

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

بسم الله الرحمن الرحيم

# دور ممارسة الرياضة المدرسية لا صفة في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي .

دراسة مقارنة للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في ثانويات مدينة غليزان

تحت إشراف الأستاذ :

من إعداد الطالبين

\* حرشاي يوسف .

- طويل عجال .

- بن علي تنفير زكرياء

السنة الجامعية

2017/2016

## ملخص البحث بالعربية :

تتناول الدراسة الحالية دور ممارسة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الإجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية، و بذلك فهي تهدف إلى توضيح و تبيان دور ممارسة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الإجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية و إظهار العلاقة التي تربط بين ممارسة الرياضة المدرسية و بناء شخصية سليمة و متزنة و متكيفة مع المشاكل الإجتماعية و كذلك معرفة بعض خصائص التكيف الإجتماعي و مدى تأثير ممارسة الرياضة المدرسية على تلاميذ المرحلة الثانوية و تكمل أهمية هذه الدراسة في التأكيد على دور الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الإجتماعي لدى التلاميذ ، و هذا الأخير الذي قد يعاني من ضغوطات إجتماعية و نفسية ، إضافة إلى مختلف الأسباب الضاغطة التي تؤثر عليه و تشل تفكيره ، و خاصة أنه في عصر المرحلة ، فمن المهم معرفة نجاعة و دور ممارسة الرياضة المدرسية و مدى تحقيقها للتكيف الإجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية ، وقد قمنا بوضع الفرضيات التالية : و هي هناك إختلاف في تحقيق التكيف الإجتماعي عند الممارسين و الغير الممارسين لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، هناك إختلاف في علاقة التلاميذ الممارسين والغير الممارسين بالزملاء ، هناك إختلاف في علاقة التلاميذ الممارسين و غير الممارسين بالاساتذة .هناك إختلاف في علاقة التلاميذ الممارسين و غير الممارسين بالادارة.

وقد إعتمدنا في هذا البحث على نوع واحد من الأدوات و المتمثل في استمارة المقياس ، وذلك بجمع النتائج المتحصل عليها للوصول للإجابة عن السؤال المطروح في بحثنا ، و قد تبنت الإجابة المنهج الوصفي ، وذلك لتلاؤمه مع موضوعنا ، لدى عينة قوامها 200 تلميذ ، كما إعتمدنا لحساب الفروق بين إجابات التلاميذ على المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبارات (للعينات المتساوية و غير المتساوية) اختبارات تستيودنت وجاءت النتائج على النحو التالي :

يوجد اختلاف في تحقيق التكيف الإجماعي لدى تلاميذ الممارسين و الغير الممارسين ، و كذلك لممارسة الرياضة المدرسية دور في تقليل الشعور بالوحدة ، وهناك بعض التوصيات يجب الإشارة إليها و هي زيادة الإهتمام بالرياضة المدرسية و تشجيع التلاميذ المراهقين على ممارستها و الإهتمام بالفئة الموهوبة ، و تشجيعها على الانضمام لرياضة النخبة ، و إقامة دورات تنافسية مدرسية و توفير الإمكانيات المادية و برنامج بيداغوجي موحد بين مختلف الولايات ، و إعطاء أهمية بالغة للمراهقين و الإهتمام بهم ، و التنسيق بين الممارسة في المؤسسات و النوادي لخلق التكامل بينهما .

و في الأخير نستطيع القول أن ممارسة الرياضة المدرسية تلعب دور هام في تحقيق التكيف الإجماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

# التشكرات

الشكر كل الشكر لله عز وجل

ثم نتقدم بجزيل تشكراتنا إلى الأستاذ " حرشاوي يوسف " الذي لم يبخل

علينا بعلمه وجهده إرشادا وإشرافا حتى أنهينا بفضل الله ورعايته هذا

الجهد المتواضع ، كما لانسى السادة الأساتذة أعضاء لجنة المناقشة

وكل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية وطلبتها

وفي الأخير تخصيصا لا تأخيرا شكر " الوالدين الكريمين حفظهما الله

فأطال عمرهما في طاعة الله ورسوله ، الذين كانوا خير عون لنا من بداية

الطريق إلى آخره

و الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله

صلى الله عليه وسلم

# الإهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى سيد الخلق نبينا محمد صلى  
الله عليه وسلم ، إلى الذي ختمت به السنين ، وأعليت درجته في عليين ،  
و وضعته في كتابك المبين فعلت وأنت أصدق القائلين

"وما أرسلناك إلا رحمة للعالمين "

وإلى التي أشرفت حياتي بنورها وسعدت أيامي بوجودها

إلى من كانت الجنة تحت أقدامها

إلى منبع الحب والحنان أُمي الغالية والحبيبة أطال وبارك الله في عمرها  
إلى من يعجز اللسان أمامه عن الشكر ، إلى رمز العطاء ومصدر الأمان

إلى القدوة الأولى لدربي الطويل

إلى سندي في هذا الوجود من تعلمت على يديه معاني الحياة والذي

العزير حفظه الله وأطال في عمره في طاعة الله ورسوله

إلى من قاسموني الحياة بكل ما فيها

وشاركوني سقف البيت إخوتي

إلى كل الأصدقاء ورفقاء الدرب في المشوار الدراسي

إلى كل من لم تتسع لهم المذكرة واتسعت لهم شرايين القلب

أصدقاء طفولتي وشبابي

ونسأل الله عز وجل ان ينفعنا بهذه الشهادة في الدنيا والآخرة

• بن علي تنفير زكرياء

الصفحة	قائمة المحتويات
1	المقدمة
	<b>الجانب التمهيدي : مدخل إلى البحث</b>
2	01- الإشكالية
3	02- الفرضيات
3	03- أهداف البحث
4	04- التحديد الإجرائي لمصطلحات ومفاهيم البحث
8-5	05- الدراسات السابقة والمشابهة
	<b>الباب الأول: الجانب النظري</b>
	<b>الفصل الأول : الرياضة المدرسية</b>
10	1- تمهيد
11	1-1- مفهوم الرياضة المدرسية واهدافها في الجزائر
11	1-1-1 المقارنة بين الرياضة المدرسية والتربية البدنية
11	1-2-1 مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر
12	1-3-1 اهداف الرياضة المدرسية في الجزائر
12	2- مميزات وخصائص التلاميذ خلال المراحل الدراسية
13-12	2-1- المرحلة الابتدائية
14	2-2- المرحلة المتوسطة

15	2-3- المرحلة الثانوية
16	3- المنافسة الرياضية المدرسية
16	3-1- المنافسة
16	3-2- تعريف المنافسة
17	3-3- نظريات المنافسة
17	3-3-1- المنافسة كشرط ايجابي
17	3-3-2- المنافسة كوسيلة للمقاربة
17	3-3-3- المنافسة كمهمة متبادلة
17	4- اهداف المنافسة الرياضية المدرسية
18	4-1- هدف النمو البدني
18	4-2- هدف النمو الاجتماعي
18	4-3- هدف النمو العقلي
18	4-4- هدف النمو النفسي
18	4-5- هدف النمو الخلقى
19	5- مفهوم وتنظيم المنافسات الرياضية في الجزائر
19	5-1- الفرق الرياضية المدرسية
20	6- الادارة والتسيير للرياضة المدرسية
20	6-1- هياكل الدعم والتوجيه والمتابعة
21	6-2- مهام الهياكل

23	7- بعض الصعوبات التي تعيق النشاط الرياضي
24	8- التمويل
	<b>الفصل الثاني : التكيف الاجتماعي</b>
27.	01- مفهوم التكيف الاجتماعي
28	02- اتجاهات التكيف الاجتماعي
28	2-1- الاتجاه النفسي
28	2-2- الاتجاه الاجتماعي
29	2-3- الاتجاه التكاملي النفسي الاجتماعي
29	03- أنواع التكيف الاجتماعي
29	4-1- التكيف الذاتي
30	4-2- التكيف النفسي
30	4-3- التكيف الاجتماعي
30	4-4- التكيف البيولوجي
31	04- شروط التكيف الاجتماعي
31	5-1- الراحة النفسية
31	5-2- مفهوم الذات
31	5-3- تقبل الذات وتقبل الآخرين
31	5-4- القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية
32	5-5- القدرة على التضحية وخدمة الآخرين

32	5-6- إتحاذ أهداف واقعية
32	5-7- اكتساب عادات ومهارات سليمة
32	5-8- المسايرة
33	05- أشكال التكيف الاجتماعي
33	06- عوامل التكيف الاجتماعي
34	07- أهمية الرياضة المدرسية والنشاط البدني والرياضي في تحقيق التكيف الاجتماعي
	<b>الباب الثاني : الجانب التطبيقي</b>
	<b>الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للبحث</b>
36	01- الدراسة الاستطلاعية
37	02- المنهج المتبع (منهج البحث)
37	03- مجتمع وعينة البحث
38	04- العينة الإحصائية وكيفية اختيارها
38	05- أدوات البحث
38	06- متغيرات البحث
39	07- الوسائل الإحصائية المستخدمة
40-39	08- صدق الأداة
	<b>الفصل الخامس : عرض و تحليل نتائج الدراسة النهائية</b>
41	01- تمهيد

48-42	02- عرض وتحليل النتائج
49	03- الاستنتاجات
50	04- مناقشة الفرضيات
52-51	05- الاقتراحات
53	05-الإستنتاج العام
58-54	- قائمة المراجع والمصادر
62-59	- قائمة الملاحق

الرقم	قائمة الجداول	الصفحة
01	جدول رقم(1)يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث	42
02	جدول رقم(2)يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي وقيمة ت المحسوبة ومستوى الفروق فيما يخص محور علاقة التلاميذ بالزملاء	43
03	جدول رقم(3)يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي وقيمة ت المحسوبة ومستوى الفروق فيما يخص محور علاقة التلاميذ بالاساتذة	44
04	جدول رقم(4)يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي وقيمة ت المحسوبة ومستوى الفروق فيما يخص محور علاقة التلاميذ بالادارة	45
05	جدول رقم(5)يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي وقيمة ت المحسوبة ومستوى الفروق فيما يخص محور علاقة التلاميذ بالنشاطات الاجتماعية	46
06	جدول رقم (6) يوضح مستوى الفروق في مستوى التكيف الاجتماعي بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي	47



## إهداء

الى الذين قال الله تعالى فيهم ( وبالوالدين احسانا) الى امي الغالية التي لو قدمت لها كنوز

الارض كلها لما وافيتها حقها .....

الى اخوتي اطال الله في عمرهم .....

الى كل الاحباب والاقارب وكل من يحمل لقب " طويل" .....

الى من تحملت معه اعباء المذكرة زكرياء.....

والى كل الاحباب والاصدقاء .....

طويل العجال



Faire face à l'étude actuelle, le rôle du sport dans la réalisation de l'ajustement social de l'école des élèves du secondaire, et il vise à clarifier et d'illustrer le rôle du sport dans la réalisation de l'ajustement social de l'école des élèves du secondaire et de montrer la relation entre le sport scolaire et la construction d'un caractère solide et une approche équilibrée et adaptées aux problèmes sociaux, ainsi que la connaissance de certaines caractéristiques de l'adaptation sociale et l'impact de l'exercice sur les élèves terminent leurs études secondaires et l'importance de cette étude soulignent le rôle du sport dans la réalisation de l'ajustement des élèves »sociale, et le dernier, qui peut souffrir de pressions sociales et psychologiques , en plus de pressions diverses causes qui ont affecté, lui et paralyser sa pensée, surtout que dans l'ère de la scène, il est important de connaître l'efficacité et le rôle de la pratique du sport scolaire et la réalisation de l'adaptation sociale des élèves au lycée, nous avons développé les hypothèses suivantes: il est il ya une différence dans la réalisation l'adaptation sociale lorsque les praticiens et les praticiens non des élèves du secondaire, de contribuer à la réduction du sport scolaire, la solitude des élèves du secondaire, contribuer au sport scolaire dans l'auto-réalisation des élèves du secondaire.

Nous avons adopté dans cette recherche sur un type d'outils et de l'enquête sur les élèves, et en recueillant les résultats obtenus pour accéder à répondre à la question posée dans notre recherche, et contient des questions du sondage sont fermés et ouverts, et nous avons adopté pour répondre à la méthode descriptive, au aligné avec le sujet, avec un échantillon de 228 étudiants répartis sur trois écoles secondaires, et nous testons les étudiants pratiquent de façon involontaire la façon non les

praticiens et le hasard, comme nous nous appuyons sur la méthode de test de Ka 2 pour calculer les différences entre les réponses des élèves (Ka = 2), et les résultats de l'étude sont les suivants:

Il ya une différence dans la réalisation de l'adaptation sociale des praticiens des étudiants et des praticiens non, ainsi que le rôle du sport scolaire dans la réduction de la solitude, et il ya certaines recommandations qui est remarquable et un intérêt croissant dans le sport scolaire et encourager les adolescents aux élèves d'exercice et d'attention à la catégorie de talent, et les encourager à rejoindre pour le sport de l'élite, et l'établissement d'un cours de niveau compétitif et fournir le matériel et l'uniforme pédagogique entre les divers États, et de donner une grande importance pour les adolescents et leur intérêt, et la coordination entre la pratique dans les institutions et les clubs à créer une intégration entre eux.

En fin de compte, nous pouvons dire que la pratique du sport scolaire joue un rôle important dans la réalisation de l'adaptation sociale des élèves du secondaire.

## مقدمة :

ان الانسان في حاجة الى ان يعرف نفسه ويفهمها . فقد اصبح جليا ان المشكلات الرئيسية التي يواجهها عالمنا اليوم هي مشكلات بشرية ناتجة عن عدم تكيف الفرد مع الآخر وهي من المعوقات الرئيسية التي تمنع التقدم للمجتمعات البشرية فقد اصبح الافراد في حاجة الى تعلم الكثير من المهارات التي تؤهلهم الى ان يتكيفوا ويتلاءموا مع المتطلبات الجديدة للحياة وهذا يتطلب معرفة امكانيات وخصائص الناس ، حتى يتسنى وضعهم في اداء الادوار التي تلائمهم وقد تحول علم النفس الاجتماعي بفعل هذه المطالب الى علم يسعى الى استخدام الفنيات المنهجية والقياسية كما هو الحال في العلوم الاكثر موضوعية من خلال محاولة تحديد الخصائص البشرية كميًا ونوعيًا ، وهكذا صر القياس النفسي الاجتماعي احد مميزات علم النفس المعاصر والواضح ان عملية التكيف عملية مستمرة لاتكاد تخلو لحظة واحدة من حياتنا اليومية منها، بل نستطيع ان نقول ان اي سلوك يصدر عن الفرد ما هو الا نوع من التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية ، على اعتبار ان التكيف الاجتماعي متغيرا مع البيئة المادية والاجتماعية . اذ تشير العديد من الدراسات الى اهمية هذا المتغير وذلك لما تتسم به هذه المتغيرات من حساسية نتيجة للتغيرات التي يتعرض لها الفرد على المستوى الجسمي والانفعالي وما يصاحبها من تغير في الاحاسيس والمشاعر وما يترتب على ذلك من تقلب انفعالي مستمر يجعله في حالة من الصراع مع من حوله من افراد الجماعة (راجح، 1973، 23).

وكلنا يعرف ان ممارسة التلاميذ للنشاط الحركي او الرياضي في بيئتهم المحلية والمحيط الذي يعيشون فيه

عادة ماتكون هذه الممارسات غير منظمة وغير موجهة وما ان تدخل المدرسة فان هذه الممارسة تكون

موجهة ومنظمة ومن خلال دروس التربية البدنية والرياضية ومشاركة التلاميذ في المسابقات

والمهرجانات الرياضية وكافة الانشطة الاجتماعية المختلفة التي تقيمها المدرسة حيث ان النشاطات

الاجتماعية وممارسة التلاميذ للانشطة الرياضية من خلال الالعاب الجماعية له تاثير كبير على التلميذ من

خلال جعله اكثر انتماء للجماعة واكثر تكيفا مع البيئة ومتغيراتها المختلفة . حيث ان ممارسة الانشطة البدنية تساعد التلميذ على التحكم في تعابيره الانفعالية وتعديل في سلوكهما بما يتلائم مع العالم الذي يعيش فيه .

وهنا تبرز اهمية البحث في التعرف على التكيف الاجتماعي من خلال ممارسته للنشاط الرياضي ودوره او عدمه في تحقيقه.



## 01 - الإشكالية:

تعد الثانوية مؤسسة اجتماعية تضم ثلاث فئات هي: التلاميذ - الاساتذة الاداريون، ويتم التفاعل بين هذه الفئات عبر التواصل اليومي، وكل ذلك يكون نظاما اجتماعيا فريدا له سماته المستقلة وضمن هذه المؤسسة تبرز العلاقات الاجتماعية الواسعة بين افرادها وهذه العلاقة قائمة على المحبة والتعاون، او على التناحر ولها تاثيرها الكبير على العلاقات الاجتماعية، فقد تحسنه او تسيئ اليه . وقد ظل الاهتمام لفترات طويلة يركز على التحصيل الدراسي وكأنه يرتبط فقط بالجانب العقلي للتلاميذ، ولكن الدراسات الحديثة اشارت الى اهمية الجوانب النفسية والرياضية في التحصيل، ومن هذه الجوانب مدى تكيف التلميذ ضمن الثانوية ومن هنا تتجلى مشكلة البحث في التعرف على التكيف الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي والغير الممارسين، فالتربية كما هو معروف عملية اجتماعية لان تعلم التلاميذ ليس معرفيا فقط بل هو اجتماعي ايضا بمعنى آخر ان التلاميذ لا يطورون قدراتهم العقلية والجسمية بالالمام بالمفاهيم وتذكر الامور المنهجية فقط، ولكنهم في الوقت نفسه يتعلمون الاتصال بالآخرين ليترجمو قدراتهم العقلية ويطوروا استقلالهم اجتماعيا ومن هنا برزت مشكلة البحث في التساؤل التالي: هل للرياضة المدرسية دور في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

## التساؤلات الفرعية:

- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في علاقة التلاميذ الممارسين وغير الممارسين بالزملاء ؟
- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في علاقة التلاميذ الممارسين وغير الممارسين بالاساتذة ؟
- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في علاقة التلاميذ الممارسين وغير الممارسين بالادارة ؟
- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في علاقة التلاميذ الممارسين وغير الممارسين بالنشاطات

الاجتماعية ؟

**2- الفرضيات:****2-1-الفرضية العامة:**

تلعب ممارسة الرياضة المدرسية دوراً حاسماً في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين

**2-2- الفرضيات الجزئية :**

1- هناك فروق دالة احصائياً في علاقة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي مع نظرائهم .

2- توجد فروق دالة احصائياً في طبيعة علاقة التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي مع

الاساتذة .

3-توجد فروق دالة احصائياً في طبيعة العلاقة بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين مع الادارة .

4- توجد فروق دالة احصائياً في علاقة التلاميذ الممارسين وغير الممارسين بالنشاط الاجتماعي

**03- أهداف البحث :**

1- التعرف على درجة التكيف الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط

الرياضي

2- توضيح وتبيان دور ممارسة الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ

المرحلة الثانوية

3- توضيح وتبيان دور ممارسة الرياضة المدرسية في علاقة الممارسين وغير الممارسين بالزملاء

4- توضيح وتبيان دور ممارسة الرياضة المدرسية في تطوير علاقة التلاميذ بالاساتذة

5- توضيح وتبيان دور ممارسة الرياضة المدرسية في زيادة علاقة التلاميذ بالادارة

6- توضيح وتبيان دور ممارسة الرياضة المدرسية في علاقة التلاميذ الممارسين وغير الممارسين

بالنشاطات الاجتماعية

## 04- تحديد المصطلحات والمفاهيم

1- الرياضة المدرسية: تعتبر الرياضة المدرسية بالجزائر من الركائز الأساسية التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات

<sup>1</sup> samir b pour un champion du monde en algerie entrien avec med tazi presedente de ( dss) les journale cotidiens d' algerier l'iberté 08 avrile 1997, p 19

## 4-2- التكيف الاجتماعي:

يعرفه أحمد زكي بدوي أن التكيف الاجتماعي هو عملية اجتماعية تتضمن نشاط الأفراد والجماعات وسلوكه التحرري الملائمة والانسجام بين جملة الأفراد وبين الجماعات ومن الضروري أن يتكيف الأفراد لما يسود مجتمعهم من عادات وأذواق وآراء واتجاهات حتى تسير جوانب الحياة الاجتماعية في توافق- (أحمد زكي بدوي ، معجم مصطلحات العلوم الإجتماعية ، مكتبة لبنان بيروت ، السنة1979،ص380)

## -التعاريف الاجرائية :

الرياضة المدرسية: هي عبارة عن منافسات تقام في المدارس وفيما بينها على مختلف الرياضات الجماعية والفردية في البرامج السنوي الخاص بها.

التكيف الاجتماعي : ان التكيف الاجتماعي مستمد اساسا من علم البيولوجي على نحو ما حددته

نظرية تشالس داورن بنظرية النشوء والارتقاء (1859) ويشير هذا المفهوم عادة الى ان الكائن الحي

يحاول ان يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذي يعيش فيه محاولة منه من اجل البقاء ، ووفقا لهذا

المفهوم يمكن ان يوصف سلوك الانسان بكونه ردود الافعال للعديد من المطالب والضغوط البيئية

التي يعيش فيه كالمناخ وغيرها من عناصر البيئة الطبيعية ومتغيرات البيئة الاجتماعية التي يعيش

فيها الانسان من افراد وجماعات ( فهمي ، 1978 ، 22 ).

**- الدراسات السابقة والمثابفة :**

من خلال اطلعنا على الدراسات السابقة والمثابفة هناك بعض الدراسات التي تناولت موضوع علاقة الرياضة المدرسية بالحالات الاجتماعية

**1.5- الدراسة الأولى :**

-مذكرة نيل شهادة ماجيستر بعنوان الممارسة الرياضية في أقسام "رياضة ودراسة " وأثرها على التفاعل الاجتماعي عند التلاميذ من إعداد الطالب:سعودان مخلوف 2008-2009

**1- أهداف البحث :**

تسمح لنا هذه الدراسة بمعرفة خصائص طبيعية التفاعل الاجتماعي في هذه الاقسام ، وذلك من خلال دراسة مدى تأثير الممارسة الرياضية على التفاعل الاجتماعي داخل هذه الأقسام ، ومعرفة مدى الفروق التي تحدثها هذه الأقسام المستحدثة بين تلاميذها وتلاميذ الأقسام العادية ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة ، فالدراسة الوصفية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالاعتماد على جميع الحقائق وتفسيرها وتحليلها واستخلاص دلالاتها .

عينة تجريبية تتكون من 09 أقسام وعينة المشاهدة تتكون من قسم أو قسمين من كل مؤسسة بها قسم "رياضة ودراسة " لدراسة الفروق الموجودة ومحاولة تسهيل المقارنة بين النتائج المحصل عليها بين العينتين، واستعمل الباحث استمارة البيانات الأولية ومقياس المناخ النفسي.

**2- النتائج التي توصل إليها :**

-تساهم الرياضة في مد جسور التواصل وتقريب العلاقات بين الأفراد مما سهل تمرير المعلومة

- للممارسة الرياضية دور فعال في النهوض بالتلاميذ على مستوى تقديرهم لذاتهم الاجتماعية والذي يتجلى من خلال تحقيق الطموحات الفردية التي تجعل الفرد راضيا عن نفسه والدور الذي يلعبه
- الممارسة الرياضية تنعكس بالإيجاب على عملية التفاعل الاجتماعي .

## 2-5 الدراسة الثانية :

مذكرة نيل شهادة ماجستير بعنوان "مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من إعداد الطالب بن عبد الرحمان سيد علي 2008-2009

### 1- أهداف البحث :

- تتجه أهداف هذه الدراسة إلى عدة نقاط يمكن أن نوجزها فيما يلي :
- تهدف الدراسة إلى التحقق من مدى مساهمة الألعاب شبه الرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي وتحسين المستوى البدني
- إبراز القيمة العلمية والعملية للألعاب شبه الرياضية
- معرفة مدى تأثير الألعاب شبه الرياضية في رفع معنويات التلاميذ
- إبراز الدور الذي تلعبه الألعاب شبه الرياضية في تحقيق التوافق المطلوب
- معرفة واقع ممارسة الألعاب شبه الرياضية داخل مؤسساتنا التربوية
- كما استخدم الباحث هذه الدراسة " المنهج الوصفي " وذلك لتلاؤمه مع هدف الدراسة ، أما العينة فهي عينة تجريبية تتكون من العينة الأولى وتتشكل من 60 تلميذ وتلميذة تم تحديدها بالأفراد الممارسين للألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ، أما اللعبة الثانية تتكون من 50 تلميذ

وتلميذة تم تحديدهم بالأفراد ، الغير الممارسين للألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، وقد استعمل الباحث استبيان استمارة البيانات الأولية ومقياس الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية .

## 2- النتائج التي توصل إليها:

- الألعاب الشبه الرياضية تساعد التلاميذ على تحقيق التوافق مع نفسه ومحيطه أي المجتمع، وتحسين اللياقة البدنية والحالة النفسية للتلميذ
- نرى أن للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، ولها نتيجة على نفسية تلاميذ هذه المرحلة
- تعمل الألعاب الشبه الرياضية أيضا على تكوين شخصية التلميذ واكتسابه مختلف الصفات والسمات السلوكية الحميدة التي تعمل على إعداد المواطن الصالح
- تلعب الألعاب الشبه الرياضية الهادفة الفعالة دورا وأهمية كبيرة في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي
- للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للتلاميذ، إن أحسنا وعرفنا كيفية استعمالها بوجه صحيح .

وفيما يخص جديد بحثنا هذا بالمقارنة مع البحوث المعروضة فإن بحثنا أو دراستنا

تناولت الرياضة المدرسية ودورها في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية عكس الدراسة الأولى التي قامت بدراسة الممارسة الرياضية في أقسام " الرياضة ودراسة وأثرها على التفاعل الاجتماعي عند تلاميذ المرحلة الثانوية " .

فاهتمت هذه الدراسة بالرياضة في أقسام وأثرها على التفاعل الاجتماعي أما الدراسة الثانية قامت بدراسة " مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ". ويهتم هذا البحث بدراسة الألعاب الشبه الرياضية والتوافق النفسي الاجتماعي وقد بين دور الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية من خلال ممارستها ويكمن جديد بحثنا في تطرقنا للدور الفعال الذي تلعبه الرياضة المدرسية في تنمية وإنشاء فرد صالح واجتماعي ومعافا جسميا وعقليا ومحاولة إدماجهم وتكييفهم مع الجماعة والأسرة والمحيط وتتمثل أهمية بحثنا في :

- التأكيد على أهمية الدراسة و التأكيد على دور الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية والذي قد يعاني من ضغوطات اجتماعية ونفسية إضافة إلى مختلف الأسباب الضاغطة التي تؤثر عليه وتشل تفكيره وخاصة وأنه في أصعب مرحلة فمن المهم معرفة نجاعة ودور مما رسة الرياضة المدرسية ومدى تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي .

الدراسة الثالثة :

بحث الكبيسي 1977 دراسة مقارنة في التكيف الاجتماعي المدرسي بين الطلاب المنتمين وغير المنتمين الى منظمات الشباب .

هدف البحث : هو معرفة معنوية الفروق بين المجموعتين المنتمية وغير المنتمية الى منظمات الشباب في تحقيق التكيف الاجتماعي

وشملت عينة البحث على مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة اذ تم اختبار المجموعة الاولى من طلاب الصف الاول المتوسط المنتمين الى منظمات الشباب والثانية من الطلاب غير المنتمين الى تلك المنظمات ومن نفس مناطق ومدارس افراد العينة التجريبية . واعتمد الباحث كادة

---

: للدراسة مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي والمعد من طارق محمود رمزي

التعليق على الدراسات: بعد عرض الدراسات تبين ان هنالك نقاط عديدة مشتركة بين الدراسات حيث ان كل الدراسات المتناولة تبنت المنهج الوصفي لتلاؤمه مع المواضيع وهذه الدراسات اختارت في بحثها عينتين تم المقارنة بينهما في مدى تحقيقهم للتكيف الاجتماعي واستخدم الباحثون كاداة للبحث مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي وتم الوصول الى نتائج مشتركة وهي :  
ان لممارسة الرياضة دور كبير في تحقيق التكيف الاجتماعي

**تمهيد:**

إن الرياضة المدرسية في أي بلد من العالم تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى تقدم في الميدان الرياضي ولعلها من أهم الدعائم للحركة الرياضية، وهذه الرياضة المدرسية تتجه أساسا نحو تلاميذ المدارس والثانويات حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح رياضيا في المستقبل بارزا قد يساهم في بناء المنتخبات المدرسية الوطنية ويمثل بلاده في المحافل الدولية والقارية والعربية.

### 1- مفهوم الرياضة المدرسية وأهدافها في الجزائر:

سوف نتطرق إلى إجراء مقارنة بسيطة بين التربية البدنية والرياضة المدرسية حتى نضع كل واحدة في معناها المناسب، ثم نوضح مفهوم وأهداف الرياضة المدرسية في الجزائر إلى جانب ذلك مميزات التلاميذ خلال كل المراحل المدرسية.

#### 1-1- المقارنة بين التربية البدنية والرياضية المدرسية:

إن الرياضة المدرسية تعتبر حديثة النشأة في العالم عموماً أو في الجزائر خصوصاً، حيث أنها لم تظهر سوى في أواخر هذا القرن وهي تختلف عن التربية البدنية من حيث المضمون والأهداف التي تسعى إليها كل واحدة وهذا الاختلاف ليس تعارضاً وإنما هو تكامل بين المفهومين وفيما يلي نعرف كلا المصطلحين:

يعرف شارل: "التربية البدنية أنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط المستخدم بواسطة الجهاز الحركي لجسم والذي ينتج عنه اكتساب بعض السلوكيات التي تنمي فيها بعض قدراته". أما بيوتشر فيري: "إن التربية البدنية هي ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة حيث يكون الهدف هو تكوين مواطن متكامل من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ممارسة مختلف النشاطات البدنية واختياره لتحقيق غرضه. 1 - عبد الوهاب عمراني، التربية البدنية والرياضية ومشاكلها في المدرسة الجزائرية، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية، (مذكرة غير منشورة)، 1996، ص 11-12.

أما فوتر فيري: "إنها ذلك الجزء الكامل من التربية العامة التي تهدف إلى تقوية الجهاز البدني والجهاز العقلي حيث لو نظرنا من الباب الواسع لتربية نرى أنها تعطي عناية كبيرة للمحافظة على صحة الجسم. محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ط2، 1986، ص 22. أما بالنسبة للرياضة المدرسية فلا يوجد هناك تعريف واضح يفسر مدى أهميتها والهدف من ممارستها فهناك تضارب لتعريف هذه الأخيرة، فمنهم من يرى أنها مادة تعليمية أو حصة تدريبية رياضية أو حاجز واق لانحراف التلاميذ.

ومن أجل توضيح أكثر من الضروري إدماج الرياضة المدرسية في صف النشاطات الكبرى للتكوين وفي بحثنا هذا أردنا توضيح الرؤية بالنسبة لمصطلح الرياضة المدرسية ومدى أهميتها حتى لا تبقى محصورة وفي حصة التربية البدنية وإنما تأخذ طابع المنافسة وإثبات الذات والكشف عن المواهب قصد تكوين المستقبل ورفع مستوى الرياضة.

#### 1-2- مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر:

إن الرياضة المدرسية في الجزائر هي إحدى الركائز الأساسية التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات.

وتسهر على تنظيمها وإنجاحها كل من الإتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، مع وضع في الحسبان أن ذلك يتم بالتنسيق مع الرابطة الولائية للرياضة المدرسية في القطاع المدرسي ولتغطية بعض النقائص ظهرت الجمعيات الخاصة بالرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية وهذا للحرص والمراقبة على النشاطات

**1 Samir B, Pour un champion not du monde en Algérie, Enterions avec M tazi, presient (ANDSS)- Journal quotidien d'Algérie liberté de 08 Avril 1997, P 19.**

إن الرياضة المدرسية في المنظومة التربوية مكانة هامة وبعد تربوي معترف به، وتسعى على ذلك كل من وزارتي التربية الوطنية والشبيبة الرياضية إلى ترفيه كل المستويات، وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية إلى ترفيه كل المستويات، وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية والمنافسات في أوساط التلاميذ.

إن هذه العملية يمكنها أن تساهم بقسط وافر في تحقيق هذه الغاية، وهذا المطلوب من كل المسؤولين المعنيين في اتخاذ الإجراءات اللازمة التي من أجلها يمكن تجسيد الأهداف المتوخاة من هذه العملية المشتركة مبدئياً، ومما أعطى نفساً جديداً للممارسة الرياضية في الأوساط المدرسية وهو ما قرره وزارة التربية الوطنية في نقالها حول إجبارية ممارسة الرياضة في المدرسية، حسب التعليم رقم 95-09 بتاريخ: 25 فيفري 1995 من خلال المادتين 5 و6 وهو ما أكدته وزارة التربية في جريدة الخبر تحت عنوان إخبارية

**1 S. M. Spour solaire des lobbies récitent toujours, Journal quotidien d'Algérie et elwatan du 21 juin 2000, P 31.**

قررت وزارة التربية الوطنية جعل ممارسة التربية البدنية والرياضية إلزامية أو إجبارية لكل التلاميذ، مع إعفاء كل الذين يعانون من المشاكل الصحية، وجاء هذا القرار بعد التوقيع على اتفاقية مشتركة بين كل من وزارتي التربية الوطنية والشباب والرياضة مع وزارة الصحة والسكان بشأن ممارسة التربية البدنية في الوسط المدرسي في 25 أكتوبر 1997، ويهدف هذا القرار إلى ترفيه الممارسة الرياضية في المدارس كما وجهت الوزارة تعليمية تتضمن كيفية الإعفاء من ممارسة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي تحت فيها المعنيين الإداريين والمربين على تطبيق مضمون القرار الوزاري المشترك بين الوزارات الثلاثة.

ونص القرار على استفادة الأطفال الذين لا يستطيعون ممارسة بعض الأنشطة البدنية والرياضية من الإعفاء، حيث يتم الإعفاء بتسليم طبيب الصحة المدرسية شهادة طبية بعد إجراء فحص طبي للتلاميذ ودراسة ملفهم الصحي المعد من طرف طبيب أخصائي (جريدة الخبر، تاريخ 26 نوفمبر 1996، إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية، ص 04).

### 1-3- أهداف الرياضة المدرسية في الجزائر:

إن ممارسة الرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية الجزائرية لها أهداف أساسية منها نمو جسمي نفسي حركي، إجتماعي وكما لا يخفي ذكر الهدف الاقتصادي، وهذا برفع المردود الصحي للطفل ثقافية التي تسمح للفرد من معرفة ذاته مع تطوير كل من حب النظام روح التعاون، روح المسؤولية تهذيب السلوك، تنمية صفات الشجاعة والطاعة واتخاذ القرارات الجماعية بالإضافة إلى التوافق الحسي الحركي العصبي والعضلي وبهذا يمكننا القول أن ممارسة التربية البدنية تساهم في إعداد رجل الغد من كل الجوانب.

فالميزانية المخصصة من طرف الدولة للرياضة المدرسية لا تعتبر فقط استثمار في صالح الجانب المادي، كت تحقيق النتائج وإنما هو استثمار أيضا في صالح الجانب المعنوي للفرد وبالتالي إصلاح الفرد يعني بالضرورة إصلاح المجتمع (لكحل حبيب الله وآخرون، مكانة الرياضة المدرسية ودورها في انتقاء المواهب، مذكرة لنيل شهادة ليسانس قسم التربية البدنية والرياضية، الجزائر، ص 46).

### 2- مميزات وخصائص التلاميذ خلال المراحل المدرسية:

لما أن بحثنا يتعلق بالرياضة المدرسية من الواجب دراسة مميزات وخصائص التلميذ في كل مرحلة من المراحل الدراسية.

#### 2-1- المرحلة الابتدائية (6- 12 سنة):

تنقسم إلى قسمين:

##### أ- الفترة من (6- 9 سنوات):

من مميزات التلاميذ في هذه الفترة مايلي:

- سرعة الإستجابة للمهارات العلمية.
- كثرة الحركة مع انخفاض التركيز وقلة التوافق.
- ليس هناك هدف محدد للنشاط مع وجود فروق كثيرة بين التلاميذ.
- نمو الحركات بالإيقاع السريع.
- الاقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث.
- القدرة على أداء الحركات بصورتها المبسطة.
- بدفع خيال الطفل للحركة ويجعله لا يملها بل يساعده على اختراع ألعاب جديدة.
- يحب الطفل اللعب في جماعات صغيرة ولو أن أغلب مظاهر نشاطه تتميز بالفردية.
- يميل الطفل إلى احترام الكبار، ويهمه تقديرهم أكثر من تقدير رفقاءه مع أنه يحتاج إلى الشعور بأنه مقبول من الجماعة التي هو فيها.
- الميل إلى ممارسة بعض ألعاب الكبار، مثل كرة القدم، كرة السلة، ولو أن الميل إلى اللعب الجماعي ضعيف.

- القدرة على التركيز والانتباه لا تزال ضعيفة والطفل لا يستطيع تركيز انتباهه لمدة طويلة (د. حسن معوض، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والوسائل التعليمية، مصر، ط1، 1963، ص 141).

ب- الفترة الممتدة من (9- 12 سنة):

من مميزات التلاميذ في هذه الفترة مايلي:

- قيادة البطولة ومحاولة تقليد الأبطال.
- يزداد التوافق العضلي.
- تقوي روح الجماعة وتزداد الرغبة في المنافسة بين الجماعات ويشتد التنافس.
- نشاط الأطفال في هذا السن كبير وزائد.
- الأطفال كثيرون الملل ولا يتأثرون على عمل إلا إذا كانوا يميلون إليه.
- ينمو الإعتماد على النفس والرغبة في الاستقلال، كما يزداد الميل إلى المغامرة.
- تظهر الفروق الفردية بين الأفراد من الجنس الواحد بصورة جلية في الحجم والقدرات والميول والرغبات.
- من المشاكل التي تواجه الأطفال في هذه المرحلة التكيف الاجتماعي والتوفيق بين رغبات وميول وقدرات الطفل ومطالب المجتمع.
- الأطفال في هذا السن قابلون للإيحاء.
- في نهاية المرحلة يبدأ الاختلاف بين البنين والبنات خاصة في سن 12 سنة.
- يؤثر الأطفال بعضهم على بعض تأثيرا واضحا، ولذلك كان من الواجب تكوين الجماعات المتجانسة وتنظيم الفرق الرياضية.
- في نهاية هذه المرحلة يذكر ما بين أن الطفل يستطيع تثبيت الكثير من المهارات الحركية الأساسية كالمشي والوثب والقفز والرمي.
- في نهاية المرحلة أيضا يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحركية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبيا بين البدن والعينين وكذلك الإحساس بالإتزان.
- عموما فإن المرحلة الابتدائية، تعتبر مرحلة بنائية أي أن التمرينات المقترحة يجب أن تهدف إلى اكتساب اللياقة البدنية وفي نهاية المرحلة فإن فترة (9- 12 سنة) تعتبر الفترة التي لا تماثلها مرحلة نسبية أخرى للتخصص الرياضي المبكر وهذا بإقحام الطفل في النشاط الرياضي الذي يكون أكثر مناسب له (محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، مرجع سابق، ص 141).

2-2- المرحلة المتوسطة (12- 15 سنة):

تسمى مرحلة المراهقة وهي التي تتأثر فيها حياة الناشئ بعوامل فيزيولوجية تختلف مميزات مرحلة المراهقة باختلاف الأجناس، وبيئاتهم كما يتأثر بعوامل كثيرة منها:

- الوراثة.

- المناخ وطبيعة الغدد النفسية.

من مميزات التلاميذ في هذه المرحلة مايلي:

تصل البنات إلى المراهقة قبل البنين عادة، وتتميز هذه المرحلة بتغيرات عقلية وأخرى جسمانية لها أثرها وأهميتها في تربية النشأ، فهي تتميز بالنمو السريع غير المنظم، وقلة التوافق العضلي العصبي، ونقل الحركات وعدم اتزانها ويقل كذلك عنصر الرشاقة لدى التلاميذ وتظهر عليهم علامات التعب بسرعة (محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، مرجع سابق، ص 144).

- عدم الدقة في الحركة.

- الحاجة إلى البحث عن الحقيقة وكذلك المعرفة.

- البحث عن صورته في المجتمع.

- حيرة المراهق لعلاقاته مع الآخرين أو التوقوع حول نفسه.

- البحث عن الحوار مع الكبار والمجموعة التي تعتبر ركيزة أساسية لإبراز نفسه.

- تجاوز المصالح العائلية والمدرسية والتفتح على الحياة الاجتماعية.

- ظهور النضج الجنسي ويقظة العواطف يجعل التلميذ سريع التأثر والانفعال.

- تكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة، لأن نمو العظام في الطول والسمك والكثافة بغير النظام

الميكانيكي للجسم كله (محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، المرجع نفسه، ص 141).

تعتبر المرحلة المتوسطة أحسن مرحلة فيما يخص الاعتناء باعتدال القامة وتقوية العضلات الجذع، خاصة عند ممارسة العدو، ولكن ليس لمسافات طويلة، كذلك في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم وكرة السلة، الطفل يميل إلى العمل من أجل الفريق وابتعد عن الأنانية والفردية وهو ما يسمح بتشكيل فرق في مختلف النشاطات حسب اختصاصات وقدرات التلاميذ وعامل المنافسة هنا أهميته تبقى غير بارزة (حسن معوض، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، مرجع سابق، ص 62).

### 2-3- المرحلة الثانوية (15- 18 سنة):

تتميز هذه المرحلة بمايلي:

- يستعيد الفتى والفتاة تناسق الجسم.

- يزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة الأكبر من نمو العظام حتى يستعيد التلميذ إترانه الجسمي.

- يكون الفتيان أطول من الفتيات.

- تعتبر هذه المرحلة دورة جديدة من النمو الحركي حيث يستطيع فيها الفتى والفتاة بسرعة اكتساب وتعلم مختلف الحركات إتقانها.

- تساهم عملية التدريب المنظمة في الدخول إلى المستويات الرياضية العالية.
- تلعب عملية التركيز العالية والإرادة القوية دورا هاما في نجاح التعليم والتدريب وبلوغ درجة التفوق.
- بإمكان الفتى أن يصل إلى مستويات الرياضة في بعض الأنشطة كالسباحة وألعاب القوى والجمباز.
- زيادة الميل لإكتشاف البيئة والمغامرة والتجوال.
- القدرة على الميل إلى الحفلات الجماعية والألعاب المشتركة خاصة الذي يشترك فيها الجنسان والحاجة إلى اللعب والراحة والاسترخاء (محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، مرجع سابق، ص 147-148..)

يمكننا القول أن هذه المرحلة هي فترة جيدة وحساسة جدا للطفل وذلك من أجل الوصول إلى النتائج العالية أو الأغراض الموجودة ولن يتأتى ذلك إلا عن طريق التدريب المنتظم مروراً بالمنافسات التي تعتبر الحافز القوي من أجل الوصول إلى المستويات العالية.

### 3- المنافسة الرياضية المدرسية:

إن الرياضة المدرسية هي الأخرى تحتوي على منافسات سواء جماعية أو فردية هناك منافسات أو تصنيفات تقوم بها الفيدرالية الجزائرية للرياضة المدرسية والتي تسعى من خلالها اختيار أبطال في الفردي أو الفرق وذلك من أجل تنظيم بطولة وطنية مصغرة والتي معظمها تجرى في العطل الشتوية أو العطل الربيعية ثم يليها البطولة ولذلك الرياضة المدرسية كغيرها من الرياضات تنظم منافسات لترفيه المواهب الشابة وإعطاء نفسا جديدا للحركة الرياضية وقبل أن نعطي مفهوم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر وكيفية تنظيمها سنعطي مفهوم المنافسات ونظرياتها بصفة عامة.

### 3-1- المنافسة:

إن المنافسة موجود في الحياة اليومية وهي متواجدة أساسا في الحياة الاقتصادية الاجتماعية الفنية والسياسية وبصفة عامة المنافسة هي صراع بين أشخاص أو بين مجموعة كمنى الأشخاص للوصول إلى الهدف المنتشود إليه لإيجاد نتيجة ما والرياضة هي الميدان الوحيد الذي سترى أكثر معلوماتنا حول المنافسة.

### 3-2- تعريف المنافسة:

كلمة المنافسة هي كلمة لاتينية وتعني البحث المتواصل من طرف عدة أشخاص لنفس المنصب ونفس الصفة، وحسب كتاب رويار الرياضة الذي يعرف المنافسة على أنها كل شكل مزاحمة تهدف للبحث عن النصر في مقابلة رياضية، ويأتي ما اتفق ليكمل هذا التعريف بقوله: "هو النشاط الذي يحصل داخل إطار مسابقة مثقفة في إطار أو نمط استعدادات معروفة وثانية بالمقارنة مع الثقة القصوى."

1 Matviev (T.P), aspects fondamentaux de l'entraînement, Edition Vigo, Paris, 1983, P 13.

وحسب ردا لدرمان المنافسة هي صراع بين عدة أشخاص للوصول إلى هدف منشود أو نتيجة ما وحسب فير نوندر فيعرف المنافسة بقوله المنافسة هي كل حالة يتواجد فيها إثنان أو عدد كبير من الأشخاص من صراع للأخذ بالجزء الهام أو النصيب الأكبر.

**1 ALDERAM (R.D), manuel de la psychologie du sport, Edition Vigo, Paris, 1990, P 95.**

وحتى في علم النفس اهتم بدوره بالمنافسة ويعطي لها التعريف التالي: "نظم المنافسة كمجابهة للغير أو عند المحيط الطبيعي، الهدف نصر الأشخاص أو جماعات لكن كلمة المزاحمة هي اقرب معنى لمنافسة في ميدان الرياضة لأن هذه الأخيرة تخص مجابهة بين أشخاص من أجل أحسن لمحة ولأحسن مستوى (محمد عادل خطاب، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، القاهرة، 1965، ص 67).

**3-3- نظريات المنافسة:**

للمنافسة نظريات منها مايلي:

**3-3-1- المنافسة كشرط إيجابي:**

حسب رد اردمان المنافسة هي حافز يسمح للشخص بالتطور وحسب بركس دورسن المنحة هي دائما التي تدفع أو تعقد من حد المنافسة، إذن المنافسة هي إحدى الدوافع التي تسمح للشخص أن يصل إلى نتيجة مشرفة بذلك. (لكحل حبيب وآخرون، مرجع سابق، ص 53

**3-3-2- المنافسة كوسيلة للمقاربة:**

حالة الشخص في المنافسة يمكنها أن تكون متعلقة لما يحيط به إذن سلوكات ومعاملات الفرد يمكن أن تتغير حسب معاملات رفاقه، مدربيه، منافسيه، ومتفرجه... الخ.

**3-3-3- المنافسة كمهمة متبادلة:**

بين الرغبة في تحسين القدرات والرغبة في تقييمها، الدرمان يعيد قوله النفساني فيذكر أن التصرفات في المنافسة هي نتيجة للراغبين في المنافسة للأشخاص، والرغبة في تحسين قدراتهم والرغبة في تقسيمها وبهذا نصل لقولنا أن كلما كانت الرغبة في تحسين القدرات كبيرة، كلما كانت الرغبة في تقييمها أكبر، وكلما كان الشخص في احتياج التقدير والتقييم لقدراته بالمنافسة (لكحل حبيب وآخرون، نفس المرجع، ص 54).

**4- أهداف المنافسات الرياضية المدرسية:**

إن المنافسات الرياضية المدرسية من أهم الوسائل المساعدة على اتزان العدد نفسيا واجتماعيا فهي لكسب الجسم الحيوية والرشاقة والقوام اعتدالا وجمالا، مما تجنب الفرد الممارس لكل والخمول كما تمنحه نموا صحيا جيدا، حيث تجعله أقل عرضة لأمراض التي تصيبه، لأنه يصبح عال على مجتمعه، ويعتقد البعض أنها تختص بتكوين الفرد في وحدة متكاملة بين جميع النواحي يؤثر ويتأثر بسائر النواحي الباقية، فالعقل مثلا يؤثر على مجهود الجسم ومن هنا يتضح لنا علاقة العقل بالجسم إذن فلا يقتصر دور الممارسة على تنمية الجسم فقط أي القوة البدنية كما يعتقد البعض وفيمايلي سوف نوضح ذلك بأهم ما تهدف إليه

المنافسات الرياضية المدرسية (محمد عادل خطاب، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، مرجع سابق، ص 67).

#### 4-1- هدف النمو البدني:

- من أهداف المنافسات الرياضية المدرسية على هذا الجانب مايلي:
- تنمية القدرات البدنية للرياضيين المتنافسين.
- تقوية العضلات والأجهزة العضوية المختلفة للجسم.
- تحقيق تحمل الأداء الخاص لكل المهارات كالسرعة، والرشاقة، القوة، المقاومة.
- الصحة البدنية.

#### 4-2- هدف النمو الاجتماعي:

إن للمنافسات هدف اجتماعي يتمثل في خلق جو التعاون لكل فرد يقوم بدوره عن طريق مساهمته بما عنده بالتنازل عن بعض الحقوق في سبيل القدرة والمثل من اجل تحقيق هدف اجتماعي يعود بالفائدة على المجتمع مثلا أن يتنازل اللاعب عن حقه في تسديد ضربة جزاء أو تسديد مخالفة كي يتجنب التخاصم مع أعضاء فريقه الخصم وهذا التعاون لا يتحقق إلا عن طريق الجماعة والتنافس.

#### 4-3- هدف النمو العقلي:

إن المنافسات الرياضية المدرسية تلمس كل الجوانب حتى الجانب العقلي فهي تفيد الناحية البدنية والعقلية وحتى يتحقق تفكير واكتساب المعارف المختلفة ذات طبيعة المنافسة الرياضية كتاريخ اللغة التي تمارس فوائدها وطرق التدريب لها، بالإضافة إلى ما تتيحه من فرص لأسباب خيرات ومعلومات تتعلق بالبيئة المحلية والخارجية للفرد، فيجب التذكر أن العقل والجسم مرتبطان إذ أنه ليس الغرض من الجسم أن يحمل العقل ولكنه يؤدي استعمال العقل استخداما فعالا مؤثرا.

#### 4-4- هدف النمو النفسي:

إن المنافسات الرياضية كغيرها من المنافسات الرياضية نحقق اللذة والإنتاج فيتحرر من كل ماهو مكبوت ويغمره السرور والابتهاج وعندما يسيطر على حركته، أضف إلى هذا أنها تهدف إلى إشباع الميول العدوانية العنيفة لدى بعض المراهقين عن طريق الألعاب التنافسية العنيفة كالملاكمة مثلا، هذا إن شدد الملاكم ضربات للخصم فإنه في هذه الحالة يعبر عن دوافعه المكبوتة بطريقة مقبولة ومفيدة بوجه عام، ويحرز إلى إعادة التوازن بسبب نجاحه في نشاطه الرياضي، إذ أن الحل السليم للتخلص من العبرات والإنذاعات غير المناسبة هو كبتها في اللاشعور ووضعها في السلوك المقبول اجتماعيا وشخصيا. (محمد عادل خطاب، المرجع نفسه، ص 68).

#### 4-5- هدف النمو الخلقى:

إن المنافسات الرياضية في إطار الرياضة المدرسية عملية تربية خلقية، نظرا لما يوفره النشاط التنافسي من سلوك أخلاقي وهذا بالنظر إلى حماسة المنافسة ومما يجري بها من اصطدام وهجوم والخوف من الهزيمة وفي كل هذه المنافسات تهتم بالتهدئة وذلك بتوضيح ما يجب وما لا يجب القيام به من المنافسة وهذا ما يساعد الفرد على العمل الصالح والثقة في النفس والإخاء والصدقة وروح التعاون والمسؤولية.

#### 5- مفهوم وتنظيم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر:

إن المنافسات الرياضية المدرسية كغيرها من المنافسات تمر عبر مراحل من التصنيفات مات بين الأقسام الولائية، الجهوية ثم الوطنية وأخيرا الدولية وفي كل مستوى هناك هيئات تعمل لهذه المنافسات وبدورها هذه الأخيرة تنقسم إلى نوعين من المنافسات الفردية والجماعية ولكلا الجنسين وفي كل الأصناف (وثيقة من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، ص 05).

#### 5-1- الفرق الرياضية المدرسية:

#### 5-1-1- الغرض من إنشاء وإعداد الفرق المدرسية:

كل مؤسسة تربية يجب أن تنشئ جمعية رياضية تتكفل بإعداد الطلاب الرياضيين وكذلك التفوق للمنافسات مع المؤسسات التربوية الأخرى.

وقد أقرت النصوص إجبارية إنشاء الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية حيث نصت المادة 05 أنه يتم إنشاء الجمعية الثقافية والرياضية المدرسية بالضرورة على مستوى كل مؤسسة تعليمية في قطاع التربية الوطنية.

وسيكون الإنضمام إلى الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية على النحو التالي: تكون الجمعية المنشأة على مستوى الثانوية ملف اعتماد وتضعه لدى الرابطة الولائية للرياضة المدرسية حيث يتكون ملف الإ اعتماد من:

- طلب الإنضمام.

- قائمة اللجنة المديرة بأسماء وعناوين ومناصب الأعضاء.

- ثلاث نسخ من اعتماد الجمعية ومحضر الجمعية العامة.

- اللجنة المديرة هي المسؤولة أمام الرابطة والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية.

- الرابطة الولائية الرياضية المدرسية ترد على الانضمام أي جمعية في كل 15 يوم التي تلي والاتحادية تحدد كل موسم مصاريف الإنضمام، البطاقات، التأمينات، تصب كل النفقات إلى الرابطة (القانون العام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، الانضمام والتأهيل، المادة 02).

#### 5-1-2- طرق اختيار الفرق المدرسية: الرياضية

توكل مهمة الاختيار إلى الجمعية الرياضية على مستوى كل مؤسسة تربية ومن بين أعضاء هذه الجمعية أساندة التربية البدنية والرياضية في الثانوية الذين تستند إليهم مهمة اختيار الفرق وتشكيلها، وفي

الغالب يقع الاختيار على الطلاب الرياضيين المتفوقين في دروس التربية البدنية والرياضية المنهجية المقررة والإجبارية.

ويرى الدكتور قاسم المندلاوي وآخرون أن طريقة اختيار وانتقاء الفرق الرياضية المدرسية تكون كمايلي:

يقوم مدرس التربية الرياضية باختيار أعضاء الفريق من الطلاب ذوي الاستعدادات الخاصة وكذلك الممتازين منهم وذلك من واقع الأنشطة الرياضية المختلفة لدرس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي، يتم تنفيذ ما سبق بإعلان عن موعد تصفية الراغبين في الإنضمام لكل فريق ثم يقوم بإجراء بعض الاختيارات لقياس مستوى اللاعبين وقدراتهم، وينجر لكل طالب استمارة أحوال شخصية ومستواه ومدى استعداداه ومواضبه وبعد الانتهاء من اختيار الفرق الرياضية المدرسية وقبل الشروع التدريبيه يجب على كل طالب إحضار رسالة من ولي أمره بالموافقة على الاشتراك في الفريق الرياضي لمدرسة، وبعد هذه الخطوة يتقدم الطالب للكشف الطبي لإثبات لياقته الصحية حيث يوقع ويختتم الطبيب على ظهر الرخصة لمشاركة الطالب في الفريق المدرسي (قاسم المندلاوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية في التربية الرياضية، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في الت ب ر (مذكرة غير منشورة)، الجزائر، ص 56)

وبالنسبة لهذا النوع الأخير من الممارسة، ثمة نظام انتقاء يسمح لأحسن الفرق المشاركة في البطولات الوطنية بعد تأهيلها خلال المراحل التصفوية المختلفة التي تتم على مستوى الدائرة، الولاية، المنطقة والجهة.

#### 6- الإدارة والتسيير للرياضة المدرسية:

يتولى إدارة وتسيير النشاط الرياضي المدرسي والإشراف عليه نوعان من الهياكل.

#### 6-1- هياكل الدعم والتوجيه والمتابعة:

وبتمثل في:

#### 6-1-1- الهياكل الإدارية التابعة لوزارة التربية الوطنية:

مديرية الأنشطة الثقافية والرياضية، المديرية الفرعية للنشاط الرياضي والصحة المدرسية، مكتب النشاط الرياضي بمديريات التربية بالولايات، إدارة المؤسسات التعليمية (مدير المؤسسة).

هياكل التنسيق المشتركة بين وزارتي التربية والرياضة.

لجنة التنسيق الوطنية المشتركة.

لجنة التنسيق الولائية المشتركة.

#### 6-1-2- هياكل التنظيم والتسيير:

تنظيمات جمعوية تتمثل في: الاتحاديات الجزائرية للرياضة المدرسية، الرابطات الولائية للرياضة المدرسية، الجمعيات الثقافية والرياضية المدرسية.

6-2- مهام الهياكل:

6-2-1- مكتب النشاط الرياضي بالوزارة:

انطلاقا من المهام المنوطة بوزارة التربية الوطنية في مجال تنمية الرياضة التربوية ومن توجيهات لجنة التنسيق الوطنية المشتركة بتكفل المكتب.

العمل على تنمية وتعميم النشاط الرياضي المدرسي وتوجيهه من خلال رسم الخطوط الكبرى وتحديد المبادئ الأساسية بوضع المخططات والبرامج الولائية والمتمثلة في:

- تنشيط أكبر عدد ممكن من التلاميذ لأطول فترة ممكنة خلال الموسم الدراسي.  
- تلاؤم نوع النشاط مع خصوصيات الولايات (الرفعة، المسافات بين المؤسسات، المنشآت الرياضية والوسائل المالية المتوفرة).

- حسن استعمال الموارد البشرية لا سيما إطارات الشبيبة والرياضة المعنيين بقطاع التربية.

• الحرص على أن تتوفر لكل مؤسسة تعليمية منشآتها الرياضية عن طريق:

- احترام برامج إنجاز المؤسسات الجديدة (تسليم المؤسسات بجميع المنشآت والمرافق الرياضية المدرجة في مخطط الإنجاز).

- تنفيذ برامج تهيئة ملاعب داخل المؤسسات عند توفر المساحات الكافية.

- التدخل لدى الجماعات المحلية بمصالح الشبيبة والرياضة لاستغلال المنشآت التابعة لها طبقا لتوصيات لجنة التنسيق المشتركة.

- متابعة عمليات تزويد المؤسسات التعليمية بالتجهيزات والعتاد الرياضي بالتنسيق مع مديرية التخطيط ومركز التموين بالتجهيزات والوسائل التعليمية وصيانتها.

- البحث عن طرق تمويل النشاط الرياضي وترشيد استعماله.

- إيجاد مصادر تمويل النشاط الرياضي المدرسي (الدولة، الجماعات المحلية، الممارسون، الرعاية... الخ).

• مراقبة المداخل والإيرادات المالية وطرق إنفاقها:

- على مستوى الرابطات.

- على مستوى الجمعيات.

- السهر على تعيين النصوص القانونية والتنظيمية المتعلقة بتسيير النشاط الرياضي المدرسي وتنظيمه.

- حث مديريات التربية على وضع وتنفيذ برامج تكوين معلمي المدارس الابتدائية في مجال التنشيط الرياضي.

- متابعة سير الرياضي المدرسي في مختلف جوانبه وإعداد حصائل وتقديمها للجهات المعنية.

- السهر بالتنسيق مع الهياكل المسؤولة على الصحة المدرسية على ضرورة إجراء الفحوص الطبية للتأهيل لممارسة الرياضة والتربية البدنية والرياضية (وزارة التربية الوطنية، لمحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 1-2).

#### 6-2-2- مكتب النشاط الثقافي والرياضي بمديرية التربية:

إن الدور الأساسي لهذا المكتب هو مساعدة الرابطة الولائية للرياضة المدرسية في تحقيق أهداف هذا النشاط لذلك فهو مطالب بـ:

- القيام بالتنسيق مع الرابطة، بوضع مخطط لتنمية وتعميم النشاط الرياضي المدرسي على مستوى الولاية طبقا لتوجيهات الوزارة ولخصوصيات الولاية.

- تنفيذ برامج بناء المؤسسات الجديدة والحرص على وجود المنشآت الرياضية والقيام بالتنسيق مع مصلحة البرمجة والمتابعة بإعداد برنامج ولائي خاص لإنجاز منشآت رياضية وملاعب في المؤسسات التي تفتقر لها وذلك حسب نوع المؤسسة والمساحة المتوفرة.

- وضع وبالتنسيق مع مصلحة البرمجة والمتابعة، برامج تزويد المؤسسات بالتجهيزات والعتاد الرياضي طبقا للإحتياجات ونوع المنشآت الموجودة بالمؤسسات.

- التدخل لدى الجماعات المحلية والصندوق الولائي لتوفيره مبادرات الشباب لتدعيم من أجل الحصول على الدعم المالي لرابطة والجمعيات المدرسية.

- السهر على تنفيذ المنشور المتعلق بنفقات التمدرس ومتابعة صب المبالغ المستحقة للرابطة في الوقت المناسب.

- مراقبة مداخل الرابطة والجمعيات أي كان مصدرها (وزارة التربية، وزارة الشبيبة والرياضة، الجماعات المحلية وغيرها) طبقا لقانون الجمعيات.

- السهر على التزود بالنصوص القانونية والتنظيمية الخاصة بتسيير النشاط الرياضي واستنتاجها وتوزيعها.

- وضع بالتنسيق مع مصلحة التكوين، برنامج تكوين معلمي المدارس الابتدائية في مجال التنشيط الرياضي ومتابعة تنفيذه مع المفتشين.

- إعداد الحصائل الخاصة بتنمية النشاط الرياضي وتسيير ومتابعته.

- السهر على إلزامية وجود الحجم الساعي الخاص بالنشاط الرياضي في التوقيت الأسبوعي لأساتذة التربية البدنية ومعلمي المدارس الابتدائية.

ويمكن لرئيس مكتب النشاط الرياضي المشاركة في أشغال المكتب التنفيذي للرابطة ( وزارة التربية الوطنية، لمحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 3-4).

#### 6-2-3- مدير المؤسسة التعليمية:

يقوم مدير المؤسسة التعليمية بصفته رئيسا للجمعية الثقافية والرياضية المدرسية والمحرك الأساسي لها بالسهر على تطبيق القوانين الأساسية والتعليمات الصادرة على الوزارة في مجال النشاطات

الثقافية والرياضية والعمل على تدعيم هذه النشاطات بالمؤسسة وتجنيد الأساتذة والأعوان لتأطير مختلف الفروع والنوادي التي تقام في إطار الجمعية ويأمر بكل المصاريف التي يقرها مكتب الجمعية في حدود الصلاحيات المحولة له في هذا الإطار (وزارة التربية الوطنية، لمحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 5).

**6-2-4- لجنة التنسيق الوطنية المشتركة:**

وتتمثل في:

- تحديد إستراتيجية مشتركة قصد إعادة المحتويات والمناهج والبرامج المرتبطة بتطوير وترفيه الممارسات البدنية والرياضية وبالأنشطة الثقافية والعلمية والترفيهية في الوسط المدرسي.
- إعداد برامج التكوين والبحث في ميدان الأنشطة الشبانية والرياضية.
- دراسة واقتراح كل الأعمال المرتبطة بتمويل أنشطة الشبيبة والرياضة في الوسط التربوي.
- دراسة وضبط التخصصات والشروط الخاصة بإنجاز واستعمال المنشآت والتجهيزات والعتاد الضروري لترفيه أنشطة الشبيبة والرياضة في الوسط المدرسي (وزارة التربية الوطنية، لمحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 6).

#### 7- بعض الصعوبات التي تعيق النشاط الرياضي:

##### 7-1- على صعيد الوسائل البشرية:

يتمثل المشكل المطروح في نقص التأطير على مستوى المرحلة الابتدائية بسبب عدم حصول المعلمين على أي تكوين في التربية البدنية والنشاط الرياضي المدرسي، كما أن محاولة سد هذا النقص باستعمال إطارات الشبيبة والرياضة لم تحقق النمو المطلوب نتيجة لإنعدام وسائل العمل بصفة خاصة (المنشآت والتجهيز) وبعض المشاكل الأخرى التي طرحها في الميدان واستعمال هؤلاء الإطارات والتي سننبينها لاحقاً.

##### 7-2- على صعيد الوسائل المادية (الهيكل الأساسية والتجهيز):

إن المنشآت الموجودة قليلة جداً وغير خاصة في المرحلة الابتدائية حيث أن الساحات لا تصلح في غالب المجالات لممارسة الرياضة بل أن استعمالها يشكل خطراً على التلاميذ.

أما بالنسبة للمنشآت التابعة للدولة والبلديات فإن استعمالها من طرف النوادي المدرسية، محدود جداً بسبب الصعوبات المختلفة (قله هذه المنشآت، استعمالها من طرف النوادي مبدئياً في الأوقات المخصصة للرياضة المدرسية، مطالبة بعض البلديات بدفع مبالغ مالية مقابل الاستعمال).

وبالنسبة لتجهيز الرياضي ثقيلًا كان أم خفيفًا، هو الآخر وعلى غرار المنشآت الرياضية التي هو مرتبط بها، يعدّ منعماً على مستوى العديد من المؤسسات.

على صعيد الوسائل المالية:

نقص الموارد المالية هو الآخر من أهم المشاكل التي يواجهها النشاط الرياضي المدرسي وقد تم التأكيد بشدة في التقارير على ضعف المبالغ المخصصة من ميزانية الدولة وعدم قدرة الرابطات على مواجهة الارتفاع المتزايد، النقل والإطعام ومصاريف التنظيم المختلفة.

### 7-3- على صعيد الوسائل القانونية والتنظيمية في مجال التأطير الفني:

المشكل المطروح في هذا الصدد يتمثل في عدم وجود نصوص تسمح بإدراج حجم ساعي ضمن النصاب الأسبوعي لبعض معلمي التعليم الأساسي الذين يتولون مهمة تأطير الفرق التابعة لمؤسساتهم كما هو الشأن بالنسبة لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

### 7-4- في مجال تأطير التنظيم الإداري والتقني:

وضعية الموظفين والإداريين والتقنيين الموضوعين تحت تصرف الرابطات وعدم وجود نصوص واضحة تستند إليها أيضا من بين المشاكل التي أكدت عدة الرابطات على ضرورة إيجاد حل لها.

### 8- التمويل:

يستفيد النشاط الرياضي المدرسي من موارد مالية مختلفة المصادر (وزارة الشبيبة والرياضة، الجماعات المحلية ومشاركة التلاميذ)، لكنه يسير أساسا بفضل الإعانات الآتية من ميزانية وزارة التربية ومن مشاركة التلاميذ.

غير أن الإعتمادات التي ترصد حاليا للنشاط الرياضي المدرسي ضمن ميزانية الوزارة هي في الواقع بالقيمة المطلقة، أدنى بثلاث مرات عما كانت عليه في السنوات السابقة نتيجة الارتفاع المتزايد لأسعار النقل والإطعام والإيواء وبذلك فهي غير متلائمة ومع إرادة تطوير ودعم وتوسيع النشاط الرياضي المدرسي.

### خلاصة:

من خلال تطرقنا إلى الرياضة المدرسية في الجزائر وإلى المفهوم والأهداف وكذا مميزات وخصائص التلاميذ في مختلف المراحل المدرسية كذلك بالنظر إلى تعريفنا للمنافسة وتطبيقاتها والأهداف المرجوة من المنافسات الرياضية المدرسية وإلى كيفية إنشاء الفرق الرياضية وتكلمنا في الأخير عن التنظيم والتسيير للرياضة المدرسية لمختلف الهياكل ثم تكلمنا عن معوقات الرياضة المدرسية.

نستخلص أن السلطات الجزائرية حاولت بقدر الإمكان الاعتناء بالرياضة المدرسية وأرادت أن تعطي لها مكانتها المرموقة وذلك حتى تكون وسيلة من الوسائل التي ستساهم في تطوير وإزدهار الرياضة الوطنية بصفة عامة.



**تمهيد :**

إن الإنسان قد يظن وهما و هو يعيش بمفرده ، إنه بهذا السلوك ينشد الراحة ، فتراه يحاول الانتصار على العقاب من أجل الظفر بالسكينة و الهدوء و لكنه ما يكاد يتغلب على الصعاب ، حتى يصبح السكون بالنسبة إليه أمرا عسيرا لا سبيل إلى إحتماله ، لأن الإنسان ما يكاد يخلد إلى الراحة حتى يشرع بالإمتداد ببصره إلى ما ينتظره من الآلام و المخاطر ، حتى إذا أحس بأنه في مأمن من كل المخاطر فسرعان ما يجد نفسه ولا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية ، الروحية و الحاجات النفسية و الإجتماعية للوصول إلى مستوى مقبول من التكيف و ما ينتج عنه من راحة نفسية و إجتماعية إلا إذا إستطاع تحقيق أكبر إشباع لحاجاته الفطرية و المكتسبة على حد سواء ، و مستوى مقبول من التكيف الإجتماعي .

و مما لا شك فيه أن عدم التكيف الإجتماعي ، يجعل الفرد غير متزن في إنفعالاته و تفكيره و أرائه و معتقداته .

و من هنا قد يسلك سلوكا إجتماعيا غير سوي ، و ينتقد مبادئ و معايير و أهداف المجتمع .

## 1. تعريف التكيف الاجتماعي :

التكيف الاجتماعي هو عبارة عن مفهوم بيولوجي ، حيث يثير إلى العمليات التي بواسطتها يتكيف الكائن الحي . - (محمد عاطف نجيب ، " قاموس علم النفس " ، دار المعرفة ، الإسكندرية ، سنة 1989 ، ص 51 .)

عرفه " لازاروس " في قوله : " أن علم التكيف ينبثق من علم الأحياء و كان حجر الزاوية في نظرية داروين 1859 للنشوء و الإرتقاء ، وقد إستعير و عدل من قبل علماء النفس ، و سموه التوافق و يؤكد lagaruss.r , patteroes oe - على كفاح الفرد للبقاء طويلا أو العيش في محيطه الطبيعي و الاجتماعي ".  
ajustement third , editioninier national seradeent , editer megranbiu kabakusta , lrd 1967 , p03.

التكيف الاجتماعي هو عملية ديناميكية مستمرة يهدف به الشخص إلى التغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه و بين البيئة ، و بناء على ذلك نستطيع أن نعرف هذه المظاهر بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء و بيئته . - (مصطفى فهمي ، " الصحة النفسية " ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 3 ، 1958 ، ص 329 .)

كما يعرف " يوسف مراد " أنه سلوك الفرد كي ينسجم مع غيره من الأفراد خاصة بإتباع التقاليد و الخضوع للإلتزامات الإجتماعية ، أما عندما يواجه الفرد شكله خلقية ، أو يعاني صراعا نفسيا تقتضي معالجته أن يغير الفرد من عاداته و إتجاهاته الجماعة التي كان فيها (يوسف مراد ، دراسات في التكامل النفسي ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 3 ، 1958 ، ص 329).

، و محاولة الفرد إحداث نوع من التوازن بينه و بين بيئته المادية و الإجتماعية و يكون ذلك عن طريق الإمتثال للبيئة و التحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه و بينها .<sup>1</sup> - (أحمد عزة راجح ، " أصول علم النفس " ، مكتبة الأنجلومصرية ، ط 01 ، سنة 1975 ، ص 29).

و لكن هناك من يرى بأن مفهوم التكيف الاجتماعي و التوافق لها نفس المعنى و يمكن أن يستعمل أحديهما كمرادف للآخر و منهم " مصطفى فهمي " أن العلم النفسي إستعار مفهوم البيولوجي للتكيف

والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح الهوائية و إستخدم في المجال النفسي و الإجتماعي تحت مصطلح التكيف الإجتماعي أو التوافق - (مصطفى فهمي ، مرجع سبق ذكره ، سنة 1979 ، ص 10).

## 2. اتجاهات التكيف الإجتماعي :

### 1-2. الإتجاه النفسي :

إن الإتجاه النفسي يؤمن بأن التكيف لا يكون إلا بواسطة إشباع الفرد لحاجاته النفسية و الإجتماعية و الجسمية ، وحسب " شافولورانس " إن الحياة سلسلة من عملية التكيف العجتماعي التي يعدل فيها الفرد سلوكه في سبيل الإستجابة للمواقف المركب الذي ينتج عن حاجاته و قدراته على إشباع هذه الحاجات ، و لكي يكون الإنسان سويا ينبغي أن توافقه مرنا ، و ينبغي أن تكون له القدرة على إستجابات متنوعة ثلاث المواقف المختلفة و ينتج في تحقيق دوافعه - (شافولورانس ، " علم النفس المرضي " ، ترجمة صبري جرجس ، فصل منشور في كتاب ميادين علم النفس ، المجلد الأول ، أشرف على الترجمة " يوسف مراد " ، دار المعارف القاهرة ، 1966 ، ص 36).

و كذلك شافر وشوين " و هما من مؤيدي هذا الإتجاه ، أن الكائن الحي يحاول في البداية إشباع دوافعه بأسهل الطرق فإذا لم يتسنى له ذلك فإنه يبحث عن أشكال جديدة للإستجابة ، إما بإحداث تعديل في البيئة أو تغيير دوافعه ذاتها ، و بهذا

psychalaayoo adju .saafel.fand shabenj - تكون الحياه عبارة معن عملية توافق مستمر بالنسبة للكائن الحي

stmentapproach .throu oh -thestudyof personalityse candittantre mal mili accampbchy new york 1985 p58

### 2-2. الإتجاه الإجتماعي :

يعرف التكيف ضمن هذا الإتجاه أنه " تلك العملة لمعايير التي يقتبس فيها الفرد السلوك الملائم للبيئة أو المتغيرات ، البيئة و بالنسبة لسلوك الفرد هو التغيير الذي يطرأ تبعا لضرورات التفاعل الإجتماعي و إستجابة لحاجة المرء إلى الإنسجام مع مجتمعه و مسايرة العادات و التقاليد الإجتماعية التي تسود في المجتمع " . - (أسعد رزوق . موسوعة علم النفس . بيروت . المؤسسة العربية للنشر والطبع . بيروت 1974 ص 29)

كما يدعم هذا الإتجاه " كرو كرو / I.D.CROW.ACROW " حيث أشار في كتابيهما أن التكيف يشير إلى مدى قدرة الموضوع " الفرد " على التلاؤم مع الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه في الوقت الذي يستطيع فيه أن يقيم علاقات منسجمة و سوية مع الظروف و المواقف و الأشخاص الذين يكونون البيئة المحيطة

## 2-2. الاتجاه التكاملي ( النفسي - الاجتماعي ) :

فالتكيف لا يحدث في هذا الإتجاه إلا بالتكامل و تفاعل الفرد و محيطه الاجتماعي ففي هذا المجال يرى البعض أن التوافق يمثل عملية دينامية تتناول السلوك و البيئة الطبيعية الاجتماعية بالتغيير و التعديل حتى يحدث توازن بين الفرد و بيئته .

<sup>1</sup>-( كمال دسوقي . علم النفس ودراسة التوافق . دار النهضة العربية للطباعة والنشر . بيروت 1974 ص29)

كما ترى في هذا الصدد " سمية أحمد فهمي " أن التكيف يتضمن تفاعل مستمر بين الشخص و بيئته فالشخص حاجات و البيئة مطالب ، و كل منهما يفرض مطالبه على الآخر ، ويتم التكيف أحيانا عندما يوضح الشخص إمكانياته البناء فيعدل الظروف البيئية التي تقف في سبيل تحقيق أهدافه و في أغلب الأحيان يكون التكيف حلا وسيطا بين هذين الطرفين ، و ينشأ سوء التكيف عندما يفشل الشخص في قدرة الشخص على التوافق بين رغباته و أهدافه من جهة ، و بين الحقائق و المادية و الاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى - (سمية أحمد فهمي . مجالات الصحة النفسية في المدرسة . حولية كلية البيئات . جامعة عين الشمس . القاهرة . طبعة عين الشمس العدد3 . القاهرة 1962 ص80)

تحقيق مثل هذا الحل الوسيط ، فتسوء صحته النفسية لأن مفهوم الصحة النفسية عند البعض يتمثل في قدرة الشخص على التوافق بين رغباته و أهدافه من جهة ، و بين الحقائق و المادية و الاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى <sup>1</sup> - (سمية أحمد فهمي . مجالات الصحة النفسية في المدرسة . حولية كلية البيئات . جامعة عين الشمس . القاهرة . طبعة عين الشمس العدد3 . القاهرة 1962 ص80)

## 3. أنواع التكيف الاجتماعي :

### 3-1. التكيف الذاتي :

و يقصد بذلك قدرة الفرد على التوفيق بين متطلباته و أدواره الاجتماعية المتصارعة مع الدوافع للوصول إلى الرضا و الإبتعاد عن الصراع ، إذا دور التكيف الاجتماعي الذاتي يمكن في التنسيق بين القوى الشخصية المختلفة لكي تعمل كوحدة لتحقيق أهداف الفرد و لذلك يعتبر الفرد من الصراعات الداخلية ، و من سمات الفرد الغير متكيف ذاتيا التعب

النفسي و الجسمي ، و قلة الصبر و سرعة الغضب ، الأمر الذي يؤدي إلى سوء علاقات الفرد الإجتماعية بالآخرين و لعل المدرسة الرواقية من الإتجاهات الفلسفية التي تنادي به التكيف الإجتماعي .

يقول " زينون " بأنه على الإنسان أن يعيش بمقتضى العقل في وفاق مع الطبيعة و خير مثال على التكيف الذاتي هو فيبول الطبيب على أن يعمل كمررض في المستشفى إذا لم يستطع إيجاد عمل له كطبيب . (سعيد عبد العزيز . جودات عزت عطويوي التوجيه المدرسي . دار الثقافة للنشر و التوزيع عمان ط سنة 2004 ص330

### 3-2. التكيف النفسي :

يلجأ الفرد للتكيف النفسي إذا ما شعر باختلال توازن ه النفسي أما لعدم إشباع حاجاته أو تحقيق أهدافه بهدف إعادة التوازن المفقود إلى ما كان عليه حاله من قبل ، و تمر عليه التكيف النفسي في مراحل منها وجود دوافع تدفع الإنسان إلى هدف خاص يسعى إليه و مرحلة وجود عائق يمنعه من الوصول إلى تحقيق ذلك الهدف ، فإذا نجح في ذلك فإنه سيصل إلى الرضا ، أما إذا لم يستطع في ذلك فإنه يلجأ إلى آليات الدفاع مثل أحلام اليقظة أو تعاطي المخدرات أو الكحول . إن السعادة تنتج من الداخل ثم تنعكس بعد ذلك على بيئته الخارجية - (سعيد عبد العزيز . جودات عطويوي . نفس المرجع ص331)

### 3-3. التكيف الإجتماعي :

يقصد بالتكيف الإجتماعي قدرة الفرد على التكيف مع نفسه الخارجية من أهل و أصدقاء و أبناء الوطن ، و بكل ما يحيط به من عوامل كالطقس و وسائل المواصلات و أجهزة و آلت و قيم و عادات و تقاليد و دين و علاقات إجتماعية و نظم سياسية و تعليمية و إقتصادية .. إلخ ، الذكر بأن الخارجية بيئة متغيرة من حين لآخر ، الأمر الذي يخلق للفرد القلق و الصراع ، التي تعتبر سلوكياته وفقاً لهذه التغيرات ، فإذا استطاع ذلك أشعر و أحس بالسعادة ، و إذا فشل شعر بالإحباط لذلك فإن التكيف الذاتي و الإجتماعي يتمثل في شعبي الفرد و قدرته على تكوين علاقات إجتماعية سليمة تقوم على الحب و التسامح و الإيثار و الإحترام في جو بعيد عن العدوان و الشك و الإشكال على الآخرين و تجاهل حقوق الآخرين و مشاعرهم ، و هي عملية توافق و يتقارب أدائهم و أفكارهم ، و أن التكيف الإجتماعي يؤدي إلى القضاء على الفتن و المشاحنات في الجماعات . - (سعيد عبد العزيز . جودات عطويوي . نفس المرجع ص331)

### 3-4. التكيف البيولوجي : من أمثلة التكيف البيولوجي إطلاق حيوان الحبار ( الأخطبوط ) أكبر حول نفسه

ليضلل عدوه و يساعد نفسه على تجنب الخطر و عدم إفتراسه و تعبير لون الحرب gelas لكي تنج

بنفسها من خطر الموت ، حيث يتغير لونها حسب العشب و الصخور التي تعيش بينها . - ( سعيد عبد

العزير . جودات عطوي مرجع سابق الذكرص230)

#### 4. شروط التكيف الإجتماعي :

##### 4-1. الراحة النفسية :

إن عدم الراحة النفسية و في أي جانب من جوانب حياة الفرد تحيل حياته إلى جحيم لا يطاق و من أمثلة عدم الراحة النفسية حالات الإكتئاب و القلق الشديد أو مشاعر الذنب أو الأفكار المتسلطة و عدم الإقبال للحياة و التحمي لها ، و لكن ليست معنى الراحة النفسية أنه لا يصادف الفرد أي عقبات أو موانع تقف طريق إشباع حاجاته المختلفة في تحقيق أهدافه في الحيات ، فكثيرا ما يصادف الفرد في حياته اليومية و إنما الشخص المتمتع بالصحة النفسية أو التكيف نفسيا هو الذي يستطيع مواجهة هذه العقبات و حل المشكلات بطريقة ترضاها نفسه و يقرها المجتمع . - (مصطفى فهمي " الصحة النفسية " ، دراسات في سيكولوجية التكيف . الناشر مكتبة الخانجي . القاهرة ط2 سنة 1987 . ص45)

##### 4-2. مفهوم الذات :

فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته كما أنها عامل أساس في التكيف الشخصي و الإجتماعي ، فاذات هي فكرة الشخص عن الوظائف النفسية التي تتحكم في السلوك الذي يقوم به و هي نظرة الشخص إلى نفسه بإعتباره مصدر الفعل .

##### 4-3. تقبل الذات و تقبل الآخرين :

يرتبط تقبل الآخرين بتقبل الذات فالشخص الذي لديه الثقة بنفسه و يثق بالآخرين يعتبر أكثر إهتماما و رغبة للإنتلاق و الأخذ بيد غيره كما يكون شديد الرغبة في أن يدع الآخرين يقودونه إلى عوالمهم و يعرضون عليه مشاكلهم الخاصة و يكون على قادرا التفاعل الإيجابي البناء مع الآخرين على الأخذ و العطاء معهم و بهذه الطريقة تكمل الدورة نفسها و يحدث التكيف . - ( مصطفى فهمي، نفس المرجع، ص48 ص49)

##### 4-4. القدرة على ضبط الذات و تحمل المسؤولية :

إن الشخص المتكيف هو الذي يستطيع التحكم في رغباته و يكون قادرا على إرجاء إشباع الحاجات و أن يتنازل عن الذات قريبة عاجلة في سبيل ثوابت ذات أبعد أكثر و أكثر دوما ، فهو الذي يعتبر نفسه مسؤولا عن أعماله و يتحمل هذه المسؤولية عن خاطر طيب و هذه إحدى السمات الهامة في الشخصية المتكاملة و منه التكيف .

**4-5. القدرة على النصيحة و خدمة الآخرين :**

من أهم سمات الشخص المتمتع بالصحة النفسية ( متكيف نفسيا ) ، قدرته على أن يمنح كما أن يأخذ من أي كان من طبقات المجتمع ، فالشخصية السوية و المتكيفة هي التي تساهم في خدمة الإنسانية عامة و تفعل ذلك في حدود إمكانياتها بالطبع . - ( مصطفى فهمي، مرجع سابق الذكر ، ص49 ص50)

**4-6. إتخاذ أهداف واقعية :**

إن الشخص المتصف بالصحة النفسية المتكيفة هو الذي يضع أمام نفسه أهدافا و مستويات للطموح و يسعى للوصول إليها حتى لو كانت تبدو له في غالب الأحيان بعيدة المنال فالتكيف المتكامل و السليم ليس معناه تحقيق الكمال ، بل يعني بذل الجهد و العمل المستمر في سبيل تحقيق الأهداف ، لكي يتحقق هذا يجب ألا يكون البعد شاسعا بين فكرة الشخص عن نفسه و بين الأهداف المسطرة لنفسه - سعيد عبد العزيز ، عزت عطوي ، التوجه المدرسي ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، طبعة 01، سنة 2004 ، ص232.

**4-7. إكتساب عادات و مهارات سليمة :**

و هي ما يساعد الفرد على إشباع حاجاته من تدريب و إكتساب مهارات مثل الإتصال و التواصل و المهارات الإجتماعية و مهارات حل المشكلات و ضبط الذات و و تأكديها كلها مهارات تساعد الفرد على التكوين السليم .

**4-8. المسايرة :**

تعني مسايرة الفرد للمعايير الإجتماعية في بيئته ، و لقيمه ، و أخلاق العشيرة ، و هي إحدى مظاهر التكيف مع المحيط ، فقد دفع الكثير من الفلاسفة والمفكرين حياتهم ثمنا لمعتقداتهم و مسايرتهم للأفكار التي كانت سائدة في عصرهم و منهم " سقراط " ، و " كوبرنيس " ، و بهذا المعنى فإن التكيف يعني الإستسلام للوصول إلى السلامة و بالتالي التكيف . (عبد العزيز ، عزت عطوي ، مرجع سابق الذكر ، ص233)

**5. أشكال التكيف الإجتماعي :**

يأخذ التكيف الإجتماعي بعض الأشكال التالية :

- التكيف في مجال الأسرة .
- التكيف في مجال العمل .
- التكيف الروحي .
- التكيف في مجال الدراسة .

التكيف مع الأصدقاء . - (محمد مصطفى أحمد ، التكيف والمشكلة المدرسية من منظور الخدمة الاجتماعية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، طبعة 01، سنة 1985، ص11-12)

## 6. عوامل التكيف الاجتماعي :

إن التكيف عملية ديناميكية مستمرة ، ذات حساسية بالغة إتجاه المؤثرات النابغة من الفرد نفسه ، أو المؤثرات الخارجية و مختلف الحاجات التي تتعلق بكونه إنسانا ، أو لكونه عنصرا في المجتمع الذي يعيش فيه ، حيث دوافع و مطالب الإنسان متواصلة حتى تحقيق أهداف و غايات تختلف من إنسان لآخر ، لكن تزيد الأمور صعوبة و تعقد مع المراهقين في تكيفهم نظرا لطبيعتهم المتقلبة و مطالبهم المتشعبة ، و أهم العوامل التي تساعد على التكيف الاجتماعي و هي كما يلي :

1- إشباع الحاجات الأولية و الحاجات الشخصية و يتوقف ذلك على أمرين :

أ. أن يكون للشخص قادرا على توجيه حياته توجيها ناجحا بحيث يشبع حاجاته المختلفة .

ب. أن يشبع الشخص حاجاته بطريقة لا تفرق إشباع الحاجات المشروعة للآخرين .

أن يتوفر لدى الفرد العادات والمهارات التي تيسر له إشباع الحاجات الملحة ، و هذه العادات تكون في المراحل المبكرة في حياة الفرد ، و لذلك فالتكيف هو في الواقع محصلة لما جربه الفرد في خبرات و تجارب أثرت في تعلمه للطرق المختلفة التي يشبع بها حاجاته . - سعد جلال ومحمد علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة 1992

ص471

## 7. أهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي:

" أن تأثير النشاط الرياضي يكون واضحا على السلوك الاجتماعي لدى المراهق و هذا من خلال Sippl يرى " سيبيل الملاحظة في كيفية تعامله مع الجماعات الممارسة معه للنشاط الرياضي و كذلك إستدعاء والديه و إجراء حوار معهما حول سلوك إبنهم في المنزل مع الأسرة و مع زملائه المجاورين له و إحتكاكه مع الآخرين في النادي الرياضي و إستنتاج

" : ممارسة النشاط الرياضي له أهمية بالغة و دور فعال من حيث مساعدة المراهق في تعلم أحسن Sippel " سيبيل  
" roiedelinducation physique dans le vanschagen " السلوك و بلوغ أعلى المستويات للتكيف الاجتماعي  
developpement de la personnalite " 1993 p.v paris page 371  
وقد أكد العالم " روسنبورغ " على وجود علاقة إيجابية بين التمرينات الرياضية و البدنية بالقدرات العقلية و الحالة النفسية  
و الإجتماعية التي تساهم في تحسين عملية التكيف النفسي و الاجتماعي للمراهق

<sup>1</sup> - vanschagen , ou vrage precedant et page 371

## خلاصة :

إن التكيف الاجتماعي هو مدى قدرة الفرد على التكيف و الإنسجام بين إشباع حاجاته المتعددة و إمكانياته الذاتية و العقلية الحقيقية و ظروف الواقع المعاش ، فهدف إقامة الإنسان علاقات إجتماعية مع الغير هو التكيف مع الوسط الاجتماعي ، فإذا حدثت العلاقة و لم يتحقق التكيف كانت النتيجة ظهور السلوكات السلبية مثل الإنطواء ، العدوان ، و تختلف مظاهر التكيف الاجتماعي باختلاف الفروق الفردية و الإجتماعية من فرد لآخر .

إن التكيف الاجتماعي موضوع إنشغال الكثير من العلماء ، حيث أقروا أن التكيف لا يستطيع أن يتحقق إلا بممارسة النشاط البدني و الرياضي و تلقي التوجيهات و الإرشادات يختلف أحسن التلاميذ في الوسط الاجتماعي .

1- دراسة إستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهرى لبناء البحث كله ، وهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي ، اذا من خلالها يمكن وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها (محي الدين مختار بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر سنة1995 ص47،

- فالدراسة الاستطلاعية إذ هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها ، وصدقها لصمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني ، كما تساعد البحث على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق .

- وبناء على هذا قمنا قبل المباشرة بإجراء الدراسة الميدانية بدراسة استطلاعية كان الغرض منها مايلي :

- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه

- التعرف على ملائمة فقرات القياس لعينة البحث

أ- وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة وخصائصها

ب- التأكد من وضوح التعليمات

- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية وبالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل

التي من شأنه أن يواجهها .

## 2- المنهج المتبع :

بالنظر للمشكلة التي طرحناها ، و طبيعة الموضوع المقترح ، اعتمدنا على المنهج الوصفي ، وذلك لتلائمه مع موضوعنا هذا ، و هو عبارة عن بحث عن أوصاف دقيقة للأنشطة و الأشياء و العمليات و الأشخاص بتصويرهم للوضع الراهن في بعض الأحيان ، كما يحددون العلاقات التي توجد بين التظاهرات أو التيارات التي تبدو في عملية نموه ، ومن حين لآخر يحاولون وضع تنبؤات عن الأحداث المقبلة . - (د. حسن احمد الشافعي مبادئ البحث في التربية البدنية والرياضية ، منشأة المعارف الإسكندرية ، سنة 1994 ، ص 46).

### 3- مجتمع و عينة البحث :

#### 3-1- مجتمع الدراسة و البحث :

و هي المجموعة الكلية للأفراد الذين يريد إجراء الباحث دراسته عليهم ، و بما أن بحثنا يركز حول دراسة أثر ممارسة الرياضة المدرسية و دورها في تحقيق التكيف الإحتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، فتمحور مجتمع بحثنا حول تلاميذ السنة أولى والثانية ثانوي بثانويات مدينة غليزان وعددهم 1026 تلميذ والثانويات هي :

- ثانوية عدة بن عودة. = ثانوية احمد مدغري - ثانوية سي الطارق
- ثانوية احمد فرانسيس . -ثانوية العقيد علي تونسي

### 3-2- العينة الإحصائية :

- شملت عينة البحث تلاميذ السنة أولى والثانية ثانوي و الغير الممارسين للرياضة المدرسية على مستوى ثانويات مدينة غليزان، البالغ عددهم 200 تلميذ منهم 100 ممارس للنشاط الرياضي المدرسي و 100 تلميذ غير ممارس للنشاط الرياضي المدرسي، و تمت عملية إختيار العينة بطريقة عشوائية بمساعدة أساتذة التربية البدنية و الرياضة الذين دلونا على التلاميذ الغير الممارسين .

### 4- أدوات البحث :

-مقياس التكيف الاجتماعي

لغرض قياس مستوى التكيف الاجتماعي لعينة البحث لتلاميذ الطور الثانوي لجا الباحثان الى استخدام مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي الذي تم اعداده من قبل الباحث فيصل نواف عبد الله 1978 - مواصفات اداة القياس :

-البعد الاول : علاقة التلاميذ بالزملاء عباراته من 01 الى 27

البعد الثاني : علاقة التلاميذ بالاساتذة عباراته من 01 الى 28

البعد الثالث : علاقة التلاميذ بالادارة عباراته من 01 الى 19

البعد الرابع : علاقة التلاميذ بالنشاطات الاجتماعية عبارته من 01 الى 25

### 5- تحديد متغيرات الدراسة :

إن إشكالية فرضيات كل دراسة تصاغ على شكل متغيرات يؤثر إحداها على الآخر ، بالإعتماد على مفاهيم و مصطلحات و أوجب علينا تحديد هذه المتغيرات و هي كالآتي :

1. المتغير المستقل : الرياضة المدرسية .

2. المتغير التابع : التكيف الإجتماعي .

الوسائل الاحصائية المستخدمة:

لغرض اثراء الدراسة استخدم الباحثان الوسائل الاحصائية التالية..

- الوسط الحسابي - اختبارات (للعينات المتساوية وغير المرتبطة)

- الانحراف المعياري - اختبار تستيودنت -ت-

- مجالات البحث :

1. المجال البشري : تلاميذ ثانويات مدينة غليزان

2. المجال الزمني :تحدد هذه الدراسة في السنة الدراسية (2016-2017) .

3.المجال المكاني. ثانويات ولاية غليزان وهي : -ثانوية سي الطارق -ثانوية احمد مذغري-

ثانوية عدة بن عودة - ثانوية احمد فرانسيس - ثانوية العقيد علي التونسي

7- صدق الأداة :

• الصدق الظاهري :

للحصول على صدق المقياس تم عرضه على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجالات العلوم التربوية والنفسية والادارة والاقتصاد والاختبارات والمقاييس لمعرفة وضوح الاسئلة وصياغتها ودقتها وما تتمتع به من موضوعية وملاءمتها لاهداف البحث اذ اشار elbe الى ان افضل وسيلة للتاكيد من صدق الاداة هو ان يقرر عدد من المختصين مدى تغطية الفقرات الجوانب الصفة المراد قياسها وشموليتها.

.-ثبات المقياس :

لغرض التعرف على ثبات المقياس تم تطبيقه على عينة الثبات المكونة من 15 تلميذ تم اختيارها بالطريقة العشوائية وبعد مرور ثلاثة اسابيع تم اعادة تطبيق المقياس فيبلغ معدل ثبات المقياس (0.84) وهو معامل ثبات عالي يمكن من خلاله اعتماد المقياس وتطبيقه .

### تمهيد :

بعد جمع الوسائل والمعطيات الخاصة بالدراسة وقفنا على اهم العناصر التي تتدخل في حل مشكلة الدراسة وهذا من منطلق المعرفة العلمية التي ارتأيناها الا وهي عرض جملة النتائج والاستخلاصات التي سنتوصل اليها من خلال هذا البحث .

## عرض وتحليل النتائج :

### - عرض وتحليل نتائج مقياس التكيف الاجتماعي .

جدول رقم (1) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث

المحاور		الممارسين		الغير ممارسين	
		س	ع	س	ع
علاقة التلاميذ بالزملاء		58.521	6.901	54.442	7.423
علاقة التلاميذ بالمدرسين		56.843	7.001	52.211	7.532
علاقة التلاميذ بالادارة		47.111	8.001	44.052	7.901
علاقة التلاميذ بالنشاط الاجتماعي		49.321	5.432	40.639	6.245
التكيف الاجتماعي		211.795	8.421	191.344	9.432

من خلال الجدول (1) تبين بان اعلى وسط حسابي للتلاميذ الممارسين في محاور التكيف الاجتماعي هو

محور علاقة التلميذ بزملاءه بلغ قيمة الوسط الحسابي 58.521 درجة وبانحراف المعياري 6.901

وكذلك بالنسبة للتلاميذ غير الممارسين حيث بلغ قيمة الوسط الحسابي 54.442 درجة وبانحراف معياري

مقداره 7.423 بينما بلغ اقل وسط حسابي للتكيف الاجتماعي للتلاميذ الممارسين هو محور علاقة التلميذ

بالادارة بمقدار 47.111 درجة وبانحراف معياري مقداره 8.001 درجة وبلغ اقل وسط حسابي بالتكيف

الاجتماعي للتلاميذ الغير الممارسين هو محور موقف التلاميذ من النشاط الاجتماعي بقيمة 49.321 درجة وبانحراف معياري مقداره 6.245 .

وتبين بان الوسط الحسابي للتكيف الاجتماعي للتلاميذ الممارسين اعلى قيمة منالوسط الحسابي للتلاميذ الغير الممارسين حيث بلغ مقداره 211.795 درجة وبانحراف معياري مقداره 8.421 درجة وبينما بلغ الوسط الحسابي للتلاميذ الغير ممارسين مقدار 191.344 درجة وبانحراف معياري مقداره 9.432 درجة .

عرض وتحليل النتائج :

- جدول (2) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي وقيمة ت- المحسوبة ومستوى الفروق فيما يخص محور علاقة

التلاميذ بالزملاء

الغير الممارسين	الممارسين	-----
100	100	ن
54.44	58.52	س
7.42	6.90	ع
4.08		ت محسوبة
2.24		ت الجدولية
0.05		مستوى الدلالة

- الجدول (2) يتبين ان الوسط الحسابي لمحور علاقة التلاميذ بالزملاء اعلى قيمة من الوسط الحسابي للتلاميذ الغير الممارسين حيث بلغ مقداره 58.52 وبانحراف معياري 6.90 بينما بلغ الوسط الحسابي للتلاميذ الغير ممارسين 54.44 وبانحراف معياري مقداره 7.42 بينما بلغت قيمة ت المحسوبة 4.08 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 198

الاستنتاج:

نستنتج ان هناك فرق دال احصائيا في علاقة التلاميذ الممارسين والغير الممارسين بالزملاء وذلك لصالح الممارسين .

عرض وتحليل النتائج:

- جدول (3) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين

للنشاط الرياضي وقيمة ت- المحسوبة ومستوى الفروق فيما يخص محور علاقة

التلاميذ بالاساتذة .

الممارسين	الغير الممارسين	-----
100	100	ن
56.84	52.21	س
7.001	7.53	ع
4.53		ت محسوبة
2.24		ت الجدولية
0.05		مستوى الدلالة

- الجدول (3) يتبين ان الوسط الحسابي لمحور علاقة التلاميذ بالاساتذة للتلاميذ الممارسين اعلى قيمة من

الوسط الحسابي للتلاميذ الغير الممارسين حيث بلغ مقداره 56.84 وبانحراف معياري 7.001 بينما بلغ

الوسط الحسابي للتلاميذ الغير ممارسين 52.21 وبانحراف معياري مقداره 7.53 بينما بلغت قيمة

ت المحسوبة 4.53 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 198

الاستنتاج:

نستنتج ان هناك فرق دال احصائيا في علاقة التلاميذ الممارسين والغير الممارسين بالاساتذة وذلك لصالح الممارسين .

عرض وتحليل النتائج:

جدول (4) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي وقيمة ت- المحسوبة ومستوى الفروق فيما يخص محور علاقة التلاميذ بالادارة

الغير الممارسين	الممارسين	-----
100	100	ن
44.05	47.11	س
7.90	8.001	ع
2.73		ت محسوبة
2.24		ت الجدولية
0.05		مستوى الدلالة

- الجدول (4) يتبين ان الوسط الحسابي لمحور علاقة التلاميذ بالزملاء للتلاميذ الممارسين اعلى قيمة من الوسط الحسابي للتلاميذ الغير الممارسين حيث بلغ مقداره 47.11 وانحراف معياري 8.001 بينما بلغ الوسط الحسابي للتلاميذ الغير ممارسين 44.05 وانحراف معياري مقداره 7.9 بينما بلغت قيمة ت المحسوبة 2.73 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 198

الاستنتاج:

نستنتج ان هناك فرق دال احصائيا في علاقة التلاميذ الممارسين والغير الممارسين بالادارة وذلك لصالح الممارسين

عرض وتحليل النتائج:

جدول (5) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط

الرياضي وقيمة ت- المحسوبة ومستوى الفروق فيما يخص محور علاقة التلاميذ

بالنشاط الاجتماعي

الممارسين	الغير الممارسين	-----
100	100	ن
49.32	40.63	س
5.43	6.24	ع
10.59		ت محسوبة
2.24		ت الجدولية
0.05		مستوى الدلالة

الجدول (5) يتبين ان الوسط الحسابي لمحور علاقة التلاميذ بالزملاء للتلاميذ الممارسين اعلى قيمة من

الوسط الحسابي للتلاميذ الغير الممارسين حيث بلغ مقداره 49.32 وانحراف معياري 5.43 بينما بلغ

الوسط الحسابي للتلاميذ الغير ممارسين 40.63 وانحراف معياري مقداره 6.24 بينما بلغت قيمة ت

المحسوبة 10.59 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 198

الاستنتاج:

نستنتج ان هناك فرق دال احصائيا في علاقة التلاميذ الممارسين والغير الممارسين بالنشاط الاجتماعي

وذلك لصالح الممارسين

- عرض وتحليل الفروقات الاحصائية للتكيف الاجتماعي للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي .

جدول (6) يوضح مستوى الفروق في مستوى التكيف الاجتماعي بين الممارسين وغير الممارسين

للنشاط الرياضي

الممارسين	الغير الممارسين	-----
100	100	ن
211.79	191.34	س
8.42	9.34	ع
16.36		ت محسوبة
2.24		ت الجدولية
0.05		مستوى الدلالة

. الجدول (6) يتبين ان الوسط الحسابي للتكيف الاجتماعي للتلاميذ الممارسين اعلى قيمة من

الوسط الحسابي للتلاميذ الغير الممارسين حيث بلغ مقداره 211.79 و بانحراف معياري 8.42 بينما بلغ

الوسط الحسابي للتلاميذ الغير ممارسين 191.34 و بانحراف معياري مقداره 9.34 بينما بلغت قيمة ت

المحسوبة 16.36 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 198

الاستنتاج:

نستنتج ان هناك فرق دال احصائيا في مستوى التكيف الاجتماعي بين التلاميذ الممارسين والغير

الممارسين وذلك لصالح الممارسين للنشاط الرياضي .

## 5-1 الاستنتاجات :

من خلال المعالجات الاحصائية و عرض نتائج البحث و مناقشتها استنتجنا ما ياتي:

-ان ممارسة الرياضة لها تأثير ايجابي في تحقيق التكيف الاجتماعي من خلال الفروق

المعنوية بين الرياضيين وغير الرياضيين والتي ظهرت لصالح الرياضيين في التكيف

الاجتماعي المدرسي.

- ان لممارسة الرياضة دور في زيادة العلاقة بين التلميذ وزملاءه

- ان لممارسة الرياضة دور في زيادة العلاقة وتمتينها بين التلميذ وأساتذته

- ان لممارسة الرياضة دور في زيادة العلاقة بين التلميذ والادارة

- ان لممارسة الرياضة دور في زيادة الرغبة للتلميذ في المشاركة في النشاطات الاجتماعية

- مناقشة الفرضيات :

1- مناقشة الفرضية العامة: (تلعب ممارسة الرياضة المدرسية دورا حاسما في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى التلاميذ المتمدرسين الممارسين ) خلال تحليلنا لنتائج مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي تبين ان هناك فرق ذات دلالة احصائية وهذا ما يوضحه الجدول رقم (6) حيث بلغت المحسوبة 16.36 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 وامام درجة حرية 198 وهذا ما يدل على تحقق الفرضية التي تعطي الفرق الاحصائي للتلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي .

2- مناقشة الفرضيات الجزئية:-1- مناقشة الفرضية الاولى: (تتباين علاقة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي مع نظرائهم ) خلال تحليلنا لنتائج محور علاقة التلاميذ بالزملاء تبين ان هناك فرق ذات دلالة احصائية وهذا ما يوضحه الجدول رقم (2) حيث بلغت المحسوبة 4.08 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 وامام درجة حرية 198 وهذا ما يدل على تحقق الفرضية التي تعطي الفرق الاحصائي للتلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي

2- مناقشة الفرضية الثانية: (توجد فروق دالة احصائية في طبيعة علاقة التلاميذ الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي مع الاساتذة) خلال تحليلنا لنتائج محور علاقة التلاميذ بالاساتذة تبين ان هناك فرق ذات دلالة احصائية وهذا ما يوضحه الجدول رقم (3) حيث بلغت المحسوبة 4.53 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 وامام درجة حرية 198 وهذا ما يدل على تحقق الفرضية التي تعطي الفرق الاحصائي للتلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي .

2-3- مناقشة الفرضية الثالثة: (توجد فروق دالة احصائية في طبيعة علاقة التلاميذ الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي مع الادارة) خلال تحليلنا لنتائج محور علاقة التلاميذ بالادارة تبين ان هناك فرق ذات دلالة احصائية وهذا ما يوضحه الجدول رقم (4) حيث بلغت المحسوبة 2.73 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 وامام درجة حرية 198 وهذا ما يدل على تحقق الفرضية التي تعطي الفرق الاحصائي للتلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي .

4- مناقشة الفرضية الرابعة: (توجد فروق دالة احصائية في طبيعة علاقة التلاميذ الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي مع اوجه النشاط الاجتماعي) خلال تحليلنا لنتائج محور علاقة التلاميذ بالنشاطات الاجتماعية تبين ان هناك فرق ذات دلالة احصائية وهذا ما يوضحه الجدول رقم (5) حيث بلغت المحسوبة 10.59 وهي اكبر من ت الجدولية 2.24 تحت مستوى دلالة 0.05 وامام درجة حرية 198 وهذا ما يدل على تحقق الفرضية التي تعطي الفرق الاحصائي للتلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي .

## الإقتراحات والتوصيات :

على ضوء ما توصلنا إليه والدراسة المفصلة في هذا الجانب والتي أثبتت أن الرياضة المدرسية تساعد المراهق على تحقيق التكيف الاجتماعي وإدماجه داخل الجماعة والمجتمع وتكزيته تكويننا صحيحا وسليما وتنمية قدراته العقلية وتطوير النضج الفكري وتنشئته تنشئة صحيحة من حيث البنية الجسمية ، قوي الشخصية ذا أفكار بناءة يعمل على النهوض بالرياضة الوطنية وتمثيلها أحسن تمثيل وتكيفه مع المجتمع وانسجامة وتقبله ظروف الواقع المعاش ارتأينا أن نقدم بعض الاقتراحات والتوصيات إلى كل من يهمله الأمر من مسؤولين ومربين وأولياء نتمنى أن تؤخذ بعين الاعتبار وأن تجد آذانا صاغية تترجم في المستقبل القريب إلى أهداف

- إعطاء أهمية بالغة لمرحلة المراهقة باعتبارها المرحلة الأساسية لترسيخ الخبرات والمكتسبات
- اعتبار المراهق مركز اهتمام وبؤرة النشاط وقلب العملية التنموية
- إدراك أهمية الممارسة الرياضية في حياة المراهق ودورها في تطوير وتكوين شخصيته
- تطوير المنشآت الرياضية داخل الثانويات للرفع من مستوى الرياضة التنافسية وطنيا ودوليا
- ازدياد الاهتمام بالرياضة المدرسية من خلال إقامة دورات تنافسية مكثفة ومنظمة
- التنسيق بين الممارسة في النوادي لخلق التكامل بينهما
- إجراء الدورات الرياضية بين التلاميذ في أوقات العطل والمناسبات الوطنية
- توفير الوسائل البيداغوجية لممارسة الأنشطة المتعددة
- الاستعمال العقلاني للمنشآت الرياضية لقطاع الشباب والرياضة خاصة مع توفير النقل
- ضرورة توفير مراقبة طبية دورية ومستمرة وهذا بتعيين طبي وشبه طبي خاص بالعملية واستغلال وسائل الصحة المدرسية

- الاهتمام بالفئة الموهوبة وتشجيعها ماديا ومعنويا وكذلك ضمها إلى رياضة النخبة
- تشجيع التلاميذ المراهقين على القيام بممارسة الرياضة المدرسية من خلال إقامة منظمات خاصة بها
- إقامة جلسات وملتقيات منظمة بين المشرفين على الرياضة المدرسية حتى يتمكن لهم توجيه المواهب بعد اكتشافها



## الاستنتاج العام:

بعد انتهائنا من هذه الدراسة استخلصنا عدة نتائج هامة، و توصلنا من خلالها إلى إثبات صحة الفرضيات المقترحة في بداية الدراسة ، فتبين لنا أن ممارسة الرياضة المدرسية تساهم في تحقيق التكيف الاجتماعي للتلاميذ المراهقين في هذه المرحلة الحساسة في حياته.

إذ تبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى التكيف الاجتماعي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين ، وهذا ما تؤكدته النتائج المتحصل عليها وما تحققه الفرضية العامة " للرياضة المدرسية دور في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية " .

فكانت درجة التكيف الاجتماعي مرتفعة عند الممارسين عكس غير الممارسين ، وأيضاً فيما يخص دور الرياضة المدرسية مما تلعبه من دور في الارتقاء بالعلاقات الاجتماعية بين التلميذ والزملاء وبين التلميذ والاساتذة والادارة وتنمية القدرات العقلية و تطوير النضج الفكري وتنشئة جيل صحيح البنية الجسمية وقوي الشخصية والنهوض بالرياضة الوطنية وتمثيلها أحسن تمثيل وإنشاء العلاقات الأخوية وصدقات متينة في الوسط الاجتماعي.

ومن خلال هذا كله تبين لنا أن للرياضة المدرسية دور في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

## قائمة المراجع باللغة العربية :

- أحمد عزة راجح ، " أصول علم النفس " ، مكتبة الأنجلومصرية ، ط 01 ، سنة 1975 .
- أسعد رزوق . موسوعة علم النفس . بيروت . المؤسسة العربية للنشر والطبع .بيروت1974.
- إنتصار يونس ، " السلوك الإنساني " ، المكتبة الجامعية ، مصر ، ط1 ، سنة 2002 .
- إبراهيم محمد سلامة ، " اللياقة البدنية للإختبارات و التدريب ، ط2 ، دار المعارف ، القاهرة 1980
- توفيق الحداد ، " علم النفس الطفل " ط1 ، بدون سنة .
- جلال سعد علاوي محمد ، " علم النفس التربوي الرياضي " ، دار المعارف ، ط1 ، سنة 1986 .
- حامد عبد السلام زهران ، " علم النفس الإجتماعي " ، ط 5 ، علم الكتب ، القاهرة 1985 .
- حامد عبد السلام زهران ، " علم النفس النمو " ، القاهرة ، ط2 ، سنة 1995.
- حامد عبد السلام زهران ، " علم الطفولة و المراهقة " ، عالم الكتابة ، القاهرة ، 1997 .
- حسن شحاتة سدقان . أسمى علم الاجتماع .دار النهضة العربية . القاهرة 1956.
- حسن مصطفى وإبراهيم وهيب ، سمعان و آخرون ، " إتجاهات جديدة بالإدارة المدرسية " ، دار المعارف ، ط1 ، سنة 1986 .
- سامي عريف و آخرون ، منهج البحث العلمي و أساليبه ، ط2 ، دار المجدلاوي للنشر ، عمان سنة 1999.
- سعد جلال ومحمد علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة 1992
- سعيد عبد العزيز . جودات عزت عطوي التوجيه المدرسي . دار الثقافة للنشر و التوزيع عمان، ط 02 سنة 2004 .
- سمية أحمد فهمي . مجالات الصحة النفسية في المدرسة . حولية كلية البيئات . جامعة

- عين الشمس . القاهرة . طبعة عين الشمس العدد 3 . القاهرة 1962 .
- شافولورانس ، " علم النفس المرضي " ، ترجمة صبري جرجس ، فصل منشور في كتاب ميادين علم النفس ، المجلد الأول ، أشرف على الترجمة " يوسف مراد " ، دار المعارف القاهرة ، 1966 .
- صلاح عبد الحميد ونجاة عبد الله ، " الإدارة المدرسية " ، دار العلوم ، ط 1 ، سنة 1986 .
- عبد الرحمان العيسوي ، " علم النفس النمو " ، دار المعرفة الجامعية ، ط 1 ، سنة 1995 .
- عبد الرحمان عيسوي ، " معالم علم النفس " ، داو النهضة العربية ، ط 1 ، سنة 1984 .
- عبد العالي الجسماني ، " بسلوكولوجية الطفولة و المراهقة و حقائقها الأساسية " ، دار العربية للعلوم ، ط 1 ، سنة 1994 .
- عقيل عبد الله ، الإدارة و التنظيم في التربية الرياضية ، بغداد ، ط 2 ، 1986 .
- علاوي محمد صالح ، " علم النفس الرياضي " ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 1 ، سنة 1987 .
- فؤاد البهي السيد ، " الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة " ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1995 .
- قاسم المندلاوي و آخرون، دليل الطالب في التحقيقات الميدانية في التربية الرياضية ، الجزء الثاني ، الموصل ، العراق ، 1999 .
- كمال دسوقي . علم النفس ودراسة التوافق . دار النهضة العربية للطباعة والنشر . بيروت 1974 .
- محمد حسن علاوي ، " علم النفس الرياضي " ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 2 ، سنة 1992 .
- محمد رفعت ، " المراهقة و سن البلوغ " ، دار المعارف للطباعة و النشر ، لبنان ، ط 1 ، سنة 1974 .
- محمد عادل خطاب ، التربية الوطنية للخدمة الإجتماعية ، ط 2 ، دار النهضة العربية ، القاهرة ،

مصر 1965

- محمد عاطف غيث . قاموس علم الإجتماع . دار المعرفة الجامعية . الإسكندرية 1989 ص 17
- محمد عاطف نجيب ، " قاموس علم النفس " ، دار المعرفة ، الإسكندرية ، سنة 1989 .
- محمد علي ، " بيولوجية المراهق " ، دار البحوث العلمية ، سنة 1990 .
- محمد عماد الدين الإسلامي ، " النمو في مرحلة المراهقة " ، ط 1 ، دار القلم ، الكويت 1982 .
- محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشطي ، " نظريات و طرق التربية البدنية " ، ط 2 ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، سنة 1992 .
- محمد مصطفى أحمد ، التكيف والمشكلة المدرسية من منظور الخدمة الاجتماعية ، دار الفكر العربي القاهرة ، طبعة 01 ، سنة 1985 .
- محي الدين مختار ، " محاضر علم النفس الإجتماعي " ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، ط 1 ، سنة 1990 .
- مصطفى رزيف ، " خفايا المراهقة " دار النهضة العربية دمشق ، 1960 .
- مصطفى غالب ، " بسلوكية الطفولة و المراهقة " ، منشورات مكتبة الهلال ، بيروت ، ط 1 . القاهرة ط 2 سنة 1987 .
- ميخائيل خليل عوض ، " مشكلات المراهقة في المدن و الريف " ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 1 ، سنة 1971 .
- وهيب سمعان و محمد منير موسى ، " الإدارة المدرسية الحديثة " ، دار المعارف ، مصر ، ط 1 ، سنة 1989 .
- يوسف مراد ، دراسات في التكامل النفسي ، دار المعارف ، القاهرة ، ط 3 ، 1985 .

## ▪ قائمة المراجع باللغة الأجنبية :

- Alderman (ed) manuel de psychologie de sport ,édition , Vigot , paris ,1990.

Delnandsherg , introduction a la recherche en education ed.acclin, Bourreier, paris, 1976

- Fernandez (b) psychologie et compétences sportive , édition , Vigot , paris 1977

- Lagaruss.r , processus de ajustement sportif , édition nationale seradeent , éditeur megranbiu kabakusta , lrd 1967

- i – f – s . origine objectifs structure s 1996.

Moucica ,angers, linitaiq a la methodologie des sciences humaines 2eme édition celinc 1996 .

- Thil(E) Thomas (R) L'educateur Sportif Preparation Au Brevet D'etat – Paris – Vioat , 2000 ..

- Matuiv (t.p) aspects fondamentaux de l'entraînement , édition Vigot , paris , 1989 .

- Waring (h.t.r) psychologie sportive , édition , Vigot , paris , 1976.

–saferl.fand shabenj .psychologie adju stmentapproach .throu oh –thestudyof personalityse candittantre mal mili accampbchy new york 1985

vanschagen " roiedelinduction physique dans le développement de la personnalité " 1993 p.v paris

- Jeawduerre Famose , Florance Bulrie ,La Commauss Ance De Soi En Psychologie De L Education Phisique Et Sportif , Et Bid.

## ■ المنشورات الرسمية و الوثائق :

- وزارة الشبيبة و الرياضة للجمهورية الجزائرية ، قانون التربية البدنية و الرياضة ، المؤرخ في : 23

أكتوبر 1976

-جمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية ، وزارة الشباب و الرياضة ، الأمر رقم : ( 95/09 ) ،المتعلق

بتوجيه المنظومة الوطنية للتربية البدنية و الرياضة و تنظيمها و تطويرها ، المؤرخ في رمضان 1415 هـ

، الموافق ل : 25 فيفري 1995 ، ص 09 .

- الجريدة الرسمية ، الأمر رقم : ( 97 / 376 ) ، الصادر بتاريخ 08 أكتوبر 1997 م ، المتعلق بالتربية

البدنية و الرياضة و تطويرها .

- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية ، وزارة الشباب و الرياضة ، مرجع سابق الذكر ، 1995 ،

ص 09 .

- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية ، وزارة الشباب و الرياضة،أمر رقم 95 / 09 ، المؤرخ في

25 فبراير 1995 ، يتعلق بتوجيه المنظومة الوطنية للتربية الرياضية و تطويرها .

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

## إستمارة المقياس

### أعزائي التلاميذ :

يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة للإجابة على ماورد فيها من أسئلة ، وكلية ثقة فيكم وفي إجابتكم وبذلك تكونون قد ساهمتم في إنجاح هذا البحث الذي نحن بصدد إنجازه والذي موضوعه :  
" ممارسة الرياضة المدرسية ودورها في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية " .

ملاحظة : من فضلك ضع علامة x على الإجابة المختارة

1- الصفة : - ممارس

- غير ممارس

المحور الاول- علاقة التلاميذ بالزملاء -

1- اكون صداقات بسهولة مع زملائي في الثانوية ؟

نعم  لا  لا أدري

2- الزملاء يكرهونني؟

نعم  أحيانا  لا

3- الزملاء يسخرون مني في الثانوية؟

نعم  لا  لا أدري

4- اغير من زملائي واحسدهم ؟

نعم  لا

5- احتاج ان ابوح بمتاعبي لاصدقائي ؟

نعم  لا  لا أدري

6- لي اصدقاء كثيرون في الثانوية؟

نعم  أحيانا  لا

7- يهمني ان ينجح زملائي في الثانوية ؟

نعم  لا  لا ادري

8- كثيرا ما يجرح الزملاء شعوري في الثانوية؟

نعم  لا  لا أدري

9- اتالم عندما تتعرض ممتلكات التلاميذ للعبث والتخريب؟

نعم  أحيانا  لا

10- اشعر ان زملائي يهتمون بالاشياء التي اهتم بها ؟

نعم  أحيانا  لا

11- ارغب في تقديم المساعدة لزملائي في الثانوية ؟

نعم  لا  لا أدري

12- اشعر بالسعادة عندما يتخاصم زملائي في الثانوية ؟

نعم  أحيانا  لا

13- اجد صعوبة في الاندماج مع زملائي في عمل مشترك؟

نعم  أحيانا  لا

14- اشعر ان زملائي يتهايمون ضدي؟

نعم  أحيانا  لا

15- اشعر ان لي مكانة حسنة بين زملائي؟

نعم  أحيانا  لا

16- يسعدني التحدث مع زملائي في ممرات الثانوية؟

نعم  أحيانا  لا

17- اجد السعادة عندما اتحدث مع زملائي عن ذكريات لطيفة؟

نعم  لا  لا أدري

18- استمتع بمجرد وجودي مع تلاميذ صفي؟

نعم  لا  لا أدري

19- ينفذ صبري بسهولة عند مناقشة زملائي في الثانوية؟

نعم  لا  لا أدري

20- اميل الى الجلوس بعيدا عن زملائي في الثانوية؟

نعم  لا  لا أدري

21- استطيع ان اشكل صداقات بسهولة ؟

نعم  لا  لا أدري

22- في كثير من الاحيان اكون مفيدا لزملائي؟

نعم  لا  لا ادري

اشعر بالسعادة عندما يفرح زملائي؟

نعم  لا  لا ادري

24- احاول دائما ان اصلح بين زملائي المتخاصمين؟

نعم  لا  لا ادري

25- كثيرا ما يسمع زملائي مقترحاتي؟

نعم  لا  لا ادري

26- اقع زملائي بوجهة نظري بسهولة؟

نعم  لا  لا ادري

27- كثيرا ما اختلف مع الزلائي في الثانوية؟

نعم  لا  لا ادري