



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم: التربية البدنية و الرياضية

التخصص : علم الحركة وحركية الإنسان

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية و الرياضية.

تحت عنوان:

دور الممارسة الرياضية في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

بحث مسحي أجري على تلاميذ السنة الثانية ثانوي على مستوى ثانوية بلدية مديونة .

إشراف:

د/علاي طالب

إعداد الطالبان:

* بلعباسي فتحي.

* بن جلول محمد.

السنة الجامعية 2016/2017

اهداء

مع كل نسمة من نسمة فجر الحرية أهدي تحية إلى كل ذرة من تراب بلدي
الجزائر المعبدة بدماء الشهداء

الى من قال فيهما عز وجل (وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا)

الآية 24 -سورة الإسراء-

إلى نبع الحنان و سر الوجدان إلى من تعبت من اجل رعايتي إلى تلك الشمعة التي تحترق
لتضيء لي طريقي إلى أُمي الغالية

إلى من تحدى الصعاب وتعب وشقي في تعليمي حتى وصولي إلى هذا المستوى :

أبي العزيز احمد

إلى كل أصدقائي: ياسين. محمد. عبد الرزاق. جيلالي، أبو بكر ، أمين ،خالد
،إسماعيل ،عزا لدين ،لخضر بوزيدي ،

الى اخوتي :عبد المجيد .سفيان .احمد .سمير .ومحمد

الى زوجتي العزيزة

إلى أخي و صديقي و زميلي بن خدومة عز الدين وفقه الله في عمله و أشكره

على كل ما قدمه لنا.

إلى كل تلاميذ ثانوية محمد بوضياف بمديونة الذين أتمنى لهم مزيدا من التائق

والنجاح

وإلى كل من ساندني بصدق خلال رحلتي البحثية و كل قارئ رصين.

اهداء

الى طب القلوب ودوائها وعافاة الأبدان وشفائها سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم
وعلى آله وصحبه والتابعين ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين.

إلى التي أحاطتني بعطفها وكستني بحبها وغمرتني في قلبها، تلك التي أحببتها
لأنام مطمئنا ... أمي العزيزة حفظها الله...

إلى الذي غمرني بحبه وعطفه وماله ورباني فأحسن تربيتي ووجهني فأحسن
توجيهي...

والدي العزيز حفظه الله...

إلى أبي الثاني شيخي وقدوتي " الحاج عواد " أطل الله في عمره.

إلى جدي أطل الله في عمرها، إلى أخوالي وخالاتي، وأعمامي وعماتي وكل
أبنائهم.

إلى من كانوا جزءا من حياتي وتقاسموا معي جميع أفراسي إخوتي الأعزاء
وأخص منهم مختار * حمزة

....إلى كافة عائلة جدنا عواد أين ما كانت وحيث ما وجدت.

إلى من قاسمني أعباء هذا العمل: الزميل والأخ فتحي بلعباسي. إلى جميع الأحبة

محمد

شكر و تقدير

نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ الدكتور المشرف "علاي طالب" على حرصه الشديد لإتمام و إتقان هذا العمل و الذي بذل جهدا من أجل مساعدتنا و إرشادنا بفضل نصائحه القيمة.

ونشكر أساتذة لجنة التحكيم على تقبلهم مناقشة ثمرة مجهودنا المتواضع. و كل أساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية و بالأخص قسم التربية البدنية و الرياضية.

و نتوجه بالشكر الجزيل إلى مدير ثانوية محمد بو ضياف بمديونة الذي استقبلنا من أجل إتمام الدراسة الميدانية، والذي ساعدنا كثيرا و الى كل المدربين المشاركين. و إلى كل من نصحنا من قريب أو من بعيد.

قائمة الجداول :

الصفحة	الجدول
47	الجدول رقم 01 : : يبين جنس المدرب.
48	الجدول رقم 02 : يبين توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي.
50	الجدول رقم 03 : يبين توزيع أفراد العينة حسب المهنة الشخصية.
51	الجدول رقم 04 : يبين توزيع نوع الرياضة التي يدرّبونها.
53	الجدول رقم 05 : يمثل تأثير الممارسة الرياضية في اكساب الفرد الصبر والمثابرة.
54	الجدول رقم 06 : يبين أن الممارسة الرياضية وسيط تربوي للتحصيل الدراسي
55	الجدول رقم 07 : يبين شعور المراهق أثناء فشله في المنافسة الرياضية.
56	الجدول رقم 08 : يبين تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على نفسية المراهق.
58	الجدول رقم 09 : يبين توزيع الحجم الساعي لكل حصة تدريبية.
59	الجدول رقم 10 : يبين مدى محاسبة اللاعبين على التغيب و التأخر و الانضباط.
60	الجدول رقم 11: يبين أو يمثل اطلاع المدربين على النتائج الدراسية للاعبين.
62	الجدول رقم 12 : يوضح مدى مساعدة الممارسة الرياضية للتلميذ في تحسين ورفع تحصيله الدراسي.
63	الجدول رقم 13 :يمثل رأي المدربين في علاقة الممارسة الرياضية بالتحصيل الدراسي.
65	الجدول رقم 14 : يمثل رأي المدربين في دور الممارسة الرياضية في تفرغ المكبوتات النفسية.

قائمة الاشكال:

الصفحة	الشكل
48	الشكل رقم 01 : يبين نسبة جنس المدرب.
49	الشكل رقم 02: يبين نسبة توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي.
50	الشكل رقم 03 : يبين نسبة توزيع أفراد العينة حسب المهنة.
52	الشكل رقم 04 : يبين نسبة نوع الرياضة التي يدرّبونها.
53	الشكل رقم 05 : يبين تأثير الممارسة الرياضية في اكساب الفرد الصبر والمثابرة
55	الشكل رقم 06 : يبين أن الممارسة الرياضية وسيط تربوي للتحصيل
56	الشكل رقم 07 : بين نسبة شعور المراهق أثناء فشله في المنافسة الرياضية.
57	الشكل رقم 08: يبين تأثير التربية البدنية والرياضية على نفسية المراهق.
58	الشكل رقم 09 : يبين توزيع الحجم الساعي لكل حصة تدريبية
59	الشكل رقم 10: يبين نسبة محاسبة اللاعبين على التغيب و التأخر و الانضباط.
61	الشكل رقم 11 يبين نسبة اطلاع المدربين على النتائج الدراسية للاعبين.
63	الشكل رقم 12: يبين نسبة مساعدة الممارسة الرياضية للتلميذ في تحسين و رفع مستواه الدراسي.
64	الشكل رقم 13 : يمثل رأي المدربين في علاقة الممارسة الرياضية بالتحصيل الدراسي
65	الشكل رقم 14 يمثل رأي المدربين في دور الممارسة الرياضية في تفريغ المكبوتات النفسية.

رقم الصفحة

الموضوع

ح

إهداء

د

شكر وتقدير

ملخص البحث: باللغة العربية \ الفرنسية \ الإنجليزية

ط

قائمة الجداول

ي

قائمة الأشكال (الرسوم البيانية)

قائمة المحتويات

التعريف بالبحث

- 1- مقدمة البحث.....2
- 2-مشكلة البحث.....3
- 3-أهداف البحث.....4
- 4-فرضيات البحث.....4
- 5- أهمية البحث.....4
- 6-مصطلحات البحث.....5
- 7-الدراسات السابقة (المشابهة).....6

الباب الأول: الدراسة النظرية

الفصل الأول: الممارسة الرياضية

الصفحة	العنوان
11	تمهيد.
12	1 مفهوم الممارسة .
12	2 مفهوم الممارسة الرياضية .
12	3 تعريف الممارسة الرياضية.
13	4 نبذة تاريخية حول الممارسة الرياضية.
13	5 الأسباب المؤدية للممارسة الرياضية .

14	6 الأسباب المؤدية إلى التخلي عن الممارسة الرياضية.
15	7 خصائص الممارسة الرياضية
16	8 الأهداف العامة للممارسة الرياضية.
17	9 تأثير العوامل الداخلية و الخارجية للممارسة الرياضية
17	1.9 العوامل الداخلية للممارسة الرياضية
17	1.1.9 العوامل السيكولوجية
17	1.1.19 الإحتياج لتأكيد الذات
17	1.2.1.9 الإحتياج للاندماج الجماعي في الجماعة .
18	1.2.2.9 الإحتياج إلى الانتماء إلى المنظومة التربوية
18	1.2.3.9 الإحتياج إلى إقامة علاقات مع الآخرين .
18	2.9 تأثير العوامل الخارجية للممارسة الرياضية
18	1.2.9 تأثير المحيط الاجتماعي
18	2.1.2.9 المدرسة
18	2.1.3.9 النادي الرياضي
19	2 2 9 تأثير البيئة الرياضية
19	2.2.1.9 الفريق الرياضي
19	10 وظائف الممارسة الرياضية
19	1.10 الممارسة الرياضية لشغل أوقات الفراغ
20	2.10 الممارسة الرياضية لتنمية التفكير
20	3.10 الممارسة الرياضية لتنشيط الذهن .
20	4.10 الممارسة الرياضية لإثراء العلاقات الاجتماعية.
21	5.10 الممارسة الرياضية لصيانة الصحة وتحسينها.
21	6.10 الممارسة الرياضية لدعم مقاومة الإنسان لمتاعب الحياة الحديثة.
22	11 الممارسة الرياضية عند المراهقين.

22	12 فوائد الممارسة الرياضية .
25	الخلاصة.

الفصل الثاني: التحصيل الدراسي.

27	تمهيد:
27	التحصيل الدراسي
27	1. 2-تعريف التحصيل الدراسي
28	2.2-أنواع التحصيل الدراسي
28	1.2.2-التحصيل الدراسي الجيد
29	2.2.2 -التحصيل الدراسي العنيف
29	3.2.2-أهداف التحصيل الدراسي
30	3.2-قياس التحصيل الدراسي أدوات
30	1.3.2اختبارات التحصيلية التقليدية
30	أ-الاختبارات الشفهية
30	ب -الاختبارات المقالية (التحريرية)
31	ج الاختبارات العملية
31	2.3.2-الاختبارات التحصيلية الموضوعية
31	1.3.2-اختبار الصواب الخطأ
31	2.2.3- اختبار الاختيار من المتعدد
31	3.2.3-اختبار التكملة
31	4.2.3-اختبار إعادة الترتيب
32	5.2.3 - اختبار التصنيف
32	3 6.2-اختبار المطابقة المزدوجة
32	4.2 - شروط التحصيل الدراسي

33	1.4.2-قانون التكرار
33	2.4.2-قانون الدافعية
33	3.4.2-توزيع التمرين
33	5.2-العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي
33	1.5.2-الاستعدادات العقلية
33	2.5.2-العوامل التربوية
34	3.5.2-العوامل الاجتماعية
34	4.5.2-العوامل المزاجية
34	5.5.2-العوامل العائلية
34	6.5.2-العوامل الانفعالية
34	7.5.2-العوامل الجسمية الصحية
	6.2-صعوبات التحصيل الدراسي
	1.6.2-صعوبات التحصيل في البيت
	2.6.2-صعوبات التحصيل في المدرسة
	خلاصة

الجانب التطبيقي :

الفصل الأول : الأسس المنهجية للدراسة التطبيقية

	تمهيد
	1_ منهج البحث
	2- مجتمع البحث
	3- عينة البحث
	4- متغيرات البحث
	4-1- المتغير المستقل
	4-2- المتغير التابع

	5- مجالات البحث
	5-1- المجال الزمني
	5-2- المجال المكاني
	5-3- المجال البشري
	6- أدوات البحث
	6-1- الاستبيان
	6-1-1- الأسئلة المغلقة
	6-1-2- الأسئلة المفتوحة
	7- محتوى الاستبيان
	8- صدق الاستبيان
	9- الأدوات الإحصائية
	9-1- النسبة المئوية

الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج

	1- عرض وتحليل النتائج
	2- استنتاجات
	3- مناقشة الفرضيات
	4- الإقتراحات
	5- الخلاصة العامة
	6- الملاحق
	7- المصادر والمراجع

قائمة الجداول :

الصفحة	الجدول
	الجدول رقم 01 : : يبين جنس المدرب.
	الجدول رقم 02 : يبين توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي.
	الجدول رقم 03 : يبين توزيع أفراد العينة حسب المهنة الشخصية.
	الجدول رقم 04 : يبين توزيع نوع الرياضة التي يديرونها.
	الجدول رقم 05 : يمثل تأثير الممارسة الرياضية في اكساب الفرد الصبر والمثابرة.
	الجدول رقم 06 : يبين أن الممارسة الرياضية وسيط تربوي للتحصيل الدراسي
	الجدول رقم 07 : يبين شعور المراهق أثناء فشله في المنافسة الرياضية.

	الجدول رقم 08 : يبين تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على نفسية المراهق.
	الجدول رقم 09 : يبين توزيع الحجم الساعي لكل حصة تدريبية.
	الجدول رقم 10 : يبين مدى محاسبة اللاعبين على التغيب و التأخر و الانضباط.
	الجدول رقم 11: يبين أو يمثل اطلاع المدربين على النتائج الدراسية للاعبين.
	الجدول رقم 12 : يوضح مدى مساعدة الممارسة الرياضية للتلميذ في تحسين ورفع تحصيله الدراسي.
	الجدول رقم 13 :يمثل رأي المدربين في علاقة الممارسة الرياضية بالتحصيل الدراسي.
	الجدول رقم 14 : يمثل رأي المدربين في دور الممارسة الرياضية في تفريغ المكبوتات النفسية.

قائمة الاشكال:

الصفحة	الشكل
	الشكل رقم 01 : يبين نسبة جنس المدرب.
	الشكل رقم 02: يبين نسبة توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي.
	الشكل رقم 03 : يبين نسبة توزيع أفراد العينة حسب المهنة.
	الشكل رقم 04 : يبين نسبة نوع الرياضة التي يدرّبونها.
	الشكل رقم 05 : يبين تأثير الممارسة الرياضية في اكساب الفرد الصبر والمثابرة
	الشكل رقم 06 : يبين أن الممارسة الرياضية وسيط ترويي للتحصيل
	الشكل رقم 07 : بين نسبة شعور المراهق أثناء فشله في المنافسة الرياضية.
	الشكل رقم 08: يبين تأثير التربية البدنية والرياضية على نفسية المراهق.

	الشكل رقم 09 : يبين توزيع الحجم الساعي لكل حصة تدريبية
	الشكل رقم 10 : يبين نسبة محاسبة اللاعبين على التغيب و التأخر و الانضباط.
	الشكل رقم 11 يبين نسبة اطلاع المدربين على النتائج الدراسية للاعبين.
	الشكل رقم 12 : يبين نسبة مساعدة الممارسة الرياضية للتلميذ في تحسين و رفع مستواه الدراسي.
	الشكل رقم 13 : يمثل رأي المدربين في علاقة الممارسة الرياضية بالتحصيل الدراسي
	الشكل رقم 14 يمثل رأي المدربين في دور الممارسة الرياضية في تفريغ المكبوتات النفسية.

ملخص الدراسة:

هذا البحث كان بعنوان دور الممارسة الرياضية في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، تهدف الدراسة إلى إبراز مدى أهمية الممارسة الرياضية خارج المدرسة عند التلاميذ و علاقتها بالتحصيل الدراسي لهذه الفئة، الغرض من الدراسة معرفة الفرق الموجود في النتائج المدرسية بين التلاميذ الممارسين للرياضة في الأندية وزملائهم الذين لا يمارسونها ، فقد استخدم في هذا البحث المنهج الوصفي أما بخصوص العينة فكانت متكونة من 106 تلميذ منهم 50 ممارسون للرياضة و 50 غير ممارسين و 06 مدربين، أما الأداة فكانت استبيان موزع على 06 مدربين، و أهم نتيجة توصلنا إليها من خلال البحث أن للممارسة الرياضية دور فعال و أثر إيجابي على التحصيل الدراسي ، أهم اقتراح هو تشجيع إنشاء النوادي الرياضية ، وتوفير الوسائل الضرورية للممارسة الرياضية قدر المستطاع لتشجيع التلاميذ على النشاط الرياضي بمختلف أوجهه ، و هذا من أجل توسيع الممارسة القاعدية التي تهدف إلى خلق جو علمي و نشيط لدى المراهق، و توعية الأولياء والمجتمع بدور الممارسة الرياضية في التحصيل الدراسي.

Synthèse de l'étude :

L'objet de Cette recherche était de déterminer le rôle ou l'importance de l'exercice des activités physiques sur les résultats scolaires chez les Lycéens en 2^e année L'objectif de l'étude est de mettre en évidence le degré d'appréciation des activités sportives extra-scolaires chez les élèves et quel impact ces activités pourraient avoir sur leurs résultats scolaires .

Pour ce faire , on a opté pour la méthode du sondage direct à travers une approche descriptive chez un échantillon composé de 106 élèves dont 50 qui exercent déjà une activité sportive , et 50 n'en exerçant pas et 06 entraîneurs : l'étude a abouti à la conclusion suivante :exercer une activité sportive régulièrement a un rôle important et un réel effet positif sur les résultats scolaires chez les élèves.

Pour cela , nous avons souligné la nécessité de créer davantage de clubs sportifs et d'offrir les moyens matériels pour exercer des sports divers tout en encourageant les jeunes a pratiquer une activité adaptée à chacun et en sensibilisant les parents sur cette vérité .

Study summary :

The title of our study was : « the effect of practicing sports activities on scolar results of pupils in secondary school » ,

We have used a descriptive approach to investigate the importance of doing sports in improvement of scolar performance , at a sample of 106 persons including 50 pupils who have a regular sport activity to do ; and 50 other pupils who don't practice any sport , and 06 COACHS .

The most important conclusion of our research was as following : having a regular sport activity to practice has a positive effect and a significant role in improving scolar results .

That's why we emphasize the importance of creation of more and new sports clubs and we suggest to make parents aware of the need of encouraging their children to practice sport .

المقدمة:

تعتبر الممارسة الرياضية من الاساسيات المهمة في حياتنا ولكن الكثير منا يغفل فائدتها، لان البعض يتحججون بأن ليس لديهم الوقت لممارستها وانشغالهم، لان تأثيرها وفائدتها على الجسم لا يتم في وقت قصير وانما يحتاج الى فترة من الوقت، ترتبط بعوامل الرياضة وعدد مرات مزاولتها وقوة الارادة والحزم والانتظام في ممارستها، ليست الممارسة الرياضية بمثابة الركيزة الأساسية لتنمية الفرد جسديا فقط ، فهي تساهم بقسط كبير في تحسين وتطوير القدرات العقلية و النفسية و الحركية للفرد ، حيث أثبتت الدراسات الحديثة و من بينها دراسة أقيمت في معهد "ماكس بلان" حيث تثبت أن الممارسة الرياضية مهمة جدا لعقل الإنسان ،لان بالممارسة الرياضية يمكن للدماغ أن يعيد تجديد الخلايا" (إعداد فريق من الأخصائيين جسمك كله عجائب ، دار الحضارة ، الجزائر ، ص 38).

يقول "هانز" بأن حاجة الإنسان للاستمتاع بروح اللعب وممارسة الرياضة أصبحت من الحاجات الأساسية في وقتنا المعاصر وذلك لكسر شوكة الضغط العصبي المتزايد للحياة الحديثة، اذ أنها تكتسب الفرد القدرة على ضبط النفس في مواقف الحياة المختلفة، وترفع من روح المعنوية (عمر المنصوري الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية، ط،1 مصر ص 29 30) ، فالممارسة تساعد على تهيئة المواطن الصالح، السليم في جسمه النّير في عقله الكريم ،في خلقه، ليكون مع أمثاله في المجتمع النشيط الراقى، حيث يقال " العقل السليم في الجسم السليم "، (وسام إسماعيل، الطريقة الوحيدة لتخفيف الوزن، دار الإرشاد للنشر ، سوريا 2008، ص 119)، فقد لاحظنا الإقبال الكثير للمراهقين على الانخراط في النوادي الرياضية المختلفة و خاصة منهم المتمدرسين . و لقد أصبح التخلف أو التراجع المدرسي محل الدراسات الحديثة، خاصة أن الجزائر في السنوات الأخيرة رفعت التحدي للحد من هذه الظاهرة و هذا بتصحيح وتعديل بعض البرامج و تغيير بعض المناهج، لكن نحن نحاول في دراستنا هذه تسليط الضوء على أهمية الممارسة الرياضية على نتائج التحصيل الدراسي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

الإشكالية:

إن أهم أهداف التربية هو عملية إعداد الطالب إعدادا جيدا للتغلب على المشكلات التي تعترضه في حياته المستقبلية ، وتزويده بالمعلومات و المهارات التي تفيده في حياته وفي تعويده على التفكير السليم والمنظم لذلك فان طلبة اليوم وقدراتهم الأساسية تمثل مستقبل الشعوب من حيث تقدمها ورفاهيتها ، والمهارات البدنية والرياضية هي القاعدة الأساسية لهذا الهرم ، وتعتبر الممارسة الرياضية من المواضيع المعالجة بكثرة من قبل العلماء في الميدان ، باعتبارها سلوكا فعليا للممارسة فهو لا يظل سلوكا بعيدا عن بقية السلوكيات الفردية و الجماعية التي تتعلق بشتى الجوانب الاجتماعية ، الثقافية ، النفسية الصحية و الأخلاقية لأن الممارسة الرياضية توفر للطفل المراهق الراحة الجسمية والنفسية ، باعتبارها تعبير عن ما هو شعوري و مكبوت ، وكذلك لإبراز حريته ووجوده كفرد لم تمنح له الفرصة لإثبات النفس ، أو هو عبارة عن وقت فراغ حركي إرادي و حر يهدف إلى الانشراح وعلى الرغم من المكانة التي عرفتها الممارسة الرياضية في الجزائر والتي تسعى دائما لإعداد الفرد نفسيا وبدنيا وعقليا إلا أن مجال البحث والدراسة حول هذا الموضوع لا زال الجدل عليه قائما حيث عملت الممارسة الرياضية على الوقاية من الأمراض والعاهات ، إلا أن من شأنها أن تحقق للتلميذ أحسن الإنجازات، وهذا إذا توصل التلميذ إلى توظيف كل طاقته العقلية و النفسية فيها .

✓ وفي بحثنا هذا ارتأينا إلى إظهار دورها وأثرها في نشاط التلميذ اتجاه الدراسة وهذا ما دفعنا إلى دراسة هذا الموضوع .

✓ و الذي نطرح فيه التساؤل العام التالي : ماهي أهمية الممارسة الرياضية على نتائج التحصيل الدراسي؟

✓ التساؤلات الفرعية:

❖ 1 : هل هنالك فرق في التحصيل الدراسي بين التلاميذ الذين يمارسون الرياضة

خارج المدرسة (الأندية) وأقرانهم الذين لا يمارسون؟

✓ 2 : هل الممارسة الرياضية تحقق الراحة النفسية و البدنية و العقلية للتلميذ؟

أهداف البحث:

بناء على عنوان بحثنا هذا والمتمثل في دور الممارسة الرياضية في التحصيل الدراسي، فإن هدفه يتمثل في:

- تحديد أهمية الممارسة الرياضية خارج المدرسة عند التلاميذ حول التحصيل الدراسي.

فرضيات البحث:

هنالك فرضية عامة و تتمثل فيما يلي:

✓ أهمية الممارسة الرياضية في التحصيل الدراسي كانت متوسطة من وجهة نظر الأساتذة .

وتتدرج تحت هذه الفرضية العامة فرضيات جزئية وهي:

❖ 1: التلاميذ الذين يمارسون الرياضة خارج المدرسة متفوقون دراسيا على أقرانهم الذين

لا يمارسون الرياضة خارج المدرسة.

✓ 2: الممارسة الرياضية تساعد التلميذ على الزيادة في الراحة النفسية وتطور بعض

الصفات العقلية .

اهمية البحث:

- جانب علمي: يهدف إلى إثراء حقل التربية البدنية والرياضية بمصدر علمي.
- جانب عملي(تطبيقي): يتمثل من خلال الوصول إلى حقيقة تأثير الممارسة الرياضية في زيادة نشاط وحافزيه التلميذ تجاه الدراسة والانعكاسات المترتبة على نتائج التحصيل الدراسي وذلك بالنسبة لتلاميذ السنة الثانية من التعليم الثانوي.

مصطلحات البحث :

الممارسة الرياضية :

2- تعريف الممارسة الرياضية/

التعريف الاصطلاحي:

مارس الشيء مراسا . ومارسه : عالجَه وزاوله، يقال : مارس الأمور والأعمال، تمارس بالشيء : احتك به وتدرّب عليه(الغامدي، هـ1415).

التعريف الإجرائي:

" هي مجموعَة الأنشطة التي يمارسها الفرد داخل محيط المدرسة والجامعة والنادي تؤثر فيه ويتأثر بها ومن ثم تعود عليه بالإيجاب". أي أن هذه الممارسة تفيده في الدراسة فيتفوق وينتج ، وتعود عليه هذه النشطة بالإيجاب أي أن هذه الممارسة تفيده أيضا في ناحية الصحة فممارسة بعض الأنشطة تحسن من قوام الفرد فتجعله جيدا سليما خالي من الانحرافات وتفيده أيضا في جميع النواحي النفسية والعقلية والاجتماعية فيستمتع بحياته ومن ثم يعيش حياه أفضل.

*التحصيل الدراسي :

التعريف الاصطلاحي:

يعرف / قيافيزين / guavasine / التحصيل الدراسي على انه استيعاب كمية معينة من المعارف و المعلومات التي تحددها برامج معينة.

التعريف الإجرائي :

عرفه عوض بأنه مستوى محدد من الإنجاز والكفاءة والأداء في العمل المدرسي أو الأكاديمي و يجري من قبل المدرسين أو بواسطة الاختبارات المقننة (عوض، 1995).

- الدراسات السابقة (المشابهة):
- بحث أجري سنة 1998 من طرف الطلبة " بلال رابح " "خلفي نصر الدين" و "رافع المنور"
- ✓ هدف البحث : الهدف منه هو إحياء أثر النشاط الرياضي على التحصيل الدراسي لتلاميذ مرحلة الثانوية ،
- ✓ منهج البحث: وكان المنهج المتبع هو الوصفي .
- ✓ العينة: أما عينة البحث فكانت عشوائية وهي (40) أستاذ موزعين على ثلاثة ثانويات و 240 تلميذ (80) من كل ثانوية .
- ✓ أهم إستنتاج: والنتيجة المتوصله لها هي إثبات ،أثر النشاط الرياضي على إمكانيات التلميذ المدرسية وتحصيله الدراسي
- دراسة مجيد 2001:
- ✓ عنوان الدراسة : للانتباه وقوة التركيز والقدرة على تأثير درس التربية الرياضية على بعض مظاهر الإيقاع الحيوي على التحصيل الدراسي.
- ✓ هدف الدراسة: التعرف على تأثير وضع درس التربية الرياضية خلال اليوم الدراسي على بعض مظاهر الإيقاع الحيوي للانتباه و التركيز و القدرة على التحصيل الدراسي من خلال الإجابة على التساؤلات الآتية:
- ✓ مشكلة البحث: هل هناك تأثير لوضع درس التربية الرياضية في بداية اليوم الدراسي على الإيقاع الحيوي للانتباه والتركيز والتحصيل الدراسي ؟
- هل هناك تأثير لوضع درس التربية الرياضية في نهاية اليوم الدراسي على الإيقاع الحيوي للانتباه والتركيز والتحصيل الدراسي؟ (رشيد، 2012)
- هل توجد فروق في مستوى الإيقاع الحيوي للانتباه و التركيز والتحصيل الدراسي تبعا لاختلاف وضع درس التربية الرياضية في بداية ونهاية اليوم الدراسي وكذا اليوم بدون درس التربية الرياضية؟

- ✓ **منهج البحث** : استخدم الباحث المنهج التجريبي مستعينا من تصحيحات التجارب بتصميم المجموعة الواحدة وإدخال المتغير التجريبي عليها.
- ✓ **العينة**: اشتملت العينة على 90 تلميذ من تلاميذ الصفوف الرابع والخامس والسادس المرحلة الابتدائية العليا بمدارس منطقة العين التعليمية بدولة الإمارات العربية
- ✓ **نتائج الدراسة**: واستنتج الباحث إلى انه:
 - يختلف تأثير درس التربية الرياضية على قوة التركيز وشدة الانتباه لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية العليا لترتيبه الزمني خلال جدول حصص اليوم الدراسي.
 - تزداد قوة التركيز الذهني وشدة الانتباه عند وضع درس التربية الرياضية في بداية اليوم.
 - تزداد قوة التركيز ا لذهني وشدة الانتباه في حالة وضع درس التربية الرياضية في بداية أو نهاية اليوم أفضل منه في حالة ا ليوم الذي يخلو من درس الرياضة.
 - تزداد قدرة التحصيل العلمي في المواد الأخرى في حالة وضع درس التربية الرياضية (مجيد، 2001)

• دراسة حلواني 2002

- ✓ **عنوان الدراسة** : تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية على مستوى التحصيل الدراسي لطلاب الصف الثاني الثانوي بمدينة مكة المكرمة.
- ✓ **هدف البحث** : التعرف على مستوى التحصيل الدراسي للطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية الداخلية والخارجية والطلاب غير الممارسين للأنشطة الرياضية.
- ✓ **منهج البحث** : استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لجمع البيانات والمعلومات.
- ✓ **نتائج البحث** : توصل البحث إلى النتائج التالية:
 - وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي والطلاب غير الممارسين في مستوى التحصيل الدراسي لصالح الطلاب الممارسين.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والطلاب غير الممارسين للنشاط الرياضي في مستوى التحصيل الدراسي لصالح الطلاب الممارسين.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي الخارجي والطلاب غير الممارسين للنشاط الرياضي في مستوى التحصيل الدراسي لصالح الطلاب الممارسين.

-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والطلاب الممارسين للنشاط الرياضي الخارجي في مستوى التحصيل الدراسي.

-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب قسم العلوم الطبيعية وطلاب قسم العلوم الشرعية الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي في مستوى التحصيل الدراسي.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب قسم العلوم الطبيعية وطلاب قسم العلوم الشرعية الممارسين للنشاط الرياضي الخارجي في مستوى التحصيل الدراسي لصالح طلاب قسم العلوم الطبيعية (حلواني، 2006).

• دراسة بلعباسي فتحي بن جلول محمد و فايز فتحي:

مذكرة ليسانس تربية بدنية ورياضية 2015/2014

✓ العنوان: " دور حصة التربية البدنية والرياضية في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ

السنة الأولى ثانوي.

✓ مشكلة البحث: هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور ينعكس على

نتائج التحصيل الدراسي؟

✓ هدف البحث: - توضيح الأثر الذي قد يترتب لدى التلاميذ عند ممارسة التربية

البدنية والرياضية على نتائجهم الدراسية.

- اظهر الدور الذي يلعبه الاستاذ في زيادة دافعية التلميذ تجاه الدراسة.

✓ فرض البحث: لحصة التربية البدنية والرياضية دور مهم في التحصيل الدراسي.

• **غرض البحث:** جانب علمي: يهدف إلى إثراء حقل التربية البدنية والرياضية بمصدر علمي.

- جانب عملي(تطبيقي): يتمثل من خلال الوصول إلى حقيقة تأثير التربية البدنية والرياضية في زيادة نشاط وحافزيه التلميذ تجاه الدراسة والانعكاسات المترتبة على نتائج التحصيل الدراسي وذلك بالنسبة لتلاميذ السنة أولى من التعليم الثانوي.

✓ **منهج البحث:** بحث مسحي

✓ **العينة:** وتتكون العينة من 80 فردا(تلميذ) و 12 أستاذ.

✓ **أدوات البحث:** الإستبيان خاص بالعينتين.

✓ **أهم إستنتاج:** لحصة التربية البدنية والرياضية دور مهم في التحصيل الدراسي.

التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال اطلاعنا على الدراسات السابقة تبين أن معظمها اشتركت في استخدام المنهج الوصفي المسحي نظرا لملائمته لطبيعة هذه الدراسات ، كما أنها تطرقت في دراسة التحصيل الدراسي أي المتغير التابع أما فيما يخص العينة فكان الإختلاف في العدد وجميع هذه الدراسات استخدمت الإستبيان كأداة لجمع المعلومات ومن أهم النتائج المتوصل إليها أن الممارسة الرياضية لها أثر على نتائج التحصيل الدراسي

تمهيد

ليست الممارسة الرياضية بمثابة الركيزة الأساسية لتنمية الفرد جسدياً فقط ، فهي تساهم بقسط كبير في تحسين وتطوير القدرات العقلية و النفسية و الحركية للفرد ، خاصة في مرحلة المراهقة أين يكون المراهق في أمس الحاجة إلى الممارسة الرياضية قصد التخفيض من الضغوطات.

فإذا ما أعطيت الأهمية الكبيرة لهذه الممارسة بتوفير المنشآت و المرافق الرياضية مثل القاعات ،ومساحات اللعب ، فهذا يعني إعطاء أكثر من فرصة للمراهق قصد التعبير عن أحاسيسه و تفجير طاقاته الكامنة.

إن الممارسة الرياضية إذا ما استفادت من إشراف بيداغوجي تشارك في التربية للطفل والمراهق ،وتستعرض بعض المبادئ ، مثل تكوين الطبع و الشخصية وتطوير الوظائف الكبرى التنفسية والقلبية ،وتكوين الحياة الجماعية و الاشتراكية و التهيئة للترفيه ، كما نعرف أيضاً أن الرياضة يمكن أن تكون مرادفاً للعنف و الغش وتناول المنشطات ، فإن الممارسة الرياضية تندمج في مخطط لإنجاز نظام قيم منفتحة في هذا الاتجاه ، فهي تمثل عنصر أساسي في التربية و الثقافة و الحياة الأخلاقية و الاجتماعية.

1 مفهوم الممارسة:

أ الممارسة لغة :مأخوذة في اللغة العربية من الفعل " مارس " ، ممارسة و مارس " مرس " الأمر عالجه وعاناه وشرع فيه 1 .

مارس ، زاول ، طعاطى ، طبق عمليا ، نفذ ، اختلط ، : " PRATIQUER " أما في اللغة الفرنسية فهي والف .(الساب جروان، 1985، صفحة 85)

ب أما اصطلاحا:

فالممارسة تعني " تكرار النشاط مع توجيه معزز " (زيدان، محمد مصطفى، 1985، صفحة 54)

ج أما في المجال الرياضي:

تعتبر الممارسة :كل شخص مؤهل طبيا يتعاطى أو يقوم بممارسة نشاط بدني رياضي ضمن إطار منتظم أو ملائم ، عندما يكون الممارس مجازا بانتظام في نادي رياضي ومدمج في منظومة تنافسية بأخذ تسمية " رياضي "

2 مفهوم الممارسة الرياضية:

الممارسة الرياضية هي جزء متكامل من التربية العامة ، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية ، العقلية ، الانفعالية ، والاجتماعية وذلك عن طريق أنواع من النشاط البدني ، كما أن الممارسة الرياضية عبارة عن أوجه لأنشطة بدنية مختارة تؤدي بغرض الفوائد التي تعود على الفرد نتيجة ممارسة لهذا النشاط (محمود عوض البسيوني، 1992، صفحة 45)

كما تعني الممارسة الرياضية الأفراد على اختلاف أعمارهم و جنسهم و الأنشطة البدنية ، وطبقا لظروف كل فرد ، وطبقا لقدراته وإمكانياته في جو من الديمقراطية ، حيث يسود الفرح و السعادة (المنصوري، علي محمود، 1980، صفحة 65)

ومن خلال عرضنا لهذه المفاهيم ، نستنتج أن الممارسة الرياضية تعني كل تلك الأنشطة التي من شأنها تنمية الفرد جسديا و فكريا و نفسيا...الخ.

3 تعريف الممارسة الرياضية:

إن الممارسة الرياضية لها ميزة خاصة ، وهي اللعب ، حيث يلتبس منها المراهق الراحة الجسمية والنفسية ، كونها تعبر عما هو شعوري ومكبوت ، وكذلك لإبراز حريته ووجوده

كفرد ، أو بالأحرى الممارسة الرياضية عبارة عن وقت فراغ حركي إرادي يهدف إلى تحقيق الانسراح و السعادة في شخصية الفرد و تحضيره ، وهي من حق كل فئات المجتمع دون التمييز في العمر أو الجنس ، وهي منظمة ومصورة في الأوساط الخارجية عن المدرسة على شكل نشاط بدني ورياضي حسب البرامج المرسومة و الموضوعة لتطبيق من طرف الأجهزة العامة و الخاصة.

4نبذة تاريخية حول الممارسة الرياضية:

لقد نشأة الممارسة الرياضية بصورة تلقائية في العصر القديم وذلك من خلال الآثار المكتشفة منالرسوم و النقوش التي خلها المصريون القدماء التي يعود تاريخها إلى 3000 ق.م. (الفاطمي، أحمد مختار العباسي ، 1971، صفحة 98) وهذا كأمر طبيعي وضروري لحياة الإنسان وبقائه ، حيث كانت هناك محاولات بأن تكون أيضا للجميع وذلك استجابة للمتطلبات و الاستعداد للدفاع و القتال الذي كان يتطلب إعدادا بدنيا متقدما ، مثلما حدث في " بابل " و " الفرس " و " الإغريق " و كذلك " إسبرطة." لقد بدأت الممارسة الرياضية تأخذ مكانتها في عصر النهضة بتطور المفهوم التربوي للإنسان ، حينما اعترف بها كمادة منهجية في المدار ، كما بدا المجهود البدني يبذله الإنسان يقل تدريجيا ، حتى أصبح في بعض البلدان المتحضرة يقترب من العدم وحتى الذين يقومون بمجهودات بدنية فإنها محدودة لا تغطي ولا تمس جميع مفاصل و عضلات الجسم. إن الممارسة الرياضية هي وليدة حاجة الإنسان الماسة للنشاط البدني في الحضارة القائمة و المستقبلية و العودة إلى الطبيعة الباسطة و الحياة. (علي محمود المنصور، 1890، صفحة 78)

نستنتج أن الممارسة الرياضية هي كل النشاطات البدنية التي مارسها الإنسان منذ القدم إلى أن طورها في أشكال حديثة وعديدة ، أو بعبارة أخرى أن الممارسة الرياضية ليست حديثة النشأة ، بل قديمة.

5الأسباب المؤدية للممارسة الرياضية:

يقول "مارك دوران : " من الأوائل الذين اهتموا بهذا السؤال حول الأسباب المؤدية إلى المشاركة عند سنة ، 1956 حيث أثبتت أن لاعبي البيسبول " Skubic لاعبي البيسبول و أبنائهم ، والباحث " سكوبيك أتو ليلعبوا مع الأطفال الآخرين ، للتسلية الترفيه ، ولذلك

لتطويرها ، كما هناك نتائج مماثلة جاء بها كل من " ساب بينستريكر " سنة ، 1978 حيث قال أن الأطفال قبل كل شيء أتو للممارسة ، يبحثون عن التسلية و اللهو ، ثم تعلم واكتساب مهارات حركية وتقنية جديدة ، كذلك ليصبحوا في لياقة جيدة ، ويحققون اللعب مع الأصدقاء ، كما أن هنالك أبحاث قام بها معهد الذي يهتم بدراسة الدافعية وهيئة الممارسات الرياضية للمشاركين و التي تهدف إلى جمع الأسباب اللازمة لهذه المنافسة. (دوران مارك، 1997، صفحة 122)

وكما يقول ماك دوران " :من التحليلات المنبثقة من مجموعة الإجابات التي كشفت عن المنظومة لثمانية (8) عوامل متشابهة عند الإناث و الذكور" العامل الأول : يتطابق مع الاحتياج للأعمال والبحث عن وضع مالي والفوز بمكانة اجتماعية والبحث عن الشهرة. (دوران) العامل الثاني :الممارسة الرياضية مع الجماعة كالعامل داخل الجماعة ، خلف روح التضامن في الفريق ورغبة الانتماء.

العامل الثالث :موجه إلى اللياقة البدنية الجيدة و البحث عن الصحة الجسمانية. العامل الرابع :موجه إلى استهلاك الطاقة كالقيام بتمرينات رياضية تستخدم فيها الطاقة. العامل الخامس :يخص الوضعية الرياضية التي تستعمل التجهيزات الرياضية ، قصد الحصول على علاقة جيدة مع المدرب ، وإرضاء الآباء و الأصدقاء. العامل السادس :يخص تطوير المهارات الحركية والقدرات ، للوصول إلى مستوى جيد. العامل السابع : يهتم بالعلاقات الحميمة ، كالتعامل مع الأصدقاء الجدد و الشعور بالوجود بين الأصدقاء.

العامل الثامن :يتطابق مع البحث عن تسلية و اللهو ، يخص الأحاسيس القوية و التسلية . 6الأسباب المؤدية إلى التخلي عن الممارسة الرياضية تعتبر هذه أهم الأسباب لعدم مباشرة الرياضة ، وأسباب التخلي عن الممارسة نجدها من نوع آخر ، وأهمها الصراع بين المصالح كما يقول " فوي وال " سنة 1980 و " ساب وبينستريكر " سنة ، 1978 كما يضيف الكاتب:طرق البحث المختلفة من بحث لآخر ، كما تصبح أحيانا صعبة المقارنة ومع ذلك نستطيع تقدير 50%

من الحالات على الأقل الطفل يغادر ناديه الرياضي ليتوجه سواء إلى اختصاص رياضي آخر أو إلى ألعاب ذات طابع (تسلوي) تسلية وغير رياضي تنافسي .
 هذا العمل له تأثير على تغيير اختصاصات رياضية وأندية على مدار السنة أو موسم رياضي . هذا التغيير الذي يشبه إلى حد ما البحث المستمر المتكرر عن نشاط رياضي معين يتطابق مع حصول الأطفال القادرين على التعلق بالنشاط الرياضي خلال مدة قصيرة جدا ثم نسيانه فجأة كما أشار " مارك دوران " ، حيث يقول " : أن هنالك أسباب أخرى مساعدة لتبرير و التخلي عن ممارسة رياضة ما كطابع التدريبات العنيفة ، المكانة المهمة التي تتمتع بها المنافسة و الخوف من الفشل ووجود علاقات نزاع وغير حميمة مع المدرب و الفريق ، الإحساس بعدم التحسن وتطوير المستوى مع التدريبات .

هذه الأسباب مستقلة نسبيا عن الاختصاص الممارس ، كما نجد كل من " فولد وال " 1982 و " ماك بارسون وال 1981 " يقولون " : أن من بين أسباب التخلي عن الممارسة الرياضية هي تقريبا متشابهة أو في مجموعة الاختصاصات مثل التزلج على . (

POOLEY) " في السباحة ، كرة القدم ، بولي 1981

7 خصائص الممارسة الرياضية:

تتميز الممارسة الرياضية عن غيرها من الأنشطة الأخرى أنها متعددة المهام و الأدوار حسب احتياجات الأفراد ، فيوجد من يتخذها كميدان للتنمية الجسمية وآخرون للترويح... الخ. فالممارسة الرياضية لا تتأسس على المنافسة بصورة تلقائية وليس في مجالها غالب ومغلوب بصورة جادة مما يجعلها خالية من الصراع وما يتبعه من أخطار ، فمن خصائص الممارسة الرياضية مايلي:

ظاهرة ترويحوية بناءة تبرز بصفة من خلال الدوافع و الاحتياجات الاجتماعية ، وليس بالضرورة دافع بدني ، حيث تتجلى في الممارسة الحركية الهادئة المستمرة المتدرجة في الصعوبة دون إرهاق أو عياء .

ليس لها بالضرورة قوانين مسبقة ثابتة ، ولكن قواعدها يمكن أن تشكل طبقا للظروف المحيطة المؤثرة ، كذلك الإمكانيات المتاحة ، كما أن ليس من أهدافها الرئيسية المقارنة بين المستويات .

يمكن أن تمارس في أي مكان مناسب و بأنواع من الأدوات و الأجهزة المتوفرة مما يجعلها اقتصادية التكاليف و باستطاعة الجميع مزاولتها.

تمارس في أوقات الفراغ و ليس من أغراضها الحصول على جوائز ذات قيم مالية كبيرة. يمكن للفرد ممارستها لوحده ، كما يمكن له وضع برامج ملائمة به بمفرده أو مع الآخرين في مواقع مناسبة.

من أجل هذه الخصائص يمكننا أن نستخلص بأن الممارسة الرياضية لا تستدعي بالضرورة توفر كل الإمكانيات سواء معنوية أو مادية. (المنصوري ع.، مصر) **الأهداف العامة للممارسة الرياضية:**

إن ممارسة النشاطات البدنية و الرياضية تعيد الاعتبار إلى الجسم كقيمة معنوية و الحركية في العلاقة بين المحيط الفيزيائي و الإنساني تساعد على تنمية الطاقات و تخويل الحركية الموروثة إلى حركية مبلورة و متطورة ، كما أن الممارسة الرياضية تساعد على المحافظة و إثراء عوامل الفعالية و سهولة الحركية ، السرعة ، التحمل ، القوة ، التوافق العضلي و المرنة و ازدهار الحياة العلاقية أو أخذ القرارات الفردية و الجماعية ، و معرفة و فهم الظواهر المتعلقة بالنشاط الحركي و تهئ الفرد لحسن التسيير و التطلع إلى توازن وجداني أفضل بالأهداف التي تطمح إليها ، فإن الممارسة الرياضية تندمج في مخطط لإنجاز نظام قيم منفتحة في هذا الاتجاه فهي تمثل عنصر أساسي في التربية و الثقافة و الحياة الأخلاقية و الاجتماعية. و بنيتها تحسن عوامل الفعالية الحركية ، فهي تشبع بهذا رغبة التحرك و النشاط و تجاوز الذات و تقوى بصفة عامة الصحة .بها حتما بتحصيل المهارات في وضعيات غير سهلة فهي تعلم الثقة بالنفس.

فالتدريب على القدرة في وضع مساعي فعالة لحل إشكاليات تسمح بالقول بأن الممارسة الرياضية تساهم في تطوير استقلالية الفرد .واختلاف الايجابيات التي يمكن اختيارها أمام أنواع المهام المقترحة ،تهدف إلى زرع الإبداع و التعبير على فرضية كل شخص و لأنها تجبر على العمل جماعيا في عدة نشاطات ، فهي تخلق شروط الوصول إلى المسؤولية و التضامن .(دوران مارك، 1999، صفحة 88)

9 تأثير العوامل الداخلية و الخارجية للممارسة الرياضية

1.9 العوامل الداخلية للممارسة الرياضية:

9.1.1 العوامل السيكولوجية:

9.1.1.1 الاحتياج لتأكيد الذات (الأنا) يقول " ميشال بوي 1974 "في أبحاثه حول مختلف المواضيع لإثبات وتأكيد الذات " إن اتجاه الأنا يعطي إحساس بالوجود ، والرياضة تساعد على تسريح سلوكاته واتجاهاته ، كما نجده يبحث عن اكتشاف نفسه .أي (الأنا) وكذلك استخدام إمكانياته وقواه وذلك بالعلاقة الحسنة مع الآخرين ، وإن دور الرياضة لا يقتصر على إثبات الذات فقط ، بل لتكوين شخصية الفرد كذلك ، ومن دون شك أن الرياضة بالنسبة للبعض طريقة للتعبير عن الذات ، حيث النشاط الرياضي يعطيهم القدرة الانفتاح باكتساب قيم ومعايير الشخصية...الخ ، وكذلك هدف الفرد عن الممارسة الرياضية هو اكتساب تجارب ذات مغزى للتعريف بنفسه للآخرين " ، إذا تظهر لنا من خلال تنظيمات لنشاطات رياضية مختلفة هو الحصول على مكانة داخل الجماع .
ومن الممكن أن روعة الفوز على الآخرين ما هو إلا دليل على الرغبة في الإستلاء أي تأكيد الذات إذن الرياضة تظهر له كمنظومة واسعة لتحقيق رغباته مثل الشهرة ليؤكد لمجتمعه أنه موجود كما يقول ميشال بوي".

9.1.2 الاحتياج للاندماج الجماعي في الجماعة:

هذا الاحتياج لا يقتصر بالاحتكاك مع الآخرين فقط في الفوج ، بل يجب على الفرد الانتماء إلى فريق نادي ، جماعة ، هذا لا يقتصر بالحصول على بطاقة انخراط في الجمعية أو النادي ، بل إقامة علاقات مع أفرادها و الحصول على مكانة اجتماعية ووظيفة دور محددة داخل هذه الجماعة ، وتقمص ألوان الفريق والمشاركة في عدة نشاطات رياضية ماهي إلا وسيلة للانتماء إلى المنظومة الرياضية. (شاووز بيار ، 1991 ، صفحة 478)
وكما يقول أمين أنور الخولي :الممارس " الرياضي "الذي يكتسب اتجاهات مقبولة نحو فريقه أو ناديه ،كالفخر ، الولاء يستعمل علي تحسين مكانته من خلال تحسين دوره الاجتماعي مما يدفع زملائه الرياضيين إلى القيام بأدوار مماثلة ، وهذا يعزز التمسك ووحدة الريق وتوفر المناخ الاجتماعي السليم. (الخولي أمين أنور ، 1996 ، صفحة 68)

9. 2. 2 الاحتياج إلى الانتماء إلى المنظومة التربوية:

يضيف " بيار شاويز " إن هناك عدة أفراد يحبون الانتماء إلى المنظومة الرياضية الواسعة للمشاركة في نشاطاتها المختلفة ، هذه الأخيرة تضم عدة هيئات كالنادي ، الرابطة ، الفيدرالية...الخ ، بقوانينها حكامها ، مؤسساتها...الخ ، هذه المشاركة تعطي للفرد للانتماء و الاندماج في المجتمع. (شاويز بيار، 2006، صفحة 87)

9. 2. 3 الاحتياج إلى إقامة علاقات مع الآخرين:

يقول " بيار شاويز " الصداقة هي الدفاع الأساسي لعدة رياضيين بالممارسة الرياضية ، الذوق المشترك ، للممارسة يكون بطريقة مباشرة ومتساوية الأفراد لمختلف الشروط الاجتماعية. (شاويز بيار، 1991 ،، صفحة 32)

9. 2. تأثير العوامل الخارجية للممارسة الرياضية:**9.2.1 تأثير المحيط الاجتماعي:**

لفهم الرياضي يجب فهم دراسة محيطه العام و الخاص ، حيث المحيط العام ، البيئة الاجتماعية و ما يتكون منها :العائلة ، المدرسة ، النادي...الخ ، و المحيط الخاص هو البيئة الرياضية من : المدرب ،الحكام ،المسيرون ، الفريق الرياضي...الخ.

9. 2. 1 المدرسة:

يقول " ريمون توماس " "إن المدرسة تشغل في حياة الطفل مكانة كبيرة ، وظيفة المدرسة هي التربية ،وتترجم بتلقين و تحضير الامتحانات النجاح في المدرسة. (توماس، ريمون، 1998، صفحة 92)

9. 2. 1 3. النادي الرياضي:

النادي الرياضي هو دائما محتكر للنشاطات الرياضية ، على الفرد أن ينخرط في النادي للحصول على إجازة مصادق عليها من طرف الفيدرالية كما يقول " توماس "النادي الرياضية " اختبارات سياسية (تشبيب الممارسة)، أي استعمال أطفال صغار السن أين كانت في البداية مختصة إلا . للدارسين و الكبار ، حيث ظهرت عدة أشكال للممارسة الرياضية كالألعاب التطوير السيكولوجي للطفل ،مثل السباحة ، الجمباز ، الرياضات القتالية ، الجيدو...الخ (توماس،، ريمون، 1978، صفحة 144)

9. 2. 2 تأثير البيئة الرياضية:

يقول " ريمون توماس "البيئة الرياضية تشكل منظومة اجتماعية خاصة بالفرد و الذي تشرف عليه وتسير قيمه و معاييرها أو الصيغة الإيديولوجية ، هذه الثقافة الخاصة تتطور منذ نشأته (كارتني، 1999، صفحة 64).

9. 2. 1 الفريق الرياضي:

الفريق هو تعاون و ارتباط بين عدد محدد من المحترفين في نفس مجال العمل ، " Falon حسب " فالون والفريق الرياضي ينطبق عليه هذا المفهوم أي مجموعة من الأفراد مجتمعين لتحقيق هدف مشترك مسطر مسبقا ، ويضع أمزيان مميزات التي تعرف الفريق وهي الإدراك الفردي المتبادل للأعضاء والعمل على تحقيق نفس الهدف وتقوية العلاقة العاطفية وقوة التبعية في الأدوار بين الأفراد وتكوين قانون خاص بالجماعة ، كل هذه المميزات من شأنها أن تحفز الفرد إلى الممارسة الرياضية ليعتبر ذاته عضو من الفريق ويتفاعل مع بقية أعضائه ، ويكتسب بسرعة مكانة خاصة تجعله يدع دورا في الفريق والتي يمكنها أن تقوي العلاقة بين الفرد و الأعضاء أو تعرقل اندماجه ، فالجو الذي يخلقه الفريق يجعل الفرد يمارس الرياضة ويذهب بها إلى أبعد مستوى من النتائج وتحقيق الهدف المشترك ، والعمل على الحفاظ على الفريق وتحمل عبء العمل المكثف وتقوية العلاقة. (توماس ريمون، 2001، صفحة 96)

10 وظائف الممارسة الرياضية:**10. 1 الممارسة الرياضية لشغل أوقات الفراغ:**

للولصول بمجتمعنا إلى درجة أسمى من التطور أو أن يكون قويا و سليم البنيان ، عاملا بالخير ، متطلعا إلى الغد فلا بدّ أن نعمل على استغلال وقت الفراغ و استثماره و تحويله من وقت مضر ضائع إلى وقت مفيد ، تتعكس فوائده على الفرد والمجتمع.

" قد تكون الممارسة الرياضية أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفادة على الأقل من أوقات فراغهم من نشاط بناء يعود عليهم بالصحة والعافية ، رغما من وجود كثير من الأنشطة المفيدة كالرسم والنحت وقيادة السيارات وغيرها .إلا أنه يجب أن لا تكون هذه الأنشطة بديلة للنشاط الرياضي والوسيلة الوحيدة لتنمية الكفاءة البدنية و الحركية اللازمة

للحياة المتدفقة ، ولكن يمكن أن تكون هذه الأنشطة وسيلة مساعدة لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة (علي يحي المنصور، 2000، صفحة 56)

2.10 الممارسة الرياضية لتنمية التفكير:

إن للأداء الرياضي الحركي جانبين ، جانب فكري يتمثل في التفكير في الحركة قبل أدائها وتحديد غرضها ومسارها (قوة ، سرعة ، اتجاهها) وهذا التحديد العقلي هو ما يسمى بالتوقع الحركي ، أي المداولة الفكرية الرياضية. (المنصور، علي عمر، 2002، صفحة 58)

3. 10 الممارسة الرياضية لتنشيط الذهن:

إن نشاط الذهن يلعب دورا هاما في استجابات الفرد ،حيث ممارسته الأنشطة الرياضية المختلفة ، وخاصة في مجالات تنفيذ وأداء خطط اللاعب المتعددة و يبرز هذا في محاولة تقدير الفرد لموقعه وإدراك العلاقات المرتبطة به ، والقدرة على الاستدلال و التقليل حتى يستطيع أن يستجيب لاستجابة صحيحة بما يتناسب مع الموقف ، ومن ذلك يمكن القول " ب أن الفرد الذي يقبل على النشاط البدني بحيوية وصدق يكون في حالة تهيئ عقلي أفضل من الإنسان الذي يركن إلى الكسل و الخمول حيث تكافؤ العوامل الأخرى المؤثرة على النشاط الذهني مثل الثقافة و الوراثة والسن و الجنس " (السيد،، فؤاد البهي، 2003، صفحة 85)

وهذا ما أكدته كثير من الدراسات و البحوث ، فقد دلت دراسة أجريت حديثا بأن " الأفراد الذين يقبلون على الممارسة الرياضية و النشاط البدني أقدر من غيرهم على الأداء العقلي الذي يتميز باستنتاج القاعدة من تصنيف الجزئيات العامة ، كما أنهم أكثر قدرة على التصرف حينما يواجهون موقفا يحتاج إلى التنبؤ بنتائج أعمالهم ، وعلى النشاط العقلي الذي يتميز بالتصور البصري لحركة الأشكال و المجسمات. (المنصور،، علي عمر، 1998، صفحة 32)

4. 10 الممارسة الرياضية لإثراء العلاقات الاجتماعية:

الممارسة الرياضية كما هو معلوم تتيح فرصا عديدة لتنمية السمات الاجتماعية وروح التعاون و التآزر ،وتشكل أساس الصداقة و تقوي سمة القبول الاجتماعي والاحترام المتبادل مع الآخرين ، كما أن " الميادين الرياضية ما هي إلا صورة مصغرة لميادين الحياة الكبيرة ، وإن ما يحدث فيها من التفاعلات بين اللاعبين هو نفسه ما يحدث تقريبا في حياتنا العادية ،

والفرق الوحيد هو أن ما يحدث في الميادين الرياضية متشابهة إلى حد كبير مع قواعد الحياة الديمقراطية بما يكتنفها من علاقات متبادلة بين أفراد المجتمع .

(لطي، عبد الفتاح، 1997، صفحة 154)

5. الممارسة الرياضية لصيانة الصحة وتحسينها:

إن المجهود البدني الذي كان يقوم به الإنسان وحتى المجهودات البدنية الاعتيادية فهي محددة و متكررة ومدى ضيق ، مما جعله يفقد تدريجيا مرونة عضلاته وحساسيتها وقدرتها ويقع فريسة الأمراض مثل " السمنة " ويشتكي من أمراض لم يكن يشتكي منها من قبل ، مثل أمراض الدورة الدموية ، الجهاز العصبي ، الهضمي ، و الأمراض النفسية.

لقد استطاع الطب البشري أن يسيطر على معظم الأمراض ، لكنه وقف عاجزا أمام كثير من الأمراض عن انتقال الإنسان من حياة النشاط و الحركة إلى حياة الخمول و الكسل مما جعله يتجه إلى مزيد من التحلل البدني ، وبالتالي عدم القدرة على النهوض بواجباته الأساسية لأن ذلك يتطلب منه قدر كاف من اللياقة البدنية التي تمكنه من القيام بهذه الواجبات. (عبد العظيم فياز ، 2008 ، صفحة 32)

لقد دلت التجارب المتعددة بأن " حين يقوم شخصان متكافئان أحدهما يمارس النشاط البدني ويقبل على الحركة والآخر عازف عنها بعمل بدني متساوي ، فإن الأول يتميز بكثير من الخصائص على مقاومة المرض ، قدرة أكبر على تأخر التعب ، سرعة أكبر للعودة إلى الحالة الطبيعية ، توافق عضلي عصبي أرقى .(تشارلز، 1997، صفحة 132)

10. 6 الممارسة الرياضية لدعم مقاومة الإنسان لمتاعب الحياة الحديثة:

تحتل الممارسة الرياضية مكانة بارزة بين الوسائل الترويحية البريئة والهادفة التي تسهم بدرجة كبيرة في تحقيق الحياة المتوازنة والتخلص من حدة التوتر العصبي ، ذلك أن الفرد حينما يستغرق في الأداء الرياضي الحركي يترك جانبا كل هموم الحياة ومشاكلها ، فتتراخي تبعا لذلك قبضة التوتر التي تشد أعصابه طول اليوم.

" كورتن " يستخلص من دراسته التجريبية المتعددة أن الممارسة الرياضية تحدث تغيرات بيولوجية وسيكولوجية لدى الفرد وتجعله أكثر ابتهاجا وتقاؤلا ، واحتمالا للضغط النفسي.

"رايدون" يرى بأن السرعة المتزايدة للحياة الحديثة يمكن أن تخف وطأتها عن طريق النشاط البدني، وأن الملاعب وساحات الشواطئ بمثابة معامل ممتازة، ويستطيع أن يمارس فيها التحكم في عواطفه، ويطرح القلق جانبا ويشعر بالثقة نابعة من قلبه.

11. الممارسة الرياضية عند المراهقين:

معظم المراهقين نجدهم يمارسون الرياضة خارج المؤسسات التربوية لكن الإناث بقدر أقل من الذكور، فالرياضة ليست فقط نشاط للذة بل الأكثر ممارسة قبل (السينما، الموسيقى، والتظاهرات الثقافية)، فهي أيضا نشاطات يرغبون ممارستها 46%، يمارسون الرياضة في النوادي و 42% يمارسون وحدهم أو مع الأصدقاء، إن وقت ممارسة الرياضة في النادي أكثر أهمية، حيث نجد 38% يمارسون أكثر من أربعة ساعات في الأسبوع (أما خارج النادي نجد 18% يمارسون أكثر من أربعة ساعات في الأسبوع). إن المراهقين لهم الميل إلى ممارسة عدة رياضات، فتنوع الرياضات الممارسة يزيد من حظوظهم في الانخراط في بعض الجمعيات الرياضية). المنصوري على يحيى، p. 84، (23)

الممارسة الرياضية تنقص تدريجيا مع قدوم السن، إذ أن 70% من المراهقين الذين عمرهم 12 سنة، بالنسبة للبنات النقص في يمارسون الرياضة بينما الذين عمرهم 19 سنة لا تتجاوز نسبتهم 50% الممارسة يبدأ من السن 13 سنة، بينما الذكور من السن 16 سنة. (عادل محمد خطاب، 2000، صفحة 65)

ففي المراهقة يكون المراهق منغمسا في ممارسة النشاط البدني والرياضي ومستعدا لتجاوز الحدود، إذا كان الأمر متعلقا بتحسين وتعديل مهاراته الرياضية وتنمية استعداداته و مواهبه، وفي حدود 14 سنة يكون قد انفصل عن النشاطات التقليدية ليتجه نحو الرياضة مثل كرة القدم، الكرة الطائرة، وكرة السلة... الخ. وإلى غير ذلك من أنواع الرياضة كما نجد دائما، يهتم أكثر لمشاهدة الألعاب الرياضية المتلفزة). علي عمر المنصوري (p. 85, 2011،

11 فوائد الممارسة الرياضية:

تظهر فوائد الممارسة الرياضية جليا حينما نعتبرها كعامل يساعد على تهيئة الفرد للنشاطات الاجتماعية كما تتجلى فائدتها العظمى في انفتاح الشخصية، تظهر منافعها على المستويات الجسدي و النفسي والمعاملات.

فالرياضة تسمح بتنمية القدرات العضلية و القلبية والعصبية وأبعد من ذلك تحافظ على اللياقة البدنية وذلك يخص الأشخاص العاديين و المنحرفين على حد سواء ، كما تساعد على إثبات الذات خاصة لدى المراهقين ، وتسمح بتصحيح صورة الجسم ومن ثمة يندمج الفرد في المجتمع.

لكن إذا كانت للرياضة أهمية بالغة و لا غنى عنها فإن ممارستها لا بد أن تكون محدودة لأن عكس ذلك يحدث اضطرابات جسدية ذات آثار وخيمة على الإنسان ، كما يجب منع الرياضة على بعض الأشخاص الذين يعانون من الإعاقات الجسدية مثل الأمراض القلبية لكن عموما تبدوا فوائد الرياضة جليا في مراعاة البعد الجسدي للشخصية.

إذا كانت الرياضة تؤثر على الجسد فمن المستحيل اعتبارها كتربية بدنية دون الأخذ بعين الاعتبار الجانب النفسي لممارسيها ، فقد أثبت أن النشاطات الرياضية كثيرا ما تغير من السلوك النفسي لدى المتشردين أو المحترفين ، حيث تكمن أهمية الممارسة الرياضية في إبعاد الأشخاص عن العنف و ذلك عن طريق توجيه طاقتهم نحو النشاطات الرياضية ، و

يضاف إلى ذلك أنها تهذب الفرد ، حيث يجبر من خلال ممارستها على احترام قوانين وضعية ، حتى لو كان الشخص منحرفا أو متشردا فإنه يتعلم الخضوع للقانون الذي لا يكون حتما يتماشى رغباته ، فالنشاط الرياضي يمكن الفرد من إثبات ذاته والثقة في نفسه كما يكشف له عن قدراته و من ثمة توظيفها . (Peltier & Lu is ، ، ، ، 1973 ، صفحة 54)

إذا كانت للممارسة الرياضية أهمية بالغة على المستوى النفسي فعلى أن لا نتناسى بأن لا حدود لها ، فلا شك أنها أحيانا بدلا من أن تقع الغضب لدى ممارسيها ، فإنها تزيد من حدته عن طريق ترسيخ بعض الصفات القبيحة المتمثلة أساسا في الشعور بالكمال والافتخار و عدم احترام الغير خاصة الأنانية ، و هذا يظهر جليا في الرياضة التنافسية ، ففي حالة لن تمثل الرياضة مخرجا للعنف إنما سببا له.

فعلى من يريد الاستفادة من الممارسة الرياضية على المستوى النفسي الأخذ بعين الاعتبار الآثار الوخيمة السالفة الذكر التي قد تترتب على الفرد إن لم يحسن استغلال النشاط الرياضي.

و تعتبر فوائد الرياضة في مجال علاقات المنحرفين مع غيرهم مهمة ، و في هذا المنظور يمكننا اعتبار النشاط الرياضي كأفضل وسيلة لإدماجهم في الحياة الجماعية ، إن الرياضة

تقوم بتسهيل الحياة الاجتماعية عن طريق التعامل مع الغير و يظهر أثر الرياضة كوسيلة لدعم العلاقات الاجتماعية حتى في الرياضة الفردية حيث يجد الممارس من المنافسين من جهة و جمهور من جهة أخرى ، فهو بذلك مجبر أن يقيم علاقة حسنة كانت أو لا ، لكن بطبيعة الحال هذا الأثر يظهر بصورة جلية في الرياضات الجماعية فالرياضي يشارك زملائه في الهدف و الشعور الذي قد يكون في الهدف و الشعور الذي قد يكون حزنا أو فرحا ، لهذا يكتشف ضرورة الخضوع للحياة الاجتماعية ، و من جهة أخرى فإنه يستفيد من عاطفتهم، و كذلك شعوره بالمسؤولية ، فإذا كانت العلاقات الرياضية تعود بالفائدة على ممارسيها فإن المنحرفين منهم أكثرهم استفادة (Jean Yves Lassalle ، ، 1988 ، صفحة 87).

إن إمكانية الاستفادة من الرياضة من جانب العلاقات أمر ثابت لكن علينا أن لا نتناسى السلبيات التي قد تترتب عن طريق تشجيع التصرفات الاجتماعية ، فنجد أحيانا بعض الرياضيين يرون في منافسيهم أعداء لا بد من الإطاحة بهم ، لذا علينا أن نأخذ كل هذا بعين الاعتبار كي تظل العلاقات مصدرا للاحترام والتقدير لهؤلاء. وإذا استطعنا التغلب على هذه الأخبار فان ممارسة الرياضة لا تقودنا سوى إلى انفتاح الشخصية ، فهنا تكمن الفائدة الأساسية التي يمنحها النشاط الرياضي لكن قد تضاف إليها فوائد أخرى.

الخلاصة:

إن الممارسة الرياضية وسيلة من الوسائل التي يستطيع الفرد أن يعتمد عليها للترويج على النفس و كذا اكتساب صحة بدنية ، و لملا بعض أوقات الفراغ التي يعيشها المراهق وكذا التعرف على أفراد جدد من المجتمع و تكوين علاقات معهم.

والممارسة الرياضية ركيزة أساسية للتنمية الجسمية للمراهق حتى الفكرية والنفسية ، ولكن **بالرغم من هذا** لم يجد الرعاية الكافية وهذا ما يعيشه المراهق في وقتنا هذا.

و عليه يجب إعطاء العناية الكاملة لهذه الفئة لاتخاذ سياسة واضحة و جيدة ، و ذلك بتوفير المنشآت الرياضية و تكثيف الفرص للانخراط في الجمعيات و النوادي الرياضية و تشجيع الممارسة ، كما يجب وضع الإمكانيات اللازمة تحت تصرف الشباب ، و في مجال النوعية تكون بتسخير وسائل الإعلام والاتصال في صالح الشباب والممارسة الرياضية ، كما يجب إعادة النظر في التعليمات المخصصة في هذا الميدان إذ أن توفير أدنى الشروط و الإمكانيات يؤدي حتما إلى جلب أكبر عدد ممكن من الشباب و المراهقين خاصة ، و بالتالي التقليل من الآفات و المشاكل الاجتماعية و أيضا تساعد على توجيه هذه الفئة أحسن توجيه.

تمهيد:

يعتبر التحصيل الدراسي من جملة المفاهيم التي لم تستقر بعد على معنى واحد محدد و واضح، فاعلم التعريفات متداخلة و مختلفة، فهناك من يقصره على العمل الدراسي فقط وهناك من يرى انه كل ما يتحصل عليه الفرد من معرفة سواء كان داخل المؤسسة التعليمية أو خارجها، وهي عملية تعليمية مقصودة و موجهة من طرف المؤسسات التعليمية أما خارجها فتعني بذلك دمج ما يحصله الفرد داخل هذه المؤسسات وما يحصله من معلومات بطرق غير مقصودة وغير موجهة، ورغم اختلاف وجهات النظر في مفهومه فان الاتفاق حول قيمة و فعالية ما يحصله الفرد من معارف يعتبر جزء من شخصيته.

التحصيل الدراسي:**1. 2- تعريف التحصيل الدراسي:**

يعد التحصيل الدراسي انسب طريقة لتقييم المعلومات و المعارف التي يكتسبها التلميذ أثناء التعلم، وقد تعددت التعاريف و اختلف الأخصائيون في تعريف هذا المصطلح ومن هؤلاء الأخصائيون (دانيال زيومان) الذي يعرف مصطلح التحصيل الدراسي على انه هو استيعاب المعلومات التي تحاول تعليمها للتلميذ.

أما (لافازين) فيحدد هذا المصطلح بقوله التحصيل الدراسي يعني استيعاب كمية معينة من المعارف و المعلومات التي تحددها برامج معينة .

كما عرفها (روببير لافان LAVAN ROBER) بقوله التحصيل الدراسي يعني المعرفة

التي يصل إليها الطفل من خلال برنامج مدرسي قد يتكيف مع الوسط والعمل

المدرسي (LAVAN، 1973)

مثالاً لذلك (إبراهيم عبد المحسن الكتاني) الذي يرى أن التحصيل الدراسي هو كل أداء

يقوم به الطالب في الموضوعات المدرسية و الذي يمكن إخضاعه لمقياس عن طريق

درجات الاختبار تقديرات المدرسين أو كليهم .

كما أوضح (أمين الحولي وأسامة راتب 1994 نقلاً عن ألان اوجلن بياجيه) إن هناك علاقة

إيجابية بين المهارات الحركية والتحصيل في الرياضيات، الخط، القراءة، اللغة و التحصيل

الأكاديمي و كذلك إن السلوك الحركي أساس كل تنمية فكرية بما في ذلك التفكير ذاته

حيث أن دارة العمليات الحركية تتم في مراكز معينة في المخ كذلك تتم عمليات أخرى مثل

القراءة ، الهجاء، الكتابة والتي يسيطر عليها المخ في نفس هذه المنطقة من المخ العصبي وعندما يمتلك الطفل مهارات إدراكية حركية بمستوى جيد فان ذلك يعني نمو الجهاز العصبي الذي ينعكس على الجوانب الأخرى، ويكون بمثابة مؤشر لها وبذلك يكون الطفل مهيناً للعملية التعليمية

أما الباحث (جابلن P.GHAPLIN) فحدد مفهوم التحصيل الدراسي بقوله هو مستوى محدد من الأداء و الكفاءة في العمل الدراسي ، كما يقيم من قبل المعلمين أو عن طريق الاختبارات المقننة أو كيليهما (الدين، 1996)

و لقد أصبح واضح بالنسبة للمربين الرياضيين أنه من الضروري أن تكون لديهم مقاييس موضوعية دقيقة ، وان يحتفظوا بتسجيلات وافية عن تحصيل كل فرد ، لأنه على أساس نتائج هذه المقاييس يمكن الحكم على مدى تقدم مستوى التحصيل للفرد ، وتعتبر الاختبارات و المقاييس وسائل هامة تشير إلى مدى النجاح الذي حققه في عملية التعلم او التدريب ومدى فاعلية البرنامج الدراسي أو التدريس والمرور بخبرات سابقة

التحصيل الدراسي : مقدار المعرفة والمهارات التي اكتسبها الفرد نتيجة التدريب "عبد الرحمان العيسوي "

كما عرفه بول بارون المستعمل لهذه الاكساب من طرف التلميذ
أما مفهوم التحصيل الدراسي : بصفة دقيقة هو ذلك المستوى الذي يحققه التلاميذ في نهاية كل سنة من خلال النتائج المحصل عليها، و التي تأتي عن الامتحانات التي يقدمها الأساتذة .

أما مفهوم التحصيل الدراسي :بصفة دقيقة هو ذلك المستوى الذي يحققه التلاميذ في نهاية كل سنة من خلال النتائج المحصل عليها،والتي تأتي عن الامتحانات التي يقدمها.

2.2-أنواع التحصيل الدراسي:

من خلال النتائج التي توصل اليها التلاميذ في نهاية كل فصل يمكن تقسيم التحصيل الدراسي الى قسمين :

1.2.2- التحصيل الدراسي الجيد :

يسمى كذلك الإفراط ألتحصيلي، وهو عبارة عن سلوك يعبر عن تجاوز الأداء ألتحصيلي للفرد للمستوى المتوقع منه على ضوء استعداداته وقدراته الخاصة، أين يكون عمره

ألتحصيلي يفوق عمره الزمني والعقلي ويتجاوزهما بشكل متوقع، ويفسر ذلك بالقدرة على المثابرة وارتفاع مواضيع الانجاز لديه، أي أن التلميذ له قدرات يمتاز على أقرانه وبالتالي يحقق نتائج باهرة.

2.2.2 - التحصيل الدراسي العنيف:

ويسمى التأخير الدراسي وهو ظاهرة عن وجود فجوة في المردود المدرسي، بين ما هو متوقع عند التلميذ وبين ما ينجزه، فالتلميذ الذي يتأخر تحصيله الدراسي بشكل واضح رغم ما لديه من مؤهلات بإمكانها أن تجعله أحسن بكثير، يقال عنه أنه متأخر دراسياً أو تحصيلياً وهذا لا يفسر قدراته أو قصور استعداداته وإنما لأسباب بيئية اجتماعية و ثقافية ويقاس هذا التأخر عن طريق اختبارات هادفة ومدروسة، وبمقارنة مستوى التحصيل في ضوء العمر العقلي والزمني، ومتوسطات أقرانه و أدائهم في التحصيل الدراسي.

3.2.2 - أهداف التحصيل الدراسي:

التحصيل الدراسي يقيم مدى عمل التلميذ، ومدى قدراته العقلية ومعارفه و إمكانياته وهذا ما ذهب إليه (العيد اوزنجة) حيث يقول: يهدف التحصيل الدراسي إلى التوصل إلى المعلومات عن ترتيب التلاميذ، ولا يقتصر هدف التحصيل على ذلك بل يعود إلى محاولة رسم صورة فنية لقدرات التلميذ المعرفية والعلمية (بوبر، 2006).

كما يهدف التحصيل الدراسي إلى توصيل مدى عمل المعلم والنتائج التي توصل إليها مع المتعلم، وذلك بمقارنته مع زملائه ومع باقي الأقسام، حيث يجمع الكثير من الساهرين على الأسرة التربوية بان نجاح التلميذ وتفوقه له سبب أول ومباشر هو سيرة عمل وقدرات الأستاذ. ومن هنا فمعرفة التحصيل الدراسي للتلميذ يعطينا صورة واضحة عن مستواه وقدراته وبالتالي حقق ذلك أم لا.

يهدف التحصيل الدراسي إلى التوصل إلى المعلومات عن ترتيب التلاميذ ولا يقتصر هدف التحصيل على ذلك فقط لكن يمتد إلى محاولة رسم وتصور المتعلم من معرفة مستواه ورتبته مقارنة في ذلك مستواه بمستويات و رتبة زملائه كما يمكن للجان المسؤولة عن الامتحانات وكذا الأستاذ من معرفة مستوى التلاميذ و إمكانياتهم التحصيلية

ان الهدف من معرفة تحصيل التلاميذ تربيتهم و معرفة تقدمهم في استيعاب المعارف و المهارات المختلفة في مادة معينة من خلال فترة زمن محدد (رابح، 1984)

3.2- قياس التحصيل الدراسي أدوات:

يتم قياس التحصيل الدراسي بعدة اختبارات ويطلق مصطلح اختبارات قياس التحصيل الدراسي على كل أنواع و صور الاختبارات التي يقوم بها المدرس ويطبقها التلميذ، وتبني من واقع المواد التحصيلية التي درسها التلميذ و تعد الاختبارات من أهم الوسائل و الأدوات التي بواسطتها يقاس التحصيل الدراسي للتلميذ والتي تهدف معظمها إلى تقديم مدى نجاح كل من المعلم والمتعلم في انجازهما للأهداف التربوية وتحقيق هذا الهدف على الاختبار الذي هو طريقة منظمة لتحديد درجة استلاك الفرد لسمة معينة من خلال إجابات الفرد على عينة من المثيرات التي تمثل لسمة كما أن اختبار الطريقة منظمة تتكون من مجموعة من الإجراءات تخضع لشروط وقواعد سواء في بناء فقراته أو تصحيحه أو تطبيقه أو تسيير نتائجه ، ومن خلال مسيرة المراحل التي مرت بها الاختبارات التحصيلية توصل المشتغلين بهذه التقنيات إلى تقسيمها إلى قسمين :

-اختبارات تحصيلية تقليدية

1- اختبارات تحصيلية موضوعية

1.3.2 اختبارات التحصيلية التقليدية:

وضعت لكي يتجلى من خلالها مدى تقدم العملية التربوية التعليمية التي يتلقاها الفرد، ويقصد بالامتحانات التقليدية امتحان مقالي وإنشائي يعطي فيه الفاحص بضعة أسئلة للتلميذ ويطلب منه أن يجيب عنها في حصة أو أكثر ،وغالبا ما تبدأ بكلمات مثل،أذكر أشرح ناقش قارن حل حدد واكتب كل ما تعرف عن
تتدرج تحت هذه الاختبارات:

أ-**الاختبارات الشفهية:** وهي أسئلة غير مكتوبة تقدم للتلاميذ،ويطلب منهم الإجابة عنها دون كتابة ،والهدف منها معرفة مدى استيعاب وفهم التلميذ للماد المتعلمة ،وقدرته على التعبير عن نفسه وتعتبر من أقدم طرق التقويم التقليدية.

ب -**الاختبارات المقالية (التحريرية):**

تكون مقننة أو خاصة بأستاذ المادة المراد قياس مستوى التحصيل فيها

وهي مجموعة من ردود الأفعال السلوكية، التي يسلكها التلميذ من خلال المواقف التي يتعرض لها، ذلك عن طريق كتابة المقال لمعرفة قدرة التلميذ على فهم السؤال وتفسير المواقف وحل المشكلات

وهي أقدم أنواع الوسائل القياس المكتوبة في التربية وتكون عادة بنوعين عادة بنوعين طويلة تمتد إجابتها إلى عشرات الصفحات، أو قصيرة ذات إجابات محدودة تتراوح بين جملة ونصف صفحة

- ج الاختبارات العملية:

تعتمد على الأداء العملي وتعتبر أحدث من الاختبارات السابقة الذكر إلا أنها لازالت تعاني النقص.

2.3.2- الاختبارات التحصيلية الموضوعية:

إذا كانت الامتحانات التقليدية تعتمد على أسلوب الإجابات الحرة من ناحية التلميذ، بحيث يحتمل أكثر من طريقة للجواب، وحيث يختلف فيها مصححان في وضع الدرجة، فإن الاختبارات الموضوعية مجموعة من الأسئلة ذات الإجابات القصيرة، تساعد على قياس الاستدعاء والتعرف ويمكن الاجابة عنها في الوقت للمخصص للدرس إذ تتجنب نقاط الضعف التي وقعت فيها الاختبارات التقليدية ومن هذا فان الاختبارات الموضوعية كثيرة نذكر أشهرها الامتحانات المدرسية وهي :

3 1.2- اختبار الصواب الخطأ :

إذ يطلب من التلميذ تحديدها إذا كانت عبارة ما أو إجابة لسؤال ما صحيحة أو خاطئة

3 2.2- اختبار الاختيار من المتعدد :

يطلب من التلميذ اختيار إجابة واحدة من عدة إجابات معطاة لسؤال واحد على أن تكون بينهما إجابة واحدة فقط صحيحة

3 3.2- اختبار التكملة :

تصاغ الأسئلة في صورة عبارات ناقصة، يطلب من التلميذ تكملتها و عادة ما تكون ورقة الإجابة هي نفسها ورقة أسئلة، وتستعمل عموما في قياس قدرة التلاميذ على التذكرة

3. 2. 4- اختبار إعادة الترتيب:

تستخدم في ترتيب بعض الحوادث أو الخطوات أو الإعداد كما تستخدم في ترتيب بعض الجمل بعد قراءتها و فهمها، لتكوين قصة.

3. 2. 5- اختبار التصنيف :

إذ نضع للتلميذ مجموعة أشياء مختلفة و نطلب منه أن يصنفها إلى مجموعات متجانسة .

3. 2. 6- اختبار المطابقة المزدوجة :

يقصد به ربط بين كل عبارة من عبارات قائمة الأسئلة ، بما يقابلها من عبارات قائمة الأجوبة ويعتبر أقلها شيوعا وذلك لمحدودية الفائدة من استخدامها .
من خلال هذا العرض لأنواع الوسائل المستعملة في قياس التحصيل الدراسي الاختبارات الأكثر شيوعا منظومتنا التربوية هي الاختبارات المقالية ،ومن هذا نستنتج أن هذه الاختبارات إذا التزمت ببعض الإجراءات الموضوعية فإنها تؤدي غايتها ،لأنها إذا أجريت بحكمة ووضوح ومناسبة للتلميذ ،ومتماشية مع نوع الدراسة ،فإنها تكون وسيلة مفيدة في الحكم على سرعة التلميذ في تفكير والفهم واستخلاص النتائج ،وفي إصدار الحكم .
و من كل هذا يمكن القول أن قياس التحصيل الدراسي يتم عن طريق عدة اختبارات ومن أشهر تلك الاختبارات:
-اختبار المقرر المدرسي.
اختبارات موضوعية-.

والفرق بينهما أن الاختبارات الثانية أكثر دقة وموضوعية من الأولى ولا بد الفرق بين الاختبارات الموضوعية والمقننة، ذلك أن المقننة تتميز بالصدق والثبات كما لها معايير ومفاتيح للتصحيح وتحقق له شروط موضوعية.
أما الاختبارات المدرسية فليس لها معايير وان كانت بمفاتيح للتصحيح إلا أنها لا ترقى إلى مستوى المصحح وترتبط مباشرة بما درسه التلميذ فعلا، كما أن المعايير ليست مطلقة بل تنتسب للجماعة التي ينتمي إليها التلميذ.* و معاييرها النوعية، ومن ثم سمح بمراعاة الفروق الفردية بين المجموعات أكثر من الاختبارات المقننة. بحكم أن هذه الأخيرة أكثر عمومية، وشرط جرده تلك الاختبارات وتحقيقها للأهداف (الصغار، 1987)

4.2 - شروط التحصيل الدراسي :

لكي يتم التحصيل الدراسي بشكل جيد لابد من توفير عدة شروط نذكر منها (ملحم، 2000)

1.4.2-قانون التكرار:

إذ لا يستطيع التلميذ أن يحفظ درسا أو قصيدة من خلال قراءتها مرة واحدة ، لابد من تكرارها عدت مرات وهذا ما يبين فائدة التكرار في إتقان التعلم و تحسينه.

2.4.2-قانون الدافعية:

تتناسب قوة الدافع مع درجة التعلم، فكلما كان الدافع قويا كلما كان التعلم الناتج أبقى أثرا، وإذا ما تعددت الدوافع التي تعمل جميعها للوصول إلى هدف معين فان التعليم أيضا يكون قويا وقد بين ماكيلاند (1965) وجود علاقة بين المستوى المرتفع لدافعية التحصيل وبعض مظاهر السلوك

3.4.2-توزيع التمرين:

يقصد به التعلم على قدرات زمنية تتخلها فترات من الراحة فالقصيدة مثلا يلزم لحفظها و تكرارها عشر ساعات ، يكون تعلمها أسهل وأكثر ثباتا إذا قسمنا هذه الساعات ، العشر على خمسة أيام بدلا من حفظها في مرة واحدة مركزة .

5.2- العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي

يتأثر التحصيل الدراسي بعدة عوامل مختلفة تتمثل أساسا في الجوانب النفسية و الاجتماعية والاقتصادية والتربوية. وتأثير هذه العوامل من بعيد أو قريب، ويمكن انجاز هذه العوامل وفعاليتها كما يلي:

1.5.2-الاستعدادات العقلية:

تلعب دورا هاما في عملية التحصيل الدراسي ، إذ أن التحصيل يعتمد في الدرجة الأولى على القدرات والاستعدادات العقلية ، ومن المعروف أن المراحل الأولى من الطفولة تتميز فيها الاستعدادات العقلية بالعمومية، حيث أن الذكاء ينمو نموا مطردا حتى السن الثاني عشر، ويقف النمو بالنسبة للذكاء عند سن معينة فيقف عند العاديين من الناس في حوالي سن السادسة عشر و عند الأغبياء في سن الرابعة عشر، وعند الأذكيا سن الثامنة عشر. إذا فالتلميذ العادي السوي يكون تحصيله مناسباً لقدراته واستعداداته العقلية وعمره العقلي.

2.5.2-العوامل التربوية:

هي كل العوامل التي تدخل في العملية التعليمية وبالتالي تؤثر على المراهق وسلوكه وتحصيله الدراسي، ويدخل فيها المدرس الذي يعتبر الموجه و المرشد، فإذا أدى دوره كاملا وعلى أحسن وجه أدى إلى تحصيل جيد لدى التلميذ، كذلك علاقته بالتلميذ و الكتب والوسائل السمعية البصرية

3.5.2- العوامل الاجتماعية

تتمثل في الحالة الاقتصادية والثقافية والظروف الأسرية والفروق السكنية للتلاميذ، إذ انه إذا ما وجد الرعاية الكافية والمستمرة والحنان والأمان من طرف والديه كان ذلك مساعدا له على تحقيق التحصيل الدراسي.

أما إذا كانت ظروفه الاجتماعية والمعنوية متدهورة دفعته إلى التسرب والهروب من المدرسة، ولا ندخل هنا الجانب المادي كعامل مؤثر لأنه نلاحظ كثيرا من التلاميذ يعانون من الجانب المادي غير أن تحصيلهم ونتائجهم جيدة، إذ انه يفكر من اجل الوصول إلى درجة يخرج بها من الفقر ولعله يجد أمامه الدراسة والكد كمخرج.

4.5.2-العوامل المزاجية :

تتمثل في اليقظة والمثابرة والثقة في النفس والاتزان الانفعالي فكلما تؤثر بطريقة مباشرة على تحصيل التلميذ.

5.5.2- العوامل العائلية:

يؤثر الجو العائلي على التحصيل الدراسي للمراهق ويمكن أن تكون عائق كبير إذا كان الجو العائلي يعاني من الضعف في المستوى الثقافي والاقتصادي والعاطفي.

6.5.2-العوامل الانفعالية :

بينت التجارب أن هناك علاقة بين العامل الانفعالي وعملية التحصيل الدراسي وأكدت أكثرها أن الذين يعانون من الاضطرابات انفعالية وأزمات نفسية ولعل ما استنتجه العالمان الروسيان * كارازبار* و* ساك* بفضل تجاربهما عام 1893م إن وزن التلاميذ من نفس السن الذين أعادوا السنة يمثلون الطبقة الفاشلة في الدراسة، وهذا ما يؤكد الاستقرار النفسي مرتبط بما يحققه المراهق من إشباع حاجاته النفسية .

7.5.2-العوامل الجسمية الصحية

تتعلق هذه العوامل بالنمو و الصحة العامة أو عاهات الحواس بأنواعها أو الاضطرابات الحركية التي تتضمن عيوب النطق و صعوبات الكلام ،كذلك تتمثل في عدم التوافق الحسي الإدراكي الحركي كحالات الاضطرابات السمعية ،يمكن أن يكون لهذه العاهات أثر بعيد في التأخر الدراسي

6.2- صعوبات التحصيل الدراسي

يواجه التلميذ في دراسته بعض المشاكل والعقبات التي تقف حجرة صماء في مسار دراسته وقد تدفع به إلى الفشل أو الرسوب، ولعل * قبل وصف الدواء، لا بد من تشخيص الداء * دفعنا إلى كشف هذه العقبات حتى يمكن تجاوزها و إزالتها، فهذه الأخيرة تنوعت مصادرها فهي منبثقة من البيت كضيق السكن وتعدد الأفراد، وما ينتج عنه من إزعاج، *ضف إلى هذا المشاكل العائلية التي تضعف التركيز وتقلل الانتباه،مما يصعب عليه الفهم والحفظ *

1.6.2-صعوبات التحصيل في البيت :

يتعرض التلميذ في الكثير من الأحيان إلى الصعوبات أو عراقيل يجدها في البيت أثناء التحصيل،حيث يكون مشتاقا للعب مع إخوته بعد قضاء وقت طويل بعيدا عنهم في المدرسة وميال لمشاهدة التلفاز، بالإضافة إلى إرهاقه بالواجبات المدرسية الكثيرة تسبب له عقدة المذكرة وبالتالي الهروب إلى اللعب بالإضافة على عدم الاستقرار العائلي الذي ينعكس سلبا على دراسته.

2.6.2-صعوبات التحصيل في المدرسة:

تتمثل في طول المناهج واكتساب كما من المعلومات ترهق التلميذ وصعوبة المناهج لبعض المواد وعدم ملائمتها لسن التلميذ بالإضافة إلى الأسلوب التعليمي الذي يتسم بالجفاف وعدم توفر الوسائل التعليمية الكافية التي تعين على الاستيعاب المضمون وكذلك كثافة العدد لبعض الأقسام، كذلك ضيق وسوء حالة بعض الحجرات الدراسية.

كل هذه الأسباب وتلك تعمل على خفض مستوى التحصيلي للتلاميذ أو تسرب المدرسي.

(زيدان، 1995)

تمهيد:

المراهقة مصطلح لفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج إنفعاليا وذا خبرة محدودة ويقتررب من نهاية نموه البدني والعقلي.

وعلى ذلك فالمراهق ليس طفلا راشدا ولكنه يقع في مجال القوى والمؤثرات في التوقعات المتداخلة فيما بينها.

وتعتبر المراهقة عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها، كما تتميز هذه المرحلة من حياة الإنسان بظهور مشاكل في جميع أوجه التكوين النفسي.

وهكذا كانت المراهقة الشغل الشاغل للكثير من علماء النفس مما جعلهم يضعون كل المتطلبات من أجل تكييف المراهق بالبرامج التعليمية والتربوية.

1- تعريف المراهقة:

1-1 لغة: يرجع الأصل اللغوي لكلمة "مراهقة" إلى كلمة "رهق" ومنها راهق الغلام أي قارب البلوغ، وترجع كلمة المراهقة إلى الفعل "راهق" الذي يعني الإقتراب من الشيء، فراهق الغلام فهو مراهق أي بالغ الإحتلام، ورهقت الشيء رهقا أي قربت منه، والمعنى هنا يشير إلى الإقتراب من النضج والرشد (العيسوي، 2005).

1-2 اصطلاحا: يعرفها إنجلش وإنجلش (ص 14) بأنها فترة أو مرحلة من مراحل الكائن البشري من بداية البلوغ الجنسي أي نضوج الأعضاء التناسلية لدى الذكر والأنثى وقدرتها على أداء وظائفها إلى الوصول إلى إكتساب النضج وهي بذلك مرحلة إنتقالية خلالها يصبح المراهق رجلا راشدا أو إمراة راشدة.

وهناك بعض العلماء الذين يشيرون إلى المراهقة على أنها تبدأ مع نهاية النضج الجنسي وليس مع بدايته وتحدد هذه المرحلة في ضوء العديد من الجوانب الإنتمائية والوظيفية تلك التي يصل إليها الإنسان في أوقات مختلفة من العمر، وليس كلها في وقت واحد وعلى ذلك لا يمكن تحديدها إلا بطريقة تقريبية كأن تكون في الفترة من 12-21 عاما للإناث و 13-21 عاما للذكور (العيسوي، مرجع سابق).

هي مرحلة تبدأ من البلوغ الجنسي حوالي سن الثالث عشر وتمتد إلى حوالي سن الحادية والعشرين حينما يكتمل نضج الأفراد الفيزيولوجي من حيث القدرة على التناسل وحفض النوع، وتبلغ أجسامهم أقصى نموها كما يبدو فيها الفرد من إكتمال النمو العقلي كما يقتررب فيها

الفرد من نهاية النضج الإنفعالي مما يساعده على إكتساب جزء كبير من أساليب السلوك الإجتماعي، والذي يساعده على نضج أفكاره عن القيم الإجتماعية والتقاليد والسياسية السائدة (الرشدان، 2005).

3- أهمية مرحلة المراهقة: إن لمرحلة المراهقة أهمية بالغة في حياة الإنسان، ذلك لأنها مرحلة إنتقالية من الطفولة إلى الرجولة أو الرشد، ولا شك أن مراحل الإنتقال مراحل حرجة في حياة الإنسان بسبب حاجته إلى التكيف وإعادة التكيف مع ظروف جسمه وبيئته المتغيرة وبسبب نظرة المحيطين من الكبار نحو الشاب المراهق أو الفتاة المراهقة، ولذلك هناك اهتمام متزايد بمرحلة المراهقة ودراستها في المجتمعات المتقدمة بغية إلقاء الأضواء الكاشفة عليها وعلاج ما يواجه المراهقين من مشكلات تعترض سبيل النمو السوي، ومما يزيد من أهمية مرحلة المراهقة أنها المرحلة التي تنضج فيها القيم الروحية والدينية والخلقية ويحدث فيها ما يسمى باليقظة الدينية وازدهار المشاعر الدينية لدى المراهق، وكذلك النزاعات الدينية والأخلاقية....

ومما يزيد من أهمية مرحلة المراهقة أنها المرحلة التي يتم في آخرها اختيار المراهق لدراسته أو تخصصه أو مهنته ولذلك كانت جديرة بكل رعاية وإهتمام كفيلة بأن تجري فيها البحوث الميدانية وخاصة على بيئتنا العربية التي تعد بيئة خصبة بكرا لمثل هذه الدراسات (العيسوي م.، مرجع سابق).

4- التطور في مرحلة المراهقة:

4-1 التطور الجسدي في مرحلة المراهقة: يلاحظ في مرحلة المراهقة حدوث العديد من التغيرات المهمة لاسيما أثناء فترة البلوغ (Pularty) التي تعتبر بداية مرحلة المراهقة وتؤدي هذه التغيرات الكبيرة التي تبدو وكأنها تحدث في لحظات قصيرة من الزمن إلى إختلاف كبير في المظهر الجسدي للمراهقين والمراهقات بحيث تشعر لأول وهلة عندما تنظر إليهم أنهم قد أصبحوا رجالا ونساء ويزداد الطول والوزن في هذه المرحلة بشكل حاد الأمر الذي يجعل جسم المراهقين يشبه إلى حد بعيد جسم الراشدين ويكفي المراهق أن يرى نفسه في المرآة مرة واحدة ليجد أن صورته الطفولية قد انتهت للأبد (lahey 2001)

4-2 الخصائص الجنسية الأولية (الرئيسية): تتمثل الخصائص الجنسية الأساسية في الأعضاء الضرورية للتناسل والأعضاء الجنسية الأولية عند الإناث هي المبيضين

(overies) والرحم (oerus) والمهبل (vagina) أما عند الذكور فإن الخصائص هي الخصيتين (teses) وغدة البروستاتا (prostate) والقضيب (penis) والحوصلات المنوية (seminal vesicles) حيث يؤدي النمو التدريجي لهذه الأعضاء خلال فترة البلوغ إلى النضج الجنسي.

5- أهمية حصة التربية البدنية للمراهقين:

إذا كان تعريف التربية البدنية بصفة شاملة أنها جزء متكامل من التربية البدنية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من هذه الناحية البدنية والعقلية وكذلك الإنفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني أختيرت بغرض تحقيق هذه الأغراض، فإن كان ذلك يعني أن حصة التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات يحقق أيضا هذه الأهداف وعلى مستوى المدرسة فهو يحقق لنمو الشامل والمنتز لتلاميذ ويحقق اختياراتهم البدنية والرياضية التي لها دور هام جدا لعملية التوافق بين العضلات والأعصاب وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلميذ من حركات وهذا من الناحية البيولوجية، أما من الناحية التربوية فيوجد التلاميذ في مجموعة واحدة خلال حصة التربية البدنية والرياضية فإن عملية التفاهم تتم بينهم ويكسبون الكثير من الصفات التربوية وإن يكون الهدف الأسمى هو تنمية السمات الخلقية كالطاقة والشعور بالصدقة والزمالة واقتسام الصعوبات مع الزملاء أما من الناحية الاجتماعية فإن التربية البدنية والرياضية تلعب دورا كبيرا من حيث النشأ الاجتماعية للمراهق إذ تكمن أهميتها خاصة في زيادة روابط الأخوة والصدقة بين التلاميذ وكذا إحترام كيفية إتخاذ القرارات الاجتماعية وكذا مساعدتها الفرد للتكيف مع الجماعة (غيانا،، 1985).

لا تصبح المهارة والتقنية هما الأساسيتين وإنما التلميذ المستعمل لهما وهو المراهق، الإهتمام بقدراته وإمكانيته وميوله نحو تحديد نوع اللعب الرياضي الذي سوف يمارسه (علاوي، 1985).

وهكذا نرى أن بإستطاعة التربية البدنية والرياضية أن تساهم في تحسين الصحة العقلية وذلك بإيجاد منفذ صحي سليم للعواطف وخلق نظرة متفائلة جميلة للحياة وتنمية حالة أفضل من الصحة الجسمية والعقلية (أسعد، 1999)

6- آثار التربية البدنية والرياضية على المراهق.**6-1 الآثار النفسية:**

إن المراهق بالدرجة الأولى يهتم بالخصائص الجسمية وتذوقه للنشاط والحركة يصاحبه في جميع مراحل نموه ونتيجة لهذا فالتربية البدنية والرياضية حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها التطور الطبيعي في سلوكيات الطفل ولا بد لها أن تستخدم محبته للحركة من أن تسيير تطوره النفسي والإسراع فيه كما أن التربية البدنية والرياضية تعالج المشاكل والانحرافات النفسية عند المراهق توجيه الرغبات والتحرر من الكبت ومن الإضطرابات والحركة، نجد أنه في التربية البدنية والرياضية متصرفا ناجحا يؤدي إلى انبعاث الإرادة والإسهام في تنمية خصال العلوم .

6-2 الآثار الفكرية:

إن التدريب على التعب ينمي الصبر وتمارين الجرأة والمهارة تنمي الثقة بالنفس وتخلق جوا من الإبتهاج والفرح ويمكن أن يكون عنصر قوة الشخصية والتربية البدنية والرياضية والتي تقوم مع الرفاق تستلزم النظام والتنسيق العلمي للحركات. ومن جهة نظر فكرية تجد أن تعلم الحركة وتعلم المهارات الحركية تؤديان إلى تربية شكل خاص من أشكال الانتباه كما يعودان على المثابرة وحب النجاح في الوقت نفسه.

6-3 الآثار الإجتماعية:

إن التربية البدنية والرياضية تقوي الرغبة في النشاط وفي العمل الذي يقصد لقوته وكماله ولإصابة نجاح يكفي لذاته وتختلف في روح الجماعة والشعور بالعبء الصادق، فالانتمية الإجتماعية من نصف الإنجاز الشخصي والذي بواسطته يندمج الفرد في المجتمع فهذا يعني الإندماج للجماعات ولكن هي الإستيعاب أثناء التطور للمراهقة مادامت هي ظاهرة إجتماعية في كل تعقيداته.

خلاصة الفصل الثاني:

من خلال عرضنا لهذا الفصل يمكننا القول بأن فالتحصيل الدراسي الجيد يعتمد على مدى نجاح العملية التعليمية(الحصّة)، وحتى نتوصل إلى تحصيل دراسي جيد يجب اتخاذ الإجراءات اللازمة و توفير الجو المناسب والعوامل المحفزة عليه وذلك كله يكون في حصّة التربية البدنية و الرياضية و تعتبر فترة المراهقة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد نظرا لتعرضه إلى مشكلات نفسية إجتماعية وعاطفية ناتجة عن التغيرات الفيزيولوجية والسيكولوجية التي تصاحب هذه المرحلة خاصة أننا نعلم الآن هذه المرحلة التي فيها تنفجر وتتطور طاقات المراهق.

وعليه فقد نادي كثير من الباحثين والمربين على الإهتمام بالمراهق كفرد من أفراد المجتمع حتى يكون صالحا لمجتمعه يفيد ويستفيد، كذلك ففي هذه المرحلة يصبح الفرد غامضا سرع التوتر والانفعال قليل الصبر على الآخرين محبا لذاته ويثور لأتفه الأسباب، فالتربية البدنية والرياضية لها دور فعال في مساعدة المراهق على تفهم نفسية وتكوين شخصية حيث توفر له الارتياح النفسي والذهني وتساهم في التوافق والاتزان بين النمو الجسمي والنفسي والعقلي كما أنها تساهم أيضا في تنمية السمات والقيم الأساسية الأخلاقية للمراهق كالإحساس بروح المسؤولية والإحترام وحسن التعامل مع الآخرين.

تمهيد

وسنتطرق في هذا الفصل إلى التعريف بمنهج البحث، الدراسة الاستطلاعية ونتائجها عرض مجتمع البحث وعينته وحدود الدراسة، مع تحديد متغيرات الدراسة وفي الأخير عرض الأساليب الإحصائية المستعملة في البحث.

1-منهج البحث:

وفقا لطبيعة الموضوع المقترح، اعتمدنا في بحثنا هذا على المنهج الوصفي ، والذي يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما، وخاصة في البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم البحث الوصفي بجمع أوصاف علمية دقيقة للظواهر المدروسة، ووصف الوضع الراهن و تفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف إلى دراسة العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة . (إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، ، 2000 ، صفحة84)

2-مجتمع البحث:

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تأخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث و ذلك بغرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي المسحوب من العينة و كان مجتمع بحثنا تلاميذ السنة الثانية ثانوي و يقدر عددهم ب162 : تلميذ ;مأخوذة من ثانوية محمد بوضياف (مديونة).

3-عينة البحث:

هي ذلك الجزء من المجتمع، يتم اختيارها وفق قواعد وطرق علمية، بحيث تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا. إن الهدف الأساسي من اختيار عينة هو الحصول على معلومات عن المجتمع الأصلي للبحث، وليس من السهل على الباحث أن يقوم بتطبيق بحثه على جميع أفراد المجتمع الأصلي (إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، ، 2000 ، صفحة129)

وحرصا منا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة و موضوعية ، ومطابقة للواقع قمنا باختيار عينة البحث بطريقة عشوائية ، ولم تخص العينة بأي خصائص أو مميزات كالجنس مثلا.

1.3 العينة الأولى: تتمثل في التلاميذ الذين يمارسون الرياضة خارج المدرسة أي في النوادي ويقدر عددهم ب 50 تلميذ.

2.3 العينة الثانية: تتمثل في التلاميذ الذين لا يمارسون الرياضة خارج المدرسة ، حيث يقدر عددهم ب 50 تلميذ.

3.3 العينة الثالثة: تتمثل في اساتذة الرياضة لبلدية مديونة والذي يقدر عددهم ب 06 مدربين .

جدول رقم 01 : يمثل عينة البحث

العينة	العدد
الممارسون	50
غير الممارسين	50
المجموع	100

4-متغيرات البحث:

هي مجموعة من العوامل التي تتفاعل بينها نوعا من العلاقات التي يريد الباحث التحقق منها بالتحديد و الإثبات واستنادا إلى فرضيات البحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين اثنين أحدهما مستقلا والآخر تابعا .(زعيمن سميرة، 2007، صفحة115)

4-1 المتغير المستقل :

في بحثنا هذا تمثل المتغير المستقل في:

*الممارسة الرياضية.

4-2 المتغير التابع :

تمثل المتغير التابع في بحثنا هذا في:

*التحصيل الدراسي.

5-مجالات البحث:

5-1-المجال الزمني

قمنا بإجراء البحث الميداني انطلاقا من تحديدنا لموضوع البحث والمشكلة المراد دراستها إذ تم ذلك ابتداء من بداية شهر نوفمبر 2016 ،وذلك بعد الحصول على موافقة الإشراف من طرف الأستاذ المشرف وقبوله للخطة الأولية المرسومة للعمل وقد تم تكوين الإطار النظري

للدراسة في حدود أواخر شهر جانفي 2017، أما فيما يخص الجانب التطبيقي أو الميداني فقد تم الانطلاق فيه بداية شهر فيفري 2017، وهذا بموافقة الأستاذ المشرف، بعد جمع معدلات التلاميذ ونتائج الاستمارة، قمنا بفرز النتائج ووضعها في جداول من أجل تحليلها وعرض نتائجها والانتهاؤ بمرحلة مناقشتها وقد امتدت المرحلة الأخيرة من بحثنا إلى غاية شهر ماي 2017.

5-2-المجال المكاني:

أجري بحثا في ثانوية " محمد بو ضياف " المتواجدة ببلدية مديونة ولاية غليزان، أين قمنا بجمع المعدلات السنوية للتلاميذ. كما قمنا بتوزيع الاستبيان الخاص بمدربي النوادي الرياضية لنفس البلدية.

5-3-المجال البشري: التلاميذ الممارسين 50 تلميذ والغير ممارسين 50 تلميذ و 6 مدربين .
6-أدوات البحث:

إن اختيار الباحث لأدوات جمع البيانات يتوقف على العديد من المعايير، فطبيعة المشكلة والفروض تتحكمان في عملية اختيار الأدوات ولغرض جمع المعطيات من الميدان عن موضوع الدراسة، على الباحث انتقاء الأداة المناسبة لذلك ومن المتفق عليه أن أداة البحث تساعد الباحث على تحقيق هدفين هما:

-تساعد على جمع المعلومات والحقائق المتعلقة بموضوعا لبحث.

-تجعل الباحث يتقيد بموضوع بحثه وعدم الخروج عن أطره العريضة.

ومنه فأداة البحث هي الوسيلة الوحيدة التي يتمكن بواسطتها الباحث حل المشكلة وقد

استخدمنا في بحثنا الاستمارة ومعدلات التلاميذ

. نظرا لتعدد وسائل جمع المعلومات ارتأينا في بحثنا هذا إلى استخدام أو اختيار طريقتين وهما المقابلة والاستبيان.

1.6 الاستبيان

2.6 الأسئلة المغلقة

3.6 الأسئلة المفتوحة

7 محتوى الاستبيان

استبيان موجه لفئة من المدربين بولاية غليزان ومتمثل في 14 سؤال.

8 صدق الاستبيان:

لقد قمنا بعرض استمارة إستبائية على مجموعة من الأساتذة المحكمين قصد تجنب الوقوع في الأخطاء مع الأخذ بنصائحهم في تعديل استمارتنا. (انظر الملحق رقم 02).

9 الأدوات الإحصائية:

لغرض الخروج بنتائج موثوق بها علميا استخدمنا الطريقة الإحصائية لبحثنا لكون الإحصاء هو الوسيلة و الأداة الحقيقية التي نعالج بها النتائج على أساس فعلي يستند عليها في البحث و الاستقصاء وعلى ضوء ذلك استخدمنا ما يلي:

1.9 النسبة المئوية: استعملنا النسبة المئوية في بحثنا هذا نظرا لكونها المناسبة لتحليل بيانات الاستبيان والتي تحسب على الطريقة الآتية:

التكرارات x 100%

$$\frac{\text{عدد الأفراد}}{\text{النسبة المئوية}} =$$

حيث:

ع: تمثل عدد أفراد العينة.

ت: يمثل عدد التكرارات.

س: يمثل النسبة المئوية.

تمهيد

نسعى من خلال هذا الفصل إلى مناقشة النتائج المتحصل عليها للوصول إلى مدى صحة الفروض قيد الدراسة وكذا مقارنة تلك النتائج بمدى موافقتها أو مخالفتها للنتائج المشار إليها في الدراسات السابقة التي تطرقت لمثل هذا الموضوع،

السؤال الأول:

يتعلق بجنس المدرب؟

الغرض من السؤال هو معرفة جنس المدرب.

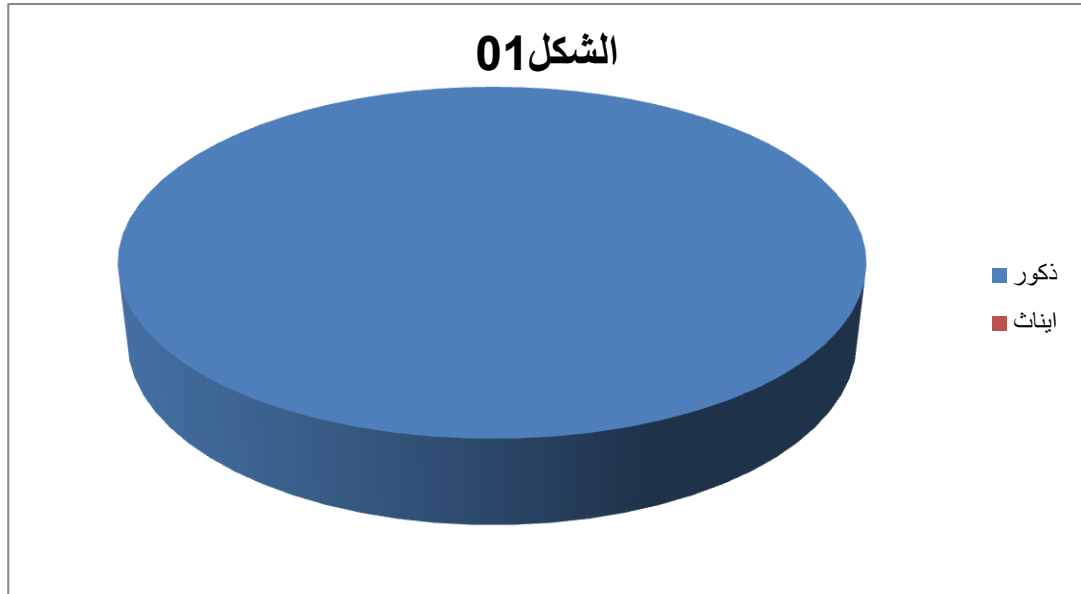
عرض النتائج:

الجنس	التكرارات	النسبة
ذكور	06	100%
إناث	00	00 %
المجموع	06	100%

الجدول رقم (01) يبين جنس المدرب

تحليل الجدول (1):

من خلال الجدول (1) نلاحظ أن كل المدربين ذكور ، حيث يمكن القول أن العينة المدروسة كلها فئة ذكور بنسبة 100% ، أما فئة الإناث قدرت نسبتها 0%



الشكل رقم (1) يبين نسبة جنس المدرب.

تفسير واستنتاج:

من خلال النتائج يظهر أن كل المدربين ذكور ، حيث يروه اللاعبين كأب لهم ، وكل هذا يؤثر إيجابا على تحصيلهم الدراسي.

السؤال الثاني:

المستوى التعليمي؟

الغرض من السؤال هو معرفة المستوى التعليمي للمدربين.

عرض النتائج:

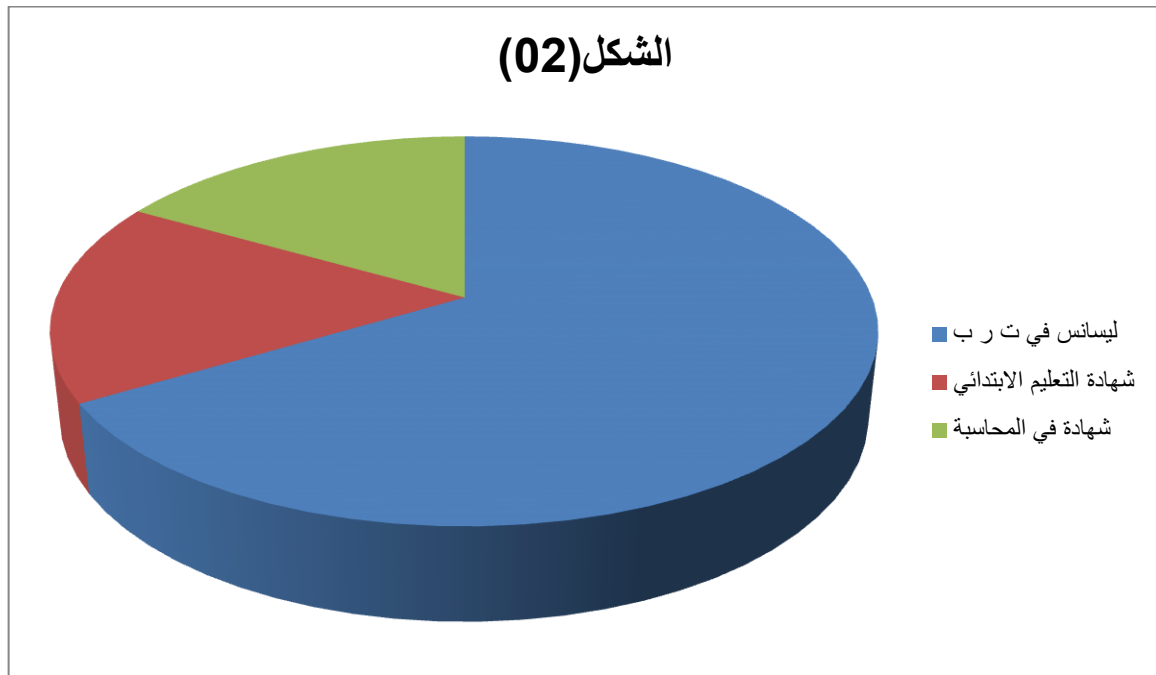
النسبة المئوية	التكرارات	المستوى التعليمي
66%	04	ليسانس في ت ر ب
16,66%	01	شهادة التعليم الابتدائي
16,66%	01	شهادة في المحاسبة
100%	06	المجموع

جدول رقم (02) يبين توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي

تحليل الجدول (2) :

من خلال ملاحظتنا للجدول اتضح أن المدربين الذين لهم مستوى ليسانس في التربية البدنية و الرياضية تقدر نسبتهم ب66 ، 66% بينما النسبة الثانية يتقاسمها كل من المدربون الذين لديهم شهادة التعليم الابتدائي بنسبة تقدر ب16.66

وشهادة في المحاسبة بنسبة، 16.66 من خلال هذه النتائج يتضح أن أغلبية المدربين لديهم مستوى جامعي.



شكل رقم (02): يبين نسبة توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي

تفسير واستنتاج:

نستنتج أن أغلبية المدربين لهم مستوى جامعي ولهم شهادات التعليم العالي ، وهذا قد يدفع التلاميذ بالتأثر بالمدرّب ، وبدوره المدرّب يعي مدى أهمية الدراسة و التعليم ، وهذا ما يجعله يدعم و يشجع اللاعبين في مختلف الجوانب ، خاصة الجانب العلمي المعرفي و الثقافي ، وهذا تطرقنا إليه في الجانب النظري ، حيث أن المستوى الثقافي للمربي ، أي كان يساعد في التحصيل الدراسي الجيد للتلميذ ، حيث يقول (ريمون توماس) "ص 162 أنه نجد في كل فيدرالية مجموعة من المدربين من ذوي الكفاءة المهنية وتظهر دور الكفاءة العلمية في تحسين الأداء و التفاعل مع التلاميذ في النتائج المحصلة سواء في الناحية الرياضية و الأخلاقية أو المدرسية ، وهذا يعود إلى التكوين البيداغوجي للمربين.

السؤال الرابع:

المهنة الشخصية؟

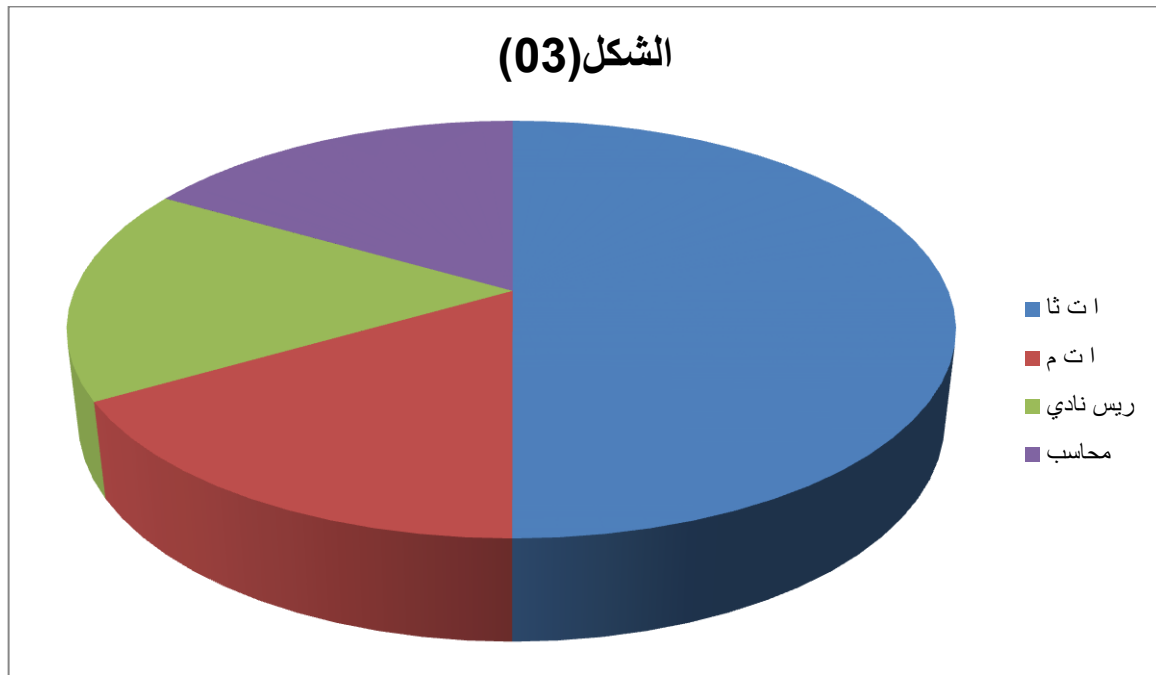
الغرض من السؤال هو معرفة مهنة المدرب

عرض النتائج:

نوع المهنة	التكرارات	النسبة المئوية
أ ت ثا	03	50%
أ ت م	01	16,66%
ريس نادي	01	16,66%
محاسب	01	16,66%
المجموع	06	100%

الجدول رقم(03): يبين توزيع أفراد العينة حسب المهنة الشخصية.

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 50 % من المدربين هم أساتذة في التعليم الثانوي ،
والمرتبة الثانية تتقاسمها المهن الأخرى (أستاذ في المتوسط ، رئيس النادي ، محاسب)
بنسبة 16% لكل مهنة ،ولهذا يمكن القول أن نصف العينة هم أساتذة الثانوية ، وهذا ما
يعود بالإيجاب على اللاعبين.



شكل رقم (03): يبين نسبة توزيع أفراد العينة حسب المهنة

تفسير و استنتاج:

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (03) نستنتج أن معظم المدربين هم أساتذة الثانوية وهذا يعود بالإيجاب على اللاعبين وخاصة تحصيلهم الدراسي ، وبهذا يمكن القول أن المدرب هو الأستاذ الثاني للتلميذ وهذا ما يجعل التلميذ يحس أنه غير بعيد عن النظام التربوي و العلاقة الموجودة بين المربي و التلميذ ، بحيث يقول " مارك دوران " ص 34 بأن من بين أسباب عزوف التلاميذ من الممارسة الرياضية هو سوء سلوك المدرب ، لكن إذا كان ذات مستوى مهني جيد يمكن أن يجلب المزيد من التلاميذ إلى ممارسة الرياضة وهذا ما يجعل التلميذ يتأثر بمدربه ، و بالتالي يساعده على تحسين مستواه الدراسي.

السؤال الرابع :

نوع الرياضة التي تدربونها؟

الغرض من السؤال هو معرفة نوع الرياضة التي يدربونها.

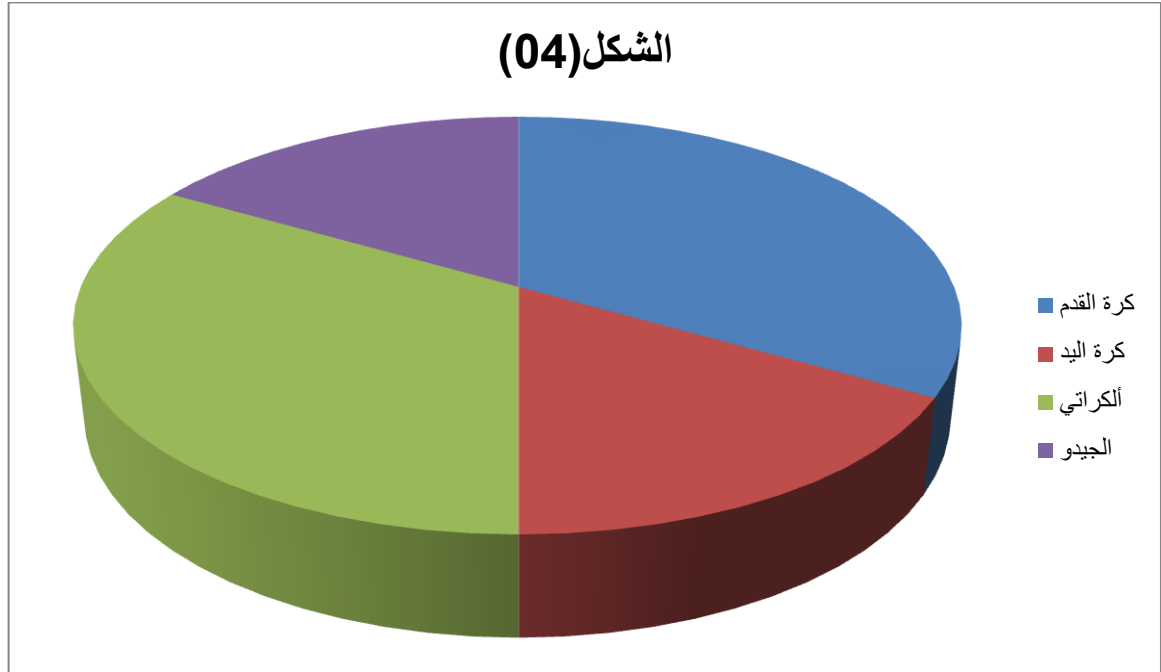
عرض النتائج:

نوع الرياضة	التكرارات	النسبة المئوية
كرة القدم	02	33,33%
كرة اليد	01	16,66%
الكاراتي	02	33,33%
الجيدو	01	16,66%
المجموع	06	100%

الجدول رقم (04) يبين توزيع نوع الرياضة التي يدربونها .

تحليل الجدول (4) :

بعد تحليلنا واستعراضنا لنتائج الجدول نجد أن نسبة 33.33 % من المدربين يمارسون كرة القدم ، كما نجد رياضة الكاراتي بنفس النسبة ، وفي الرتبة الثانية تأتي كل من كرة اليد و الجيدو في نفس الرتبة ب 16.66 %، وهذا يبين تعدد الرياضات .



شكل رقم (04): يبين نسبة نوع الرياضة التي يدرّبونها
تفسير و استنتاج:

نستنتج من الجدول أنه هناك تنوع في الرياضات وهذا ما يجعل التلميذ يختار التي يحبها ، و التي تليق بقدراته ، كما أن هناك توازن في ممارسة الرياضة الجماعية و الفردية لدى التلاميذ ، حيث في الرياضات الجماعية ينمي روح التعاون و احترام الزميل...و في الرياضات الفردية يعود نفسه الاعتماد على الذات ، تحقيق الذات ، حيث يقول " عادل محمد خطاب "ص 35 أن المراهقين لهم الميول إلى ممارسة عدة رياضات ، فتتوزع الرياضات الممارسة يزيد من حظوظهم في التحصيل الدراسي.

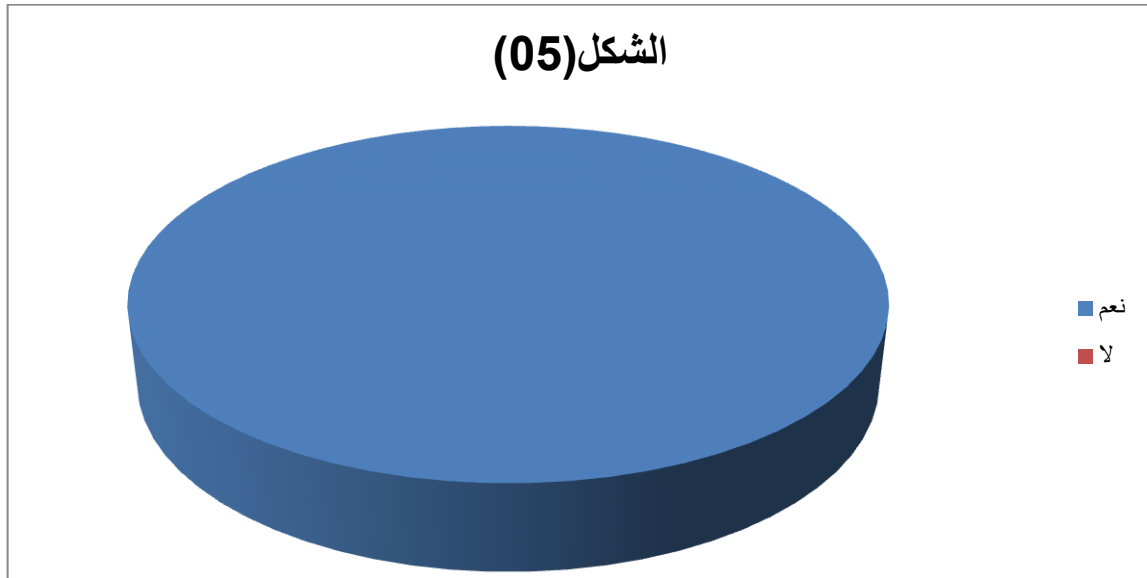
السؤال الخامس: هل الممارسة الرياضية تساعد على اكتساب الصبر و المثابرة؟

النسبة	التكرار	الإجابات
%100	06	نعم
%00	00	لا

• جدول رقم (5) يمثل تأثير الممارسة الرياضية في اكساب الفرد الصبر والمثابرة.

تحليل الجدول (5) :

من خلال الجدول نلاحظ أن كل المدربين (6) أجابوا بنعم الممارسة الرياضية تساعد على اكتساب الصبر والمثابرة



الشكل (05) يبين بالنسبة المئوية تأثير الممارسة الرياضية في اكساب الفرد الصبر والمثابرة:

تفسير واستنتاج :

نحاول من خلال طرحنا لهذا السؤال معرفة مدى مساعدة الممارسة الرياضية على إكساب الصبر و المثابرة ومن خلال فرز الآراء تحصلنا على نسبة 100% أجابوا بالموافقة وذلك لمدى إحساسهم بهذه الفعالية ومدى معرفتهم لأهمية التربية البدنية والرياضية في التكوين النفسي والانفعالي والفكري وخاصة في الألعاب الجماعية.

السؤال السادس:

هل تعتبرون أن الممارسة الرياضية وسيط تربوي للتحصيل الدراسي؟
الغرض من السؤال : معرفة دور الممارسة الرياضية إذا كانت كوسيط تربوي يعمل على إكساب التلميذ قيم المجتمع من خلال النشاطات البدنية والرياضية في الحصة ومدى مساهمة ذلك في التحصيل الدراسي.

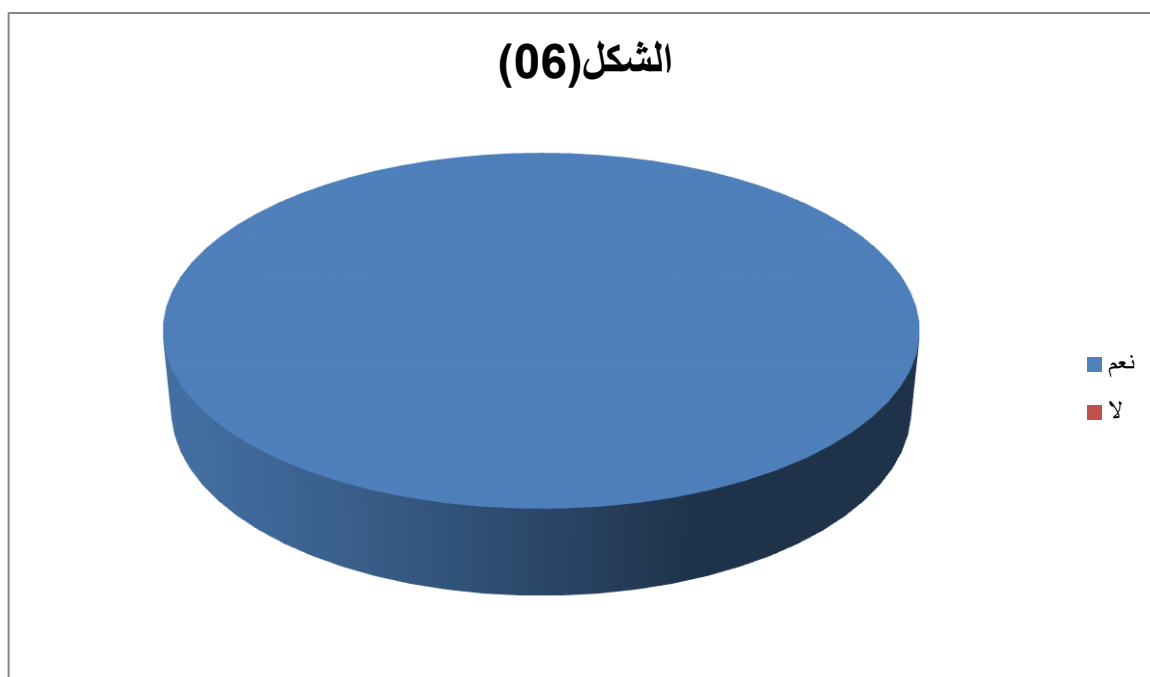
النسبة	التكرار	الإجابات
100%	06	نعم
00%	00	لا

الجدول رقم (06) : يبين أن الممارسة الرياضية وسيط تربوي للتحصيل الدراسي.

تحليل الجدول (6) :

من خلال الجدول نلاحظ بأن نسبة 100% من المدربين (6) كانت اجاباتهم بنعم حول

الممارسة الرياضية كوسيط تربوي للتحصيل الدراسي أما الإجابة ب (لا) فلا توجد



الشكل رقم 06: يبين أن الممارسة الرياضية وسيط تربوي للتحصيل الدراسي.

تفسير النتائج:

من خلال نتائج الجدول نجد أن نسبة % 100 من المدربين يرون أن التربية البدنية والرياضية وسيط تربوي للتحصيل الدراسي بينما ليس هناك منهم من يرى عكس ذلك.

السؤال السابع:

بماذا يشعر الممارسون أثناء الفشل في تحقيق الفوز في المنافسة الرياضية ؟

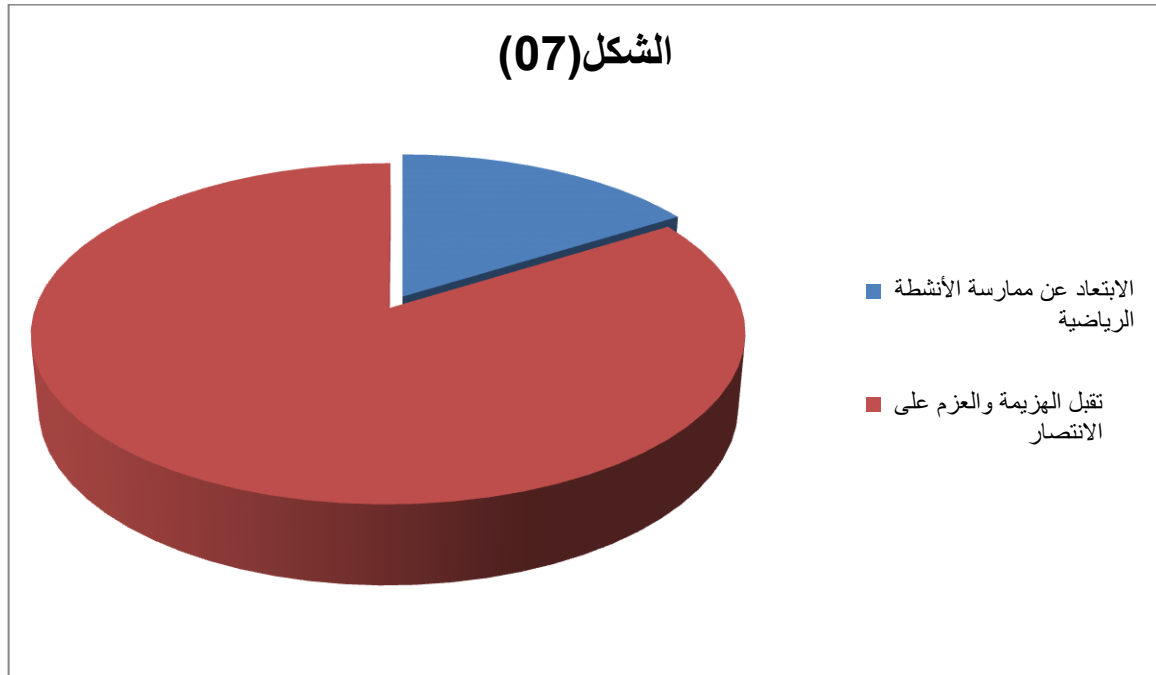
الغرض من السؤال : معرفة مدى تغلب المراهق على الفشل والشعور بالأمل والإصرار على الفوز.

الاجابة	التكرار	النسبة
الابتعاد عن ممارسة الأنشطة الرياضية	01	16%
تقبل الهزيمة والعزم على الانتصار	05	83%

الجدول رقم (07) : يبين شعور المراهق أثناء فشله في المنافسة الرياضية.

تحليل الجدول (7) من خلال الجدول نلاحظ أن 5 مدربين كانت اجابتهم حول شعور الممارسين أثناء الفشل في تحقيق الفوز في المنافسة بتقبل الهزيمة والعزم على الإنتصار

بنسبة 83% في حين اكتفى مدرب واحد بالإجابة في الإبتعاد عن ممارسة الأنشطة الرياضية



التمثيل البياني رقم (07) :يبين شعور المراهق أثناء فشله في المنافسة الرياضية.

تفسير النتائج:

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة 83 % من التلاميذ يقبلون بالهزيمة ويعزمون على الفوز والانتصار في المنافسة الرياضية، بينما نسبة 16 % من التلاميذ أثناء فشلهم في تحقيق الفوز يبتعدون عن ممارسة الأنشطة الرياضية.

السؤال الثامن:

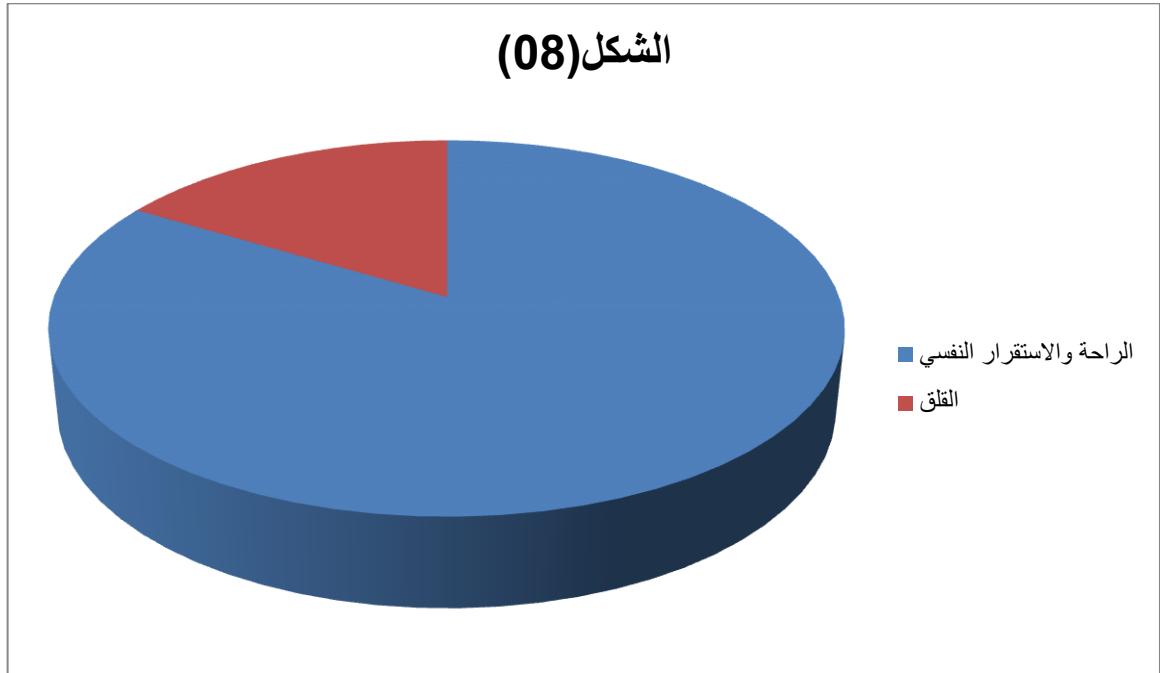
ما هو شعورهم خلال ممارسة الرياضة ؟

الغرض من السؤال : معرفة مدى تأثير التربية البدنية والرياضية على الاستقرار النفسي للمراهق.

الاجابة	التكرار	النسبة
الراحة والاستقرار النفسي	05	83.33%
القلق	01	16.66%
المجموع	06	100%

الجدول رقم(08): يبين تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على نفسية المراهق.

تحليل الجدول (8) : من خلال الجدول نلاحظ أن معظم المدربين كانت إجاباتهم حول شعور التلاميذ خلال الممارسة الرياضية بالراحة النفسية بنسبة 83.33% في حين كانت اجابة واحدة بان التلاميذ يشعرون بالقلق بنسبة 16.66%



التمثيل البياني رقم (08): يبين تأثير التربية البدنية والرياضية على نفسية المراهق.
تفسير النتائج:

من خلال نتائج الجدول أن نسبة 83.33% من التلاميذ يشعرون بالراحة والاستقرار النفسي خلال حصة التربية البدنية والرياضية بينما نسبة 16.66% منهم يشعرون بالقلق خلال هذه الحصة. منه نستنتج أننا أثبتنا علميا من خلال نتائج الجدول.

السؤال التاسع:

ما هو الحجم الساعي لكل حصة؟

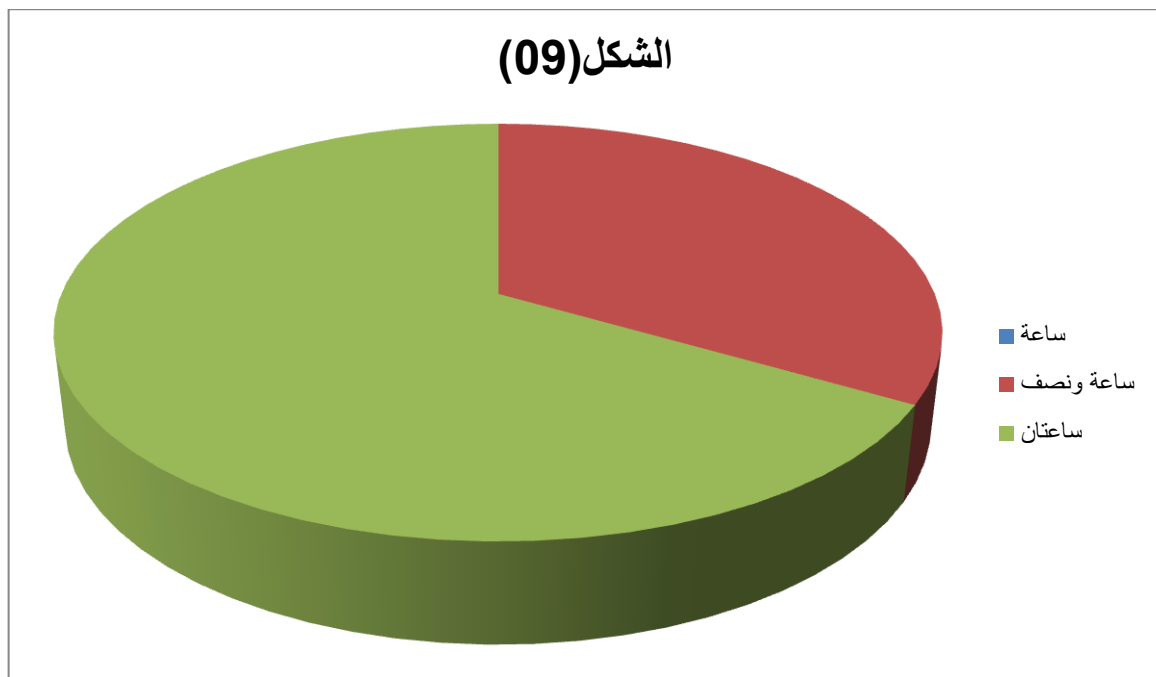
الغرض من السؤال هو معرفة مدة الحصة التدريبية للمراهق.

عرض النتائج:

المدة	التكرارات	النسبة المئوية
ساعة	00	00%
ساعة ونصف	02	33.33%
ساعتان	04	66.66%

المجموع	06	%100
---------	----	------

جدول رقم (09) : يبين توزيع الحجم الساعي لكل حصة تدريبية تحليل الجدول (9) من خلال إجابات أو النتائج المتحصل عليها في الجدول نجد أن 66.66% يفضلون أن تكون مدة الحصة ساعتين ، أما النسبة الأخرى التي تمثل 33.33% يفضلون مدة الحصة أن تكون ساعة ونصف ، أي ليس هنالك مدريون يقوم بالحصة في ظرف ساعة واحدة 00%



شكل رقم (09) : يبين نسبة الحجم الساعي لكل حصة تدريبية

تفسير و استنتاج:

نستنتج أن أغلب النوادي تخصص ساعتين لكل حصة تدريبية لإعطاء الوقت الكافي للتلميذ أن يمارس الرياضة و التعبير عن نفسه و التفاعل مع زملائه وتفرغ مكبوتاته و كل هذا يعود بالإيجاب على تحصيله الدراسي ، وهذا ما تطرقنا إليه في فوائد الممارسة الرياضية في الجانب النظري من بحثنا.

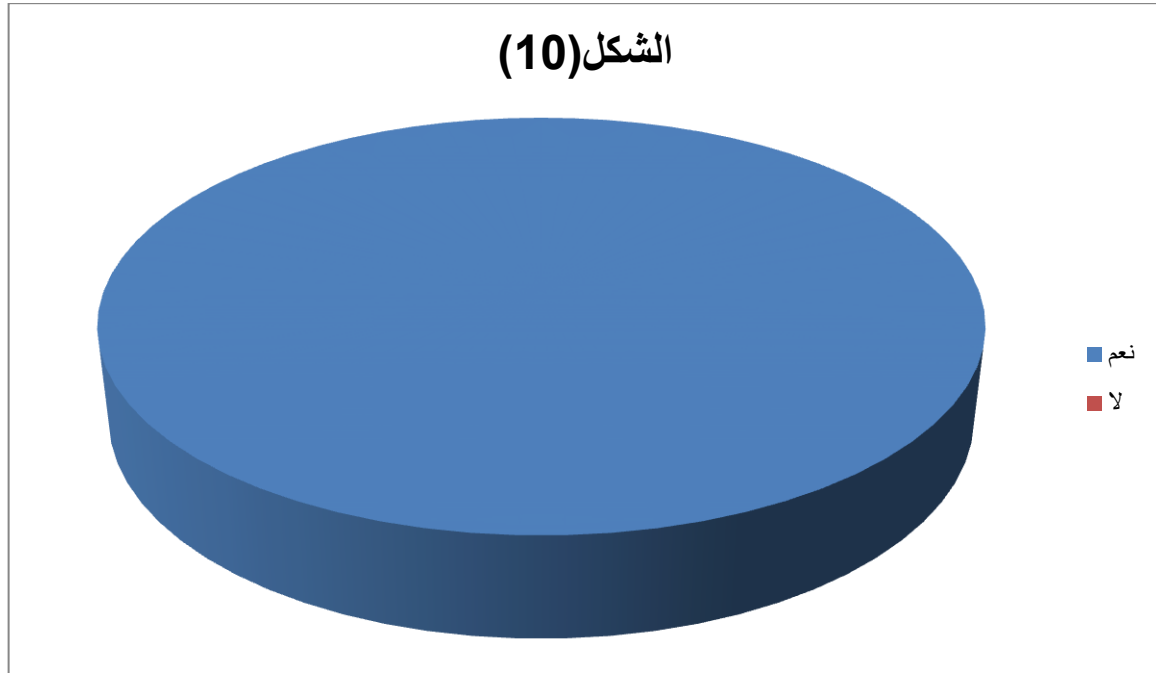
السؤال العاشر:

هل تتم محاسبة اللاعبين على التغيب و التأخر و الانضباط؟
الغرض من السؤال هو ما إذا كان المدرب يحاسب لاعبيه على التغيب و التأخر و الانضباط.

عرض النتائج:

النسبة %	التكرارات	الإجابة
100%	06	نعم
00%	00	لا
100%	06	المجموع

الجدول رقم (10) : يبين مدى محاسبة اللاعبين على التغيب و التأخر و الانضباط.
تحليل الجدول (10): من خلال الجدول المبين أعلاه قد اتضح أن كل المدربين والذين تقدر نسبتهم ب % 100 أجابوا بنعم على أنه يتم محاسبة اللاعبين على التغيب و التأخر و الانضباط ، وتقدر نسبة الموجبين بلا % 00 وهذا يعني عدم الإجابة ب لا من طرف المدربين.



شكل رقم 10: يبين نسبة محاسبة اللاعبين على التغيب و التأخر و الانضباط.

تفسير واستنتاج:

نستنتج أن المدربين يقومون بحاسبة اللاعبين على التغيب و التأخر و الانضباط ، هذا ما يدفع بالتلميذ إلى الشعور بأنه في نظام تربوي منظم ، غير بعيد عن النظام المدرسي ، حيث ينمي شخصيته على الانضباط و الاحترام و الصرامة وكل هذه الصفات المختلفة تؤثر إيجابا على تحصيله الدراسي ومستواه الثقافي العام ، فالممارسة الرياضية تندمج في مخطط لإنجاز نظام قيم متفتحة في هذا الاتجاه فهي تمثل عنصر أساسي في التربية و الثقافة و الانضباط و الحياة الأخلاقية و الاجتماعية .

السؤال الحادي عشر:

هل تقومون بالاطلاع على النتائج الدراسية للاعبين؟

الغرض من السؤال هو معرفة ما إذا كان المدرب يطلع على نتائج اللاعبين الدراسية.

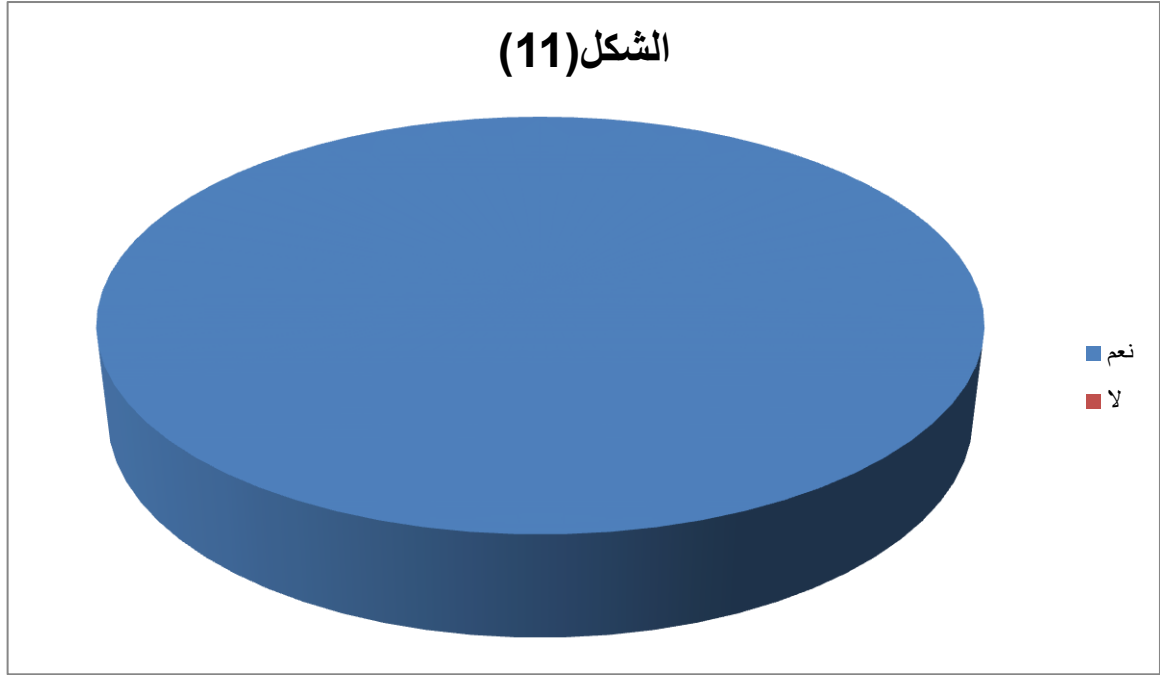
عرض النتائج:

الإجابة	التكرارات	النسبة %
نعم	06	100%
لا	00	00%
المجموع	06	100%

الجدول رقم(11): يبين أو يمثل اطلاع المدربين على النتائج الدراسية للاعبين

تحليل الجدول (11) :

من خلال النتائج المتحصل عليها نجد نسبة % 100 التي اتفق عليها المدربين الذين أجابوا بنعم على أنهم يطلعون على النتائج الدراسية.



شكل رقم (11): يبين نسبة اطلاع المدربين على النتائج الدراسية للاعبين

تفسير و استنتاج:

نستنتج أن المدربين في كل النوادي يقومون بالإطلاع على نتائج التلميذ في دراسته وهذا من أجل إعطائه دعم معنوي وتشجيعه وتوجيهه على الاجتهاد و التطلع و اكتساب معارف لأن المدرب له خبرة في المجال الدراسي ولهذا نجد أن الممارسة الرياضية تأثر إيجابا و بطريقة غير مباشرة على التحصيل الدراسي ، حيث يلعب المدرب دور المرشد و الموجه لأن التحصيل القائم على أساس الإرشاد و التوجيه أفضل من التحصيل الذي يستفيد فيه الفرد من إرشادات المعلم ويجب أن تكون هذه الإرشادات ذات صيغة إيجابية لا سلبية.

السؤال الثاني عشر:

هل في رأيك ممارسة الرياضة في النادي تساعد في تحسين ورفع مستوى التحصيل الدراسي؟
الغرض من السؤال هو معرفة مدى تأثير الممارسة الرياضية على المستوى الدراسي للتلميذ.

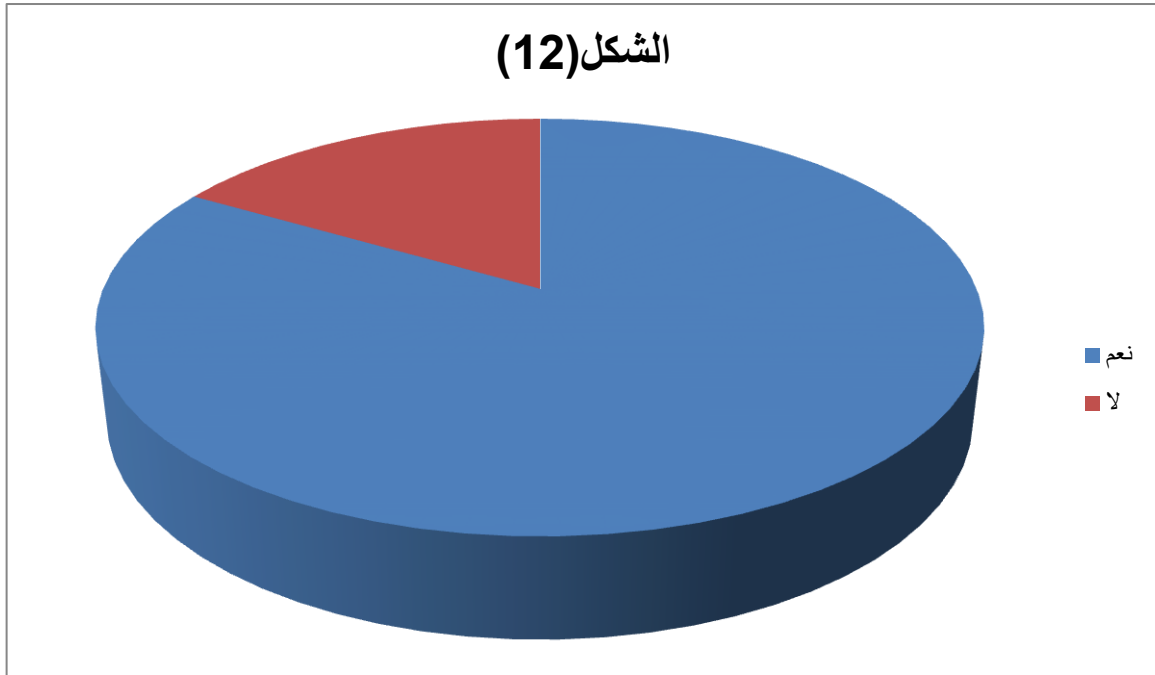
عرض النتائج:

الإجابة	التكرارات	النسبة %
نعم	05	83,33%
لا	01	16,66%
المجموع	06	100%

الجدول رقم (12): يوضح مدى مساعدة الممارسة الرياضية للتلميذ في تحسين ورفع تحصيله الدراسي.

تحليل الجدول (12)

من خلال الجدول نلاحظ أن أكبر نسبة من العينة و التي تقدر ب 83.33% تقول أن الممارسة الرياضية في النادي تساهم في رفع و تحسين مستوى الدراسة للتلاميذ ، حيث تساعد على التوازن النفسي و التأقلم على محيطه و بذلك تتحقق النتائج المدرسية ، كما جاء في الجانب النظري في علاقة الممارسة الرياضية بالتحصيل الدراسي ، وهناك من رفض ذلك و تمثل نسبته ب 16.66% حيث يرون أن الممارسة الرياضية لا تساعد في رفع و تحسين المستوى الدراسي للتلاميذ.



شكل رقم (12) يبين نسبة مساعدة الممارسة الرياضية للتلميذ في تحسين و رفع مستواه الدراسي.

تفسير و استنتاج:

نستنتج أن أغلبية المدربين يرون أن الممارسة الرياضية في النادي تساعد على رفع وتحسين المستوى الدراسي للتلاميذ المرحلة الثانوية وهذا ما أثبتته النتائج في المحور الأول من الجانب التطبيقي ، حيث تبين أن للتلاميذ الذين يمارسون الرياضة أكبر تحصيل من أقرانهم الذين لا يمارسون الرياضة.

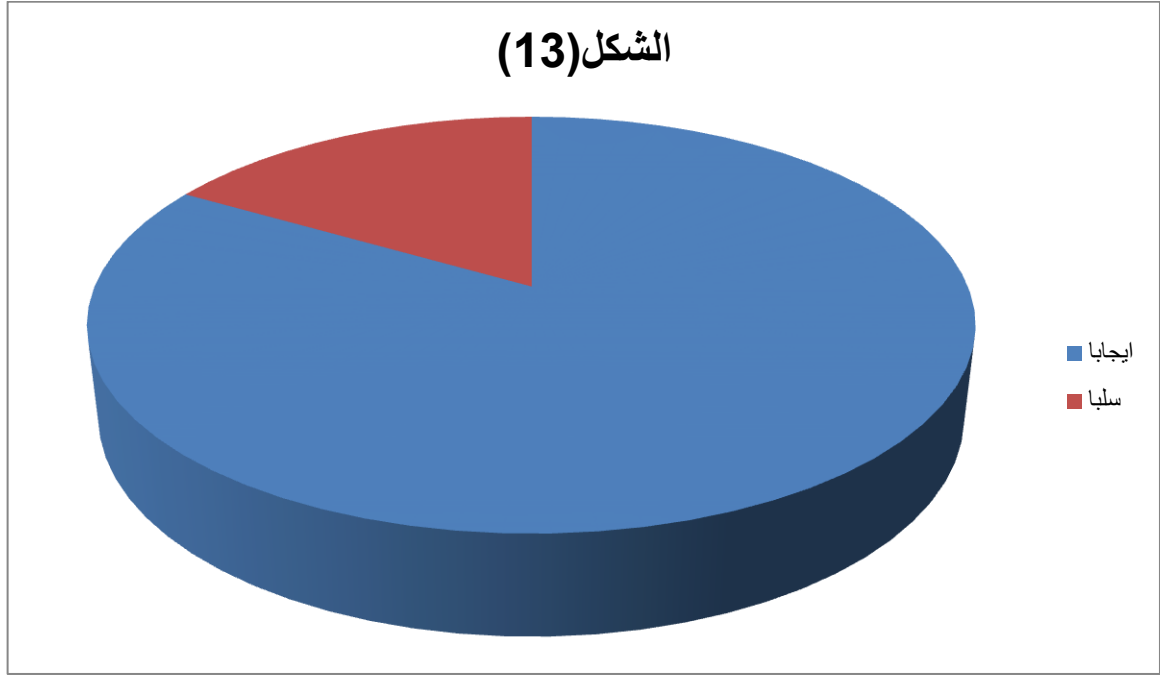
السؤال الثالث عشر: كيف ترى علاقة الممارسة الرياضية بالتحصيل الدراسي؟

الاجابة	التكرارات	النسبة %
إيجابا	05	83.33 %
سلبا	01	16.66 %
المجموع	06	100 %

جدول رقم (13): يمثل رأي المدربين في علاقة الممارسة الرياضية بالتحصيل الدراسي.

تحليل الجدول (13) :

من خلال الجدول نلاحظ ان نسبة 83.33% من الأساتذة يرون ان الممارسة الرياضية لها علاقة ايجابية بالتحصيل الدراسي في حين يوجد نسبة 16.66% من الأساتذة يرون ان هناك علاقة سلبية بين التحصيل الدراسي والممارسة الرياضية



• الشكل (13) يمثل رأي المدرسين في علاقة الممارسة الرياضية بالتحصيل الدراسي. تفسير واستنتاج:

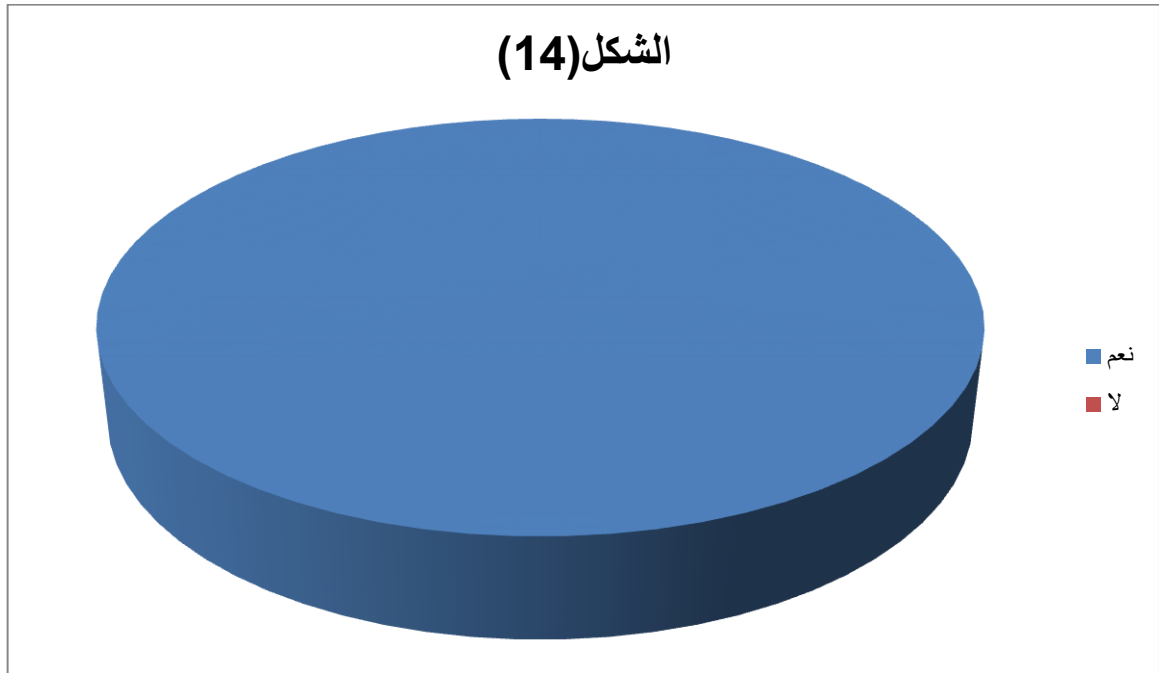
توضح لنا من خلال المعلومات المقدمة و من خلال الجدول أن النسبة العالية تقدر بـ 83.33% بالمائة. حيث أن ممارسة الرياضة لها علاقة ايجابية بالتحصيل الدراسي نظرا لكونها تلعب دورا فعالا في الزيادة من مردودية القدرات النفسية و الفكرية ، فهي تعطي للتلاميذ الحيوية و النشاط أثناء الدروس النظرية ، ومن هذا يكون للتلاميذ حظوظ كبيرة في نيل النتائج الدراسية الحسنة ، بينما نسبة 16.66% بالمائة يرون أن ممارسة الرياضة لها علاقة سلبية بالتحصيل الدراسي وذلك لنقص كفاءتهم وخبرتهم في هذه المادة.

السؤال الرابع عشر:

هل تساعد الممارسة الرياضية التلميذ في تفريغ مكبوتاته؟

الاجابة	التكرارات	النسبة%
نعم	06	100%
لا	00	00%
المجموع	06	100%

جدول رقم(14): يمثل رأي المدربين في دور الممارسة الرياضية في تفريغ المكبوتات النفسية. تحليل الجدول (14): الهدف من طرح هذا السؤال هو معرفة ما اذا كانت الممارسة الرياضية تحسن من الحالة النفسية للتلميذ وذلك من خلال تفريغ مكبوتاته النفسية. فمن الجدول المبين أعلاه نجد أن كل المدربين أجابوا بان الممارسة الرياضية تساعد التلميذ في تفريغ مكبوتاته النفسية وذلك لما لاحظوه من ارتياح عند التلميذ.



الشكل رقم(14): يمثل رأي المدربين في دور الممارسة الرياضية في تفريغ المكبوتات النفسية.

استنتاج:

بعد معالجة هذا الموضوع استنتجنا أن

- الممارسة الرياضية تساعد التلميذ على اكساب الصبر و المثابرة وتفريغ مكبوتاته النفسية وذلك لما لاحظوه من ارتياح عند التلميذ في ممارسة النشاط الرياضي .
- الممارسة الرياضية خارج المدرسة تلعب دور كبير في التحصيل الدراسي للتلاميذ
- الممارسة الرياضية تمكن التلميذ من تنمية قدراته العقلية والنفسية والاجتماعية و الجسمية ،التي تمكنه من التحصيل الدراسي الجيد
- دور النوادي الرياضية في المساهمة في تحسين المستوى الدراسي للتلميذ
- تزايد التلاميذ في الإقبال على الممارسة الرياضية خارج المدرسة
- أهمية و دور المدرب في النادي ، كما يعتبر أحد العوامل المؤثرة في نفسية و سلوك التلميذ ، و دعمه في حياته الرياضية و المدرسية ، و ما يعود بالإيجاب على تحصيله الدراسي.

• مناقشة الفرضيات:

1 _ تبين لنا أن كل الشروط متوفرة في النادي لكي يقوم التلميذ بممارسة الرياضة بكل حرية و سهولة ، فالنادي يتوفر على مدربين ذوي مستوى تعليمي عالي ، و ذوي مهنة قيمة حيث نصف المدربين هم أساتذة التعليم الثانوي ، كما أن المدرب يلعب أدوار مختلفة بحيث يقوم بالتوجيه و بالإطلاع على نتائج التلميذ الدراسية ، كما يقوم بمحاسبة التلاميذ على الانضباط في ممارسة الرياضة و احترام القواعد الأخلاقية ، التغيب ، التأخر ... كما أن النادي لا يكون أبدا عائق على التلميذ في تحصيله الدراسي و هذا يظهر في البرنامج الذي يتبعه حيث يكون في وقت الراحة ، كما يعطي الوقت الكافي للتلميذ أن يمارس نشاطه الرياضي في كل حصة ، كل هذه الشروط التي يتوفر عليها النادي و الصورة الجيدة التي يعطيها للمجتمع أدى بأولياء التلاميذ إلى تشجيع أولادهم إلى ممارسة الرياضة و هذا لما لها من فوائد و أهمية ، مما يؤدي إلى تطوير التلميذ لقدراته العقلية و تفريغ مكبوتاته و تحسين سلوكه ، و بالتشبع بالروح الرياضية ، كما يكون بعيد عن الآفات الاجتماعية الخطيرة مثل

التدخين ، المخدرات ، و تفادي التسرب المدرسي ، كل هذا ما يسمح بالتلميذ أن يحسن مستواه الدراسي و متابعة دراسته بكل نجاح و مثابرة ، ومنه فالممارسة الرياضية في النوادي لها تأثير ايجابي و هذا يساعد التلميذ في تحصيله الدراسي و هذا ما توصل اليه كل من الطلبة بلعباسي فتحي بن جلول محمد و فايز فتحي في مذكرتهم (الدراسة السابقة) بعنوان دور حصة التربية البدنية والرياضية في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي وبحث كل من الطلبة " حمزة محمد " ، " بوشرف عدة " ، " ميسة محمد " (الدراسة السابقة)، والهدف منه هو معرفة أهمية التربية البدنية و الرياضية في التحصيل الدراسي وبينت نتيجة البحث أنه هنالك فرق حقيقي في التحصيل الدراسي العام بين الذين يمارسون التربية البدنية و الرياضية وأقرانهم الذين لا يمارسونها و من خلال هذا يمكن القول أن الفرضية الاولى تحققت و التي تقول أن الممارسة الرياضية في النوادي لها دور هام في التأثير على التحصيل الدراسي.

2_ عند تحليلنا لنتائج هذه الدراسة عن طريق عرض وتحليل معدلات التلاميذ وجدنا أن النتائج المتحصل عليها بينت أن التلاميذ الذين يمارسون الرياضة تحصلوا على معدلات أحسن من أقرانهم الذين لا يمارسونها ، و هنا يتبين أن الممارسة الرياضية من أهم الوسائل التي تلاءم التلميذ لكي ينمي صفاته العقلية و الجسمية و النفسية، والمساعدة له في الدراسة ومنه تحقق لنا أن النشاط الرياضي خارج المدرسة له تأثير على إمكانيات التلميذ و تحصيله الدراسي ، أي أن هناك تناسب طردي بين التلاميذ الذين يمارسون الرياضة و تحصيلهم الدراسي ، كما تبين أن هناك فروق في درجة التحصيل الدراسي بين المجموعتين الممارسة و الغير الممارسة هذا ما توصل اليه كل من الطلبة "عبد اللاوي محمد " "بابا عمر " و " تواتي عيسى" في مذكرتهم التي أجريت سنة 2000 ، وبينت نتيجة الدراسة أن هنالك فرق واضح بين الممارسين لحصص التربية البدنية و الرياضة ، وغير الممارسين لها ، سواء من حيث النتائج الدراسية أو الناحية النفسية و دراسة " حلواني " 2002 حيث توصل الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي

الداخلي والخارجي والطلاب غير الممارسين في مستوى التحصيل الدراسي لصالح الطلاب الممارسين ، و من خلال هذا يمكن القول أن الفرضية الثانية تحققت و التي تقول أن الممارسون للرياضة في النوادي متفوقون دراسيا على أقرانهم الغير ممارسين.

3_ الممارسة الرياضية خارج المدرسة (النادي) . تساهم بقدر كبير في زيادة مهارات و تقنيات وخطط تؤثر على استعداداتهم العقلية و البدنية ، و مدى مساهمتها في معالجة الاضطرابات و المشاكل النفسية للمراهقين و ذلك لتهيئتهم للتكيف مع المحيط المدرسي و تحقيق النتائج و اكتساب معارف و معلومات تثري سجلهم العلمي و الثقافي ، تساعدهم أيضا على فهم و استيعاب دروسهم النظرية و التطبيقية التي يجدونها في المنظومة التربوية و مشوارهم الدراسي و هذا ما أكدته دراسة المفكر النفساني و الاجتماعي سبيل حيث لاحظ أن تأثير حصة التربية البدنية و الرياضية يكون واضحا على النفسي الاجتماعي لدى التلميذ المراهق واستنتج أن ممارسة الرياضة لها دور فعال من حيث مساعدة هذا التلميذ في التعلم أحسن السلوكيات الاجتماعية و التي تعتبر بمثابة الزاد الوافر لمستقبله و إضافة إلى ذلك تأثير الممارسة الرياضية على التحصيل العقلي و من خلال هذا يمكن القول أن الفرضية الثالثة تحققت و التي تقول أن الممارسة الرياضية تساعد التلميذ على تفريغ مكبوتاته النفسية وتطور في بعض الصفات العقلية .

الاقتراحات:

انطلاقاً من دراستنا التي قمنا بها حول دور الممارسة الرياضية في التحصيل الدراسي ، ومع إدراكنا بأن هذه الدراسة تعد جزءاً من البحوث العلمية العديدة ، و بالنظر إلى النتائج التي توصلنا إليها ، نقدم مجموعة من الاقتراحات :

- تشجيع التلاميذ على الانخراط في النوادي الرياضية ، و هذا لما لها من فوائد في جميع ميادين الحياة.
- استقطاب عدد كبير من المراهقين إلى الممارسة الرياضية و ذلك للابتعاد عن الآفات الاجتماعية كالمخدرات.
- الاهتمام أكثر بتطوير الرياضة اللاصفية ، و هذا ليتسنى للتلاميذ الذين ليس لهم الحظ في الالتحاق بالمؤسسات الرياضية خارج المدرسة .
- تشجيع إنشاء النوادي الرياضية ، وتوفير الوسائل الضرورية للممارسة الرياضية قدر المستطاع لتشجيع التلاميذ على النشاط الرياضي بمختلف أوجهه ، و هذا من أجل توسيع الممارسة القاعدية تهدف إلى خلق جو علمي و نشيط لدى المراهق..
- توعية الأولياء والمجتمع بدور الممارسة الرياضية في التحصيل الدراسي.

خلاصة عامة:

لكي تتم الممارسة الرياضية في النوادي بشكل جيد ، و في ظروف ملائمة و مساعدة للتلميذ و تعود بالفائدة على التلميذ في جميع الجوانب ، العقلية و النفسية ، البدنية و الاجتماعية و الصحية ، يجب أن تتوفر في النوادي كل الشروط التي تساعد على تحقيق هذا الهدف ، و من بين هذه الشروط نجد المدرب الكفاء والذي يجب أن تتوفر فيه جميع الشروط أيضا ليكون مدرب حقيقي ، و الميسرون القادرين على تسيير النادي بشكل نظامي و البرنامج المتبع و كذلك أوقات التدريب و الحجم الساعي لكل حصة.

و قمنا بمعرفة محتوى النوادي و ما إذا كانت هذه الأخيرة تتوفر على هذه الشروط ، بعد تقديم استبيان للمدربين ، و مما جاء في الأجوبة على الأسئلة المطروحة والنتائج المتحصل عليها و ما نستخلصه من كل هذا هو إنكار الرأي الذي يقول بأن الممارسة الرياضية خارج المدرسة هو مضيعة للوقت و أنه معيق للدراسة ، و أنها مفيدة للبدن فقط ، فهذا الرأي خاطئ لان الممارسة الرياضية ما هي إلا تفاعل اجتماعي، و لذلك استحققت الرياضة الدلالة الاجتماعية حيث أنها تساهم بقدر كبير في زيادة مهارات و تقنيات وخطط تؤثر على استعداداتهم العقلية و البدنية ، و مدى مساهمتها في معالجة الاضطرابات و المشاكل النفسية للمراهقين و ذلك لتهيئتهم للتكيف مع المحيط المدرسي و تحقيق النتائج و اكتساب معارف و معلومات تثري سجلهم العلمي و الثقافي ،و تساعدهم أيضا على فهم و استيعاب دروسهم النظرية و التطبيقية التي يجدونها في المنظومة التربوية و مشوارهم الدراسي.

الكلمات المفتاحية: الممارسة الرياضية . التحصيل الدراسي . تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

المصادر و المراجع بالعربية:

- ابويكر. (2006). الذكاء التحصيل الدراسي. دار الفكر العربي.
- أحمد مختار العباسي و الفاطمي. (1971). دار النهضة العربية.
- أسعد، م. إ. (1999). مشكلة الطفولة والمراهقة. بيروت: دار الآفاق الجديدة.
- إسماعيل، وسام. (2008). الطريقة الوحيدة لتخفيف الوزن ، سوريا: دار الإرشاد للنشر.
- إسماعيل، وسام. (2008). الطريقة الوحيدة لتخفيف الوزن . سوريا: دار الإرشاد للنشر.
- إعداد فريق من الأخصائيين. (2006). جسمك كلة عجائب. الجزائر: دار الحضارة.
- الحمامي م. (1996). أصول اللعب والتربية الرياضية. المركز العربي للنشر.
- الخولي، أ. (1996). الرياضة والمجتمع. الكويت: يصدر المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- الرشدان، ع. (2005). التربية والبيئة الإجتماعية. الأردن-عمان: دار وائل للنشر.
- الرشدان، ع. (2005). التربية والبيئة الإجتماعية. الأردن-عمان: دار وائل للنشر.
- العبودي، ب. ف. ، (1989). أثر السلطة الأموية على النمو الإجتماعي للمراهق.
- بلال رايح، خلفي نصر الدين ، رافع المنور. (1998). مذكرة ليسانس . أثر النشاط الرياضي على التحصيل الدراسي لتلاميذ مرحلة الثانوية.
- بلعباسي فتحي، بن جلول محمد ، فايز فتحي. (2015). مذكرة ليسانس . دور حصة التربية البدنية والرياضية في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.
- بوزريعة: مذكرة ليسانس.معهد علم النفس وعلوم التربية.
- العيصوي، م ، . (2005). المراهق والمراهقة. لبنان.بيروت: دار النهضة العربية.
- الفاطمي، أحمد مختار العباسي . (1971). دار النهضة العربية.
- المنصور، علي عمر. (2002). لرياضة للجميع. الإسكندرية.
- المنصوري على يحي. (84). المكونات النفسية للتفوق الرياضي. (كلية التربية الرياضية ، المحرر) الإسكندرية.

- المنصوري، علي محمود. (1980). الرياضة للجميع. (كلية التربية الرياضية، المحرر) القذافي، ر. م. (2000). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة. الإسكندرية: المكتبة الجامعية، الأزهرية.
- المنصوري على يحيى. المكونات النفسية للتفوق الرياضي. (كلية التربية الرياضية، المحرر) الإسكندرية.
- أمين أنور الخولي. (1996). الرياضة والمجتمع. الكويت.
- برايان كارتى. (1974). علم النفس و النشاط البدني . باريس.
- بيار شاوز. (1991). المحيط الاجتماعي. باريس.
- بيار شاوز. (1991)، ملخص لحالة المربي الرياضي الدرجة 1 و الدرجة 2،. باريس.
- بوهديع، ع. الرياضة مظهرها السياسية والإجتماعية والتربية، ترجمة الحميد سلامة. مصر : دار العرب للكتاب.
- تشارلز. (1964). أسس التربية البدنية ،. (ترجمة كمال صالح، المحرر) حلواني. (2002). تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية على مستوى التحصيل الدراسي لطلاب الصف الثاني الثانوي بمدينة مكة المكرمة
- جمال الدين. (1996). النجاح المدرسي. مصر.
- جروان الساب. (1985). كنز الوسيط. دار السابق للنشر و التوزيع.
- رابح. (1983). برنامج النفس التربوي بين النظرية والتطبيق. الكويت: دار البحوث العلمية.
- رضوان، م. ن. (2003). الإحصاء الاستدلالي في التربية البدنية والرياضية. مصر: دار الفكر العربي.
- ريمون توماس،. (1978). علم النفس للرياضة النخبوية. باريس.
- زيدان، محمد مصطفى ، . (1985). علم النفس التربوي. السعودية جدة.: دار الشروق للنشر و التوزيع.
- شريف، م . (2003.2004). قسم التربية البدنية والرياضية،. دالي إبراهيم.
- عادل محمد خطاب، ،. (1965). التربية البدنية للخدمة الاجتماعية. دار النهضة العربية .
- عبد العظيم فياز. (2008). المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية. (العدد 7، المحرر) الإسكندرية: كلية التربية.

عبد العظيم فياز (2008). المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية. (العدد 7،، المحرر) الإسكندرية: كلية التربية.

عبد الفتاح لطفي. مذكرات غير منشورات. (جامعة الفاتح، المحرر) كلية التربية.
عادل محمد خطاب. (2000). التربية البدنية للخدمة الاجتماعية. دار النهضة العربية.
علي محمود المنصور. (1890). الرياضة للجميع. مصر: كلية التربية الرياضية.
علاوي، م. ح. . (1985). علم النفس الرياضي. دار المعارف.
علي عمر المنصور. (1980). لرياضة للجميع. الإسكندرية.
علي عمر المنصوري. (مصر). الرياضة للجميع. 2004: كلية التربية الرياضية.
علي محمود المنصور ،. (1890). الرياضة للجميع. مصر: كلية التربية الرياضية.
علي محمود المنصور. (1890). الرياضة للجميع. 1 مصر: كلية التربية الرياضية .
علي محمود المنصوري. (1980). الرياضة للجميع. (كلية التربية الرياضية، المحرر) مصر.

علي يحي المنصور . (1973). الاتجاهات المعاصرة للثقافة الرياضية. (منشأة المعارف، المحرر) الإسكندرية.

غيانا، ب. (1985). أهداف التربية وطرق تحقيقها. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
فهيمي، م. (1987). الصحة النفسية. القاهرة: مكتبة الخانجي.

مارك دوران ، ،. (1997). الطفل و الرياضة. دار النشر ، باريس .

مارك دوران،. (1997). الطفل و الرياضة. باريس: دار النشر P.U.F.) .

محمد مصطفى زيدان. (1985). علم النفس التربوي. السعودية: دار الشروق للنشر و التوزيع ، جدة.

محمود عوض البسيوني. (1992). نظريات وطرق التربية البدنية و الرياضية. ديوان المطبوعات.

مجيد. (2001). للانتباه وقوة التركيز والقدرة على تأثير درس التربية الرياضية على بعض مظاهر الإيقاع الحيوي على التحصيل الدراسي.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضة

جامعة مستغانم

قسم التربية البدنية والرياضية

**** الاستبيان ****

استمارة موجهة للأساتذة: لنا عظيم الشرف أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة راجين

منكم الإجابة على التساؤلات التي هي في إطار بحثنا والمتمثل في:

*** دور الممارسة الرياضية في التحصيل الدراسي ***

السنة الدراسية 2016-2017

استبيان مخصص للأساتذة

نطلب منكم الإجابة على هذه الأسئلة بكل دقة و تركيز بوضع العلامة (x) في الخانة المناسبة

1الجنس:

- ذكر

- أنثى

2ما هو مستوى تعليمك؟

- ليسانس في ت ر ب

- شهادة التعليم الابتدائي

- شهادة في المحاسبة

3 ما هي مهنتك الشخصية؟

- أستاذ في المتوسطة

- أستاذ في الثانوية

- رئيس النادي

- محاسب

4 ما هي نوع الرياضة التي تدرّبونها؟

- كرة القدم

- كرة اليد

- الكراتي

- الجيدو

5 هل الممارسة الرياضية تساعد على اكتساب الصبر و المثابرة؟

- نعم

- لا

6 هل تعتبرون أن الممارسة الرياضية وسيط تربوي للتحصيل الدراسي؟

- نعم

- لا

7 بماذا يشعر الممارسون أثناء الفشل في تحقيق الفوز في المنافسة الرياضية؟

- الابتعاد عن ممارسة الأنشطة الرياضية.

- تقبل الهزيمة والعزم على الانتصار.

8 ما هو شعورهم خلال ممارسة الرياضة؟

- الراحة والاستقرار النفسي
- القلق

9 ما هو الحجم الساعي لكل حصة؟

- ساعة
- ساعة ونصف
- ساعتان

10 هل تتم محاسبة اللاعبين على للتغيب و التأخر و الانضباط؟

- نعم
- لا

11 هل تقومون بالاطلاع على النتائج الدراسية للاعبين؟

- نعم
- لا

11 هل في رأيك ممارسة الرياضة في النادي تساعد في تحسين ورفع مستوى التحصيل

الدراسي؟

- نعم

- لا

12 هل في رأيك ممارسة الرياضة في النادي تساعد في تحسين ورفع مستوى التحصيل

الدراسي؟

- نعم

- لا

13 كيف ترى علاقة الممارسة الرياضية بالتحصيل الدراسي؟

- إيجابا

- سلبا

14 هل تساعد الممارسة الرياضية التلميذ في تفريغ مكبوتاته؟

- نعم

- لا