالحديث وحدة من بين هذه الجموع ، مما يشعره بأهمية حتى تصل الدرجة ببعض الجمهور إلى الخجل و الإحراج من عدم الإنتباه .

**التركيز على الموضوع وعدم التشعب :** حيث يجعل المستمع يرهق ذهنيا في محاولة تتبع الافكار المتحدث ، فما أن يدخل في فكرة ما يخرج منها ويدخل في فكرو أخرى ، مما يشتت ذهن المستمع و يتعب فكره و يدفعه للشروود .

**التأني في الكلام :** على متكلم ( المتحدث ) أن يتأني في الكلام و يعطي كلمة حقها من السمع لكي يتمكن المستمع من إتقاط أفكاره وفهم حديثه ، وليس دعوة لإبطاء في الكلام وجعل فترة زمنية طويلة بين الكلمة و أخرى ، وإنما هي دعوة للموازنة ( محمد الظفيري ، 1999، ص 76 - 79 ) .

**معوقات الإتصال اللفضي :**

**العوائق المتعلقة بالمرسل :**

الحالة الميزاجية التي يوجد عليها الفرد أثناء عملية الإتصال مثل : العصبية الإسترخاء أو الخوف ، حيث تلعب الحالة الميزاجية و العاطفية للمرسل دورا كبيرا في دقة إرسال الرسالة فعندما يكون المرسل في حالة نفسية مضطربة لأي سبب من الأسباب ، فإن حالته النفسية من فرح أو خوف أو قلق أو إستعجال تنعكس على سلامة و صحة الرسالة .

فعادة ما يكون الإنسان الخائف أو القلق غير دقيق في التعبير عن أفكاره بطريقة صحيحة على عكس الشخص الذي لا يكون تحت ظغوطات نفسية فتأتي أفكاره أكثر وضوحا ، لذلك على المرسل محاولة التخلص من القلق أو الخوف قبل إرسال الرسالة .

إفتراض المرسل أن المستقبل يجب ان يفهم الرسالة ما دامت أرسلت ، حيث عندما يرسل المرسل رسالته عادة ما يكون محتوى الرسالة واضحا بالنسبة له و بالتالي يحاول نقل تلك الأفكار إلى المستقبل .

إستخدام المرسل لبعض النصطلحات الفنية التي قد لا يعرفها المستقبل مثل : مصطلحات علمية أو تعبيرات لغوية غير مفهومة عدم إختيار المرسل الوقت المناسب لإرسال الرسالة .

عدم وضوح الرسالة الناتج عن عدم قدرة المرسل على إمتلاك مهارة التحدث ( عدم إمتلاكه السلامة اللغوية ) . محمد ظفيري ، 1999/ص80-84 ) .

عدم توفر المعلومات وكذا عدم القدرة على أداء المهارة العملية ، وعدم التمكن من المعلومات وكيفية عرضها على المتعلمين ، مما يؤدي إلى عدم إنتباه المتعلمين وسليبتهم .

عدم القدرة على إستخدام الاجهزة التعليمية مثل : الكمبيوتر ، اجهزة عرض الشرائح و أفلام التعليمية ...إلخ مما يؤدي إلى نفاعل المتعلم في الموقف التعليمية . إقتصار إستخدام أسلوب واحد في نقل الرسالة للمتعلم مثل : إتباع المعلم أسلوب الإلقاء و تلقين و إستخدام الإتصال اللفضي الزائد لفترة طويلة دون السماح للمتعلمين بالمناقشة . ( مصطفى سالم وقيقة ، 2001 ، ص 81 .

**عوامل متعلقة بالمستقبل :**

عدم القدرة على الإنصات أو القراءة بشكل جيد .  
 الاحكام والإفتراضات المسبقة التي يضعها المستقبل مسبقا عن المصدر .  
 العوائق الإجتماعية والعاطفية التي يشعر بها المستقبل تجاه المرسل .  
 فارق الخبرة بين المرسل والمستقبل من حيث تحصيل العلمي والخلفية الثقافية .  
 (مصطفى سالم وقيقة ، 2001 ، ص 81).

شعور المتعلم بلملل وعدم متابعة الدرس و شرود الذهن .  
 الفروق الفردية بين المتعلمين في قدرات العقلية و القدرة على الإدراك و التمييز الحسي  
 ضعف الدافعية للتعلم وينتج عن ذلك من عدم إشباع مادة التعلم لحاجات  
 المتعلمين و إهتماماتهم . (محمد الظفيري ، 1999 ، ص 80 - 84 ) .

**العوائق المتعلقة ببيئة الإتصال :**

عدم راحة المتعلم في المقاعد الغير المريحة أو فناء المدرسة وضعف الإضاءة في  
 صالات التدريب ، و الملاعب المغطاة مثلا ، وكذلك الخصائص الصوتية و سوء  
 التهوية في الأماكن السابقة ، كذلك يقلل من كفاءة عملية الإتصال .  
 سوء حالة الصحية للمتعلم ، فإذا كان المتعلم يعاني من أي مرض جسماني أو نفسي  
 فإن ذلك يسبب عائقا لعملية الإتصال .

الضوضاء وتعتبر من أهم العوامل البيئية التي تعوق عملية الإتصال اللفضي ومن أمثلة  
 ذلك : سماع المتعلمين للمعلم وعدم فعالية عملية التعليم والتعلم . ( مصطفى سالم  
 ، 2001 ، ص 81 ) .

## خلاصة :

من خلال هذا العرض في هذا الفصل تتبين الاهمية الكبيرة للإتصال اللفضي بين الأستاذ التربية البدنية والرياضية والمتعلمين خلال الحصة ، فمن خلالها يمكن للمتعلم نقل المعلومات و الأفكار للمتعلمين و تزويدهم بكل ما هو ضروري خلال الحصة ، مما يزيد من الروابط والعلاقات الإجتماعية ويعمل على تعميقها أكثر فأكثر مع المتعلمين .

فإذا تمكك أستاذ التربية البدنية والرياضية كقائد ومربي في مهارات الإتصال اللفضي الصحيح فإن تأثيره سيكون بالضرورة إيجابيا على المتعلمين مما يساعد على تحقيق الأهداف المسطرة ، حيث يستوجب عليه أن يوفر لهم الجو المناسب للتعلم من معارف ومهارات وطرائق تدريبية توافق حاجاتهم وميولهم و رغباتهم إلا أن العملية الإتصالية التعليمية يمكن أن تتخللها و تعترضها بعض الصعوبات والمعوقات التي من شأنها تعطيل فعالية الإتصال كالضجيج و التشويش والتمركز على الذات وعدم الإنفتاح على الغير .

و الجدير بالذكر كذلك أن الإتصال اللفضي التربوي يستدعي قيام علاقة ثنائية أو جماعية أساسها التعلم الناجح المبني على التفاعل و التبادل من أجل خلق روح التعاون و الإندماج داخل فريق تربوي ، وكذا تعويد المتعلم على تقبل رأي الآخر في إيطار فلسفة التعايش والتسامح.

# الفصل الثاني

## التوافق النفسي



**تمهيد :**

تتميز حصة التربية البدنية و الرياضية بطابعها الديناميكي الذي جعل منها مادة مهمة في العملية التعليمية نظرا لما تمتاز به من حيوية و نشاط ، و يظهر ذلك جليا من مختلف السلوكات التي تظهر على التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية خلال مختلف الحصص التربوية ، و الذين يكونون مشخونون بصفات بدنية و نفسية تجعل منهم أكثر اقبالا على مختلف الانشطة المطبقة اثناء درس التربية البدنية و الرياضية .

**بعض التعاريف للتوافق النفسي:**

إزتك: هو الحالة التي تتناول حاجات الفرد و مطلبه بالنسبة للبيئة التي تحقق له الاشباع الكامل .

زهران: هو عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك و البيئة بالتغيير و التعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد و بيئته .

لتذكيرية: و اخرون تلك العملية التي يقوم الشخص من خلالها بتعديل البيئة المحيطة به (1-2-3) (صالح أحمد حسن الدهاري، 2008، ص 464).

و يعرفه "كود كارثر" بأنه عملية اكتشاف تبني الأساليب من السلوك تكون ملائمة للبيئة و المتغيرات فيها . (حسين احمد حشمت، مصطفى حسين الباهي، 2006م، ص 40).

و في هذا السياق يرى الثلاثة أن التوافق هو التكيف الشخص ببيئته الاجتماعية في مجالات مشكلات حياته مع الاخرين التي ترجع لعلاقته بأسرته و مجتمعه و معايير بيئته السياسية و الاقتصادية و الخلقية . (كمال الدسوقس، 1974، ص 32).

**مؤشرات التوافق النفسي :**

أن تكون نظرت الانسان للحياة نظرة واقعية .

أن تكون طموحات الشخص بمستوى الامكانيات .

الاحساس باشباع الحاجات النفسية للشخص .

ان تتوفر لدى الشخص مجموعة من السمات الشخصية من أهمها: الثبات الانفعالي - و انتساق الافق- و التفكير العلمي ، و المسؤولية الاجتماعية و المرونة و أن يكون مفهومه عن ذاته متطابقا مع واقعه أو كما يدركه الآخرون عنه .

أن تتوفر لدى الشخص مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الايجابية التي تبني المجتمع كاحترام العلم و اداء الواجب و احترام الزمن و تقديرات التراث ....(صالح أحمد حسن الداھري،2008،ص 464).

### أبعاد التوافق النفسي : (معايير الصحة النفسية)

**المعيار الاكلينيكي:** قد يتحدد مفهوم السوية أو الصحة في هذا المعيار لتشخيص الأغراض المرضية فالسوية أو الصحة تتحددان على أساس غياب الأغراض و الخلو من المرض - أما اللاسوية فتتحدد في وجود المرض أو الاضطراب .

**المعيار الثقافي:** الشخصية الانسانية انعكاس للواقع الثقافي الذي يعيشه الفرد و المجتمع و ثقافته بما يخلقانه من أشكال التفاعل الانساني و بما يبسرته من ظروف لنمو الشخصية و تشكيلها يمثلان محددات رئيسية لبناء الشخصية- فانسان يكون أسلوب حياته انعكاسا لثقافة عصر، و هو كائن محكوم ببعد الزمان و المكان .

**المعيار القيمي:** هذا المعيار أو الاخلاقي قد يتعارض في بعض الاحيان مع تصورات بعض علماء النفس و الطب النفسي الذين يسعون الى التوصل الى تعريفات لا تولي اهمية لمعايير القيمية و الاخلاقية .

يستخدم مفهوم السوية في هذا المنظور في وصف مدى اتفاق سلوكنا مع المعايير الاخلاقية في المجتمع و قواعد السلوك السائدة فيه.(صالح أحمد حسن الداھري، 2008 ص 464).

**المعيار الذاتي :** يتخذ الفرد من ذاته اطار مرجعي يرجع اليه في الحكم على السلوك في السوية أو الشذوذ و هذا المعيار يتضمن الاطار الاجتماعي استنادا لعملية التطبيع الاجتماعي حيث أن الرجوع الى الذات يتعارض لاحكام قبلية و التشويبات الدفاعية.(عمر لعويبة 1996م ص 29).

**المعيار الاجتماعي :** مسايرة القيم الثقافية في المجتمع أي مجرد تواءم أما أن كانت من اعتقاد و رغبة صادقة في التكيف فهي التكيف مع المجتمع و البيئة .(حامد عبد السلام زهران ، 1978 م ،ص 29).

**المعيار الاحصائي:** يمثل الصورة الرقمية الرياضية للاتجاه الثاني فالمتوسط – الوسيط أو المنوال – يمثل السوية ، أما الشذوذ و انحراف عن المتوسط – ميل الطبيعة الى أن تكون الغالبية في نطاق الاعتدال و الاقلية في نطاق التطرف.

**المعيار الباطني:** كل سلوك في الواقع يستند الى دينامية أي الى الدوافع المظترية و ينطوي على وظيفة أو عدد من من الوظائف يوسع الاتجاه الاجتماعي و خاصة في صورته الاحصائية أي يبين مدى الندرة.

#### أساليب التوافق غير المباشرة :

الأسلوب الناجح في حل الازمات هو الذي يؤدي الى اشباع الدوافع و يخلص من حالات الصراع و الاحباط و التوتر و القلق بصورة ترضي الفرد و لا تتعارض مع المجتمع و معاييره و لا تضر بالآخرين ، و هذه الطريقة و الأساليب المباشرة كلها تؤدي الى التوافق السليم و السلوك السوي .

أما اذا فشل في تحقيق دوافعه مع هذه الطرق المباشرة في التغلب على الصراع و الاحباط فان حالة القلق و التوتر الناجمة عن الإحباط تستمر مدة طويلة فتسبب له الكثير من الألم و الضيق،يلجأ الى الأساليب الغير المباشرة قد تؤدي بطريقة سلبية الى تخفيف حدة التوتر النفسي و آثاره بصورة مؤقتة بالحيل الدفاعية اللاشعورية أو عن طريق الاحلام .

#### التوافق عن طريق الحيل اللاشعورية – آليات عقلية :

الحيل اللاشعورية : هي أساليب دفاعية أو هروبية لحل أزمات النفسية ، و إنقاذ الفرد من حالات التوتر والقلق لكي يصل إلى قدر من الراحة الوقتية ، وهي حيل لا شعورية ، لأنها غير مقصودة تصدر عن الفرد بصورة لاشعورية دون تفكير أو رؤية ، وهي تعالج آثار الكبت والصراع بين الدوافع والهروب من الأوضاع والعواقب المسببة للكبت والإحباط .

و من أهم الحيل اللاشعورية :

**1 - الكبت:** هو عملية لاشعورية تحدث و تصدر دون ارادة منا، فنحن لا نعرف أننا نكبث و لماذا نكبث؟ و هو منع الدوافع و الأفكار و الذكريات اللاشعورية من اقتحام الشعور كي يتجنب الفرد الشعور بالقلق أو الشعور بالذنب أو النقص .

و حيلة لاشعورية هروبية تلجأ لها الأنا لطرد الدوافع و الذكريات الشعورية المؤلمة أو المحزنة ، و اكرهاها على التراجع الى اللاشعور .

و بهذا يؤدي وظيفة نفسية تتمثل في وقاية الفرد من كل ما يحتمل أن يؤدي نفسه و يسبب له القلق و التوتر ، قد يكون خطر على الفرد أو ضار بصالحه في المجتمع .

و مما لا شك فيه أن الكبت أثار ضارة و قد يكون أصل كل بلاء لان دافع المكبوث لا يبقى خاملا بلا يعمل على دخول مجال الشعور باستمرار .(حامد عبد السلام زهران 1978، ص 43-46).

**2- التبرير :** هو عملية لاشعورية دفاعية لحماية الفرد من الاعتراف بالفشل أو الخطأ و ذلك بابداء الفرد أسباب غير حقيقية يفسر بها بين سلوكه و أفعاله حتى يبقى على احترام نفسه و احترام الناس له ، و يخفف من التوتر الذي سببه له الموقف المحيط.

و كما أنه وسيلة يتجنب بها الفرد ما يحدث في نفسه من صراع بين ما يود تحقيقه و ما يمكنه أن يحققه و يصل اليه بالفعل ،و من صورته: التعلل بالقدر-السبب المعارض و تحقير الهدف -امتداح الفشل بطريقة ما و افهام الاخرين بنفس الخطأ.مثال : تلميذ يكره المدرسة-دافع لاشعوري غير مقبول اجتماعيا - يتأخر عن المدرسة كثيرا مبررا تأخره بمرض والدته أو أنها لم توقعه في الوقت المحدد كل هذه المبررات غير حقيقية ، أما السبب الحقيقي لتأخره هو كره المدرسة التي لا يريد الاعتراف به لنفسه و لا للناس .

**3- الاسقاط:** هو محاولة الفرد من أن يتبرأ لاشعوريا من دوافعه المستقيمة المنافية للاخلاق و يلسقها بغيره من الناس ،أي اسقاط عيوبه و نقائصه و أسباب فشله على الناس أو الظروف أو المجتمع أو الشيطان ،و هو بهذا وسيلة تقي الفرد من الاعتراف بعيوبه و نقصه و دوافعه الغير المقبولة اجتماعيا .(عبد الكريم قريشي 1999 ص 28).

4- **التقصص** : و هي حيلة دفاعية تعمل على تحقيق التوتر النفسي عن طريق اندماج الفرد لاشعوريا في شخصية الأخر أو جماعة نجحت في تحقيق الاهداف التي فشل الفرد في تحقيقها أو اتصافه ببعض الصفات التي يتصف بها غيره .

و تقمص قد يكون ضروريا بالنسبة للنمو الطفل و تكامل شخصيته و تكوين عاداته و ميوله و هذا يساعد على نمو الآنا و تكوين الآنا العليا و اكتساب العواطف.

و التقمص يساعد على تحقيق بالشعور بالنقص لدى الانسان ، و زيادة شعوره بقيمته و أهميته خاصة اذا تقمص بشخصيات متكاملة و قوية - مما يؤدي الى وظيفة هامة في تنمية شخصية الفرد ، و التغلب على مشاعر النقص هذه.

**النقص** : أي يرتد فيه الفرد ميول و مشاعر و تصورات طفلية أو رجوع وظيفي يجعل الفرد يرتد سلوكه على أنماط قد ألقها في الطفولة .

وهو من الحيل اللاشعورية غير المقصودة إلى تحقيق التوتر الناشئ من مواجهة الفرد لمشكلة أو عائق ، وهو يهدف إلى تجنب الشعور بالفشل دون محاولة لحل مشكلة حلا صريحا إيجابيا .

أمثلة : الغيرة الطفلية والبكاء أو الصراع أو الصياح عند مجابهة الفرد لمشكلات .

**التعويض** : هو من الحيل اللاشعورية يدفع الفرد على العمل على معالجة النقص الحقيقي أو الوهمي بالكفاح لتحقيق النجاح المطلوب ، أو الغسهامه عنه بهدف آخر مما يؤدي إلى تحقيق حالة التوتر والقلق .

مثال : فشل الطالب في الدراسة يؤدي إلى الإسراق في المذاكرة أو محاولة التفوق في ميدان كالرياض أو الرسم .

### ثانيا الأحلام كأسلوب توافقي :

تعتبر الأحلام السبيل الذي يؤدي إلى فهم اللاشعور و تفسيره ، حيث تعكس رغبات و مشاعر فتيه ، و تنقيس طبيعي للنزعات المكبوتة أو الغير المقبولة في الحياة الواعية ، وكذلك تعكس جوانب عديدة من شخصية الفرد و إهتماماته و خبراته و تطلعاته و ميوله وعمله اليومي و رصيده من المعرفة و مراتب إنفعالاته و طبيعتها .

وهناك عدة نظريات لتقليل ظاهرة الأحلام فمنها من يرى أنها تنشأ نتيجة سوء الهضم واضطرابات جسمية أخرى ، و أخرى نقول أنها تنشأ كما ينشأ هذيان الحس وذلك لإحتياج خلايا معينة في المخ مما يؤدي إلى ظهور ذكريات مخزونة .

أما ( فرويد ) فقد وصفها بأنها حارسة النوم أي ( تقوم بمعونة النائم على أن ينام من مؤثرات خارجية كالضوضاء و داخلية كالقلق و الإضطراب النفسي وذلك عن طريق إرضاء دوافع النائم ورغباته إرضاءا وهميا خياليا يعفي النائم من الإستيقاظ في عالم اليقظة و في هذا يقول ( فرويد ) كل حلم محاولة إستبعاد ما يزعج النوم وذلك عن طريق تحقيق رغبته ، و كما أن أغلب الأحلام إرضاء رمزي لرغبات مكبوثة أكثرها من الطفولة .

أما ( يلون ) يرى ان الأحلام هي تآلق يتم بطريقة غير متوقعة تماما لإثار المنبهات السابقة التي إستقبلها المخ .(1) ( سهد جلال 1985 ، ص 487 ) .

#### مادة الأحلام :

يتضمن الحلم المحتوى الظاهر وهو سلسلة من الصور الذهنية البصرية ، تؤلف كما حدث ، و محتوى الكامن و هو الافكار و الدوافع الذي يعد الحلم تعبيراً رمزياً لها .

ويؤدي محتوى الحلم عادة من :

- مشكلات اليوم السابق و متاعبه .
  - من الأحداث التي وقعت في الماضي القريب .
  - ومن الإنطباعات الحسية المختلفة التي نخيرها أثناء النوم .
- وقد تقوم الأحلام بحيلة التكيف لتحقيق رغبتان أو أكثر في واحد .

#### العوامل التي تعوق إتمام التوافق النفسي :

- أ- **النقص الجسماني** : تؤثر الحالة الجسمانية العامة للفرد على مدى توافقه، فالشخص العليل الذي تنتابه الامراض نقل عفائه ، ويكون عرضه لمواجهة مشاكل لإيجابها عادة الشخص السليم .
- ب- **عدم إشباع الحاجات بالطرق التي تقر الثقافة** : يرى الفرد حاجاته الجسمانية و حاجاته الإجتماعية المكتسبة ، و إذا ما أشيرت الحاجة أصبح الإنصات في توتر ، و إختل توازنه ولا بد من مشبع لإزالة التوتر و إعادة التوازن .

ت- **عدم تناسب الإنفعالات و المواقف :** إن الإنفعالات الحادة المستمرة تخل من توازن

الفرد و لها أكرها الضار جسمانيا و إجتماعيا فقد يؤدي الخوف الشديد في بعض المواقف إلى خفقات القلب وسرعة النبض و شعور بالهبوط، وتصيب الحرق يؤدي إلى فقدان الفرد لسيطرته على الطريقة التي يتم بها التعبير عن هذا الغضب .

ث- **تعليم سلوك مغاير لمعايير الجماعة :** وجد علماء النفس الإجتماعي في دراسة لهم

ما يشير إلى نوع من أنواع السلوك يعتبر نمط سائدا بين أفراد هذه الجماعة ، يتميز به ويشترك فيه معظم أفرادها ، هذا النمط أثر النموذج الناجح في عملية التنشئة الإجتماعية و يتخذ أساسا لتمييز سلوك الجيد من السلوك المنحرف في هذه الجماعة .

ج- **الصراع بين أدوات الذات :** مما يؤدي عادة إلى الصراع وعدم التكيف حاجة الفرد إلى

أن يلعب دور بين متعارضين في وقت واحد .(1) ( حسين أحمد حشمت ، مصطفى حسين الباهي ، 2006، ص 63-64 ) .

**العملية التعليمية والتوافق النفسي :**

على المدرسة أن تولي رعايتها و إهتمامها لكل طالب و طالبة بغض النظر لأوجه القصور فيهما فيجب أن تكون على علم بقدرات و إستعدادات و مستوى أداء كل طالب و طالبة ، وتقوم بتعديل عملية التعليم بحيث تتناسب مع إمكانيات وفي وقت نفسه عليها أن تساعد ضمن على النمو السوي و لذلك لأن أداء و وظائفها كمدرسة في مساعدة الفرد المتعلم على تنمية قدراته و إمكانياته إلى أقصى درجة ممكنة و عملية النمو لا تتحقق إلا في جو من الحرية تتقدم فيه الكثير من القيود أو الحرية الطالبة في المجموعة مرتبطة و محدودة بحرية الآخرين فيجب عليه أن يتعلم إحترام حقوق زملاءه فالحرية تصبح عائق إذا سمح فرد أن يفعل ما يشاء .

إن النجاح الناتج عن إرتفاع مستوى الاداء في الأنشطة الرياضية المختلفة له أثر كبير في تحقيق التوافق الشخصي إذ أن التحصيل المرتفع يتبع عادة تقدير و رضا من محيطين به سواء من المدرسين أو الزملاء .

وهذا يؤدي بدوره إلى ثقة الطالب بنفسه وشعوره بالإرتياح وبالتالي يتحقق التوافق الشخصي ، أما الرسوب و الفشل الناتج عن إنخفاض المستوى في الأداء نتيجة تحقق

رقم أو من زمن أو مسافة صغيرة يتبعة في العادة تأنيب للنفس و لوم للأخرين و شعوره بعدم الإرتياح والرضا النفس وهذا بدوره يؤدي إلى سوء التوافق الشخصي .  
فلا بد من أن تكون المدرسة أو التربية الرياضية في المدرسة على علم و دراسة بمبادئ الصحة النفسية السوية من خلال تنمية التوافق النفسي لديهم فيجب عليها أن تقوم بتشجيع الطلبة و بث الحماس في نفوسهم و زيادة الثقة إلى مستوى أحسن كل ذلك يساعد الطلبة على النجاح والتفوق. ( حسين أحمد حشمت /، مصطفى حسين الباهي ، ص79- 80 ، 2006 م ).

### العوائق المتعلقة ببيئة الإتصال :

عدم راحة المتعلم في المقاعد الغير المريحة أو فناء المدرسة وضعف الإضاءة في صالات التدريب ، و الملاعب المغطاة مثلا ، وكذلك الخصائص الصوتية و سوء التهوية في الأماكن السابقة ، كذلك يقلل من كفاءة عملية الإتصال .  
سوء حالة الصحية للمتعلم ، فإذا كان المتعلم يعاني من أي مرض جسماني أو نفسي فإن ذلك يسبب عائقا لعملية الإتصال .

الضوضاء وتعتبر من أهم العوامل البيئية التي تعوق عملية الإتصال اللفظي ومن أمثلة ذلك : سماع المتعلمين للمعلم وعدم فعالية عملية التعليم والتعلم . (1) ( مصطفى سالم ، 2001 ، ص ، 81) .

### التوافق النفسي و علاقته بالأنشطة الرياضية :

هناك الكثير من الأنشطة الرياضية التي تتأثر كثيرا من الناحية النفسية من خلال مزاولتها مسابقتها ، يمكن للعديد من السمات النفسية أن تتطور كالجرأة و العزيمة والإرادة و الإصرار والمثابرة ، كذلك بعض العادات الغير المرغوبة كالأنانية و الفردية .  
إن ممارسة أنشطة رياضية تكسب الفرد الدرجة العالية من القدرة على التوافق الشخصي و الإجتماعي و بالتالي يستطيع أن يتكيف مع نفسه و المجتمع الذي يعيش فيه يؤثر و يتأثر به وهذه أكبر علامة على صحة النفسية العالية فهي تكسب الفرد المرح والسعادة وحسن قضاء الوقت الحر الذي يؤدي إلى السعادة الفرد وصحة المجتمع .



ومن خلال ذلك نجد أن ممارسة الرياضة بشكل عام تتجه إلى الإتجاه الأخلاقي المثالي حيث أنها منافسات لا يهزم فيها فرد على فرد آخر ولا فريق من فريق آخر إنما هي منافسات بين الأفراد أو المجتمعات لإظهار كفاءتهم و قدراتهم ومهاراتهم لتحقيق البطولات ، فهي من الناحية الإجتماعية تنمي السمات الإرادية والخلقية للأفراد أو المجموعات هذا بالإضافة إلى إكسابهم الروح الرياضية العالية و إحترام الآخرين و القدرة على مواجهة الصعاب أثناء ظروف المنافسات الصعبة .

كما أظهرت النتائج الكثير من الأبحاث والدراسات في المجال الرياضي أهمية التوافق الشخصي و تأثيره على التحصيل العلمي والنظري على الأنشطة الرياضية المختلفة والذي يتمثل في مستوى الأداء بأن هناك علاقة إيجابية بين أنماط التوافق الشخصي والنجاح الدراسي و أن هناك فروق دالة بين المتفوقين رياضيا وغير المتفوقين رياضيا في التوافق الشخصي لصالح المتفوقين ، كما أشارت بعض الابحاث إلى وجود فروق جوهرية بين المجموعتين المرتفعة اللياقة البدنية في التوافق الشخصي لصالح مجموعة الأولى ، وهذا يعني أنها تتمتع بتوافق شخصي أفضل من المجموعة الثانية ، إن الشخص اللئق لياقة كاملة يمتلك السلامة البدنية بجانب النضج الإجتماعي والمستوى الخلقى المرغوب فيه وبالتالي يستطيع أن يشبع إحتياجاته الأساسية كالحب والامن و إحترام الذات . ( حسين أحمد حشمت ، مصطفى حسن الباهي ، 2006، ص 70 - 73 ) .

## الخلاصة :

يتبين مما سبق ذكره في هذا الفصل أهمية التوافق النفسي خلال العملية التعليمية ، فالمتعلم يحاول من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية إيجاد الفرص لنفسه لكي يعيش بشكل متزن يضمن من خلاله ممارسة حياته بلا مشاكل وهذا لا يحدث إلا إذا كان الإنسان متوافقا ومتوازنا نفسيا ، وتؤكد ذلك قدرة المتعلم على إقامة علاقات إجتماعية مع الآخرين مثمرة وممتعة تتسم بقدرته على الحب والعطاء والعمل المنتج الفعال الذي يجعل منه شخصا نافعا في محيطه الإجتماعي التربوي .

و الجدير بالإشارة كذلك هو مسؤولية الملقاة على عاتق المعلم التربية البدنية والرياضية ، بحيث يجب أن يكون على علم و دراية بمستوى أداء كل متعلم و ذلك لمساعدته ، على تنمية قدراته و إمكانياته إلى لأقصى درجة والتي تساعد ضمن على نموه السوي ، وهذا ما يزيد من ثقة المتعلم بنفسه وشعوره بالإرتياح و بالتالي زيادة فعالية و إيجابية حصة التربية البدنية والرياضية .

# الفصل الثالث:

منهجية البحث والإجراءات

الميدانية

**تمهيد :**

بعد قيامنا بتغطية الجانب النظري للبحث ، سنحاول في هذا الجزء أن نحيط بتاموضوع من الجانب التطبيقي ، وذلك بالقيام بدراسة ميدانية في أربعة ثانويات ببلدية وادي رهيو ( ولاية غليزان ) من خلال توزيع الإستبيان على الأساتذة التربية البدنية والرياضية و آخر على التلاميذ الطور الثانوي الممارسين للتربية البدنية والرياضية ، وبعدها تحليل نتائج الأسئلة التي طرحناها في الإستبيان ، و أخيرا نقوم بعرض الإستنتاج وتوضيح فيه مدى مصداقية الفرضية التي يتضمنها البحث .

**1- منهج البحث :**

لقد إعتدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي ، والذي يعرف على أنه عبارة عن إستقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها و كشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها .( ربح التركي ، ص ، 229، 1988).

**2- مجتمع وعينة البحث :**

قمنا بإختيار عينة البحث ( السنة الاولى ثانوي ) لتلاميذ التعليم الثانوي الممارسين للتربية البدنية والرياضية ، وأساتذة التربية البدنية والرياضية . المجتمع شمل تلاميذ ثانويات مدينة واد رهيو ( 4 ثانويات ) ولاية غليزان والذي يبلغ عددهم 175 في المؤسسة الواحدة ، وفي 4 ثانويات 700 تلميذ ، أما مجموع الاساتذة قدر بـ 16 أستاذ .

**عينة البحث :** أخذنا عينة من التلاميذ تقدر بـ 196 تلميذ و تمثل نسبة 30% من المجتمع الأصلي للبحث .

كما أخذنا عينة الأساتذة وتقدر بـ 16 أستاذ وتمثل نسبة 100% من مجتمع الأساتذة  
1- عينة الأساتذة :

الجدول رقم (1) : يبين توزع أفراد عينة الأساتذة على 4 ثانويات ببلدية واد رهيو .

إسم الثانوية	المكان	عينة الأساتذة
ثانوية متقن هواري بومدين	واد رهيو	04
ثانوية عبد الحميد القباطي	واد رهيو	04
ثانوية الشهداء	واد رهيو	04
ثانوية أحمد بن بلة	واد رهيو	04

2- عينة التلاميذ :

الجدول رقم (2) : يبين توزع أفراد عينة التلاميذ على 4 ثانويات ببلدية واد رهيو .

إسم الثانوية	المكان	عينة الأساتذة
ثانوية متقن هواري بومدين	واد رهيو	50
ثانوية عبد الحميد القباطي	واد رهيو	50
ثانوية الشهداء	واد رهيو	50
ثانوية أحمد بن بلة	واد رهيو	46

3-مجالات البحث :

3-1 المجال الزمني :

إستغرقنا فيما يخص الجانب النظري من هذه الدراسة فترة زمنية إمتدت من 20  
سبتمبر 2016 إلى 30 فيفري 2017 .

أما الجانب التطبيق من الدراسة فقد إستغرق فترة إنجاز إمتدت من 15 مارس 2017 إلى 25 ماي 2017 .

### 3-2 المجال المكاني :

قمنا بإجراء دراسة ميدانية في بلدية واد رهيو على أفراد العينة المختارة من 4 ثانويات الميينة في الجدول (1) و (2) من أساتذة التربية البدنية والرياضية ، وتلاميذ ممارسين للتربية البدنية والرياضية في نفس الثانويات المذكورة .

### 4-الأداة المستعملة في البحث :

لجمع المعطيات حول موضوع البحث إعتدنا على الإستبيان الذي يعتبر من أدوات المنهجية والخاصة بجمع البيانات في المنهج الوصفي ، وهو عبارة عن إستمارة مكتوبة عليها مجموعة من الأسئلة مرتبطة بطريقة منهجية ودقيقة حسب موضوع البحث ، يحضرها الباحث مسبقا ويقدمها للمبحوثين ( المستجوبين ) بهدف تحصيل المعلومات قد تثبت أو تنفي فرضية البحث المقترحة من طرف الباحث .

كما احتوت إستمارة الإستبيان على 25 سؤالاً موزعة على محورين وهي : 14 سؤال للتلاميذ ، و 11 سؤال للأساتذة موزعة على محورين :

المحور الأول : طرق و وسائل الإتصال اللفضي في درس التربية البدنية والرياضية .  
المحور الثاني : أهمية الإتصال اللفضي في درس التربية البدنية و الرياضية .

### 5-الدراسة الإستطلاعية :

قمنا ببعض الزيارات الميدانية لـ 4 ثانويات القريبة من مكان إقامتنا حيث كان إهتمامنا مركزا على بعض الجوانب الهامة في الحصص التربوية والذي يتمثل فيمايلي :

- ملاحظة العلاقة الإتصالية التفاعلية بين الأستاذ والتلاميذ من خلال حصة التربية البدنية والرياضية .
- ملاحظة طريقة الإتصال اللفضي لأستاذ التربية البدنية والرياضية مع التلاميذ أثناء تطبيق مختلف التمارين و الأنشطة الرياضية .

ومن خلال نتائج هذه الدراسة الإستطلاعية إرتأينا أن نخوض البحث في مجال العلاقة الإتصالية في المجال التربوي بين الأستاذ والتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية حيث توصلنا إلى نتائج أولية كانت كما يلي :

- للإتصال اللفضي دور فعال في السير الحسن لحصة التربية البدنية والرياضية .  
ومن خلال نتائج التي توصلنا إليها من هذه الدراسة الإستطلاعية وبعد الإطلاع المفصل على مناهج التربية البدنية والرياضية لسنوات التعليم الثانوي كان من الجدير التطرق إلى موضوع تربوي والذي يخص العلاقة الإتصالية التفاعلية بين الأستاذ والتلميذ ، كان موضوعنا هذا والذي يندرج حول أهمية إستخدام أستاذ التربية البدنية والرياضية للإتصال اللفضي في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

#### 6-صدق وثبات الإستبيان :

إن المقصود بالإستبيان هو أن يقيس الإختبار بالفعل القدرة أو الظاهرة التي وضع لقياسها ، إذ ويعد إعداد الإستبيان في شكله الأول ثم توزيع الأسئلة على محورين ، ثم عرضنا على أساتذة محكمين في المنهجية البحث العلمي و التربية البدنية والرياضية لإبداء ملاحظاتهم حول مدى تطابق الاسئلة مع المحاور التي وضعت لأجلها .

وهذا التشلور مع الأستاذ المشرف ثم إعداد الإستبيان وضبطه في شكله النهائي والذي تضمن 25 سؤالاً منها 14 للتلاميذ و 11 للأساتذة .

#### 7-طريقة توزيع الإستبيان :

هناك العديد من الطرق التي يتم بواسطتها توزيع الإستبيان ، ولقد إعتدنا على التوزيع المباشر للإستبيان أي أن إتصالنا كان مباشراً مع المبحوثين لشرح الأسئلة وتبسيط الصطلحات أكثر ، فلم تواجهنا أي صعوبات في هذه العملية .

#### 8-الاسلوب الإحصائي المستعمل في الدراسة :

لقد إعتدنا في تحليلنا للنتائج على النسبة المئوية من الأساليب الإحصائية ، وذلك بتحويل التكرار المتحصل عليه إلى أرقام و ( نسب مئوية ) قابلة للتفسير والتحليل بعد جمع و توزيع بيانانا إستمارة الإستبيان ، وذلك وفق المعادلة التالية :

الأسلوب الإحصائي المستعمل في الدراسة :

$$\frac{\text{عدد التكرارات } 100X}{\text{مجموع العينة}} = \text{النسبة المئوية}$$

مقياس التوافق النفسي :

طريقة صياغة فقرات الإستبيان : إستعان الباحث بالسادة مستشاري التوجيه في صياغة 50 فقرة .

1- الدرجات : ( مناسب جدا - مناسب - غير مناسب - غير مناسب تماما ) .

2- المصادر : مصدرين أساسيين .

المصدر الأول : من خلال الملاحظات المستمرة للتلاميذ المؤسسة التعليمية وكذا المقابلات والجلسات مع السادة مستشاري التوجيه للوقوف على أسباب سلوكيات و الإضطرابات النفسية للتلاميذ .

المصدر الثاني : وهي الخطوة التي تمت بالتوازي مع الخطوة الأولى وتتمثل في الإطلاع على الدراسات السابقة .

الجدول

الأبعاد 5 أبعاد

المجموع	السالبة	الفقرات الموجبة	الأبعاد
10	31 -21-16-6-1	46-41-36-26-11	التوافق الشخصي
10	47-37-32-27	42-22-17-12-7-2	الأسري
10	33-23-18-8	48-43-38-28-13-3	الإجتماعي
10	29-24-14-49	44-39-34-19-9-4	المدرسي
10	-40-30-25-20-15-10 50-45	35 -5	الصحي



**طريقة التصحيح :**

وزعت فقرات الإستبيان على أبعاد 5 ، 10 فقرات في كل بعد ، يجب التلميذ المفحوص عليها على سلم خماسي التدرج .

- في الفقرات ذات الإتجاه الموجب نحو زيادة التوافق ، أعطيت الدرجات كما يلي :

السلم	1	2	3	4	5
الدرجة	5 درجات	4 درجات	3 درجات	2 درجات	1 درجة

- في الفقرات ذات الإتجاه السالب نحو الإنخفاض درجة التوافق أعطيت الدرجات كمايلي :

السلم	1	2	3	4	5
الدرجة	1 درجات	2 درجات	3 درجات	4 درجات	5 درجة

أصحاب الدرجة العالية يتميزون بالسمة التي يقيسها البعد ، وتدل الدرجة الكلية للإختبار على درجة التوافق النفسي العام .

**الجدول :** يبين متوسطات الحسابية و الإنحرافات المعيارية زمعامل ثبات الإستبيان التوافق النفسي العام .

القيمة جدولية	مستوى دلالة	معامل الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		حجم الحرية	حجم العينة	البعد
			س(-)	ج(+)	س(-)	ج(+)			
0.505	0.01	0.83	4.73	33.28	4.16	33.04	23	25	التوافق النفسي
		0.95	7.22	40.32	7.27	40.69			التوافق الأسري
		0.79	4.07	34.72	4.20	35.24			التوافق الإجتماعي
		0.93	5.47	37.92	6.17	37.60			التوافق المدرسي
		0.93	5.71	37.00	6.03	37.32			التوافق الصحي
			19.90	183.24	18.46	183.88			التوافق العام

$$\frac{\text{مجموع س}}{ن} = \text{المتوسط الحسابي}$$

س : المتوسط الحسابي

مج س : مجموع الدرجات

ن : عدد العينة

## تحديد مستويات التوافق النفسي :

من خلال حساب حد الأكبر - 1/ الحد الأكبر

وبالتالي نتحصل على ..... الثبات كالاتي

$$0.8 = 5 / 1 - 5$$

ومنه (0.8) هو ثابت

وعليح نتحصل على المجال الدرجات التالية :

المستويات	كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	ضعيفة	ضعيفة جدا
المدى	[4.2 - 5 ]	[ 3.4-4.1]	[2.6-3.3 ]	[1.8-2.5]	[1-1.7 ]



## 1- عرض وتحليل نتائج الإستبيان الخاصة بالتلاميذ :

المحور الاول : طرق و وسائل الإتصال اللفضي في درس التربية البدنية و الرياضية .  
السؤال الاول : هل طريقة الكلام المستعملة من طرف الأستاذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية تؤثر عليك بالإيجاب من الناحية النفسية ؟ .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
62.24%	122	نعم
10.71%	21	لا
27.04%	53	نوعا ما
100%	196	المجموع

يتضح من خلال نتائج الجدول أن معظم أفراد العينة قد أقرروا بأن طريقة الكلام خلال حصة التربية البدنية والرياضية تؤثر عليهم من الناحية النفسية وذلك بنسبة عالية وصلت إلى 62.24% ، وبينما صرح 10.71% من أفراد العينة بأن طريقة الكلام الأستاذ خلال الحصة لا تؤثر عليهم بالإيجاب من الناحية النفسية ، بينما صرح 27.04% من أفراد العينة بأن طريقة كلام الاستاذ الحصة تؤثر نوع ما عليهم بالإيجاب من الناحية النفسية . ومنه نستنتج أن الإتصال اللفضي من طرف الاستاذ مع التلاميذ يدفع بالراحة النفسية .

**السؤال الثاني :** في حالة الشرح الجيد من طرف الأستاذ يساهم في تعلم المهارة ؟ .

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
درجة كبيرة	131	66.83%
متوسطة	59	30.10%
ضعيفة	6	3.06%
المجموع	196	100%

يوضح الجدول أن عدد كبير من أفراد العينة صرحوا بنسبة 66.83 % أنه في حالة الشرح الجيد من طرف الأستاذ يساهم في تعلم المهارة بدرجة كبيرة ، وان نسبة 30.10% منهم قد صرحوا أن تعلم المهارة يكون متوسط ، أما النسبة المتبقية 3.06% فقد أجابت بأنه في تعلم المهارة بدرجة ضعيفة في حالة الشرح الجيد من طرف الأستاذ .

ومنه نستنتج أن عملية التتواصل اللفظي يساهم في عملية التعلم بشكل إيجابي .  
**السؤال الثالث :** إستيعابك للمعلومات بصورة جيدة يكون حينما يستعمل الأستاذ .

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
اللغة الدارجة	96	48.97%
اللغة الفصحى	21	10.71%
اللغة الفرنسية	06	3.06%
جميعها	73	37.24%
المجموع	196	100%

يتبين من خلال الجدول أن نسبة 48.97% من أفراد العينة قد صرحوا بأن إستيعابهم

للمعلومات يكون بصورة جيدة عندما يستعمل الأستاذ اللغة الدارجة ، في حين صرحت نسبة 37.24% من أفراد العينة وهي نسبة متقاربة نوعا ما مع النسبة الأولى والتي تقول بأن الإستيعاب بصورة جيدة للمعلومات يكون عندما يستعمل جميع اللغات ، بينما الأقلية

والتي مثلت في 10.71 % أقرت بإستعابهم للمعلومات يكون بصورة جيدة حينما يستعمل الأستاذ اللغة العربية الفصحى ، بينما فئة قليلة جدا من أفراد العينة 3.06% يمكنهم إستعاب المعلومات بصورة جيدة عندما يستعمل الاستاذ اللغة الفرنسية وحدها اثناء الشرح .

ومنه نستنتج أن إستخدام الإتصال اللفضي المفهوم والواضح يساعد التلاميذ على التعلم .  
السؤال الرابع : هل إستعمال الأستاذ لألفاظ ومصطلحات غامضة يصعب عليك إستعاب المعلومات .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
39.79%	78	نعم
18.87%	37	لا
41.32%	81	نوعا ما
100%	196	المجموع

من خلال الجدول يتضح أن الأغلبية من افراد أكدوا على أن إستعمال الأستاذ لألفاظ و مصطلحات غامضة يصعب عليهم إستعاب المعلومات نوعا ما وذلك بنسبة 41.32 %بينما نسبة 39.79 % من أفراد العينة قد صرحت بأن إستعمال الأستاذ لألفاظ ومصطلحات غامضة يصعب عليهم إستعاب المعلومات ، بينما النسبة المتبقية 18.87 % من أفراد العينة قد أقرت بأن إستعمال الأستاذ لألفاظ ومصطلحات غامضة لا يصعب عليهم إستعاب المعلّمات .

ومنه نستنتج أن إستعمال المصطلحات الغامضة أثناء عملية التواصل اللفضي يصعب عملية التعلم.

**السؤال الخامس :** عند تحدث الأستاذ بصوت منخفض يكون إستيعابك للمعلومات .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
13.26%	26	درجة جيدة
46.42%	91	متوسطة
40.30%	79	ضعيفة
100%	196	المجموع

أظهرت نتائج هذا الجدول أن نسبة 46.42 % من أفراد العينة قد أجابوا عند تحدث الأستاذ بصوت منخفض يكون إستيعابهم للمعلومات متوسطة ، أما نسبة 40.30 % منهم فقد صرحت بأن إستيعابهم للمعلومات يكون ضعيف ، في حين أن الأقلية منهم وذلك بنسبة 13.26 % يرون بأن إستيعابهم للمعلومات يكون بدرجة جيدة عندما يتحدث الأستاذ بصوت منخفض .

ومنه نستنتج أن إستخدام المدرس للإتصال اللفظي الواضح والمسموع يساعد على إستيعاب المعلومات .

**السؤال السادس :** عند إستعمال الأستاذ بطريقة تسلطية ( الإتصال اللفظي التسلطي ) أثناء الحصة يكون تجاوبك مع المواقف التعليمية .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
19.89%	39	بالإرتياح
55.61%	109	عدم الإرتياح
24.48%	48	بلامبالاة
100%	196	المجموع

تبين نتائج الجدول أن نسبة معتبرة من أفراد العينة بلغت 55.61 % ترى أنه عند إستعمال الأستاذ لطريقة تسلطية أثناء الحصة يكون تجاوب مع المواقف التعليمية بعدم الإرتياح .



أما نسبة 24.48 % فهي ترى أن تجاوبها مع مختلف الواقف التعليمية يكون بالا مبالاة ، في حين أن نسبة ضئيلة بلغت 19.89% قد أجابت بأن تجاوبها يكون بالإرتياح .  
ومنه نستنتج أن إستخدام هذا النوع من الإتصال يصعب عملية التعلم ولا يساعد التلاميذ على الإرتياح خلال التعلم .

**السؤال السابع :** هل تنقل الأستاذ بين المتعلمين أثناء تأدية مختلف الواقف التعليمية من الناحية .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
18.36%	36	النفسية
28.57%	56	البدنية
53.06%	104	كلاهم
100%	196	المجموع

تبين نتائج الجدول أن نسبة معتبرة من أفراد العينة بلغت 53.06 % قد أجابت بأن تنقل الأستاذ بينهم أثناء تأدية مختلف الواقف التعليمية يساعدهم من الناحية النفسية والبدنية معا ، أما نسبة 28.57% منهم فقد صرحت بأنه يساعدهم من الناحية البدنية ، أما النسبة المتبقية 18.36% فقد أقرروا بأن تنقل الأستاذ بين المتعلمين يساعدهم من الناحية النفسية .

ومنه نستنتج أن تنقا الأستاذ بين التلاميذ وطريقة التواصل نساعدهم في تحسين عملية التعلم و الإرتياح النفسي لدى التلاميذ .

**المحور الثاني : أهمية الإتصال اللفظي في درس التربية البدنية والرياضية .**

**السؤال الأول :** مساعدة الأستاذ في حل مشاكلك النفسية والاجتماعية يساهم في إقبالك على أداء مختلف المهارات بصورة ؟ .

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
جيدة	133	%67.85
متوسط	48	%24.48
ضعيف	15	%7.65
المجموع	196	%100

يبين الجدول أن نسبة 67.85 من أفراد العينة أكدت على أن الأستاذ في حل مشاكلهم النفسية والاجتماعية يساهم في إقبالهم على أداء مختلف المهارة بصورة جيدة ، بينما نسبة 24.48 % منهم أجابت بأن إقبالهم يكون متوسط ، أما نسبة المتبقية ضئيلة التي قدرت بـ 7.65 % فقد صرحت بأن إقبالهم على أداء مختلف المهارات يكون بصورة ضعيفة . ومنه نستنتج أن هذه النتائج تؤكد أن مشاركة الأستاذ في حل المشكلات النفسية و الاجتماعية يساعد على التعلم ودافعية للتعلم .

**السؤال الثاني :** هل خروج الأستاذ على الموضوع أثناء الشرح يؤثر على درجة إستيعابك للمعلومات المقدمة ؟.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	43	%21.93
لا	68	%34.69
أحيانا	85	%43.36
المجموع	196	%100

تبين نتائج الجدول أن نسبة معتبرة من أفراد العينة 43.36% قد أجابوا بأن خروج الأستاذ عن الموضوع أثناء الشرح يؤثر عليهم أحيانا على درجة إستيعابهم للمعلومات المقدمة ، لكن نسبة 34.69% منهم قد صرحوا بأن خروج الأستاذ عن الموضوع أثناء الشرح لا يؤثر على درجة إستيعابهم للمعلومات ، أما النسبة المتبقية 21.93% من أفراد العينة فقد صرحت أن خروج الأستاذ على الموضوع أثناء الشرح نعم يؤثر على درجة إستيعابهم للمعلومات المقدمة .

ومنه نستنتج أن خروج الأستاذ عن الموضوع أثناء الشرح يؤثر على درجة إستيعاب المتعلمين للمعلومات

**السؤال الثالث :** كيف تكون حالتك النفسية عند تعرضك لنقد مباشر أمام الولاء من طرف الأستاذ أثناء الحصة ؟ .

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
بالإرتياح	22	11.22%
الخجل	80	40.81%
القلق	94	47.95%
المجموع	196	100%

يبين الجدول أن نسبة معتبرة من أفراد العينة بلغت 47.95% قد أجابت بأن تعرضهم لنقد مباشر أمام الزملاء من طرف الأستاذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية يشعروهم بالقلق ، أما نسبة 40.81% منهم فقد صرحوا بأنهم يكونون في حالة خجل ، في حين أن الأقلية منهم وذلك بنسبة 11.22% فهم يرون أن النقد المباشر أمام الزملاء من طرف الأستاذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية يعود عليهم بالقلق والخجل .

ومنه نستنتج أن النقد المباشر والحاد من طرف الأستاذ يؤثر على المتعلم نفسيا ويجعله يشعر بالقلق والخجل ، وبالتالي يقلل من فعالية و التواصل والتفاعل المتبادل خلال حصة تربية البدنية والرياضية .

**السؤال الرابع :** هل إستعمال الأستاذ لأسلوب التشجيع والتحفيز (أحسننت ، جيد ) يؤثر على درجة تحصيلك المعرفي خلال حصة التربية البدنية والرياضية ؟.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	168	%85.71
لا	11	%5.61
أحيانا	17	%8.67
المجموع	196	%100

من خلال الجدول ، يتضح أن معظم أفراد العينة قد أكدوا على إستعمال الأستاذ للأسلوب التشجيع و التحفيز ( أحسننت ، جيد ) خلال حصة التربية البدنية والرياضية يؤثر على مستوى تحصيلهم المعرفي دائما وذلك بنسبة 8.67 % من أفراد العينة فقد صرحت بأن أسلوب التشجيع يؤثر على مستوى تحصيلهم المعرفي أحيانا ، أما النسبة المتبقية 5.61 % فقد بينت بأن أسلوب التشجيع والتحفيز لا يؤثر على مستوى تحصيلهم المعرفي .  
ومنه نستنتج أن أسلوب التشجيع والتحفيز يؤثر دائما على المستوى المعرفي للمتعلم خلال حصة التربية البدنية والرياضية .

**السؤال الخامس :** ماهي وضعية الأستاذ بالنسبة لك التي ترتأها مناسبة أثناء عرض الحالات التعليمية ؟ .

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
قريبة	85	%43.36
متوسطة	94	%47.95
بعيدة	17	%8.67
المجموع	196	%100

تبين نتائج الجدول أن نسبة 47.95 % قد صرحت بأن تموقع الأستاذ أثناء عرض المواقف التعليمية والذي يروونه مناسباً عندما يكون في وضعية متوسطة ، أما نسبة 43.36 % ترى أن الوضعية القريبة للأستاذ هي الأنسب ، وتبقى نسبة ضئيلة 8.67 % تصرح بأن بعد الأستاذ منهم يساعدهم أثناء عرض المواقف التعليمية .

ومنه نستنتج أن الوضعية البيداغوجية المناسبة للأستاذ بالنسبة للمتعلمين أثناء عرض الحالات التعليمية تكون متوسطة أو قريبة منهم ، وهذا ما يؤدي إلى إنباههم و إيجابيتهم وتفاعلهم خلال الحصة وبالتالي نجاح العملية الإتصالية التعليمية .

**السؤال السادس :** وجود الأستاذ بالقرب منك أثناء تأدية مختلف المواقف التعليمية يساعذك في :

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
طلب المساعدة	61	31.12%
إستيعاب المهارات الحركية	95	48.46%
إعادة الشرح	40	20.40%
المجموع	196	100%

توضح نتائج الجدول أن معظم أفراد العينة قد أقرروا بأن وجود الأستاذ منهم أثناء تأدية مختلف المواقف التعليمية يساعدهم على إستيعاب المهارات الحركية وذلك بنسبة معتبرة وصلت إلى 48.46 %، بينما صرح 31.12 % من أفراد العينة بطلب المساعدة ، أما القلة القليلة منهم فقد صرحت بأن تواجد الأستاذ بالقرب منهم يساعدهم على إعادة الشرح وذلك بنسبة 20.40 % لا.

ومنه نستنتج أن وجود الأستاذ بالقرب من التلاميذ أثناء تأدية مختلف المواقف التعليمية يساعدهم على إستيعاب المهارات الحركية ، وبالتالي تحقيق التوافق الحركي وهذا ما تسعى إلى تجسيده العملية التعليمية خلال حصة التربية البدنية والرياضية .

**السؤال السابع:** كيف يكون شعورك عند مشاركة الأستاذ لك في أداء بعض المهارات التعليمية ؟ .

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
راحة النفسية	62	31.63%
أداء مهاري جيد	74	37.75%
معا	60	30.61%
المجموع	196	100%

يتبين من نتائج الجدول أن نسبة 37.75% من أفراد العينة قد صرحت بمشاركة الأستاذ لهم في أداء بعض المواقف التعليمية يساعدهم على أداء مهاري جيد ، أما نسبة 31.63% فقد أجابوا بشعورهم بالراحة النفسية ، في حين نسبة 30.61% من أفراد العينة قد صرحوا بأن مشاركة الأستاذ لهم يساعدهم على أداء مهاري جيد وشعورهم بالراحة النفسية معا .ومنه نستنتج أن مشاركة الاستاذ للمتعلمين أثناء أداء بعض المواقف التعليمية يساعدهم على مهاري جيد ، ويؤدي بهم إلى إتقان مختلف المهارات وبالتالي زيادة فعالية و إيجابية العملية التعليمية والتعلمية .

1- عرض و تحليل ومناقشة نتائج الإستبيان الخاص بالأساتذة :

المحور الأول : طرق و وسائل الإتصال اللفضي في درس التربية البدنية والرياضية .

السؤال الأول : ماهي الطريقة التي ترها مناسبة في إيصال المعلومات خلال حصة التربية البدنية والرياضية ؟ .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
0%	0	اللفضية
0%	0	النموذج
100%	16	اللفضية والنموذج معا
100%	16	المجموع

توضح نتائج الجدول أن أفراد العينة قد أقرروا بأن الطريقة المناسبة لإيصال المعلومات خلال حصة التربية البدنية والرياضية هي الطريقة اللفضية والنموذج معا . ومنه نستنتج أن المنهجية المثلى لإيصال المعلومات من قبل الأستاذ التي يعتمد فيها على الطريقة اللفضية و النموذج معا ، والتي من شأنها أن تؤدي إلى السير الحسن والإيجابي لحصة التربية البدنية والرياضية .

السؤال الثاني : هل إستخدام المصطلحات العلمية المفهومة أثناء الشرح في التجاوب الإيجابي للمتعلمين ؟

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
81.25%	13	نعم
0%	00	لا
18.75%	03	أحيانا
100%	16	المجموع

تبين نتائج الجدول أن نسبة كبيرة من أفراد العينة بلغت 81.25 % ترى أن استخدام المصطلحات العلمية المفهومة أثناء الشرح لها دور في التجاوب الإيجابي للمتعلمين ، أما نسبة 18.75 % فهي ترى أن لها دور إلا في بعض الأحيان و الملاحظ أنه لا يوجد إجابة تنفي دور المصطلحات العلمية المفهومة في التجاوب الإيجابي للمتعلمين .ومنه نستنتج أن استخدام الأستاذ المصطلحات العلمية مفهومة أثناء الشرح لها دور في تجاوب الإيجابي للمتعلمين خلال حصة التربية البدنية والرياضية

**السؤال الثالث :** عند نقص إستيعاب المتعلمين لمهارة معينة هل يجب القيام ب :

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
0%	00	إعادة الشرح
3.75%4	07	عرض المهارة
25%.56	09	معا
100%	16	المجموع

من خلال نتائج يتبين لنا أن الأغلبية من أفراد العينة قد أكدوا نقص إستيعاب المتعلمين لمهارة معينة يجب القيام بإعادة الشرح وعرض المهارة وذلك بنسبة 56.25 % ، أما النسبة المتبقية من أفراد العينة وهي 43.75 % فقد صرحت بعرض للمهارة ، غير أن إعادة الشرح وحد لم يلق موافقة من طرف أفراد العينة .ومنه نستنتج أن الطريقة الأكثر إعتقاداً من طرف الأستاذ عند نقص إستيعاب المتعلمين لمهارة معينة هو إعادة الشرح وعرض للمهارة معا ، وهذا ما يؤدي إلى التفاعل المتعلم مع مختلف المواقف التعليمية .



**السؤال الرابع :** إلى أي درجة يؤثر استخدام الإتصال اللفضي الزائد في إستيعاب المتعلمين للمعلومات ؟ .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
50%	08	درجة كبيرة
50%	08	متوسطة
00%	00	صعيفة
100%	16	المجموع

توضح نتائج الجدول أن نسبة 50% من أفراد العينة قد صرحت بأن استخدام الإتصال اللفضي الزائد لها تأثير بدرجة كبيرة في إستيعاب المتعلمين للمعلومات ، وأن 50% من أفراد العينة قد أجابوا بتأثيره المتوسط ، أما الإجابة الضعيفة لم تلق موافقة من طرف أفراد العينة .

ومنه نستنتج أن استخدام الإتصال اللفضي الزائد من طرف الأستاذ أثناء شرح مختلف العملية يؤثر في إستيعاب المتعلمين للمعلومات ، وبالتالي قل التفاعل المتبادل خلال العملية التعليمية والتعلمية .

**السؤال الخامس :** إلى أي مدى يساهم التدعيم بالأدلة عند عرض الواقع التعليمية في تحقيق التوافق النفسي ؟ .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
6.25 %	01	جلب إنتباه المتعلمين
37.5 %	06	زيادة تحصيل المعرفي
56.25 %	09	أداء مهاري جيد
100 %	16	المجموع

يبين الجدول أن نسبة 56.25 % من أفراد العينة أكدت أن عرض من التدعيم بالأدلة أثناء الشرح مختلف المواقف التعليمية هو أداء مهاري جيد ، تليها نسبة 37.5 % التي

أجابت فيها أفراد العينة أن الغرض منه زيادة التحصيل المعرفي ، بينما نسبة 6.25 % من أفراد العينة صرحوا بأن الغرض من التدعيم بالأدلة هو جلب إنتباه المتعلمين . ومنه نستنتج أن التدعيم بالأدلة عند عرض الأستاذ لمختلف الواقف التعليمية يساهم في تحقيق التوافق النفسي للمتعلمين ، ويساهم على أداء مهاري جيد وزيادة تحصيل العرفي لديهم في نفس الوقت .

**السؤال السادس :** تنتقل الأستاذ بين المتعلمين أثناء أداء مختلف الواقف التعليمية له تأثير من الناحية ؟ .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
50%	08	النفسية
00%	00	البدنية
50%	08	معا
100%	16	المجموع

يوضح الجدول أن عدد من أفراد العينة قد صرحوا بنسبة 50% أن تنتقل الأستاذ بين المتعلمين أثناء أداء مختلف الواقف التعليمية له تأثير من الناحية النفسية والبدنية معا ، أما نسبة 50% المتبقية من أفراد العينة فقد صرحت بأن هذا التأثير يكون من الناحية النفسية فقط .

ومنه نستنتج أن تنتقل الأستاذ بين المتعلمين أثناء أداء مختلف الواقف التعليمية له تأثير من الناحية النفسية والبدنية معا للمتعلم ، وهذا ما يزيد من فعالية و إيجابية العملية التعليمية والتعلمية

السؤال السابع : هل توزيع النظر مع الشرح على كافة المتعلمين أثناء عرض مختلف المواقف التعليمية يؤدي إلى :

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
تحكم في الفوج	06	37.5 %
إكتشاف وتصحيح الأخطاء	09	56.25 %
الإلتزام و الإنضباط	01	06.25 %
المجموع	16	100 %

من خلال نتائج الجدول يتضح أن النسبة العظمى من أفراد العينة قد أكدوا أن توزيع النظر على كافة المتعلمين أثناء عرض مختلف المواقف التعليمية يؤدي إلى إكتشاف وتصحيح الأخطاء و ذلك بنسبة 56.25 بينما صرحت نسبة 37.5 بأن توزيع النظر يؤدي إلى التحكم في الفوج ، في حين نسبة ضئيلة قدرت بـ 6.25 قد أجابت بالإلتزام والإنضباط .

ومنه نستنتج أن توزيع النظر على كافة المتعلمين أثناء عرض مختلف المواقف التعليمية يؤدي إلى إكتشاف وتصحيح الأخطاء والتحكم في الفوج ، وهذا ما يزيد من دافعية وميول المتعلمين لممارسة مختلف الأنشطة الرياضية بإيجابية وفعالية وبالتالي السير الحسن والفعال لحصة التربية البدنية والرياضية .

## 2- أهمية الإتصال اللفضي في درس التربية البدنية والرياضية .

السؤال الأول : كيف ترى أهمية الإتصال اللفضي مع المتعلمين أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟ .

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
مهم بدرجة كبيرة	15	93.75 %
متوسطة	01	6.25 %
قليلة	00	00 %
المجموع	16	100 %

يوضح الجدول أن غلبية أفراد العينة من الأساتذة والتي بلغت 93.75 % يؤكدون على أهمية الإتصال اللفضي مع المتعلمين أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ( مهم بدرجة كبيرة ) ، أما نسبة 6.25 % فقد أجابت بمتوسطة ، ولا يوجد إجابة قليلة لأهمية الإتصال اللفضي مع المتعلمين أثناء حصة التربية البدنية والرياضية . ومنه نستنتج أن الإتصال اللفضي بين المعلم والمتعلم مهم بدرجة كبيرة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ، مما يجعله بمثابة حجر الزاوية والعمود الفقري خلال العملية التعليمية والتعلمية .

**السؤال الثاني :** عند مشاركة الأستاذ المتعلمين في أداء بعض المهارة يساعدهم على :

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
راحة نفسية	04	25 %
أداء مهاري جيد	05	31.25 %
حماس المتعلم	07	43.75 %
المجموع	16	100 %

توضح نتائج الجدول أن نسبة 43.75 % من أفراد العينة ترى بأن مشاركة الأستاذ المتعلمين في أداء بعض المهارات الحركية يؤدي إلى حماس المتعلم ، بينما نسبة 31.25 % منهم ترى بأن مشاركة الأستاذ تساعدهم على أداء مهاري جيد ، في حين نسبة 25 % فقد صرحت مشاركة الأستاذ المتعلمين يؤدي إلى شعورهم بالراحة النفسية .

ومنه نستنتج أن مشاركة الأستاذ المتعلمين في أداء بعض المهارة يؤدي إلى حماس المتعلم .

**السؤال الثالث :** إن استخدام الأستاذ لأسلوب التشجيع والتحفيز له تأثير في تحقيق لتوافق النفسي ؟ .

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
بدرجة كبيرة	16	100 %
متوسطة	00	00 %
قليلة	00	00 %
المجموع	16	100 %

توضح نتائج الجدول أن كل أفراد العينة قد أقروا بأن استخدام الأستاذ لأسلوب التشجيع والتحفيز له تأثير في تحقيق التوافق النفسي لدى المتعلمين خلال حصة التربية البدنية والرياضية .

ومنه نستنتج أن استخدام الأستاذ لأسلوب التشجيع والحفيز مهم بدرجة كبير في تحقيق التوافق النفسي لدى المتعلمين خلال حصة التربية البدنية والرياضية .

**السؤال الرابع :** ماهي الوضعية البيداغوجية التي تراها مناسبة أثناء عرض وشرح المواقف التعليمية ؟

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
قريبة من التلاميذ	11	68.75 %
شيء آخر	05	31.25 %
المجموع	16	100 %

توضح نتائج الجدول أن نسبة معتبرة من أفراد العينة وقد بلغت 68.75% ترى بأن الوضعية البيداغوجية التي تراها مناسبة أثناء عرض وشرح المواقف التعليمية قريبة من التلاميذ ، بينما نسبة 31.25% أقرت بشيء آخر وهي الوضعية المناسبة .

التوافق الشخصي:

المتوسط الحسابي	لا لايتطبق على أبدا	بتطبيق على بدرجة جدا	بتطبيق على بدرجة قليلة	بتطبيق على بدرجة كبيرة	بتطبيق على بدرجة كبيرة جدا	
2.46	83	114	114	48	125	11 ج
3.86	12	22	120	224	380	26 ج
2.58	98	28	80	80	220	36 ج
4.46	7	6	51	136	675	41 ج
3.69	15	38	120	232	320	46 ج
2.81	260	84	105	26	76	1 س
2.95	210	100	144	88	37	6 س
2.16	105	56	90	84	89	16 س
3.29	320	128	114	46	38	21 س
3.33	460	40	57	44	53	31 س
31.59/10						المجموع س
<b>3.15</b>						

إن التوافق الشخصي ( 3.15 ) درجة متوسطة .

من خلال الجدول رقم (1) الخاص بمحور التوافق الشخصي نلاحظ أن أهمية المتوسط الحسابي قدر بـ 3.15 وهي تنتمي إلى المجال بدرجة متوسطة [ 3.3 ، 2.6 ] .

وعليه نقول أن التلاميذ يتمتعون بدرجة متوسطة في محور التوافق الشخصي وهذا يتماشى مع خصائص المرحلة العمرية التي تتميز بثغرات نفسية مستمرة خاصة مع التوافق الراهن الذي يتميز بالتكنولوجيا وتغير في التقاليد وما يتميز به تلاميذ هذه المرحلة هو تقليد الآخرين للشعور بالراحة والإحساس بالقيمة .



التوافق الأسري :

المتوسط الحسابي	لا لايتطبق على أبدا	بتطبيق على بدرجة جدا	بتطبيق على بدرجة قليلة	بتطبيق على بدرجة كبيرة	بتطبيق على بدرجة كبيرة جدا	
4.23	12	28	57	184	550	2 ج
4.05	16	14	96	144	525	7 ج
4.23	09	20	60	176	565	12 ج
4.12	11	18	63	216	500	17 ج
3.87	19	24	96	180	440	22 ج
3.61	22	44	117	156	370	42 ج
2.91	290	72	81	70	58	27 س
2.69	230	76	99	50	74	32 س
2.71	195	80	141	50	66	37 س
3.52	430	112	84	24	41	47 س
35.94/10						المج الكلي

إن التوافق الأسري ( 3.59 ) درجة كبيرة  
من خلال الجدول رقم 2 الخاص بمحور التوافق الأسري نلاحظ أن قيم المتوسط  
الحسابي قدرت بـ 3.59 وهي تنتمي إلى مجال بدرجة كبيرة [ 4.1 ، 3.4 ]  
و هذا يبين دور الأسرة في تربية الأبناء وتوجيههم الوجهة الصحيحة فيطيعون آبائهم  
ويشعرون بالسعادة في البيت وقضاء اوقات سعيدة مع العائلة في المنزل وتكوين علاقات  
طيبة معهم .

التوافق الإجتماعي :

المتوسط الحسابي	لا لايتطبق على أبدا	بتطبيق على درجة جدا	بتطبيق على درجة قليلة	بتطبيق على درجة كبيرة	بتطبيق على درجة كبيرة جدا	
4.49	00	10	45	156	670	3 ج
3.44	36	26	120	188	305	13 ج
4.18	12	12	72	184	540	28 ج
4.25	07	40	42	144	600	38 ج
3.76	27	26	78	176	430	43 ج
3.64	25	30	123	172	365	48 ج
1.77	75	32	51	60	129	8 س
2.79	215	100	90	92	51	18 س
3.23	355	100	84	46	50	23 س
1.92	25	48	117	96	92	33 س
33.47/10						المج س الكلي
<b>3.34</b>						

إذن التوافق الإجتماعي ( 3.34 ) درجة كبيرة .

من خلال الجدول رقم (3) الخاص بمحور التوافق الإجتماعي نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي قدرت بـ 3.34 وهي تنتمي إلى مجال بدرجة كبيرة [ 4.1 ، 3.4 ] . وهذا ما يبين دور المجتمع في تنشئة الأفراد عن طريق تكوينهم لعلاقات مع الآخرين ، والحديث مع الزملاء والأصدقاء وممارسة الأنشطة معهم ( الرياضية والمدرسية ) وتكوين صداقات جديدة و عدم الميل إلى العزلة والوحدة ، فاللمجتمع دور كبير وبالغ الأهمية في تنشئة الأفراد عن طريق إندماجهم في المجتمع وتقبلهم للآخرين ومواكبة العصر وتأقلم مع البيئة .

#### التوافق المدرسي :

المتوسط الحسابي	لا لايتطبق على أبدا	بتطبيق على بدرجة جدا	بتطبيق على بدرجة قليلة	بتطبيق على بدرجة كبيرة	بتطبيق على بدرجة كبيرة جدا	
3.51	30	32	117	200	310	4 ج
4.31	09	16	54	172	595	9 ج
3.08	36	60	47	176	185	19 ج
4.05	12	16	99	192	475	34 ج
3.88	22	20	105	124	490	39 ج
2.29	125	64	87	96	77	49 س
2.29	140	64	99	56	91	14 س
2.33	170	48	87	62	90	24 س
2.85	245	76	111	72	55	29 س
28.59/10						المجموع س الكلي

2.85						
------	--	--	--	--	--	--

إذن التوافق المدرسي (2.85) درجة متوسطة .

ومن خلال الجدول رقم (4) الخاص بمحور التوافق المدرسي نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي قدرت بـ 2.85 وهي تنتمي إلى المجال بدرجة متوسطة [ 3.3 ، 2.6 ] .  
وعليه نقول أن للمدرسة دور في تربية الفرد وكونها فرصة طيبة للقاء و التوصل والإندماج وتبادل الخبرات وتعلم العادات الصحية وترسيخها لتحقيق التوازن النفسي و الوجداني لتجنبهم آفة الانحراف مما يعود بالنفع عليهم لأنها تساعدهم على الدراسة والتحصيل وتجعلهم مواطنين صالحين لأنفسهم و أسرهم والمجتمع .

## التوافق الصحي :

المتوسط الحسابي	لا لايتطبق على أبدا	بتطبيق على بدرجة جدا	بتطبيق على بدرجة قليلة	بتطبيق على بدرجة كبيرة	بتطبيق على بدرجة كبيرة جدا	
4.72	06	00	9	96	815	5 ج
3.51	26	42	114	196	310	35 ج
2.61	140	88	156	72	57	10 س
3.05	190	140	180	50	38	15 س
3.19	360	80	84	52	51	20 س
3.10	310	84	105	60	49	25 س
3.11	250	156	93	66	45	30 س
2.10	85	32	117	92	86	40 س
3.00	245	140	105	44	55	45 س
2.87	245	72	123	72	52	50 س
31.26/10						المجمع س الكلي
<b>3.12</b>						

إن التوافق الصحي ( 3.12 ) درجة متوسطة .

من خلال الجدول رقم (5) الخاص بمحور التوافق الصحي نلاحظ أن قيم المتوسط الحسابي قدرت بـ 3.12 وهي تنتمي إلى المجال بدرجة متوسطة [ 3.3 ، 2.6 ] . وهذا يبين أهمية النوافق الصحي في تحقيق التوافق النفسي للفرد و تجنيبهم آفة الانحراف و تعود بالنفع والفائدة عليهم في تحقيق مردودان صحية وجسدية ونفسية للفرد وشعور بالسعادة و الإطمئنان وتحقيق التوازن النفسي والوجداني .

## التوافق النفسي الكلي :

المتوسط الحسابي	
3.15	التوافق الشخصي
3.59	التوافق الأسري
3.34	التوافق الإجتماعي
2.85	التوافق المدرسي
3.12	التوافق الصحي
16.05/5	المجموع الكلي
<b>3.21</b>	

## التوافق النفسي الكلي ( 3.21 )

نلاحظ من خلال الجداول ( 1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5 ) فيما يخص الابعاد الخاصة بمقياس التوافق النفسي الكلي أن المتوسط الحسابي بلغ ( 3.21 ) . وهو ينتمي إلى المجال بدرجة متوسطة [ 2.6 ، 3.3 ] . وعيله نقول أن تلاميذ يتمتعون بدرجة كبيرة في محور التوافق النفسي الكلي ( العام ) وهذا يتماشى مع خصائص المرحلة العمرية التي تتميز بالثغرات مستمرة خاصة في الوقت الراهن .

**الاستنتاجات :**

- تحكم الأستاذ في مهارات الإتصال اللفضي وكذا الإيصال السليم للمعلومات ( الرسالة التعليمية ) يؤثر لا محالة في نفسية المتعلم .
- للإتصال اللفضي لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور فعال في تحقيق التوافق النفسي لدى التلاميذ التعليم الثانوي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

**مقابلة النتائج بالفرضيات :**

من خلال عرض وتحليل نتائج كل من الإستبيان الموجه للأساتذة التربية البدنية والرياضية ( 13 إستمارة ) ، وكذا التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية (196 إستمارة ) وذلك بـ 4 ثانويات بلدية واد رهيو ( ولاية غليزان ) ، يتحقق صدق الفرضية الجزئية للبحث ، و بالتالي تتحقق الفرضية العامة للدراسة التي مفادها أن إستعمال الاستاذ لفنيات الإتصال اللفضي يؤثر إيجابا في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي خلال حصة التربية البدنية والرياضية ، ومنه يمكن الإجابة على إشكالية البحث ، حيث أن تحكم الأستاذ في مهارت الإتصال اللفضي وكذا الإيصال السليم للمعلومات ( الرسالة التعليمية ) يؤثر لا محالة في نفسية المتعلم ، ويظهر ذلك جليا في إقباله وتجاوبه مع مختلف الأنشطة الرياضية المقدمة من طرف الأستاذ بكل راحة وثقة بالنفس .

وهذا ما أثبتته دراسة ( بيسار فانتح - بيسار مراد ) دور الإتصال التربوي في إثراء حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور الثانوي .



## الخاتمة :

في ختام هذا البحث يمكن أن نقول بأن الإتصال اللفضي له دور فعال في تحقيق التوافق النفسي ونقل المعلومات والأفكار أثناء الحصص التعليمية من المعلم إلى المتعلم ، حيث يقوم المعلم بتقديم رسالة التعليمية المتمثلة في درس التربية البدنية والرياضية وما تحمله من معارف علمية وأهداف تربوية وقيم أخلاقية منها في ذلك الأسلوب النظري مراعيًا بذلك كل ما من شأنه أن يعود بالإيجاب على العملية التعليمية التي محورها التلميذ خاصة إذا تعلق الأمر بمرحلة التعليم الثانوي ، وهذا الأخير الذي يجب الإعتناء به وبقدراته وكفاءاته بهدف تكوينه من الناحية النفسية والمعرفية ، ومن جهة أخرى السير بالعملية التعليمية إلى النجاح والتقدم وتحقيق مختلف الأهداف التربوية .

**توصيات وإقتراحات :**

في ضوء الإطار النظري السابق و ما توصلنا إليه من نتائج بناء على الخلاصة التي تطرقنا إليها سابقا نرى أنه من الضروري بمكان تقديم بض الإقتراحات والتوصيات نلخصها فيما يلي :

- ضرورة مراعاة الأستاذ للمستوى الدراسي والفروق الفردية بين التلاميذ عند تقديمه للدرس ونقله للرسالة التعليمية .
- على الاستاذ أن يستعمل كل الطرق والوسائل التعليمية التي تساعد على توصيل رسالتيه على أحسن وجه .
- على الاستاذ أن يدرك ويعرف المشاكل و الإضطرابات التي يتعرض لها التلميذ المراهق في حياته الدراسية أو خارجها ، ومحاولة تخفيف من وطأتها وجعله يتقبل المعلومات والآراء من الآخرين .
- التشجيع على العمل الجماعي وبث روح التعاون بين التلاميذ وتخليص بعضهم من العقد النفسية كالعزلة والتمركز على الذات .
- المعاملة الجيدة للتلاميذ تساعد على تأقلم والثقة بالنفس و إقبالهم على الحصة والأستاذ .
- توعية التلاميذ بأهمية التربية البدنية والرياضية لما لها من فوائد على جميع النواحي خاصة النفسية منها .
- من الضروري أن يكون الاستاذ مطلعاً على مختلف الطرق التدريس وخصائص و مميزات كل مرحلة من مراحل النمو حتى يتمكن من أداء دوره التعليمي والتربوي .
- الإهتمام بدراسة أهداف التنمية النفسية للتربية البدنية والرياضية من طلاف كافة أساتذتها وذلك من خلال ملتقيات وندوات خاصة .
- المشاركة في الايام الإعلامية والملتقيات قصد رفع المستوى المعرفي للأستاذ.

## مراجع :

- 1- صالح أحمد حسن الداھري ، الطبعة الأولى سنة 2008 ، التوافق النفسي و الإضطرابات السلوكية و الإنفعالية ، البلد عمان ، الأردن ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، شارع السلط ، عمان ، ص 464 .
- 2- حسين أحمد خشمت ، مصطفى حسين الباهي ، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي ، الطبعة الأولى ، الدار العالمية للنشر والتوزيع ، مصر ، 2006 .
- 3- كمال الدسوقس ، علم النفس ودراسة التوافق ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1974 .
- 4- عمر لعوييرة ، أثر الإختلاط الجنسي على التوافق النفسي والتحصيل الدراسي لدى المراهقين رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة قسنطينة ، الجزائر ، 1996 .
- 5- حامد عبد السلام زهران ، الصحة النفسية والعلاج النفسي ، الطبعة الثانية ، دار العالم العربي ، القاهرة ، 1978 .
- 6- عبد الكريم قريشي ، مشكلات التوافق لدى المراهق الجزائري في المدرسة الثانوية ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة قسنطينة ، الجزائر ، 1999 .
- 7- سعد جلال ، المرجع في علم النفس ، الطبعة 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1986 .
- 8- أمين فوزي طارق بدر الدين ، سيكولوجية الفريق الرياضي ، الطبعة 1 ، دار الفكر العربي القاهرة ، 2001 .
- 9- فضيل دليو ، إتصال المؤسسة ( إشهار والعلاقات عامة ) صحافة ، الطبعة 1 ، دار الفجر للنشر والتوزيع ، 2003 .
- 10- محمود عودة ، أساليب الإتصال والتغير الإجتماعي ، الطبعة 1 ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1819 .
- 11- أحمد زكي بدوي ، معجم المصطلحات الإعلام ، دار الكتاب المصري اللبناني ، القاهرة ، 1985 .
- 12- خيرى خليل جميلي ، الإتصال و وسائله في المجتمع الحديث ، المكتب العلمي للنشر والتوزيع الإسكندرية ، 2002 .

- 13- محمد ظفيري ، فن الإتصال اللغوي و وسائل تنمية ، الطبعة 1 ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع جامعة الكويت ، 1999 .
- 14- صالح أبو إصبع ، الإتصال والإعلام في المجتمعات المعاصرة ، الطبعة 1 ، دار أرام للدراسات والنشر والتوزيع ، الأردن ، 1990 .
- 15- حسن أحمد الشافعي ، الإعلام في التربية البدنية والرياضية ، دار الوفاء لعنبا الطباعة والنشر الإسكندرية ، 2003 .
- 16- مصطفى سالم وتيقة ، تكنولوجيا التعليم والتعلم ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 2001 .
- 17- القرآن الكريم .
- 18- الهاشمي عبد الحميد محمد ، التوجيه والإرشاد النفسي جدة ، دار الشروق للطباعة والنشر ، 1986 .
- 19- خير الله ، سيد خير الله ، التوافق الشخصي والإجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المدرسة الإبتدائية في القرية 1981.
- 20- أمين أنور الفولي وجمال الدين الشافعي ، مناهج التربية البدنية ، المعاصرة ، دار الفكر العربي القاهرة ، 2000 .
- 21- يسطويسي أحمد يسطويسي ( أحمد صالح السمراني ) ، طرق تدريس في مجال التربية البدنية والرياضية ، الجزء الأول ، الطبعة 2 ، جامعة بغداد ، العراق ، 1984 .
- 22- عنايان محمد أحمد فرج ، مناهج وطرق التدريس التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1998 .
- 23- عدنان درويش جلول وآخرون ، التربية البدنية والرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1994 .
- 24- غسان يعقوب ، سيكولوجيا الإتصال والعلاقات الإنسانية ، دار النهار ، بيروت ، 1979 .
- 25- غرب عبد السميع غريب ، الإتصال والعلاقات العامة في المجتمع ، كلية القيمة الإجتماعية ، جامعة حلوان للنشر ، مصر 1988 .
- ماجد هشام الهاشمي ، الإتصال التربوي وتكنولوجيا التعليم ، 2001 ، ص 13.

27- رابح التركي ، أصول التربية والتعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ،  
1988.

**القواميس :**

1- المنجد في اللغة العربية المعاصرة ، الطبعة الثانية ، دار المشرق رياض الصلح ،  
بيروت لبنان ، 2001 .

## الملاحق

المواضيع	الرقم
إتـمارة إستـبيان الموجهة للتلاميذ	1
إستـمارة إستـبيان الموجهة للأساتذة	2
تسهيل مهمة بثانوية متقن هواري بومدين ( واد رهيو )	3
تسهيل مهمة بثانوية عبد الحميد القباطي ( واد رهيو )	4
تسهيل مهمة بثانوية الشهداء ( واد رهيو )	5
تسهيل مهمة بثانوية أحمد بن بلة ( واد رهيو )	6

## ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة: الإتصال اللفظي للأستاذ التربية البدنية و الرياضية و مدى فعاليته في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي.

تهدف الدراسة إلى معرفة مساهمة الإتصال اللفظي للأستاذ التربية البدنية و الرياضية في تجاوب التلاميذ مع مختلف الأنشطة الرياضية.

تمثل فضية البحث في الاتصال اللفظي للأستاذ يساهم في تحقيق التوافق النفسي للتلاميذ التعليم الثانوي اثناء درس التربية البدنية و الرياضية.

الفضية الجزئية يساهم الاتصال اللفظي و اختيار الالفاظ المناسبة من استاد التربية البدنية و الرياضية في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي اثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.

تمثل عينة البحث 196 تلميذ من سنة اولى ثانوي و تمثل نسبة 30÷ من المجتمع الاصلي و 16 الاستاد التربية البدنية الرياضية و تمثل نسبة 100÷.

اداة المستخدمة: الاستبيان و المصادر والمراجع

أهم استنتاج الاتصال اللفظي للأستاذ التربية البدنية و الرياضية دور فعال في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ تعليم الثانوي اثناء حصة التربية البدنية و الرياضية .

أهم توصية ضرورة مراعات الاستاد للمستوى الدراسي و الفروق الفردية بين تلاميذ عند تقديمه لدرس و نقله للرسالة التعليمية

## Étude Résumé

Titre de l'étude: la communication verbale de l'éducation physique et du sport Ustad et son efficacité dans la réalisation de l'adaptation psychologique du compte de l'enseignement secondaire est élevé

L'étude vise à savoir la communication verbale pour l'éducation physique et Ustad contribution sport .à la réponse de ses élèves avec diverses activités sportives

Argent représente la recherche dans la communication verbale du stade contribue à l'adaptation .psychologique de Tlamedalltalim secondaire alors qu'il a étudié l'éducation physique et du sport

Argent contribue la communication verbale partielle et le choix verbeux Nasph de l'éducation physique et du stade sportif dans la réalisation de l'adaptation psychologique de l'enseignement .secondaire au cours du comptage est élevé à la part de l'éducation physique et du sport

L'échantillon de recherche représente 196 ans de l'élève et représente une proportion Olli secondaire de la communauté 30 ÷ 16 d'origine et des sports du stade et de l'éducation physique .÷ représente un rapport de 100

Outil Almstkhzmh: le questionnaire et les sources et références

La conclusion la plus importante du stade de la communication verbale éducation physique et le sport un rôle actif dans la réalisation de la compatibilité psychologique de l'enseignement secondaire .au cours du comptage est élevé à la part de l'éducation physique et du sport

La recommandation la plus importante de la nécessité de noter que le stade pour le niveau des différences individuelles entre universitaires et lors de la présentation à compter est élevé et transféré à étudié le message éducatif