

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية.

## العنوان:

ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي ودوره في تحسين  
بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية (16-18 سنة)

بحث مسحي أجري على تلاميذ بعض ثانويات ولاية معسكر.

- الأستاذ المشرف:

- بن قناب الحاج

- لجنة المناقشة:

- د. طاهر طاهر

- أ. بن طالب

من إعداد الطلبة:

تاجموت عبد الحق.

ثابت حسان.

السنة الجامعية : 2014/2013

## كلمة شكر و تقدير

نحمد الله عز وجل ونشكره على النعمة التي أنعمها علينا ونحمده على نعمة الإيمان وتوفيقه لنا لإتمام هذه المذكرة والصلاة والسلام على سيدنا محمد خاتم الأنبياء والمرسلين. كما نتقدم بفائق الشكر والتقدير والاحترام إلى الأستاذ المشرف على المذكرة "بن قناب الحاج" الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته وإرشاداته النيرة والتي أنارت درب عملنا هذا البحث المتواضع. كما نتقدم بالشكر إلى جميع الأساتذة والدكاترة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. وعموما نشكر كل من اشترك وأعطانا يد المساعدة من قريب أو بعيد لإثراء هذا العمل خدمت للبحث العلمي.

## إهداء

نحمد الله العليّ القدير الموفق لكل صلاح على توفيقه في إنجاز هذا البحث المتواضع  
\*أهدي ثمرة جهدي إلى من قال فيهما الله سبحانه وتعالى بعد بسم الله الرحمن الرحيم  
"وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا «

الآية 23- 24 من سورة الإسراء

\*إلى من سهرت الليالي على راحتي بدون ضجر ولا عتاب وتفنن عمرها في  
سعادتي بلا آه ولا حساب إلى أمي الحنون أطال الله في عمرها.  
\*كما أهدي عصارة عملي إلى من رباني فأحسن تربيتي والذي لا تزال كلمة السعد  
تخرج من فمه حتى قال فيه النبي صلى الله عليه وسلم " أنت ومالك لأبيك " إلى مثلي  
في الوجود الأب حفظه الله  
\*إلى من ترعرعت وكبرت بينهم إختوتي وأخواتي والأهل والأقارب.  
\*إلى كل من يعرفني من قريب ومن بعيد وإلى كل أصدقاء الدرب بالجامعة وما قبل  
الجامعة

\*وإلى كل أصدقائي الذين أعرفهم والذين أحبهم.

\*إلى عمال وأساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية خاصة الأستاذ  
المشرف بن قناب الحاج

\*إلى من تقاسمت معهم أعباء المذكرة صديقي تاجموت عبد الحق.

\* إلى من تصفح مذكرتي إليكم جميعا أهدي عصارة جهدي إلى دفعة 2013-

2014

نحمد الله العلي القدير الموفق لكل صلاح على توفيقه في إنجاز هذا البحث المتواضع

\*أهدي ثمرة جهدي إلى من قال فيهما الله سبحانه وتعالى بعد بسم الله الرحمن الرحيم  
"وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا «

"الآية 23-24 من سورة الاسراء

إلى من سهرت الليالي على راحتى بدون ضجر ولا عتاب وتفنن عمرها في سعادتى  
بلا آه ولا حساب إلى أمى الحنون أطال الله في عمرها.

\*كما أهدى عصارة عملي إلى من رباني فأحسن تربيتي والذي لا تزال كلمة السعد  
تخرج من فمه حتى قال فيه النبي صلى الله عليه وسلم " أنت ومالك لأبيك " إلى مثلي  
في الوجود الأب حفظه الله

\*إلى من ترعرعت وكبرت بينهم إخوتي وأخواتي والأهل والأقارب.

\*إلى كل من يعرفني من قريب ومن بعيد وإلى كل أصدقاء الدرب بالجامعة وما قبل  
الجامعة

\*وإلى كل أصدقائي الذين أعرفهم والذين أحبهم.

\*إلى عمال وأساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية خاصة الأستاذ  
المشرف بن قناب الحاج

\*إلى من تقاسمت معهم أعباء المذكرة صديقي ثابت حسان.

\* إلى من تصفح مذكرتي إليكم جميعا أهدى عصارة جهدي إلى دفعة 2013-

2014

تأجمرت بحمد الحق

الله أكبر

شكر و

أ	تقدير.....
ب	إهداء .....
ج	قائمة الجداول .....
د	قائمة الأشكال .....
<b>التعريف بالبحث</b>	
01	المقدمة .....
02	مشكلة .....
03	أهداف البحث.....
03	فرضيات البحث.....
03	أهمية البحث .....
04-03	مصطلحات البحث .....
05	الدراسات المشاهدة.....
07	تعليق على الدراسات المشاهدة .....

### الباب الأول: الجانب النظري

#### الفصل الأول: النشاط الرياضي اللاصفي

11	تمهيد .....
11	1-1 التربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية .....
11	1-2 - أشكال ممارسة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية.....
12	1-3 - أهمية التربية البدنية و الرياضية .....
12	1-4 - أعراض التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية .....
13	1-5 - الممارسة الرياضية .....
14	1-6 - مفهوم النشاط الرياضي اللاصفي .....
15	1-7 - أنواع النشاط الرياضي اللاصفي .....
16	1-8 - أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي .....
17	1-9 - وظائف النشاط الرياضي اللاصفي .....
19	1-10 - فوائد النشاط الرياضي اللاصفي.....

- 11-1-11-أسس اعداد وتنظيم النشاط الرياضي اللاصفي ..... 20
- 12-1-12-الفرق الرياضية المدرسية ..... 21
- 13-1-13-طرق اختيار الفرق الرياضية المدرسية ..... 21
- 14-1-14-اشترك الفرق الرياضية المدرسية ..... 22
- 15-1-15-أهم النصوص التنظيمية و التشريعية للنشاط الرياضي اللاصفي ..... 22
- 16-1-16-الخلاصة ..... 23

### الفصل الثاني: الشخصية

- تمهيد ..... 25
- 2- مفهوم الشخصية ..... 25
- 2-3-أبعاد الشخصية ..... 27
- 2-4- مكونات الشخصية ..... 28
- 2-5-محددات الشخصية ..... 30
- 2-6- العوامل المؤثرة في الشخصية ..... 32
- 2-7- أنواع الشخصية ..... 33
- 2-8- اثر الرياضة في الشخصية ..... 34
- 2-9- نظريات الشخصية ..... 35
- 2-9-1- نظرية الدافعية ..... 36
- 2-9-2- نظرية الأنماط ..... 36
- 2-9-3- نظرية التعلم ..... 36
- 2-9-4- النظرية الظاهرية ..... 36
- 2-10- أهم طرق قياس الشخصية ..... 36
- 2-10-1- طريقة الملاحظة ..... 36
- 2-10-2- المقابلة الشخصية ..... 37
- 2-10-3- الاستخبارات ..... 37
- الخلاصة ..... 38

### الفصل الثالث: خصائص ومميزات المرحلة العمرية (16-18 سنة)

- تمهيد ..... 40
- 3-1- مفهوم المراهقة ..... 41

42.....	3-2- أنماط المراهقة
45.....	1-3- خصائص النمو في مرحلة المراهقة
47.....	4-3- أزمة المراهقة
47.....	1-5- حاجات المراهق
49.....	خلاصة

## الباب الثاني: الجانب التطبيقي

### الفصل الأول: منهجية البحث و الدراسة الميدانية

52.....	تمهيد
52.....	1 1- منهج البحث
52.....	1 2- مجتمع البحث
53.....	1 3- عينة البحث
53.....	1-4- متغيرات البحث
53.....	1-5- مجالات البحث
53.....	1-5-1- المجال المكاني
54.....	1-5-2- المجال الزمني
54.....	1-5-3- المجال البشري
54.....	1-6- أدوات و تقنيات البحث
54.....	1-6-1- الاستبيان
54.....	1-6-2- الأسئلة المغلقة
54.....	1-6-3- الأسئلة المفتوحة
55.....	1-6-4- الأسئلة المحددة بأجوبة
55.....	1-7- الدراسة الاستطلاعية
55.....	1-8- الأسس العلمية للاستبيان
55.....	1-8-1- الصدق
55.....	1-8-2- الثبات
56.....	1-8-3- الموضوعية
56.....	1-9- الدراسة الإحصائية
57.....	1-10- صعوبات البحث

58.....	11-1- خلاصة.....
<b>الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة النتائج</b>	
60.....	1-2- تحليل و مناقشة الاستثمار الخاصة بالأساتذة.....
79.....	2-2- تحليل و مناقشة الاستثمار الخاصة بالتلاميذ.....
98.....	3- الاستنتاجات.....
100-99.....	4- مقارنة النتائج بالفرضيات.....
101.....	5- التوصيات و الاقتراحات.....
102.....	6- الخلاصة.....
103.....	7- الخلاصة العامة.....

المصادر و المراجع

الملاحق

ملخص البحث

قائمة

الأشكال

و الجداول

قائمة الجداول و الأشكال البيانية (دوائر نسبية)

الصفحة	عنوان الدوائر النسبية	الرقم
60	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 01 للمحور الأول.	01
61	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 02 للمحور الأول.	02
62	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 03 للمحور الأول	03
63	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 04 للمحور الأول	04
64	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 5 للمحور الأول	05
65	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 6 للمحور الأول	06
66	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 07 للمحور الأول	07
67	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 01 للمحور الثاني.	08
68	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 02 للمحور الثاني	09
69	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 03 للمحور الثاني	10
70	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 04 للمحور الثاني	11
71	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 05 للمحور الثاني	12
72	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 06 للمحور الثاني	13
73	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 01 للمحور الثالث	14
74	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 02 للمحور الثالث	15
75	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 03 للمحور الثالث.	16
76	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 04 للمحور الثالث	17
77	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال الخامس للمحور الثالث.	18
78	تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال السادس للمحور الثالث.	19
79	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الأول للمحور الأول.	20
80	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثاني للمحور الأول.	21
81	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثالث للمحور الأول.	22
82	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الرابع للمحور الأول.	23
83	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الخامس للمحور الأول.	24
84	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال السادس للمحور الأول.	25
85	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال السابع للمحور الأول.	26

86	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الأول للمحور الثاني.	27
87	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثاني للمحور الثاني.	28
88	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثالث للمحور الثاني.	29
89	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الرابع للمحور الثاني.	30
90	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الخامس للمحور الثاني.	31
91	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال السادس للمحور الثاني.	32
92	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الأول للمحور الثالث.	33
93	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثاني للمحور الثالث.	34
94	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثالث للمحور الثالث.	35
95	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الرابع للمحور الثالث.	36
96	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الخامس للمحور الثالث.	37
97	تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال السادس للمحور الثالث.	38

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
60	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 1 للمحور الأول..	01
61	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 2 للمحور الأول	02
62	تمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 03 للمحور الأول	03
63	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 4 للمحور الأول.	04
64	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 5 للمحور الأول	05
65	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 6 للمحور الأول	06
66	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 07 للمحور الأول	07
67	تمثل النسب المئوية قيم ك2 للسؤال رقم 01 للمحور الثاني	08
68	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 02 للمحور الثاني	09
69	: يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 03 للمحور الثاني	10
70	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 04 للمحور الثاني	11
71	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 05 للمحور الثاني	12
72	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 06 للمحور الثاني..	13
73	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 01 للمحور الثالث.	14
74	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 02 للمحور الثالث	15
75	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 03 للمحور الثالث	16
76	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 04 للمحور الثالث	17
77	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 5 للمحور الثالث	18
77	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 6 للمحور الثالث	19
78	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 01 للمحور الأول.	20
79	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 02 للمحور الأول	21
80	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 03 للمحور الأول	22
81	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 04 للمحور الأول	23
82	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 05 للمحور الأول	24
83	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 06 للمحور الأول	25
84	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 07 للمحور الأول	26

85	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 01 للمحور الثاني.	27
86	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 02 للمحور الثاني.	28
87	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 03 للمحور الثاني.	29
88	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 04 للمحور الثاني.	30
89	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 05 للمحور الثاني.	31
90	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 06 للمحور الثاني.	32
91	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 01 للمحور الثالث.	33
92	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 02 للمحور الثالث.	34
93	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 03 للمحور الثالث.	35
94	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 04 للمحور الثالث.	36
95	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 05 للمحور الثالث.	37
96	يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 06 للمحور الثالث.	38

التعريف بالبيت

## 1- المقدمة:

يعد النشاط الرياضي اللاصفي ميدانا هاما من ميادين التربية ، يهدف إلى إعداد الفرد و يزوده بالخبرات والمهارات التي تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه و يجعله قادرا على مسايرة العصر في تطوره و نموه والأنشطة الرياضية و إن اختلفت مصطلحاتها و تسميتها تبقى تعبر عن حركة الإنسان المنظمة، سواء كانت في مستواها التربوي التعليمي أو في إطارها التنافسي بين الأفراد و المجتمعات ، و يعتبر النشاط الرياضي اللاصفي في مرحلة التعليم الثانوي والذي يشارك فيه التلاميذ في مختلف الأنشطة و الفعاليات الرياضية عبر فرق رياضية مدروسة الوسيلة و الطريقة الأساسية في عملية زيادة مردودية درس التربية البدنية و تحسين مستوى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي. إذ أنه أداة تستخدمها المدرسة أو النظام التربوي العام في تكوين و تحسين شخصية التلاميذ في بعض جوانبها الوجدانية(الانفعالية)، الاجتماعية، المعرفية ، الحسية الحركية لأنه محور العملية التربوية. فالمدرسة عبارة عن وحدة اجتماعية شأها في ذلك شأن الأسرة ، فهي تساهم عن طريق ما تخلقه من مواقف اجتماعية متنوعة في بناء شخصية الفرد الاجتماعية، إذ بواسطتها يتعلم الفرد كيف يعيش ويتعامل مع الآخرين ((سيكولوجية الطفولة و المراهقة، 1991))

و يوصي علماء النفس و الاجتماع و التربية بضرورة الاهتمام بالمراهق منذ الطفولة و يتضمن هذا بالإضافة إلى النمو الذي ينسجم مع الدوافع و الاتجاهات و السلوك، فتظهر فائدة النشاط الرياضي اللاصفي من خلال التفاعل الاجتماعي الايجابي الذي يمكن التلاميذ من الاحتكاك و التواصل ، إضافة إلى وضعها لضوابط اجتماعية عبر التفاعل الاجتماعي كالتعاون و التنافس لواقع السلوك الإنساني الذي يتأثر به الفرد خاصة في مرحلة المراهقة ، مما يدعو إلى إحاطته بالرعاية الكافية من النمو في نواحي عديدة ، فهناك ما يتصل بالنواحي الجسمية، و نمو يتعلق بالنواحي الانفعالية، الاجتماعية ، المعرفية و العقلية. و من المعروف أن النشاط الرياضي اللاصفي له دور ايجابي في تكوين شخصية المراهق، و انطلاقا من هذه النظرة يعد النشاط الرياضي اللاصفي من الأسس المفيدة التي يتركز عليها درس التربية البدنية و الرياضية في تنمية و تكوين الفرد و توجيهه توجيها علميا، و من خلال ما تقدم ذكره ارتأينا تقديم هذه الدراسة المتواضعة والتي نتناول من خلالها "ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي ودوره في تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية."

## 2- مشكلة البحث:

إن النشاط الرياضي اللاصفي يكتسي أهمية كبيرة، فهو عبارة عن مخطط دقيق و كامل ، و كذلك هو عبارة عن مجموعة من العمليات و الطرق البيداغوجية العلمية الطبية الصحية التي بإتباعها يكسب الجسم الصحة ، و ممارسة هذا النوع من الرياضة منذ دخول التلميذ المرحلة الابتدائية مرورا بمرحلة

النضج والمراهقة التي فيها يطرأ على الجسم جملة من التغيرات في شتى النواحي و هذا يعني أن المراهق يمر بمرحلة انتقالية في حياته قد تكون مؤثرة سلبيا على سلوكه و تظهر سلوكيات غير لائقة على الآخرين ، و لكي يتم التأكد والتحقق من بلوغ النشاط الرياضي اللاصفي الغاية التي وجد من أجلها، يجب توفير بيانات ومعلومات يتم بواسطتها الحكم على دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في تحسين بعض جوانب شخصية المراهق المتمثلة في الجوانب الوجدانية الانفعالية، الاجتماعية ، المعرفية، الحسية الحركية، و انطلاقا من هذا و لحل هذه المشكلة يرى الطالب الباحث أهمية المحاولة على الإجابة على التساؤلات التالية:

### **\*التساؤل العام:**

هل للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

### **\*التساؤلات الفرعية:**

- هل للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين الجانب الوجداني (الانفعالي)؟
- هل للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين الجانب الحسي الحركي ؟
- هل للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين الجانب المعرفي الاجتماعي ؟

### **3- \* أهداف البحث:**

#### **3-1-الهدف العام من البحث:**

معرفة دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية.

#### **3-2-الأهداف الجزئية:**

- معرفة دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في تحسين الجانب الوجداني(الانفعالي).
- معرفة دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في تحسين الجانب الحسي الحركي.
- معرفة دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في تحسين الجانب المعرفي الاجتماعي.

#### **4- \*فروض البحث:**

- للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين الجانب الوجداني (الانفعالي)
- للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين الجانب الحسي الحركي.
- للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين المعرفي الاجتماعي.

#### **5-أهمية البحث:**

البحث هو دراسة تحليلية يستخدم فيها المنهج الوصفي لدراسة ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية لبعض ثانويات ولاية معسكر، و تكمن أهمية البحث في معرفة دور النشاط الرياضي اللاصفي في تكوين و تطبيع شخصية المراهق و تنظيم سلوكه .

## 6- التعاريف الإجرائية لمصطلحات البحث:

### 1- النشاط الرياضي اللاصفي:

1-1- النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي: هو النشاط الذي يقدم خارج أوقات الدروس داخل الثانوية والغرض منه هو إتاحة الفرصة لكل تلميذ لممارسة النشاط المحب إليه و يتم عادة في أوقات الراحة الطويلة و القصيرة في اليوم الدراسي و ينظم طبقا للخطة التي يضعها المدرس سواء كانت مباريات بين أقسام أو عروض مؤدية أو أنشطة تنظيمية ((نظريات و طرق التربية الرياضية، 1987)) و يعرف النشاط الرياضي الداخلي كذلك بأنه البرنامج الذي تديره المدرسة خارج الجدول المدرسي أي النشاط اللاصفي .

### 1-2- النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات رسمية بين فرق المدرسة و المدارس الأخرى و للنشاط الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قمة البرنامج الرياضي المدرسي العام الذي يبدأ من الدرس اليومي ثم النشاط الداخلي لينتهي بالنشاط الخارجي. حيث يصيب فيه خلاصة الحدود و المواهب الرياضية في مختلف الألعاب بتمثيل المدرسة في المباريات المدرسية ، كما يسهل من خلاله اختيار لاعبي منتخب المدارس لمختلف المنافسات الإقليمية و الدولية

### 2- الشخصية: يرى (جوردون ألبرت) أن الشخصية هي تنظيم الديناميكي داخل الفرد لأجهزة

جسمية التي تحدد الطابع المميز لسلوكه و تفكيره جملة. (أحمد أمين فوزي، 2003 ،

النفس

### 2\_1 الشخصية إجرائيا: هي مجموعة السمات التي تميز فردا ما و هي التنظيم الثابت

صفحة 132)

الفرد و مزاجه، و مجموعة الأنشطة التي يمكن اكتشافها عن طريق الملاحظة

و الدائم إلى حد لطباع

الفعلية للسلوك.

### 3\_ المراهقة: هي مرحلة انتقالية ما بين الطفولة و الرشد، حيث تعد من المراحل الحساسة و

حياة كل فرد لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية و جسمية مفاجئة تترتب عنها

الصعبة في

توترات انفعالية

و تكثر فيها المشاكل النفسية و الاجتماعية غالبا ما تعكس حياة المراهق. (محمد عطية البرش،

الصفحات 13-14).

## 7- الدراسات المشابهة: من الدراسات التي استعنا بها في دراستنا هي:

- 1- دراسة مروان مصطفى و آخرون، تحت عنوان الأنشطة الرياضية اللاصفية في مرحلة التعليم الثانوي بين الواقع و الطموح، سنة 2008/2007 رسالة ليسانس، حيث يهدف الباحثون في هذه الدراسة إلى معرفة واقع الأنشطة الرياضية اللاصفية في مرحلة التعليم الثانوي و التعرف على طموحات التلاميذ و الأساتذة من النشاط الرياضي اللاصفي. أما بالنسبة لفرضيات البحث فتمثلت فيما يلي: واقع الأنشطة الرياضية اللاصفية تعترضها جملة من السلبيات و العراقيل و أن ما يطمح إليه الأساتذة و التلاميذ من النشاط الرياضي اللاصفي يمكن تحقيقه بتضافر الجهود ، أما منهج البحث المتبع من طرف الباحث فاستعمل المنهج الوصفي، بالنسبة لعينة البحث تكونت من 300 تلميذ منخرط من ولاية تيارت من أصل 1656 منخرط في ممارسة الأنشطة الرياضية اللاصفية ، 30 أستاذ من أصل 109. على ضوء ذلك تمثلت أداة البحث في استمارة استبيان كانت موجهة إلى التلاميذ و الأساتذة التعليم الثانوي، حيث تحصل الباحثون على مجموعة من الاستنتاجات من بينها:
  - إشراف أغلب الأساتذة على الفرق الرياضية المدرسية عند وجودها عدم وضع الإدارة كل المرافق تحت تصرف الأساتذة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية اللاصفية إلا بعض المرافق.
  - عدم إعطاء فرصة للتلاميذ للمساهمة في تنظيم مثل هذه المنافسات الداخلية.
  - عدم وضع خطة و برنامج مسطر خاص بالأنشطة الرياضية اللاصفية من الجهة المالية.و من هنا كانت التوصيات في هذا البحث كالتالي
  - وضع خطة و برنامج مسطر خاص بالأنشطة الرياضية اللاصفية من الجهة المالية.
  - وضع الإدارة كل المرافق تحت تصرف الأساتذة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية اللاصفية.
  - إعطاء فرصة للتلاميذ في المساهمة على تنظيم مثل هذه المنافسات الداخلية.
- 2- دراسة لعربي باشا خالد، مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر في التربية البدنية و الرياضية تحت عنوان "دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي عند تلاميذ المرحلة الثانوية في تحقيق بعض الأهداف التعليمية" حيث كان التساؤل حول معرفة دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي عند تلاميذ المرحلة الثانوية في تحقيق بعض الأهداف التعليمية سنة 2009، حيث كان هدف البحث في هذه الدراسة إلى معرفة دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي عند تلاميذ المرحلة الثانوية في تحقيق بعض الأهداف التعليمية في المجال الحسي الحركي البدني المعرفي. حيث افترض الباحث أن لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي عند تلاميذ المرحلة الثانوية دور في تحقيق بعض الأهداف التعليمية في المجال الحسي، الحركي، البدني، المعرفي. أما منهج البحث المتبع من طرف الباحث فاستعمل المنهج الوصفي، بالنسبة لعينة البحث تكونت من 280 من التلاميذ المشاركين في النشاط الرياضي اللاصفي من أصل 846

و 280 تلميذ غير مشارك من أصل 8960، أما بالنسبة للأساتذة فتمثلت في 36 أستاذ من أصل 63 أستاذ. أما أداة البحث المستعملة فتمثلت في استمارات استبائية، حيث استنتج الباحثون أن ممارسة التلميذ النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في:

- اكتسابه لبعض القدرات البدنية مثل القوة ، السرعة، الرشاقة، و من هنا توصل الباحثون إلى مجموعة من التوصيات و هي:

- وضع برنامج دقيق و مسطر للنشاط الرياضي اللاصفي من طرف الجماعات المختصة.  
- الربط بين التربية الرياضية و النشاط الرياضي اللاصفي باعتباره النشاط المكمل و من أجل تحقيق أهداف التربية البدنية و الرياضية.  
- نشر الوعي و حب الرياضة داخل المؤسسات و المدارس و زيادة الإقبال على النشاط الرياضي اللاصفي.

**3- دراسة "قامير إبراهيم" و "مناد مراد" و "وجدي ميلود":** مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية و الرياضية، جامعة تسمسليت سنة 2013، والتي كانت مدرجة تحت عنوان "أهمية الرياضة المدرسية في تطوير بعض جوانب شخصية المراهق من الناحية النفسية و الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثانوي" حيث كان التساؤل في هذا البحث كالأتي: هل للرياضة المدرسية أثر في بناء شخصية المراهق؟ و من منطلق هذا التساؤل المطروح جاءت صياغة الأهداف على النحو الأتي:

- معرفة واقع الرياضة المدرسية داخل المؤسسات التربوية خاصة الثانوية  
- إبراز أهمية الرياضة المدرسية في بناء شخصية المراهق و توجيه سلوكه.  
- الغوص في شخصية المراهق و الوقوف على كافة العوائق التي تصادفه و كيفية تخلصه منها.  
و من هنا كانت فرضيات البحث كالأتي:

- الرياضة المدرسية تساعد المراهق على الإدماج السليم في المجتمع  
- انضمام المراهق و إدماجه في الفرق الرياضية المدرسية يساعده في التخفيف من الضغط النفسي  
- تعتبر الرياضة المدرسية عنصرا مساعدا في توازن شخصية المراهق. أما المنهج المتبع من طرف الباحث فاستعمل المنهج الوصفي، بالنسبة لعينة البحث فقد تم اختيار عشوائيا حيث اشتمل على 20 أستاذ و 120 تلميذ. على ضوء ذلك فقد تمثلت أداة البحث في استمارة استبيان. و من هنا استنتج الباحث مايلي:

- تساهم الرياضة المدرسية بشكل كبير في بناء شخصية سوية و متكاملة للمراهق  
- إن الرياضة المدرسية تعتبر أفضل نشاط يتمشى مع نمو المراهق في كل الميادين و تكسبه توازن و توافق سليم ، و من هنا كانت التوصية في هذا البحث كالتالي:

- إدراك أهمية الممارسة الرياضية عامة ، و النشاطات التربوية في الثانويات خاصة.

-اعتبار المراهق مركز الاهتمام و بؤرة النشاط و قلب العملية التنموية.

#### 8-التعليق على الدراسات المشابهة:

بما أن البحوث التي نقوم بها تعتمد على دراسات سابقة و آراء متنوعة في الموضوع الذي تطرق إليه الباحثون من قبلنا، فإن الهدف من هذه الدراسات هو تحديد ما سبق إتمامه و خاصة ما يتعلق بمشكلة البحث المطلوبة بعد دراستها لأجل تفادي التكرار. و من خلال اطلاعنا على هذه الدراسات السابقة التي اتخذناها نحن كدراسة مشابهة لموضوع بحثنا في بعض الأمور التي كانت مفيدة لنا و أخذ معلومات مفيدة لنا في إنجاز موضوع بحثنا سواء المتمثلة في منهج المتبع في هذه الدراسات أو في استنباط و أخذ بعض المعلومات في بناء استمارتنا أو في استعانتنا بها في الجانب النظري، و يذكر محمد حسن علاوي و أسامة كامل راتب أن الفائدة من التطرق إلى الدراسات السابقة تكمن في أنها تدل الباحث على المشكلات التي تم إنجازها من قبل أو المشكلات التي لا زالت في حاجة إلى دراسة.

# الباب الأول

## الجانب النظري

# الفصل الأول

النشاط الرياضي الاليفي

## تمهيد:

بقيت التربية البدنية و الرياضية و لفترة ليست بالوجيزة لا تحظى بالاهتمام الكافي في الوسط المدرسي عموما وفي المرحلة الثانوية خصوصا فالبعض ينظر إلى التربية البدنية على أنها نوع من الحشو في الجدول المدرسي (عموما) أو أنها فترة راحة بين الدروس اليومية و مازال هناك فهم خاطئ للتربية البدنية و الرياضية و أهدافها. إلى غاية 1974 تميزت المدرسة الجزائرية بقللة الشجاعة و المبادرة في استحداث طريقة جديدة للتدريس فإذا أخذنا بعين الاعتبار التعليم القديم الراض للتربية البدنية و الرياضية و ممارستها نجد أن معظم مدراء المدارس كان لهم اتجاه أساسي في تسميتها العنصر المشوش للتعليم ككل. و بصدور قانون تنظيم المنظومة الوطنية للتربية البدنية و الرياضية في 14 فبراير 1989 هذا القانون يحدد الحقوق و الواجبات لهذا المجال الحيوي الهام فهو ينظم الحركة الرياضية الوطنية بصفة عامة و كذلك الحركة الرياضية في الوسط الخارجي. قد أصدرت الوزارات قرارات كان الغرض الأساسي منها وضع التربية البدنية و الرياضية في مكائها السليم داخل المنظومة التربوية حيث نصت المادة 01 من التعليم الوزارية المشتركة رقم 15 المؤرخة في 03 فبراير 1993 و المتعلقة بتنظيم الممارسة الرياضية التربوية و التنافسية في الوسط التربوي. (تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 متعلقة بتنظيم الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي مؤسسات التربية، 1993)

### 1-1- التربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية:

يرى الدكتور الحماحي و الدكتور أمين الخولي 1990 أنه حتى يمكن إعطاء أفضل فهم للتربية البدنية الرياضية كمادة دراسية يجب الاعتماد على الخبرة الواقعية المشاهدة في الميدان التي يمكن أن تتمثل في المهارات الأدائية و المعرفة المطلوبة الأساسية لممارسة الرياضة و أيضا الاتجاهات التي تحملها الأفراد تجاه الأنشطة البدنية بشكل عام الاتجاه ألوان في أنواع الرياضة المختلفة بشكل خاص يعتقد" لوسين بلاسيك "Lawson Placek أن ما ندرسه يتوقف على عاملين أساسيين هما خصائص الطلاب في طبيعة المادة الدراسية فإذا ما دمج هذان العاملان معا فإن مفهوم التربية البدنية الرياضية يمكن أن يتضح لنا.

### 1-2- أشكال ممارسة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية:

يرى السيد "دبيشي رشيد" المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية أن التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية تتم عمليا جانبين:  
الجانب الأول: دروس التربية البدنية لا تعد وفقا لبرنامج مسلم من قبل وزارة التربية الوطنية حيث خصصت له ساعتان أسبوعيا تتم غالبا في حصّة واحدة أي ساعتين متتاليتين في هذه الحصص هي مقررة رسمية إجبارية كما تنص على ذلك القوانين، في هذا الجانب من الممارسة لا يخصصه بالبحث الباحث.

الجانب الثاني: النشاط الرياضي اللاصفي، إن المنافسات الرياضية في أحد الأركان الأساسية لبرنامج التربية البدنية و الرياضية و يحقق نفس أهداف الدروس الدولية و هي تتمثل النشاط اللاصفي و تنقسم المنافسات بدورها في الثانوية إلى قسمين منافسات داخلية و منافسات خارجية رسمية. (مقابلة مع السيد ديشي - المدير التقني للإتحادية الجزائرية الرياضية المدرسية، 03 جويلية 1998 )

### 1-3-أهمية التربية البدنية و الرياضية:

يرى أحد العلماء أن للتربية البدنية و الرياضية أهمية كبيرة في عملية بناء الفرد و تطوره و تشكل له شخصية كاملة و شاملة بدنيا، عقليا، نفسيا، اجتماعيا بحيث يحتاج الفرد لممارسة النشاط الرياضي كاللعب و الحركة مدة ساعات يوميا و بشكل منتظم و ذلك لكي ينمو بتعافي و نشيط و مكمل أجهزته الداخلية و تكيف لكافة الاحتمالات و الظروف و المعارك الحياتية. (أمين أنور الخولي، الصفحات 41-48)، و في هذا السياق يرى المفكر "سقراط" أنه على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على اللياقة البدنية لمواطن صالح يخدم مجتمعه و يستجيب لنداء الوطن، و يرى عالم الاجتماع الروسي "نوفيكوف" أن أهمية التربية البدنية و الرياضية تمثل في وظائف تحسين الصحة لمقاومة الإنسان لعوامل الانحطاط البيئي، مضاعفة طاقة العمل و الإنتاج و هي مظهر لنجاح النشاط الاجتماعي. (أحمد بوسكرة، صفحة 09)، كما تساهم التربية البدنية الرياضية في التنمية و تقدم ثقافة الأمة و تساعد بصفاتها لون من ألوان التربية في العمل على تحقيق الأهداف التربوية فهي حلقة سلسلة العوامل المؤثرة الكبيرة التي تساعد على تحقيق المثل العليا للدولة و تساهم في رسالة المجتمع.

### 1-4-أغراض التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية:

1-4-1- الأغراض الجسمية: تنمية الكفاية البدنية و المحافظة عليها، تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة، ممارسة العادات الصحية السليمة، إتاحة الفرصة للناخبين رياضيا من الطلاب للوصول إلى مراتب البطولة.

1-4-2- الأغراض العقلية: تنمية الحواس، تنمية القدرة على دقة التفكير، تنمية الثقافة.

1-4-3- الأغراض الخلقية: تنمية الصفات الخلقية و الاجتماعية المنشودة، تنمية صفات القيادة الرشيدة و التبعية الصالحة.

1-4-4- الأغراض الاجتماعية: تهيئة الجو الملائم الذي يمكن الطلاب من إظهار التعاون و إنكار الذات و الأخوة و الصداقة و إعداد الطالب للتكيف بنجاح في المجتمع الصالح، إتاحة الفرصة للتعبير عن النفس و الابتكار و إشباع الرغبة المحاطة حتى ينمو الطالب نموا نفسيا اجتماعيا. (عدنان درويش جلول- د. أمين أنور الخولي- د. محمود عبد الفتاح عنان، 1994، الصفحات 29-30)

### 1-5-الممارسة الرياضية:

### 1-5-1- مفهوم الممارسة الرياضية:

تعرف الرياضة المدرسية على أنها: الجزء المتكامل من العملية التربوية، تثري و توافق الجوانب البدنية والعقلية الاجتماعية و الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط المباشر عن طريق ممارسة الأنشطة البدنية. (عرار خالد حسني، 2003، صفحة 07)

### 1-5-2- أنواع الممارسة الرياضية:

تنوعت و تعددت الممارسة الرياضية، مما ساعد على سهولة ممارستها لجميع العمار و الجناس و فيما يلي عرض لأنواع الممارسة الرياضية

**ألعاب خفيفة:** تنظيمها قليل مثل القط و الفأر و السيحة

**ألعاب فردية و ثنائية :** مسابقات رياضية، باد متتون، بلياردو، جولف، راكيت، البالي، التنس الرضي، اسكواش، تنس الطاولة

**ألعاب جماعية:** كرة السلة، هوكي، كرة القدم، الكرة الناعمة، كرة الطائرة.

**ممارسات رياضية أخرى :** دراجات، تجديف شراع، مصارعة جري، قفز، تزلج الجليد، الإنقاذ، القفز بالباراشوت، تصويب، سباحة. (عبد السلام تھاني، 2001، صفحة 255)

### 1-5-3- مستويات الممارسة الرياضية:

**1-3-5-1- الاشتراك الابتكاري:** و هو الذي يعمل فيه الممارس الرياضي على الابتكار عن طريق اندماجه التام في نوع النشاط الممارس، مثل اللاعب الذي يعشق لعبته و يندمج فيها، و يبرع و يبدع فيها.

**1-3-5-2- الاشتراك الايجابي:** و هو ذلك النوع من الاشتراك في أوجه النشاط الرياضي الذي يسهم في تنمية الفرد جسميا أو عقليا أو نفسيا كممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة: كرة القدم و السلة و التمارين الرياضية و السباحة و التزلج.

**1-3-5-3- الاشتراك السلبي:** و هو ذلك الاشتراك الذي يكون فيه اندماج الفرد بالممارسة معدوما واستمتاعه ليس بالقدر الذي يهزه عاطفيا مثل مشاهدة المباريات على التلفاز (عبد السلام تھاني، 1979، صفحة 69)

### 1-6- مفهوم النشاط الرياضي اللاصفي:

إن النشاط الرياضي اللاصفي هو إحدى الركائز التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية، و هي عبارة عن أنشطة مختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية و على كل المستويات، تسهر على

تنظيمها وإنتاجها كل من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية بالتنسيق مع الرابطة الولائية لرياضة المدرسية في القطاع المدرسي، و لتغطية بعض النقائص ظهرت الجمعية الوطنية للرياضة المدرسية، و هذا الحرص والمراقبة على النشاطات و إعادة الاعتبار للرياضة المدرسية، إن للنشاط الرياضي في المنظومة التربوية مكانة هامة وبعد تربوي معترف به تسعى كل من وزارة التربية الوطنية و الشبيبة و الرياضة إلى ترقية كل المستويات و إلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية في أوساط التلاميذ حيث من الممكن أن تساهم هذه العملية بقسط وافر من تحقيق هذه الغاية (عبد القادر حاكمي ، 2004، صفحة 04)، و يعرف محمود ( 1998) النشاط المدرسي على أنه "خطة مدروسة ووسيلة إثراء المنهج و برنامج تنظمه المؤسسة التعليمية يتكامل مع البرنامج العام يختاره المتعلم و يمارسه برغبة و تلقائية بحيث يحقق أهداف تعليمية و تربوية وثيقة الصلة بالمنهج المدرسي أو خارجه، داخل الفصل أو خارجه خلال اليوم الدراسي أو خارج الدوام مما يؤدي إلى نمو المتعلم في جميع جوانب نموه التربوي و الاجتماعي و العقلي و الانفعالي والجسمي و اللغوي... مما ينجم عنه شخصية متوافقة قادرة على الإنتاج"(حمدي شاكر محمود، 1998، صفحة 10)

### 1-7-أنواع النشاط الرياضي اللاصفي:

يعتبر النشاط الرياضي اللاصفي جزء من درس التربية البدنية و الرياضية المقرر في البرنامج التربوي فهو أحد أجزاء التي تكمل و تساعد على التنسيق بين التلاميذ من اجل تنمية الأفكار تنمية سليمة و هو نوعان.

**1-7-1- النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:** هو النشاط الذي يقدم خارج أوقات الدروس داخل المؤسسات و الغرض منه هو إتاحة الفرصة لكل تلميذ لممارسة للنشاط المحب إليه و يتم عادة في أوقات الراحة الطويلة و القصيرة في اليوم الدراسي، و ينظم طبقا للخطة التي يضعها المدرس سواء كانت مباريات بين الأقسام أو عروض فردية أو أنشطة تنظيمية (محمود عوض- فيصل ياسين، 1987 ، صفحة 132)، و يعرف النشاط الرياضي اللاصفي كذلك أنه البرنامج الذي تديره

المدرسة خارج الجدول المدرسي أي النشاط اللاصفي و هو في الغالب نشاط اختياري و ليس إجباريا كدرس التربية البدنية و لكنه يتيح الفرصة لكل تلميذ أن يشترك في نوع أو أكثر من النشاط الرياضي و إقبال التلاميذ على هذا النشاط أكبر دليل على نجاح البرنامج إذ اشتمل نشاط أكبر عدد من التلاميذ و يعتبر هذا النشاط مكملا للنشاط المدرسي، و على ضوء ما تقدم فإن النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي هو تلك المسابقات الداخلية في المؤسسة و التي تجرى بين الأقسام و تشمل الرياضة الجماعية و الرياضة الفردية كما أن النشاط الداخلي هو كذلك تمهيد لنشاط أهم أساسي و النشاط الرياضي المدرسي الخارجي.

### 1-7-2- النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات رسمية بين الفرق المدرسية و المدارس الأخرى و للنشاط الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قصة البرامج الرياضية المدرسية التي تبدأ من الدرس اليومي ثم النشاط الداخلي لينتهي بالنشاط الخارجي حيث يصب فيه خلاصة الجهد و المواهب الرياضية في مختلف الألعاب لتمثيل المدرسة في المباريات الرسمية كما يسهل من خلاله اختيار لاعبي منتخب المدارس لمختلف المنافسات الإقليمية و الدولية. (قاسم المندلاوي و آخرون، 1990، صفحة 55)، كما يمكن إعطاء مفهوم للنشاط الخارجي بأنه نشاطات الفرق المدرسية الرسمية كما هو معروف أن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الألعاب الفردية أو الألعاب الجماعية، و هذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة و عنوان تقدمها في مجال التربية البدنية و الرياضية، و فهذه الفرق يوجد أحسن العناصر التي تفرزها دروس التربية البدنية و النشاط الداخلي. (محمود عوض و فيصل ياسين، 1987، صفحة 133)

### 1-8- أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

إن النشاط الرياضي هو تلك الممارسة التنافسية في الوسط المدرسي أو هو نشاطات للفرق المدرسية، هذه الفرق الرياضية التي تحتاج إلى إعداد خاص قبل الاشتراك في المنافسة و هذا من حيث الاختيار و الانتقاء و تشكيل الفرق الرياضية المدرسية في بداية الموسم الدراسي و كذلك فيما يخص تدريب و إعداد الفرق حيث نصت المادة السابعة 07 من التعليمات الوزارية المشتركة رقم 15 أنه تكون الممارسة التربوية التنافسية من تدريبات رياضية متخصصة و تحضيرية للمنافسة فهي تستهدف المشاركة في التعبئة و الإدماج الاجتماعي للشباب في شكل منافسة سليمة، تشغيل الجهاز الوطني لفرز و انتقاء الشباب ذوي المواهب الرياضية الخاصة في أوساط التربية و التكوين. (تعليمات وزارية مشتركة رقم 15 متعلقة بتنظيم الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي بمؤسسات التربية، 03 فيفري 1993) و تبنيت أهمية النشاط المدرسي من قيمته التربوية و التي تتضح من خلال ما يحققه من أهداف العملية التربوية، فهذه الأنشطة لها تأثيرها المباشر على العديد من ميولهم و رغباتهم و حاجاتهم و تأثيرها على اتجاهاتهم، كما أن أهمية تلك النشاطات تبدو واضحة من خلال الاطلاع على نتائج العديد من الدراسات العلمية التي أجريت على جوانب متعددة من النشاطات المدرسية و التي أشارت نتائجها إلى المساهمات و الآثار الايجابية للنشاطات على العملية التعليمية و التربوية بشكل عام و على سلوكيات التلاميذ بشكل خاص. و من تلك النماذج نذكر ما يلي:

- للأنشطة المدرسية أثر على المشاركة في الأعمال التطوعية لدى الجمعيات الأهلية.

-للأنشطة المدرسية أثر إيجابي على احترام الذات و الرضا عن الحياة و العمل.

-للأنشطة المدرسية أثر إيجابي على التحصيل الدراسي.

-للأنشطة المدرسية أثر إيجابي على تحقيق العديد من الفوائد التي أثبتتها الدراسات و البحوث العلمية في العالمين العربي و الغربي، و من الأمثلة على تلك الفوائد إعادة تكييف التلاميذ المتسربين الذين تركوا الدراسة، و كذلك المساعدة في علاج بعض جوانب القصور المتعلقة بأفراد الفئات الخاصة (المعاقين) من خلال الأنشطة التدريبية الموجهة، بالإضافة إلى أثر تلك الأنشطة في تعديل الكثير من الجوانب السلوكية لدى التلاميذ.ولكن يجب ملاحظة أن تحقيق تلك الفوائد يعتمد و بشكل كبير على نوعية الأنشطة المدرسية التي يتم تقديمها و على جودة التخطيط لها و تنفيذها.

الأنشطة المدرسية تحقق المهداف التربوية داخل المدرسة (كالشعور بالانتماء للجماعة، إظهار روح التنافس المنظم و الشريف بين الجماعات و الاهتمام بتحقيق نتائج إيجابية و تحقيق الاستقرار النفسي... الخ) والأهداف التربوية خارج المدرسة (كالتطبيق الفعلي للمعلومات و الخبرات المستفادة من النشاط و الاستفادة من إيجابيات المشاركة في النشاطات المدرسية حسب نوعيتها مثل تطبيق روح المواطنة الصالحة و خدمة المجتمع و القدرة على الخطابة و المواجهة من خلال النشاطات المسرحية و المعسكرات و الرحلات... الخ)

للأنشطة المدرسية دور رئيسي في حل مشكلات التلاميذ النفسية و الاجتماعية و التربوية فمن خلال النشاط من الممكن تشخيص المشاكل التي يعاني منها التلاميذ و بناء على ذلك يتم تحديد وسائل العلاج و التي من الممكن أن تشمل بعض برامج النشاط المدرسي الموجه، فمثلا هناك بعض التلاميذ فيمن يعانون من الخجل و الانطواء و العزلة... الخ، بينما هناك تلاميذ يعانون من طاقة زائدة تؤدي إلى كثرة الحركة و غير ذلك الكثير من المشكلات، و لكن لكل حالة يجب اختيار النشاط المدرسي الملائم الذي يساعد كل تلميذ على التخلص مما يعانيه و يلبى حاجاته النفسية و الاجتماعية و التربوية. للأنشطة المدرسية دور رئيسي في اكتشاف مواهب و قدرات التلاميذ المتميزة و تنميتها من خلال إتاحة الفرصة للبروز و الإبداع و من ثم الرعاية و تهئية البيئة المناسبة لهؤلاء التلاميذ من خلال النشاط المدرسي الذي يلبى احتياجاتهم و ينمي قدراتهم و مواهبهم. (حمدي شاكر محمود، 1998، صفحة 35)

### 9-9-1-وظائف النشاط الرياضي اللاصفي:

يحقق النشاط الرياضي اللاصفي الوظائف التالية:

#### 1-9-1- الوظيفة النفسية:

تتيح تلك الأنشطة للتلاميذ الفرص الطبيعية الملائمة التي تنمي الثقة بالنفس و التخفيف من حدة القلق و الاضطرابات النفسية المختلفة مما يؤدي إلى الصحة النفسية و تحمل المسؤولية و التسامح و العمل

التعاوني، كما أشار المنيّف (1416) إلى أن التعلّم لا يكون ناجحاً و مساعدداً على النمو النفسي إلا إذا كان هو نفسه مظهراً من مظاهر نشاط المنبعث من دوافعه و ميوله و من الأمثلة على ذلك:

- تنمية الميول و المواهب.

- تحقيق الصحة النفسية

- تعديل السلوك إلى الاتجاه المرغوب.

- استثمار وقت الفراغ.

- مصدر لتنمية دافعية التعلّم داخل الفصل و رفع مستوى الانجاز.

### 1-9-2- الوظيفة التربوية:

تتيح تلك الأنشطة فرص للتعلّم لأهمّ جزء من البرنامج التعليمي، فمن خلالها يتم توسيع مدارك التلاميذ و تعديل سلوكهم و توجيهه نحو الاتجاه المرغوب، كما أنّها تساعد التلاميذ على التعرف على قدراتهم و ميولهم و رغباتهم و من ثمّ تنميتها ليتمّ توسيع مجالات تلك الخبرات و من الأمثلة على ذلك مايلي:

- تحقيق مفهوم التعلّم الذاتي و التعلّم المستمر.

- توسيع الخبرات الحسية و الحركية المباشرة خلال التعلّم.

- إكساب العديد من الاتجاهات المرغوبة كالاتجاه إلى الدقة، النظافة، احترام الآخرين.

- الكشف عن الميول و القدرات المتميزة و تنميتها.

- تنمية العديد من المهارات المعرفية، كالاستنتاج، التفسير، الربط، التحليل.

- المساعدة على تفهم المناهج و استيعابها.

- توفير الفرص للاتصال بالبيئة و المجتمع و التعامل معهم.

- تقوية العلاقة بين التلاميذ و المدرسة و تكوين صداقات مع التلاميذ و المدرسين.

- الوعي بأهمية وقيمة أوقات الفراغ.

### 1-9-3- الوظيفة الاجتماعية:

تتيح تلك الأنشطة الفرص الخصبة للمشاركة و التعاون و التعامل مع الآخرين مما يؤدي إلى مساعدة التلاميذ على التكيف مع الحياة، فهي جزء من الإعداد للحياة بشكل عام، إضافة إلى أهميتها في تكوين العلاقات الاجتماعية و الابتعاد عن التفرقة (العنصرية أو العرقية) و الأنانية و ذلك من خلال العمل الجماعي و التفاعل مع الجماعة، و من أمثلة ذلك:

1- تقوية العلاقة بين المدرسة و المجتمع.

2- المساهمة في التوفيق بين البيئة و المجتمع.

3- التدريب على الخدمة العامة.

4- التدريب على التعامل مع الآخرين.

5- التشجيع على الأعمال الجماعية.

6- احترام آراء الآخرين و حرية التعبير عن الرأي.

7- تعلم التوفيق بين الصالح الخاص (الفردى) و العام (الجماعة)، و من هنا يجب التأكيد على أن النشاط الرياضي ذو المردود المفيد و الإيجابي هو الذي يكون مناسباً لقدرات و استعدادات التلاميذ و يكون ملائماً و ملبياً لميولهم و رغباتهم و مشبعاً لحاجاتهم الأساسية، فنلاحظ مثلاً الحاجة إلى النشاط البدنى و الحركى لدى الأطفال فى المراحل التعليمية الأساسية لا يتم إشباعها بدرجة ملائمة، حيث تشير نتائج الأبحاث العلمية فى مجال التربية البدنية و الرياضية إلى أن حصة التربية البدنية واحدة أسبوعياً لا يلبي سوى 4 % من الحاجة اليومية للطفل، و حصتين أسبوعياً لا يقدمان سوى 11% من النشاط الضرورى للتنمية البدنية (على افتراض جودة الدرس من حيث النشاط) علماً بأن الطفل من الممكن أن يحقق ما يقارب من 20% من احتياجاته الحركية بطريقة عفوية خارج الدرس و هذا فى مجمله 31% لا يغطي احتياجات الطفل الحركية بكفاية تعود عليه بالفائدة مما يؤكد أهمية النشاط اللاصفى فى إشباع الحاجات الأساسية. (الدخيل محمد عبد الرحمن، 1423، الصفحات 19-20)

1-10-1- فوائد النشاط الرياضى اللاصفى:

1-10-1-1- فوائد النشاط الرياضى اللاصفى على الفرد:

يعمل على تنشيط العقل و الذاكرة من خلال تنشيط سرعة الإشارات العصبية المرسله إلى المخ و منه تنشيط الاستجابة الجيدة. تجدد الدورة الدموية فى اليوم الدراسى و البعد عن الخمول و الكسل. ملاً عقل و ذهن التلميذ و يزرع فيه الأفكار الجيدة و الأخلاق الحميدة التى يكتسبها من ممارسته للرياضة بالروح الرياضية و التعاون و المثابرة و الجد و احترام الآخرين من خلال احترام الخصم و البعد عن الغرور والكبرياء و العمل و الالتزام بالأنظمة و القوانين و بذلك يتعد ذهن التلميذ عن الأفكار السلبية (غسان محمد صادق د. سامى الصنف، 1998، صفحة 35)

1-10-2- فوائد النشاط الرياضى اللاصفى على الأسرة:

يصبح لدى الأسرة فرداً ناضجاً محترماً، ملزماً بقوانين الاحترام و التعاون بعيداً عن المشاكل الزائدة فى التعقيد و كذلك تطوير تجدد الطاقات المختلفة للجسم يعمل على إيجاد فرد متعاوناً مع أهله منتجاً للأسرة.

1-10-3- فوائد النشاط الرياضى اللاصفى على المجتمع:

يعمل النشاط الرياضى اللاصفى و اندماج الفرد على إخراج الشخص المقيد بعبادات و تقاليد مجتمعه ملتزماً باحترام الأشخاص على كافة المستويات منتجاً للمجتمع فهو متعاون للمصلحة العامة بعيداً عن المشاكل و الأضرار التى تعود بالسلب لتكوين المجتمع. و من خلال استعراضنا البسيط لفوائد ممارسة

الطالب للنشاط الرياضي اللاصفي للفرد نفسه و الأسرة و المجتمع نجد مدى التشابه و التداخل الكبير في الفوائد العائدة لهذه الاتجاهات فالطالب هو عضو في الأسرة، و الأسرة تنمي للمجتمع و يصلح الطالب تعود النتائج الباقية.

#### 1-10-4- فوائد النشاط الرياضي اللاصفي على الدولة:

لا يقتصر النشاط الرياضي على الفرد و الأسرة و المجتمع فقط و لكن تتعداه إلى الدولة خططها و أنظمتها فمن خلال ممارسة النشاط الرياضي المدرسي نجد المنفعة تعود للدولة في هذه الأمور، يعمل على التخلص أو انخفاض معدل الأمراض المتواجدة و النفسية داخل الدولة و بذلك تستغل مقاومة هذا الم في الأمور الأخرى. تعمل على بناء جميل ذو بنية جسمية و عقلية جيدة يساهم في بناء الدولة و الارتقاء بمستواها في مختلف الجوانب و العمل على إنجاز العملية الخططية للدولة، و أخيرا كمل قلنا في مختلف الاتجاهات الثلاث الأولى تعمل على خلق دولة شعب بعيد عن الأفكار السلبية و الاتجاهات المريضة المعادية لقوانين الدولة و قوانين المجتمع و عاداته و تقاليده.

#### 1-11- أسس إعداد و تنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

يكمل مفهوم النشاط الخارجي سائر أجزاء البرنامج من حيث الواجبات التربوية و في بعض دول العالم يوجد تنظيم متقدم للغاية لإدارة هذا اللون من النشاط بين المدارس و في أغلب هذه الدول توجد اتحادات رياضية متخصصة في هذا النشاط المدرسي، و لكي تتيح فرص النجاح للنشاط الخارجي يرى الدكتور محمد الحماحي في كتابه أسس بناء برامج التربية الرياضية ص 190 أن من أهم هذه الأسس التي يجب على المدرس مراعاته ما يلي: مراعاة المرحلة النسبية للطلاب عند اختيار الفرق الرياضية، حيث أن كل نشاط يتطلب خصائص بدنية و قدرات خاصة، الاهتمام بتحديد فترات التدريب أعضاء الفرق الرياضية و بحيث لا يعرقلهم التدريب عن التحصيل الدراسي، الاهتمام بتوفير الإمكانيات اللازمة لنجاح النشاط، العمل على تكوين فرق رياضية في عدة نشاطات متنوعة و عدم الاقتصار على نوع واحد أو نوعين من النشاط، الاهتمام بضرورة احترام أعضاء الفرق الرياضية للقانون و للروح الرياضية و للقيم التربوية تخصيص جوائز للفائزين و الحسن فريق مهزوم و لحسن لاعب في الأخلاق.

#### 1-12- الفرق الرياضية المدرسية:

لغرض إنشاء و إعداد الفرق الرياضية المدرسية: "كل مؤسسة تروية يجب أن تنشئ جمعية رياضية" (القانون العام للإتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، الإنضمام و التاهيل المادة 02)، إن الجمعية الرياضية تتكفل بإعداد التلاميذ الرياضيين و كذلك الفرق للمنافسات مع المؤسسات التربوية الأخرى. و إن مهمة انتقاء و تشكيل و إعداد التلاميذ و الفرق الرياضية المدرسية في الوقت الراهن توكل إلى الجمعية "الرياضية" و هذا حسب ظروفها الخاصة حيث

تضع البرنامج التدريبي الخاص بها وفقا للملاعب و القاعات و الأجهزة و العتاد المتوفر لديها و لهذا أقرت النصوص إجبارية إنشاء الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية حيث نصت المادة 05 أنه يتم إنشاء الجمعية الثقافية و الرياضية المدرسية بالضرورة على مستوى كل مؤسسة تعليمية في قطاع التربية الوطنية (تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 متعلقة بتنظيم الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي بمؤسسات التربية، 03 فيفري 1993) إن الانضمام إلى الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية هو العملية التي تسمح للجمعيات الرياضية بالتسجيل في الهيئات الرياضية المدرسية للنشاطات في الرياضة المرشحة لدى الاتحادية.

### 1-13- طرق اختيار الفرق الرياضية المدرسية:

إن مهمة اختيار الفرق توكل إلى الجمعية الرياضية على مستوى كل مؤسسة تربوية و من بين أعضاء هذه الجمعية أساتذة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسة الذين تستند لهم مهمة اختيار الفرق الرياضية وتشكيلها و في الغالب يقع الاختيار على التلاميذ الرياضيين المتفوقين في دروس التربية البدنية و الرياضية المنهجية المقررة و الإجبارية و إن طريق الانتقاء أو اختيار الفرق الرياضية المدرسية تكون كما يلي: يقوم مدرس التربية البدنية و الرياضية باختيار أعضاء الفرق من التلاميذ ذوي الاستعدادات الخاصة كذلك الممتازين منهم قدامى اللاعبين و المستجدين بالمدرسة و ذلك من واقع الأنشطة الرياضية المختلفة، دروس التربية البدنية و الرياضية و النشاط الداخلي، يتم تنفيذ ما سبق بإعلان عن موعد تصفية الراغبين بالانضمام لكل فريق ثم يقوم كل فريق و ينجز لكل طالب استمارة أحوال شخصية و مستواه و مدى استعداده و مواظبته، و بعد على كل طاب إحضار رسالة من ولي أمره بالموافقة على الاشتراك في الفريق المدرسي، و بعد هذه الخطوة يتقدم الطالب للكشف الطبي الإثبات لياقته الطبية حيث يوقع و يختم الطبيب على ظهر الرخصة في الفرق المدرسي. (قاسم المندلاوي و آخرون، 1990، صفحة 56)

### 1-14- اشتراك الفرق الرياضية المدرسية في الممارسات الرياضية:

يجب الاهتمام بالمنافسات الرياضية على أساس فلسفة تربوية تهدف إلى إفساح المجال أمام الطلاب الموهوبين للمشاركة الفعالة في السباقات و المباريات المختلفة تهدف المسابقات الرياضية المدرسية إلى جملة من الفوائد للطلبة منها:

- تطوير العلاقات الاجتماعية و الإنسانية بين الطلبة عن طريق المنافسة الحرة الشريفة و الاحتكاك المباشر بين الطلبة من مختلف المدارس و المناطق.

- إظهار مواهب و قدرات الطلبة من خلال المشاركة الفعلية في السباقات، التنمية الرياضية و المعنوية العالية و الميل إلى التعاون و التماسك بين أعضاء الفريق.

-تعليم نظام الطاعة، تنفيذ الخطط و التصاميم، تفهيم القوانين و التعليمات الخاصة بالمسابقات، اكتساب المهارة الفنية في الألعاب المختلفة.

-رفع اللياقة الصحية البدنية و النفسية للطلبة من خلال المشاركة المنتظمة في السباقات و المباريات المدرسية.(قاسم المنديلاوي و آخرون، 1990، صفحة 57)

### 1-15-أهم النصوص التنظيمية و التشريعية للرياضة المدرسية:

حسب قانون التربية البدنية الرياضية المتفق عليه في أكتوبر 1976، يقضي أن التربية البدنية و الرياضية مندمجة في النظام التربوي الوطني العام و هي حق و واجب لكل فرد.

حسب المادة 07 من قانون 03/98 المؤرخ في 14 فيفري 1989 الخاص بالتربية البدنية و الرياضية وينص على أن الممارسة التربوية في إطار واسع تنظم و تطور في:

-المؤسسات التعليمية.

-مؤسسات التربية و التكوين.

-المؤسسات الخاصة بالمعوقين.

- في الأوساط الاجتماعية.

-المؤسسات المختصة في استقبال الأفراد الموجهون إلى إعادة التربية و الوقاية.(قانون 03/ 98 فيفري

( 1989

#### الخلاصة :

من خلال هذا الفصل تبين لنا ملمسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره البارز والاساسي في تنمية عدة صفات و جوانب بدنية و خلقية و مهارية و أيضا نفسية حركية التي هي في صالح الطفل، التلميذ بالدرجة الأولى كما توصلنا إلى إدراج آثار الفرق المدرسية على جوانب متعددة خاصة بالفرد منها الجانب الاجتماعي، البدني، العقلي و النفسي حيث تساعد التلاميذ على بناء شخصيته على المدى البعيد، لذلك يجب الاهتمام بالنشاط الرياضي اللاصفي من خلال الحوافز المادية وتنظيم الدورات المدرسية و المشاركة الفعالة لجميع المؤسسات التربوية في كافة الولايات.

# الفصل الثاني

## الشمسية

## تمهيد:

تنحصر الأهداف التربوية من الممارسة الرياضية بأشكالها المتنوعة و درجاتها المتباينة في تعديل سلوك أفراد المجتمع و الارتقاء به و تميزه عن سلوك المجتمعات الخرة و هذا التعديل في السلوك هو نتاج التعديل الذي يطرأ على الشخصية نتيجة لممارستها الرياضة من جهة، و استعداداتها الموروثة من جهة أخرى، من هذا المنطلق كانت دراسة الشخصية الرياضية من أهم موضوعات علم النفس الرياضي الهادفة جميعها إلى فهم السلوك الرياضي و التحكم فيه من أجل العمل على تطويره و الارتقاء به و إيجاد الحلول العملية لمختلف مشاكله في التربية البدنية و الرياضية التنافسية و الترويحية. و لقد أصبح موضوع دراسة الشخصية الرياضية من المقررات الأساسية اللازمة لإعداد و تأهيل مدرّس التربية الرياضية بالمدرسة و المشرف الرياضي بالجامعة و النادي و المدرب الرياضي و إداري الفريق و ذلك من أجل تعميق المعرفة السيكولوجية بطبيعة الرياضي التي تتركز على أساسها برامج إعداده و منافسته و تتحقق على ضوئها إنجازاته في المجال الرياضي.

## 2- مفهوم الشخصية:

إن مفهوم الشخصية ليس بسيطاً كما يعتقد بعض الناس، فالشخصية ليست شيئاً موضوعياً يكون من السهل دراسته و فهمه مثل الجسم، و إنما هي اصطلاح مجرد يرمز إلى أنماط السلوك الثابتة و المميزة التي يتصف بها الشخص و مفهوم الشخصية ليس بهذا القدر من البساطة، فالشخصية ليست شيئاً يملكه البعض و لا يملكه الآخر، و لا يمكننا القول فلان له شخصية قوية أو شخصية ضعيفة أو شخصية مهزوزة أو لا شخصية له، فهذه كلها تعبيرات لا تنطوي على قدر من الدقة

العلمية، و لهذا يرى أيزنك أن مصطلح الشخصية هو مصطلح عام و اقل المصطلحات تحديدا عند استعماله في علم النفس و يرى أحد علماء النفس: ان معنى الشخصية يبقى من أشد معاني علم النفس تعقدا و تركيبا لأنه يشمل جميع الصفات الجسمية و العقلية و الخلقية في حالة تفاعلها مع بعض و تكاملها في شخص معين يعيش في بيئة اجتماعية معينة. (محمد حسن العلاوي، 1979، صفحة 289)

## 2-1- تعريف الشخصية من جهة نظر علماء الاجتماع: (أحمد محمد عبد الخالق، 1996، صفحة

40)، يهتم علماء الاجتماع بموضوع الشخصية باعتبارها أحد الأسس الجوهرية التي تقيم الحقيقة الاجتماعية، فالاجتماع يقوم كنسق من العلاقات المتبادلة بين الأفراد و لهذا يمكن أن نعزل الفرد عن مجتمعه و ثقافته لأنه لا يصبح انسانا إلا من خلال تفاعله مع الآخرين في الجماعة، و في هذا الشأن يعرف بيسانز الشخصية بأنها تنظيم يقوم على أساس من عادات الشخص و هي تنبثق من خلال العوامل البيولوجية و الاجتماعية و الثقافية أما جرير فالشخصية عنده ليست مجرد قيم و سمات بل أن تعريفها يجب أن يتضمن صفة هامة و هي التنظيم الديناميكي الذي بدونه قد يصبح الشخصية عاملا معوقا في النمو و الانتماء إلى الجماعات متعددة في المجتمع.

## 2-2- مفهوم الشخصية في علم النفس: (يوسف مراد، 1954، صفحة 343)

يدرس علم النفس الشخصية من ناحية مكوناتها أو أبعادها الأساسية و نموها و تطورها و محدداتها الوراثية و البيئية و طرق قياسها و اضطراباتها، كل ذلك على أساس نظريات متعددة كثيرا ما تكون متباينة، و إن كان الهدف بينها مشترك و هو التنبؤ بالسلوك الإنساني في مختلف المواقف و الأوقات، إن الدراسة السيكولوجية للشخصية تعتمد و تتأثر بتيارين هامين، علماء العلوم الاجتماعية و العلوم البيولوجية و الشخصية هي همزة الوصل بينهما، كما تعد دراسة الشخصية خاتمة مطاف الدراسات السيكولوجية و جماعها و نظرا لما لها في علم النفس من مكانة، اقترح علماء النفس أن يطلق عليها علم الشخصية، إشارة إلى إمكان قيامها تخصصا قائما بذاته و قد زاد الاهتمام بدراسة الشخصية منذ الثلاثينيات من هذا القرن و حتى الوقت الراهن زيادة كبيرة و ذلك منذ بداية الاستخدام المنظم للتحليل العلمي، و يتضح ذلك من الزيادة المطردة في كمية البحوث المنشورة في الدوريات السيكولوجية التي تختص بالشخصية، فضلا عن صدور أعداد كبيرة من المراجع و الكتب عنها، و قبل أن نبدأ في الحديث عن الشخصية علينا أن نبدأ بتعريفها من قبل علماء النفس المتخصصين و نورد فيما يلي: تعريفات للشخصية أولهما وصف ألبرت Allport 1937 الشخصية هي التنظيم الدينامي داخل الفرد لتلك الأجهزة النفسية و الجسمية التي تحدد طبعه الخاص في توافقه لبيئته و يركز

هذا التعريف على الطبيعة الارتقائية للشخصية، كما يركز على الجوانب الداخلية أكثر من المظاهر السطحية، كذلك يتضمن فكرة التنظيم الداخلي أي أن الشخصية ليست مجرد مجموعة أجزاء بل عمليات تنظيمية تكاملية و ضرورية لتفسير نمو و دينامية و تركيب الشخصية و أخيرا فإن تنظيم الشخصية يتضمن عمل كل من العقل و الجسم في وحدة لا تنفصم، أما التعريف الثاني من وضع كاتل (1943) الشخصية هي ما يمكننا من التنبؤ بما سيفعله الشخص يوضع في موقف معين ويركز هذا التعريف على القيمة التنبؤية لمفهوم الشخصية.

## 2-3- أبعاد الشخصية: (محمد حسن العلاوي، 1979، صفحة 300)

- 1- الشخصية نمط سلوكي مركب ثابت و دائم إلى حد كبير، يتكون من تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف و السمات و الأجهزة المتفاعلة معا و التي تضم القدرات العقلية و الوجدان أو الانفعال و التزوع أو الإرادة و التركيب الجسمي و الوظائف الفيزيولوجية و الميول و الاتجاهات، و التي تحدد أسلوب الفرد في التوافق مع البيئة.
- 2- البعد مفهوم رياضي أصلا امتد ليشمل الجوانب السلوكية إذ توصف كثير من السمات الشخصية اعتمادا على مركزها بعد.
- 3- للشخصية أربع مستويات من التنظيم السلوكي المتدرج على شكل هرمي تبعا مستوى عموميتها وهي الاستجابات النوعية و الاستجابات التعودية و السمات و الأنماط.
- 4- مكونات بعد الانبساط على مستوى أرقى هي الاجتماعية و الاندفاعية على حين أن مكوناته على مستوى السمات الصغرى هي الميل إلى المرح و الحيوية و النشاط و الاستشارة و سرعة البديهة و التفاؤل
- 5- يمكن وصف الشخصية جيدا اعتمادا على أربعة أبعاد هي الانبساط و العصبية و الذهنية و الذكاء و تشير الدراسات الحضارية المقارنة إلى عالمية هذه الأبعاد.
- 6- يتحدد بعد الانبساط إلى حد كبير بالقابلية للاشتراك فالاستجابات الشرطية لدى المنبسط تتكون ببطء و تتلاشى بسرعة على العكس من المنطوي و الكفاء اللحيائي أقوى لدى المنبسط والاستشارة اللحيائية أقوى عند المنطوي و التكوين الشبكي أساس الاستشارة و الكفاء.
- 7- العصبية هي القابلية للإصابة بالاضطراب النفسي أي العصاب، و يتسم ذووا الدرجة العليا العصائية بعدم الثبات الانفعالي و عدم الاتزان مع أعراض و بشكاوي جسمية و نفسية متعددة، و للعصائية درجة مرتفعة من الوراثة و تشير الدراسات إلى مسؤولية للجهاز العصبي اللاإرادي عن درجة العصائية و من ناحية أخرى فالعصائية سلوك متعلم أيضا.
- 8- الذهنية بعد في الشخصية تشير إلى قابلية الفرد لتطوير شذوذ نفسي و توجد بدرجة مرتفعة لدى الذكور بالمقارنة مع الإناث و كذلك ترتفع لدى الجرمين و الذهنيين.

- 9- تتخذ العلاقة بين بعدي العصبية و الذهنية أشكالا أربعة: المنحنى الاعتدالي و البعد الواحد و البعدان المستقلان و القسام الأربعة، و تؤكد الدراسة صدق التصور الأخير.
- 10- الذكاء و التقدمية بعدان أساسيان في الشخصية في المجالين المعرفي و الاتجاهات و لكن درج الباحثون على معالجتها خارج نطاق الشخصية.
- 11- العلاقة المتبادلة تبين نظرية الشخصية و طرق قياسها. (الشيخ محمد كامل عويضة، 1996، صفحة 04)

#### 2-4-4-2- مكونات الشخصية: (الشيخ محمد كامل عويضة، 1996، صفحة 04)

كما تختلف من حيث الصورة الجسمية التي تتميز كل منا بسمات مادية خاصة، كذلك تختلف من حيث السمات النفسية التي تطبع كل منا مطابع خاص و ليست "شخصية" الفرد في النهاية إلا ذلك "الكل" المكون من الجسم و النفس، بما فيها من فطرة و اكتساب على السواء و لذلك يمكن أن تعتبر دراستها بؤرة تلتقي فيها الأضواء الكثيرة التي يلقيها علم النفس على شتى العناصر المكونة لذلك "الكل" بامتزاجها الدقيق و تفاعلها الشامل و قد حاول الكثير من العلماء تقسيم الشخصية و تحليلها إلى وحدات أولية رئيسية ثم تحليل هذه الوحدات بدورها إلى فروع و عوامل مفصلة إلى أن وصلوا إلى قوائم طويلة للصفات التي يصح دراستها للحكم على الشخصية حكما شاملا من جميع النواحي و يتفق العلماء أن العناصر الأولية الرئيسية للشخصية هي

#### 2-4-4-1- النواحي الجسمية:

و المقصود بها حالة الجهاز العصبي و تأثير الغدد الصماء و حالة الجهاز الهضمي و الحواس المختلفة من ناحية حدتها أو ضعفها و كذلك شكل الجسم العام، و قوة العضلات و تناسب التقاسيم ورنه الصوت و سرعة الحركات أو بطئها. (سامية محمد الساعاتي، 1983، صفحة 128)

#### 2-4-4-2- النواحي العقلية المعرفية:

هي إما "فطرية" كالذكاء و القدرات التحصيلية و المواهب الخاصة، إذ لا شك أن الذكي يتفاعل و يتكيف مع البيئة على نحو يخالف تفاعل الغبي و تكيفه معها، و يتباين الأفراد في درجة الذكاء و يقف أغلبهم في المستوى المتوسط و يرى "سبرمان Sparmen" أن الذكاء ينقسم إلى عامل يشترك في كل العمليات العقلية مع اختلاف في الدرجة و عامل نوعي خاص بعملية واحدة كالقدرة على التفكير الحسابي أو الرسم، و الذكي يستطيع أن يتبين بسهولة سير النتائج القريبة و البعيدة لعمله و يقدر خطورة المسؤولية الملقاة على عاتقه مما يدفعه للعمل على الارتقاء و يتجنب الأخطاء. و إما "مكتسبة" كالآراء و الأفكار و المعتقدات و المعلومات المختلفة أي الثقافة.

#### 2-4-4-3- العوامل البيئية و الاجتماعية:

لها تأثير كبير في تحديد شخصية الفرد من خلال تعاملها مع البيئة الجغرافية و المحيط بها، و إنما كثيرة ومتعددة لا يمكن حصرها هذا يعني أن هذه العوامل تعيش مع الفرد منذ ولادته

#### 2-4-3-1- النواحي المزاجية(الوجدانية):

و هي مجموعة الصفات الانفعالية (الوجدانية)المميزة للفرد و تتضمن تلك الاستعدادات الثابتة نسبيا المبينة على ما عند الشخص من الطاقة الانفعالية و الدوافع الغريزية التي يزود بها و التي تعتبر وراثية في أساسها، وهي البيولوجيا و العصبية و تظهر في الحالات الوجدانية، الطباع، المشاعر و الانفعالات من حيث قوتها أو ضعفها أو ثباتها أو مدى تقلبها و مدى المثيرات التي تثيرها، و من التصنيفات الحديثة للشخصية تصنيف "يونغ Young" الذي يفترض وجود طرازين اساسيين من الناس.

أ-المنطوي: و هو إنسان هادئ واسع الخيال ينفر من النسا و يخلق بعيدا عن الواقع و تسود نظرتة التزعة الذاتية.

ب- المنبسط: و هو يندمج مع الجماعة و يهتم بالحقائق الموضوعية و يتكيف بسهولة مع البيئة و يؤثر فيها حيث أنه يمثل دورا جريئا على مسرح الحياة.

#### 2-4-3-2- النواحي الخلقية:

و تشمل الصفات الخلقية المختلفة كالأمانة، التعاون، الصدق، الإقدام، الأنانية، و الكذب و الظلم والعدوان و الرحمة و الغلظة العدل والتعصب و المساءلة و الكرم و البخل إلى غير ذلك، كما يدخل في نطاق الاتجاهات النفسية المختلفة، و عليه فمن الضروري أن ننظر إلى هذه العناصر الأربعة في ضوء البيئة الاجتماعية (المتزل، المدرسة، المجتمع) و الوسط الثقافي العام الذي يتكون و تنمو فيه الشخصية و من خلال ما قدمناه سابقا فإن مكونات الشخصية كثيرة بحيث تؤثر بشكل مباشر في شخصية الفرد و تتمثل في النواحي الجسمية، العقلية، البيئية، و الاجتماعية و النواحي المزاجية. (الشيخ محمد كامل عويضة، 1996، صفحة 04)

#### 2-5-3- محددات الشخصية: (السيد عبد العاطي، 1994، صفحة 181)

تتكون شخصية الفرد من تلك الخصائص الثابتة التي تتمثل في سلوكه و هذه الخصائص قد تكون نتاجا لتأثير الوراثة أو قد تكتسب عن طريق خبرات الشخص الفريدة أو بفعل الخبرات التي يشترك فيها مع الآخرين و قد تكون نتاجا لتأثير البيئة الجغرافية و الثقافية، و بناءا على ذلك هناك على الأقل أربعة محددات هامة لتكوين الشخصية هي:

#### 2-5-3-1- المحددات الوراثية و البيولوجية:

يولد الانسان مزودا ببناء تشريحي و فيزيولوجي و عصبي يحدد سلوكه الاجتماعي، و عند هذا الحد تعتبر الوراثة البيولوجية عاملا هاما في التنشئة الاجتماعية و تبدو الأهمية الكبرى لمقومات الوراثة البيولوجية في أن عناصرها ثابتة لا تتغير، و بعبارة أخرى تضع هذه المقومات حدودا لا يمكن للفرد

أن يتخلى عنها سواء كانت في صورة مواهب أو قدرات فيزيقية بحتة، أو في صورة خصائص فيزيقية ذات دلالات ثقافية أو اجتماعية، إن النمط الوراثي الخاص الذي يتكون منذ اللحظة التي يتم فيها الإخصاب، تؤثر في شخصية الفرد التي سوف تنمو فيها بعد، و في الحالات المتطرفة نجد أن تلف المخ الموروث أو التشوهات الولائية قد يكون لها تأثير جلي على السلوك، و فضلا عن ذلك ثمة عوامل مثل الطول، الوزن، هرمونات الغدة الصماء التي تؤثر بوجه خاص على السلوك و على عملية التكيف و يبدو ذلك واضحا في حالة نقص إفراز تلك الغدد أو توقفها عن العمل قد تؤثر في نمو الشخصية.

## 2-5-2-المحددات الاجتماعية:

عند تفاعل الشخص مع غيره فإن ذلك يؤثر على سلوكه و طريقة استجابته للمثيرات الاجتماعية على وجه التحديد كما يمكن القول بأن الخبرة المكتسبة تؤثر في بناء و تطور الشخصية النامية و في هذا الشأن يقول واطسون "أنه بالإمكان تحويل عشرة من الأطفال الأصحاء و المتماثل في السمات إلى عشرة شخصيات متنوعة تتدرج من المستوى المثالي في السوية إلى اللاسوي، و ذلك تبعا للبيئة التي سيعيشون فيها، و فرص التدريب و التعلم و الاتصال المتوفرة"، كما قد تؤثر فقدان أحد الوالدين و مدى التعرض للحرمان ماديا أو اجتماعيا أو نفسيا على شخصية الطفل في اتجاهات السواء أو عدم السواء، و من جهة أخرى يرى أريكسون "أن نمو و تطور الشخصية يخضع بالكامل لتأثير العوامل المشتركة و المكونة من استعدادات الشخص و مكوناته الطبيعية" و من جهة أخرى يرى ألدن "أن العامل الاجتماعي مصدر هام لتطور و نمو الشخصية" (السيد عبد العاطي، 1994، صفحة 181)

## 2-5-3-المحددات الجغرافية:

تشتمل البيئة الجغرافية التي تحيط بالإنسان على أربعة عناصر أساسية هي الموقع و المناخ و الطبوغرافيا و الموارد الطبيعية، و تمارس كل من هذه العناصر الأربعة تأثيرات متعددة على السلوك الانساني بالدرجة التي جعلت بعض الكتاب يميلون إلى اعتبارها العامل المحدد للسلوك و ليست عاملا نسبيا، و يمكن الاستدلال على ذلك من خلال التوضيح التالي:

إن كلامنا ينمو بطريقة أو أخرى في بيئة جغرافية معينة، تشتمل على مواد الغذاء، و المياه و التربة الخصبة و المعادن و الطبوغرافيا، و قد يعيش بعض الأفراد في أقاليم تمتاز بخصوبة أرضها أو اعتدال مناخها بينما يعيش البعض الآخر في أماكن صحراوية أو قطبية ذات مناخ متطرف و خصائص بيئية مختلفة، غن هذا التنوع الجغرافي يؤدي إلى اختلاف أساليب التنشئة الاجتماعية، مما قد يؤدي بدوره في تكوين الشخصية وذلك من خلال ما تمارسه هذه العوامل من تأثير على أسلوب حياة الجماعة و شخصيتها ككل.

## 2-5-4-المحددات الثقافية:

ربما تؤثر البيئة في طفل حديث الولادة بدرجة أكثر فعالية من البيئة الجغرافية، و ذلك لأنه من خلال الحدود الثقافية المقررة للسلوك يختار كل مجتمع بطريقة غير مباشرة نمط الشخصية المتوافق و الناجح و في هذا الصدد نجد أنه على الرغم من التأثير العام للثقافة، إلا أنه لا يمكن بحال من الحوال أن نجد شخصين تلقائياً تنشئة اجتماعية بنفس الطريقة أو الأسلوب و بالتالي لا يمكن أن توجد شخصيات متماثلة تماما و تفسير ذلك إنما يكمن في اختلاف درجة ما يعرف بالمشاركة الثقافية التي يقوم بها الفرد، الأمر الذي يؤدي في النهاية للتأثيرات النوعية تميز شخصية مما تقدم يمكن القول أن لكل من العوامل محصلة السلوك ما هي في الواقع إلا نتاج عوامل وراثية بيولوجية و عوامل بيئية معا. (السيد عبد العاطي، 1994، صفحة 181)، كل ما في الأمر أنه بالنسبة لسلوك ما قد ترجح كفة تأثير أحد العاملين على الآخر و لكنهما يقيان في النهاية معا قدر الإنسان و محددات سلوكه. (السيد عبد العاطي، 1994، صفحة 181)

## 2-6- العوامل المؤثرة في الشخصية:

تشير نظريات الشخصية بمجملها إلى وجود عاملين هامين من المؤثرات في بناء الشخصيات، هما العوامل التكوينية، العوامل البيئية.

### 2-6-1- العوامل التكوينية: تنقسم إلى مؤشرات وراثية، و مؤشرات بيولوجية.

2-6-1-1- المؤثرات الوراثية: هناك سمات مميزة للشخصية لها علاقة بالعوامل الوراثية، كلون البشرة و العينين و كذا الطول و القصر و قابلية الصلح عند الرجال.

2-6-1-2- المؤشرات البيولوجية: السلوك و عملية التكيف تتأثران بهرمونات الغدد الصماء، و هي الدرقية، البنكرياس، غدة الكظر. (كامل محمد عويضة، 1997، صفحة 98)

### 2-6-2- العوامل البيئية: و تنقسم إلى عوامل اجتماعية و عوامل ثقافية.

2-6-2-1- العوامل الاجتماعية: تؤثر على نمو و تطور الشخصية، فيرى العالم "أريكسون" أنها تخضع بالكامل لتأثير العوامل المشتركة المكونة في استعدادات الشخص و مكوناته الطبيعية. (رمضان محمد القذافي، 1997، الصفحات 38-41)

2-6-2-2- عامل الثقافة: الثقافة ذلك الكل الشامل للمعتقدات و الاتجاهات و العادات و التقاليد و الأعراف و القيم و اللغة... إلخ للإنسان، فإذا تغير سريع ثقافة المجتمع يؤدي إلى اضطراب الشخصية. (فوزي محمد جيل، 2000، صفحة 371)

## 2-7- أنواع الشخصية:

**2-7-1- الشخصية التسلطية:** هي محبة للسلطة، و ميل إلى التسلط و السيطرة على الغير، أولئك الذين لديهم الطابع الاستبدادي، فهو نمط الشخصية القابل لأساليب التحكم و الإخضاع من جانب الغير.

**2-7-2- الشخصية الغير مستقرة انفعاليا :** تتسم بشدة الانفعال في المواقف الضاغطة الخفيفة بتعطيل الأحكام و الجعجعة و الجدل و الطبع المشاكس، و المتقلب و الهوائية و تفتقر إلى الثبات الانفعالي من حالة إلى أخرى و عدم النضج الانفعالي، و عدم ملائمة الاستجابة الانفعالية لمثيراتها، و صاحب هذه الشخصية شخص يستجيب باستشارة و عدم فاعلية مواقف الشدة الهينة، و الذي علاقته مع الآخرين

و الناس مفعمة باتجاهات انفعالية متذبذبة و تتسم بالتغير الانفعالي.

**2-7-3- الشخصية المنتجة:** صاحبها يحيا حياة ناضجة تماما.

**2-7-4- الشخصية المنضبطة :** تمتاز بصفات و خصائص سمات نمط الانبساط و الانطواء، كما ذكرها العالم السويسري "كارل يونغ" بالقول الانبساط و الانطواء. (عبد الرحمن العيسوي، 2001-2002، صفحة 20)

**2-8- أثر الرياضة في الشخصية:**

الرياضة لا تقوم بدورها فقط في تكوين الشخصية، بل أنها تساهم كذلك في التعرف عليها و على حقيقتها و طبيعتها، هذا التعرف الذي يعد خطوة أساسية و ضرورية في عملية علاجها و تنميتها و توجيهها و تحديد قدراتها و ميولها و إمكاناتها، فالرياضة جزء لا يتجزأ من نسيج الشخصية المتين، و عاملا أساسيا في إعدادها و تكوينها، و ذلك من خلال مؤثراتها الآتية:

**2-8-1- الأثر الصحي:** تعمل الرياضة أساسا على تحقيق الصحة بمفهومها الشامل، من صحة جسمية و عقلية و نفسية و اجتماعية، فهي غنية بالفرص التي تحقق الصحة بمعناها الشامل.

**2-8-2- الأثر العقلي و الفكري:** كما تهدف الرياضة إلى تكوين الجسم السليم و إلى اكتساب الصفات الخلقية و الاجتماعية، فإنها تهدف أيضا إلى تدريب الناحية العقلية و التنظيم و التفكير و حسن التصرف في المواقف المختلفة لأنه كما ذكرنا سابقا الشخص و حدة واحدة إذن لا يمكن أن تفصل الناحية الحركية عن التفكير لأن كل حركة ما في لعبة من الألعاب البدنية و ان يسبقها دور في التفكير في ماهية الحركة و توجيهها توجيها صحيحا، فمثلا اللاعب الذي يحاول أن يستخلص الكرة من خصمه لا بد أن يفكر كيف و متى، و هل يستخلصها من الجانب أو من الأمام ثم بعد ذلك يفكر في كيفية التخلص منها.

**2-8-3- الأثر الاجتماعي :** تعتبر الرياضة من أهم الوسائل لتحقيق النضج الاجتماعي و إشاعة روح الجماعة بين الأفراد، و كذلك تنمية مجالاتها العريضة الواسعة من فرض اللقاء و التعارف و الأخذ

و العطاء، و ما تضمنه أنظمتها من أسس و مبادئ اجتماعية كالعامل الصالح العام، و احترام الآخرين،

و ضرورة التحكم في الانفعالات في مواقف مشحونة بالإثارة كما يحدث أثناء التنافس الرياضي.

**2-8-4- الأثر الخلقى:** لكل نوع من النشاط فرديا كان أم جماعيا تأثير خاص على الشخص من الناحية الخلقية، فالرياضة تهدف إلى اكتساب الفرد صفات خلقية معينة عن طريق ممارسة الأنواع المختلفة من الألعاب و النشاط الرياضي فمجالاتها زاخرة بالأحداث الصغيرة و الكبيرة التي تؤول خلالها المثاليات الخلقية كالتواضع و إنكار الذات و الجرأة و قوة الإرادة و امانة و غيرها من الصفات الخلقية الحميدة إلى ممارسة تطبيقية و خيرة يكتسبها الفرد الرياضي و يتدرب عليها عمليا، فتصبح جزء لا يتجزأ من صفاته الشخصية التي يلتزم بها في حياته اليومية.

**2-8-5- الأثر الانفعالي (الوجداني):** و كما أن الرياضة تؤثر على الناحية العقلية، فإنها تؤثر على

الناحية الانفعالية للفرد أو بمعنى أوضح تساعد على تدريب العواطف كالسرور و الفرح و الحزن والانفعالات المختلفة، فالشخص الذي يمارس الرياضة لا بد أن يتعلم كيف يكبت غضبه أثناء اللعب و يقتصد من إظهار سروره إذا انتصر أو حزنه إذا هُزم، كما أن التقاليد الرياضية تحتم على ألا يزهاو أو يفخر أو يظهر عواطف الغرور، بل يجب أن يكون متواضعا في فوزه كريما مع خصمه يقبل الهزيمة بصدر رحب دون عصبية أو انفعال أو غضب فالرياضة كفيلة بإكساب الفرد هذه الصفات الانفعالية (أحمد أمين فوزي، الصفحات 30-31)

**2-8-6- الأثر الترويجي :** إن حدة التوتر النفسي و الصخب الدائم قد يجعل حياة الانسان صعبة

في هذا العصر إذا لم يكن له هواية مفيدة يمارسها ضربا من النشاط الترويجي الذي يتفق مع قدراته، و استعداداته و ميوله و رغباته مما يؤدي إلى اكتساب هواية مفيدة و تدعم شخصيته و تعينه على

الحياة المتجددة الزاخرة، فالنشاط الترويجي يبدأ من مجرد مشاهدة شروق الشمس و غروبها إلى الاشتراك الفعلي في الفرق المسرحية أو الموسيقية إلى كتابة القصص و القراءة و سماع الموسيقى، و تحتل الرياضة مكان الصدارة بين الوسائل الترويجية الهادفة نظرا لتنوع برامجها و تعدد أشكالها، حيث تسهم بشكل إيجابي في حسن استغلال وقت الفراغ و استثماره، الأمر الذي يؤثر في الشخصية تأثيرا مفيدا حسنا. (أحمد أمين فوزي، الصفحات 30-31)

**2-9- نظريات الشخصية:** أثناء دراسة العلماء للشخصية استخلصوا عدة نظريات من خلال

افتراضات متباينة عن طبيعة الجنس البشري و أهمها ما يلي:

**2-9-1- نظرية الدافعية:** كما ذكرنا سابقا أن "فرويد" بقوله أن مكونات الشخصية هي الهو، الأنا، الأنا الأعلى، و ثمة حافز أساسي يدفع الشخص طول الحياة ألا و هو الليبدو و هو الذي يزود الإنسان بالقدرة على النفسية الت يستخدمها في تحقيق أهدافه في الحياة. و تعتبر نظرية "يونغ أولر" و "أريكسون" أمثلة لنظرية الدافعية. (ترجمة عز الدين الأولي، 1994، صفحة 286)

**2-9-2- نظرية الأنماط:** هذه النظرية عند اليونان القدماء، و كانت تلك التي نادى بها "سقراط" في القرن الخامس قبل الميلاد، حيث ذهب إلى أن الجسم يحتوي على سائل و الشخصية تتوقف على طبيعة هذا السائل و لعل أهم نظرية في أنماط الشخصية تلك التي أحدثها العالم "كارل يونغ" سنة 1993. (ريتاشس لاروس/ ترجمة محمد سيد غنيم، 1980، صفحة 93)

**2-9-3- نظرية التعلم:** يرى المهتمون بهذه النظرية أن نمو الشخصية يتوقف على مبدأ التعلم، فهم يحددون الشخصية بالموقف المثير الموضوعي، حيث يرون أن الشخصية استجابات تصدر عن الفرد وفقا لارتباطات المواقف مع البيئة الداخلية و الخارجية و من رواد هذه النظرية العالمان "جون دولاردو" و "نيل ميللر" يقولان أن الشخصية من عادات الاستجابة التي يكتسبها الفرد من استجابة عن طريق عملية التعلم.

**2-9-4- النظرية الظاهرية:** توجد مجموعة من نظريات الشخصية تعرف باسم "الظاهرية" تعتمد على الإدراك و المعرفة أكثر مما تعتمد على التعلم و هي تركز على العمليات المعرفية الوسيطة كالإدراك و المفاهيم المتعلقة بالأحداث أي العالم الظاهري للأحداث أكثر من تركيزها على العالم الهو للأحداث. (ريتاشس لاروس/ ترجمة محمد سيد غنيم، 1980، صفحة 63)

## **2-10-1- أهم طرق قياس الشخصية:**

**2-10-1- طريقة الملاحظة:** الملاحظة طريقة متبعة في القياس شتى المجالات، و في دراسة الشخصية تتميز بأنها تسجل السلوك بما يتضمنه من مختلف العوامل مع التقليل من احتمال تدخل عامل الذاكرة و النسيان.

**2-10-2- المقابلة الشخصية:** تعتبر المقابلة من أقدم و أشهر الطرق حيث تستخدم في البحوث، و تستخدم كذلك في علم النفس و الأنثروبولوجيا و علم الاجتماع، و تعتبر مهمة في جمع البيانات، كما أنها المحور الساسي الذي يدور حول عمليات التوجيه التربوية و المهنية و عمليات الاستشارة من السلوك أثناء المقابلة.

**2-10-3- الاستخبارات:** تسمى أيضا الاستبيانات أو الاستفتاءات، و تعتبر قائمة من الأمثلة تدور حول موضوع أو موضوعات نفسية أو اجتماعية أو تربوية تعطى أو ترسل إلى جماعة من

الأفراد فيجيب عنها المفحوص بكتابة "نعم" أو "لا" أو بإجابة موجزة، و قد جرى الاستخبار عن طريق الشخصية كما يوجد اختبارات كثيرة ز متعددة أهمها "روشاخ" و صور السحب و اختبار تفهم الموضوع و رسم الشخص... إلخ.

#### خلاصة:

نستخلص في نهاية هذا الفصل أن الشخصية هي ذلك "الكل" المكون من الجسم و النفس و ما فيهما من فطرة و اكتساب على سواء، و لذلك تعتبر دراستها بؤرة تلتقي فيها الأضواء الكثيرة لعلم النفس على شتى العناصر المكونة لها بامتزاجها الدقيق و تفاعلها الشامل كما أنه من الخطأ إصدار على شخصية فرد من الأفراد نستند فيه على مظهره الخارجي أو خطة حياته، لأن ذلك لا يكفي و لا يعد إلى جانبه دراسة تحليلية طويلة معقدة تتناول الشكل، الحركة و السلوك و الآمال و التجارب التي مر بها و معرفة آرائه و آراء الناس فيه، و ما هو عليه من الواقع ثم تركيب هذه العناصر جميعا في وحدة شاملة كل هذا يجعل الشخصية تلك القوة الخفية المنبعثة من ذات الناس، فتقضي على صورته باختلاف الأمكنة و الأشخاص و الأزمان، فإذا كانت تلك الانطباعات طيبة الأثر حسنة الواقع جميلة الانعكاس دلت على السمو و القوة و فرضت الحب و الهبة و الاحترام على من يتصل به من الناس. فالرياضة تعتبر أفضل مجال لاكتشاف شخصية الفرد و ميوله و أخلاقياته و قدراته و إبراز مميزاته و عيوبه، و الوقوف على واقع شخصيته، لأن الفرد في مجال اللعب ينطلق على سجيته دون

تكلفة تاركاً لنفسه العنان فتتضح مقدرته، و يتميز سلوكه و يظهر اما الاخرين على حقيقة أمره ،  
فتأسس بوضوح فكرة الآخرين عنه يستقي من خلالها فكرة صحيحة عن نفسه.

## الفصل الثالث

خصائص و مميزات المرحلة العمرية

## تمهيد:

يعتقد العلماء و الباحثون أن دراسة فترة المراهقة لاعتبارات مدرسية، إلا أن ذلك يمنع من دراسة تلك المرحلة لاعتبارات عملية تجعلنا نقدر على التعامل مع المراهق من جهة و على فهمه و فهم ذاتنا والأصول النفسية من جهة أخرى. فالمراهقة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان و أصعبها، لكونها تشمل عدة تغيرات عقلية و جسمية، و هي تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنتظم، بالإضافة إلى النمو الانفعالي حيث وصفها "ستانلي هول" أنها فترة عواصف و توتر و شدة تكتنفها الأوهام النفسية و تسودها المعاناة و الإحباط و الصراع و القلق و المشكلات. وعلى هذا الأساس يجب دراسة الظواهر النفسية و السلوكية للمراهق، و كذا ما يحدث في جسمه من تغيرات فيزيولوجية و عقلية و انفعالية و عاطفية إدراكا لما ينجز عنها من نتائج سلبية أو ايجابية. فهذه الفترة قد تكون المحطة الأخيرة للفرد لكي يعمل أو يتمم تكامل شخصيته في ظل الخبرات الديناميكية الجديدة في حياته. و من هذا المنظور ارتأينا في هذا الفصل التطرق لبعض أنواع المراهقة و مشاكلها و خصائصها حتى يتسنى لنا الإمام بجميع جوانب الموضوع.



### 3- مفهوم المراهقة:

إن المراهقة مصطلح وصفي لفترة أو مرحلة من العمر و التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة و يكون قد اقترب من النضج العقلي و الجسدي و البدني، و هي الفترة التي تقع ما بين مرحلة الطفولة و بداية مرحلة الرشد، و بذلك المراهق لا يعد طفلا و لا راشدا إنما يقع في مجال تداخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها "عبد العالي الجسيماني" بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن يندووا فيه ما يصبون إليه من وسائل و غايات. (عبد العالي الجسيماني، 1994، صفحة 195)

### 3-1- تعريف المراهقة:

#### 3-1-1- لغويا:

يقال راهق الغلام قارب الحلم و المراهقة مرحلة من النمو المتوسط بين سن البلوغ و سن الرشد تحيط بها أزمات ناشئة عن التغيرات الفسيولوجية و التأثيرات النفسية و الاجتماعية (جميل صلبا، 1979، صفحة 81) بينما يأتي اسمها في العربية من الفعل "رهق" يعني اللحاق بقدر ما يعني دخول الوقت والدنو و اللحاق و القرب. (حسن عبد القادر محمد، 1989، صفحة 408)، و يعرفها البهي السيد: "المراهق تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من العلم، و بذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى بقولهم رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنى فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم و اكتمال النضج" (فؤاد بهي السيد، 1986، صفحة 257)

#### 3-1-2- المراهقة اصطلاحا:

إن أول عمل علمي حول موضوع المراهقة يعود إلى (بدوير) 1981 و هو بعنوان "روح الطفل" يليه كتاب (برنهام) "دراسة المراهقة" في هذه الأثناء كان العلماء يعتبرون المراهقة الفصل الأخير من الطفولة لكن بعد ذلك أقيمت للمراهقة فصلا خاص بها لا سيما مع (ستالين هول).. (عبد الغاني الأيدي، صفحة 17)، كما يعني مصطلح المراهقة في علم النفس مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة الرشد و النضج، فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، و تمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين. (حامد عبد السلام زهران، 1977، صفحة 289) يعرفها مصطفى فهمي "إن كلمة مراهقة Adolescence مشتقة من الفعل اللاتيني Adoles و معناه التدرج نحو النضج البدني الجنسي و الانفعالي و العقلي و هنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة، و كلمة بلوغ و هذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، و هي الناحية الجنسية، نستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية و اكتساب معالم جنسية تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة بدء النضج" (مصطفى فهمي، 1986، صفحة 189) و كذلك هي المرحلة الانتقالية بين الطفولة و الرشد و هي محددة

تماما و يمكن أن نعتبرها العقد الثاني من العمر حيث أنها 12 سنة و 21 سنة من العمر و البداية عادة بين 11 سنة و 16 سنة للذكور و مبكرة بعض الشيء للإناث. (سعدية محمد علي بهادر، 1980، صفحة 25)

### 3-2-أنماط المراهقة:

يقسم الدكتور "صمويل معاريوس" المراهقة إلى أربعة أنواع:

#### 3-2-1-المراهقة المتوافقة: و من سماتها:

- الاعتدال و الهدوء النسبي و الميل إلى الاستقرار.
- الإشباع المتزن و تكامل الاتجاهات و الاتزان العاطفي.
- الخلو من العنف و التوترات الانفعالية الحادة..التوافق مع الوالدين و الأسرة، فالعلاقات الأسرية القائمة على أساس التفاهم و الوحدة لها أهمية كبيرة في حياة الأطفال، فالأسرة تنمي الذات و تحافظ على توازنها في المواقف المتنوعة في الحياة.(محمد حسن ، 1981، صفحة 24)

#### 3-2-1-1-العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة:

- معاملة الأسرة السمحة التي تتسم بالحرية و الفهم و احترام رغبات المراهق و عدم تدخل الأسرة في شؤونه الخاصة، و عدم تقييده بالقيود التي تحد من حريته، فهي تساعد في تعلم السلوك الصحيح و الاجتماعي السليم و لغة مجتمعه و ثقافته و تشبع حاجاته الأساسية. (رابح تركي، 1990، صفحة 173)

-توفير جو من الصراحة بين الوالدين و المراهق.

- شعور المراهق بتقدير الوالدين و اعتزازهم به و الشعور بالتقدير أقرانه و أصدقائه و مدرسيه و أهله، و سير حال الأسرة و ارتفاع مستوى الثقافي و الاقتصادي و الاجتماعي للأسرة.

#### 3-2-2-المراهقة المنطوية: و من سماتها:

- الانطواء و هو تعبير عن النقص في التكيف للموقف أو إحساس من جانب الشخص أنه غير جدير لمواجهة الواقع لكن الخجل و الانطواء يحدثان بسبب عدم اللفة بموقف جديد أو بسبب مجابهة أشخاص غرباء، أو بسبب خبرات سابقة مؤلمة مشابهة للموقف الحالي الذي يحدث للشخص خجلا و انطواء.(يوسف ميخائيل أسعد، ب س ، صفحة 160)

- الاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان و الحاجات الغير مشبعة و الاعتراف بالجنسية الذاتية.

-محاولة النجاح المدرسي على شرعية الوالدين.

### 3-2-1-العوامل المؤثرة فيها:

-اضطراب الجو الأسري: الأخطاء الأسرية التي فيها تسلط و سيطرة الوالدين، الحماية الزائدة،

التدليل، العقاب القاسي...الخ

-تركيز الأسرة حول النجاح مما يثير قلق الأسرة و المراهق.

-عدم الإشباع الحاجة إلى التقدير و تحمل المسؤولية و الجذب العاطفي.

### 3-2-3-المراهقة العدوانية (التمردة): من سماتها:

التمرد و الثورة ضد المدرسة، الأسرة و المجتمع.العداوة المتواصلة و الانحرافات الجنسية، ممارستها باعتبارها تحقق له الراحة و اللذة الذاتية مثل: اللواط، العادة السرية، الشذوذ، المتعة الجنسية...إلخ(عبد

الغني الإيدي، 1995، صفحة 153)

**العناد:** هو الإصرار على مواقف و التمسك بفكرة أو اتجاه غير مصوغ و العناد حالة مصحوبة بشحنة انفعالية مضادة للآخرين الذين يرغبون في شيء و المراهق يقوم بالعناد بغية الانتقام من الوالدين و غيرها من الأفراد، و يظهر ذلك في شكل إصرار على تكرار تصرف بالذات. (يوسف ميخائيل

أسعد، ب س ، صفحة 157)

-الاعتماد على النفس الشامل و الانحرافات الجنسية و الإدمان على المخدرات.

-بلوغ الذروة في سوء التوافق.

-البعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك.

### 3-2-3-العوامل المؤثرة فيها:

-المرور بخبرات حادة و مريرة و صدمات عاطفية عنيفة و قصور في الرقابة الأسرية.

-الصحة المنحرفة أو رفاق سوء و هذا من أهم العوامل المؤثرة.

-الفشل الدراسي الدائم و المتراكم و سوء الحالة الاقتصادية للأسرة.

هذا أن أشكال المراهقة تتغير بتغير ظروفها و العوامل المؤثرة فيها، و غن هذه تكاد تكون هي

القاعدة، و كذلك تأكد هذه الدراسة أن السلوك الإنساني مرن مرونة تسمح بتعديله. و أخيرا فإنها

تأكد قيمة التوجيه و الإرشاد و العلاج النفسي في تعديل شكل المراهقة المنحرفة نحو التوافق

والسواء.(حامد عبد السلام زهران، 1977، صفحة 440)

### 3-3- خصائص النمو في مرحلة المراهقة:

يؤدي الانتقال من المدرسة الأساسية إلى الثانوية إلى اطراد بالنضج و الاستقلال و مرحلة المراهقة

تختص عن باقي مراحل النمو في حياة الفرد بشيء هام ألا و هي التحولات أو التغيرات التي تطرأ عليه

من الناحية الجسمية، العقلية، الاجتماعية، الجنسية، الخلقية، الانفعالية التي تؤثر بصورة بالغة في حياته في المراحل اللاحقة.

### 3-3-1- الخصائص الجسمية و الفيزيولوجية:

إن الخصائص الجسمية للمراهق تظهر من ناحيتين، ناحية فيزيولوجية تشمل نشاط الغدد و الأجهزة الداخلية التي ترافق بعض الظواهر الخارجية، و الناحية الأخرى الجسمية و التي تتمثل في قلة سرعة النمو الجسمي و التي تشمل الزيادة في الطول و الوزن (سعدية محمد علي بهادر، 1980، صفحة 141) و ترهف الحواس و تتحسن الحالة الصحية و ينعكس ذلك على اتساع الكتفين و الصدر و طول الجذع و محيط الردين و طول الساقين.

### 3-3-2- النمو العقلي:

إن الحياة العقلية تتجه نحو التمايز و الذي يقوم على الذكاء و الإدراك و التفكير و التخيل، فالقدرة العقلية لدى المراهق تلعب دورا في تكوين صورة عن ذاته و تقييمه لها، و النمو العقلي من الخصائص المهمة لأن فهم و معرفة ما يحدث للمراهق على المستوى العقلي يساعدنا على فهم شخصيته و توظيف المعارف و المعلومات في العملية التربوية و من الجوانب التي نتطرق لها في خصائص النمو العقلي في هذه المحلة ما يلي:

### 3-3-2-1- الذكاء:

هو القدرة العقلية العامة التي تبين المستوى العام للفرد، كما يعرفه "بيرت" بأنه القدرة العقلية و المعرفية العامة، و يقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية، بل تأثره بالنواحي الإدراكية، و في هذه المرحلة يجب استخدام اختبارات الذكاء و القدرات و الاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة و اكتشاف إمكانيات و قدرات التلميذ المراهق من جهة أخرى لنضمن له بدئ التعمق الدراسي بالأخص التوافق الدراسي الجيد. (محي الدين مختار، 1989، صفحة 166)

### 3-3-2-2- الإدراك:

يتجه إدراك المراهق إلى غدر العلاقات المجردة و الغامضة و المعنوية و الرمزية و على هذا الأساس و بهذا التطور نجده لا يتقبل الأفكار الجاهزة و التي لا تقوم على البرهنة و الإقناع.

### 3-3-2-3- الانتباه:

بالرغم من الأزمة التي يمر بها المراهق إلا أن الانتباه يزداد بشكل واضح في مداه و مدته و مستواه و عليه فإنه يستطيع فهم مشكلات طويلة و معقدة.

### 3-3-3- النمو الاجتماعي:

يتميز النمو الاجتماعي في هذه المرحلة بالتغير الواضح الذي يتمثل في إعادة تنظيم العلاقات الاجتماعية بشكل مستويين جديدين يتفقان و مستوى النضج الذي وصل إليه المراهق، كما يخضع سلوكه لعدة تغيرات تتميز بأنواع من التحول تشير إلى نمو الحساسية الاجتماعية، كما تظهر هناك فروق أساسية بين اتجاهات المراهقين في الطبقة الاجتماعية المختلفة.

### 3-3-4- النمو الانفعالي (الوجداني):

تتميز هذه الفترة بقلق انفعالي نتيجة التغيرات النفسية و الاجتماعية، و التي تؤدي إلى القلق الجنسي،(مالك سليمان محول، 1981، صفحة 166) و يلاحظ عدم الثبات الانفعالي للمراهق متجليا في تحول سلوكه بين سلوك الأطفال و تصرفات الكبار و تغير شعوره بين الحب و الكره و الشجاعة والخوف.

### 3-3-5- النمو الحركي:

اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه فئة المراهقة و مدى أهميته بالنسبة للنمو الحركي و الجسمي، و يرى "Gorkim" أن حركات المراهق حتى حوالي 13 سنة تتميز بالاختلال في التوازن والاضطراب و عدم التوافق و الانسجام، كما يؤكدون أن هذا الاضطراب يحمل الطبع الوقي إذ لا يلبث في غضون مرحلة الفتوة حتى تتبدل حركات لتصبح أكثر توافقا و انسجاما من ذي قبل، أما "هومبورجر" فيميز مرحلة المراهقة بأنها فترة ارتباك بالنسبة للنواحي الحركية. (محمد حسن علاوي، 1992، صفحة 141)

### 3-3-6- النمو الأخلاقي للمراهق:

لا يمكننا التعرض لأي موضوع يتعلق بالإنسان دون أن نتطرق إلى هذا الجانب المهم و الخطير، فلقد ربط الرسول الكريم (صلى الله عليه و سلم) في حديث له أن الخلاق لها علاقة وثيقة بالإيمان، و ردا على سؤال حول هذا الموضوع ز هذا نص الحديث "سئل رسول الله-صلى الله عليه و سلم - أي المؤمنين خير؟ فقال أحسنهم أخلاقا" (حامد عبد السلام زهران، 1977، صفحة 398)، و لعل من بين مظاهر الخلق الحسن احترام الآخرين مهما كانت صفتهم، سواء كان وليا أو أستاذا أو صديق أو حتى منافسا كي لا نقول عدوا، و نبقى دائما في مجال التربية البدنية و الرياضية فوجب علينا تعزيز بعض المفاهيم و غرسها في نفس المراهق كي نسمو بخلق شخصيته، و من بين هذه المفاهيم: التسامح، الصدق، التواضع و التعاون... الخ.

### 3-4- أزمة المراهقة:

إن المراهقين عامة يسعون إلى الثبات و تحديد هويتهم و الدخول إلى عالم الكبار من خلال جملة من المسالك يلخصها القوصي في قوله: "يترع المراهق في هذه المرحلة إلى إكمال رجولته و الاعتراف بكيانه و يعمل على الاستقلال في فكره و عمله و يجرب أساليب متعددة ليحقق لنفسه شعور بخروجه

من دور الطفولة و اكتمال نموه و استقلاله، و في أثناء تجريبه الأساليب المتعددة قد يقع في نزاع مع السلطة المشرفة و الخروج على سلطة الوالدين و المعلمين و عصيانها و احتقار آراء الكبار و الميل أحيانا إلى الكذب و السرقة و التدخين، و استعمال العنف و القسوة فهذا كله في نظر المراهق أدلة على استكمال النمو و الخروج من الطفولة"، و يتضح من ذلك مدى تباين الأساليب و المسالك المتبعة من قبل جماعة المراهقين في سبيل تحديدهم لهويتهم و يعد التدخين أحد هذه الأساليب التي تشعر المراهق بالنضج و الرجولة. (أبو بكر مرسي، 2002، صفحة 79)

### 3-5- حاجات المراهق:

للمراهق حاجات جسدية و اجتماعية و شخصية مثلما هي لدى أصحاب الأعمار الأخرى و لكن هذه الحاجات تختلف في مرحلة المراهقة عن مراحل الحياة الأخرى.

### 3-5-1- الحاجة إلى المكانة:

من أهم حاجات المراهق رغبته في أن يكون شخصا هاما، و أن نرى مراهقا يدخن أو يقوم بأعمال الراشدين أو فتاة تلبس الأحذية العالية و غير ذلك من أمور الراشدين. (فاخر عاقل، 1972، صفحة 118)

### 3-5-2- الحاجة إلى الاستقلال:

إن هذه الحاجة تكون متزايدة الأهمية لدى المراهقين حيث نجده يريد التخلص من قيود الأهل و أن يصبح مسؤولا عن نفسه، فمثلا نجده يريد معرفة خاصة، يكر لذاته... إلخ

### 3-5-3- الحاجة الجنسية:

أوضحت دراسات "Kemzey" عن المراهقين الفتيان دلالة واضحة على أن فترة المراهقة هي فترة رغبات جنسية قوية. (فاخر عاقل، 1972، صفحة 119)

### 3-5-4- الحاجة البيولوجية:

هناك مجموعة من الحاجات البيولوجية و الفطرية لدى الإنسان و المراهق على وجه الخصوص، فيفضل في حاجة الإشباع و العطش و الراحة و درجة حرارة الجسم، و تختلف طريقة إشباع من فرد لآخر، فالمرهق الذي يشعر أنه في عزلة يحاول أن يجذب انتباه الآخرين فيأخذ كل رأي يقال أو يكثر من الأسئلة. (فاخر عاقل، 1972، صفحة 120)

## الخلاصة:

المراهقة مرحلة انتقالية بين الطفولة و الرشد، حيث تعتبر من المراحل الحساسة وذلك لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية و جينية و نفسية تؤثر بصورة بالغة على الفرد في المراحل التالية من عمره، وتتسم بمحاولة وصول المراهق إلى التوافق النفسي و الاجتماعي و الاندماج الاجتماعي قصد تحقيق الذات و الحصول على مكانته الاجتماعية، و ذلك بالاستقلال الانفعالي عن الأسرة، أي الانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس و الانتماء إلى جماعات و ذلك حتى يكشف قواه الحقيقية و يفهم ميوله و رغباته و اهتماماته الأساسية، و بالتالي يتقبل ذلك و يثق بنفسه و يلي حاجات من المن و تحقيق الذات. و استخلصنا كذلك الدوافع التي تساهم في تشكيل دوافع المراهق للإقبال على ممارسته النشاط البدني الرياضي، حيث أن الدافع هو مشير داخلي يحرك سلوك الفرد و يوجهه لتحقيق إشباع حاجة معينة أو لإعادة التوازن للحالة الداخلية، و من بين الطرق الأكثر ملائمة لتحقيق ذلك هو الاشتراك في النشاطات الرياضية سواء داخلية كانت أو خارجية حسب الرغبة و الظروف المتاحة. و في الأخير بينا أثر الرياضات و العلاقات المختلفة للمراهق في بناء شخصيته.

# الباب الثاني

## الجانب التطبيقي

# الفصل الأول

المنهجية البحثية والأبحاث الميدانية

## تمهيد

عندما يقوم الباحث بدراسة ما فإنه يحاول دوماً أن يحصل على المعلومات الوافرة التي تمكنه من وصف الظاهرة المراد دراستها وصفاً شاملاً يسمح له بتحديد العلاقات القائمة بين عناصرها من جهة و بينها و بين باقي الظواهر من جهة أخرى لذلك فإن عليه أن يتتبع مجموعة من الخطوات العلمية الدقيقة والمنظمة التي تمكنه من تحقيق أهداف الدراسة و تبدأ هذه الخطوات باختيار منهج البحث الذي يتلاءم مع طبيعة الإشكالية فهذه الأخيرة هي من تحدد نوع المنهج المختار و ليس العكس. ثم يقوم بعد ذلك الباحث بتحديد مجتمع البحث و تحديد متغيرات الدراسة و حدودها، قبل أن ينتقل إلى الدراسة الاستطلاعية التي تمكنه من جمع أكبر قدر من المعلومات الصادقة حول الظاهرة المراد دراستها و يشترط في أدوات الدراسة أن تكون صادقة و ثابتة.

### 1 4 - منهج البحث:

إن طبيعة دراستنا هذه تتطلب تجميع معلومات و بيانات تسمح لنا بوصف الظاهرة وصفاً دقيقاً و تفسيرها و إيجاد العلاقات فيما بين دراسة عناصرها و هو ما حتم علينا المنهج الوصفي لأنه يمكن استخدامه من دراسة الظواهر من جوانبها المختلفة. و تعد البحوث الاحصائية من أكثر طرق البحث استخداماً في مجال البحوث التربوية و النفسية و الاجتماعية فهي تمدنا بمعلومات و حقائق ذات قيمة عن الظروف و الأساليب القائمة بالفعل و عن العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة (اخلاص محمد عبد الحفيظ و حسين باهي، 2000، صفحة 101)

### 1 2 - مجتمع البحث:

إن مجتمع البحث في لغة العلوم الإنسانية هو "مجموعة منتهية و غير منتهية من العناصر المحددة مسبقاً و التي تتركز عليها الملاحظات (موريس انجرسو ترجمة بوزيد صحراوي و كمال بوشرفة و سعيد سبعون و آخرون، 2004، صفحة 298)"

عندما يكون عدد أفراد مجتمع البحث كبير فإن الباحث يتعذر عليه إجراء دراسته على كل أفراد المجتمع لذلك يلجأ إلى اختيار عينة ممثلة لذلك المجتمع يستطيع إجراء الدراسة عليها بسهولة و تمكنه من الحصول على نتائج أكثر دقة و تصلح لأن تعمم على كافة أفراد مجتمع البحث لبعض ثانويات ولاية و معسكر. والعينة في دراستنا هذه هي عينة مختارة بشكل عشوائي و تضم جميع التلاميذ الذين شاركوا في النشاط الرياضي اللاصفي داخل الوسط المدرسي يقدر ب 120 تلميذ أي بنسبة 15% من المجتمع الأصلي وعينة تشمل 20 أستاذاً للتعليم الثانوي و في عملية الاختيار لم نأخذ بعين الاعتبار عاملي الجنس لكون أن دراستنا تتمحور حول ملامسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في

تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية، مجتمع دراستنا يشمل 787 تلميذ يشاركون في النشاط الرياضي اللاصفي وهذا بعد اتصالنا بالرابطة الولائية للرياضة المدرسية

### 1-3- عينة البحث:

تعتبر مرحلة اختبار عينة البحث من أهم المراحل وأبرزها في عصر البحث العلمي التي تركز على الباحثين إجراء بحثهم لهذا التخذنا من نموذج العينة الموجهة بالدخول إلى الجانب المادي من حيث بحثنا ذا، وذلك بتطبيق قجهمى بخطواتها وتصوير نظري بمسقبلها، كما يعرفها محمد المكي " العينة هي مجموعة من الأفراد يبنها الباحث عمداً على هاوهم يأخذون من مجتمع أصلي تكون نمثله تمثيلاً لصادقاً " بحى شعبنا ما قمنا بالإجراء اتال لازمة قمنا بتوزيها على استبى ان على أفراد المجموعة الأولى المتكونة من 20 أستاذاً في مختلف ثانويات ولاية معسكر، ثم بعدة اقمنا بتوزيها على استبى ان الأخر على العينة الثانية المتكونة من 120 تلميذ في ثانويات ولاية معسكر.

### 1-4-متغيرات البحث:

1-4-1- المتغير المستقل: هو الذي يؤثر في العلاقة القائمة بين المتغيرين ولا يتأثر بها، و في بحثنا هذا هو النشاط الرياضي اللاصفي  
1-4-2- المتغير التابع: هو الذي يتأثر بالعلاقة القائمة بين المتغيرين ولا يؤثر فيها، و في بحثنا هذا هو شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية.

### 1-5- مجالات البحث:

#### 1-5-1- المجال المكاني :

لقد تمت هذه الدراسة على مستوى 6 ثانويات بولاية معسكر و هي كالتالي:

\_ ثانوية هني محمد

\_ ثانوية بن جمعة الحاج

\_ ثانوية فلاح بوزيان

\_ فرحاي عبد القادر

\_ ثانوية ولد قابلية صليحة

\_ ثانوية عبد الحميد بن باديس

#### 1-5-2- المجال الزمني:

أجرت البحث بين الفترة الممتدة من شهر ديسمبر 2013 إلى ماي 2014 حيث أُنجز في هذه الفترة كل المهام المتعلقة بالبحث.

#### 1-5-3- المجال البشري:

يشتمل المجال البشري على 120 تلميذ و 20 أستاذ.

### 1-6-أدوات و تقنيات البحث:

#### 1-6-1-الاستبيان:

يقوم الباحث باختيار وسيلة (أو أكثر) تمكنه من جمع أكبر قدر من المعلومات الدقيقة حول الظاهرة المراد دراستها. وهذا ما هو بالضبط ما انتهجناه في عملية تحديد أدوات البحث حيث قمنا بعد التشاور مع الأستاذ المشرف، بتصميم استبيانين أحدهما موجه للتلاميذ وزع على العينة الدراسية المقدرة ب120 تلميذ و الآخر موجه للأساتذة وزع على 20 أستاذا يشرفون على أقسام التعليم الثانوي. ولقد استخدمنا الاستبيان كوسيلة في بحثنا هذا و ذلك قصد معرفة دور ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي في تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية.

#### 1-6-2- الأسئلة المغلقة:

وهي التي يحدد فيها الباحث إجابته مسبقا وتحدد الإجابات باتباع نماد على أفكار الباحث أو أغراض البحث النتائج المتوخاة وتكون الإجابة مقيدة بـ " نعم " أو " لا " وقد تتضمن في بعض الأحيان إجابتين على المستجوب اختياري الإجابة الصحيحة والغرض من هنا تصفح الحقائق المباشرة.

#### 1-6-3- الأسئلة المفتوحة:

وفيها تعطى كل الحرية للمبحوث للإجابة على ما يشاء باختصار أو بالتفصيل بدون الخروج عن مضمون السؤال ولها مطلق الحرية بذكر أي معلومة يعتقد بأنها متعلقة بالسؤال مما كانت تطبى عنها وأغراض.

#### 2-6-4- الأسئلة المحددة بأجوبة:

وهي أسئلة مصحوبة بأجوبة متعددة يختار المبحوث إحداها والتي تناسب رأيه

#### 1-7- الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية وذلك لضمان السير الحسن لموضوع بحثنا ومعرفة مدى وعي الفئة المدروسة للموضوع المدروس ثم توزع الاستبيان على عينة مكونة من 20 أستاذ من ثانويات ولاية معسكر وبعدها قمنا بتوزيع الاستبيان على التلاميذ والغرض من هذا معرفة مدى فهم المستجوبين بأسئلة الاستبيان الأسئلة المغلقة و تكون الإجابة واحدة بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة لذلك

#### 1-8- الأسس العلمية للاستبيان:

#### 1-8-1- الصدق:

من صفات التي يتوجب توافرها الصدق إلى أي درجة يقيس الاستبيان الغرض المصمم من أجله و يقصد بالصدق مدى صلاحيته لقياس ما وضع لقياس أي علاقة بذات المشكلة في الدراسة من مجتمع الدراسة و هو أنواع:(ليلي السيد فرحات، صفحة 111)

- أ - الصدق الظاهري
- ب - الصدق التلازمي
- ت - الصدق التنبؤي

صدق المحتوى هي عبارة من دراسة أولية يقوم بها الباحث على عينة قبل قيامه ببحث بهدف اختيار أساليب البحث

### 1-8-2- الثبات:

و قد قمنا بتطبيق الاختبار الأول على الأساتذة والتلاميذ و كان عددهم 10 ثم أعيد الاختبار بعد مضي أسبوع و تحت نفس الظروف على العينة. وفي هذا الاختبار تم تصحيح وإعادة تعديل بعض الكلمات الغامضة و هذا بعد عرضها على الأستاذ المشرف و بقية الأساتذة المختصين و بعد مناقشتها معهم و دراستها تم وضعها حيز التطبيق الميداني.

### 1-8-3- الموضوعية:

من العوامل المهنية التي يجب أن تتوفر في الاختبار الجيد شرط الموضوعية و الذي يعني التحرر من التحيز والتعصب و عدم ادخال العوامل الشخصية للمختبر كأدائه و اهوائه وميوله الشخصي و يعرفها عنها بمعامل ارتباط.(محمد صبحي حسانين، 1987، صفحة 85) و دراستنا الاستطلاعية قادتنا إلى 6 ثانويات بولاية معسكر، و كان الهدف الرئيسي منها هو تحديد العينة و اختيار أدوات البحث الملائمة التي تسمح لنا بتحقيق الأهداف المرجوة من الدراسة ككل و انقسمت هذه الدراسة إلى شقين:

#### الشق الأول:

كان على شكل مقابلة مع مدراء الثانويات و ذلك بغية تسهيل مهمتنا ثم مع أساتذة التربية البدنية و الرياضية المشرفون على أقسام السنة الثانية و الثالثة ثانوي و كان الهدف من ورائها احصاء عدد تلاميذ السنة الثانية والثالثة ثانوي الذين شاركوا في النشاط الرياضي اللاصفي.

#### الشق الثاني:

كان على شكل مقابلة جماعية مع تلاميذ أقسام الثانية و الثالثة ثانوي و ذلك أثناء قيامهم بخصص التربية البدنية و الرياضية حيث طرحنا عليهم السؤال التالي: من هم الذين شاركوا في النشاط

الرياضي اللاصفيوهو السؤال الذي مكنا من إحصاء عدد التلاميذ الذين سبق لهم أن شاركوا في النشاط الرياضي اللاصفي. حيث تم تقسيم الاستمارات المتعلقة بالتلاميذ و الأساتذة.

### 1-9- الدراسة الإحصائية:

الطريقة الإحصائية تتضمن معالجة الحسابات التي تمكننا من ترجمة النتائج بصفة دقيقة و قد اعتمدنا على بعض تقنيات المنهج الإحصائي الرياضي و تحليل الجداول و استخراج النسب المئوية و حساب قيمة ك<sup>2</sup> وتمثيلها في الجداول ، و الدائرة النسبية كأداة تمثيلية بيانية، لهذا قمنا باستعمال العلاقات التالية:

### 1- حساب النسبة المئوية:

$$س = ت \times 100\%$$

ع

حيث:

ع: تمثل عدد الأفراد.

ت: تمثل عدد التكرارات

س: تمثل النسبة المئوية.

$$ك^2 = (ت - و - ت م)^2$$

ت م

ت م = مجموع الصف

عدد الحالات

### 1 - درجة الحرية = مجموع الحالات - 1

حيث:

ت و: هو التكرار الواقعي.

ت م: هو التكرار المتوقع.

### 1-10- صعوبات البحث:

واجه الباحثون خلال القيام بالبحث مجموعة من الصعوبات التي أثرت سلبا على السير الحسن لمجريات البحث التي نذكر منها:

- صعوبات استرجاع الاستمارات الموزعة.

- تعاون بعض المدراء في تسهيل مهمتنا و إهمال بعضها.

- نقص الدراسات المشابهة.

-صعوبة اقتناء المصادر في المكتبة و ذلك لعدم ارجاع الطلبة للكتب.

## الخلاصة:

لقد تضمن الفصل الأول من الباب الثاني لهذا البحث على منهجية البحث و مختلف الإجراءات الميدانية، حيث اشتمل ذلك على منهجية البحث المستعملة و كيفية إجراء الدراسة الاستطلاعية ثم مجالات البحث، أدوات و تقنيات البحث، متغيرات البحث، ثم تطرقنا أيضا في نهاية البحث إلى المعالجة الإحصائية و صعوبات البحث.

# الفصل الثاني

الحرف والخطوط وحقائقها وتأثيرها في الخط

## 2-1- تحليل و مناقشة الاستبيان الموجه للأساتذة:

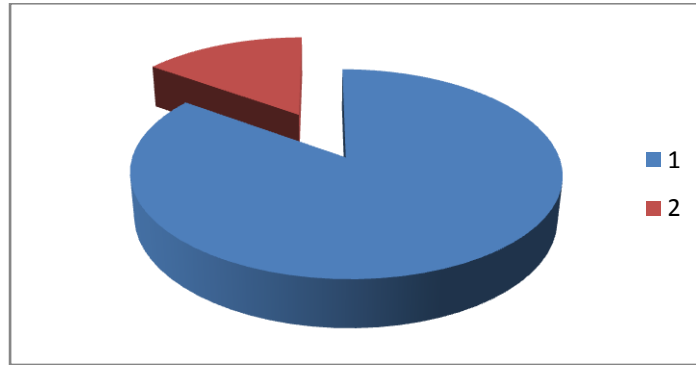
المحور الأول: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب الوجداني(الانفعالي).

1- هل أصبح التلميذ يملك الرغبة في بذل الجهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بممارسته

للنشاط الرياضي اللاصفي؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك2 الجدولية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
وجود فروق ذات دلالة إحصائية	01	3.841	9.8	85%	17	نعم
				15%	03	لا

جدول رقم (01): يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 1 للمحور الأول.



دائرة نسبية رقم(01): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 01 للمحور الأول.

من خلال ملاحظتنا للجدول رقم (01) نلاحظ أن معظم أساتذة التربية البدنية و الرياضية بنسبة 85% يرون أن التلميذ لديه الرغبة في بذل الجهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بعد ممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي، و 15% كانت إجاباتهم لا. و بما أن قيمة ك2 المحسوبة (9.8) أكبر من قيمة ك2 الجدولية (3.841) عند درجة حرية 01 و مستوى دلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم.

نستنتج أن التلاميذ لديهم الرغبة في بذل الجهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية .

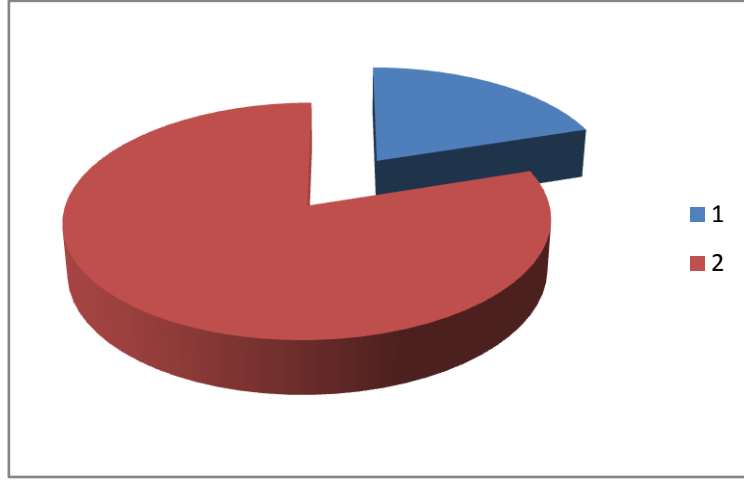
2- هل بتطبيق التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح لا يبذل جهد متزايد أثناء حصة التربية

البدنية و الرياضية ؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك2 الجدولية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
وجود فروق	01	3.841	7.2	20%	04	نعم

لا	16	%80			ذات دلالة إحصائية
----	----	-----	--	--	-------------------

جدول رقم (02): يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 2 للمحور الأول



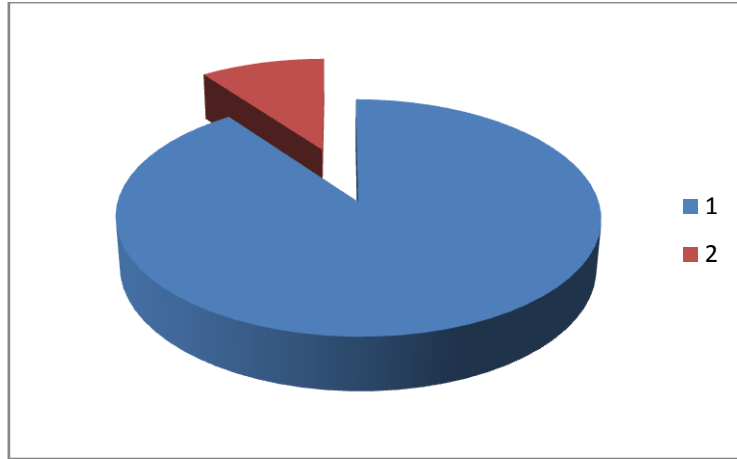
دائرة نسبية رقم (02): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 02 للمحور الأول. من خلال ملاحظتنا للجدول رقم (02): نلاحظ أن معظم الأساتذة بنسبة 80% كانت إجاباتهم لا بأن التلميذ يبذل الجهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بعد تطبيقه للنشاط الرياضي اللاصفي، و نسبة 20% كانت إجاباتهم بنعم، كما نلاحظ أن قيمة ك2 المحسوبة (7.2) أكبر من قيمة ك2 الجدولية (3.841) عند درجة حرية 01 و مستوى دلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا.

نستنتج أن بممارسة التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يبذل جهد أكبر أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.

3- هل يدعم النشاط الرياضي اللاصفي التلميذ في التحكم في انفعالاته كالغضب و عدم تقبل الهزيمة ؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
نعم	18	%90	12.8	3.841	01	وجود فروق ذات دلالة إحصائية
لا	02	%10				

جدول رقم (03): يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 3 للمحور الأول

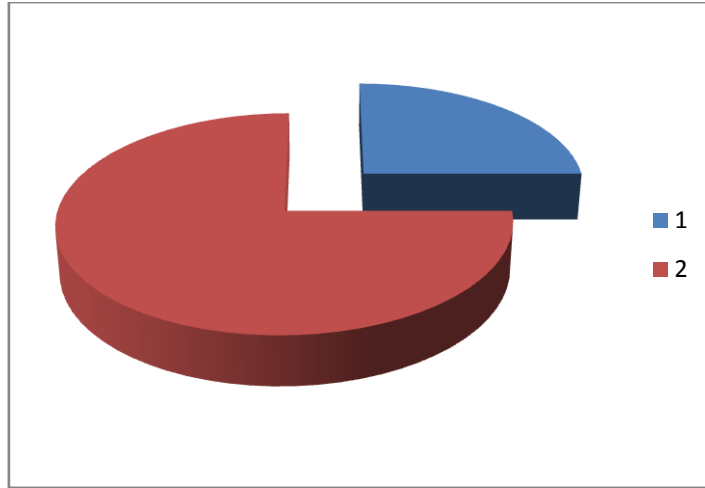


دائرة نسبية رقم (03): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 03 للمحور الأول من خلال ملاحظتنا للجدول رقم (03) نلاحظ أن 90% كانت من الأساتذة يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساعد التلميذ على التحكم في انفعالاته، و 10% كانت إجاباتهم بلا. كما نلاحظ أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (12.8) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة حرية 01 و مستوى دلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن أغلب التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي اللاصفي لديهم التحكم في انفعالاتهم.

4- هل ينتاب التلميذ بعض سمات الانفعال و الغضب بممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك <sub>2</sub> الجدولية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
وجود فروق ذات دلالة إحصائية	01	3.841	5	%25	05	نعم
				%75	15	لا

جدول رقم (04): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 4 للمحور الأول.



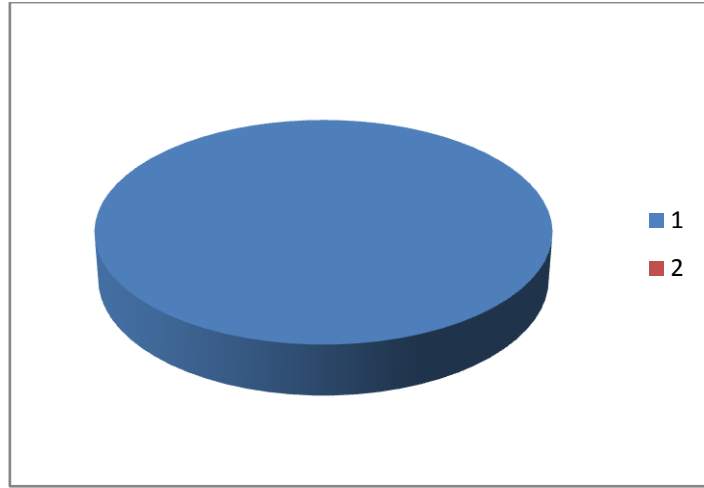
دائرة نسبية رقم (04): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 04 للمحور الأول من خلال ملاحظتنا للجدول رقم (04) نلاحظ أن 25% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن التلميذ تتنابه سمات الانفعال و الغضب بعد ممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي، و 75% كانت إجاباتهم بلا. كما نلاحظ أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (5) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة حرية 01 و مستوى دلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا.

نستنتج أن التلميذ لا تتنابه سمات الانفعال و الغضب بعد ممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي.

5- هل بتطبيق التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يعبر عن انفعالاته بطريقة ايجابية كالفرح و الارتياح؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك <sub>2</sub> الجدولية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
وجود فروق ذات دلالة إحصائية	01	3.841	20	%100	20	نعم
				%00	00	لا

جدول رقم (05) :يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 5 للمحور الأول

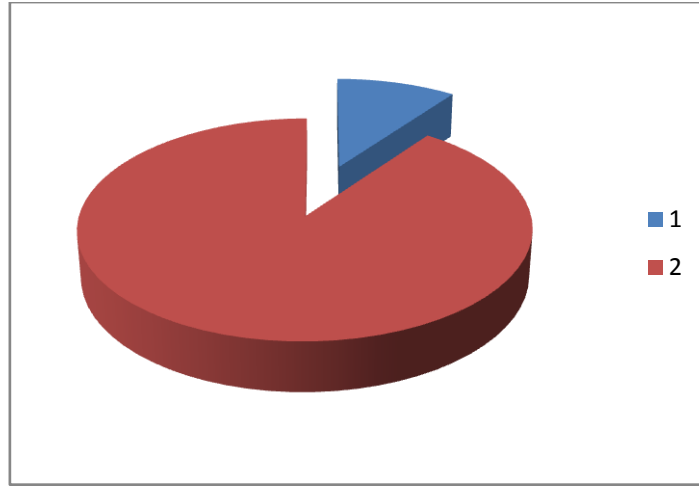


دائرة نسبية رقم (05): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 05 للمحور الأول من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (05) نلاحظ أن حل الأساتذة بنسبة 100% يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في التعبير عن انفعالات التلميذ بطريقة ايجابية كالفرح و الارتياح. كما نلاحظ أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (20) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة حرية 01 و مستوى دلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابات الأكبر. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في التعبير عن انفعالات التلميذ بطريقة ايجابية كالفرح و الارتياح.

6- هل ممارسة التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح لا يتقبل الهزيمة و لا يتحلى بالروح الرياضية؟

رقم السؤال	إجابات	التكرارات ك	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
06	نعم	02	10%	12.8	3.841	01	0.05
	لا	18	90%				

جدول رقم (06): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 6 للمحور الأول



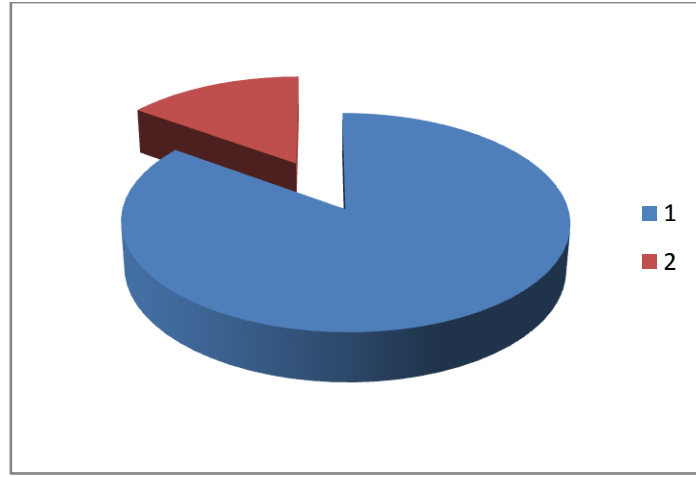
**دائرة نسبية رقم (06):** تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 06 للمحور الأول من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (06) نلاحظ أن 90% من الأساتذة كانت إجاباتهم لا أي أن جل الأساتذة لا يرون أن التلميذ لا يتقبل الهزيمة و لا يتحلى بالروح الرياضية بعد ممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي و 10% كانت إجاباتهم نعم . وبما أن قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (12.8) أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا.

نستنتج أن بممارسة التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يتقبل الهزيمة و يتحلى بالروح الرياضية.

7- هل يساعد النشاط الرياضي اللاصفي التلميذ على الترويح النفسي و يخلصه من الاضطرابات النفسية؟

رقم السؤال	إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
07	نعم	17	85%	9.8	3.841	01	0.05
	لا	03	15%				

**جدول رقم (07):** يمثل النسب المئوية و قيم ك<sup>2</sup> للسؤال رقم 07 للمحور الأول



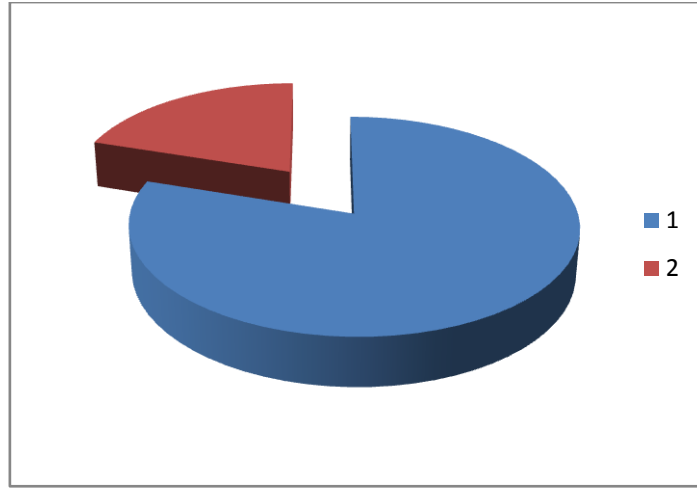
دائرة نسبية رقم (07): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 07 للمحور الأول من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (07) نلاحظ أن 85% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساعد التلميذ على الترويح عن النفس و يخلصه من الاضطرابات النفسية. و 15% كانت إجاباتهم لا. وبما أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (9.8) أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يساعد التلميذ على الترويح النفسي و يخلصه من الاضطرابات النفسية.

المحور الثاني: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب الحسي الحركي.

1- هل يساعد النشاط الرياضي اللاصفي التلميذ في اكتشاف مواهبه؟

الإجابات	تكرارات	نسبة مئوية%	$\chi^2$ محسوبة	$\chi^2$ الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	16	80%	7.2	3.841	01	0.05
لا	04	20%				
المجموع	20	100%				

جدول رقم (08): يمثل النسب المئوية و قيم  $\chi^2$  للسؤال رقم 01 للمحور الثاني



دائرة نسبية رقم (08): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 01 للمحور الثاني. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (08) نلاحظ أن 80% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في اكتشاف مواهب التلاميذ ، أما 20% منهم كانت إجاباتهم لا .

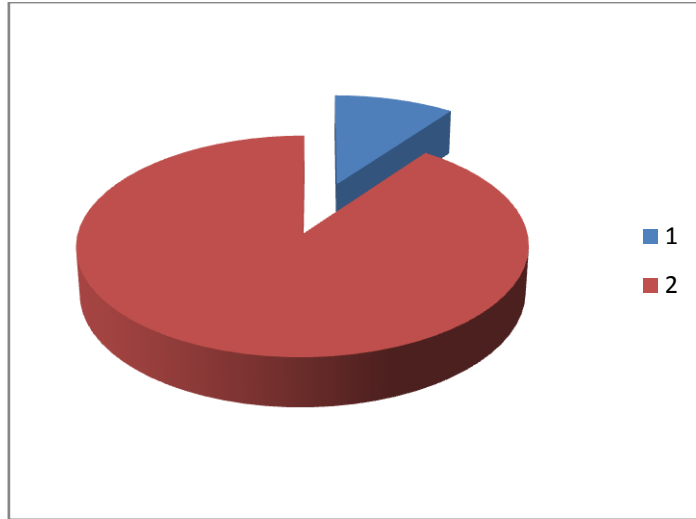
وبما أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (7.2) أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم.

نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يساعد التلميذ في اكتشاف مواهبه.

2- هل يؤثر النشاط الرياضي اللاصفي سلبا على مواهب التلميذ؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك $\chi^2$ الجدولية	ك $\chi^2$ المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات ك	إجابات
دال	01	3.841	12.8	10	02	نعم
				90	18	لا

جدول رقم (09): يمثل النسب المئوية و قيم ك $\chi^2$  للسؤال رقم 02 للمحور الثاني



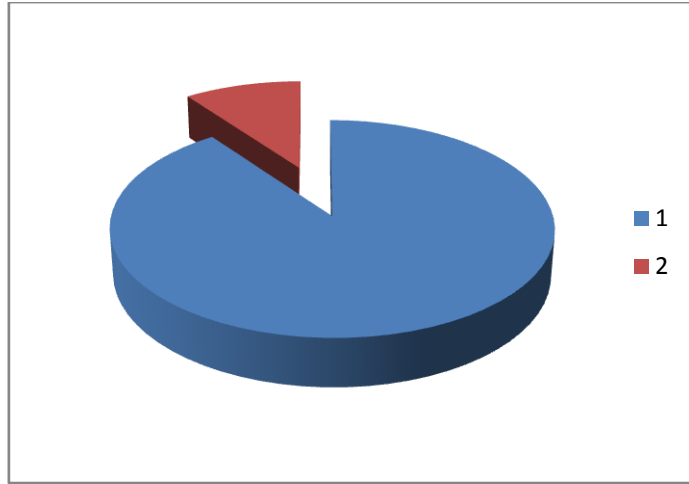
دائرة نسبية رقم (09): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 02 للمحور الثاني من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (09) نلاحظ أن 10% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم ، و نسبة 90% كانت إجاباتهم ب لا حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يؤثر سلبا على مواهب التلاميذ.

وبما أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (12.8) أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05. هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح لا. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يؤثر سلبا على مواهب التلميذ.

3- هل مشاركة التلميذ في النشاط الرياضي اللاصفي يطور مهاراته البدنية و الحركية؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	$\chi^2$ الجدولية	$\chi^2$ المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات ك	إجابات
دال	01	3.841	12.8	90%	18	نعم
				10%	02	لا

جدول رقم (10) :يمثل النسب المئوية و قيم  $\chi^2$  للسؤال رقم 03 للمحور الثاني

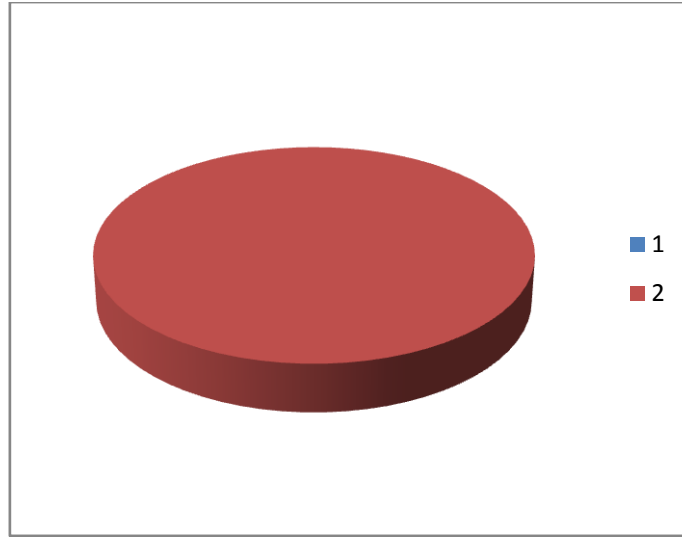


**دائرة نسبية رقم (10):** تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 03 للمحور الثاني من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (10) نلاحظ أن 90% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في تطوير مهارات التلاميذ البدنية و الحركية، أما 10% منهم كانت إجاباتهم لا. وبما أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (12.8) أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05. هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يطور مهارات التلميذ البدنية و الحركية.

4- هل يجد النشاط الرياضي اللاصفي من تطور المستوى المهاري و الحركي للتلميذ؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	$\chi^2$ الجدولية	$\chi^2$ المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
دال	01	3.841	20	00%	00	نعم
				100%	20	لا

**جدول رقم (11):** يمثل النسب المئوية و قيم  $\chi^2$  للسؤال رقم 04 للمحور الثاني



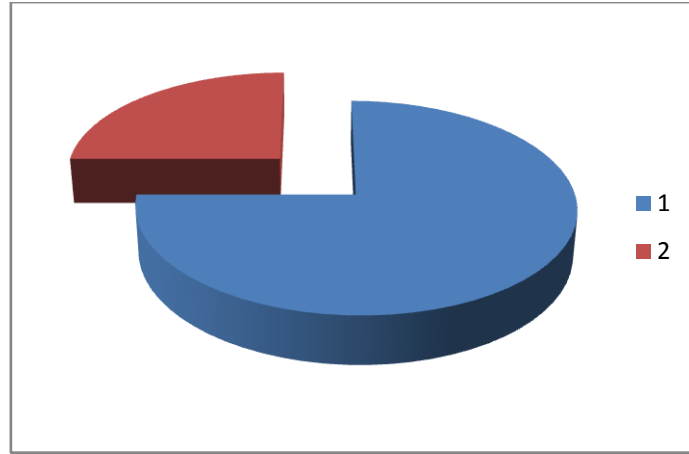
دائرة نسبية رقم (11): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 04 للمحور الثاني من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (11) نلاحظ أن 100% من الأساتذة كان إجاباتهم لا حيث يرون جل الأساتذة أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يجد من تطور مستوى المهاري و البدني للتلاميذ.

وبما أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (20) أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05. هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجاباتنا. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يجد من تطور المستوى المهاري و الحركي للتلاميذ.

5- هل استوعب التلميذ جسمه و تحكم فيه بممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	$\chi^2$ الجدولية	$\chi^2$ المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
دال	01	3.841	5	75%	15	نعم
				25%	05	لا

جدول رقم (12): تمثل النسب المئوية و قيم  $\chi^2$  للسؤال رقم 05 للمحور الثاني

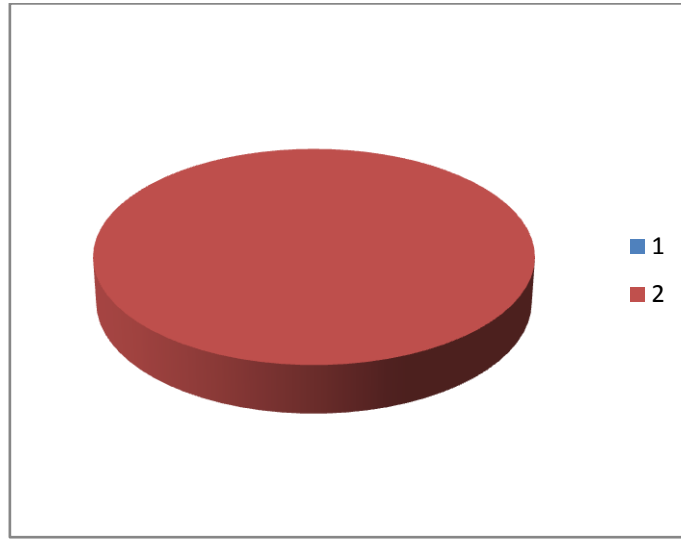


**دائرة نسبية رقم (12):** تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 05 للمحور الثاني من خلال نتائج المبينة في الجدول رقم(12) نلاحظ أن 75% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في جعل التلاميذ يستوعبون أجسامهم و يتحكمون فيهم، و 25% منهم كانت إجاباتهم لا. و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (5) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن التلميذ الممارس للنشاط الرياضي اللاصفي أنه استوعب جسمه و تحكم فيه.

6- هل بتطبيق التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يفقد الاتزان و السيطرة على إمكاناته التوافقية الحركية؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك2 الجدولية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات ك	إجابات
دال	01	3.841	20	00%	00	نعم
				100%	20	لا

جدول رقم (13): يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 06 للمحور الثاني.



دائرة نسبية رقم (13): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 06 للمحور الثاني من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (13) نلاحظ أن 100% من الأساتذة كانت إجاباتهم لا حيث يرون جل الأساتذة أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يؤثر سلبا في إمكانات التلاميذ التوافقية الحركية.

و بما أن قيمة ك2 المحسوبة (20) أكبر من قيمة ك2 الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يفقد التلميذ الاتزان و السيطرة على إمكاناته التوافقية الحركية.

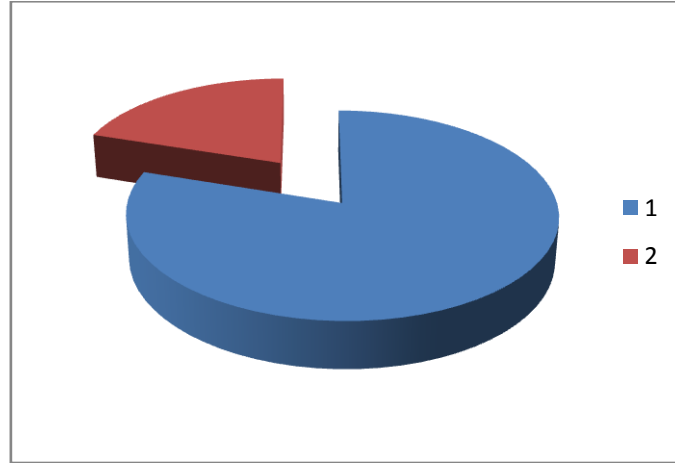
المحور الثالث: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب المعرفي الاجتماعي.

1- هل يدعم النشاط الرياضي اللاصفي العلاقة مع الآخرين؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك2 الجدولية	ك2 محسوبة	نسبة مئوية %	تكرارات	الإجابات
------------------------	-------------	-------------	-----------	--------------	---------	----------

وجود فروق ذات دلالة إحصائية	01	3.841	7.2	80%	16	نعم
				20%	04	لا
				100%	20	المجموع

جدول رقم (14): يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 01 للمحور الثالث.

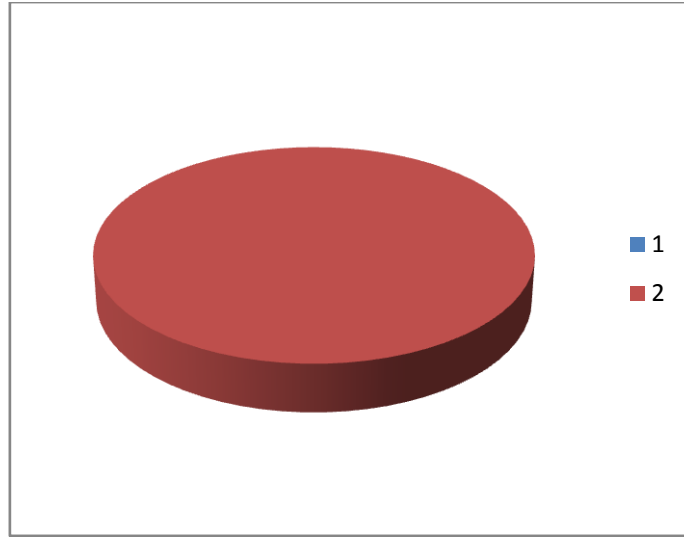


دائرة نسبية رقم (14): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 01 للمحور الثالث من خلال نتائج الجدول رقم (14) نلاحظ أن 80% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في دعم العلاقة مع الآخرين، و 20% منهم كانت إجاباتهم لا. و بما أن قيمة ك2 المحسوبة (7.2) أكبر من قيمة ك2 الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يدعم العلاقة مع الآخرين.

2- هل بتطبيق التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح لا يبالي بعلاقته مع الآخرين؟

مستوى الدلالة عند	درجة الحرية	ك2 الجدولية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
0.05						
وجود فروق ذات دلالة إحصائية	01	3.841	20	00%	00	نعم
				100%	20	لا

جدول رقم (15): يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 02 للمحور الثالث.



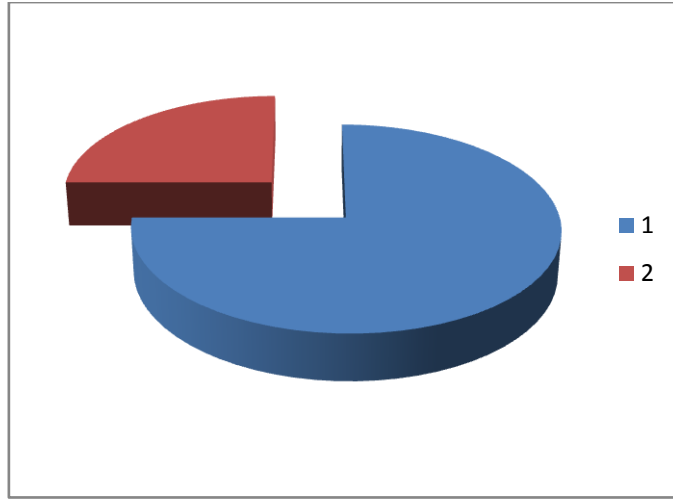
دائرة نسبية رقم (15): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 02 للمحور الثالث من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (15) نلاحظ أن 100% من الأساتذة كانت إجاباتهم لا حيث نرى أن معظم الأساتذة يؤكدون أن التلميذ الذي يطبق النشاط الرياضي اللاصفي يبالي بعلاقته مع الآخرين و ليس العكس. و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (20) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا.

نستنتج أن التلميذ الممارس للنشاط الرياضي اللاصفي يبالي ويدعم بعلاقته مع الآخرين.

3- هل أصبح التلميذ يحب و يمجّد العمل الجماعي بممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك <sub>2</sub> الجدولية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات ك	إجابات
وجود فروق ذات دلالة إحصائية	01	3.841	5	75%	15	نعم
				25%	05	لا

جدول رقم (16): تمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 03 للمحور الثالث.

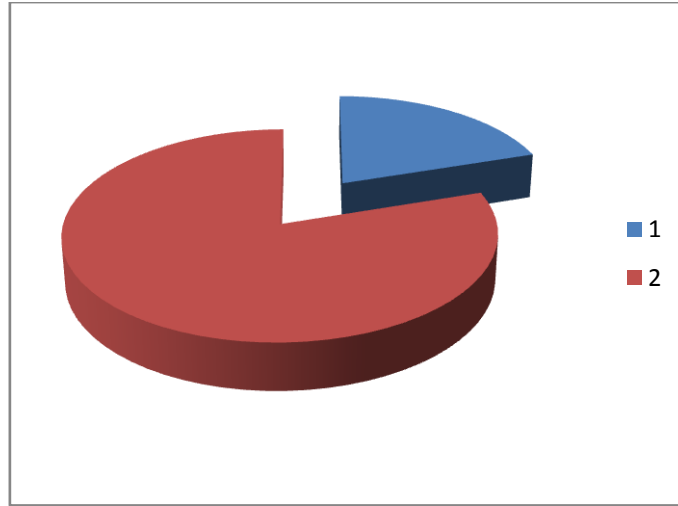


دائرة نسبية رقم (16): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 03 للمحور الثالث. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (16) نلاحظ أن 75% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في جعل التلاميذ يحبون العمل الجماعي و يمجّدونه، أما 25% كانت إجاباتهم لا. و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (5) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن التلميذ الممارس للنشاط الرياضي اللاصفي يصبح يحب و يمجّد العمل الجماعي.

4- هل أصبح التلميذ يحب العمل الفردي بتطبيقه للنشاط الرياضي اللاصفي؟

إجابات	التكرارات ك	النسبة المئوية %	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	04	20%	7.2	3.841	01	0.05
لا	16	80%				

جدول رقم (17): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 04 للمحور الثالث.



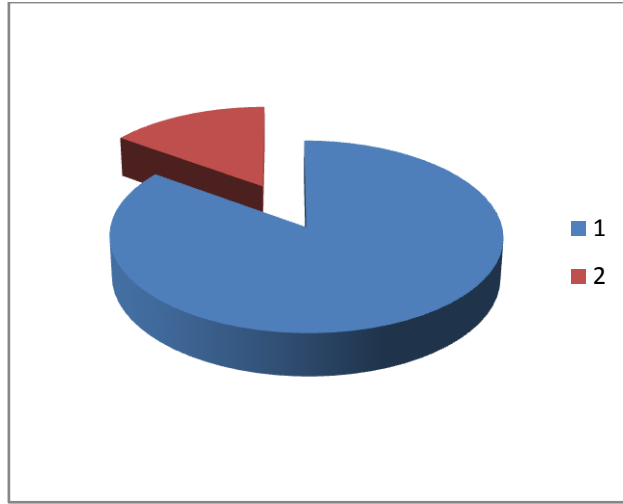
دائرة نسبية رقم (17): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال رقم 04 للمحور الثالث من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (17) نلاحظ أن 80% من الأساتذة كانت إجاباتهم لا حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يساهم في جعل التلميذ يحب العمل الفردي بل الجماعي. أما 20% كانت إجاباتهم نعم. و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (7.2) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا.

نستنتج أن التلميذ لا يحب العمل الفردي و ذلك بممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي.

5- هل بممارسة التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يدرك مزاياه و نقائصه و يعمل على تصحيحها؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
نعم	17	85%	9.8	3.841	01	عند 0.05
لا	03	15%				

جدول رقم (18): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 5 للمحور الثالث.

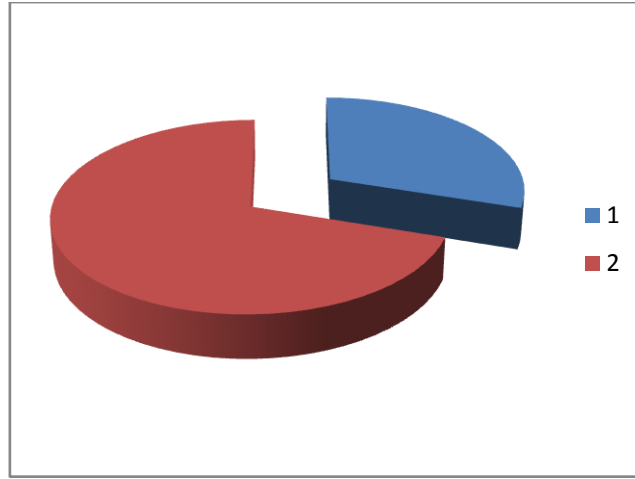


**دائرة نسبية رقم (18):** تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال الخامس للمحور الثالث. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (18) نلاحظ أن 85% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن ممارسة التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يدرك مزاياه و نقائصه و يعمل على تصحيحها. أما 15% كانت إجاباتهم لا. و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (9.8) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن ممارسة التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يدرك مزاياه و نقائصه و يعمل على تصحيحها.

6- هل يتسبب التلميذ في المساس بمشاعر الآخرين بتطبيقه للنشاط الرياضي اللاصفي؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
نعم	6	30%	3.2	3.841	01	فرق غير دال إحصائيا
لا	14	70%				

**جدول رقم (19):** يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 6 للمحور الثالث.



دائرة نسبية رقم (19): تمثل النسب المئوية لإجابات الأساتذة للسؤال السادس للمحور الثالث. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (19) نلاحظ أن 30% من الأساتذة كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن التلميذ يتسبب في المساس بمشاعر الآخرين بتطبيقه للنشاط الرياضي اللاصفي. أما 70% كانت إجاباتهم لا. و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (3.2) أصغر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا

نستنتج أن التلميذ لا يتسبب في المساس بمشاعر الآخرين بتطبيقه للنشاط الرياضي اللاصفي.

## 2-2- تحليل و مناقشة النتائج للاستبيان الموجه للتلاميذ:

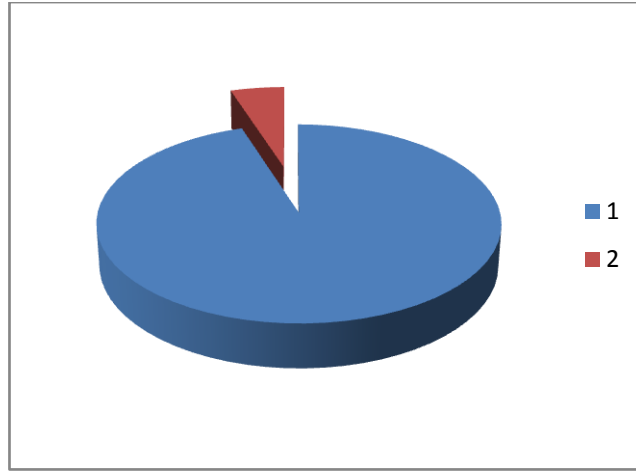
المحور الأول: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب الوجداني (الانفعالي).

1- هل أصبحت تملك الرغبة في بذل الجهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بممارستك النشاط

الرياضي اللاصفي؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	115	95.83%	9.16	3.841	01	0.05
لا	05	4.17%				

جدول رقم (20): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 01 للمحور الأول.

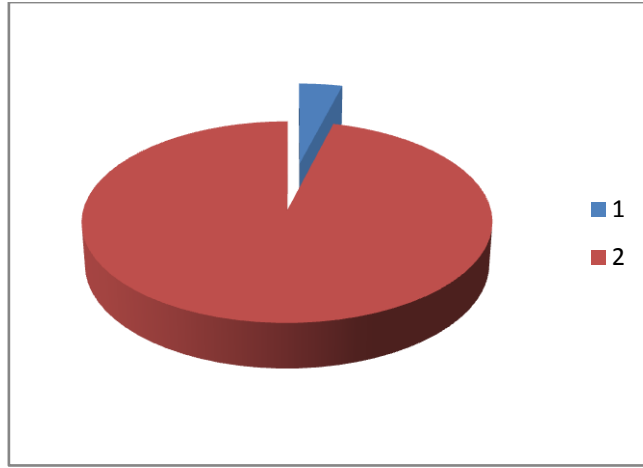


**دائرة نسبية رقم (20):** تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الأول للمحور الأول. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (20) نلاحظ أن 95.83% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث أن معظم التلاميذ لديهم الرغبة في بذل الجهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بممارستهم للنشاط الرياضي اللاصفي، أما 4.17% منهم كانت إجاباتهم لا. و بما أن قيمة ك2 المحسوبة (9.16) أكبر من قيمة ك2 الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن التلاميذ يملكون الرغبة في بذل جهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بممارستهم للنشاط الرياضي اللاصفي.

2- هل بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت لا تبذل جهد متزايد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك2 الجدولية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
فرق غير دال إحصائيا	01	3.841	52.26	3.33%	04	نعم
				96.66%	116	لا

**جدول رقم (21):** يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 02 للمحور الأول.

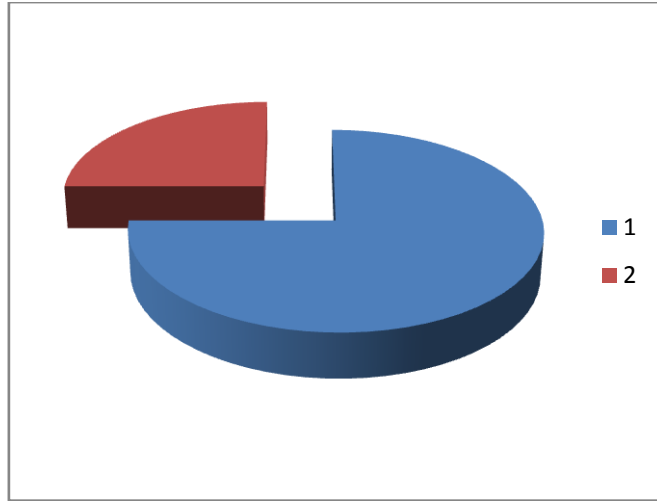


**دائرة نسبية رقم (21):** تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثاني للمحور الأول. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (21) نلاحظ أن 3.33% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أنهم لا يبذلون جهد متزايد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بممارستهم للنشاط الرياضي اللاصفي، أما 96.66% منهم كانت إجاباتهم لا. حيث يرون أنهم يبذلون جهد متزايد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية و ذلك بعد ممارستهم للنشاط الرياضي اللاصفي، و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (52.26) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا. نستنتج أن التلميذ الممارس للنشاط الرياضي اللاصفي يبذل جهد متزايد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.

3- هل يساعدك النشاط الرياضي اللاصفي في التحكم في انفعالاتك كالغضب و عدم تقبل الهزيمة؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	90	75%	30	3.841	01	0.05
لا	30	25%				فرق غير دال إحصائياً

**جدول رقم (22):** يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 03 للمحور الأول.



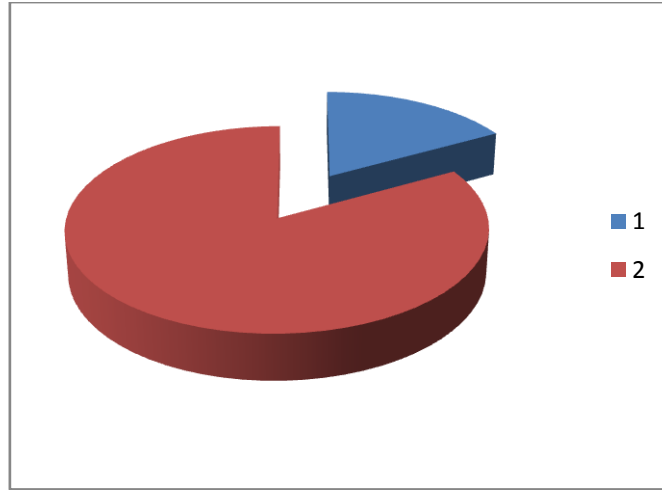
دائرة نسبية رقم (22): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثالث للمحور الأول. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (22) نلاحظ أن 75% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في مساعدتهم على التحكم في انفعالهم، أما 25% منهم كانت إجاباتهم لا و بما أن قيمة ك2 المحسوبة (30) أكبر من قيمة ك2 الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم.

نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يساعد التلاميذ على التحكم في انفعالهم.

4- هل تتنابك بعض سمات الانفعال و الغضب بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك2 الجدولية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
0.05	01	3.841	53.33	16.66%	20	نعم
				83.33%	100	لا

جدول رقم (23): يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 04 للمحور الأول.



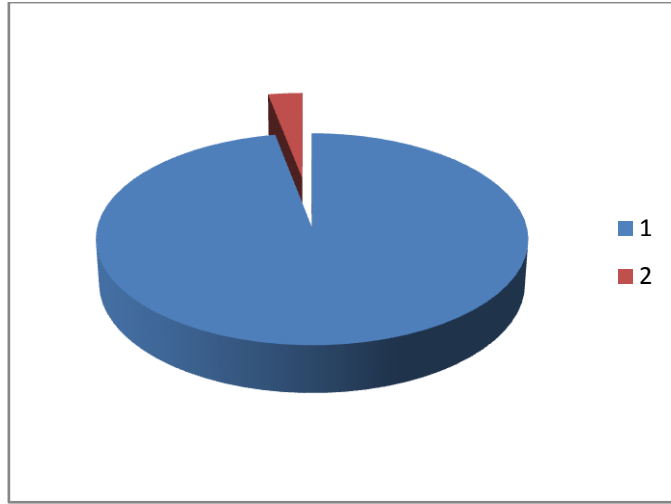
دائرة نسبية رقم (23): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الرابع للمحور الأول. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (23) نلاحظ أن 16.66% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن بعد ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي ينتابهم بعض سمات الانفعال و الغضب، أما 83.33% منهم كانت إجاباتهم لا و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (53.33) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا.

نستنتج أن التلميذ الممارس للنشاط الرياضي اللاصفي لا ينتابه سمات الغضب و الانفعال.

5- هل بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت تعبر عن انفعالاتك بطريقة ايجابية كالفرح و الارتياح؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك <sub>2</sub> الجدولية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
فرق غير دال إحصائيا	01	3.841	108.3	97.5%	117	نعم
				2.5%	03	لا

جدول رقم (24): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 05 للمحور الأول.



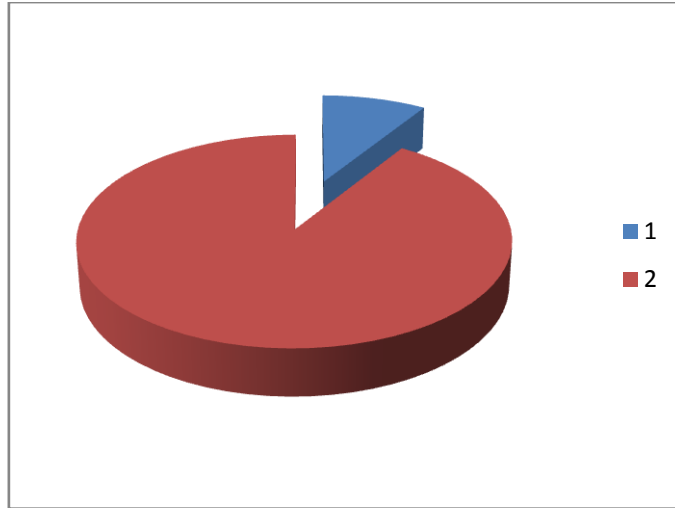
دائرة نسبية رقم(24): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الخامس للمحور الأول. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم(24) نلاحظ أن 97.5% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في التعبير عن انفعالهم بطريقة ايجابية، أما 2.5% منهم كانت إجاباتهم لا و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة(108.3) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية(3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم.

نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في التعبير عن الانفعالات التلاميذ بطريقة ايجابية.

6- هل بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت لا تتقبل الهزيمة و لا تتحلى بالروح الرياضية؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	10	%8.33	83.33	3.841	01	0.05
لا	110	%91.66				
إحصائيا						فرق غير دال

جدول رقم(25): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 06 للمحور الأول.

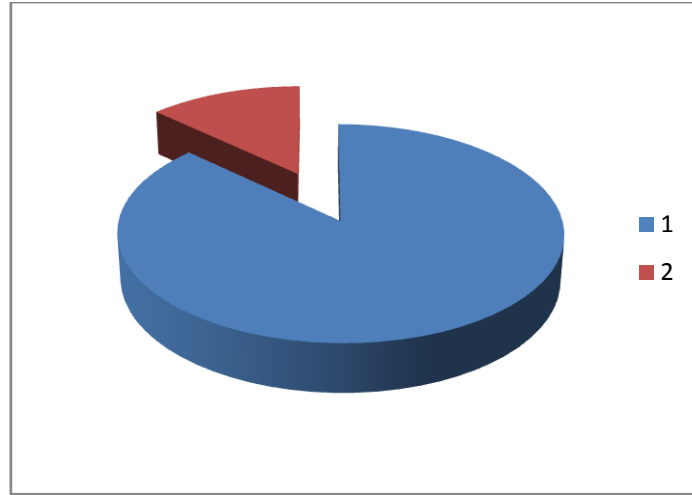


دائرة نسبية رقم (25): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال السادس للمحور الأول. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (25) نلاحظ أن 8.33% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يجعلهم لا يتقبلون الهزيمة ولا يتحلون بالروح الرياضية، أما 83.33% منهم كانت إجاباتهم لا حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في تقبل الهزيمة والتخلي بالروح الرياضية، وبما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (83.33) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا. نستنتج أن التلميذ يتقبل الهزيمة و يتحلى بالروح الرياضية و ذلك بتطبيقه للنشاط الرياضي اللاصفي.

7- هل يساعدك النشاط الرياضي اللاصفي على الترويح النفسي و يخلصك من الاضطرابات النفسية؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	104	%86.66	64.53	3.841	01	0.05
لا	16	%13.33				

جدول رقم (26): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 07 للمحور الأول.



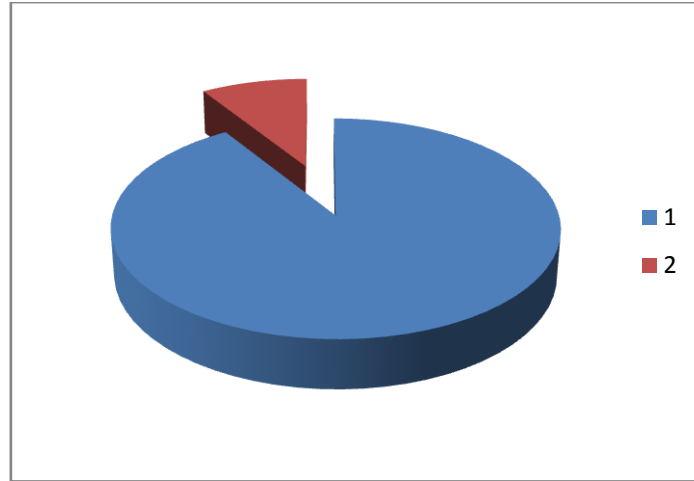
**دائرة نسبية رقم (26):** تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال السابع للمحور الأول. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (26) نلاحظ أن 86.66% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساعدهم على الترويح النفسي و يخلصهم من الاضطرابات النفسية، أما 13.33% منهم كانت إجاباتهم لا حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يساهم في الترويح النفسي و التخلص من الاضطرابات النفسية، و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (64.53) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في الترويح النفسي و التخلص من الاضطرابات النفسية.

**المحور الثاني:** ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب الحسي الحركي.

1- هل يساعذك النشاط الرياضي اللاصفي في اكتشاف مواهبك؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك <sub>2</sub> الجدولية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
وجود فروق ذات دلالة إحصائية	01	3.841	80.03	90.83%	109	نعم
				9.16%	11	لا

**جدول رقم (27):** يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 01 للمحور الثاني.

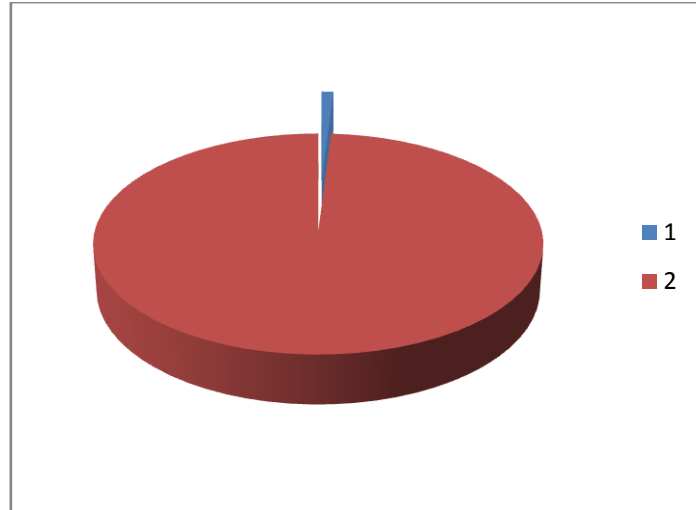


**دائرة نسبية رقم (27):** تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الأول للمحور الثاني. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (27) نلاحظ أن 90.83% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساعدهم في اكتشاف مواهبهم ، أما 9.16% منهم كانت إجاباتهم لا حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يساعدهم في اكتشاف مواهبهم ، وبما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (80.03) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يساعد التلميذ في اكتشاف مواهبه.

## 2- هل يؤثر النشاط الرياضي اللاصفي سلبا على مواهبك؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	02	%1.66	90.13	3.841	01	0.05
لا	118	%98.33				
						وجود فروق ذات دلالة إحصائية

**جدول رقم (28):** يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 02 للمحور الثاني.

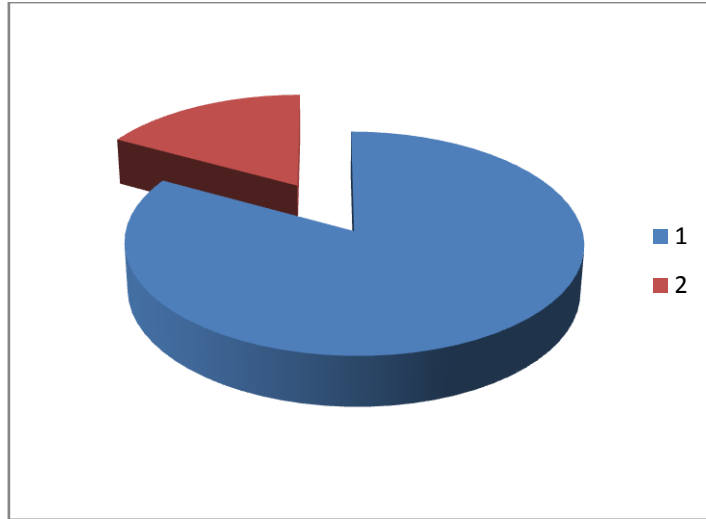


دائرة نسبية رقم (28): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثاني للمحور الثاني. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (28) نلاحظ أن 98.33% من التلاميذ كانت إجاباتهم لا حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يؤثر سلبا على مواهبهم ، أما 1.66% منهم كانت إجاباتهم نعم ، و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (90.13) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يؤثر سلبا على مواهب التلاميذ.

### 3- هل المشاركة في النشاط الرياضي اللاصفي يطور مهاراتك البدنية و الحركية؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك <sub>2</sub> الجدولية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
وجود فروق ذات دلالة إحصائية	01	3.841	53.33	%83.33	100	نعم
				%16.66	20	لا

جدول رقم (29): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 03 للمحور الثاني.

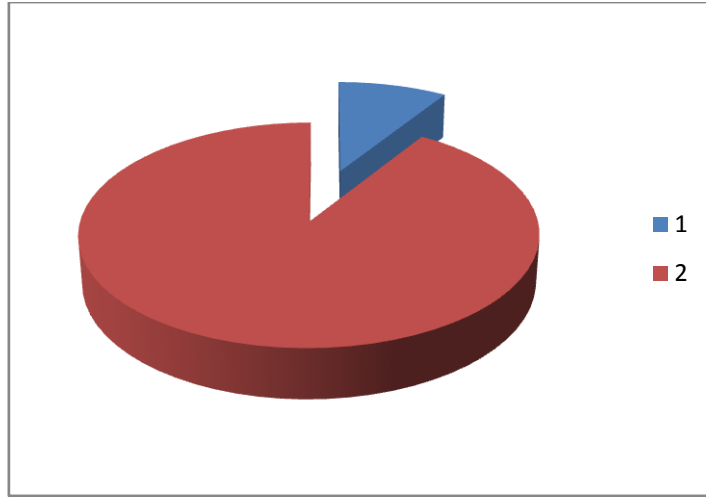


**دائرة نسبية رقم (29):** تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثالث للمحور الثاني. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (29) نلاحظ أن 83.33% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يساهم في تطوير مهاراتهم البدنية و الحركية ، أما 17.66% منهم كانت إجاباتهم لا ، و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (53.33) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يطور مهارات التلميذ البدنية و الحركية.

4- هل يجد النشاط الرياضي اللاصفي من تطور مستواك المهاري و الحركي؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	11	9.16%	80.03	3.841	01	0.05
لا	109	90.83%				

**جدول رقم (30):** يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 04 للمحور الثاني.

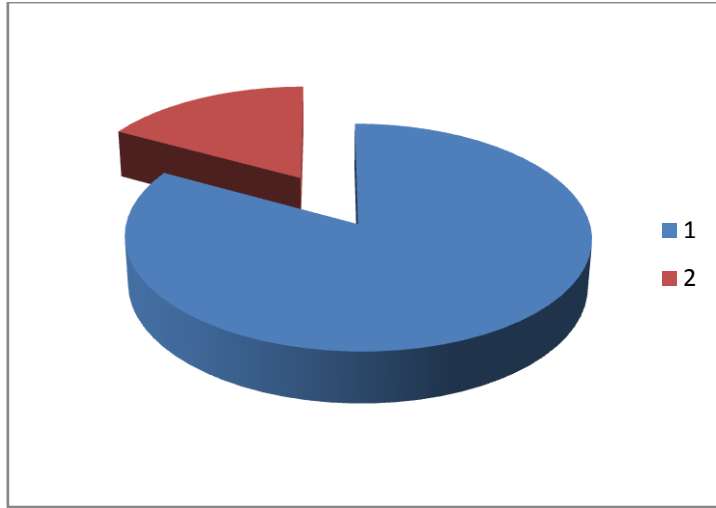


دائرة نسبية رقم (30): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الرابع للمحور الثاني. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (30) نلاحظ أن 9.16% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يجد من تطور مستواهم المهاري و الحركي ، أما 90.83% منهم كانت إجاباتهم لا ، حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يجد من تطور مستواهم المهاري و الحركي، و بما أن قيمة ك2 المحسوبة (80.03) أكبر من قيمة ك2 الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يجد من تطور المستوى المهاري و الحركي للتلاميذ.

5- هل استوعبت جسمك و تحكمت فيه بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	100	%83.33	53.33	3.841	01	وجود
لا	20	%16.66				فروق ذات دلالة إحصائية

جدول رقم (31): يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 05 للمحور الثاني.



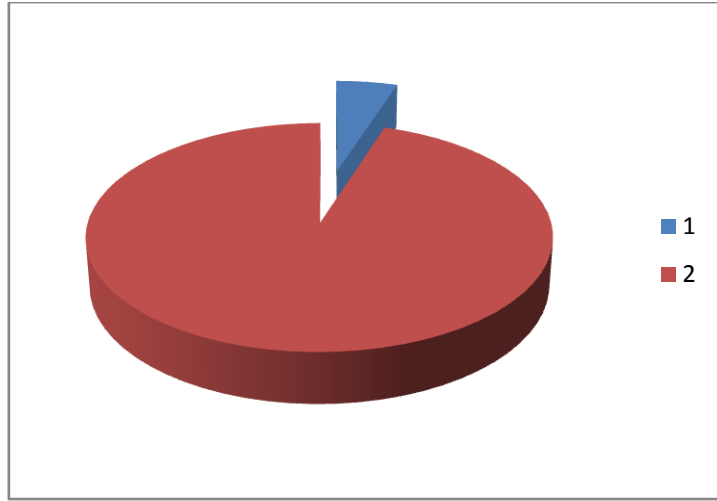
دائرة نسبية رقم (31): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الخامس للمحور الثاني. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (31) نلاحظ أن 83.33% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يجعلهم يستوعبون أجسامهم و يتحكمون فيهم ، أما 16.66% منهم كانت إجاباتهم لا ، و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (53.33) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم.

نستنتج أن التلميذ الممارس للنشاط الرياضي اللاصفي يستوعب جسمه و يتحكم فيه.

6- هل بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت تفقد الاتزان و السيطرة على إمكاناتك التوافقية الحركية؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sub>2</sub> المحسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	05	%4.16	9.16	3.841	01	0.05
لا	115	%95.83				
وجود فروق ذات دلالة إحصائية						

جدول رقم (32): يمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 06 للمحور الثاني.



دائرة نسبية رقم (32): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال السادس للمحور الثاني. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (32) نلاحظ أن 4.16% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يفقدهم الاتزان و السيطرة على إمكاناتهم التوافقية الحركية ، أما 95.83% منهم كانت إجاباتهم لا حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يؤثر على إمكاناتهم التوافقية الحركية، و بما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (9.16) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا.

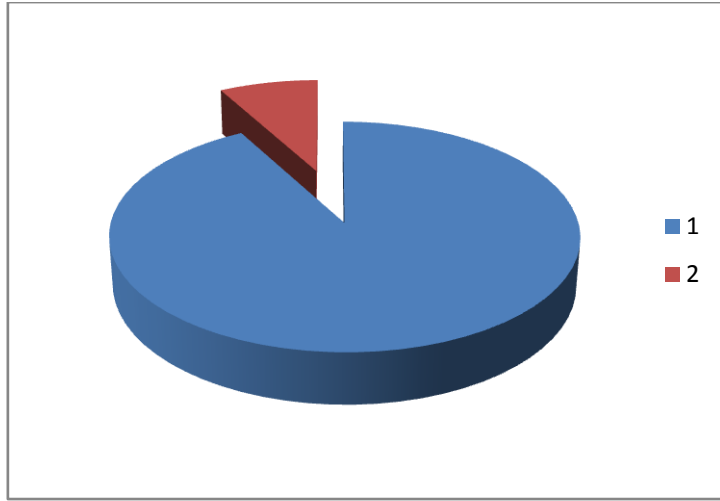
نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يفقد التلاميذ الاتزان و السيطرة على إمكاناتهم التوافقية الحركية.

المحور الثالث: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي ودوره في تحسين الجانب المعرفي الاجتماعي.

1- هل يدعم النشاط الرياضي اللاصفي العلاقة مع الآخرين ؟

الإجابات	تكرارات	نسبة مئوية %	ك <sub>2</sub> محسوبة	ك <sub>2</sub> الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
نعم	110	91.66	83.33	3.841	1	دال
لا	10	8.33				
المجموع	120	100				

جدول رقم (33): تمثل النسب المئوية و قيم ك<sub>2</sub> للسؤال رقم 01 للمحور الثالث.



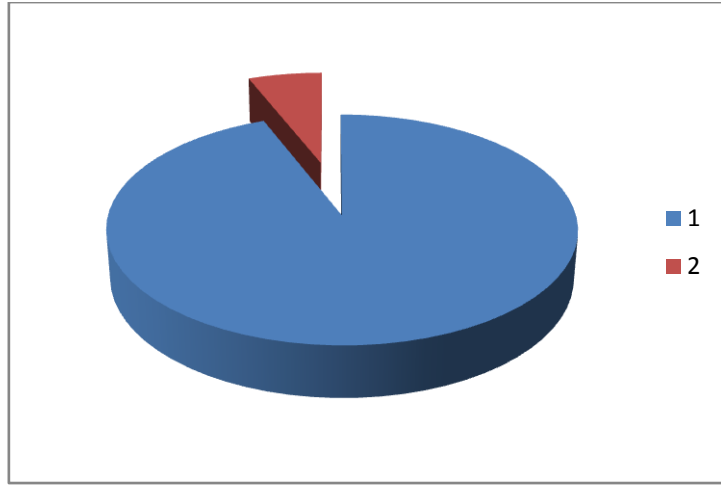
دائرة نسبية رقم (33): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الأول للمحور الثالث. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (33) نلاحظ أن 91.66% من التلاميذ كانت إجاباتهم بنعم و 8.33% منهم كانت إجاباتهم لا.

وبما أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (83.33) أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالات إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يدعم العلاقة مع الآخرين.

2- هل بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت لا تبالي بعلاقتك مع الآخرين؟

الإجابات	تكرارات	نسبة مئوية %	$\chi^2$ محسوبة	$\chi^2$ الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
نعم	08	6.66%	90.13	3.841	1	دال
لا	112	93.33%				
المجموع	120	100				

جدول رقم (34): تمثل النسب المئوية و قيم  $\chi^2$  للسؤال رقم 02 للمحور الثالث.

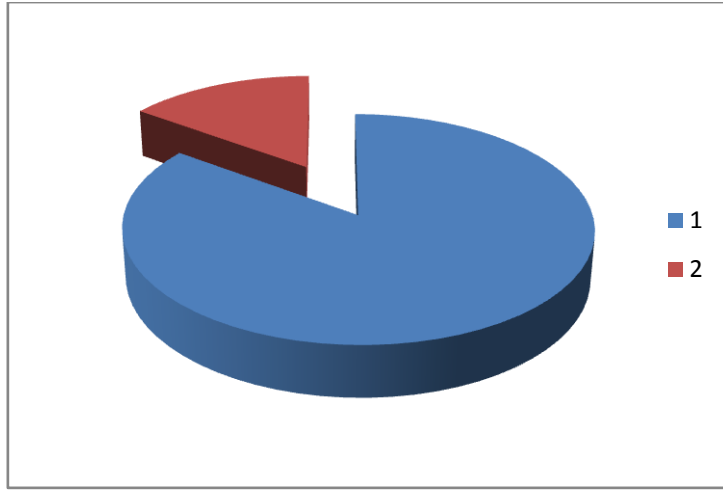


**دائرة نسبية رقم (34):** تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثاني للمحور الثالث. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (34) نلاحظ أن 6.66% من التلاميذ كانت إجاباتهم بلا و 93.33% منهم كانت إجاباتهم نعم. وبما أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (90.13) أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالات إحصائية لصالح إجابات لا. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يجعل التلميذ الممارس يبالي بعلاقته مع الآخرين.

3- هل أصبحت تحب و تمجد العمل الجماعي بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي؟.

الإجابات	تكرارات	نسبة مئوية %	$\chi^2$ محسوبة	$\chi^2$ الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
نعم	103	85.83	61.63	3.841	1	دال
لا	17	14.16				
المجموع	120	100				

**جدول رقم (35):** يمثل النسب المئوية و قيم  $\chi^2$  للسؤال رقم 03 للمحور الثالث.

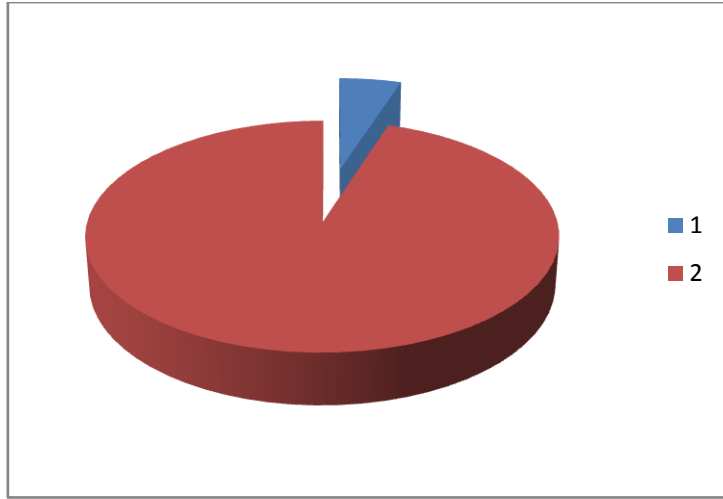


دائرة نسبية رقم (35): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الثالث للمحور الثالث. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (35) نلاحظ أن 85.83% من التلاميذ كانت إجاباتهم بنعم و 14.16% منهم كانت إجاباتهم لا. وبما أن قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (61.633) أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالات إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن التلاميذ أصبحوا يحبون و يمجدون العمل الجماعي و ذلك بممارسة النشاط الرياضي اللاصفي.

#### 4- هل أصبحت تحب العمل الفردي بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي؟

مستوى الدلالة عند 0.05	درجة الحرية	ك <sup>2</sup> الجدولية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	إجابات
وجود فروق ذات دلالة إحصائية	01	3.841	97.2	5%	06	نعم
				95%	114	لا

جدول رقم (36): تمثل النسب المئوية و قيم ك<sup>2</sup> للسؤال رقم 04 للمحور الثالث.

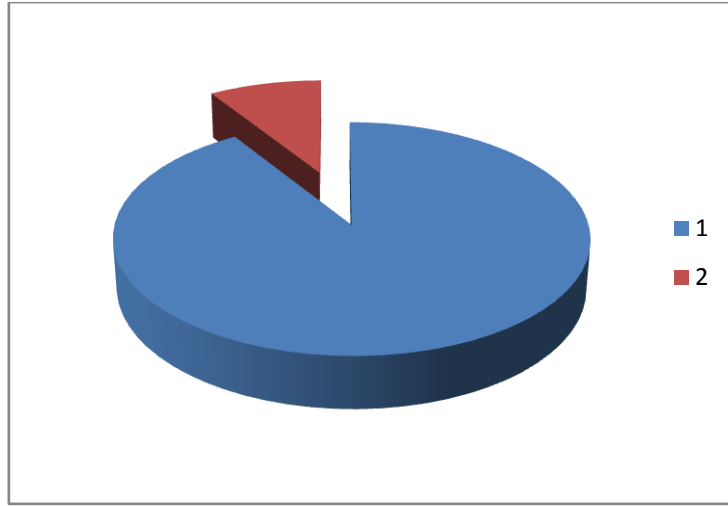


دائرة نسبية رقم (36): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الرابع للمحور الثالث. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (36) نلاحظ أن 5% من التلاميذ كانت إجاباتهم بنعم، حيث يرون أن النشاط الرياضي اللاصفي يجعلهم يحبون العمل الفردي، أما 95% منهم كانت إجاباتهم لا. وبما أن قيمة  $\chi^2$  المحسوبة (97.2) أكبر من قيمة  $\chi^2$  الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالات إحصائية لصالح إجابات لا. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي لا يجعل التلميذ الممارس يحب العمل الفردي.

5- هل بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت تدرك مزاياك و نقائصك و تعمل على تصحيحها؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	$\chi^2$ المحسوبة	$\chi^2$ الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	110	91.66%	83.33	3.841	01	0.05
لا	10	8.33%				

جدول رقم (37): يمثل النسب المئوية و قيم  $\chi^2$  للسؤال رقم 05 للمحور الثالث.

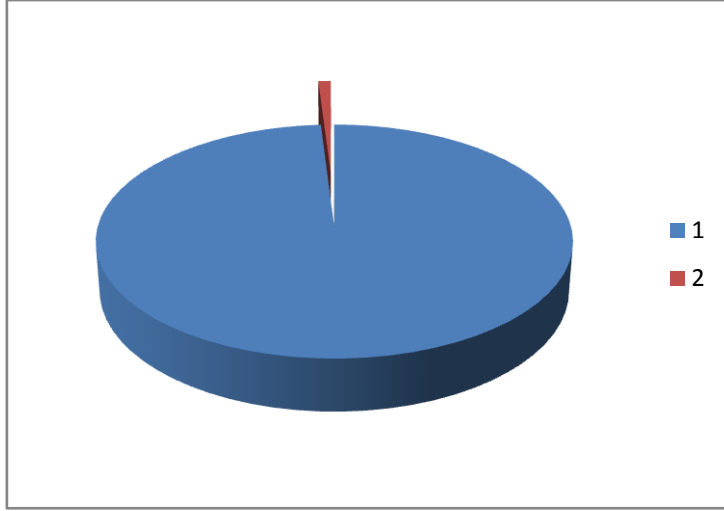


دائرة نسبية رقم (37): تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال الخامس للمحور الثالث. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (37) نلاحظ أن 91.66% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن ممارستهم للنشاط الرياضي اللاصفي يصبحون يدركون مزاياهم و نقائصهم و يعملون على تصحيحها. أما 8.33% منهم كانت إجاباتهم لا. و بما أن قيمة ك2 المحسوبة (83.33) أكبر من قيمة ك2 الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات نعم. نستنتج أن النشاط الرياضي اللاصفي يجعل التلميذ الممارس يدرك مزاياه و نقائصه و يعمل على تصحيحها.

6- هل تتسبب في المساس بمشاعر الآخرين بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي؟

إجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند
نعم	02	%1.66	112.13	3.841	01	0.05
لا	118	%98.33				

جدول رقم (38): يمثل النسب المئوية و قيم ك2 للسؤال رقم 06 للمحور الثالث.



**دائرة نسبية رقم (38):** تمثل النسب المئوية لإجابات التلاميذ للسؤال السادس للمحور الثالث. من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (38) نلاحظ أن 1.66% من التلاميذ كانت إجاباتهم نعم حيث يرون أن بعد ممارستهم للنشاط الرياضي اللاصفي يصبحون يتسبون في المساس بمشاعر الآخرين، أما 98.33% كانت إجاباتهم لا. وبما أن قيمة ك<sub>2</sub> المحسوبة (112.13) أكبر من قيمة ك<sub>2</sub> الجدولية (3.841) عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابات لا. نستنتج أن التلميذ الممارس للنشاط الرياضي اللاصفي لا يتسبب بالمساس بمشاعر الآخرين.

## مقارنة النتائج بالفرضيات:

### الفرضية الأولى:

لقد افترض الباحثون في الفرضية الأولى "أن للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين الجانب الوجداني(الانفعالي)

من خلال النتائج المتوصل إليها في هذا البحث و عند مقارنة بين نتائج المحور الأول في كلا الاستبيانين و الفرضية الأولى و خاصة الأسئلة المتعلقة بالتلاميذ رقم (06-04-01) و المتعلقة بالأساتذة رقم (07-05-03-01) نلاحظ وجود فروق ذات دلالات إحصائية.

و هذا الأمر الذي يدعوا إلى قبول الفرضية و يمكن القول بأن الفرضية قد تحققت.

من جهة أخرى نبين نحن الباحثين من خلال الجانب النظري و الدراسة الميدانية التي قمنا بها أن للنشاط الرياضي اللاصفي له دور في تحسين الجانب الوجداني الانفعالي.

### الفرضية الثانية:

لقد افترض الباحثون الطلبة في الفرضية الثانية أن "للسشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين الجانب الحسي الحركي" و عند المقارنة بين نتائج المحور الثاني في كلا الاستبيانين و فرضية الثانية و خاصة الأسئلة المتعلقة بالتلاميذ رقم (08-05-03-01) و المتعلقة بالأساتذة رقم(08-07-03-01) نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و هذا الأمر الذي يدعو إلى قبول الفرضية الثانية.

و حسب الرأي الخاص و المعلومات المتواجدة في الفصل الأول للنشاط الرياضي اللاصفي نؤكد صحة الفرضية الثانية القائلة بأن للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين الجانب الحسي الحركي.

### الفرضية الثالثة:

لقد افترض الباحثون في الفرضية الثالثة أن للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين الجانب المعرفي الاجتماعي و عند المقارنة بين النتائج المحور الثالث في كلا الاستبيانين و الفرضية الثالثة و خاصة الاستنتاجات:.

- يلعب النشاط الرياضي اللاصفي دور ايجابي في تحسين الجانب الوجداني(الانفعالي).
- تكمن أهمية النشاط الرياضي اللاصفي في تحسين شخصية المراهق الحسية الحركية.
- للنشاط الرياضي اللاصفي فاعلية في تطوير الجانب المعرفي الاجتماعي .
- يساهم النشاط الرياضي اللاصفي بشكل كبير في بناء شخصية سوية و متكاملة للمراهق
- للنشاط الرياضي اللاصفي دور كبير و مساهمة فعالة في تنمية القدرات المختلفة للمراهق و يخلصه من الضغوطات النفسية و كذلك بإزالة مشاكله النفسية حيث يوجهه إلى ما هو أفضل و يرشده إلى بناء مستقبله.
- إن النشاط الرياضي اللاصفي يعتبر أفضل نشاط يتماشى مع نمو المراهق في كل الميادين و يكسبه توازن و توافق سليم فهو يساعده في بناء شخصيته.
- من خلال نتائج الدراسة استنتجنا أن بعد ممارسة التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي :
  - أصبح يعبر عن انفعالاته بطريقة ايجابية كالفرح و الارتياح.
  - أصبح يتقبل القوانين و يحترمها و يتحلى بالروح الرياضية.
  - أصبح يحب و يمجد العمل الجماعي.
  - أصبح يستوعب جسمه و يتحكم فيه.
  - أصبح يدرك مزاياه و نقائصه و يعمل على تصحيحها

### التوصيات و الاقتراحات:

- بناء على نتائج الدراسة فإنه يمكن صياغة الاقتراحات و التوصيات التالية:
- تنمية الرغبة في بذل الجهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي
- توفير المرافق الرياضية و المعدات اللازمة لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و ترميم المنشآت الرياضية.
- ضرورة تنمية العلاقة التربوية (أستاذ، تلميذ) أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية و النشاط الرياضي اللاصفي.
- التكفل الحقيقي بالتلاميذ الذين يشاركون في النشاط الرياضي اللاصفي.
- إدراك أهمية المنافسات الرياضية المدرسية و تأثيرها الإيجابي على المراهق في تطوير شخصيته في كل الجوانب.

- إعطاء أهمية بالغة لمرحلة المراهقة باعتبارها المرحلة الأساسية لترسيخ الخبرات و المكتسبات
- وضع برنامج دقيق و مسطر للنشاط الرياضي اللاصفي من طرف الجهات المعنية و المسؤولة من أجل تحقيق أكبر مردود..
- نشر الوعي و حب الرياضة داخل المؤسسات و المدارس لزيادة الإقبال على النشاط الرياضي اللاصفي.
- تشجيع التلاميذ من طرف الإدارة و ذلك بالسماح لهم بالمشاركة في تنظيم المنافسات داخل المؤسسات من أجل منحهم روح القيادة و المسؤولية.
- العمل على تنمية و تحسين جوانب شخصية المراهق الوجدانية، الحسية الحركية، المعرفية الاجتماعية

## الخلاصة العامة:

إن الإهمال الكبير الملحوظ الذي تعرفه الرياضة في بلادنا و خصوصا النشاط الرياضي اللاصفي أثر سلبي على تحقيق الأهداف الرئيسية المرجوة منها على الصعيدين النفسي الانفعالي و الاجتماعي و من خلال النتائج المتوصل إليها من تحليلنا للاستبيانين نلاحظ أن هناك أثر إيجابي للنشاط الرياضي اللاصفي في بناء شخصية المراهق في المرحلة الثانوية لكن هذا الأثر مرهون بتحقيق النجاحات في تنظيم مختلف المنافسات بحيث نجد التقصير الملحوظ في النشاط الرياضي اللاصفي في الجزائر يحول أحيانا دون تحقيق نتائج الملحوظة في تقويم و اتزان المراهق من الناحية النفسية و الانفعالية فمن خلال النتائج المتحصل عليها حول معلومات التلاميذ عن النشاط الرياضي اللاصفي و الأهمية التربوية له، و العلاقات الموجودة بين المناسبين و كذا الاندماج الاجتماعي استطعنا الوصول إلى أن النشاط الرياضي اللاصفي يساعد المراهق على الاندماج في المجتمع و كذلك يزيل بعض المشاكل النفسية و يسمح للمراهق بتطوير قدراته الذهنية و البدنية، كما أن النشاط الرياضي اللاصفي يلعب دورا في بناء شخصية المراهق و يكسبها طابعها المميز و ذلك بتنمية جميع السمات الخلقية الحميدة التي لا بد على الإنسان اكتسابها.

يعتبر سوء أو نقص التحضير النفسي البدني للمتنافسين في النشاط الرياضي اللاصفي و كذا نقص الإرشادات و النصائح سبب في ظهور التصرفات العدوانية بين المراهقين المتنافسين.

قائمة

المصادر والمراجع

- 1- تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 متعلقة بتنظيم الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي بمؤسسات التربية. (03 فيفري 1993).
- 2- تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 متعلقة بتنظيم الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي بمؤسسات التربية. (1993). الجزائر.
- 3- أبو بكر مرسي. (2002). أزمة الهوية في المراهقة و الحاجة للإرشاد النفسي ط 1 . مصر: مكتبة النهضة المصرية.
- 4- أحمد أمين فوزي. (بلا تاريخ).
- 5- أحمد بوسكرة. (بلا تاريخ). مناهج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي ط 1 . دار النشر الخلدونية.
- 6- أحمد محمد عبد الخالق. (1996). الأبعاد الأساسية للشخصية. دار المعارف الجامعية.
- 7- الدخيل محمد عبد الرحمن. (1423). النشاط المدرسي و علاقة المدرسة بالمجتمع. الرياض: دار الخريجي للنشر .
- 8- القانون العام للإتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، الإنضمام و التأهيل المادة 02. (بلا تاريخ). الجزائر.
- 9- أمين أنور الخولي. (بلا تاريخ). مرجع سبق ذكره.
- 10- ترجمة عز الدين الأولي. (1994). سلسلة ملخصات شهم "في علم النفس". الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 11- جميل صلبا . (1979). المعجم الفلسفي ب.ط. لبنان: دار الكتاب اللبناني.
- 12- حامد عبد السلام زهران. (1977). علم النفس النمو (الطبعة 4). القاهرة: عالم الكتب.
- 13- حسن عبد القادر محمد. (1989). معجم علم النفس و التحليل ب ط . بيروت : دار النهضة العربية و النشر.
- 14- حمدي شاكر محمود. (1998). النشاط المدرسي ماهيته أهميته. المملكة العربية السعودية : دار الأندلس للنشر و التوزيع.

- 15- حمدي شاكر محمود. (1998). النشاط المدرسي ماهيته أهميته. المملكة العربية السعودية: دار الأندلس للنشر و التوزيع.
- 16- رابع تركي. (1990). أصول التربية و التعليم ط2 . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 17- رمضان محمد القذافي. (1997). الشخصية نظريتها و اساليب قياسها ط2 . طرابلس: الجامعة المفتوحة.
- 18- رمضان محمد القذافي. (1997). الشخصية و أساليب قياسها ط2 .
- 19- ريتاشس لاروس / ترجمة محمد سيد غنيم. (1980). الشخصية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 20- سعدية محمد علي بهادر. (1980). سيكولوجيا المراهق ط2 . الكويت: دار البحوث العلمية.
- 20- سعدية محمد علي بهادر. (1980). سيكولوجية المراهقة ط1 . دار البحوث العلمية.
- 21- عبد الرحمن العيسوي. (2001-2002). سيكولوجية الشخصية. مصر.
- 22- عبد الرحمن محمد العيسوي. (1977). دراسات علم النفس الاجتماعي. القاهرة: دار النهضة العربية.
- 23- عبد السلام تھاني. (1979). أسس الترويح و التربية الترويحية . مصر: دار المعارف.
- 24- عبد السلام تھاني. (2001). الترويح و التربية الترويحية ط1 . مصر: دار الفكر العربي.
- 25- عبد العالي الجسيماني. (1994). سيكولوجية الطفولة و المراهقة و حقائقها الأساسية. لبنان: دار البيضاء للعلوم.
- 26- عبد الغاني الأيدي. (بلا تاريخ). التحليل النفسي للمراهقة ب ط. لبنان: دار الفكر العربي للطباعة و النشر و التوزيع.
- 27- عبد الغني الإيدي. (بلا تاريخ).
- 28- عبد الغني الإيدي. (1995). ظواهر المراهق و خفاياه ط1 . دار الفكر للملايين.

- 29- عبد القادر حاكمي . (2004). مذكرة ليسانس - واقع التسيير الإداري للرياضة المدرسية .  
الجزائر: جامعة الجزائر.
- 30- عثمان فراج و عبد السلام عبد الغفار. (1996). الشخصية و الصحة النفسية. مصر: مكتبة  
الغفران.
- 31- عدنان درويش جلول- د. أمين أنور الخولي- د. محمود عبد الفتاح عنان. (1994). التربية  
الرياضية المدرسية ط3 . القاهرة: دار الفكر العربي .
- 32- عرار خالد حسني. (2003). التربية البدنية و الرياضية و علائقها النفسية ط1 . فلسطين:  
مطبعة ابن خلدون.
- 33- غسان محمد صادقو د. سامي الصنف. (1998). التربية البدنية الرياضية. بغداد: جامعة  
بغداد.
- 34- فاخر عاقل. (1972). علم النفس التربوي ط1 . بيروت: دار الملامين.
- 44- فؤاد بهي السيد. (1986). الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ب ط. مصر:  
دار الفكر العربي.
- 35- فوزي محمد جبل. (2000). الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية . المكتبة الجامعية.
- 36- فيصل عيات. (1982). الشخصية، دراسة الحياة. بيروت: دار الفكر العربي.
- 37- قاسم المندلأوي و آخرون. (1990). دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية ج2  
. الموصل.
- قانون 03/ 98 فيفري 1989 . (بلا تاريخ).
- 38- كامل محمد عويضة. (1997). علم النفس الشخصية . لبنان: دار الكتاب العلمية.
- 39- مالك سليمان مخول. (1981). علم النفس و الطفولة المراهقة . القاهرة: مطابع مؤسسات  
الوحدة.
- 40- مجلة علم النفس و علم التربية، مجلة نفسية تربوية فصلية محكمة . (بلا تاريخ).
- 41- محمد حسن علاوي. (1992). علم النفس الرياضي ط2 . مصر.

- 42- محمود حسن . (1981). الأسرة و مشكلاتها ب ط . لبنان: دار النهضة العربية.
- 34- محمود عوض- فيصل ياسين. (1987). طرق التربية البدنية . الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية.
- 35- محمود عوض و فيصل ياسين. (1987). نظريات و طرق التربية البدنية . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 36- محي الدين مختار. (1989). محاضرات في علم النفس التربوي. قسنطينة: د.م.ج.
- 37- مصطفى العشوي. (2002). مدخل إلى علم النفس. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 38- مصطفى فهمي. (1986). سيكولوجية الطفولة و المراهقة ط3 . الكويت: دار البحوث العلمية.
- 39- مقابلة مع السيد ديبشي- المدير التقني للإتحادية الجزائرية الرياضية المدرسية. (03 جويلية 1998). المرادية- الجزائر العاصمة.
- 40- وينفورد هوبل/ ترجمة مصطفى عشوي. (1996). مدخل إلى سيكولوجية الشخصية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 41- يوسف مراد. (1954). مبادئ علم النفس العام ط2 .
- 42- يوسف ميخائيل أسعد. (ب س). رعاية المراهقين ب ط . د: دار غريب للطباعة و النشر.
- 43- أحمد محمد عبد الخالق. (1996). مصر: دار المعارف الجامعية.
- 44- السيد عبد العاطي. (1994). المجتمع و الثقافة و الشخصية. مصر: دار المعرفة الجامعية.
- 45- الشيخ محمد كامل عويضة. (1996). علم النفس الشخصية - الطبعة الأولى. لبنان: دار الكتاب العلمية.
- 46- سامية محمد الساعاتي. (1983). الثقافة و الشخصية ط. 2 بيروت: دار النهضة العربية.
- 47- محمد حسن العلاوي. (1979). علم النفس الرياضي الطبعة الأولى. القاهرة: دار المعارف.
- 48- يوسف مراد. (1954). مبادئ علم النفس العام الطبعة الثانية. القاهرة: دار المعارف.

- 49-اخلاص محمد عبد الحفيظ و حسين باهي. (2000). طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي . القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 50- ليلي السيد فرحات. (بلا تاريخ). القياس و الاختبار في التربية البدنية و الرياضية ط2 . القاهرة: مركز الطباعة و النشر.
- 51- محمد صبحي حسانين. (1987). التقويم في التربية البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 52- معجم علم النفس و التربية، مجمع اللغة العربية ط1. (بلا تاريخ). القاهرة: الهيئة العامة للمطابع الأمرية.
- 53- مقدم عبد الحفيظ. (1993).
- 54- مقدم عبد الحفيظ. (2003). الاحصاء و القياس النفسي و التربوي ط2. الجزائر: المطبوعات الجامعية.
- 55- موريس انجوسو ترجمة بوزيد صحراوي و كمال بوشرفة و سعيد سبعون و آخرون. (2004). منهجية العلوم الانسانية. الجزائر: دار القصة.

المراجع باللغة الأجنبية:

*Manuel de psychologie du* .Richard B.Aldermama (1986).  
paris : Editionvigot.sport

اللاحق

المحور الأول: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب الوجداني(الانفعالي).

1- هل أصبح التلميذ يملك الرغبة في بذل الجهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بممارسته

للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

2- هل بتطبيق التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح لا يبذل جهد متزايد أثناء حصة التربية

البدنية و الرياضية ؟

نعم  لا

3- هل يدعم النشاط الرياضي اللاصفي التلميذ في التحكم في انفعالاته كالغضب و عدم تقبل الهزيمة

؟

نعم  لا

4- هل ينتاب التلميذ بعض سمات الانفعال و الغضب بممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

5- هل بتطبيق التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يعبر عن انفعالاته بطريقة ايجابية كالفرح و

الارتياح؟

نعم  لا

6- هل بممارسة التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح لا يتقبل الهزيمة و لا يتحلى بالروح

الرياضية؟

نعم  لا

7- هل يساعد النشاط الرياضي اللاصفي التلميذ على الترويح النفسي و يخلصه من الاضطرابات

النفسية؟

نعم  لا

المحور الثاني: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب الحسي الحركي.

1- هل يساعد النشاط الرياضي اللاصفي التلميذ في اكتشاف مواهبه؟

نعم  لا

2- هل يؤثر النشاط الرياضي اللاصفي سلبا على مواهب التلميذ؟

نعم  لا

3- هل مشاركة التلميذ في النشاط الرياضي اللاصفي يطور مهاراته البدنية و الحركية؟

نعم  لا

4- هل يجد النشاط الرياضي اللاصفي من تطور المستوى المهاري و الحركي للتلميذ؟

نعم  لا

5- هل استوعب التلميذ جسمه و تحكم فيه بممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

6- هل بتطبيق التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يفقد الاتزان و السيطرة على إمكاناته التوافقية الحركية؟

نعم  لا

المحور الثالث: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب المعرفي الاجتماعي.

1- هل يدعم النشاط الرياضي اللاصفي العلاقة مع الآخرين؟

نعم  لا

2- هل بتطبيق التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح لا يبالي بعلاقته مع الآخرين؟

نعم  لا

3- هل أصبح التلميذ يحب و يجد العمل الجماعي بممارسته للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

4- هل أصبح التلميذ يحب العمل الفردي بتطبيقه للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

5- هل بممارسة التلميذ للنشاط الرياضي اللاصفي أصبح يدرك مزاياه و نقائصه و يعمل على تصحيحها؟

نعم  لا

6- هل يتسبب التلميذ في المساس بمشاعر الآخرين بتطبيقه للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

المحور الأول: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب الوجداني(الانفعالي).

1- هل أصبحت تملك الرغبة في بذل الجهد أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بممارستك النشاط

الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

2- هل بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت لا تبذل جهد متزايد أثناء حصة التربية البدنية

و الرياضية؟

نعم  لا

3- هل يساعدك النشاط الرياضي اللاصفي في التحكم في انفعالاتك كالغضب و عدم تقبل الهزيمة؟

نعم  لا

4- هل تتناكب بعض سمات الانفعال و الغضب بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

5- هل بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت تعبر عن انفعالاتك بطريقة ايجابية كالفرح و

الارتياح؟

نعم  لا

6- هل بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت لا تتقبل الهزيمة و لا تتحلى بالروح الرياضية؟

نعم  لا

7- هل يساعدك النشاط الرياضي اللاصفي على الترويح النفسي و يخلصك من الاضطرابات

النفسية؟

نعم  لا

المحور الثاني: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين الجانب الحسي الحركي.

1- هل يساعدك النشاط الرياضي اللاصفي في اكتشاف مواهبك؟

نعم  لا

2- هل يؤثر النشاط الرياضي اللاصفي سلبا على مواهبك؟

نعم  لا

3- هل المشاركة في النشاط الرياضي اللاصفي يطور مهاراتك البدنية و الحركية؟

نعم  لا

4- هل يجد النشاط الرياضي اللاصفي من تطور مستواك المهاري و الحركي؟

نعم  لا

5- هل استوعبت جسمك و تحكمت فيه بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

6- هل بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت تفقد الاتزان و السيطرة على إمكاناتك

التوافقية الحركية؟

نعم  لا

المحور الثالث: ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي ودوره في تحسين الجانب المعرفي الاجتماعي.

1- هل يدعم النشاط الرياضي اللاصفي العلاقة مع الآخرين؟

نعم  لا

2- هل بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت لا تبالي بعلاقتك مع الآخرين؟

نعم  لا

3- هل أصبحت تحب و تمجد العمل الجماعي بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

4- هل أصبحت تحب العمل الفردي بتطبيقك للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا

5- هل بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي أصبحت تدرك مزاياك و نقائصك و تعمل على

تصحيحها؟

نعم  لا

6- هل تتسبب في المساس بمشاعر الآخرين بممارستك للنشاط الرياضي اللاصفي؟

نعم  لا





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
Université Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportives



جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم: التربية البدنية و الرياضية

25 فيفري 2014

مستغانم: .....

الرقم: 1388 / 02 / 2014

إلى السيد (ة): مدير ثانوية ولد قابلية صليحة-معسكر

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل

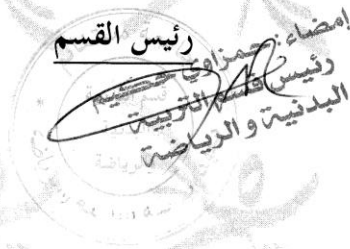
مهمة الطالبان:

- تاجموت عبد الحق

- ثابت حسان

- المسجلان في السنة الثالثة تربية بدنية و رياضية للسنة الجامعية 2013-2014.

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام



ح. مسداد

معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم خروبة

ع ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف: 213 (0) 45 10 33/36/35 الفاكس: +213 45 30 10 28

البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
Université Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportives



جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم: التربية البدنية و الرياضية

25 فيفري 2014

مستغانم: .....

الرقم: 1388 / 02 / 2014

إلى السيد (ة): مدير ثانوية ولد قابلية صليحة-معسكر

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل

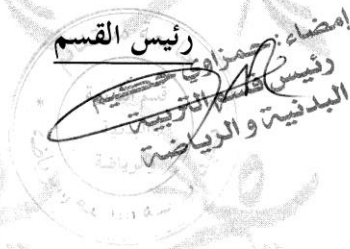
مهمة الطالبان:

- تاجموت عبد الحق

- ثابت حسان

- المسجلان في السنة الثالثة تربية بدنية و رياضية للسنة الجامعية 2013-2014.

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام



ح. مـداد



معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم خروبة

ع ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف: 213 45 10 33/36/35 (0) الفاكس: +213 45 30 10 28

البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportives

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم: التربية البدنية و الرياضية

مستغانم: 18 فيفري 2014

الرقم 116 / 02 / 2014

إلى السيد (ة): مدير ثانوية فلاح بوزيان

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل

مهمة الطالبان:

- تاجموت عبد الحق

- ثابت حسان

- المسجلان في السنة الثالثة تربية بدنية و رياضية للسنة الجامعية 2013-2014.

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام



موافق



الموافق  
سبي فاضل  
بن عبد الله

معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم خروبة

ع ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف: 213 (0) 45 10 33/36/35 الفاكس: 213 45 30 10 28

البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportives

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم  
معهد التربية البدنية والرياضية

قسم: التربية البدنية و الرياضية

مستغانم: 18 جري 2014

الرقم: 02/11/2014

إلى السيد (ة): مدير ثانوية هني محمد - بلدية وادي الابطال

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل

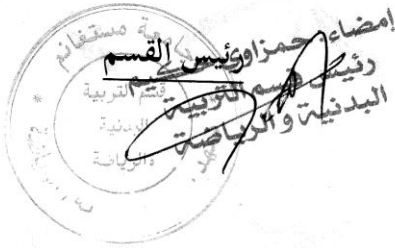
مهمة الطالبان:

- تاجموت عبد الحق

- ثابت حسان

- المسجلان في السنة الثالثة تربية بدنية و رياضية للسنة الجامعية 2013-2014.

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام



معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم خروبة

ع ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف: +213 (0) 45 10 33/36/35 الفاكس: +213 45 30 10 28

البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)



قسم: التربية البدنية و الرياضية

18 جزي 2014

مستغانم:

الرقم: 02/116/2014

إلى السيد (ة): مدير ثانوية بن جمعة الحاج

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل

مهمة الطالبان:

- تاجموت عبد الحق

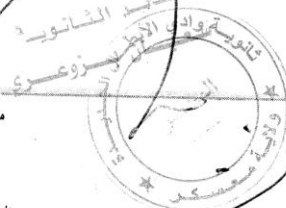
- ثابت حسان

- المسجلان في السنة الثالثة تربية بدنية و رياضية للسنة الجامعية 2013-2014.

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام



استجابة لطلبكم سهلنا  
المهمة للطالبين التمام  
بالعمل الخاص بمذكرة التخرج  
2014



## ملخص الدراسة:

**عنوان البحث:** "ممارسة النشاط الرياضي اللاصفي و دوره في تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية".

تهدف الدراسة إلى معرفة دور النشاط الرياضي اللاصفي في تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية. وقد تكونت عينة البحث من 120 تلميذا يدرسون في الثانوية الذين يشاركون في النشاط الرياضي اللاصفي، و20 أستاذ للتعليم الثانوي وقد اعتمدنا في بحثنا هذا على المنهج المسحي، باستخدام الاستبيان، وخلصنا بحثنا في الأخير على أن للنشاط الرياضي اللاصفي دور في تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية. وقد توصلنا في الأخير إلى أنه:

للنشاط الرياضي اللاصفي دور ايجابي في تحسين بعض جوانب شخصية تلاميذ المرحلة الثانوية (الوجدانية، الحسية الحركية، المعرفية الاجتماعية).

:Résumé de l'étude

Titre: "la pratique de l'activité sportive extra-scolaire et de son rôle dans l'amélioration de certains aspects des élèves du secondaire personnelles

L'étude vise à déterminer le rôle de l'activité physique parascolaire à l'amélioration de certains aspects des élèves du secondaire personnelle. Et Qdtkontaanaseathmn 120 étudiants étudient à l'école secondaire qui participent à des activités sportives parascolaires, et 20, un professeur de l'enseignement secondaire, nous avons adopté dans cette recherche sur la méthode d'enquête, à l'aide d'un questionnaire, nous avons conclu notre recherche dans ce dernier que pour parascolaires rôle de l'activité sportive dans l'amélioration de certains aspects des élèves du secondaire personnelles

:Nous avons atteint la finale en ce que

Pour l'activité sportive extra-scolaire un rôle positif dans l'amélioration de certains aspects des élèves de lycée .(personnel (affectifs, sensori-motrice, cognitive sociale