

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم: التربية البدنية و الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في تخصص

علم الحركة و حركية الإنسان

عنوان:

الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البدنية

و الرياضية عند المراهقين

إشراف:

د/ مناد فوضيل

إعداد:

- بغانم عمر

- شوط نور الدين

السنة الدراسية: 2014 / 2015

## إهداء:

الهم إني أحمدك أطيب الحمد عندك ... و اقرب الحمد إلى رضاك و أركى الحمد و أسالك أن تقبل أعالنا قبولا حسنا و أن تجعل فيك رجاءنا و عليك معتمدا.

اهدي مشاعري إلى من غمرتني بالحب و العطف والديتي..

رقيقة المشاعر كالملاك رائعة الصورة كالحوريات طيبة القلب أنت لا سواك سأعزف أغنية حبك و لا ينتهي عزفها حتى الممات

أمي العزيزة

إلى من رعاني طفلا صغيرا .. و شجعني راشدا و كبيرا .. تعجز ذاكرتي أن تجد له إلا الجميل والدي الكريم الحليم .. جزاه الله

على الخير الوافي الجزيل. أبي العزيز

و رزقني الله برهما .. و صحبتهما .. و رد من جميل عطائهما ..

و إلى كل إخوتي: محمد، يوسف، جباللي، عبد الحق و زوجاتهم، و إلى أخي نصر الدين، و أختي فطيمة.

و إلى أبناء إخوتي: أنفال، كوثر، علاء الدين، ريان، مليكة، يسين، أيوب.

و إلى كل من جمعني بهم القدر فأصبحوا جزءا مني: أمين، محمد، فتحي زروقي، علي زاوي، حمزة، مختار.

و إلى الأستاذ: أمين صافة و إلى مديرة و جميع عمال و أساتذة ثانوية حي الانتصار .

و الى جميع طلبة معهد التربية البدنية و الرياضية.

و الى كل من وسعتهم ذاكرتي و لم تسعهم مذكرتي.

بغانم عمر

## إهداء:

اهدي هذا العمل:

إلى التي جعل الله الجنة تحت أقدامها، ربحانة حياتي، و بمحبتها التي غمرتني بعطفها و حنانها، و أنارت لي درب حياتي، و كلما جارت علي الأيام بكيت في حضنها و كنت لي عوناً، الصدر الحنون، و القلب العطوف.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\*

إلى الذي رباني على الفضيلة و الأخلاق، و شملني بالعطف و الحنان، و كان لي درع أمان احتمي به من نائبات الزمان، و تحمل عبء الحياة حتى لا أحس بالحرجان.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\*

إلى الشموع التي أضاءت لي مشواري، إلى الذين كانوا لي سندا إخوتي و أخواتي.

إلى كل المعلمين و الأساتذة في الأطوار التعليمية

إلى كل الأصدقاء و الأحباب: شتوان عبد الغني، علاء الدين، بوقرة حسين، عبد الجليل، أسامة.

إلى كل زملاء الذين ساعدوني في هذا العمل.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\*

إلى كل هؤلاء اهدي ثمرة جهدي.

## شكر و تقدير:

بسم الله الرحمن الرحيم

قال سبحانه و تعالى: " و ان شكرتم لازيدنكم ". صدق الله العظيم

و قال الرسول صلى الله عليه و سلم: " من لم يشكر الناس لم يشكر الله ".

لله الحمد و الشكر و كل الفضل لما وصلنا اليه من التوفيق في الدراسة و الحياة

و نرجو التوفيق لكل طالب علم مجتهد

نتوجه بجزيل الشكر و العرفان للاستاذ "مناد فضيل" الذي لم يخل علينا بالمشورة و التوجيه فقد كان خير قدوة و مثالا حسنا و  
خير عون لنا في كل مشوارنا الجامعي و ليس فقط في هذه الرسالة.

ندعوا الله و لكل اسرته الصحة و العافية و التفيق في مشواره العلمي و الاكاديمي و ندعوا لوالده المرحوم بالرحمة الواسعة.

و لا ننسا كذلك ان نشكر كافة الاساتذة المحترمين الذين بدورهم ساهموا في نجاحنا و توجيهنا و كذلك جميع المواطنين العاملين  
بمعهد التربية البدنية و الرياضية.

كما لا يفوتنا ان نتذكر الفقيدين الدكتورين " قصي و شعلال " رحمة الله عليهما.

## إهداء:

الهم إني أحمدك أطيب الحمد عندك ... و اقرب الحمد إلى رضاك و أزكى الحمد و أسالك أن تقبل أعالنا قبولا حسنا و أن تجعل فيك رجاءنا و عليك معتمدا.

اهدي مشاعري إلى من غمرتني بالحب و العطف والدتي..

رقيقة المشاعر كالملاك رائعة الصورة كالحوريات طيبة القلب أنت لا سواك سأعزف أغنية حبك و لا ينتهي عزفها حتى الممات

أمي العزيزة

إلى من رعاني طفلا صغيرا .. و شجعني راشدا و كبيرا .. تعجز ذاكرتي أن تجد له إلا الجميل والدي الكريم الحليم .. جزاه الله

على الخير الوافي الجزيل. أبي العزيز

و رزقي الله برهما .. و صحبتهما .. و رد من جميل عطائهما ..

و إلى كل إخوتي: محمد، يوسف، جيلالي، عبد الحق و زوجاتهم، و إلى أخي نصر الدين، و أختي فاطمة.

و إلى أبناء إخوتي: أنفال، كوثر، علاء الدين، ريان، مليكة، ياسين، أيوب.

و إلى كل من جمعني بهم القدر فأصبحوا جزءا مني: أمين، محمد، فتحي زروقي، علي زاوي، حمزة، مختار.

و إلى الأستاذ: أمين صافة و إلى مديرة و جميع عمال و أساتذة ثانوية حي الانتصار .

و الى جميع طلبة معهد التربية البدنية و الرياضية.

و الى كل من وسعتهم ذاكرتي و لم تسعهم مذكرتي.

بغنام عمر

## إهداء:

اهدي هذا العمل:

إلى التي جعل الله الجنة تحت أقدامها، ربحانة حياتي، و بمحبتها التي غمرتني بعطفها و حنانها، و أنارت لي درب حياتي، و كلما جارت علي الأيام بكيث في حضانها و كنت لي عوناً، الصدر الحنون، و القلب العطوف.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

إلى الذي رباني على الفضيلة و الأخلاق، و شملني بالعطف و الحنان، و كان لي درع أمان احتمي به من نائبات الزمان، و تحمل عبء الحياة حتى لا أحس بالحرمأن.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

إلى الشموع التي أضاءت لي مشواري، إلى الذين كانوا لي سندا إخوتي و أخواتي.

إلى كل المعلمين و الأساتذة في الأطوار التعليمية

إلى كل الأصدقاء و الأحباب: شتوان عبد الغني، علاء الدين، بوتمة حسين، عبد الجليل، أسامة.

إلى كل الزملاء الذين ساعدوني في هذا العمل.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

إلى كل هؤلاء اهدي ثمرة جهدي.

شوط نور الدين

## شكر و تقدير:

بسم الله الرحمن الرحيم

قال سبحانه و تعالى: " و ان شكرتم لازيدنكم". صدق الله العظيم

و قال الرسول صلى الله عليه و سلم: " من لم يشكر الناس لم يشكر الله".

لله الحمد و الشكر و كل الفضل لما وصلنا اليه من التوفيق في الدراسة و الحياة

و نرجو التوفيق لكل طالب علم مجتهد

نتوجه بجزيل الشكر و العرفان للاستاذ "مناد فضيل" الذي لم يخل علينا بالمشورة و التوجيه فقد كان خير قدوة و مثالا حسنا و

خير عون لنا في كل مشوارنا الجامعي و ليس فقط في هذه الرسالة.

ندعوا الله و لكل اسرته الصحة و العافية و التفيق في مشواره العلمي و الاكاديمي و ندعوا لوالده المرحوم بالرحمة الواسعة.

و لا ننسا كذلك ان نشكر كافة الاساتذة المحترمين الذين بدورهم ساهموا في نجاحنا و توجيهنا و كذلك جميع المواطنين العاملين

بمعهد التربية البدنية و الرياضية.

كما لا يفوتنا ان نتذكر الفقيدين الدكتورين " قصي و شعلال" رحمة الله عليهما.

## الفهرس

أ	إهداء:
ج	شكر و تقدير
	الفهرس:

## تعريف بالبحث

2	مقدمة:
5	1- مشكلة
6	2- اهداف البحث:
6	3- الفرضيات:
7	4- اهداف البحث:
8	5- مصطلحات البحث:
9	6- الدراسات السابقة:
10	7- التعليق على الدراسات السابقة:
10	8- نقد الدراسات السابقة:

## الباب الأول: الجانب النظري

### الفصل الأول: التربية البدنية و الرياضية

13	تمهيد
14	1- مفهوم التربية
14	1-1- معنى التربية في اللغة
15	1-2- معنى التربية اصطلاحا
15	1-3- بعض تعاريف العلماء للتربية
15	2- اهمية التربية
16	3- بعض القواعد الهامة في التربية
16	4- الركائز التي تقوم عليها التربية
16	4-1- التربية انها عامل انساني
17	4-2- التربية هي عملية نشاط
17	5- نحو تعريف للتربية الرياضية و البدنية
18	6- بعض تعاريف العلماء للتربية البدنية و الرياضية
18	7- اهمية التربية البدنية و الرياضية

19	.....	8- اهداف التربية البدنية و الرياضية
20	.....	9- اهداف التربية البدنية و الرياضية
20	.....	9-1- الناحية البدنية
20	.....	9-2- الناحية المعرفية
20	.....	9-3- الناحية الاجتماعية
21	.....	10- اهداف التربية البدنية
21	.....	10-1- اهداف التربية البدنية و الرياضية في مرحلة المتوسط
21	.....	10-2- اهداف التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم الثانوي
23	.....	11- خاصية التربية البدنية و الرياضية
23	.....	12- التربية البدنية و الرياضية في العالم
24	.....	13- مهام التربية البدنية و الرياضية في الجزائر
25	.....	14- الأسس العلمية للتربية البدنية و الرياضية
26	.....	15- تكاملية التربية البدنية و الرياضية
27	.....	15-1- التربية البدنية و الرياضية و اللغات
27	.....	15-2- التربية البدنية و الرياضية و علوم الطبيعة و الحياة
27	.....	15-3- التربية البدنية و الرياضية و الرياضيات
27	.....	15-4- التربية البدنية و الرياضية و الفيزياء
27	.....	15-5- التربية البدنية و الرياضية و التربية الخلقية
28		خلاصة :



45	..... 10-2- العوامل السيكولوجية:
45	..... 10-3- العوامل الاجتماعية:
46	..... 10-4- الاتجاه البيولوجي لسيكولوجي الاجتماعي:
46	..... 10-5- اتجاهات المراهق الاجتماعية:
46	..... 11- خصائص انفعالات المراهقين:
46	..... 12- العوامل المؤثرة في انفعالات المراهقين:
48	..... خلاصة:

## الفصل الثالث: الاتجاهات النفسية

50	..... تمهيد:
51	..... 1- تعريف الاتجاهات:
53	..... 2- عوامل تكوين الاتجاه النفسي:
53	..... 2-1- قبول نقدي للمعايير الاجتماعية:
53	..... 2-2- تعميم الخبرات:
53	..... 2-3- تمايز الخبرة:
53	..... 2-4- وحدة الخبرة:
53	..... 3- مراحل تكوين الاتجاه النفسي:
53	..... 3-1- المرحلة الإدراكية او المعرفية:
54	..... 3-2- مرحلة النمو الميل نحو شيء معين:
54	..... 3-3- مرحلة الثبات و الاستقرار:
54	..... 4- مكونات الاتجاه النفسي:
54	..... 4-1- المكون الإدراكي PERCEPTUEL COMPONENT:
54	..... 4-2- المكون المعرفي COGNITIVE COUP:
55	..... 4-3- المكون الانفعالي EMOTIONNEL COUP:
55	..... 4-4- المكون السلوكي BEHOVIOURAL COUP:
55	..... 5- انواع الاتجاهات:
55	..... 5-1- الاتجاه الفردي و الاتجاه الجماعي:
55	..... 5-2- الاتجاه السالب و الاتجاه الموجب:
55	..... 5-3- الاتجاه القوي و الاتجاه الضعيف:
56	..... 5-4- الاتجاه العام و الاتجاه النوعي:
56	..... 5-5- الاتجاه العلني و الاتجاه السري:
57	..... 6- خصائص الاتجاهات النفسية:

57	7- وظائف الاتجاهات: .....
57	1-7- الوظيفة المنفعية التكوينية: .....
58	2-7- الوظيفة التنظيمية: .....
58	3-7- الوظيفة الدفاعية: .....
58	4-7- وظيفة تحقيق الذات: .....
58	8- نظريات الاتجاه: .....
58	1-8- نظريات تكوين الاتجاه: .....
59	2-8- نظريات التعرض للتمييز: .....
59	9- النظريات المفسرة للاتجاهات: .....
59	1-9- نظرية التحليل النفسي: .....
60	2-9- وجهة النظر السلوكية: .....
60	3-9- وجهة النظر المعرفية: .....
60	4-9- نظرية التعلم الاجتماعي: .....
61	10- أساليب و طرق تغير الاتجاه: .....
61	11- طرق تغير الاتجاه: .....
62	1-11- دور الجماعة: .....
62	2-11- تغير الإطار المرجعي: .....
62	3-11- المعلومات الجديدة: .....
62	4-11- التغير الاجتماعي: .....
62	5-11- الاتصال المباشر بموضوع الاتجاه: .....
62	6-11- تغير الموقف الاجتماعي: .....
63	7-11- تأثير الضغوط: .....
63	8-11- وسائل الإعلام: .....
63	12- نظريات تغير الاتجاه: .....
63	1-12- نظريات مفهوم الذات: .....
63	2-12- نظرية الإدراك الاجتماعي: .....
63	3-12- نظرية الاستقطاب الجماعي: .....
64	13- قياس الاتجاهات النفسية: .....
64	1-13- طريقة الانتخاب: .....
64	2-13- طريقة الترتيب: .....
64	3-13- طريقة المقارنة الازدواجية: .....
65	4-13- طريقة التدرج: .....
65	5-13- طريقة جتمان: .....

65	..... 13-6- مقياس بوجاردس:
65	..... 13-7- مقياس ليكوت:
65	..... 13-8- مقياس ادينحتون للاتجاهات:
66	..... 13-9- مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط البدني:
66	..... 13-10- مقياس الاتجاهات نحو إبعاد التفوق الرياضي:
67	..... 13-11- مقياس سونستيريوم للاتجاه نحو النشاط البدني:
68	..... خلاصة

## الباب الثاني الجانب التطبيق

### الفصل الأول: إجراءات البحث

71	..... تمهيد:
72	..... 1- منهج البحث:
72	..... 2- الدراسة الاستطلاعية:
73	..... 3- المجال الزماني و المكاني:
73	..... 2-1- المجال البشري:
73	..... 2-2- المجال المكاني:
74	..... 2-3- المجال الزماني:
74	..... 4- الشروط العلمية للأداء:
74	..... 3-1- المعاملات العلمية:
75	..... 5- مجتمع البحث:
76	..... 6- عينة البحث و كيفية اختيارها:
77	..... 7- أدوات الدراسة:
78	..... 8- إجراءات التطبيق الميداني المعالجة الإحصائية:

### الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة نتائج الدراسة

80	..... 1- عرض و مناقشة نتائج الدراسة:
80	..... 1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الإجرائية الأولى:
81	..... 1-2- مناقشة الفرضية الإجرائية الأولى:
83	..... 2- عرض و مناقشة نتائج الدراسة:
83	..... 2-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الإجرائية الثانية:
84	..... 2-2- مناقشة الفرضية الإجرائية الثانية:

85 ..... 3- عرض و مناقشة نتائج الدراسة:

86 ..... 3-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية العامة:

87 ..... 3-2- مناقشة نتائج الدراسة:

91 ..... 4- توصيات و اقتراحات الدراسة:

93 ..... استنتاج

94 ..... خلاصة

قائمة المراجع

الملاحق



## -1- مشكلة:

تعتبر حصة التربية البدنية و الرياضية حصة ذات أهمية قصوى في البرنامج الدراسي و في مختلف الأطوار العمرية حيث تساهم حصة التربية البدنية و الرياضية في ترقية الجانب المعرفي الانفعالي لدى التلاميذ كما تساهم في تحسين اللياقة البدنية و تساعدهم على الاعتزاز بالنفس و كسب الثقة و التعاون و الاندماج في المجتمع بطريقة سليمة و صحيحة و لهذه الأسباب توجب علينا الاهتمام بها و تطويرها و تحسين الظروف المحيطة بها من اجل النهوض بها و يتأتى ذلك الا بإعطاء هذه الحصة كامل الاهتمام و الاحترام اللازم و ذلك عن طريق وضع أسس علمية و منهجية و برامج بعيدة المدى من اجل النهوض بالجانب الرياضي داخل مؤسساتنا و مجتمعا و ذلك لاهمية الرياضة في المجتمعات المتقدمة و مدى مساهمتها في تكوين النشا و توجيهه توجيها سليما يتماشى و الاهداف التربوية المدرجة ضمن البرنامج الدراسي كما وجب علينا مراعاة الجانب النفسي للتلاميذ و معرفة اتجاهاتهم نحو ممارسة الرياضة و تعتبر الاتجاهات من الجوانب الهامة في حياة الفرد حيث عرفها الرتب روجر س " ان الاتجاه نحو او ضد العوامل البيئية تصبح لهذه النزعة قيمة ايجابية او سلبية " (1) (عبد الرحمان عيسوي؛، 1974، صفحة 40).

و تعدد الاتجاهات النفسية عامل مهم يساعد على تحديد الطريقة المثلى للتعامل مع التلاميذ و تقويم اتجاهاتهم اذا تطلب الامر ذلك عن طريق غرس التربية الرياضية في نفس المتعلم حيث تعدد الرياضة.

كما عرفها تشارلز بيوت اشتر " ان التربية البدنية و الرياضية هي الجزء المتكامل من التربية العامة و ميدان تجريبي لتكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية و العقلية و الانفعالية و ذلك عن طريق الوان النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق المهام " (2) (محمود عوض بسيوني؛ فيصل ياسين الشاطي؛، ديوان المطبوعات الجامعية، صفحة 22).

و تساهم التربية الرياضية في تحقيق التكامل الجسمي و النفسي و المعرفي لدى المتعلم في مختلف المراحل السنية و العمرية خاصة في مرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة مهمة في تكوين شخصية الفرد و قد تنازل العديد من العلماء و الباحثين فترة المراهقة حيث عرفها رام زازو " ان المراهقة هي ذلك المجال الزمني الذي يؤدي باستعدادات نفسية بيولوجية الى النضج الاجتماعي للقدرات " (3) (shllamy: dictionnaire usuel de psychologie; 1980, p. 06)

و قد تختلف وجهات النظر في هذه المرحلة في التعاطي مع حصة التربية البدنية و الرياضية في الطورين الاساسي و الثانوي و هذا ما دفعنا الى طرح التساؤل التالي:

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط و الثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية؟.

للاجابة على هذا التساؤل يمكن صياغة التساؤلات التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في اتجاهات تلاميذ سنة الرابعة متوسط و سنة ثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية ؟.

2- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في اتجاهات تلاميذ سنة الرابعة متوسط و سنة ثالثة ثانوي - ذكور نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية ؟.

3- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في اتجاهات تلاميذ سنة الرابعة متوسط و سنة ثالثة ثانوي - اناث نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية ؟.

## 2- اهداف البحث:

1- دراسة طبيعة الاتجاهات لدى الطورية الاساسي و الثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية .

2- ابراز اهمية التربية البدنية و الرياضية.

3- ابراز اهمية مرحلة المراهقة و التعرف على خصائص هذه المرحلة و مميزاتها.

4- التعرف على اتجاهات التلاميذ النفسية من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية.

## 3- الفرضيات:

بناء على التساؤلات السابقة قمنا بصياغة هذه الفرضيات:

### 3-1- الفرضية العامة:

توجد فروق ذات دلالة احصائية في اتجاهات تلاميذ سنة الرابعة متوسط و سنة ثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

### 3-2- الفرضيات الجزئية:

➤ الفرضية الجزئية الاولى: توجد ذات دلالة احصائية في اتجاهات تلاميذ سنة الرابعة متوسط و سنة ثالثة ثانوي - ذكور نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

➤ الفرضية الجزئية الثانية: احصائية في اتجاهات تلاميذ سنة الرابعة متوسط و سنة ثالثة ثانوي - اناث نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

## 4- اهمية البحث:

تتجلى اهمية الدراسة في الابعاد الذي اتخذها الموضوع و يتضح ذلك في الدراسات و الابحاث التي قام بها العديد من العلماء و الباحثين حيث تعد دراسة الاتجاهات من بين المواضيع المهمة التي استحوذت على اهتمام الباحثين لما لها من اهمية قصوى في توجيه الافراد و معرفة اتجاهاتهم النفسية نحو موضوع معين و قد طبقت هذه الدراسة على الجانب

الرياضى حيث وضعت العديد من المقاييس النفسية التي صممت لدراسة الاتجاهات و كيفية قياسها و محاولة تعديلها في بعض الاحيان كما اهتمت دراسة الاتجاهات بتحسين نظرة الرياضة لدى الافراد كما تتجلى اهميتها في التعرف على توجيهات و معرفة الاستاذ بتحسين نظرة الرياضة لدى الافراد كما تتجلى اهميتها في التعرف على توجيهات و معرفة الاستاذ او الباحث الطريقة المثلى للتعامل مع المتعلم و ذلك بناء على توجيهاته النفسية اتجاه ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

### 5- مصطلحات البحث:

#### 5-1 التربية البدنية و الرياضية:

هي عبارة عن أنشطة بدنية تروية تمارس بشكل منتظم و مسطر عن طريق تمارين بدنية مرتبة و هادفة، و يمارسها الفرد في محيطه او في المدرسة و مهمتها هي تنمية الفرد او المواطن بدنيا و عقليا و تربية و تعلمه حسن التعامل و التصرف و احترام الاخرين و الروح الرياضية.

#### 5-2- المراهقة:

هي المرحلة التي يمر بها الانسان من مرحلة الطفولة الى مرحلة النضج و تعرف هذه الفترة من العمر عدة تغيرات على المستوى النفسي و الجسمي و الاجتماعي حيث يسعى فيها الفرد للبحث عن الاستقلالية من الابوين و المثالية التفكير.

#### 5-3- الاتجاهات:

هو الاستعداد النفسي الذي يتكون لدى الفرد اتجاه موضوع او عدة مواضيع اجتماعية و اقتصادية او سياسية مع ابداء الراي فيها بالموافقة او الرفض او المحايدة.

#### 6- الدراسات السابقة:

ان موضوع الاتجاهات جلب اهتمام باحثين من قبل و هذا ما جعلهم يتطرقون اليه و محاولين تحقيق اهداف معينة، و قد اجريت بمعاهد التربية البدنية و الرياضية دراسات عدة عن الاتجاه النفسي نذكر منها دراستين:

#### الدراسة الأولى:

و قد قام بها الطالبين (كبوش لخضر حكيم – غلال نور الدين ) في السنة الجامعية (2010-2011) تحت عنوان "الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط" و قد وضع الطالبين اهداف من هذه الدراسة و هي:

- التعرف على طبيعة الاتجاهات النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط نحو مفهوم ت ب ر.
- التعرف على الفروق بين الممارسين و الغير ممارسين ل: ت ب ر من حيث مفهوم ت ب ر.
- التعرف على الفروق بين ذ و ا نحو مفهوم ت ب ر.

### فرضيات البحث:

تختلف طبيعة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ الممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية.

هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاتجاهات النفسية للممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية من الذكور و الاناث.

منهج البحث: ← المنهج المسحي.

عينة البحث: 150 تلميذ في اكمالية عين الذهب.

أدوات البحث: مقياس كينيون للاتجاهات و المعرب محمد حسن علاوي.

اهمية النتيجة: هناك فروق جوهرية بين الذكور و الاناث الممارسين للتربية البدنية و الرياضية لصالح الذكور.

### الدراسة الثانية:

اجريت هذه الدراسة في السنة الدراسية (2012-2013) من طرف الطالبين (قدور بن شريف الشارف – عبد الله بن شريف سفيان) و عنوانها "الاتجاهات النفسية لطلبة التكوين المهني نحو ممارسة النشاط الرياضي".

### اهداف البحث:

- تحديد طبيعة اتجاهات طلبة التكوين المهني نحو ممارسة نشاط رياضي .
- المقارنة بين اتجاهات الذكور و الإناث نحو ممارسة النشاط الرياضي في مراكز التكوين المهني.

### فرضيات البحث:

- اتجاهات طلبة مراكز التكوين المهني نحو ممارسة نشاط رياضي ايجابية.
- توجد فروق بين الذكور و الإناث نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

منهج البحث: وصفي مسحي العينة (140 طالب) مراكز تكوين مستغانم.

أدوات البحث: مقياس كينون للاتجاهات.

أهمية النتيجة: اتجاهات طلبة التكوين المهني نحو ممارسة النشاط الرياضي ايجابية في كل الأبعاد.

#### -7- التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال التطرق الى الدراسات السابقة التي تمثلت في " الاتجاهات النفسية نحو مفهوم التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط" فقد تطرق الباحثان الى فئة معينة من الطور الدراسي حيث قاما فيها بالمقارنة بين اتجاهات الذكور و الاناث الممارسين و الغير ممارسين للتربية البدنية و الرياضية و معرفية مدى الفروق الجوهرية الموجودة بينهما، في حين ان الدراسة الثانية " الاتجاهات النفسية لطلبة التكوين المهني نحو ممارسة النشاط الرياضي" التي تمثلت في الاتجاهات النفسية لطلبة التكوين المهني نحو ممارسة النشاط الرياضي حيث قام الباحثان بتحديد طبيعة اتجاهات طلبة التكوين المهني نحو ممارسة نشاط رياضي و المقارنة بين اتجاهات الذكور و الإناث نحو ممارسة النشاط الرياضي في مراكز التكوين المهني.

#### -8- نقد الدراسات السابقة:

لقد تناولت الدراسات السابقة فئة عمرية واحدة حيث تمثلت الدراسة الاولى في تلاميذ مرحلة المتوسط و الدراسة الثانية شملت طلبة التكوين المهني حيث ان الدراسة لم تكن شاملة لكل الاطوار في حين ان النتائج الدراسية تتغير من طور لآخر أي ان النتائج المقدمة من الدراسات السابقة يمكن لها ان تتغير اذا قمنا بتجسيدها على اطوار دراسية أخرى و فئات عمرية اخرى من كلى الجنسين (ذكور - اناث)، و هذا ما جعلنا نبني بحثنا على دراسة اتجاهات طورين مختلفين (متوسط - ثانوي) لكلى الجنسين.

### مقدمة:

لقد عرف الإنسان الرياضة منذ القدم حيث استعملها في جميع المجالات و الميادين، و اعتمد عليها في الكثير من أوقات حياته، و قد استعملها في الحرب و السلم و الانتقال و التواصل و غيرها من المجالات الهامة، إلا أنها عرفت تطوراً في العصر الحديث فقد عرفت نوعاً من التقنين و التطوير و أصبحت تبنى على أسس علمية و منهجية دقيقة، أي أنها أصبحت علماً قائماً بذاته يدرس في ارقى الجامعات العالمية تحت إشراف أساتذة و مؤطرين في أعلى مستوى كما اعتمدت على وسائل جد حديثة و متطورة.

إلا أن الرياضة في مجتمعنا و حصة التربية البدنية و الرياضية خاصة لم ترقى لهذا المستوى العالي بل ظلت هذه الحصة حييسة الأفكار القديمة و الرثة، و اعتمدت على مناهج و أسس بسيطة ليس لها ان تنهض بعالم الرياضة في مجتمعنا و مؤسساتنا الرياضية، الا انه يلقي على كاهل هاته الأخيرة عبئ النهوض بالرياضة و تحمل المسؤولية اتجاه هذا الجانب المهم الذي يعد من المواد التي من شأنها تكوين شخصية التلميذ و اعطائه الاهمية القصوى باعتبارها نواة المجتمع و رياضي المستقبل و لا يأتي كل هذا الا عن طريق الاهتمام بالكوادر المسيرة و الماطرة للعملية التربوية و يعد استاذ التربية البدنية و الرياضية حجر الاساس في هذه العملية.

كما يعد التلميذ النواة الاساسية في نجاح او عدم نجاح هذه العملية، و ذلك من خلال معرفة مدى اهمية حصة التربية البدنية و الرياضية و قياس اتجاهها نحوها، فتعد اتجاهات التلاميذ و رغبتهم من بين الجوانب التي نالت قسطاً كبيراً من الدراسات و البحوث العلمية و النفسية لما لها من اهمية قد تساعد على النهوض بعالم الرياضة داخل المجتمع و المؤسسة التربوية و معرفة الاسباب لوجود فروق بين اتجاهات التلاميذ و الا ماذا تعزى هذه العوامل الداعمة لهذه الفروق سواء كانت نفسية او اجتماعية او تربوية و محاولة معالجتها او على الاقل فهمها من اجل التعامل الصحيح معا.

و قد قامت دراستنا او اقتصرت على معرفة و محاولة الاطلاع على الفروق بين اتجاهات بين تلاميذ سنة رابعة متوسط و ثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية. و قد ضمت دراستنا التي استخدمنا في المنهج الوصفي المقارن باعتباره المنهج الانسب لوصف و تقرير الحقائق و جاءت عناصر الدراسة كما يلي:

الفصل الاول و الذي جاء بعنوان طرح اشكالية الدراسة و قد قمنا في هذا الفصل بتحديد اشكالية تم صياغة الفرضيات لها، تم تطرقنا لاهداف و اهمية الدراسة اضافة للاسباب التي دفعتنا الى اختيار الموضوع، كما قمنا بوضع حدود الدراسة و التعاريف الاجرائية لمتغيرات البحث مع ذكر بعض الدراسات السابقة سواء كانت مشابهة او مطابقة و التي لها علاقة مباشرة او غير مباشرة بموضوع دراستنا.

و قد قسمت الدراسة الى قسمين نظري و تطبيقي حيث ورد في الجانب النظري ثلاث فصول بحثية كونت هذا الجانب.

الفصل الثاني و جاء تحت عنوان التربية البدنية و الرياضية، و قد جاء فيه مفهوم التربية عامة تم قمنا بتقديم اهمية التربية بعدها انتقلنا لتعريف التربية البدنية و الرياضية، كما تطرقنا الى اهداف التربية البدنية و الرياضية عامة تم فصلنا اهدافها بين الطورين المتوسط و الثانوي، كما قمنا بالتعرف على التربية في الجزائر، و عموما جاء هذا الفصل من اجل التعريف بالتربية البدنية و الرياضية و علاقتها بالعلوم الاخرى كالرياضيات و الفيزياء و غيرها.

أما الفصل الثالث فجاء بعنوان المراهقة و قد تطرقنا الى تعريفات المراهقة و المفاهيم من الاطلاع على عدد أكبر من وجهات النظر، ثم انتقلنا الى عنصر البلوغ و المراهقة لما لها من اهمية و لتوضيح الفرق الموجود بين هاذين المصطلحين و تم التطرق الى خصائص مرحلة المراهقة ثم اهمية مرحلة المراهقة و جاء فيها شرح مفصل حول التغيرات التي تحدث للمراهق و علاقتها بمرحلة البلوغ و الظروف الخارجية، ثم انتقلنا الى الملامح الاساسية لظاهرة النمو في مرحلة المراهقة بشرح انواع مراحل النمو الجسمي و الفيسيولوجي و العقلي و غيرها من مظاهر النمو، كما قدمنا مجموعة من النظريات التي تناولت من عدة وجهات نظر و من العلماء كستانلي، هول، و ارلوند جيزل و غيرهم، ثم انتقلنا لوصف الحالات الانفعالية للمراهقين و مشكلات فترة المراهقة، ثم حاولنا معرفة مصادر اضطرابات المراهق و قد تمثلت في مكونات المراهق و حاجاته البيولوجية و حاجات المراهق الاجتماعية و غيرها من المصادر الاخرى، ثم انتقلنا الى الاتجاهات المفسرة لتطور المشاكل لدى المراهق حيث اشار سانتروك الى العديد من العوامل الكامنة خلف مشاكل المراهقين كالعوامل البيولوجية و السيكولوجية و الاجتماعية.

و الفصل الثالث جاء بعنوان الاتجاهات النفسية، و فيه تطرقنا بدورنا الى اعطاء تعريفات و مفاهيم خاصة بالاتجاهات النفسية، ثم انتقلنا الى تقديم العوامل التي تساهم في تكوين الاتجاه النفسي لدى الفرد ثم الى المراحل التي تمر عبرها عملية تكوين الاتجاهات، ثم قمنا بشرح مكونات الاتجاه النفسي من مكون ادراكي و معرفي و انفعالي، ثم قدمنا انواع الاتجاهات و

خصائصها كما تطرقنا الى وظائف الاتجاهات و قد فصلنا في هذا الجانب حيث استعرضنا هذه الوظائف - تنظيمية دفاعية ذاتية - و غيرها من الوظائف، ثم قمنا بتقديم نظريات الاتجاه و قد قسمنا هذا العنصر الى قسمين نظريات تكوين الاتجاهات و نظريات وضعن في الاساس الى الاتجاهات و قمنا ايضا بالبحث على اساليب تغير الاتجاهات لما لها من اهمية قصوى في مساعدة الاساتذة او الباحث للتعرف على طرق تغير الاتجاهات و اساليبها لنهي في الاخير الفصل الثالث و منه الجانب النظري بدراسة و عرض طرق قياس الاتجاهات، و قد تناول هذا الموضوع العديد من العلماء و من بينهم تشارلز اندجنتون و كنيون و غيرهم من العلماء و الباحثين.

كما تضمنت دراستنا جانب ثاني و هو الجانب التطبيقي جاء فيه فصل الخامس بعنوان عرض و مناقشة نتائج الدراسة، و قد احتوى على جزئين و ذلك حسب ما تقتضيه الدراسة و مناهج البحث، الجزء الاول خاص باجراءات الدراسة و تناولنا فيه الاجراءات اللازمة و التي تضم التعريف بالمنهج المستخدم و حدود الدراسة و الشروط العلمية للاداءات، و تطرقنا لمجتمع البحث و عينة البحث و كيفية اختيارها كما تعرفنا على ادوات الدراسة المساعدة لمنهجنا هذا و التطرق للاساليب الاحصائية التي عالجنا بها فرضيات الدراسة، كما قمنا بجمع البيانات و تفرغها اما الجزء الثاني من الجانب التطبيقي فيتعلق بمناقشة نتائج الدراسة من خلال مناقشة نتائج الفرضيات المطروحة و التوصل اليها بالتفصيل على ضوء الفصول النظرية السابقة . و في الاخير قمنا بارفاقها بتوصيات و اقتراحات ارتاينا طرحها اضافة لخلاصة عامة لهذا الفصل هي بمثابة حوصلة لما تم تقديمه خلال هذا الفصل.

**تمهيد:**

ان النشاط البدني و الحركات الرياضية في صورتها التربوية و بنظمها و أسسها و قواعدها السليمة أصبحت ذا أهمية كبرى و قيمة فعالة في النظام التربوي، و عنصرين هامين في إعداد المواطن.

و مع هذا مازال الكثير من الأفراد في مجتمعنا يخطيء في الفهم الصحيح و معنى التربية البدنية و الرياضية و ضرورتها في المجتمع الحضاري، فهناك البعض يظنون انها جري فقط و كرة قدم او مضيعة وقت في حق المواطن، و هناك البعض يؤلها تكملة للبرنامج الدراسي او فترة راحة بين الدروس او يروها مادة متعبة للتلاميذ.

و من خلال هذا الفصل سنحاول توضيح المعنى الحقيقي و الرؤية الواضحة و اعطاء الفهم الصحيح للتربية البدنية و الرياضية و ضرورتها و اهميتها في المجتمع و المنظومة التربوية، و الاغراض التي ترمي اليها مع اعطاء نظرة عليها في العالم و في الجزائر.

**1- مفهوم التربية:**

ان كلمة التربية من الكلمات المتداولة بين الناس و كثيرة الاستعمال، لكن يبقى مدلولها متجها في اتجاه واحد مرتبطا بثقافة و غاية المجتمع و طموحاته، و استعمالها يسير وفق ثقافة الرشد و توجهه، فهي عادة ما تستعمل في الامور التربوية المرتبطة بسلوك الاشخاص، و هذا الاستعمال منحصر في التشيع الديني و العقائدي للشخص، فهي كلمة تستعمل للدلالة على السلوك الذي يقوم به الفرد، و لكن الحكم الذي يستعمله الاشخاص هو مرتبط بالمعيار الديني العقائدي. لكن هذا الاستعمال الشائع لكلمة التربية و المرتبط بجانب واحد لا يعني انه الاستعمال الصحيح لها، لان كلمة التربية يجب ان ترتبط بالشخص ككيان متكامل يعيش في مجتمع له نظامه و قيمه و قواعد تسير تصرفات افراده، فليس كل من يستعمل كلمة التربية يدرك مدلولها ادراكا جيدا، فقد يكون فهمهم لمعنى التربية فهما سطحيا يقتصر غالبا على الجانب الاخلاقي فقط. لكن التربية بمدلولها العلمي اوسع و اشمل مما يستعمله الافراد في حياتهم، فهي تعني بالشخص ككل من جميع النواحي و ترقى به الى اعلى درجات الكمال فهي تعتبر اساس اصلاح البشرية بما ينسجم و تطلعات المجتمعات، فهي غالبا ما تعني تبليغ الشيء الى كماله، او هي كما يقال تنمية الوظائف النفسية حتى تبلغ كمالها شيئا فشيئا.

نقول ربيت الولد أي ملكته، و نمت قدراته، و هذبت سلوكه حتى يصبح صالحا للحياة في البيئة التي يعيش فيها.

و فالتربية تعني تنمية الفرد تنمية شاملة متكاملة من جميع الجوانب الروحية و العقلية و الجسدية و الاجتماعية ..... الخ، بشكل متوازن و شامل بهدف اعداده ليكون نافع لنسه و مجتمعه.

يعرف احد التربويين التربية قائلا: " التربية في مدلولها الحرفي الاصيل استخراج ما لدى الفرد من قدرات كامنة و تنميته خلقيا و عقليا حتى يصبح حساسا للنسبة للاختيارات الفردية و الاجتماعية، قادرا على العمل و النشاط الحقيقي بمقتضى ما يختاره منها" ، كما تعني تمكن الفرد من الاستجابة لدوره الاجتماعي عن طريق التعليم المنظم و التدريب و تشكيل قدراته و تنمية ذوقه و الارتقاء به و هذه الغايات هي اول ما تحاول التربية تحقيقه. (1) (عطاء الله احمد و آخرون؛، 2009، الصفحات 13-14)

**1-1- معنى التربية في اللغة:**

كلمة التربية في اللغة مأخوذة من فعل ربى، أي غذى الولد و جعله ينمو، و ربى الولد هذبه، فاصلها ربما يربو أي زاد و نما، فهي تعني الزيادة و النمو قال تعالى: " و ما اتيتم من ربا ليربوا في اموال الناس فلا يربو عند الله " (الروم39) و من جعل اصل (رب) فلا بد ان يجعل المصدر تربيلا لا تربية، يقال رب القوم يربوهم، بمعنى ساسهم، و رب النعمة زادها، و رب الولد رباه كبر و ادرك.

و عند العرب التربية تفيد السياسة، و القيادة و التنمية، و كان فلاسفة العرب يسمون هذا الفن (السياسة) كما تعني اصطلاحا تولي الامر، فيقال (رب البيت) المصطلح و المتولي تصريف اموره.

### 1-2- معنى التربية اصطلاحا:

اما التربية اصطلاحا فانها تفيد التنمية، و هي مرتبطة بكل كائن حتى حتى كان سواء حيوان او نبات او انسان، فلكل منها طرائق خاصة لتربيته فهي تعني اصطلاحا التنمية و التنشئة.

فتربية الانسان تستدعي معرفة حقيقة معمقة بكل ما يتعلق بجوانب شخصيته و فهم لحاجاته و دوافعه و ميوله و ابعاده النفسية و الاجتماعية، كما تقتضي منا ادراكا واعيا لظروف بيئته و العوامل التي تؤثر في تنميته و تنشئته.(1) (عطاء الله احمد و آخرون؛، 2009، الصفحات 14-15)

### بعض تعاريف العلماء للتربية:

#### ❖ عند أفلاطون:

التربية عنده هي ان يصبح الفرد عضوا صالحا في المجتمع الذي ينتمي اليه، فتربية المرء ليست غاية لذاتها و انما غاية بالنسبة للغاية الكبرى و هذه الاخيرة و هي نجاح المجتمع لذلك فهو يقول: " ان التربية هي اعطاء الجسم و الروح كل ما يمكن من الجمال و الكمال كي يكون الانسان عنصرا فعالا و بناءا في مجتمعه".

#### ❖ عند أرسطو:

ان الغرض من التربية في نظره يتلخص في امرين اثنين و هما:

✓ الأمر الأول: ان يقدر الفرد على عمل كل ما هو مفيد و ضروري في الحرب و السلم.

✓ الأمر الثاني: ان يقوم الفرد بكل ما هو نبيل و خير من الاعمال و بذلك يصل الى السعادة.

### 2- أهمية التربية:

التربية عملية يحتاج اليها الفرد و المجتمع، لانها اساس البناء و التكوين الخلقى الذي هو اساس تكوين المجتمعات و بناءها على اسس سليمة، بل كانت التربية سببا رئيسا في تنمية الشعوب اقتصاديا و اجتماعيا و سياسيا و ثقافيا و عسكريا، فالاسلام على سبيل المثال لم ينشر بقوة السيف، و انما بقوة سلاح الفضيلة و الاخلاق، و في هذا المعنى يقول الفيلسوف الفرنسي فولتير في كتابه (الاخلاق): " و ليس بصحيح ما يدعى من ان الاسلام استولى قهرا بالسيف على اكثر من نصف الكرة الارضية، بل كان سبب انتشاره رغبة الناس فيه، بعد ان اقنع عقوله، و اكبر سلاح استعمله المسلمون لبث الدعوة، هو اتصافهم بالقيم العالية لا يخفى ولوع المغلوب بتقليد الغالب".

و بذلك تبرز اهمية التربية في زيادة قدرة الشعوب على مواجهة التحديات العصرية و الحضارية، و في جوانب اخرى كثيرة منها ما يلي:

- ❖ انها عامل هام في التنمية الاقتصادية.
- ❖ انها عامل هام في التنمية الاجتماعية.
- ❖ انها عامل هام في ارسال الديمقراطية الصحيحة.
- ❖ انها اساس التماسك الاجتماعي.
- ❖ انها عامل هام في احداث التغيير الاجتماعي.
- ❖ انها اصبحت استراتيجية قومية كبرى الشعوب العالم.
- ❖ انها ضرورة لبناء الدول العصرية. (1) (احمد محمد طيب، 1999، صفحة 19)

### 3- بعض القواعد الهامة في التربية:

- ❖ يتعلم الطفل عن طريق النشاط النابع من قوى الميول الغريزي فعلى المدرسين ان يفسحوا للاطفال مجالاً يتفق مع الميول.
- ❖ مواجهة الاطفال بالمشاكل المعقدة الغامضة الجذابة للقيام بملها، و تحليلها و هذا يوجب على المدرسين ان يعملوا ايقاظ ثني العناصر و المواهب الكامنة في الاطفال، كما يوجب عليهم ان يعملوا على مساعدتهم لاكتشاف العناصر بانفسهم.
- ❖ اعتماد طرق التربية و التعليم على الصفات العقلية لكل فرد، و هذه الصفات تختلف قلة و كثرة بين الافراد كما تتفاوت بين كل فرد و اخر، و هذا ما يملي علينا تقسيم الفصل الواحد الى وحدات متجانسة من حيث طبيعة اجسامهم و حظهم في الذكاء و ميولهم و امزجتهم بحيث يمكن تزويد كل فرد بما يلائمه.
- ❖ العمل على تنمية قوى الاطفال الى اقصى حد في ظل جو اجتماعي تساير فيه طرق التدريس هذه الصفة الاجتماعية. (2) (صالح عبد العزيز، 1993، صفحة 19)

### 4- الركائز التي تقوم عليها التربية:

- 4-1- التربية انها عامل انساني: فمن الواضح ان التربية تتعلق بالفرد الانسان و لا تتعلق بالحيوان او النبات او الاشياء الغير الحسية. فنحن نستطيع ان ندرّب الحيوان و لكننا لا نربيّه نظراً لان الانسان له طبيعة خاصة يتميز بها عن جميع الكائنات و التمييز بين الفرد الانسان و بين الكائنات الاخرى يعني اننا ننكر انواع معينة من العلاقة و الاستمرار لان التمييز الذي نعنيه يتضمن اختلافات حقيقية معينة في النوع.

- 4-2- التربية هي عملية نشاط: اذ التربية ليست شيئاً يمتلك بنفس الطريقة التي تمتلك بها الأشياء مثل المال - او لون الشعر، حتى المعرفة و المهارة، و الأخلاق الحسنة ليست في ذاتها تربية لكنها دليل على ان الفرد قد تربى.

فالتربية ليست شيئا يمكن ان نلمسه و لكنها نوع من عملية النشاط المتعلق بالافراد، فان تربى يعني ان تشتغل بعملية نشاط، و معنى ان يكون الفرد قد تربى، ان يكون قد مر بعملية نشاط او عملية تعلم.(1)  
(WWW.MOUDIR.COM/VB/SHOWTHREAD.PHPT;, 18/01/2015)

### 5- نحو تعريف للتربية الرياضية و البدنية:

تعرف ويست، بوشر 1990 BUCHER – WUEST التربية البدنية بأنها: " هي العملية التربوية التي تهدف الى تحسين الاداء الانساني من خلال وسيط هو الانشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك".

و قد تناول كل من ويست، بوشر هذا التعريف بالتحليل مكشيرا الى ان التربية البدنية و الرياضية تشتمل على اكتساب و صقل المهارات الحركية و تنمية اللياقة البدنية و المحافظة عليها من اجل افضل مستوى صحي، و من خلال حياة طيبة و اكتساب المعارف و تنمية الاتجاهات الايجابية نحو النشاط البدني.

و ذكرت لومبكين LUMPKIN ان البعض يرى ان التربية البدنية و الرياضية، انما هي مرادف للتغيرات مثل التمرينات، الالعاب المسابقات الرياضية، و بعد تعريفها لكل من هذه التغيرات، اوضحت ان تضمن هذه المكونات في برامج التربية البدنية يعتمد على كون هذا البرنامج منظمة او عفوية، تنافسية او غير تنافسية، اجبارية او اختيارية، داخل نطاق المجال الوظيفي او خارجه، و غير ذلك من المتغيرات، و لذلك فهي تفسر صعوبة وضع تعريف مائع جامع للتربية البدنية و الرياضية، و لكنها ابت الا ان تدلي برايتها في صياغة تعريف على النحو التالي:

" التربية البدنية هي العملية التي يكتسب الفرد خلالها افضل المهارات البدنية و العقلية و الاجتماعية، و اللياقة البدنية من خلال النشاط البدني".

و من تشيكوزلوفاكيا (السابقة) بيرز كوبسكي، كوزليك KOPEŠKY – KOZLIK ان:

" التربية البدنية جزء من التربية العامة، هدفها تكوين المواطن بدنيا و عقليا و انفعاليا و اجتماعيا بوساطة عدة الوان من النشاط البدني المختار لتحقيق الهدف".

و من فرنسا وضع روبرت بوبان ROBERET BOBIN تعريفا للتربية البدنية:

"تلك الانشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية و العقلية و النفسية و الحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد".

و من بريطانيا ذكر ارنولد PETER ARNOLD تعريفا للتربية البدنية:

"ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري و توافق الجوانب البدنية، العقلية، الاجتماعية، الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني المباشر". (1) (امين انور الخولي؛، 2001، الصفحات 35-36)

## 6- بعض تعاريف العلماء للتربية البدنية و الرياضية:

- ❖ **تعريف ناش:** التربية البدنية هي جزء من التربية العامة تشغل دواع النشاط الموجودة في التنمية من الناحية العضوية، التوافقية، العقلية و الانفعالية هذه الاغراض تتحقق حينما تمارس لوجه التربية البدنية سواء كان ذلك في الملعب او في حمام السباحة او في قاعة التدريب.
- ❖ **تعريف نيكس:** التربية البدنية هي ذلك الجزء من التربية العامة لذي يخص بالانشطة القوية و التي تتضمن عمل الجهاز العضلي و ما ينتج من اشتراك هذه الالوجه من النشاط مع تعلم كل الالوجه.
- ❖ **تعريف شارمن:** انما ذلك الجزء البسيط من التربية الذي يتم عن طريق النشاط الذي يعتمد على الجهاز الحركي لجسم الانسان و الذي يكسبه بعض الصفات السيكولوجية الخاصة به.

## 7- اهمية التربية البدنية و الرياضية:

- و اهتم الانسان من قديم الازل بجسمه و صحته و لياقته و شكله، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد و المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الانشطة البدنية و التي اتخذت اشكالا اجتماعية كاللعب، و الالعب و التمرينات البدنية، و الرقص، و التدريب البدني، و الرياضة، كما ادر كان المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الاشكال من الانشطة لم تتوقف على الجانب البدني/ الصحي و حسب، و انما تعرف على الاثار الايجابية النافعة لها على الجوانب النفسية/ الاجتماعية، و الجوانب العقلية/ المعرفية، و الجوانب الحركية / المهارية، و الجوانب الجمالية / الفنية، و هي جوانب من مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا منسقا و متكاملا، و تمثل الوعي باهمية هذه الانشطة في تنظيمها في اطر ثقافية و تربوية، عبرت عن اهتمام الانسان و تقديره، و كانت التربية البدنية و الرياضية هي الترويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الانشطة، و التي اتخذت اشكالا و اتجاهات تاريخية و ثقافية مختلفة في اطرها و مقاصدها لكنها اتفقت على ان تجعل من سعادة الانسان هدفا غائيا و تاريخيا.
- و لعل اقدم النصوص التي اشارت الى اهمية النشاط البدني على المستوى القومي ما ذكره سقراط مفكر الاغريق و ابو الفيلسفة عندما كتب:
- " على المواطن ان يمارس التمرينات البدنية للمحافظة على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه و يستجيب لنداء الوطن اذا دعى الداعي".

- كما ذكر المؤلف شيللر في رسالته (جماليات التربية)، ان الانسان يكون انسانا فقط عندما يلعب، كما يعتقد المفكر ري دان التربية البدنية تمدنا بتهديب للارادة، و قول: " انه لا يأسف على الوقت الذي يخصص للالعب في مدرستنا، بل على النقيض، فانه هو تاوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه".
- و يذكر المرابي الالماني جوتس موت سان الناس تلعب من اجل ان يتعافوا و ينشوا انفسهم.

و قد رأى بيير دي كوبرتان ان التربية البدنية قد اهملت كلية، و لذلك فهو لم يؤكد ان التربية احد المكونات الاساسية للتعليم الشامل فحسب، و انما ايضا أكد ضرورة اعطاء المنافسات الرياضية وضعاً خاصاً في الحياة المدرسية، لان عقيدة دي كوبرتان ان التربية البدنية تعد الفرد و شخصيته لمعارك الحياة. (1) (امين انور الخولي؛، 2001، الصفحات 41-42)

### 8- أهداف التربية البدنية و الرياضية:

❖ تساعد التلميذ على تبني أي اختيار يوجهه في الحياة، و الميادرة في اخذ القرارات وسط الجماعة.  
❖ تساهم في ادراك المهن التي لها علاقة بالرياضة كالبيولوجيا، علم النفس، الطب الرياضي، الفيسيولوجيا و غيرها من الاختصاصات.

❖ تبجل تنمية القدرات العضوية و الحركية.

{تحضير التلميذ و توجيهه نحو النجاح}

❖ تنمي فكرة النجاح و التوصل بفضل بيداغوجية تدفع بالتلميذ الى التعلم و التقييم الذاتي كما توعيه بامكانياته التي يستخدمها للتطور و التنمية.

❖ تخلق ظروف ملائمة للحفاظ على الصحة بتبجيل اللياقة البدنية من خلال الجهد و العمل المتواصل شعوراً بفائدة الوقاية و الامن الغذائي و الصحي.

{مواجهة الاخفاق و التصدي له بفضل المثابرة و العمل و النجاح}

❖ تدعم المعارف الضرورية لتسيير و تنظيم العمل الذي يفيد في تنظيم و تسيير حياته الطبيعية.

❖ تعلم كيفية التحكم في الانفعالات و المغامرة و التصدي للمخاطر.

❖ تطور العلاقات الاجتماعية و تبني المسؤوليات.

{تنمية روح المسؤولية و لعب الأدوار}

❖ تمكن من الاندماج في المجال الثقافي الذي يشكل دعامة للنشاطات البدنية و الرياضية.

❖ تفضل روح التعاون و التأزر و التضامن بفضل نشاطات اجتماعية بداخل و خارج الحيز المدرسي و تقبل الفوارق الكامنة عند افراد الجماعة.

{تفتح احسن للفكر و معرفة المحيط}. (1) (مدير التعليم الاساسي؛ اللجنة الوطنية للمناهج؛، 2005، صفحة 98)

## 9- اهداف التربية البدنية و الرياضية:

تسعى التربية البدنية و الرياضية كمادة تعليمية في المرحلة الثانوية الى تاكيد المكتسبات الحركية و السلوكية و النفسية و الاجتماعية المتناولة في التعليم القاعدي بشقيه الابتدائي و المتوسط، و هذا من خلال الانشطة بدنية و رياضية متنوعة و ثرية و ترمي الى بلورة شخصية التلميذ و صقلها من حيث:

### 9-1- الناحية البدنية:

- تطوير و تحسين الصفات البدنية (عوامل التنفيذ)
- تحسين المردود الفيسيولوجي.
- التحكم في تسيير الجهود و توزيعه.
- تقدير و ضبط جيد لحقل الرؤية.
- التحكم في تجنيد منابع الطاقة.
- قدرة التكيف مع حالات و الوضعيات الصعبة.
- تنسيق جيد للحركات و العمليات.
- المحافظة على التوازن خلال التنفيذ.
- الرفع من المردود البدني و تحسين النتائج الرياضية.

### 9-2- الناحية المعرفية:

- معرفة تركيبية جسم الانسان و مدى تأثير الجهد عليه.
- معرفة بعض القوانين المؤثرة على جسم الانسان.
- معرفة قواعد الاسعافات الاولية اثناء الحوادث الميدانية.
- قدرة الاتصال و التواصل الشفوي و الحركي.
- معرفة قوانين و تاريخ الالعاب الرياضية و طنيا و دوليا.

### 9-3- الناحية الاجتماعية:

- التحكم الاخر و التعامل معه في حدود قانون المدرسة.
- التمتع بالروح الرياضية و تقبل الهزيمة و الفوز.
- روح المسؤولية و المبادرة البناءة.

## 10- اهداف التربية البدنية:

### 10-1- اهداف التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم المتوسط:

ان الاهداف المرسومة للتربية البدنية و الرياضية في هذه المرحلة من التعليم الاجباري، ترمي الى تحصيل القيمة المعنوية للجسم. و مسايرة الحركية القائمة بين التلميذ و بين المحيط الفيزيائي و البشري، و اعطائه الفرصة للتعبير عن ذاته و امكانياته حسب ما تقتضيه الوضعية و الحالة، باختيار الحلول المناسبة لها المتماشية مع قدراته العقلية و البدنية. و يمكن حصرها في ما يلي:

- تسهيل النمو الحركي المتزايد وز التحكم في الجسم و الاطراف و مدى تكاملها.
- ادراك قيمة الجهود و مدى تأثيره على الاجهزة الحيوية.
- تنمية و تطوير التوازن و الادراك و الاداء للحركات الاساسية للتبلور فيما بعد الى حركات مركبة و معقدة نسبيا.
- اهمية العمل الجماعي و مدى المساهمة في تحقيق الهدف بفضل المساهل الفردية.
- قيمة التسيير و التنظيم و وضع الاستراتيجيات العلمية التي تحقق المبتغى.
- بناء الخطط الفردية و الجماعية و البحث عن الحلول الرامية لحل المشاكل المواجهة في الميدان.
- الفهم المناسب للموافق و الوضعيات لمواجهتها.
- اخذ الطريق نحو التفتح على عالم المعرفة و انتقام ما يلائم لبناء المعارف.
- السيطرة على النزوات العدوانية و التحكم في الانفعالات امثال للقواعد و القوانين الاجتماعية. (1) (مدير التعليم الاساسي؛ اللجنة الوطنية للمناهج؛، 2005، صفحة 66)

## 10-2- اهداف التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم الثانوي:

التربية البدنية و الرياضية عبارة عن عملية واسعة الشمول، متعددة الجوانب لانها تشمل حياة الانسان المادية و المعنوية فهي مقسمة الى ثلاث اقسام: تربية بدنية، تربية خلقية، و تربية فكرية، و فصل احدها عن الاخرى خطأ لان كل قسم مكمل للآخر و بذلك نستطيع القول ان التربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية ليست شيئا مضافا الى البرنامج المدرسي بل تعتبر هامة جدا بحيث توجه التلميذ توجيها صحيحا يكتسب من خلاله المهارات اللازمة و يشارك في النشاطات التي تفيده صحيا و بدنيا و عقليا، فمن الناحية الصحية فهي تساهم في التكوين الصحيح و السليم لمختلف وظائف الجسم و المتمثلة في سلامة الجهاز الدوري و التنفسي و العصبي و العضلي، و سلامة العظام ايضا، اما من ناحية التطور الحركي فهي تساعد المراهق على الشعور بجسده و تحسين قدراته السيكولوجية، اما من الناحية الاجتماعية فالتربية البدنية تسعى الى تنمية الروح الاجتماعية للتلميذ و المتمثلة في حسن التعامل مع الاخرين و معرفة الحقوق و الواجبات التي يلتزم بها الفرد ازاء مجتمعه و تقبل القوانين و الاحساس بالمسؤولية، و نستطيع صياغة هذه الاهداف على ثلاث مجالات اساسية هي:

### ❖ اهداف المجال الحسي الحركي:

في هذا المجال تهدف التربية البدنية و الرياضية الى تطوير المهارات و القدرات البدنية في التعليم الثانوي و يجب مساعدة التلميذ على اكتساب و تحسين القدرات التالية:

- ✓ ادراك التلميذ لجسمه جيدا و تعلمه تدريجيا حركات متزايدة الصعوبة كفنيات الوثب العالي مثلا.
- ✓ يكتسب سلوكيات حركية منسقة و ملائمة مع المحيط في كل من الوضعيات الطبيعية كالمشي، الجري و من خلال الوضعيات الاكثر تعقيدا كاجتياز الحواجز و ملامسة الاجهزة التربوية.
- ✓ التحكم في الفنيات الحركية القاعدية و الوضعيات التكتيكية البسيطة المبرجة في المؤسسة.
- ✓ اكتساب القدرات البدنية كالسرعة، القوة، المداومة، المرونة، المقاومة..... الخ.
- ✓ تعليمه كيفية توزيع جهده و تناوب فترات الراحة و العمل.
- ✓ تعليمه كيفية الاسترجاع و الراحة بطرق سليمة. (1) (مديرية التربية و التعليم؛ مناهج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي؛، 1977، صفحة 07)

#### ❖ أهداف المجال الاجتماعي و العاطفي:

- تتميز مادة التربية البدنية و الرياضية عن باقي المواد الاخرى بالعلاقات الديناميكية المبنية على المساعدة و التعاون و المنافسة و لهذا الاساس يجب اعطاء التلميذ الفرصة لاتخاذ المواقف و التحكم في القدرات التالية:
- ✓ حب النشاط البدني و الرياضي و امتلاك الرغبة و القدرة في بذل الجهد قد تعودده على التدرج باستمرار.
  - ✓ تنظيم طريقة عيشه(نظام الجسم، اداب الاكل، احترام اوقات العمل و الراحة).
  - ✓ دمج في فوج عن طريق مشاركته في النشاط البدني و التقمص التدريجي لمختلف الادوار.
  - ✓ تهذيبه خلقيا بتقبل القوانين و احترامها و تطبيقه للقوانين داخل الفوج و تجاه الزميل (التحلي بالروح الرياضية).
  - ✓ تعبيره عن انفعالاته بطريقة ايجابية بالفرح و الارتياح اثناء ممارسته النشاط و تقبله الهزيمة.

#### ❖ اهداف المجال المعرفي:

الانشطة البدنية تساعد التلميذ على تحسين قدراته الادراكية و التفكير التكتيكي خاصة اثناء الالعاب الجماعية و المسائل التي تطرحها من تركيز و يقظة و سرعة الاستجابة و التصور الذهني لمواقف اللاعب كما يمكن للمراهق ان يكتسب المعارف التالية:

- ❖ كيفية ممارسة و تطبيق قوانين الالعاب.

❖ التعرف على تاريخ الانشطة الرياضية و البدنية.

❖ فهم معنى التربية البدنية و تأثيرها على الجسم من الناحية التشريحية و الفسيولوجية. (1) (مديرية التربية و التعليم؛

مناهج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي؛، 1977، صفحة 66)

## 11- خاصية التربية البدنية و الرياضية:

تتميز التربية البدنية بـ:

- تعتمد على الحركات الديناميكية كشكل من اشكال التواصل الدائم و المتجدد بين الافراد اثناء الممارسة، و كوسيلة تعبير داخل تنظيم جماعي هادف.
- اكتساب القيم و الخصال الحميدة زيادة على المهارات و القدرات البدنية.
- الوعي بالجسم كراس مال يجب المحافظة عليه، لتمكين اجهزته الحيوية من القيام بدورها.
- تمكين التعود على فهم المواقف و اختيار الحلول الناجحة في الوقت المناسب. (2) (اللجنة الوطنية للمناهج؛ مديرية التربية و التعليم؛، 2006، صفحة 66)

## 12- التربية البدنية و الرياضية في العالم:

ان اللعب و الرياضة قد اديا على مر العصور التاريخية ادوار و وظائف اجتماعية، ثقافية و تربوية مهمة، و لا يحتاج هذا القول الى الاشارة لوجود المؤسسات و الانجازات التي ابدعها الانسان مثل: الالعاب الاولمبية التي نظمت في اليونان القديمة لمدة 11 قرن (776-339) و عادت الى الظهور بعدما انقطعت لمدة 15 قرن و هذا عام 1396 باثينا.

فالتربية البدنية الحديثة عنصر من عناصر الثقافة المعاصرة تطور الاهتمام بها في اطار النتائج التي توصبت اليها العلوم الحيوية و الانسان، و بفعل تطور الحاجة الى النشاط التربوي البدني ياخذ اهمية كبرى شيئا فشيئا في المجتمع عموما.

و بالنسبة للاشخاص خصوصا، وجدت التربية البدنية اهتماما من منظمة اليونسكو حيث يؤكد الميثاق الدولي للتربية البدنية و الرياضية على:

- **المادة الاولى:** ممارسة التربية البدنية حق للجميع.
- **المادة الثانية:** التربية البدنية و الرياضية يعدان رئيسيان للتربية و الثقافة.
- **المادة الثالثة:** برامج التربية البدنية و الرياضية يجب ان تستجيب لحاجات الافراد.

و هكذا اخذت التربية البدنية و الرياضية امتدادا كظاهرة القرن العشرين مرتبطة بميادين اخرى كالثقافية، الاقتصادية، السياسية، و لهذا ادركت الدول المتقدمة هذا الاهتمام بشكل واضح فاصبحت التربية البدنية و الرياضية مادة اجبارية في المدارس من اجل تنمية و تطوير الانسان، و بهذا يتحصل المجتمع على افراد ذوي مهارات فكرية و ابداعية متطورة و رفيعة المستوى. (1) (فيصل ياسين الشاطي؛، 1987، الصفحات 86-87)

**13- مهام التربية البدنية و الرياضية في الجزائر:**

تعرف التربية البدنية و الرياضية على اساس انها نظام نظري تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل، و يخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية الى بلوغها و الرامية الى الرفع من شان تكوين الانسان و المواطن، و العامل الاشتراكي لما لديها من مزايا، و ينتظر من التربية البدنية و الرياضية في هذا الاطار ان تؤدي ثلاث مهام.

**➤ من الناحية البدنية:**

تحسين قدرات الفرد الفسيولوجية و النفسية المحركة لتسييرها من خلال تحكم اكبر في البدن و تكييف السيرة مع البيئة، و ذلك بتسهيل تحويلها بواسطة تدخل ناجح و منظم تنظيم عقلائي.

**➤ من الناحية الاقتصادية:**

ان تحسين صحة الفرد و ما يكتسبه من الناحية النفسية يزيد من قدراته على مقاومة التعب يمكنه من استعمال القوة المستعملة في العمل، فانه يؤدي الى زيادة المردودية الفردية و الجماعية في عالم الشغل الفكري و اليدوي.

**➤ من الناحية الاجتماعية و الثقافية:**

التربية البدنية و الرياضية تجعل القيم الثقافية و الخلقية التي تواجه اعمال كل مواطن و تساهم في تعزيز الوثام الوطني مدخرة الظروف الملائمة للفرد كي يتعد ذاته في العمل، و تنمية روح الانضباط و التعاون و المسؤولية، و الشعور بالواجبات المدنية، كما ان التربية البدنية ترمي الى تخفيف التوترات التي تشكل مصدر خلافات بين الافراد و بين المجموعات التي تنتمي الى هيئة اجتماعية واحدة مسية بذلك اقرار علاقات انسانية اكثر انفتاحا.

و كذلك الى تحرير المرأة، ان ديمقراطية التربية البدنية و الرياضية تطرح هذه الاحيرة كوسيلة من الوسائل التي ان تساهم في ترقية المرأة و تحريرها.

ان الرياضة في وطننا لم تات ثمارها لان الهدف الذي خطط لها غير كافي للخروج برياضة ناجحة و المسموحة للممارسة من طرف كل شرائح المجتمع، و لكن اقتصر على العواصم و المدن الكبرى و حرمت منها القرى و

المداشر. (1) (وزارة الشباب و الرياضة؛ قرار رسمي؛، 1976، صفحة 07)

**14- الأسس العلمية للتربية البدنية و الرياضية:**

الكثير من الطلبة يتساؤلون حول الاهمية و القيمة الاكاديمية لهذا الكم الهائل من المعلومات في علوم التربية البدنية و الرياضية هؤلاء قد يكون لديهم لعذر في ذلك و قد لا يكون.

هذه التساؤلات لا تعكس لديهم عدم الفهم الدقيق و الواضح لمفهوم و اهداف التربية البدنية و الرياضية فحسب بل كذلك الجهل باسسها العلمية، و من هذا المنطق نحاول ان نجيب على هذه التساؤلات و نحدد المنطلقات العلمية لمهنة التربية البدنية و الرياضية فالفرد الرياضي عندما يقوم باداء حركة ما او مهارة في رياضة ما فانه يقوم بهذا العمل كوحدة لا تتجزأ، فالعضلات و الاعصاب و الجهاز التنفسي و الدورة الدموية و الخلايا تشترك في هذا الاداء، و من هنا فان كل حركة و نشاط لا بد و ان يجد تفسيراً له في ضوء المعلومات المنسقة و المستندة الة قواعد علمية ثابتة (بيولوجيا، نفسيا، حركيا و اجتماعيا) و سوف نتناول هذه الاسس مستعينين في ذلك بالخطوط العريضة التي وصفها تشارلز بيوتشر في مؤلفه القيم للتربية البدنية.

#### 14-1- الأسس البيولوجية:

جسم الانسان ذو ميكانيكية معقدة جدا، و لهذا يدرس طالب التربية البدنية جسم الانسان بالتفاصيل خلال فترة الاعداد ليكون قادرا على اعطاء تفسير لطبيعة عمل العضلات خلال فترة التمرين و كذا ما يتصل بها من اجهزة تمدها بالوقود كالجهاز الدوري التنفسي و الجهاز العظمي الذي تعمل اجزائه كدوافع لعمل

العضلة، و بالتالي فان الطالب يكون قادرا ليس فقط على شرح هدف و تركيب تمرين، و لكنه قادر ايضا على اعطاء تفسير لماذا اديت الحركة في هذا الاتجاه، و لماذا هذا العدد من التكرارات.

و لذلك فان منهج التربية البدنية و الرياضية باحتوائه على المواد البيولوجية (علم التشريح، علم وظائف الاعضاء، علم البيو كيمياء....) اضافة الى مواد اخرى كعلم الطب الرياضي، هذا الكم الهائل من العلوم البيولوجية يعطي الطالب خلفية علمية قوية للتعامل مع الإنسان أو الشخص الرياضي. (2) (تشارلز بيوكر، بدون سنة، صفحة 30)

#### 14-2- الاسس السيكولوجية:

نظرا للمنزلة الكبيرة التي تحتلها التربية البدنية و الرياضية في المجتمعات الحديثة، ادى هذا التأثير الى النمو و الاعداد البدني، و لكن ذلك يمتد ليشمل الصفات الخلقية و الرياضية التي تتطلب الاشتراك في المباريات، و كذا الانتظام في عمليات التدريب لنوع النشاط الممارس، و اعداد طرق التدريب لهذه الانشطة ذات الفعالية العالية لا يتحقق بدون دراسة خصائص و طبيعة النشاط الرياضي من ناحية، و دراسة خصائص الشخصية الرياضية كموضوع لهذا النشاط من ناحية اخرى، و بجانب ذلك فان الاسس النفسية يمكن ان تعطي تحليلا لاهم نواحي النشاط الحركي، و على

مدرس التربية البدنية و الرياضية ان يقوم بتعليم اوجه و المام المتعلم لاحسن طرق تعليم المهارات في مجال التربية البدنية يقتصد هذا الاخير الجهد و يحقق نتائج احسن.

### 14-3- الاسس الاجتماعية:

تستطيع التربية البدنية ان تلعب دورا هاما في تحسين اسلوب الحياة، و ذلك لانها تتخلل الحياة اليومية، و هي مادة علمية وظيفية تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة فما للعب الا احد المظاهر للتالف الاجتماعي، و عن طريق يمكن ان تزداد الاخوة و الصداقة، فقد تميز الانسان البدائي بميله للعنف و الضرب و حالات الاستفزاز و الاثارة، و اليوم نجد التربية البدنية تعلم العلاقات الانسانية السليمة المتفقة مع نسق الموضوع، فاللاعب يبذل قصار جهده لهزيمة منافسه و لكن بطريقة مقبولة.

و من ثم تنمى المصالح الاجتماعية على المصالح الشخصية و في نفس الوقت تؤكد الخصائص الضرورية للحياة الاجتماعية، و التربية البدنية قادرة من خلال انشطتها ان تقدم الكثير لتغطية احتياجات الفرد و التي تشمل التعاون و اقسام الحب و الالفة و الاهتمام براء الاخرين و الرغبة في التأثير في الغير، و شعور الانسان بالطمأنينة داخل اطار المجتمع الذي يعيش فيه. (1) (تشارلز بيوكر، بدون سنة، صفحة 31)

### 15- تكاملية التربية البدنية و الرياضية مع بعض المواد:

للتربية البدنية و الرياضية دور قيادي فيما يعرف بتكاملية المواد التعليمية، و هذا من خلال ما تسمح به للتعلم من تعلم و تقييم و بناء للذات و المجهودات المبذولة اثناء الممارسة، كما انها تعمل على ترسيخ كثير من المعارف المتناولة في المواد التعليمية الاخرى في اطار ممارسة مدلولها ميدانيا.

### 15-1- التربية البدنية و الرياضية و اللغات:

- الحوار الحركي و الشفوي مع المعلم و الزملاء اثناء الممارسة يدفع بالمتعلم بالوقوف على مدلول المفاهيم و معانيها و ما يتصل بها.
- التعبير الحركي يولد القدرة على التعبير الشفوي و منه الكتابي.
- التركيز على الموقف و البحث على حلول صائبة له يولد القدرة على الوقوف عند الفكرة و تحليلها و ابراز مغزاها.

### 15-2- التربية البدنية و الرياضية و علوم الطبيعة و الحياة:

- اظهار العلاقة بين معرفة الجسم من حيث الاجهزة الحيوية و مدى تأثير المجهود البدني عليها.
- معرفة الاعاقات البدنية و الاسعافات الاولية عند الحادث.
- النظافة كعامل من عوامل الصحة و الوقاية من الامراض.

### 15-3- التربية البدنية و الرياضية و الرياضيات:

- ممارسة مدلول المفاهيم الرياضية كحساب الوقت، المسافات و السرعات و علاقتها مع الموارد الذاتية.
- المساحات و الاحجام و مدى اهميتها في الحياة اليومية.
- المسارات و الاتجاهات.
- منطق التوقع و الاحتمالات.
- الاحصاء.

➤ مفهوم الانتماء. (1) (وزارة التربية الوطنية، مديريةية التعليم الثانوي؛ مارس 2005، صفحة 08)

### 15-4- التربية البدنية و الرياضية و الفيزياء:

- ممارسة مدلول القوانين الفيزيائية (كقوانين الدفع و القوة و الاثقال و الجاذبية ...)
- علاقة الحركة بالطاقة و الجاذبية و الاحتكاك.

### 15-5- التربية البدنية و الرياضية و التربية الخلقية:

- مفهوم التعاون و التآزر.
- مفهوم المسؤولية و تحملها.
- مفهوم التسيير و التنظيم.
- مفهوم الاستقلالية و المواطنة. (2) (وزارة التربية الوطنية، مديريةية التعليم الثانوي؛ مارس 2005، صفحة 08)

### خلاصة الفصل:

و ما سبق يتضح ان هناك علاقة و صلة واضحة بين التربية و التربية البدنية و يمكن توضيحها فيما يلي:

ان سجل "تاريخ التربية" يطوي بين صفحاته حقيقة مؤكدة مفادها ان ناول درس تعلمه الانسان في حياته، كان هي هيئة نشاط بدني فعندما واجه الانسان البدائي القدم مخاطر الطبيعة و الوحوش لم يجد امامه غير الحركة تنقذه فمارس الصيد و التسلق، السباحة، الجري، المشي، كما علمها لابناءه الصغار.

و من هنا جاء القول بان اصل التعليم و التربية هي التربية الرياضية و هذا يؤكد العلاقة القوية بينهم فهي علاقة ازلية قديمة قدم التاريخ اتخذت اشكال مختلفة عبر الازمنة و اصبحت في العصر الحاضر اكثر وضوحا نتيجة تطور نظريات التربية و تغيير قيمتها و تحديث اساليبها.

و مما سبق يتضح ان هناك علاقة و صلة واضحة بين التربية و التربية البدنية و يمكن ايضاحها فيما يلي:

- ان سجل تاريخ التربية البدنية يطوي بين صفحاته حقيقة و هي ا ناول درس تعلمه الانسان في الحياة كان على شكل نشاط بدني فمارس الصيد و التسلق و الجري و المشي لانقاضه من الفناء.
- اتفق العلماء على ان التربية تهتم بنمو الفرد من الناحية العقلية، البدنية، الاجتماعية و ايمانا بان الفرد وحدة متكاملة كل ما يؤثر في نفسه بالتالي على بدنه و عقله و هذا الامر بالنسبة للتربية البدنية التي ارتقت فلسفتها من مجرد وسيلة للتربية و اكتساب القوة البدنية الى رسالة متكاملة تسهم في تربية الافراد من جميع الجوانب العقلية، البدنية، الاجتماعية، الانفعالية.
- اجمع علماء التربية و علم النفس على ان أي عمل او منهج لا بد ان ينبع من ذاتية الافراد المراد تربيتهم و يتحدد وفقا لميولهم و حاجاتهم، و لذلك اتجهت التربية الحديثة الى هذه النظرية. و استغلتها في تربية الافراد، و يؤكد هذا الميل الى النشاط البدني، و اللعب في مقدمة الميول التي يولد الفرد مردودها و بهذا يتضح مدى ارتباط التربية البدنية بالعملية التربوية.
- التربية البدنية جزء مكمل للتربية الحديثة التي تراعي الميول و الحاجات و الدوافع الانسانية، فالحركة و اللعب تعد من اقوى الانشطة الذاتية و اهم الميول الفطرية فكل فرد من حقه ان يمارس الانشطة حسب امكانياته و ميوله و قدراته و ليس لاحد فضل على احد سوى ما يبذله الفرد من جهد مما يؤكد القيم الخلقية للتربية البدنية كوسيلة ناجحة تسهم في تحقيق الأهداف التي تسعى التربية لتحقيقها.

## تمهيد:

ان المراهقة مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد و تتصف بدايتها بالعديد من الخصائص الهامة التي تميزها عن سنوات الطفولة و عن المراحل التي تليها، هذه بذلك مرحلة فريدة من مراحل العمر الإنسان الحافلة بالتغيرات الجسمية الانفعالية و الاجتماعية تبدأ المراهقة في حوالي 12-13 سنة و تنتهي عند سن 18-20 هذه التحديدات غير دقيقة لان ظهور المراهقة و مدتها يختلفان حسب الجنس، الظروف الجغرافية، العوامل الاقتصادية و الاجتماعية و منها يقول ديمون ريمي: "مهما يكون السياق الاجتماعي الثقافي، فالمراهقة هي مرحلة ازمة و عدم التوازن، لكن الفرق الكائن من مراهق الى مراهق آخر و من ثقافة لآخرى هو شدة وحدة الازمة، و كذلك في الاشكال التي تتخذها و الحلول التي تعطى لها".

**1- تعريف المراهقة:****1-1- التعريف البيولوجي للمراهقة:**

يتضمن هذا التعريف النظريات البيولوجية و الجسدية التي تحول الاطفال الى راشدين ناضجين جسديا و جنسيا، و هذه التغيرات تحدث لدى كافة المراهقين بغض النظر عن الثقافة التي ينتمون اليها، و في الواقع فهي التغيرات الوحيدة التي تعتبر عامة في مرحلة المراهقة و تحدث هذه التغيرات نتيجة لافرازات مجموعة متنوعة من الهرمونات القوية و التي تحدث وفقا لسرعات زمنية مختلفة تؤدي الى احداث الفروق الجسدية من الذكور و الاناث في الطول و الوزن و نسب الجسد و كذلك الفروق في جهازي الانجاب لدى الجنسين.

**1-2- التعريف السيكولوجي للمراهقة:**

يركز هذا التعريف على اهمية تشكيل هوية مستقرة لدى المراهقين لتحقيق الاحساس بالذات على نحو يفوق حدود النظريات العديدة في الخبرات و الادوار مما يمكن للمراهقين من تجسيد الطفولة التي سيغادرونها بالرشد الذي عليهم الدخول فيه، و يظهر التوتر على نحو طبيعي بسبب الضغوط التي توجد في المراهقة المبكرة، و يعتبر البلوغ اول هذه الضغوط التي يشعر بها المراهق بالاضافة الى التغيرات الواضحة في الوزن و الطول و تغير نسب الجسد و يصاحب هذه التغيرات الجسدية لدى المراهقين و عي جديد باجسادهم و ردود فعل الاخرين نحوهم.

و يستدعي البلوغ عالما داخليا من الاستشارات الجنسية كما تتسم المرحلة بتغيرات معرفية سريعة كذلك تغير التوقعات الاجتماعية تغيرا واضحا حيث يتوقع الوالدان و الاخرين نضجا اكثر من المراهقين، و يتوقعون منهم البدء بالتخطيط لحياتهم و التفكير لانفسهم باختصار يتوقعون منهم مزيدا من الاحساس بالمسؤولية.

**1-3- التعريف الاجتماعي للمراهقة:**

يعرف علماء الاجتماع الافراد بمصطلحات تتضمن مواقعهم في المجتمع بما يعكس الى حد بعيد مدى فاعليتهم الذاتية فمن وجهة نظر الاجتماعية يظهر المراهقون كافراد لا يتمتعون باكتفاء ذاتي و بالتالي فهم غير راشدين، و غير اعتماديين تماما لهذا فهم ليسوا باطفال و ينظر الى فترة المراهقة على انها فترة انتقالية تحدد نهايتها بتشريعات تضع الحدود العمرية المتعلقة بالحماية الشرعية لأولئك الذين لم يصبحوا بعد راشدين. (1) (رعدة شريم؛، 2009، الصفحات 23-24)

فقوانين التعليم الالزامي شرعت من اجل الاطفال بين سن السادسة و الثامنة عشر و هذه القوانين تتضمن للاطفال تعلم المهارات الاساسية و الضرورية للعمل المستقبلي كما توجد هناك قوانين عمل تحدد العمر الادنى

للأنواع المختلفة من الأعمال، و هناك قوانين تجيز اتخاذ اجراءات اجرائية قانونية بشأن الاحداث وفق نظام يقتضي توافر قاضي الاحداث. (1) (رعدة شريم؛، 2009، صفحة 24)

➤ **المراهقة حسب دويس DEBESSE:** يرى دويس ان المراهقة تعتبر عادة مجموعة من التحولات الجسمية و النفسية التي تحدث بين الطفولة و سن الرشد.

➤ **المراهقة حسب كوستمبرغ:** المراهقة مرحلة اعادة التنظيم النفسي مهدتها الجنسية الطفلية على المدى الطويل و مختلف الاشارات النعقدة التي حدثت في الطفولة و كذلك في مرحلة الكمون. كما عرفها بانها فترة نمو يكون فيها بحوزة الطفل عضوية راشد، و لا يعرف جيدا ما يفعل بها.

➤ **المراهقة حسب لوهال:** المراهقة هي البحث عن الاستقلالية الاقتصادية و الاندماج بالمجتمع الذي لا تتوسط العائلة، بهذا تظهر المراهقة كمرحلة انتقالية حاسمة الى تحقيق النفسية و التحرر من التبعية الطفلية الامر الذي يؤدي الى تغيرات على مستوى الشخصي في علاقته الجدية بين الانا و الاخرين. بالنسبة للوهال المراهقة هي مرحلة جديدة لعملية التحرر الذاتي من مختلف اشكال التبعية، اذ انها تتضمن البحث عن الاستقلال الوجداني و الاجتماعي و الاقتصادي.

➤ **المراهقة كما يراها كولبرج،** يعتقد كولبرج ان امتلاك المراهق لقدرات معرفية عالية تسمح له ان يتصرف وفقا لمستويات عالية عن التطور الحكم الاخلاقي لديه، مرحلة الالتزام بالقانون و بالرغم من الكثير من المراهقين لا يصلون الى هذه المرحلة، هناك علاقة ايجابية بين المستوى الحكم الاخلاقي و السلوك الاجتماعي.(2) (محمود عودة الرحماوي؛، 2003، صفحة 33)

➤ **المراهقة كما يراها اريكسون:** يعتبر اريكسون ان تكوين الهوية الشخصية هو الناتج الايجابي لمرحلة المراهقة و بالمثل فان اضطرابات الدور او انفلاش الهوية، او الفشل في الاجابة على اسئلة اساسية تتصل بالهوية هو الناتج السلبي لهذه المرحلة.

**انفلاش الهوية:** حالة تعلن ان الفرد لم يبدأ اية التزامات، و الخطورة في اجتياز مرحلة المراهقة دونما تحديد واضح للهوية.

و هناك ثلاث اصناف للمراهقة تبعا لموقفه من الهوية:

✓ **الصنف الاول:** من يطور التزاماته قبل الاوان.

✓ **الصنف الثاني:** من لا يطور اية التزامات و لكنه يستكشف امكانيات ذاته.

✓ **الصنف الثالث:** من يتجاوز ازمات النمو و يطور الالتزامات المطلوب منه و الاخذ بتكوين صداقات حميمة.

تفيد نتائج بعض الدراسات ان تلاميذ المرحلة الثانوية المفصولين من المدرسة لديهم مستوى ذكاء متوسط و يفتقرون الى المهارات الاكاديمية، و اهتماماتهم بالمدرسة محدودة، كما ان لديهم تاريخ مدرسي حافل بالمشكلات، و في الاغلب ياتون من اسر فقيرة كثيرة العدد او مفككة.

**العنف في هذه المرحلة:** ظاهرة عالمية، من العوامل المسؤولة عن العنف:

1. خصائص الشخصية مثل ضعف لقدرة على الدفاعات الانفعالية، و السلوكات الولدانية من مثل رفض الابناء و تشجيع الرفاق، و نماذج العنف.

2. الاطفال المرفوضين من والديهم او اللذين ينتمون الى اوساط يسودها الصراخ، و لا رقيب عليهم مهيؤون الى الانحراف. (1) (محمود عودة الرحماوي؛، 2003، صفحة 34)

## 2- البلوغ و المراهقة:

عادة ما يحدث بين موضوع المراهقة و البلوغ من حيث استعمال المصطلحات و يكون ذلك باستعمال احدهما محل الاخر في اللفظ و المعنى فقد يعتقد البعض ان الفرد متى بلغ الحلم - البلوغ - سواء كان ذكر او انثى فقد اصبح ناضجا جنسيا و الحقيقة ان البلوغ و النضج شيان مختلفان لفظا و معنى و يشير البلوغ الى شعر على الجسم و فوق العانة و هو دليل على بداية النضج الجنسي، اما المراهقة فهي الفئة التي تمتد ما بين البلوغ و الرشد و هي اقرب لرشد المراهق منها لبلوغ الصبي كما يعتبر البلوغ جزءا من المراهقة و ليس مرادفا لها و هو بذلك يشكل الخطوة الاولى من جملة مراحل النضج الجنسي و لكن فترة المراهقة لا يمكن ان تكتمل حتى تكون قد انتضمت مختلف التراكيب اللازمة لعمليات الاحصاب و الحمل و الوضع و الارضاع و هذا ما يجعله يستغرق فترة لا تقل عن عشرة سنوات، فقد تظهر اعراض البلوغ عن الذكور قبل ان تحتوي الخصيتان على من اجل الاحصاب و قد يقع الحيض عن البنات قبل ان يصبح المبيضان قادرين على انتاج البويضات للقاح كما ان البلوغ قد يحدث قبل نضوج الرحم و قد لا يستقر انتظام الحيض الشهري طوال سنتين الاولتين منذ ظهوره و عادة ما يكون متقطعا و لعدة اشهر.

فالبلوغ عبارة عن عملية تشير الى مظهر نمائي واحد يتناول الجانب النسي بينما المراهقة تشير الى اصطلاح وصفي يستخدم للدلالة على جميع النواحي النمائية الجسمية و الفسيولوجية و العقلية الانفعالية و الاجتماعية و الجنسية في تطور و تحول هذه المظاهر من مستوى نضج الطفل الى مستوى نضج الراشد كما يشير البلوغ الى فترة زمنية قصيرة بينما تعد فترة المراهقة فترة طويلة قد تمتد من فترة البلوغ الى سن الرشد و قد تصل هذه المدة الى عشر سنوات و ايضا فان مرحلة البلوغ امر يصعب الاختلاف حوله بينما يعتبر مفهوم المراهقة نسي و ذلك ما يصعب تحديد نهاية هذه الفترة اذ ان اغلب المراهقين فيما لو سالتهم و عم في نهاية مراهقتهم هل انت مراهق ام لا فعادة لا يجيبون لا اعرف لانني اشعر احيانا بما ينتاب المراهقين من شعور كما اشعر احيانا اخرى بخلاف هذا الشعور.

و تعد هذه الاختلافات من الامور التي نجعلنا نفرق بين موضوع المراهقة التي تعد فترة شاملة غير محددة تحديد دقيق عكس ظاهرة البلوغ التي تعتبر فترة محددة لها مميزات خاصة تجعلها تختلف عن المراهقة الا انهما يشتركان في العديد من المظاهر النمائية و الجسمية. (1) (د.علي فاتح الهنداوي؛، 2002، صفحة 285)

### 3- خصائص و مراحل المراهقة:

تعد مرحلة المراهقة مرحلة مهمة في حياة الشخص و سنذكر اهم الخصائص المتعلقة بهذه الفترة مع ذكر اهم المراحل:

#### 3-1- خصائص المراهقة:

يمكن تلخيص خصائص مرحلة المراهقة في النقاط التالية:

- فترة تغيرات شاملة و سريعة في نواحي النفس و الجسد و العقل.
- فترة انتقال من الطفولة الى الرشد، و هو ما يعني ان القلق و الاضطراب ليس حتميين.
- تعتمد على المجتمع فهي قد تطول او تقصر، و ذلك حسب حضارة المجتمع و طبيعة الادوار الملقاة على عاتق الفرد، فالمرهق ابن بيئة و على سبيل المثال فان المرهق في الاسلام تحول الى طاقة بناء بسبب التربية، العقيدة و السلوكات السليمة.
- النمو الجسدي عند المرهق لا يؤدي بالضرورة الى ازيمات و ان حدثت بعض الازيمات فالمطلوب من علاجها و التعامل معها بوعي كمظهر من مظاهر عجزه عن التكيف، الامر الذي ينتج عنه توتر و اضطرابات في السلوك نتيجة لعوامل احباطية فقد يتعرض لها في الاسرة او المدرسة او المجتمع و هذه العوائق و عوامل الكبت و الاحباط التي تدعو المرهق الى العناد و السلبية و عدم الاستقرار و من ثم اللجوء الى صفات اخرى.

تعد هذه لخصائص من اهم المظاهر التي تتلخص فيها فترة المراهقة.

#### 3-2- مراحل المراهقة:

يرى العلماء ان المراهقة مرحلة طويلة جدا و قد جرت العادة عند العلماء الى تقسيمها الى ثلاثة مراحل فرعية:

- 1) مرحلة مبكرة (11-14) سنة و هي فترة تغيرات سريعة نحو البلوغ.
- 2) مراهقة متوسطة (14-18) سنة حيث تكون التغيرات ذات علاقة بالبلوغ قد اكتملت تقريبا.
- 3) مراهقة متاخرة (18-21) سنة هي مرحلة الشباب. (1) (سعيد رشيد الاعضي، 2007، صفحة 95)

و فيما يلي سنتناول جميع مراحل المراهقة بالشرح المفصل:

### ➤ المراهقة المبكرة:

تتميز الفترة الاولى بتارح النمو عند الطفل، و بمختلف ابعاده و مظاهره، الجسمي و العاطفي و المعرفي و الروحي، و الصفة المطلوبة و الغالبة في هذه المرحلة هي التكيف مع هذه المتغيرات، و في هذه المرحلة يستمر الاباء في اعداد الابناء و بناء ما عندهم من طاقات و قدرات من خلال ممارسة الانشطة، و قد يستجيب المراهقون في بجاية هذه المرحلة الى ما يفرضه عليهم ابائهم باعتبار ذلك ما يخدم مصلحتهم و اهدافهم، و في هذه المرحلة لم تتعزز لديهم الثقة بهم لدرجة تحملها على ان تمنحهم المزيد من الحرية في التصرف و السلوك، حسب اذ نجعل لهم الخير في التصرف و السلوك حسب المبادئ التي يؤمنون بها في فترة لاحقة، ناخذ في توسيع مجال ما نمنحه من الحرية و ما نفوضه لهم من صلاحيات ليتصرفوا باستقلالية و ذاتية و دون تدخلنا او من غيرنا، و ذلك في حقول و ميادين معينة من شأنها ان تنمية قدراتهم و طاقاتهم تبعاً لقدرتهم على اتخاذ القرار لنبي عندهم الثقة بانفسهم و الاعتماد عليها في تصرفاتهم و في اتخاذ قراراتهم.

### ➤ المرحلة المتوسطة:

يميل معظم الاباء الى تقدير جهود الابناء الى حد كبير، و بخاصة اذا ما احسنوا التصرفو قاموا بالواجبات المنوطة بهم، كالقيام بالواجبات المدرسية، و مراعات القانون و النظام في تصرفاتهم و في تعاملاتهم مع الاخرين و الندم و الاعتذار على ما يقع منهم من اخطاء و من سوء التصرف، كما يحاولون التوفيق بين احتياجاتهم و متطلباتهم و بين احتياجات غيرهم و متطلباتهم، و هم في هذه المرحلة يعانون من الانانية و من حاجاتهم للاستقلالية و الاعتماد على النفس بشكل اكبر و اوسع و حرية اكثر مما كانوا في السابق و بخاصة من والديهم كما ان طلبه المرحلة التعليمية المتوسطة يعانون الكثير احيانا من اجل ان يكتسبوا رضا والديهم او معلمهم او حتى يكونون مقبولين و اندادهم و لذلك هم يعملون بجد و نشاط بدافع الاثارة، كما كما يقومون باعمال لا يفكرون القيام بها على مسؤوليتهم الخاصة كاساءة للغير و خرق النظام و القانون، و الغلظة في التعامل مع الغير او الوقاحة في تصرفاتهم معهم و قد يتركبون الخطا و يسيؤون التصرف عن عمد بالرغم من انهم يغرفون الصواب و قادرون على التصرف الحسن. (1) (محمود عبد الرحيم عدس، 2000، الصفحات 58-59)

اما المرحلة الثالثة من المراهقة: فتبدأ في السنوات الاخيرة لمرحلة التعليم العليا و تمتد من فترة العشرينيات من العمر، و فيها يتكون لدى المراهق الاحساس الوافي بالهوية الشخصية و الارتباط بنظام قيمي معين، السير نحو تحقيق اهداف حياته. (2) (ثائر احمد غباري؛ خالد ابو شعيرة؛، 2002، صفحة 229)

#### 4- اهمية فترة المراهقة:

تعد مرحلة المراهقة بالمقارنة بالفترة السابقة- الطفولة- هذه المرحلة مرحلة انتقال خطيرة و صعبة في عمر الانسان ففي مرحلة الطفولة لوسطى و المتأخرة لاحظنا ان حياة الطفل تتسم بنوع من الهدوء و الاتزان في علاقاته الاجتماعية التي تسير في يسر و سهولة فيلاحظ ان الطفل يندمج مع اصدقائه و يشارك معهم لعبهم و لهوهم و تسليتهم و اوقات فراغهم و يكون الطفل منشغلا بالعالم الخارجي الذي يحيط به اكثر من ان يشغاله بذاته و ببداية مرحلة البلوغ التي تعتبر مرحلة الربط او الممر الذي يصل مرحلة الطفولة المتأخرة بفترة المراهقة حيث تحدث عدة تغيرات في حياة الطفل تشمل كيانه الجسمي و العقلي و الانفعالي و الاجتماعي فتتحول اتجاهات الطفل و ميوله و افكاره و معتقداته الى اتجاهات مختلفة و متضاربة فهو ينتقل في هذه الفترة من اشياء ملموسة الى اشياء معنوية و فكرية حيث ينتقل من مرحلة يكون فيها معتمدا على الغير الى مرحلة يجب عليه الاعتماد على نفسه.

كما يكون لدى الطفل ميل الى التحرر من سلطة الابوين و الخروج عليها و التوجه نحو الشلة و الاصدقاء و الولاء لهم كما يقوم بتكوين علاقات عاطفية معهم.

كما يقوم الطفل بالبحث على المثل العليا و عبوة الطفل و الاكتفاء الذاتي و ايقاض الدوافع الجنسية و اتساع العلاقات الاجتماعية و يتزايد الاهتمام بالآخرين و يظهر لدى الفرد القدرة على نقل الاشياء و تحليلها و تفهم الامور و القيم التي قد لا تتوافق مع نموه المفاجيء و خبراته المحدودة الفجة فالمراهق بعد ان يشعر بانه فرد في مجتمع له نشاطه قد تزداد حساسيته عما كانت لديه سابقا و تظن ميوله متجهها نحو التوافق مع الجماعة على شكل مشاركة توافق و جماعة.

تعد مسؤولية تربية المراهق و تنشأته تنشأة طيبة و ثالحة مهمة شاقة على الالباء و المربين الذين يقومون بغرس المثل و المبادئ القويمية في نفوس الشباب اما اذا اخطا الالباء في التربية فقد يعطينا هذا افرادا تتصف حياتهم بالعدوان و التقلب في دركات الاخطاء و الاثم تائرين على انفسهم و على مجتمعهم جانحين في سلوكهم و اتجاهاتهم، و الشباب المنحرف بعدوانه و اخطائه يشقى نفسه و يشقى المجتمع الذي يعيش فيه كما انه قد يساهم في اسعاد نفسه و اسعاد المجتمع من حوله اذا سلك هذا المراهق الاتجاه السوي و يعرض "جارسون" في كتابه سيكولوجية المراهق ما ذكره

"رسو" عن الشباب فيقول انه يمكن اصلاح الرجال و الشعوب في عهد الشباب و لكنهم يصبحون غير قابلين للاصلاح في الكبير.

و لاهمية مرحلة المراهقة اهتم بهذه المرحلة العديد من العلماء و الباحثين و على راسهم ارنولد جازل و معاونوه و قد اهتم ايضا بهذه المرحلة العالم الكبير في علم النفس العالم ستانلي هول حيث نظر ستانلي للمراهقة على انها - مولد جديد للفرد - و هي فترة عواطف توتر و شدة و لهذا فقد سميت نظرية هول- بالعاصفة - او الازمة فهي تتضمن في نظره تغيرات ضخمة في الحياة فهي نوع جديد من الميلاذ مصحوب بتوترات و مشكلات لا يمكن تجنبها و ظروف اجتماعية و نفسية تحيط بها.

الا انه نتيجة لاجتات الانثربولوجيا في المجتمعات البدائية التي اثبتت ان الانتقال من الطفولة الى المراهقة سهلة و قليلة المشكلات لان الكثير من المشكلات تنتج بسبب تعقد الحياة و التغيرات الحضارية في المجتمعات المتقدمة و بسبب عدم كفاية الادلة التي تدعم نظرية الميلاذ الجديد فقد اتجه العلماء الى القول بان مشكلات المراهقة و ازماها ليست امرا لا يمكن تجنبه و اصبح من المعترف ب هان رجال التربية و غيرهم من العاملين في حقول الشباب يمكنهم ان يقلل واو يحفزوا من المصاعب التي تقابل الشباب في هذه المرحلة. (1) (د. نيل ميخائيل معوض؛، 1994، الصفحات 227-228)

## 5- الملامح الاساسية لمراحل النمو في مرحلة المراهقة:

### 5-1- النمو الجسمي:

يقصد به النمو في الابعاد الخارجية للانسان كالطول و الوزن و العرض و الحجم و تغيرات الوجه و الاستدارات الخارجية المختلفة و بالتالي فالنمو هو كل شيء يمكن قياسه بطريقة مباشرة في جسم الانسان. و لذا تعتبر مرحلة المراهقة احدى المرحلتين للنمو الجسمي السريع فالمرحلة الاولى للنمو الجسمي تكون في الشهور التسعة الاولى و يستمر النمو سريع الحضانة ثم ياخذ في التباطؤ النسبي في مرحلة الطفولة ثم يسرع النمو فيما بين عشرة و احدى عشر عاما و يستمر سريعا لفترة تستمر عامين معنى ذلك ان النمو الجسمي ياخذ في التباطؤ في مرة ثابتة و تبدا مرحلة النمو السريع الثابتة عادة قبل دور البلوغ الجنسي بعام و تستمر على هذا النمو فترة تصل الى عامين او اكثر مع ملاحظة الاختلاف بين الفتى و الفتيات بعبارة اخرى ان فترة النمو السريع في مرحلة المراهقة تستمر عامين او ثلاثة اعوام من (10-14) لدى البنات من (12-15) لدى الذكور على ان يستمر النمو الى سن 18 للبنات و 20 لدى الذكور. (2) (عصام نور؛، 2006، صفحة 20) كما ان النمو الجسمي يمر بمظهرين أساسيين هما:

➤ **النمو الفيسيولوجي:** النمو بالاجهزة الداخلية غير الظاهرة التي يعترض لها المراهق في البلوغ، و ما بعده و يشمل بدرجة خاصة الغدد الجنسية.

➤ **النمو العضوي:** يشمل نمو الابعاد الخارجية للمراهق (الطول - الوزن - العرض) مرحلة المراهقة نمو جسمي و الفترة المهمة في النمو الى ما قبل الولادة و يتميز النمو الجسمي بعدم الانتظام يزداد الطول و يتسع المنكبين و طول الجذع، الذراعين، و يتاخر نمو الاطراف السفلية عن العلوية و يزداد الوزن تبعا لزيادة

نمو العضلات و العظام و زيادة الشهم عند البنات بتغير شكل الوجه في كل جزء (داخلي،خارجي) فيبدو غير متناسق في المراهقة المبكرة و الوسطى و ينمو الشعر في اجزاء محددة بصورة واضحة. (1) (ثائر احمد غباري؛ خالد ابو شعيرة؛، 2002، صفحة 233) فالمرهق مذهول بالتغيرات و يطلب شكلا يتوافق و فكرته السابق و يعتبر النمو الجسماني عند اقرانه من المرهقين، فالشدوذ في النمو الجسمي عند المرهق تظهور حب الشباب بصورة سيئة يسبب ازمة تكيف خصوصا اذا صوحت بالصخرية.

### 5-2- النمو الحركي:

هو نمو تابع للجانب الجسمي في بداية فترة المراهقة حيث ترى نمو سريع يتبعه عدم التوازن الحركي مما يجعل المرهق كسولا و ساكنا، و بيدي عدم توافق بالحركات قتسقط من يده الاشياء و يرتطم بما يواجهه من اثار بعد تحمله للمسؤوليات يظهر التوافق الحركي و مع استمرار النضج يبحث في المراهقة المتاخرة عن الحركة المآزره كالعزف و الموسيقى.

### 5-3- مظاهر النمو العقلي في المراهقة:

تصبح القدرات العقلية أكثر تعبير و دقة من ذي قبل و تبدأ قدرات المرهق بالتمايز حيث تزداد القدرة على تحصيل ة اكتساب المهارات و المعلومات، و ما يميز التعليم في هذه الفترة بانه على اساس منطقي على عكس المرحلة السابقة التي كان التعليم بها يتم بشكل آلي، و كذلك تنضج قدرة المرهق على ما يقرا و تزداد قدرة انتباهه لفترات اطول مما كان و هذا يمكنه من استيعاب مشكلات كبيرة و هو كذلك يصبح قادرا على التعامل مع مفاهيم اجتماعية مثل الخير، الفضيلة، العدالة، الديمقراطية و الحرية... الخ، و تظهر ما يسمى بالقدرات الخاصة، و يصل ذكاء المرهق في نهاية هذه الفترة الى اعلى قمم النضج، و كذلك يستطيع المرهق ان يطور مفاهيم المواطنة و المجتمع، و المفاهيم الاخلاقية المختلفة، و يكون قد بدا بوضع تصور على مهنة المستقبل

و تبرز اهتمامات المراهقة في نهاية هذه المرحلة بالقراءات الفلسفية الفكرية و الادبية، و يمتلك المرهق القدرة على المناقشة المنطقية و تقبل اراء الاخرين و محاولة اقتناعهم. (2) (ثائر احمد غباري؛ خالد ابو شعيرة؛، 2002، صفحة 238)

### 5-4- النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة:

يميل المرهق في السنوات الاولى من المراهقة الى مسايرة الجماعة التي ينتمي اليها فيحاول جاهدا الظهور بمظهرهم و التصرف بمثل تصرفهم، و تتميز هذه المسايرة بالصراحة التامة و الاخلاص يحل محل هذا الاتجاه اتجاه آخر يقوم على اساس من تاكيد الذات و الرغبة في الاعتراف به كفرد يعمل وسط جماعة، و يرجع هذا الى وعيه الاجتماعي نضجه العقلي و ما يصاحب ذلك من زيادة في خبراته.

و في منتصف المراهقة يسعى المراهق لان يكون له مركز بين الجماعة فيميل دائما الى القيام باعمال تلفت النظر اليه بوسائل متعددة مثل ارتداء ملابس زاهية الالوان و مصنوعة على احدث طراز او اقحام نفسه في المناقشات فوق مستواه او اطالة الجدول في موضوعات بعيدة كل البعد عن خبراته و هو لا يفعل ذلك عن عقيدة بل حبا في المجادلة و التشدق بالالفاظ الرنانة.

و في السنوات الاخيرة من المراهقة يشعر المراهق بان عليه مسؤوليات نحو الجماعة او الجماعات التي ينتمي اليها، و لذلك يحاول جاهدا ان يقوم ببعض الخدمات الاصلاحية بغية النهوض بافراد تلك الجماعة. كذلك يتميز سلوك المراهق بالرغبة في مقاومة السلطة و المتمثلة في الوالدين، و المدرسة او المجتمع العام للخروج الى عالم الاصدقاء و الزملاء، عالم مليء باتجاهات حديثة ممثلة في الحرية و الاستقلال و التحرر من التبعية الطفولية.

## 6- نظريات في المراهقة:

هناك العديد من النظريات التي تناولت المراهقة بشكل كبير و نذكر منها:

### 6-1- نظرية السعادة: (ستانلي هول).

ترى هذه النظرية ان الفرد يعيد اثناء نموه الشخصي و تطوره، اختبارات الجنس البشري و مراحل تطوره و نموه بشكل ملخص مثال ذلك تعد المراهقة مرحلة انتقالية حادة و عنيفة تمثل مرحلة حياة الانسان التاريخية في الحروب للانتقال للحضارة.

### 6-2- نظرية النضوج: (ارنولد جيزل).

النضج عملية فطرية شاملة لنمو الفرد و تكوينه متعدد و تتكيف عن طريق العدة الوراثية نظرا للمراهقة من جانب التذبذبات السنوية بين الصفات الايجابية و السلبية، و يحدد المراهق اولا بالمفهوم الجنسي ثم العمليات الفطرية التي تسبب النمو و التطور (و قد تآثر بالسلوك العام للبحث عند ستانلي هول).

### 6-3- نظرية سيغموند فرويد:

اراء فرويد للمراهقة:

➤ الجنس و الغريزة تظهر في فترة مبكرة قبل النضوج.

➤ للطفل نشوة تاتي منه من الخارج.

- الغريزة الجنسية ضبطها و حصرها واجب على اعطاء تنفيس الجنسي لكي ينمو الفرد بعيدا عن العقد.
- تسعى الحضارة و التقدم الى اعطاء الدافع الجنسي حقه لدى المراهق بحيث يفسح المجال للجوانب الاخرى من النمو بالتطور.
- يصبح الفرد عضوا مقبولا في المجتمع عدى ان يتحرر لنفسه من سلطة الوالدين ليتوقف سلوكه الصياني.

#### 6-4- نظرية تاثيرات الانتروبولوجيا (مايو نيسكي بنديكت):

- النظرية قديما: لقد جعلوا المراهة ازمة و اكدو على اهمية العامل الثقافي في تقويم شخصية المراهق، فسلوك الكبار يعطي للصغار في بداية سن البلوغ ليطبقه، فيصبح نمطا سلوكيا لديهم، لذلك انكرو الفطرة و المرحلية في حياة المراهق.
- النظرية الحديثة: ظهر راي حديث دعم عملية الانقاء و الاصطفاء في دعم المرحلية لحياة الانسان مع ابقاءه على اثر المجتمع، و مجموعة الرفاق و العادات و التقاليد على النمو و التكوين.

#### 6-5- نظرية التعمم (هلنك روث):

- وفق هذه النظرية في وجه النظريات البيولوجية، و لم تهتم بالتمييز بين المراحل و لها عدة اوجه في الدراسات و رغم مخالفتها للبيوجيا الا انها تعرف المراهقة بيولوجيا مستعينة بالعمر، تركز اراء هذه النظرية على ان المراهق لا يجد ما يجب ان تعلمه و اسلوب تعلمه يقوم على الثواب و العقاب من الوالدين كذلك اهتمو بتطوير الذات و تحقيق الشخصية و ابراز الهوية (أي دمج الذات بفاة من الناس بفخر بالانتساب اليها).

#### 6-6- نظرية المجال (لفين):

ترة هذه النظرية ما يلي:

- ان سلوك الفرد يعتمد على طول المجال لحياة ذلك الفرد على هذه الارض و كلما توفر له المجال كان سلوكه احسن و هناك العديد من المجالات التي تتحكم في سلوك الفرد نذكر منها:
- مقدرة الانسان، البيئة المحيطة به، الحاجات، المعرفة، (فهناك معطيات و مدلولات لعملية النمو العام و انمو المراهق خاصة). (1) (ثائر احمد غباري؛ خالد ابو شعيرة؛، 2002، صفحة 230)

#### 7- الحالات الانفعالية عند المراهقين:

- تعد المراهقة فترة تسودها الانفعالات المكثفة تتميز عموما بعدم الاستقرار و نتيجة لعدم الثقة و المعرفة الكافية من قبل الاباء و المرين فان المراهقين يحضرون بدرجة اقل من الدفاء و القبول في علاقتهم معهم و قد اثبتت الدراسات الاثر العكسي لذلك حيث ان المراهقين الذين يشعرون بالدفاء و الود و التعاطف يتمتعون بصفات اضافية تجعلهم اكثر سعادة و قبولا من انفسهم و الاخرين. (سعيد رشيد الاعظمي؛، 2007، الصفحات 67-68)

## 8- مشكلات المراهقة:

لا شك ان مشكلة المراهقة ظاهرة طبيعية و اساسها في حياة الفرد و الشباب و هي فترة المشكلات و الهموم، و المراهق يحتاج الى الكثير من المساعدات حتى يصبح راشدا متوافقا في حياته، لان المراهقة حالة نفسية و جسدية كامنة تدفع الانسان الى التصرف الخاطيء و تحتاج الى رقابة مستمرة من الاهل تدعو الى اتباع الاوامر الالهية التي تنص على عدم الاختلاط ، و المراهق ايضا يحتاج الى قيم دينية يفترض ان تزود الانسان بها ليتحصن من الزلل و الرؤية و من اهم المشكلات هي:

- النضج المبكر او المتأخر (البلوغ).
- الكفاية الاجتماعية.
- مشكلة القلق الفراغ و الحيرة. (2) (عصام نور، 2006، صفحة 133)

كما قام الكثير من الباحثين بدراسة هذه الظاهرة في مجتمعات متعددة و من بين هؤلاء الباحثين:

## 8-1- بحث بسمونز:

اجرى بسمونز استفتاء على 1641 طالبا و طالبة بالمدارس الثانوية في مرحلة المراهقة في امريكا و طلب منهم ان يرتبوا المشكلات التي تقابلهم حسب اهميتها، و قد قسم هذه المشكلات الى خمسة عشر نوعا من المشكلات حددها كالآتي: (3) (د. نيل ميخائيل معوض، 1994، الصفحات 443-444)

- المشكلات الصحية.
- التكيف الجنسي مشكلات الامن.
- المشكلات المالية.
- مشكلات الصحة النفسية.
- عادات المذاكرة.
- قضاء وقت الفراغ.
- الصفات الشخصية و الاخلاقية.

- العلاقات الاسرية.
- اساليب السلوك و المعاملة.
- الجاذبية الشخصية.
- الاعمال اليومية.
- الاهتمام بالمسائل الاجتماعية.

➤ التكيف مع الآخرين.

➤ فلسفة الحياة.

و قد وجد بسيمونز في بحثه ان المشكلات التي تحتل المكانة الاولى عند المراهقين هي:

✓ المشكلات المالية.

✓ المشكلات الصحية.

✓ الجاذبية الشخصية.

✓ عادات المذاكرة.

✓ الصفات الشخصية و الاخلاقية. (1) (د. نيل ميخائيل معوض؛، 1994، الصفحات 445-446)

### 8-2- بحث فيلدر:

و قد قام فيلدر بدراسة مشكلات الطلاب في المدارس الثانوية العليا في سانت برينكا بكاليفورنيا الذين تتراوح اعمارهم بين 14-18 سنة توجد ان اكثر المشكلات شيوعا المشكلات التالية:

➤ مشكلات العمل.

➤ مشكلات المذاكرة.

➤ مشكلات الشخصية.

➤

اما اقل المشكلات شيوعا في بحث فيلدر فهي:

➤ المشكلات التي تتعلق بالاعداد للزواج لتكوين عائلة.

➤ مشكلات العلاقات الشخصية و الاجتماعية.

➤ الحياة الاسرية.

➤ المشكلات الجنسية.

### 8-3- بحث داي هونش:

قام الباحث في الفيليبين ببحث المشكلات الشخصية في المدارس الثانوية مع عمل تطبيقات لاصلاح المناهج الدراسية فاجرى البحث في ماك كنلي.

و من نتائج بحثه:

- التكيف مع الاعمال و المدرسين.
- العلاقات الشخصية و الاجتماعية.
- مشكلات الصحة و النمو الفسيولوجي.
- مشكلات العمل و التعلم.
- قضاء اوقات الفراغ.

#### 8-4- بحث زكية دوجات في اندونيسيا:

اجرت هذا البحث على عدد 689 مراهقين منهم 404 طالبا و 383 طالبة و قد تم اختيار العينة على طلبة و طالبات المدارس مدينتين في اندونيسيا هي جاكرتا و جاكا جاكرتا و فيما يلي ترتب المشكلات ترتيبا تنازليا حسب اهميتها و شيوعها كما جاءت في نتائج البحث:

- مشكلات اختبار العمل و فرص التعلم.
- المشكلات المدرسية.
- المشكلات لصحية.
- المشكلات المالية.
- المشكلات الجنسية.
- مشكلات اعداد الزواج و تكوين الاسرة.
- المشكلات الاسرية.
- المشكلات الانفعالية.
- مشكلات النمو الشخصي و الاجتماعي.
- مشكلات قضاء اوقات الفراغ.
- مشكلات الدين و الاخلاق.
- مشكلات الحياة الحديثة. (1) (د. نيل ميخايل معوض؛، 1994، صفحة 446)

و قد لوحظ من نتائج البحث ان بعض المشكلات تزداد بالتقدم في السن و البعض الاخر يقل، كما كان واضحا ان بعضها ثابت او مستمر في نفس المستوى في الاعداد المختلفة، كما ان المشكلات السائدة (اكثر تكرارا) في بدء مرحلة المراهقة هي المشكلات التي تدور حول المراهق من ناحية نظرتة لنفسه و اهتمامه بمركزه في الاسرة و علاقته بزملائه و اقرانه، و الاهتمام بمستقبله، و ذلك يبدو واضحا في الاعتناء بالنفس و الصحة و الحياة المنزلية مع الوالدين و الاخوة، و العمل في المنزل و المذاكرة و الامتحان و المستقبل الدراسي و العمل. (1) (ستيفن هارد؛، 2009، صفحة 206)

#### 9- مصادر اضطرابات المراهقين:

يعاني المراهق من مشاكل داخلية تجعله لا يعرف بالتأكيد عما كان باستطاعته تحمل مسؤوليته كرجل او امرأة، اما اذا كان شكله جذابا بما فيه الكفاية، و ما اذا كان بإمكانه السيطرة على دوافعه المتأججة، و ما اذا كان يعرف نفسه جيدا ام هناك جوانب غامضة عليه، و ما اذا كان يعرف ما يريد بالتحديد، و ما هي الصور التي سيواجه بها الناس ما اذا كان باستطاعته اتخاذ القرار المناسب دون التعرض لارتكاب اخطاء في عملية اختيار الصديق المناسب، و يمكن تحديد اهم مصادر تلك الاضطرابات فيما يلي:

- مكونات المراهق و حاجته السيكلوجية، حيث يواجه ضغوط الدوافع الجنسية عليه و الصراع معها لكبح جماحها و السيطرة عليها.
- حاجات المراهق النفسية التي تتمثل في محاولة تحقيق مركز اجتماعي و الرغبة في الشعور بالاستقلال مع السعي الدائم نحو تحقيق هوية واضحة مستقرة المعالم.
- حاجات المراهق الاجتماعية التي في محاولة التأثير على الاخرين عن طريق الاهتمام بالمظهر، مع التائق في الملابس و التزيين لدى البنات، و الانضمام الى مجموعات الاقران مع الخضوع لمعايير الجماعة و الانقياد لها مع ما في ذلك من مظاهر سلبية تتعارض مع طول الخط مع الرغبة في الاستقلال.
- حيرة المراهق بسبب عدم وضوح الهوية مما يعيقه عن الاهتداء الى طريق التعرف السليمة، فهل يعتبر نفسه طفلا و يتصرف كالاطفال، ام ناضجا و يتصرف كرجل بالغ.
- الخوف من الفشل و ما ينطوي عليه المستقبل من امور مجهولة قد تعرض امل المراهق و شعوره بالاستقرار للخطر.
- الصراع مع الاءاء بسبب سوء الفهم من قبل الطرفين فعادة ما يخبر الاءاء المراهقين بعدم الرضى عن سلوكه الطفولي بسبب رغبتهم اللاشعورية في ان يكبر ابنهم او ابنتهم بينما يفضل البقاء كطفل من اجل بقاء الحماية و للهروب من المسؤولية الملقاة عليه و تجنب مواجهة الفشل. (2) (د. رمضان محمد القذافي؛، 2000، صفحة 373).

### نظرة علم النفس قديما و حديثا للمراهقة:

كان علم النفس القديم ينظر الى المراهقة نظرة استسلام و تشاؤم و ينظر لها على انها مرحلة ثورة و تمرد تتميز بالعواطف الهوجاء التي لا يمكن تجنبها الا باقامة الحواجز المضادة و كان يعتبرها ايضا مرحلة مستقلة و منفصلة تماما عن المراحل السابقة و اللاحقة.

اما علم النفس الحديث فيتجه الى اعتبار فترة المراهقة غير مستقلة و ينظر اليها على انها مرحلة متصلة بالمرحلة السابقة و اللاحقة و ينظر على انها تدرج في النمو البدني و الجنسي و العقلي و هي امتداد للمراحل السابقة لها فالجانب الاول للنمو يبدأ في الطفولة و يتدرج نحو النضج في فترة المراهقة من ثم لا يمكن وضع خط فاصل بين مراحل العمر المختلفة مع اغفال ملاحظتها فهي مرحلة ذات خصائص مميزة وواضحة. (1) (د. رمضان محمد القذافي، 2000، الصفحات 227-228)

### 10- الاتجاهات المفسرة لتطور المشاكل لدى المراهقين:

و قد تناول العديد من العلماء هذا الموضوع و من بينهم العالم سانتروك حيث يشير الى عدد من الاتجاهات التي تعمل على تفسير الاسباب الكامنة خلف مشاكل المراهقين و تصف خصائصها:

#### 10-1 العوامل البيولوجية:

يعتقد انصار هذا الاتجاه ان المشاكل لدى المراهقين تحدث لاسباب تغزي لخلل وظيفي في جسده و العلماء الذين يتبنون الاتجاه البيولوجي في الوقت الراهن يركزون على الدماغ و العوامل الوراثية كمسببات لمشاكل المراهق و يستخدم العلاج بالادوية لمعالجتها على سبيل المثال فاذا كان المراهق من اكتاب فان الاتجاه البيولوجي يصف له مضادات الاكتئاب.

#### 10-2 العوامل السيكولوجية:

من السيكولوجية التي من المفترض انها تسبب لدى المراهقين الافكار المشوشة و الصدمة الانفعالية و التعلم الغير المناسب و العلاقات المضطربة و يعتقد ان للاسرة و الرفاق على وجه الخصوص مساهمات هامة في حدوث المشاكل لدى المراهقين فلدى مناقشة اساءة استخدام المواد و الانحراف على سبيل المثال سوف يتضح ان العلاقات مع الوالدين و الرفاق ترتبط بمشاكل المراهقين.

#### 10-3 العوامل الاجتماعية:

ان المشاكل الاجتماعية و النفسية التي تتطور لدى المراهق تظهر عبر الثقافات و مع ذلك فان تكرار المشاكل و شدتها تختلف عبر الثقافات باختلاف الابعاد الاجتماعية و الاقتصادية و التكنولوجية و الدينية في الثقافات المختلفة و العوامل الثقافية الاجتماعية التي تؤثر في تطور مشاكل المراهق حيث تتضمن المنزلة الاجتماعية و الاقتصادية و نوعية بيئة الجوار على سبيل المثال يعتبر الفقر احد اسباب حدوث الانحراف.

#### 10-4 الاتجاه البيولوجي السيكولوجي الاجتماعي:

يعتقد بعض الخبراء بان العوامل الثلاثة يمكن ان تتضافر معا لتحديد ما اذا كان لدى المراهق مشكلة ام لا فاذا كان المراهق متورطا باساءة استخدام المواد فقد تعزى تلك المشكلة الى اتحاد العوامل البيولوجية - الوراثية و عمليات الدماغ - و السيكولوجية - الصدمة الانفعالية او الصعوبات في العلاقات - الى العوامل

الاجتماعية و الثقافية - الفقر - اتحاد هذه العوامل و الاتجاهات معل يدعى الاتجاه البيولوجي السيكولوجي الاجتماعي . (1) (رعدة شريم؛، 2009، صفحة 304)

### 10-5- اتجاهات المراهق الاجتماعية:

- الميل الى النقد و رغبته في الاصلاح.
- الرغبة في مساعدة الاخرين و المشاركة الاجتماعية.
- اختيار الاصدقاء.
- الميل الى الزعامة البطولية و الرجولة مثل الزعامة الاجتماعية و الذهنية و الرياضية.
- الاستقلالية المسرفة و وضع الكبار في موقف التبعية.
- الثقة المطلقة بالذات التقبل الاجتماعي يلعب دور هاماً في تحقيق المسالمة الاجتماعية و التوافق الاجتماعي.

➤ القدرة على الابتكار . (2) (نادر احمد غياري؛ خالد ابو شعيرة؛، 2002، صفحة 238)

### 11- خصائص انفعالات المراهقين:

- عنف الانفعالات فهو يثور لاتفه الاسباب نتيجة النمو المتسارع و المتغيرات المصاحبة.
- حدة الانفعالات.
- عدم التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية فهو عندما يقوم يصرخ و يرفف و يحطم الاشياء كذلك عندما يفرح تكون حركاته غير مترنة و تصرفاته غير سليمة و اصواته منكرة.
- انفعالات المراهقين غير محدودة و ذلك اما بسبب الخوف من المواجهة او عدم قناعتة بالافعال و لهذا يلجأ الى اخفاء الانفعال و اظهار عكسه.
- و لا يشترط توفر جميع هذه الخصائص في انفعال المراهق اذ قد تتغير بتغير الاشخاص او تغير الموقف.

### 12- العوامل المؤثرة في انفعالات المراهقين:

- هنا العديد من العوامل التي تحيط بتفكير المراهق و تؤثر على انفعالاته و من اهمها:
- المثالية الشديدة: فالمراهق ينعجب من اخطاء الكبار ة تتأثر نفسيته عندما يراهم في موقف غير اخلاقي بالرغم من انه قد لا يكون ملتزماً بالامر نفسه.
  - نقص الكفاءة: خبرة المراهق لا تتعدى مساحة طفولته و طموحاته اكبر بكثير من امكانياته مع اندفاعية لديه تجعله يخطيء في الكثير من مشروعاته لذا فهو بحاجة الى التدريب و تقبل الخطا منه و تشجيعه على تجاوزه.
  - نقص المكانة: يشعر المراهق في الكثير من الاحيان ان البعض يعاملونه كطفل فيبقى متأثر بصورة سلبية من نظرتهم تلك.
  - نقص اشباع الاحتياجات: يجد المراهق ان هناك العديد من الحدود و الضوابط الاجتماعية و الدينية و الاعراف و التقاليد التي تعترض اشباع احتياجاته النفسية و الاجتماعية و العلمية و الجنسية.

- الضغوط الاجتماعية: و هي القيود التي يظن انها تعيق انطلاقه فهو لا يفهم المعنى الحرية المنضبطة، لكن الحرية عنده ان يفعل ما يريد وقت ما شاء.
- الصدمات المبكرة: و هي تنتج عن تحمله مسؤوليات بشكل مبكر او فوق طاقته فيشكل فشله في تحملها سببا في التأثير على نضجه العاطفي.

### خلاصة الفصل:

كنتيجة لما تم ذكره سالفًا يمكن القول ان المراهقة تعد احد المواضيع الهامة التي تم التطرق اليها من قبل العديد من علماء النفس و جاء ذلك من خلال الدراسة المعمقة و المستفيضة في هذا المجال. حيث تعد المراهقة الفترة الاكثر اهمية في حياة الفرد بل ابعد من ذلك حيث تصنف هذه المرحلة من المراحل الهامة حيث تعرف هذه المرحلة تكوين شخصية الفرد كما تعرف العديد من التحولات و التغيرات السلوكية و المزاجية لدى الافراد خاصة في المرحلة التي تربط فترة الطفولة بالمراهقة حيث تعرف هذه المرحلة نوع من التغيرات السلوكية و المزاجية لدى الافراد خاصة في المرحلة التي تربط فترة الطفولة

بالمراهقة حيث تعرف هذه الفترة نوع من التغيرات الجسمانية و النفسية و هذا ما يترتب عنه نوع من الاضطرابات النفسية لدى الفرد و هذا ما دفع العلماء الى السعي و البحث عن طرق و اساليب تخفف من حدة هذه المرحلة و تغيراتها و ذلك عن طريق البحث عن اساليب هذه المرحلة و التعرف عن خصائصها و اهميتها كما لجؤوا الى تحديد ملامحها الاساسية و مظاهر النمو التي تحدث خلالها و مدى تأثيرها على حياة الفرد. و لهذا وجب علينا معرفة سلوكيات المراهق خلال هذه الفترة لنتمكن من التعامل الحسن و العلمي مع هذا المراهق و تجنبه مشاكل هذه المرحلة الحساسة من النمو النفسي و الجسمي.

## تمهيد:

تعد الاتجاهات النفسية من المفاهيم التي اهتم بها علماء النفس الاجتماعي و الاوائل امثال هاربرت سينسر جوردن البرت حيث يؤكد البرت ان مفهوم الاتجاهات النفسية هو ابرز المفاهيم و اكثرها الزاما في علم النفس الاجتماعي الامريكي المعاصر، فليس هناك اصلاح واحد يفوقه في عدد مرات الظهور في الدراسات التحريبية لان هذا الاصطلاح لا ينتمي الى أي من المدارس السيكولوجية التي كان يسود بينها النزاع كالمدرسة السيكولوجية و الجشطالتيية و غيرها، كما ان مفهوم القيم يعد أكثر المفاهيم قدرة في تفسير السلوك الانساني و التنبؤ به في ظل فهم منضومة القيم عند الانسان و ينظر الى الاتجاهات و القيم على انها مفاهيم تخص الفرد و لكنها مكتسبة و متعلمة من المجتمع خلال العمليات التنشئة الاجتماعية و التربية و القيم المختلفة. (1) (عدنان يوسف العتوم؛، 2009، صفحة 195)

### 1- تعريف الاتجاهات:

للاتجاهات تعريفات متعددة بتعدد التوجهات النظرية التي حاولت تفسيره، فالإتجاه أسلوب منظم منسق في التفكير و الشعور ورد الفعل تجاه الناس و الجماعات و القضايا الاجتماعية او حدث في البيئة و معنى هذا ان مكونات الإتجاه الرئيسية هي الافكار و المعتقدات و المشاعر و الانفعالات، ثم النزاعات الى رد الفعل و عليه فان الإتجاه يتشكل عندما تترابط هذه المكونات.

تعريف داردروف: يعرف الإتجاه بانه مفهوم متعلم او تقويم يرتبط بافكارنا و مشاعرنا و سلوكنا (دافيد رف 1983).

● و عرفه "وحيده" انه استعداد نفسي او حالة عقلية ثابتة مستمدة من البيئة يستدل عليها من استجابة الفرد قبولاً او رفضاً لموقف معين (وحيده 1978).

● عرفه ميشال ارجايل: بانه الميل الى الشعور او السلوك او التفكير بطريقة محددة ازاء الناس الاخرين منظمات او موضوعات او رموز (ارجايل 1982). (1) (د.عبد اللطيف وحيده؛، 2001، الصفحات 40-41)

● و عرفه ترستون: ان الإتجاه النفسي هو تعميم لاستجابات الفرد تعميماً يدفع بسلوكه بعيداً او قريباً من مدرك معين.

● و عرفه بيوكمب: ان مفهوم الإتجاه النفسي يبنى على عنصرين:

أ- الإتجاه النفسي يمثل (قنطرة ادراكية) بين الحالة النفسية للفرد و بين سلوكه و تفاعله مع عناصر البيئة.

ب- يمكن التعرف على ماهية الإتجاه النفسي للفرد من خلال انماط سلوكه و ردود افعاله. (2) (فؤاد البهي السيد؛ سعد عبد الرحمن؛، صفحة 215)

● يعرفه جوردين البورت ان الإتجاه حالة من الاستعداد و التاهب العصبي و النفسي تستطلع من خلاله خبرة الشخص، و تكون ذات تأثير توجيهي او ديناميكي على استجابة الفرد لجميع الموضوعات و المواقف التي تستثيرها هذه الاستجابة. (3) (فؤاد حيدر؛، 1994، صفحة 34)

● عرفه ابو النيل: انه استعداد نفسي تظهر محصلته في وجهة نظر الشخص حول موضوع معين سواء كان اجتماعياً و سياسياً او اقتصادياً او حول قيمة او جماعة من الناس بالموافقة او عدم الموافقة او المحايدة.

**تعريف الغتري:** هو ميل نفسي يتجسد في تقييم كيان معين بدرجة من التفضيل او عدم التفضيل (الغتري 1999).

تعريف موسوعة ويكيبيديا الإتجاه هو مفهوم افتراضي يمثل رغبة الفرد او عدمها تجاه شيء او سلوك او حدث، و عادة ما تكون سلبية او ايجابية او محايدة.

**تعريف بيرن:** الإتجاه هو تقييم للناس و الذات و الاشياء و القضايا المختلفة 2009.

**تعريف نشواني:** الاتجاه هو مشاعر خاصة تتولد لدى الشخص نتيجة مروره بالخبرات على شكل رغبة او عدم رغبة في دراسة موضوع ما حيث تتصف الشاعر بالرفض او القبول او الحب او الكراهية (نشوي 1985). (1) (عدنان يوسف العنوم؛، 2009، صفحة 196)

**تعريف عبد السلام عبد الغفار:** الاتجاه يشير الى ما بين الاستجابة من اتساق و اتساع يسمح لنا بالتنبؤ باستجابة الفرد لبعض المواقف و الموضوعات الاجتماعية المعينة، اذا فالالاتجاه هنا هو درجة الاتفاق الذي يميز استجابة الفرد و التي من خلالها معرفة او التنبؤ للاستجابة لمواقف مختلفة. (2) (عبد السلام عبد الغفار؛، 1970، صفحة 97)

**تعريف بوجارس:** يعرفه بوجارس ميل الفرد الذي ينجو بسلوكه تجاه بعض عناصر البيئة او بعيدا عنها متأثر بذلك بالمعايير السالبة او الموجبة تبعاً لقراءة من هذه او بعده عنها و يشير في ذلك مستويين للتأهب هما:

#### ❖ التأهب المؤقت (اللحظي):

و ينتج بطبيعة الحال بين الفرد و عناصر البيئة التي تعيش فيها و يتمثل ذلك باتجاه الجائع نحو الطعام في لحظة احساسه بالجوع و ينتهي ذلك بمجرد الشبع.

#### ❖ التأهب ذا المدى الطويل:

و يتميز هذا الاتجاه بالثبات و الاستقرار و يتمثل ذلك باتجاه الفرد نحو صديق له و يعد ذلك امر ثابت نسبياً حيث لا يتأثر غالباً بالمضايقات العابرة و لذلك تعد اهم خصائص هذا الاتجاه هو الاستقرار و الثبات النسبي. (3) (احمد زكي صالح؛، 1966، صفحة 766)

**تعريف مورجان:** الاتجاه هو موقف عقلي يوجه السلوك نحو خبرة جديدة متأثرة بالخبرات السابقة. يعرفه بورنج: الحالة الفعلية التي توجه استجابات الفرد.

يعرفه شيف: يرى ان الاتجاه مركب من الاحاسيس و الرغبات و المعتقدات و الميول التي كونت نمطاً مميزاً للقيام بعمل ما او الاستجابة نحو موقف محدد بفضل الخبرات السابقة المتنوعة.

عرفه تريانديس: بانه فكرة مشبعة بالعاطفة تميل الى تحريك السلوك نحو فئة معينة من المواقف و يرى ان الاتجاه ثلاث مكونات هي: مكون عقلي، مكون وجداني، مكون سلوكي.

اما عباس عوض فيعرفه بانه استعداد وجداني مكتسب، ثابتاً نسبياً يحدد سلوك الفرد و مشاعره ازاء الاشياء او الاشخاص او الجماعات او الموضوعات يفعلها او يرفضها او نحو فكرة الفرد عن نفسه. (4) (سهير كامل احمد؛، 2001، الصفحات 169-170).

## 2- عوامل تكوين الاتجاه النفسي:

هناك عدة عوامل يشترط توافرها لتكوين الاتجاه النفسي الاجتماعي نذكر منه (1). (www.science.aradhs.com تاريخ الاطلاع: 2015/02/19)

## 2-1- قبول نقدي للمعايير الاجتماعية عن طريق الایحاء:

يعد الایحاء من اكثر العوامل شيوعا في تكوين الاتجاهات النفسية، ذلك انه كثيرا ما يقبل الفرد اتجاهها ما دون ان يكون به أي اتصال مباشر بالاشياء او الموضوعات المتصلة بهذا الاتجاه، فالالاتجاهات او تكوين راي ما لا يكسب بل تحدده المعايير الاجتماعية العامة التي يكتسبها الاطفال عن ابائهم دون نقد او تفكير، فتصبح جزءا نمطيا من تقاليدهم و حضارتهم يصعب عليهم التخلص منها.

## 2-2- تعميم الخبرات:

هو العامل الثاني الذي يكون الانسان من خلاله اتجاهه و ارائه و هو تعميم الخبرات، فالانسان دائما يستعين بخبراته الماضية و عمل على ربطها بالحياة الجاهزة، فالطفل مثلا يدرّب منذ صغره على الصدق او الكذب حيث يقوم الطفل بتطبيق ارادة والديه دون ان تكون لديه فكرة عن اسباب ذلك.

## 2-3- تمايز الخبرة:

ان اختلاف وحدة الخبرة و تمايزها عن غيرها يبرزها و يؤكدّها عند التكرار و الترابط بالوحدات المتشابهة فيكون الاتجاه النفسي و نعني بذلك انه يجب ان تكون الخبرة التي يمارسها الفرد محددة الابعاد واضحة في محتوى تصويره و ادراكه ثم يربطها بمثلها فما سبق او فيما سيحدث من تفاعله مع عناصر بيئته الاجتماعية.

## 2-4- وحدة الخبرة:

لا شك ان وحدة الخبرة التي يصابها افعال حادة تساعد على تكوين الاتجاه اكثر من الخبرة التي يصابها مثل هذا الانفعال، فالانفعال الحاد يعمق الخبرة و يجعلها اعمق اكثر في نفي الفرد و اكثر ارتباطا بتروعه و سلوكه في المواقف الاجتماعية المرتبطة بمحتوى هذه الخبرة و بهذا تكون العاطفة عند الفرد و تصبح ذات تأثير على احكامه و معاييرها.

## 3- مراحل تكوين الاتجاه النفسي:

يمر تكوين الاتجاه النفسي بثلاثة مراحل اساسية هي:

### 3-1- المرحلة الادراكية او المعرفية:

يكون الاتجاه في هذه المرحلة ظاهرة ادراكية او معرفية تتضمن تعرف الفرد بصورة مباشرة على بعض العناصر البيئية الطبيعية و البيئة الاجتماعية التي تكون من طبيعة المحتوى العام لطبيعة المجتمع الذي يعيش فيه، و هكذا تبلور الاتجاه في نشاته حول اشياء مادية كالدار الهادئة و المعتقد المريح، حول نوع خاص من الافراد كالاخوة و الاصدقاء، و حول نوع محدد من الجماعات كالاسرة و جماعة النادي و حول بعض القيم الاجتماعية كالنخوة و الشرف و التضحية.

### 3-2- مرحلة نمو الميل نحو شيء معين:

و تتميز هذه المرحلة بميل الفرد نحو شيء معين فمثلا ان أي طعام قد يرضي الجائع، لكن الفرد يميل الى بعض اصناف الطعام الخاصة، و قد يميل الى تناول طعامه على شاطئ البحر و بمعنى اوفر ان هذه المرحلة من نشوء الاتجاه تستند الى خليط من المنطق الموضوعي و المشاعر و الاحاسيس الذاتية.

### 3-3- مرحلة الثبات و الاستقرار:

ان الثبوت و الميل على اختلاف انواعه او درجاته يستقر و يثبت على شيء ما بتطوره الى اتجاه نفسي، فثبوت هذه الاخيرة يساعد في تكوين الاتجاه. (1) (سعاد جبر سعد؛، 2008، صفحة 342)

### 4- مكونات الاتجاه النفسي:

نقول ان الاتجاه النفسي يتكون من اربعة عناصر اساسية تتفاعل مع بعضها البعض لتعصي الشكل العام للاتجاه النفسي، و نحن نفترض وجود العناصر من اجعل توضيح مكونات الاتجاه النفسي و خاصة عند محاولة قياسه و تقديره كما انها - أي هذه العناصر - توضح ايضا الفرق بين الاتجاه النفسي و بين متغيرات اخرى مثل العقيدة و الرأي و ما الى ذلك و سوف نشير الى هذه المكونات في ما يلي: (2) (فؤاد البهي السيد؛ سعد عبد الرحمن؛، صفحة 253)

### 1-1- المكون الإدراكي PERCEPTUAL COMPENENT:

هو عبارة عن مجموعة المثيرات التي تساعد على الموقف الاجتماعي او بمعنى آخر الصيغة الادراكية التي يحدد الفرد ردة فعله في هذا الموقف او ذلك. و قد يكون الادراك حسيا عندما تكون الاتجاهات نحو الماديات او ما هو ملموس (مثل رائحة طعام ما) و قد يكون الادراك اجتماعيا - و هي الصفة الغالبة - عندما تتكون الاتجاهات نحو المثيرات الاجتماعية و الامور المعنوية الاخرى (مثل ادراك الفرد الاخر في موقف صداقة او غير ذلك)، و لذلك و بناء على مفاهيم الادراك الاجتماعي تتدخل مجموعة كبيرة من المتغيرات في هذا المكون الادراكي مثل صورلاة الذات و مفهوم الفرد عن الاخرين و ابعاد التشابه و التطابق و التميز.

### 1-2- المكون المعرفي COGNITIVE COUP:

و هو عبارة عن مجموعة المعلومات و الخبرات و المعارف التي تصل بموضوع الاتجاه و التي انتقلت الى الفرد عن طريق التلقين او عن طريق الممارسة المباشرة ذلك الى رصيد المعتقدات و التوقعات و على ذلك فان قنوات التواصل الثقافية و الحضارية تكون مصدرا رئيسا في تحديد هذا المكون المعرفي بجانب مصدر هام آخر هو مؤسسات التربية و التنشئة التي يتعرض من خلالها الفرد للخبرات المباشرة و مثال ذلك المعلومات التي يتلقاها الفرد عن خصائص شعب من الشعوب.

### 1-3- المكون الانفعالي EMOTIONNEL COUP:

المكون الانفعالي للاتجاه النفسي هو الصفة المميزة له و التي تفرق بينه و بين الراي، اذ ان شحنة الانفعال المصاحبة للاتجاه هي تلك اللون الذي بناء على قمة و درجة كثافته بتميز الاتجاه القوي عن الاتجاه الضعيف، كما يتميز الاتجاه عموما عن المفاهيم الاخرى مثل الراي و العقيدة و الالهام.

#### 1-4- المكون السلوكي BEHOVIOURAL COUP:

عبارة عن مجموعة التغيرات و الاستجابات الواضحة التي يقدمها الفرد في موقف ما بعد ادراكه و معرفته و انفعاله في هذا الموقف، اذ عندما تتكامل جوانب الادراك بالاضافة الى رصيد الخبرة و المعرفة التي تساعد على تكوين الانفعال و توجيهه يقوم الفرد بتقديم الاستجابة التي تناسب مع هذا الانفعال و هذا الانفعال و هذه الخبرة و هذا الادراك. (1) (فؤاد البهي السيد؛ سعد عبد الرحمن؛، صفحة 253)

#### 5- انواع الاتجاهات:

يمكن لنا ان نتعرف على عدة انواع من الاتجاهات النفسية و ذلك من الناحية الوصفية و الوظيفية و هذا التصنيف يساعد على تحديد نوعية و شدة الاتجاه النفسي مع العلم ان الاتجاه الواحد قد يقع في اكثر من تصنيف و ذلك من حيث صفته و من حيث وظيفته.

#### 5-1- الاتجاه الفردي و الاتجاه الجمعي:

الاتجاه الجمعي هو الاتجاه الذي يشترك فيه عدد كبير من الافراد، و الاتجاه الفردي هو ذلك الاتجاه الذي يؤكد فرد واحد من افراد المجموعة و معنى ذلك ان الفرد اذا تكون عنده اتجاه خاص نحو مدرك يهمه دون غيره من افراد الجماعة فانه يمكن تسمية هذا الاتجاه اتجاهها فرديا.

#### 5-2- الاتجاه السالب و الاتجاه الموجب:

ان التأثير النهائي تجاه موضوع معين يمكن ان يكون موجبا او سالبا، فالالاتجاهات الموجبة هي التي تساعد الفرد على الاقتراب من موضوع معين و تشجعه، اما الاتجاهات السالبة فهي تجعل الفرد يتجنب موضوع او فكرة معينة (NEWCOMB 1965).

#### 5-3- الاتجاه القوي و الاتجاه الضعيف:

توصف الاتجاهات بانها اما قوية ام ضعيفة و لا شك ان الاتجاه القوي يدفع صاحبه لان يدافع بكل الطرق قولاً و عملاً، اما الاتجاه الضعيف فهو عادة ما يكون تأثيره بسيطا على الفرد. فالقوة او الضعف من السمات الهامة التي تميز الاتجاه الذي ينعكس على سلوك الفرد و مدى تفاعله مع المواقف المختلفة، فان كان السلوك قويا دل ذلك على شدة الاتجاه، اما اذا كان السلوك ضعيفا دل ذلك على ضعف الاتجاه. (2) (نبيلة ميخائيل مكاري و آخرون؛، 2002، الصفحات 230-231)

#### 5-4- الاتجاه العام و الاتجاه النوعي:

الاتجاه العام هو ذلك الاتجاه الذي يشمل كلية الموضوع الذي يتناول هذا الاتجاه و ذلك بغض النظر عن كونه سالبا او موجبا مثل اتجاه الفرد نحو بلد معين فهو يعبر عن ذلك بغض النظر عن اتجاهه سواء كان سالبا او موجبا نحو شعب ذلك البلد و طراز المساكن و جوها الطبيعي و طرق المواصلات و نوع الاطعمة السائدة و بذلك يكون الاتجاه عاما نحو هذا البلد. و يتميز هذا النوع من الاتجاهات بانه اكثر استقرارا و ثباتا من غيره من انواع الاتجاهات و يحتاج نضيره الى تقنية علمية من نوع خاص.

اما الاتجاه النوعي فهو الاتجاه الذي ينصب على جزئية من الموضوع الذي يدور حوله الاتجاه مثل اتجاه الفرد نحو الطعام لشعب معين حيث يعجبه على سبيل المثال بنوعية الطعام (اتجاه موجب) دون بقية جزئيات الموضوع، هو الشعب المعين و بالتالي فسلوكه سوف يتأثر باتجاهه النوعي هذا و هذا النوع من الاتجاهات يعتبر اقل ثباتا من الاتجاه العام. (1) (فؤاد البهي السيد؛ سعد عبد الرحمن؛، الصفحات 258-259)

### 5-5- الاتجاه العلني و الاتجاه السري:

الاتجاه المعلن مودلك الاتجاه الذي يسلك بنقضه الفرد في مواقف حياته اليومية دون حرج او تحفظ و بهذا يكون القول بان مثل هذا الاتجاه غالبا - و ليس دائما - يكون متفقا مع معايير الجماعة و نضمها و ما يسود من قيم و ضغوط اجتماعية مختلفة، و هذا الاتجاه يكون غالبا - و ليس دائما - متوسط الشدة لانه ليس هناك ضغوط اجتماعية ما يحول كفته و كفه و ايقافه و منع الفرد من ان يعبر عنه سلوكيا.

اما الاتجاه السري فهو ذلك الاتجاه الذي يحرص الفرد على اخفائه في قراره نفسه و يميل في الكثير من الاحيان الى انكاره ظاهريا ز لا يسلك فيما يمليه عليه هذا غير منسجم مع قوانين الجماعة و اعرفها و ما يسودها من ضغوط و معايير.

و هذا الاتجاه غالبا ما يكون على الشدة نتيجة المقامة و الممانعة بل و الجمع الذي يواجهه من القوى الضاغطة في الجماعة.

و يمكن القول كذلك بان الاتجاه المعلق قد يكون نما و تطور نتيجة الاحتكاك المباشر بعناصر البيئة الخارجية في حين ان الاتجاه الري ينمو و يتكور نتيجة الخبرة غير المباشرة، و خاصة الخبرة التي تبني على العمليات التخيل و التفكير المجرد او المثالية السعيدة كما يجب ان نشير الى ان هناك الاتجاه الموجب و الاتجاه السالب.

### 6- خصائص الاتجاهات النفسية:

- من خلال استعراضنا للتعريف السابقة للاتجاهات النفسية، يمكننا ان نستخلص اهم خصائصه و هي كما يلي:
- ❖ تختلف و تتفاوت الاتجاهات النفسية من حيث النوع و الشدة و حسب المميزات التي ترتبط بها.
  - ❖ الاتجاهات النفسية قد تكون محددة او عامة.
  - ❖ يكون الاتجاه تاييدا كاملا و رفضا كاملا لموضوع معين.
  - ❖ تتميز الاتجاهات النفسية بالنسبية (ثابت نسبي) قابلة للتغير او التعديل تحت ظروف معينة.
  - ❖ تتجمع الاتجاهات النفسية حول بعضها البعض على شكل بيان متناسق و تسمى بانسقة القيم و تعتبر القيم مثل الاتجاهات من حيث الدوافع الاجتماعية المهيئة للسلوك لكن هذا لا يعني ان الاتجاهات هي القيم بل تختلف عنها في كون ان الاتجاهات اكثر عرضة للتغير من القيم. (1) (جابر نصر الدين؛ لوكيا الهاشمي؛ 1998، صفحة 95)
  - ❖ يكتسب و يتعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد.
  - ❖ له خاصية تقويمية -مع او ضد-
  - ❖ يتكون من ثلاث خصائص معرفية، انفعالية، سلوكية.
  - ❖ لا يلاحظ مباشرة و انما يستدل عليه من خلال ما ييدر على الفرد من افعال خارجية خاضعة للملاحظة و القياس.
  - ❖ محتوى الاتجاهات تكون دائما او تغلب عليها الذاتية.
  - ❖ يضفي النظام على اسلوب ردود افعالنا و يسر التوافق الاجتماعي. (2) (احمد عبد اللطيف وحيد؛، 2001، صفحة 41)

## 7- وظائف الاتجاهات:

الواقع ان الاتجاهات هي دوافع مكتسبة ادراكيا في نشأتها الاولى و في بعض اهدافا و هي بتكوينها و اركانها تتخذ لنفسها وظائف عامة و خاصة تسعى لتحقيق اهداف الجماعة و الفرد، و هي ديناميكية في تفاعلها مع الموقف الذي يحتوي الفرد و البيئة فهي ادراكية وظيفية و ديناميكية. و من اهم وظائف الاتجاه:

### 7-1- الوظيفة المنفعية التكوينية:

كثيرا ما يؤدي تعبير الفرد عن اتجاهه الى تحقيق اهدافه الاجتماعية، و ذلك انه لا يعبر عن اتجاهه الخاص انما يعلم الناس تقبله لافكار التي تسود مجتمعه من قيم و معايير و معتقدات فالاتجاهات موجّهات سلوكية تمكن الفرد من تحقيق اهدافه و اشباع دوافعه في ضوء المعايير الاجتماعية السائدة كما تمكنه من انشاء علاقات سوية مع الاخرين داخل مجتمعه.

### 7-2- الوظيفة التنظيمية:

كثيرا ما يكتسب الانسان و هو بصدد بحثه عن معاني الظواهر بعض الاتجاهات المعينة، تتجمع هذه الاتجاهات و الخبرات متعددة بشكل منظم مما يؤدي الى اتساق سلوكه و ثباته نسبيا من المواقف المختلفة و يعود الفضل في هذا الانتظام و التنظيم الى ما يحمله الفرد من اتجاهات مكتسبة و هذا فان الاتجاهات تكسب الفرد معايير و اطر مرجعية لتنظيم خبراته. (1) (د.رهيب مجيد الكيسي؛ صالح حسن؛، 2000، صفحة 87)

### 3-7- الوظيفة الدفاعية:

كثيرا ما يعكس الاتجاه ناحية عدوانية عند الفرد من احباط لدوافعه او يعكس احساس بالفشل و الصراع، و معنى هذا ان حاجة الانسان الى ان يبرر تصرفاته و الى ان يجد كبش فداء يلقي عليه اللوم و يؤدي الى تكوين اتجاهات العدائية و العنصرية.

### 4-7- وظيفة تحقيق الذات:

يتبنى الفرد مجموعة من الاتجاهات توجه سلوكه و تتيح له الفرصة للتعبير عن ذاته و تحديد هويته و مكانته في المجتمع الذي يعيش فيه، كما تدفعه اتجاهاته للاستجابة بقوة و نشاط و فعالية للمميزات المختلفة الامر الذي يؤدي الى تحقيق الهدف الراسي في الحياة الا و هو تحقيق الذات. (2) (نبيلة ميخائيل مكاري و آخرون؛، 2002، صفحة 234)

### 8- نظريات الاتجاه:

لقد اهتم العديد من العلماء بموضوع الاتجاهات و حاولوا وضع نظريات تقوم على كيفية تكوين الاتجاهات كما قام علماء آخرون بوضع نظريات تفسر الاتجاه.

### 1-8- نظريات تكوين الاتجاهات:

اصبح من الواضح في الاونة الاخيرة ان الاتجاه يتم اكتسابه عن طريق الخبرة في مختلف المواقف و لذلك فان اسبابه يمكن ان تخضع للدراسات العلمية، و نذكر هنا نظريتين من نظريات تكوين الاتجاه و هما:

النظرية الوظيفية للاتجاه:

يقول كل من كاتس (KATS) و ستوتلاندا (STOTLAND) ان الاساس الدافعي للاتجاه بمثابة مفتاح فهو تغيير الاتجاه، و مقاومتها للاتجاه).

كما ان العوامل الاتصالية و الموقفية نحو تغيير الاتجاهات لها تأثيرات مختلفة متوقعة على الاساس الدافعي للاتجاه. فمن خلال تعبير الفرد عن ذاته بالاتجاهات، فانه يستمد الاشباع عندما تكون هذه الاتجاهات متسقة مع مفهومه عن ذاته و قيمه الشخصية.

### نظرية العوامل الثلاثة:

يقول كيلمان KELMEN في هذه النظرية:

" ان تغيير الاتجاه من الممكن حدوثه عن طريق التوحد او التقمص عندما يتبنى شخص معين السلوك الصادر من شخص آخر او جماعة ما لان هذا السلوك يرتبط باشباع تحدي الذات " (1) (طارق كمال، 2005، صفحة 209)

### 8-2- نظريات التعرض للتمييز:

حيث اظهرت عدد من الدراسات التي تناولت الاتجاهات ان تعرض الفرد لمثير معين بصورة متكررة قد يجعله عادة يكون استجابة اكثر ايجابية ازاء ذلك المثير. (2) (ويتيدج، درانوف؛ ترجمة عادل عز الدين الاشول؛ صفحة 326)

### 9- النظريات المفسرة للاتجاهات:

هناك مجموعة من النظريات الكبرى التي حاولت تفسير الاتجاه، و لكن نظرية من هذه النظريات توجهها و رؤيتها في هذا التفسير، و سيتم عرض هذه النظريات كما يلي:

### 9-1- نظرية التحليل النفسي:

تؤكد هذه النظرية ان اتجاهات الفرد دورا حيويا في تكوين "اناه" "الانا" و هذه "الانا" تمر بمراحل مختلفة و متغيرة من النمو منذ الطفولة الى مرحلة البلوغ، متأثرة في ذلك بمحصلة الاتجاهات التي يكونها الفرد نتيجة.

لخفض او عدم خفض توتراته، و ان اتجاه الفرد نحو الاشياء يحدده دور تلك الاشياء في خفض التوتر الناشيء عن الصراع الداخلي بين متطلبات "الهوة" الغريزية و بين الاعراف و المعايير و القيم الاجتماعية.

اذ يتكون اتجاه ايجابي نحو الاشياء التي خفضت التوتر، او يتكون اتجاه سلبي نحو الاشياء التي اعاقت او منعت خفض التوتر، و يمكن لاتجاهات الفرد ان تتغير اذا ما تم دراسة ميكانزمات الدفاع لديه و الحلول التي تقدمها و كذلك الاعراض التي من خلالها يخفض من توتراته، و يتم ذلك عن طريق اخضاع الفرد للتحليل النفسي، لتبصيره باساس توافقاته المصطنعة و ما يصاحبها من وجود اتجاهات قبول او رفض.

### 9-2- وجهة النظر السلوكية:

لتفسير تكوين الاتجاهات و تغييرها استخدمت وجهة النظر هذه المبادئ المستمدة من نظريات التعلم، سواء نظريات الارتباط الشرطي او نظريات التعزيز، فالالاتجاهات هي عادة متعلقة بالبيئة على وفق القوانين الارتباط و الاشباع الحاجات.

استخلص "روزنو" من تجارب اشتراطية متوسطة متعلمة و يمكن تكوينه و تعديله باستخدام التعزيز اللفضي و ان استخدام صور من التعزيز الايجابي اللفضي او التعزيز اللفضي السلبي للتحجج المؤيدة او المعارضة للرأي و يؤدي الى تغيير في الرأي نحو الحجة التي كانت قريبة زمنيا من التعزيز الايجابي و بعيدة عن التعزيز السلبي، و افتراض "روزنو" ان تغيير الرأي يؤدي الى تغيير الاتجاه.

### 9-3- وجهة النظر المعرفية:

تندرج في اطار هذا الاتجاه كل التصورات النظرية التي اهتمت اساسا باثر المعلومات الملائمة للاتجاه على بناء معرفي للفرد فنظرية الاتساق المعرفي لروزنبرج و ابلسون الى ان الاتجاه حالة وجدانية مع او ضد موضوع او فئة من الموضوعات و ان هذه الوجدانات ترتبط عادة بمجموعة من المعارف او المعتقدات و ان الاتجاهات ذات بنية نفسية منطقية و انه اذا حدث تغير في احد المكونات او العناصر فان ذلك سيؤدي بالضرورة الى تغير في الاخر و عليه فان أي تغير في المكون الوجداني للاتجاه سيؤدي الى تغير من المكون المعرفي و العكس صحيح لذا لا بد من وجود اتساق بين المكونين و هذا الاتساق في بنية الاتجاه هو الذي يسمح لنا التنبؤ بالسلوك.

و يصف روزنبرج ديناميكيات اتزان الاتجاه فيقول اذا كانت العناصر الوجدانية و المعرفية للاتجاه في حالة اتساق كان الاتجاه ثابتا و مستقرا، اما اذا كانت هذه العناصر في حالى عدم اتساق بدرجة تفوق حدود الفرد و اجتمهله، فان الاتجاه يكون في حالة عدم استقرار، و في هذه الحالة يحدث عادة تنظيم الاتجاه ينتج عنه اما رفض للرسائل او القوي التي اوجدت عدم الاتساق بين المكونين الوجداني و المعرفي و عندما تستعاد حالة

الاستقرار للاتجاه القديم، ا وان يحدث تفتيت للاتجاه عن طريق عزل العناصر المعرفية و الوجدانية غير المتسقة عن بعضها، او يحدث تغير بحيث يؤدي الى تكوين اتجاه جديد.

### 9-4- نظرية التعلم الاجتماعي:

يؤكد علماء هذه النظرية و منهم باندورا و لترز على ان الاتجاهات متعلمة و ان تعلمها هذا يتم من خلال نموذج اجتماعي، و من المحاكات فالوالدان هما اوضح النماذج التي يحاكي الاطفال سلوكهما و يتوحدون معها منذ مراحل العمر المبكرة ثم ياتي دور الاقران في المدرسة و من ثم وسائل الاعلام المختلفة.

### 10- اساليب و طرق تغير الاتجاهات:

اوضحت الادبيات النفسية ان هناك عداد من الاساليب العلمية لتغير الاتجاهات منها(1) (رهيب مجيد اكيبي؛ صالح حسن الداهي، 2000)

- ✓ اسلوب الدور: و يتمثل في ان أي شخص عندما يؤدي دورا يتعرض مع اتجاه يتبناه فان ذلك يؤدي الى تغير هذا الاتجاه و تبني اتجاه آخر.
- ✓ اسلوب احداث الشعور بالاثم: و يتمثل هذا الاسلوب عندما يقترف الشخص اثما و يحاول الاستجابة بسلوك اخر للتخفيف من ذلك الشعور.
- ✓ اسلوب الخوف: و يتمثل في ان المميزات المؤدية الى الخوف العالي تؤدي بالشخص الى تغيير في اتجاهاته.
- ✓ اسلوب المكافئة: و يتمثل في ان اسلوب المكافئة كلما كان معتدلا ادى الى التغير في اتجاهات الشخص.
- ✓ اسلوب الخضوع لراي الجماعة.
- ✓ وسائل الاعلام بكافة انواعها: و تعد هذه الاساليب من النجح الاساليب المستعملة من تغير الاتجاهات التي تبناها الشخص.

#### 11- طرق تغير الاتجاهات:

ان كل سلوك قابل للتغير وفق محددات معينة كالقيود التي تفرضها العوامل الوراثية و في حالة الاتجاهات التي تتصف بالتبات و الاستمرار النسبي حسب موضوع الاتجاهات و الظروف البيئية و الاجتماعية المحيطة بالفرد، و يساعد البحث في تغير الاتجاهات بعوامل العلاج و الارشاد النفسي و الوقاية من المشاكل قبل و بعد حدوثها فمن الممكن وقاية المراهقين من المخدرات و الكحول و من خلال تغير اتجاهاتهم و مساعدتهم في تطوير اتجاهات ايجابية تجاه كل القضايا التي تخصهم و يجب ان يتضمن تغير الاتجاهات تغير في مكونات الثلاثة. فلا يعقل في الوضع الطبيعي ان يتغير احدهما و يبقى المكونات الاخرى بصورة معاكسة و لذلك فان عملية الاتجاهات هي عملية اعادة بناء كامل لكل مكونات الاتجاه.

بعض البادئ التي يجب مراعاتها قبل الحديث عن طرق و نظريات تغير الاتجاهات:

- ✓ ان الاتجاهات المنغرس في البناء الاساسي للشخصية لا يمكن تغييرها بالوسائل السهلة و العادية.
- ✓ ان تغير الاتجاهات للقوية لدى اعضاء الجماعة قليل الجدوى و لا بد من التعامل مع الجماعة و ذلك لان الاتجاهات مرتبطة بالجماعة و تتصل بمواقفها.
- ✓ ان محاولة تغير الاتجاهات بالقاء المحاضرات او بالجدل المنطقي هو عديم الجدوى اذ لم يستطع بعض ممن اعتمدوا هذه الطريقة احداث أي تغيير.
- ✓ يجب الاهتمام باحداث التغير من داخل الفرد أي من خلال تغير دوافعه لان فرض التغير من المصادر الخارجية غير ناجحة و ان صاحبه معززات او تهديدات.
- ✓ يجب ان تحتوي استراتيجيات موجهة - طرق التغير - للتعامل مكونات الاتجاه الثلاثة المعرفية السلوكية

الوجدانية. (1) (عدنان يوسف العتوم؛، 2009، الصفحات 210-211)

هناك العديد من الطرق و الوسائل التي قد تساعد في تغيير الاتجاهات نذكر منها:

### 11-1- دور الجماعة:

للجماعة دور كبير في تغيير اتجاهات الفرد حيث وجد انه كلما كان توحد الفرد بالجماعة متعمقا فان تغيير اتجاهه يغدو امرا صعبا و لذلك فان تغيير الاتجاه ينبغي ان يسبقه ابعاد الفرد عن الجماعة. (2)  
(احمد عبد اللطيف وحيد،، 2001، صفحة 49)

### 11-2- تغيير الاطار المرجعي:

الاتجاه متعلم أي مكتسب من البيئة التي يعيش فيها الفرد و هي الاطار المرجعي له و المتضمنة المعايير الاجتماعية و القيم و المدركات و الاحداث أي تغيير في اتجاهات الفرد من تغيير في الاطار المرجعي له.

### 11-3- المعلومات الجديدة:

وجد ان المعلومات الجديدة حول موضوع الاتجاه تعد ادات هامة في تغيير الاتجاه فاي تغيير فيها سيؤدي الى تغيير الاتجاه.

### 11-4- التغيير الاجتماعي:

يعد التغيير الاجتماعي ظاهرة مستمرة تتميز بها الحياة الاجتماعية فضلا عما تحدثه التغيرات السريعة في المجتمع كالثورات و الحروب و الهجرة و هذه الظاهرة جذبت اهتمام العلماء و خاصة علماء النفس الاجتماعي الذين اكدوا على ان البعد او الجانب السلوكي لهذه الظاهرة هو الذي يحدد حدوث التغيير الاجتماعي المستند على تغيير قيم الافراد و اتجاهاتهم.

### 11-5- الاتصال المباشر بموضوع الاتجاه:

يحدث غير في موضوع الاتجاه لدى الفرد عندما يتصل الفرد اتصالا مباشرا بموضوع الاتجاه اذ ان ذلك سيتيح للفرد التعرف على جوانب عديدة مما يؤدي الى تغيير اتجاه الفرد نحوه.

### 11-6- تغيير الموقف الاجتماعي:

اذا ما تغير الموقف الاجتماعي للفرد فان اتجاهاته ستتغير فمثلا نلاحظ ان اتجاهات الشاب او الشابة تتغير بعد الزواج.

### 11-7- تأثير الضغوط:

تتغير اتجاهات الفرد نتيجة لتعرضه شديدة عصبية للاعتقال او الاسر.

### 11-8- وسائل الاعلام:

اضحى لوسائل الاعلام المختلفة اثر كبير في تغيير اتجاهات الفرد لما لها من سرعة وصول الى الافراد حتى يصدق القول الذي يقول، ان العالم اصبح ما يشبه القرية فالاذاعات المتعددة و شبكات التلفزة المنتشرة و الانترنت و المحطات الفضائية كلها تقوم بتقديم المعلومات و الاخبار بالصورة و الصوت، الامر الذي يجعل الافراد على اتصال مباشر بهذه المصادر و هذا من شأنه يلقي الاضواء على الاحداث و يساعد على تغيير الاتجاهات سلبيا او ايجابيا.

## 12- نظريات تغيير الاتجاهات:

### 12-1- نظريات مفهوم الذات:

تشير نظريات الذات الى اننا نتصرف بطريقة تجلب لنا الرضى لدى الاخرين، و لذلك فنحن نبنى اتجاهات لا نؤمن بها بالضرورة و لكننا نعلنها لتحسين صورة الذات، و تعديل الذات هنا ممكن بتغيير مصادر مفهوم الذات و البحث عن طرق بديلة لتحسينه.

### 12-2- نظرية الادراك الاجتماعي:

و تشير نظرية ييم في الادراك الاجتماعي ان الطريقة التي نقيم فيها الاخرين بعد موقف معين يؤثر في اتجاهاتنا نحو هذا الموقف، حيث اذا كانت افعالنا و آراءنا غير واضحة حول موقف معين، فاننا نقوم بملاحظة افعالنا و سلوكنا لتحديد من خلال ذلك اتجاهاتنا، فالنظرة الداخلية للذات تساعد في فهم الذات و اعادة النظر في اتجاهاتنا الحاضرة.

### 12-3- نظرية الاستقطاب الجماعي:

تشير ظاهرة الاستقطاب الجماعي الى تطرق في الاراء و الاتجاهات عن الراي الاصيلي ايجابي ام سلبي بعد حدوث النقاش الجماعي، فاذا كان الراي المبدئي او الغالب للجماعة قبل النقاش يميل الى التطرق الايجابي، فان راى اعضاء الجماعة سوف يصبح اكثر ايجابية بعد النقاش و اذا كان راى اعضاء الجماعة يميل الى الجانب السلبي قبل النقاش فان راى الجماعة سوف يصبح اكثر سلبية بعد النقاش و التطرق في الاراء و المواقف يفضي الى اتخاذ قرارات ضعيفة و متطرفة و تبني اتجاهات مغايرة او متشددة في اغلب الاحيان. و تعود اسباب التطرق في سلوك الجماعات و اتجاهاتها و قراراتها الى الميل الى التطرق و الابتعاد على الاعتدال و الاقتراب من الموقف الذي يدعن لراى الاغلبية و لان التطرق في القرارات ليس مقتصر على القضايا المعضلة بل يتعمم جميع انواع القرارات تقريباً. (1) (عدنان يوسف العتوم؛، 2009، الصفحات 211-212)

## 13- قياس الاتجاهات النفسية:

تشير البحوث و الدراسات النفسية الى وجود طرق عديدة لقياس الاتجاهات النفسية نذكر منها:

❖ طرق تعتمد على التعبير اللفظي للفرد.

❖ طرق تعتمد على الملاحظة او المراقبة البصرية للسلوك الحركي للفرد.

❖ طرق تعتمد على قياس الانفعالية للفرد.

سنحاول ذكر بعض الطرق التي استعملت لقياس الاتجاهات النفسية:

### 1-13- طريقة الانتخاب:

تعتبر هذه الطريقة من الطرق العامة التي تسهل استخدامها و تحليل نتائجها و هي تعتمد على استفتاء الذين يتكون من مجموعة اسماء او موضوعات او صور مواقف اجتماعية: و على الفرد ان يختار احب هذه الموضوعات الى نفسه او اهمها اليه او افضلها عنده او غير ذلك من النواحي الذي يراد قياسها، ثم بعد ذلك تقوم بحساب النسب المؤوية للاصوات، ثم ترتب الموضوعات ترتيبا يعتمد على القيم العددية لتلك النسب المختلفة، اذا كانت هذه طرية تتسم بالسهولة و تحليل النتائج الا انها لا توضح بدقة الفروق القائمة بين الموضوعات و تتأثر بالعوامل الخارجية.

### 2-13- طريقة الترتيب:

تعتمد هذه الطريقة على اسلوب ترتيب موضوعات الاستفتاء ترتيبا يعتمد في جوهره على نوع الاتجاه المراد قياسه، و بذلك يتكون الاستفتاء من عدد محدد من الموضوعات و تتخلص استجابة الفرد المفحوص في ترتيب هذه الموضوعات بالنسبة لدرجة ميله نحوها او نفوره منها. (1) (سعاد جبر سعد، 2008، الصفحات 350-354)

### 3-13- طريقة المقارنة الازدواجية:

خلاصة هذه الطريقة هي في ان يفضل الفرد اتجاهها على آخر نحو الموضوعات الذي يتم قياسه فمثلا تعرض عليه نوعين من الحيوانات فيفضل نوعا على آخر، ثم تقوم بعرض انواع اخرى من الحيوانات فيفضل نوع آخر على الاخرين، و هكذا و في هذه الحالة لا بد من اعطاء الشخص فرصة التفضيل لجميع المقارنات الزوجية و الممكنة حيث تعتمد هذه الطريقة بالاساس على المقارنة الازدواجية.

### 4-13- طريقة التدرج:

تعتمد هذه الطريقة على تدرج مدى الاتجاه من البداية حتى النهاية بحيث تدل كل درجة من التدرج على قيمة معينة لشدة الاتجاه و تستخدم هذه الطريقة غالبا في قياس الاتجاهات الفردية أي ان كل

مقياس يدور حول اتجاه معين مطلوب قياسه، حيث يمكن ان اتجاه الفرد نحو موضوع ما يختلف عن اتجاه فرد آخر حول نفس الموضوع.

### 13-5- طريقة جتمان:

تتلخص هذه الطريقة في المحاولة لايجاد مقياس يشبه المقياس الذي يستخدمه اكشف قوة الرؤية او الابصار عند الافراد، فاذا قلنا مثلا ان قوة رؤية او ابصار زيد هي 9/7، ففي هذه الحالة توضح لنا هذه الدرجة عدد الصفوف التي يستطيع زيد ان يميزها أي ان زيد يرى كل ما هو اقل من 9/7 و هو لا يزيد في الابصار عن هذه الدرجة اذ ان هذا الشرط لم يتوفر تماما في جميع المقاييس السابقة. (1) (سعاد جبر سعد؛، 2008، صفحة 252)

### 13-6- مقياس بوجاريدس:

يعتبر بوجاريدس ن رواد حركة قياس الاتجاهات و قد اهتم بقياس المسافة الاجتماعية بين الافراد و يشتمل مقياسه على سبع وحدات تمثل درجات متفاوتة لموقف الحياة الواقعية، و يمكن فيها الاستدلال على شعور الفرد بالبعد او القرب الاجتماعي نحو جنس او شعب آخر.

### 13-7- مقياس ليكوت:

اقترح ليكوت خطة جديدة لوضع اختيارات القياس للاتجاهات النفسية تعتمد على درجة الموافقة بمعنى ان يستجيب الافراد الى جميع العبارات التي يشملها المقياس عن طريق احدى الدرجات التالية، اوافق بشدة - اوافق - غير متأكد - لا اوافق - لا اوافق بشدة، و يتطلب من الفحوص ان يضع علامة الاجابة التي تعتبر عن راية احسن تعبير بالنسبة لكل عبارة من العبارات التي يتضمنها المقياس. (2) (نبيلة ميخائيل مكاري و آخرون؛، 2002، الصفحات 237-238)

### 13-8- مقياس ادينجتون للاتجاهات:

وضع المقياس بهدف قياس اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية الجدد نحو التربية الرياضية من مستوى الصف الثالث الاعدادي الى مرحلة الثانوي و يصلح للتطبيق على الجنسين ذكور و اناث، و تشمل الصور الاصلية للمقياس على (66) عبارة يتم الاستجابة لها في ضوء مقياس مدرج من خمسة تدريجات:

اوافق بدرجة كبيرة - اوافق - لم اكون راى - اعارض - اعارض لدرجة كبيرة.

### 13-9- مقياس كينيون نحو النشاط البدني:

واضح هذا المقياس هو كينيون جرالدي على اساس افتراض ان النشاط البدني يمكن تبسيطه الى مكونات اكثر تحديدا و اوضح للمعنى كما يمكن تقسيمه الى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا، و لذلك يتضمن المقياس ستة ابعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني هي:

- ✓ النشاط البدني كخبرة اجتماعية.
- ✓ النشاط البدني للصحة و اللياقة.
- ✓ النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.
- ✓ النشاط البدني كخبرة جمالية.
- ✓ النشاط البدني كخبرة لخفض التوتر.
- ✓ النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.

و يتضمن المقياس صورتين احدهما للبنين و تشمل (59) عبارة و الاخرى للبنات تتضمن (54) عبارة يتم الاجابة عنها في ضوء مقياس مدرج من خمسة تدريجات: اوافق بدرجة كبيرة - اوافق - لم اكون راى - اعارض لدرجة كبيرة - اعارض. و درجات ابعاد المقياس هي مجموعة درجات كل بعد على حدا و لا تجمع درجات الابعاد الستة معا، اذ ليس للمقياس درجة كلية و الدرجة العليا كل بعد تشير للاتجاهات الايجابية و الدرجة المنخفضة تشير للاتجاهات السلبية. (3) (نبيلة ميخائيل مكاري و آخرون؛، 2002، صفحة 239)

### 10-13- مقياس الاتجاهات نحو ابعاد التفوق الرياضي:

واضح هذا المقياس في اصل دونالد دال بهدف قياس الاتجاهات نحو الرياضة و نحو الابعاد المرتبطة بالتفوق الرياضي، و يقيس هذا المقياس ثلاث ابعاد بالاضافة الى الدرجة الكلية للمقياس و التي تشير الى اتجاه الفرد نحو الرياضة و هو:

- ✓ الاتجاه نحو ضبط النفس.
- ✓ الاتجاه نحو الاحساس بالمسؤولية.
- ✓ الاتجاه نحو احترام الاخرين.

يصلح هذا المقياس للتطبيق على الجنسين في المراحل السنوية ابتداء من (14 سنة) فما اكثر و يتكون هذا المقياس من (54) عبارة يتم الاستجابة لها على ضوء مقياس مدرج من خمسة تدريجات: اوافق بدرجة كبيرة - اوافق - غير متأكد - لا اوافق - لا اوافق بدرجة كبيرة. و درجات ابعاد هذا المقياس هي مجموعة درجات كل بعد على حدى. اما الدرجة الكلية لكل مقياس في مجموعة درجات جميع.

### 11-13- مقياس سونستيريوم للاتجاه نحو النشاط البدني:

وضع هذا الاختبار سونستيريوم بناء على النظرية ان الاتجاه نحو النشاط الرياضي يمكن تعديله عن طريق ممارسة نشاط رياضي، و قد تم بناء هذا الاختبار عن طريق اتباع الاجراءات السليمة في تكوين الاختبارات، تم توظيف صدق التكوين ممن خلال العديد من الدراسات و البحوث، لذلك فان الباحثين الذين يخططون دراسة لقياس التعديل في الاتجاهات من خلال بعض الانشطة الرياضية المحددة يتم توجيه النصح اليهم عن طريق (peps) اكثر استخدام اختبار كينيون، لان الاختبار الثاني يتم بناءه في ضوء اطار مرجعي من الصعب تعديل اتجاهاته. (1) (محمد العربي شمعون؛، 1999، الصفحات 437-438)

و في الاخير و كنتيجة لما تم ذكره نستخلص ان الاتجاهات النفسية يعد احد المواضيع الهامة التي لقيت اهتماما خاصا لدى اغلب علماء النفس و يمكن القول ان دراسة الاتجاهات ساعدت في معرفة الجوانب و الخبايا لدى الرياضيين و هذا ما ساعد على تخطي العديد من المشاكل التي تحيط بالفرد و قد قام العديد من العلماء بأنجاز بحوث و دراسات علمية دقيقة و معمقة في هذا الجانب و قد خضعي هذه الظاهرة للدراسة و القياس مما اتاح للخبراء و الدارسين القدرة على التعرف على سلوك الفرد و العوامل المؤثرة فيه كما وضع العلماء العديد من النظريات التي حددت ماهية الاتجاه و كيفية تكونه بل ذهبوا الى ابعاد من ذلك حيث وضعت العديد من النظريات التي جاء بتفسيرات عديدة للاتجاهات كما ساعدت هذا النظريات على تقويم و تعديل الاتجاهات لدى الافراد و تعد الاتجاهات حالة نفسية مكتسبة و هي احد مكونات الجهاز النفسي للانسان تقوم على العديد من الخصائص - معرفية - انفعالية - سلوكية - و هذا ما يجعل التعرف على اتجاهات الفرد من الصعوبة بما كان حيث لا تظهر هذه السلوكيات مباشرة انما يستدل عليها من خلال ما يبد من الفرد من افعال و هذا ما يستلزم دراسات معمقة و طرق قياس مختلفة و في هذا الصدد يمكن ان نقول ان الاتجاهات هي حالة نفسية مكتسبة من البيئة التي يعيش فيها الفرد تغلب عليها الذاتية في التعامل يمكن توجيهها توجيها صحيحا يتيح للفرد حياة افضل بعيدة عن المشاكل التي يقع فيها الافراد في مرحلة معينة من العمر.

**تمهيد:**

ان المنهجية تتمثل في مجموعة المناهج و الطرق و الاجراءات الموجهة للباحث اثناء قيامه ببحثه ثم يمكن استنتاج وظيفتها المتمثلة في جمع المعلومات، و تصنيفها، و قياسها و تحليلها للوصول الى نتائج مفيدة دقيقة تُخدم البحث العلمي.

و قد حاولنا في هذا الفصل التطرق الى اجراءات البحث و توضيح الخطوات المتبعة اثناء الدراسة مع تحديد مجتمع البحث و العينة المعمول بها اثناء الدراسة مع شرح الاداة المستخدمة و اجراءات التطبيق الميداني و المعالجة الاحصائية.

## 1- منهج البحث:

الاساس في مناهج البحث انما تساعد الباحث في الوصول الى الحقائق و عندما الباحث الى هذه النتائج و الحقائق فانه يلجأ الى عرضها في شكل بحوث او كتب او لكي يصل الى هذه النتائج يجب عليه ان يكون دقيقا جدا و محايدا بحيث لا تغلب ميولاته الشخصية على نتائج البحث.

و قد راينا الى ان المنهج الملائم لهذه الدراسة هو المنهج الوصفي المقرن و الذي يعتبر من المناهج الهامة التي تجمع بيانات دقيقة و حقيقة عن الظاهر قيد البحث و يقوم المنهج الوصفي على عدة خطوات هي:

- عملية فحص الموقف الذي يسبب المشكلة.
- عملية وضع اطار للمشكلة و اعطاء الفروض لها.
- استخدام الطرق العلمية في جمع بيانات الظاهرة محل البحث.
- القيام بعملية الملاحظة بصورة دقيقة.
- تفسير النتائج بصورة دقيقة.
- و تعتبر احد اهم طرق المنهج الوصفي.
- قد تكون مباشرة او غير مباشرة.
- قد تكون ملاحظة دائمة او عابرة (كمال، الصفحات 239-240)

## 2-دراسة استطلاعية:

### 1-2 خطوات الدراسة الاستطلاعية :

- قام الباحثان بالتوجه الى ثانوية بن داود مرفقين بتسهيل المهمة التي قدمت الى مدير الثانوية
- التنسيق مع استاذ المادة قصد اخذ موعد الاجراء الدراسة
- بعد اخذ الموعد المتفق عليه مع الاستاذ تم توزيع الاستمارة على تلميذ من قسم علوم تجريبية ممارسين للتربية البدنية و الرياضية ذكور و اناث
- تم شرح المقياس ي تحديد مدة الاجابة ب دقيقة
- تسجيل الملاحظات و تساؤلات التلاميذ و استفساراتهم
- اعادة اتوزيع المقياس على نفس العينة و نفس التوقيت بعد اسبوع

### 1-2- ثبات الاختبار:

يقصد بثبات الاختبار هو ان يعطي الاختبار النتائج اذا ما اعيد على نفس الافراد و في نفس الظروف و المقصود بثبات الاختبار، " درجة الثقة " و ذلك ان الاختبار لا يتغير في النتيجة أي ذو قيمة ثابتة، خلال التكرار للاعادة و بمعنى آخر اعطاء الثبات للنتائج التي تحصل عليها الباحث اذا ما اعيدت التجربة على نفس المجموعة المتشابهة. حيث طبقنا مقياس اندجيتون على تلاميذ الثالثة ثانوي و الذي بلغ 15 تلميذ تم

اختيارهم بطريقة عشوائية، حيث قمنا باجراء الاختبار على نفس العينة و كانت المدة الاستطلاعية لمدة اسبوع.

### 2-1- صدق الاختبار:

يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار الذي يدل على مدى تحقيق الاختبار لهدفه الذي وضع من اجله و يقصد بصدق الاختبار ( مدى صلاحية الاختبار للقياس كما وضع لقياسه) و يذكر كل من باروما كوجي ان الصدق يعني المدى الذي يؤدي فيه الاختبار. الغرض الذي وضع من اجله حيث يختلف الصدق وفقا للاغراض التي يؤدي قياسها و الاختبار الذي يجري لاثباتها و من اجل التأكد من صدق الاختبارات.

### 2-3- موضوعية الاختبار:

" يقصد بالموضوعية التحرر من التحيز و التعصب و عدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر الباحث من أحكام" (حسين، 1998).

- تعني موضوعية الاختبار عدم تأثره أي أن الاختبار يعطي نفس النتائج مهما كان القائم بالتحكيم يشير فان الدالتين أي انه يعتبر الاختبار موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن من يصححه و ترجع موضوعية الاختبار في الأصل إلى مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار و حساب الدرجات أو النتائج الخاصة به و الموضوعية العالية للاختبار على مجموعة معينة من المحكمين بحساب درجات الاختبار بنفس الوقت عندما يطبق الاختبار على مجموعة معينة من الأفراد، يحصلون تقريبا على نفس النتائج و ذلك مع تسليم بان المدرسين أو المحكمين مؤهلين للقيام بهذه المهمة بدرجة عالية متكافئة، و يعرف "باروما كجي" الموضوعية "بكونها درجة الاتساق بين أفراد مختلفين لنفس الاختبار" و يعبر عنه معامل الارتباط، و في هذا السياق استخدمنا الموضوعية في تطبيق مقياس الاتجاهات النفسية.

### 3-المجال الزمني و المكاني:

جاءت حدود دراستنا على النحو التالي:

#### 2-1- المجال البشري:

قامت دراستنا على عينة عشوائية منتظمة ضمت مائة و عشرين 120 تلميذا في طورين دراسيين مختلفين توزعت على النحو التالي 60 تلميذا في المرحلة المتوسطة و 60 تلميذا في المرحلة الثانوي توزعت بالتساوي كما انها قسمت هذه النسب نصفين 30 بنات و 30 ذكور في كل طور دراسي

#### 2-2- المجال المكاني:

قمنا باجراء هذه الدراسة في متوسطات و ثانويات ولاية غليزان في قسمي سنة رابعة متوسط و سنة ثالثة ثانوي و قد حددت هذه الثانويات بثانويتين هما: ثانوية الانتصار-غليزان- و ثانوية بن داود مركز-غليزان- كما حددت في متوسطتين هما متوسطة الشهيد منور الحاج بن داود - غليزان - و متوسطة ابن رشد - غليزان -

### 2-3- المجال الزمني:

بدات الدراسة في التواريخ التالية:

الجانب التطبيقي انطلق في دراستنا من تاريخ 2015/04/05 الى غاية 2015/05/25 .

### 4- الشروط العلمية للاداء:

مقياس اندجتون للاتجاهات وضعه في الاصل تشارلز اندجتون لقياس اتجاهات تلاميذ مدارس الثانوي الجدد نحو التربية الرياضية و اعد صورته العربية محمد حسن علاوي و يصلح المقياس للتطبيق على التلاميذ و التلميذات ابتداء من مستوى الصف الثالث الاعدادي حتى نهاية مرحلة الثانوي. (1) (محمد حسن علاوي؛، 1998، صفحة 435)

### 3-1- المعاملات العلمية:

#### - الثبات:

بلغ معامل الصورة الاصلية للمقياس 0.92 باستخدام طريقة التجزئة النصفية عند تطبيقه على 100 تلميذ من تلاميذ الصف التاسع - يعادل الصف الثالث اعدادي - بمدارس ولاية كولورادو الامريكية و بلغ معامل ثبات الصورة العربية للمقياس باستخدام مقياس التجزئة النصفية 0.89 عند تطبيقه على 50 تلميذا من تلاميذ الصف الثالث اعدادي بمدارس محافظة الجيزة . 0.91 باستخدام طريقة التجزئة النصفية على 62 تلميذة من تلميذات الصف الاول من نفس المحافظة.

#### - الصدق:

تم احتساب صدق المقياس في صورته الاصلية عن طريق الصدق المنطقي بوساطة خبراء محكمين و عن طريق صدق التكوين الفرضي باستخدام المجموعات المتميزة و في البيئة المصرية تم عرض الصورة العربية للمقياس على 5 خبراء من الحاصلين على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية في مجال علم النفس الرياضي و اسفر عن حذف 22 عبارة لم يثبت صدقها المنطقي كما تم التحقق من الاتساق الداخلي لعبارات المقياس في صورته الجديدة كما تم التحقق من صدق التكوين الفرضي للمقياس عن طريق مقارنة نتائج مجموعتين من تلاميذ و تلميذات الصف الثالث اعدادي و الصف الاول ثانوي بمحافظة الجيزة و كل مجموعة تتكون من 52 تلميذ و تلميذة احدهما مجموعة المشتركين في فرق رياضة و اخرى مجموعة غير المشتركين في الفرق الرياضية و كانت الفروق بينها دالة احصائيا عند مستوى 0.001 لصالح مجموعة الرياضيين.

#### - التصحيح:

الصورة الاصلية للمقياس اشتملت على 66 عبارة اما الصورة العربية فتتكون من 44 و يجب كل فرد على كل عبارة على ضوء مقياس مدرج من 5 تدريجات:

وافق بدرجة كبيرة - اوافق - لا أكون أي رأي - اعارض - اعارض بدرجة كبيرة و يتكون المقياس من 22 عبارة ايجابية 22 عبارة سلبية:

ارقام العبارات الايجابية كما يلي:

43-40-36-35-31-30-29-27-26-24-22-21-19-18-16-13-12-11-9-5-4-2

ارقام العبارات السلبية كما يلي:

44-42-41-39-38-37-34-33-32-28-25-23-20-17-15-14-10-8-7-6-3-1

و اوزان العبارات الايجابية كما يلي:

5 درجات عند الايجابية اوافق بدرجة كبيرة - 4 درجات عند الايجابية اوافق - 3 درجات عند الايجابية لم اكون أي رأي - 2 درجات عند الايجابية اعارض - 1 درجة عند الايجابية اعارض بدرجة كبيرة.

اوزان العبارات السلبية:

1- واحد درجة عند الايجابية اوافق بدرجة كبيرة -2- درجتان عند الايجابية اوافق -3- ثلاثة درجات عند الايجابية لم اكون أي رأي -4- اربعة درجات عند الايجابية اعارض -5- درجات عند الايجابية اعارض بدرجة كبيرة، و الدرجة النهائية للمقياس هي مجموعة درجات جميع العبارات الايجابية و السلبية -44- عبارة و الحد الاقصى لدرجات المقياس 220 درجة و كلما زاد اقتراب الفرض من هذا الحد كلما دل على اتجاهاته الايجابية العالية نحو التربية الرياضية. (1) (محمد حسن علاوي، 1998، الصفحات 435-437)

## 5-مجتمع البحث:

تعددت مجتمعات البحث فقد يكون مجتمع البحث صغير يسهل دراسة جميع مفرداته مثل طلاب الجامعة او المعهد فهم مجتمع محدود و صغير يسهل حصر جميع مفرداته و قد يكون المجتمع كبيرا جدا يصعب حصر جميع مفرداته مثل طلاب الجامعات حول العالم و داخل البلد.

و ينقسم المجتمع الى:

❖ مجتمع محدود.

❖ مجتمع غير محدود.

و قد تم اختيار مجتمع البحث من المجتمع المحدود الذي تمثل في طلاب سنة رابعة متوسط و الثالثة ثانوي في ولاية غليزان و المقدر ب 1257.

## 6-عينة البحث و كيفية اختيارها:

تم اختيار عينة البحث بطريقتين مختلفتين فقد اعتمدنا في هذا البحث على العينة العشوائية البسيطة في اختيار مكان البحث و الذي يقوم على انتقاء - الثانويات و المتوسطات - بطريقة منهجية و مدروسة و تعد العينة العشوائية البسيطة الطريقة المثالية للوصول الى النتائج المرجوة حيث تم الاختيار العشوائي وفق شرط محدد لا وفق الصدفة حيث يتوفر كل فرد من المجتمع الاصلي الفرصة المكافئة لاي فرد آخر في ان يتم اختياره للعينة دون أي تمييز من قبل الباحث. (1) (سامي ملحم، 2000، صفحة 222)

و لهذا قمنا بتطبيق طريقة القرعة حيث قمنا باعطاء كل ثانوية رقم خاص و كتابة الارقام على قصاصات ورقية ووضعها في صندوق ثم سحب الاوراق حسب عدد العينة المطلوبة و التي تقدر بثانويتين و قد اعطت هذه القرعة ثانويتين هما على التوالي ثانوية الانتصار "غليزان" و ثانوية بن داود مركز "غليزان".

كما قمنا بنفس الطريقة في اختيار المتوسطات باعطاء ارقام خاصة و كتابة الارقام على قصاصات ورقية و قد حددت العينة المطلوبة بمتوسطتين و افضت عملية القرعة الى متوسطتين هما على التوالي متوسطة الشهيد منور الحاج-بن داود غليزان-متوسطة ابن رشد-غليزان-.

اما عن كيفية اختيار التلاميذ:

تعد عملية اختيار العينة من اهم العناصر في طريق إنجاز البحث كما تعد الوسيلة المثالية لاعطاء مصداقية شاملة لنتائج البحث المرجو الوصول اليه و لهذا قمنا باختيار العينة المثالية لهذا البحث و هي العينة العشوائية المنتظمة حيث يختار الباحث عينة ببحثه معتمدا على مبدأ مسافة الاختيار بين وحدات العينة على ان نختار الوحدة الاولى اختيار عشوائي و نظرا لتساوي مسافة الاختيار بين افراد العينة المنتظمة فان هذا النوع من العينات يدعى بالعينات ذات المسافة المتساوية. و لاختيار طول الفئة نعمل بالمعادلة الاحصائية التالية:

علمنا بان: 
$$M = \frac{N}{C}$$

ن ع

❖ م أ هي مسافة الاختيار - طول الفئة -

❖ ن م هي حجم مجتمع البحث

❖ ن ع هي حجم العينة المختارة (2) (رشيد زوياني، 2002، الصفحات 194-195)

و قد تضمنت عينتنا مجموعة من التلاميذ - ذكور و اناث - في مراحل عمرية مختلفة و لكنها ضمن فترة المراهقة حيث اخذت عينتنا في طورين مختلفين فقد اخذنا في الطور المتوسط 60 تلميذا قسمت بالتساوي بين الذكور و الاناث و قد اخذت هذه النسبة من مجتمع البحث الذي يقدر بـ: 218 تلميذ و تلميذة حيث قمنا بحساب طول الفئة لدى الذكور و البنات عن طريق اجراء المعادلة الاحصائية السابقة و

قد تحصلنا على طول الفئة عند الذكور و التي تقدر بـ: 2.8 علما ان عدد الذكور في عينة البحث تقدر بـ: 84 تلميذا كما قمنا بحساب طول الفئة لدى الاناث بنفس الطريقة حيث تحصلنا على طول الفئة لدى الاناث و التي تقدر بـ: 4.46 علما ان عدد الاناث في عينة البحث تقدر بـ: 134 تلميذة.

كما قمنا بحساب طول بحساب طول الفئة في مرحلة الثانوي و كان ذلك باختيار 60 تلميذا قسمت بالتساوي بين الذكور و الاناث و قد قمنا بحساب طول الفئة عند الذكور بنفس طريقة العمل في مرحلة المتوسط و قد كانت طول الفئة 15.46 حيث ضمت العينة 928 تلميذا و قد تقسمت العينة بين الذكور و الاناث حيث قمنا بحساب طول الفئة لدى الذكور و تحصلنا على طول الفئة التي تقدر بـ: 11.8 علما ان عدد الذكور يقدر بـ: 354 كما قمنا بحساب طول الفئة لدى الاناث بنفس الطريقة حيث تحصلنا على طول الفئة و التي تقدر بـ: 19.13 علما ان عدد الاناث يقدر بـ: 574 تلميذة.

### 7- أدوات الدراسة:

استخدمنا في الدراسة مقياس تشارلزاندجتون لقياس الاتجاهات النفسية وضعه تشارلز واعد الصورة العربية محمد حسن علاوي يحتوي على 44 سؤال منها 22 عبارة ايجابية و 22 عبارة سلبية حيث يختلف توزيع العلامات على الاجابات من الاسئلة الايجابية الى السلبية حيث يبدأ التنقيط 5 نقاط بنسبة للاسئلة الايجابية و نقطة واحدة بالنسبة للاسئلة السلبية كما يحتوي على 05 اقتراحات و هي وافق بدرجة كبيرة - وافق - لم اكون راي بعد - اعارض - اعارض بدرجة كبيرة.

### 8- اجراءات التطبيق الميداني لمعالجة الاحصائية: (1) (ايهاب حامد، 2006، الصفحات 73-132-318)

$$\bar{x} = \frac{\sum}{n}$$

المتوسط الحسابي:

$\bar{x}$ : المتوسط الحسابي

X : مجموع القيم.

n : عدد القيم.

$$\sigma = \sqrt{\frac{(x-\bar{x})}{n}}$$

الانحراف المعياري:

$\bar{x}$ : المتوسط الحسابي

X : مجموع القيم.

n : عدد القيم.

$\sigma$ : الانحراف المعياري.

$$T = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(\sigma_1^2 + \sigma_2^2)}{n-1}}}$$

اختبارات:

$\bar{x}_1$ : المتوسط الحسابي للعينة الاولى.

$\bar{x}_2$ : المتوسط الحسابي للعينة الثانية.

n : عدد القيم.

$\sigma_1$ : الانحراف المعياري لعينة المجموعة الاولى.

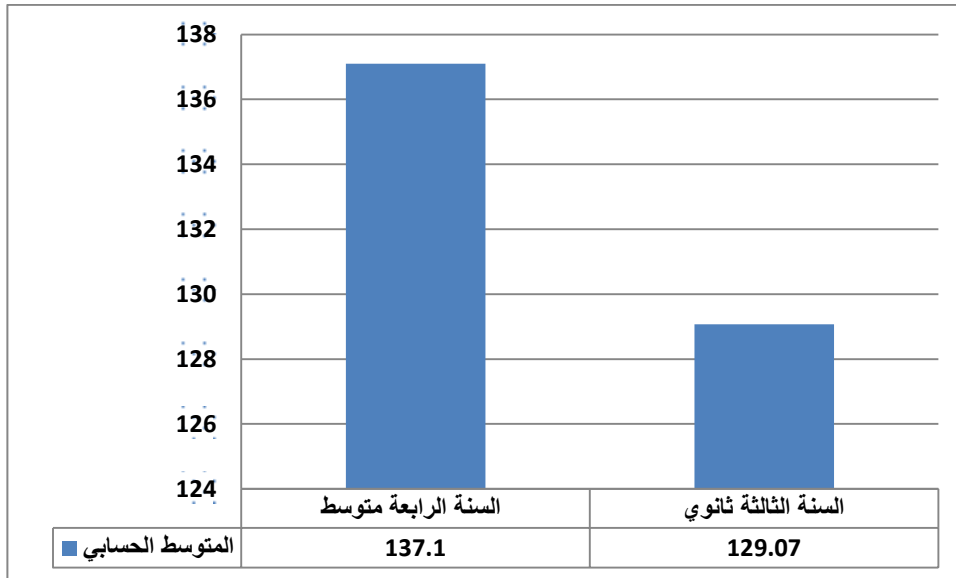
$\sigma_2$ : الانحراف المعياري لعينة المجموعة الثانية.

1- عرض و مناقشة نتائج الدراسة:

الجدول رقم 1: الدلالة الإحصائية لفروق الاتجاهات النفسية بين تلاميذ سنة رابعة متوسط و ثالثة ثانوي ذكور نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

الدلالة الإحصائية	ت. جدول	ت. محسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العدد السنوات
دالة عند مستوى 0.05	2.00	3.99	8.19	137.10	30	السنة الرابعة متوسط
			7.38	129.07	30	السنة الثالثة ثانوي

التمثيل البياني للجدول رقم 1: تبين هذه الاعمدة المتوسط الحسابي لاتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط ذكور - و الثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.



الشكل 01: يمثل الفرق بين تلاميذ ذكور

### 1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الإجرائية الأولى:

من خلال الجدول الذي يبين المقارنة نتائج تلاميذ سنة رابعة متوسط و ثلاثة ثانوي حيث شملت هذه المقارنة 30 تلميذ في مرحلة المتوسط و 30 تلميذا في مرحلة الثانوي و قد تحصلنا على متوسط حسابي خاص بتلاميذ مرحلة المتوسط المقدر بـ 137.10 كما تحصلنا على متوسط حسابي خاص بمرحلة الثانوي و الذي المقدر هو الآخر بـ 129.07 كما قمنا بحساب الانحراف المعياري لكلى الطورين و تحصلنا على النسب التالية 8.19 في مرحلة المتوسط و 7.38 في مرحلة الثانوي و من هذه النتائج المتحصل عليها قمنا بحساب ت المحسوبة التي قدرت بـ 3.99 و قد قارنا هذه النتيجة بجدول النتائج الموضوع - ت جدولية - و التي حددت بـ: 2.00 عند مستوى الدلالة 0.05 و منه توجد لنا فروق ذات دلالة احصائية بين اتجاهات التلاميذ سنة رابعة متوسط و ثلاثة ثانوي ذكور نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

### 2-1- مناقشة الفرضية الاجرائية الاولى:

من خلال النتائج المتحصل عليها من دراستنا لوحظ وجود فروق ذات دلالة احصائية في هذه الفرضية في اتجاهات تلاميذ سنة رابعة متوسط و الثالثة ثانوي حيث جاءت النتائج على النحو التالي: فقد تحصلنا من خلال الجدول تحصلنا على المتوسط الحسابي الذي قدر بـ: 137.10 و تحصلنا على المتوسط الحسابي في الثانوي الذي قدر بـ 129.07 و من هنا جاءت الفروق ذات الدلالة الاحصائية بين ذكور الرابعة متوسط و ذكور الثالثة ثانوي، و قد نعزي هذه النتائج للاختلاف الواضح في توجه تلاميذ (ذكور) كلا الطورين، و سنحاول ان نناقش النتائج و الوصول الى اسباب هذا الاختلاف في مناقشة النتائج بالفرضيات.

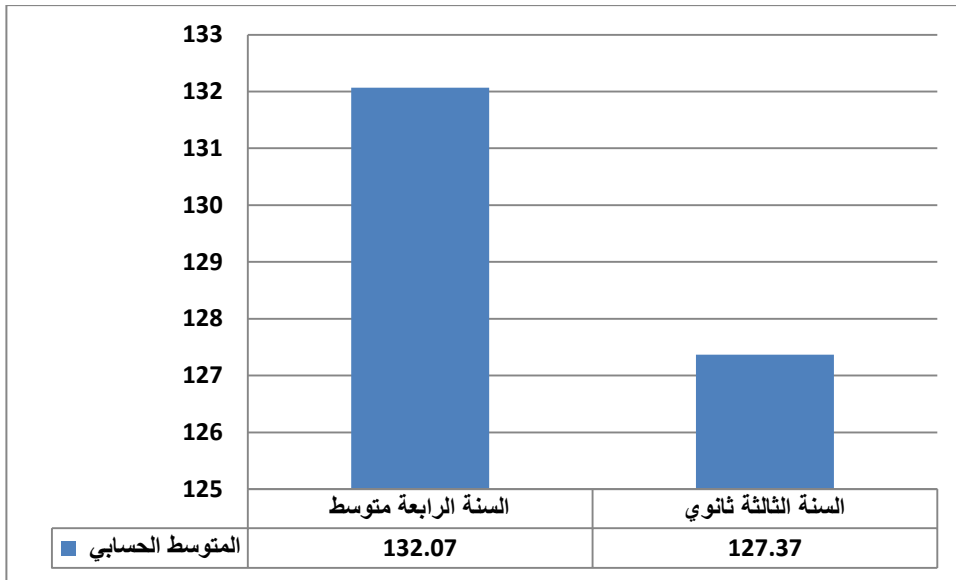
عرض و مناقشة نتائج الدراسة:

الجدول رقم 2: الدلالة الاحصائية لفروق الاتجاهات النفسية بين تلميذات الرابعة متوسط و الثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

العدد	العدد	المتوسط	الانحراف	ت. محسوبة	ت. جدول	الدلالة الاحصائية
-------	-------	---------	----------	-----------	---------	-------------------

				المعياري	الحسابي	السنوات
دالة عند مستوى 0.05	2.00	1.41	7.93	132.07	30	السنة الرابعة متوسط
			7.11	127.37	30	السنة الثالثة ثانوي

تمثيل بياني للجدول رقم 02: تبين هذه الاعمدة المتوسط الحسابي لاتجاهات تلميذات السنة الرابعة متوسط و الثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.



### 1-3- عرض و تحليل نتائج الفرضية 1 الثانية:

من خلال الجدول و بناء على الدراسات السابقة نستخلص ان الفرضية الاجرائية الثانية لم تتحقق حيث اننا لم نجد فروق ذات دلالة احصائية و ذلك بناء على النتائج المتحصل عليها حيث قمنا بمقارنة نتائج تلميذات سنة رابعة متوسط و الذي قدر عددهم بـ: 30 تلميذة و نفس الشيء مع تلميذات الثانوي المقدر عددهم بـ: 30

تلميذة ايضا و قد تحصلنا على متوسط حسابي متقارب بين الطورين فالمتوسط الحسابي في المرحلة الاولى هو 132.07 اما في المرحلة الثانية فهو 127.37 كما قمنا بحساب الانحراف المعياري و الذي قدر في مرحلة المتوسط ب: 7.93 و في مرحلة الثانوي ب: 7.11 و من خلال هذه النتائج تحصلنا على ت المحسوبة 1.41 عند مقارنتها بنتائج الجدول - ت جدولية - التي تقدر ب: 2.00 عند مستوى الدلالة 0.05 تبين انهما لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط و الثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

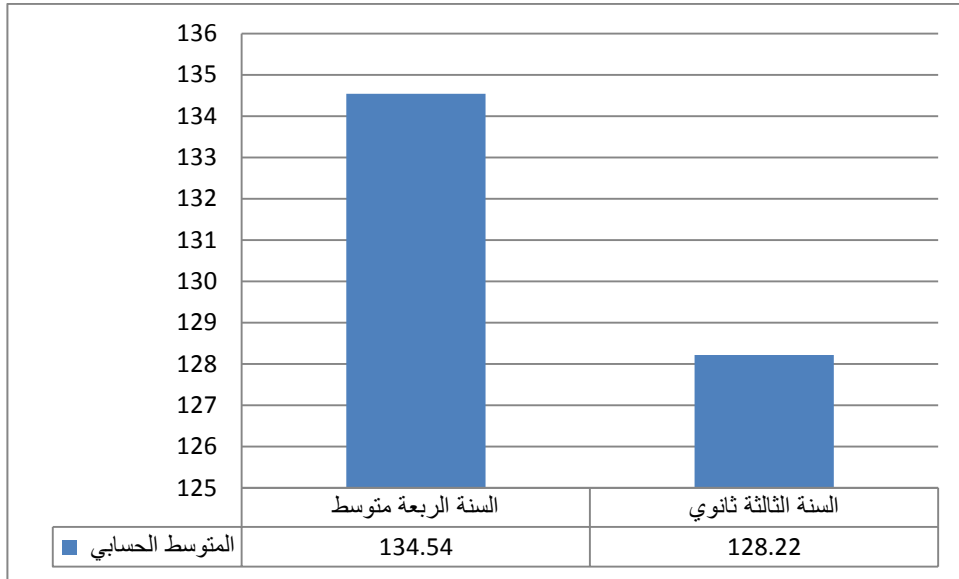
عرض و مناقشة نتائج الدراسة:

الجدول رقم (03): الدلالة الاحصائية لفروق الاتجاهات النفسية بين تلاميذ سنة رابعة متوسط و الثالثة ثانوي.

العدد / السنوات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت. محسوبة	ت. جدول	الدلالة الاحصائية
السنة الرابعة متوسط	60	134.54	8.06	2.56	1.98	دالة عند مستوى 0.05
السنة الثالثة ثانوي	60	128.22	7.24			

تمثيل بياني للجدول رقم 03: تبين هذه الاعمدة المتوسط الحسابي لاتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط و

الثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.



#### 1-4- عرض و تحليل نتائج الفرضية 1 الثانية:

من خلال الجدول و بناء على الدراسات السابقة نستخلص ان الفرضية الاجرائية الثانية لم تتحقق حيث اننا لم نجد فروق ذات دلالة احصائية و ذلك بناء على النتائج المتحصل عليها حيث قمنا بمقارنة نتائج تلميذات سنة رابعة متوسط و الذي قدر عددهم ب: 60 تلميذ و نفس الشيء مع تلاميذ الثانوي المقدر عددهم ب: 60 تلميذ ايضا و قد تحصلنا على متوسط حسابي متقارب بين الطورين فالمتوسط الحسابي في المرحلة الاولى هو 134.54 اما في المرحلة الثانية فهو 128.22 كما قمنا بحساب الانحراف المعياري و الذي قدر في مرحلة المتوسط ب: 8.06 و في مرحلة الثانوي ب: 7.24 و من خلال هذه النتائج تحصلنا على ت المحسوبة 2,56 عند مقارنتها بنتائج الجدول - ت جدولية - التي تقدر ب: 2.00 عند مستوى الدلالة 0.05 تبين انها توجد فروق ذات دلالي احصائية بين اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط و الثالثة ثانوي نحو

ممارسة التربية البدنية و الرياضية

## 1-5- مناقشة نتائج الدراسة بالفرضيات:

على ضوء عرض و تحليل النتائج المستخلصة من دراستنا الحالية جاءت عملية مناقشة النتائج المتحصل عليها من خلال القيام بعملية توزيع مقياس انديجتون للاتجاهات النفسية من اجل معرفة للاتجاهات النفسية للتلاميذ في الطورين المتوسط و الثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية في مؤسساتنا التربوية و معرفة مدى توجههم لممارسة التربية البدنية و الرياضية.

و قد جاءت نتائج التحليل و عرضها من خلال دراستنا كما يلي:

## الفرضية العامة:

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط و الثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية في ولاية غليزان؟

و من خلال النتائج المتحصل عليها تبين انها توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اتجاهات تلاميذ السنة الرابعة متوسط و الثالثة ثانوي، حيث شملت دراستنا 120 تلميذ و تلميذة في كلا الطورين (المتوسط و الثانوي) حيث قسمت بالتساوي بين الطورين 60 متوسط و 60 ثانوي و حصلنا على النتائج التالية: فقد كان المتوسط الحسابي لهذه الفئة 134.54 و حصلنا على هذا المتوسط من خلال جمع العلاقات المتحصل عليها، و تعتبر هذا المتوسط جدا ايجابي باعتبار ان مجموع العلامة الممكن جمعها من خلال المقياس الموضوع 220 حيث تعد هذه النتيجة اقصى نتيجة يمكن الوصول اليها، و تعد الاتجاهات القريبة منها اتجاهات ايجابية و العكس صحيح كما قمنا بحساب المتوسط الحسابي لدى تلاميذ الثانوي، و قد كانت النتائج على النحو التالي 128.22 و من هذا الفرق يمكن القول انها توجد فروق نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية بين الطورين.

و قد حاولنا تفسير هذه النتائج المتحصل عليها و قد لاحظنا الرغبة الكبيرة في ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط، و يتجلى ذلك من خلال الاهتمام الكبير بالمادة و حتى باستاذ المادة باعتباره المثال و القدوة، و باعتبار حصة التربية البدنية و الرياضية حصة لها اهمية قصوى من حيث الاجواء السائدة خلالها حيث تختلف اهداف حصة التربية البدنية و الرياضية من الطور المتوسط الى الطور الثانوي.

و يلاحظ ان حصة الرياضة في الطور المتوسط حصة تقوم في اساس على مبادئ بسيطة من خلال تسهيل النمو الحركي المتزايد لدى التلاميذ و محاولة التحكم في الجسم و الاطراف و تحسين التنسيق بينها مع ادراك قيمة المجهود و تأثيره على الاجهزة الحيوية و ذلك من خلال بعض التمرينات البسيطة و السهلة التي تساهم في الاساس بتعريف الطفل على حصة التربية البدنية و الرياضية كما تقدم خلال هذه الحصة العديد من الالعاب الشبه رياضية التي تفتح للطفل المجال الواسع للعب و اللهو كما انها تتميز بنوع من الحيوية و الحرية المفرطة عكس التمرينات المعقدة التي يصعب القيام بها.

و من كل هذا يمكن القول ان حصة التربية البدنية و الرياضية في مرحلة المتوسط عبارة عن توجيهات و قيم نفسية و اجتماعية تقدم من خلال تمارين و العاب تهدف في الاساس الى السيطرة على النزوات و الحركات العدوانية و التحكم في الانفعالات امثالاً للقواعد الاجتماعية.

و بالتالي فالانجاب الكبير لدى تلاميذ المتوسط نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية هو ميل مبرر راجع لطبيعة الحصة في حد ذاتها و للاجواء السائدة داخل الحصة.

اما الاسباب التي ادت الى انخفاض الاتجاهات النفسية نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور الثانوي راجع الى الاهداف المسطر لها و البرامج المطروحة فنرى حصة التربية البدنية و الرياضية تقسم الى عدة

ابعاد منها البعد الحسي و البعد الحركي و الاجتماعي و غيرها فناخذ على سبيل المثال البعد الحسي و الحركي المتمثل في اكتساب التلاميذ تمرينات ذات صعوبات متفاوتة و ينتج عن ذلك مجموعة من التكرارات الكثيرة و كل هذا يعطينا مجهود بدني كبير. كما يتحتم على التلميذ التحكم في الفنيات الحركية القاعدية و المهارات الاساسية لكل رياضة كما يسعى استاذ المادة في هذه المرحلة الى اكتساب التلميذ الصفات البدنية و تطويرها كالسرعة و القوة و التحمل و غيرها و ذلك من خلال الالتزام بالمخطط السنوي.

و تعد هذه بعض الاختلافات الموجودة في اهداف كل من الطورين كما انها توجد العديد من الاختلافات النفسية الفسيولوجية التي تطرا على التلميذ في فترات معينة من مسيرته الدراسية التي قد تكون احد الاسباب في تكوين اتجاهات مختلفة كفترة المراهقة مثلا حيث تختلف هذه المراحل بين الطورين فيلاحظ انها خلال فترة المتوسط تاتي بمزايا مرحلة المراهقة المبكرة حيث تتسارع فيها المراحل النمو و ابعاده من الناحية المعرفية و العاطفية و الروحية كما ان التلميذ في هذه المرحلة يتميز بالحيوية المفرطة و الرغبة الكبيرة في اللعب و هذا ما يجعل اتجاههم ايجابي من اجل تفريغ الشحنات الطاقوية الكبيرة الكامنة في الجسم كما انها مرحلة يكون فيها الطفل بحاجة الى فرض نفسه و التحرر من الابوين فيبحث عن وسيلة تساعد على ذلك فيجد حصة التربية البدنية و الرياضية التي يسعى فيها من اجل فرض نفسه و كسب ثقة الغير كالاستاذ و الاصدقاء و تحقيق مكانة كعضو فاعل داخل مجموعة الاصدقاء.

كما يمكن تفسير التراجع الكبير في اتجاهات التلميذ في مرحلة الثانوية نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية الى عوامل نفسية عديدة من الضغوطات الاجتماعية و النمو العقلي لدى المراهق، حيث يسعى المراهق في الفترة هذه الى تحديد مستقبله و مهنته المستقبلية كما انه يصل الى درجة كبيرة من النضج و تبدأ قدرات المراهق بالتميز

حيث تزداد لديه القدرة على التحصيل العلمي و اكتساب المهارات و بالتالي فان التلميذ يتوجه الى هذه الاعمال و يتكون لدى التلميذ في هذه المرحلة اتجاه يبني على ان مادة التربية البدنية و الرياضية ليست هامة كالمواد الدراسية الاخرى، و هذا ما لمسناه اثناء توزيع مقياس الاتجاهات النفسية فراينا العدد الكبير منهم حصة التربية البدنية و الرياضية عبارة عن حصة ترفيهية و ليست بمستوى المواد الاخرى، كما ان المراهق يتأثر بالمواد العوامل الاجتماعية المحيطة به فيشعر المراهق بان عليه مسؤوليات كبيرة نحو الجماعة و المجتمع و يسعى الى تقديم العديد من الخدمات، كما يشعر بالرغبة في الحرية من الابوين و المدرسة، و هذا ما يحدد شخصيته في مهاية المرحلة الثانوية و هذا ما اورده سغمونند فرويد في نظريته حيث راي ان الفرد يصبح مقبولا في المجتمع بعد ان يتحرر بنفسه من سلطة الوالدين ليتوقف سلوكه الصبياني الذي يتميز غالبا في حب اللعب و اللهو الى سلوك اكثر رشد يتميز بالهدوء و كثرة التفكير في المسائل المهمة (كالعمل، و الحاجة الى الجانب العاطفي، و الطفرة الجنسية).

و في الاخير يمكن ان نقول ان الاتجاهات الايجابية لتلميذ المتوسط و السلبية لتلميذ الثانوية راجعة في الاصل الاتجاهات و تكوينها و مدى ترسخ هذه الفكرة لدى التلاميذ حيث نرى ان الفرد بعدة مراحل من تكوين اتجاهات حيث يبدأ بمحاولة الادراك للاشياء المحيطة به كالبيئة الطبيعية او الاجتماعية التي تكمن في المجتمع الاصيلي حيث يساهم في ترسيخ هذه الافكار و تبلور الاتجاهات لدى الفرد و لهذا يمكن ان نقول ان الاختلاف في النتائج المحصل عليها ياتي من خلال مدى ترسيخ مبدا حب الرياضة ادى النشا حيث يمكننا ان نقضي على هذه الفروق عن طريق التوجيه الجيد و الفعال للتلميذ بضرورة التمسك بحصة التربية البدنية و الرياضية لما لها من فوائد نفسية و صحية على الفرد و المجتمع و ذلك عن طريق تثبيت الاتجاه الايجابي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية لديهم.

و من خلال نتائج الفرضيات السابقة نلاحظ ان الفرضية العامة تحققت بنسبة كبيرة و هو تحقق جزئي عاد في الاصل الى النتائج السابقة حيث تحققت الفرضية الاولى التي درس الفرق بين اتجاهات تلاميذ ذكور سنة رابعة متوسط و ثالثة ثانوي و قد اعطت هذه النسبة الفرق الموجود حاليا بين الطرفين فيما جاءت النتائج السلبية في الفرضية الثانية حيث لم نجد فروق ذات دلالة احصائية بين اتجاهات تلميذات سنة رابعة متوسط و ثالثة ثانوي.

## 2- توصيات و اقتراحات الدراسة:

على ضوء النتائج المتحصل عليها من خلال الدراسة مقترح التوصيات التالية:

- ✓ اعطاء اهمية اكبر لحصة التربية البدنية و الرياضية و تصحيح النظرة السائدة في المجتمع حول دور الرياضة و نقله من دور ترفيهي الى تربوي تعليمي.
- ✓ نرجوا من الاساتذة المشرفين على حصة التربية البدنية و الرياضية الى الاطلاع الواسع و التعمق الاكبر على الجانب النفسي لانه عامل ضروري و اساسي في العملية التدريسية.
- ✓ نرجوا من الطلبة المقبلين على انجاز بحث التخرج الاهتمام بموضوع الاتجاهات النفسية و البحث في الفروق الموجودة بين المستويات الدراسية و محاولة التعرف على هذه الفروق و ايجاد الحلول لها ان امكن.

## الاستنتاج:

من خلال دراستنا النظرية و الميدانية و بعد تحليل النتائج و تفسيرها قمنا ببعض الاستنتاجات التالية

- هناك اختلاف في الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ الطور المتوسط و الطور الثانوي
- صحة الفرضيات التي وضعناها سابقا حيث تبين لنا انها توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اتجاهات تلاميذ الرابعة متوسط و الثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية
- انطلاقا من هذه النتائج المحصلة تكونت لدينا افكار ايجابية حول ممارسة التربية البدنية و الرياضية داخل مؤسستنا لدى التلاميذ خاصة لدى الذكور حيث تبين النتائج المتحصل عليها و ارتفعت خلال مرحلة المتوسط عكس مرحلة الثانوي
- نستنتج ان هناك تطور كبير في اتجاهات تلميذات الطورين المتوسط و الثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية رغم الافكار السائدة داخل المجتمع الا انها تبقى - نتائج ايجابية - قابلة للتحسين و التطوير اذا وجدت الدعم اللازم.

تعد التربية البدنية و الرياضية من الانشطة التي تعتبر ذات اهمية بالنسبة للشعوب و الاوطان لانها تربي الفرد و تنميه و ترقى به سواء من الناحية السيكولوجية، البدنية، الاجتماعية، الثقافية... الخ، و تعلم الفرد كيفية التصرف في المواقف الحرجة و تحمل المسؤولية في الحياة العملية، و تعد ضرورة ممارسة التربية البدنية و الرياضية في المنظومة التربوية لاهميتها و الفائدة التي تعود بها على التلميذ، لان مادة التربية البدنية و الرياضية هي نشاط يمارس عن طريق تمارين مدروسة و مسطرة و منظمة في ادائها أي هي غير عشوائية الاداء، و هي تعلم التلميذ تقبل القرارات و الهزيمة و احترام الاخرين و روح التعاون، و بهذا نرى دول العالم تهتم بالتربية البدنية و الرياضية و الجزائر في الدول التي تولي اهتماما بالتربية البدنية و الرياضية، حيث تقرر بضرورة ممارستها و اجباريتها في المدارس و الجامعات و جعلها مادة واجب دراستها محاولة بذلك تطوير التربية البدنية و الرياضية و النهوض بها الى ارقى المستويات متحديا بذلك دول العالم. و تعتبر الاتجاهات النفسية من الدراسات التي تطرق لها العديد من العلماء، و الاتجاهات مختلفة في دراستها ففي المجتمع كل فئة لها اتجاهها الخاص الذي تهتم به، و بذلك ارتعينا دراسة اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية و التي تعرفنا بمدى اهتمامهم بمادة التربية البدنية و الرياضية و الجوانب النفسية لديهم اتجاه التربية البدنية و الرياضية و مدى تعلقهم بها، حيث في دراستنا لاتجاهات التلاميذ سلطنا الضوء على مرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة حساسة في نمو الانسان و هي مرحلة انتقالية من النضج الى الرشد، حيث في هذا الوقت تتشكل لدى الانسان ميولات و رغبات عديدة، منها الايجابية و منها السلبية و تتكون لديه الانفعالات أي ان في هذه المرحلة من العمر يختار الانسان فيها اتجاهه في الحياة، فكل فرد يتجه للمجال الذي يختاره ففيهم من يتجه لممارسة التربية البدنية و الرياضية و التعمق فيها و فيهم من يترك الدراسة و يتجه للعمل، كل حسب رغبته و اتجاهه في الحياة.

### قائمة المراجع:

#### اولاً: قائمة المراجع باللغة العربية:

##### - الكتب:

- ✓ احمد زكي صالح: علم النفس التربوي، 1966 مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- ✓ احمد عبد اللطيف وحيد: علم النفس الاجتماعي، 2001، دار النشر للتوزيع و الطباعة، عمان.
- ✓ احمد محمد الطيب: اصول التربية، ، 1999 المكتب الجامعي الحديث بالاوريطة، القاهرة.
- ✓ امين انور الخولي: اصول التربية البدنية و الرياضية، ، 2001 دار الفكر العربي، ط3، القاهرة.
- ✓ ايهاب حامد البراوي: مبادئ الاحصاء التطبيقي في التربية الرياضية،، 2006 جامعة المنصورة القاهرة.
- ✓ تشارلز بيوكر: اسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض، كمال صالح عبده، المطبعة الانجلو مصرية،، 2006 القاهرة،
- ✓ تائر احمد غباري، خالد ابو شعيرة: سيكولوجيا النمو الانساني بين الطفولة و المراهقة، 2002مكتب المجتمع العربي، عمان،.
- ✓ جابر نصر الدين، لوكيا الهاشمي: مفاهيم اساسية في علم النفس الاجتماعي، 1998 دار الهدى للطباعة و النشر و التوزيع، الجزائر.
- ✓ دار نوف و ويتيج: مدخل الى علم النفس، ترجمة عادل عز الدين الاشول، 1998 ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر،
- ✓ رايح تركي: اصول التربية و تعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، 1989، الجزائر.
- ✓ رشيد زيواني: تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية،، 2002 الجزائر.
- ✓ رغدة شريم: سيكولوجية المراهقة، 2009 دار المسيرة، عمان،.
- ✓ رهيبي مجيد كهيسي، صالح حسن الداوي: المدخل في علم النفس التربوي، 2000 كلية الاداب، بغداد.
- ✓ رمضان محمد القداني: علم النفس النمو و المراهقة، المكتب الجامعي الحديث، 2000 الاسكندرية،.
- ✓ سامي ملحم: مناهج البحث في التربية و علم النفس، 2000 دار المسيرة للنشر و التوزيع، عمان، الاردن،.
- ✓ ستيفن هارد: مشكلات الطفولة و سيكولوجيا المراهقة و طرق علاجها، 2009 ترجمة مجموعة من الخبراء، جوبتير للخدمات الجامعية، القاهرة،.
- ✓ سعاد جبر سعد: علم النفس الاجتماعي: ، 2008 جدار للكتاب، عمان.
- ✓ سعيد رسيد الاعظمي: اساسيات علم نفس الطفوة و المراهقة -، 2008 نظريات حديثة و معاصرة-، جهينة للنشر، عمان، .
- ✓ سهير كامل احمد: مدخل الى علم النفس، 2002 مركز الاسكندرية للكتاب،.

## المراجع

- ✓ صالح عبد العزيز: التربية و طرق التدريس، 1993. دار المعارف، ط12، ج2، القاهرة،
- ✓ طارق كمال: اساسيات في علم النفس الاجتماعي، 2005. مؤسسات شباب الجامعة، الاسكندرية،
- ✓ عبد الرحمان عيساوي: دراسات في علم النفس الاجتماعي، 1974 دار النهضة لبنان.
- ✓ عبد السلام عبد الغفار: علم النفس الاجتماعي، 1970 مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- ✓ عدنان يوسف العتوم: علم النفس الاجتماعي، 2009 مكتبة الجامعة الشارقة، الاردن.
- ✓ عصام نور: علم النفس، 2006 مؤسسة شباب الجامعة الاسكندرية.
- ✓ عطاء الله احمد و آخرون: تدريس التربية البدنية و الرياضية في ضوء الاهداف الاجرائية و المقاربة بالكفاءات، 2009 ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- ✓ علي فاتح الهنداوي: علم النفس نمو الطفولة و المراهقة، 2002 دار الكتاب الجامعي، الامارات.
- ✓ فادي شرادي: التكيف المدرسي للطفل و المراهق على ضوء التنظيم العقلي، 2007 ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- ✓ فؤاد البهي السيد، سعد عبد الرحمان: علم النفس الاجتماعي رؤية معاصرة، 2007 دار الفكر العربي، القاهرة.
- ✓ فؤاد حيدر: علم النفس الاجتماعي دراسات نظرية تطبيقية، 1994 دار الفكر العربي، بيروت.
- ✓ فيصل ياسين الشاطيء، محمد عوض بسيوني: نظريات و طرق التربية البدنية، 1987 ديوان المطبوعات الجامعي.
- ✓ محمد الغربي شمعون: علم النفس الرياضي و القياس النفسي، 1998 مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة.
- ✓ محمد العربي شمعون: علم النفس الرياضي و القياس النفسي، 1999 مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة.
- ✓ محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، 1998 مركز الكتاب للنشر، ط1، مصر.
- ✓ محمد عبد الرحيم عدس: تربية المراهقين، 2000 دار الفكر للطباعة و النشر، عمان.
- ✓ محمد عطية الابريشي: روح التربية و التعليم، 1993، دار الفكر العربي.
- ✓ محمود عودة الرحماوي: علم النفس - النمو - الطفولة - المراهقة، 2003 دار المسيرة، ط1، عمان.
- ✓ نبيل ميخائيل معوض: سيكولوجيا النمو - الطفولة - المراهقة، 1994 دار الفكر الجامعي، الاسكندرية.
- ✓ نبيلة ميخائيل مكاري و آخرون: مدخل الى علم النفس التربوي، 2002 مركز الاسكندرية.

### - المناهج و الوثائق:

- (1) اللجنة الوطنية للمناهج، مديرية التعليم الثانوي: الوثيقة المرافقة لمناهج السنة الثالثة من التعليم الثانوي، 2006 الجزائر.
- (2) مديرية التربية و التعليم: مناهج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي، 1997 طبعة جوان.
- (3) مديرية التعليم الاساسي، اللجنة الوطنية للمناهج: الوثيقة المرافقة لمناهج السنة الرابعة من التعليم المتوسط، 2005 الجزائر.

## المراجع

4) وزارة التربية الوطنية: المناهج و الوثائق المرافقة، السنة الثالثة من التعليم الثانوي و التكنولوجي، 2006 مطبعة الديوان الوطني للتعليم عن بعد، مارس.

5) وزارة التربية الوطنية، مديرية التعليم الثانوي: المناهج و الوثائق المرافقة امادة التربية البدنية و الرياضية، 2005 الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، مارس.

### - القرارات:

1)- وزارة الشباب و الرياضة: قرار رسمي، 1976.

### - الدراسات:

1) وثيقة تربوية: دراسة استطلاعية حول اصلاح المنظومة التربوية، 2005.  
ثانيا: قائمة المراجع باللغة الفرنسية.

1) SLLAMY : dictionnaire usuel de psychologie, Ed bordas, paris, 1980.

### ثالثا: مواقع الانترنت.

1- WWW.Meducation.Ede.DZ.

2- WWW.moudir.com/vb/showthread.php:

تاريخ الاطلاع 18.03.2015

3- WWW.science.aradhs.com.

# الملاحق

## ملخص البحث:

لقد جاءت دراستنا من اجل تسليط الضوء على الجانب النفسي للتلميذ خلال مرحلة التعلم و قد حاولنا التطرق الى التوجهات النفسية للتلميذ نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية حيث استعملنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي المقارن الذي يتلاءم مع دراستنا و شملت دراستنا 120 تلميذا و تلميذة في طورين مختلفين – المتوسط و الثانوي – في ولاية **غليزان** و قسمت الدراسة الى جانبين نظري حيث احتوى على ثلاثة فصول و فصل تطبيقي حاولنا فيه تفريغ و حساب النتائج المقياس الموزع على التلاميذ و امتدت الدراسة الميدانية حوالي **شهرين** تحصلنا خلالها على النتائج التالية: جاءت نتائج البحث مطابقة للفرضية العامة التي حققت من خلال وجود فروق ذات دلالة احصائية بين اتجاهات تلاميذ سنة رابعة متوسط و تلاميذ سنة ثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

كما اعطت نفس النتائج دراسة ايجابية حول الفرضية الثانية من خلال وجود فروق ذات دلالة احصائية بين اتجاهات تلاميذ سنة رابعة متوسط و ثالثة ثانوي – ذكور – نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.



اما نتائج البحث بنسبة للفرضية الثالثة جاءت سلبية تحقق الفرضية الموضوع بسبب عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين لتجلهات تلميذات سنة رابعة و ثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

و قد حاولنا تقديم بعض الاقتراحات و التوصيات التي من شأنها ان تساهم في فهم الواقع داخل المؤسسة التربوية حيث راينا انه لا بد من حث المسؤولين في قطاع التربية الى اعطاء اهتمام اكبر بحصة التربية البدنية و الرياضية داخل المؤسسة و قد يعطي هذا الاهتمام نتائج اذ توفر لدينا امكانية بشرية ذات كفاءة عالية و نقصد بها استاذ المادة و امكانيات مادية تسمح بالقيام بحصة التربية البدنية و الرياضية في جو مميز كما تسهل ايصال المعلومة للمتلقي في ظروف حسنة، كما انها تدعم الاتجاه الايجابي للتلاميذ و بالتالي قد تساهم هذه الاتجاهات الايجابية في تغيير وجهة النظر السلبية السائدة داخل المجتمع تجاه ممارسة التربية البدنية و الرياضية، و حتى نتمكن من تغيير النظرة الحالية لممارسة الرياضة بالنسبة للاناث، حيث تعد هذه الفئة الاقل اقبالا على

ممارسة الرياضة كما نرجو من الطلبة المقبلين على اعداد بحث التخرج التطرق الى الاسباب التي من شأنها خلق فروق في اتجاهات التلميذ نحو الممارسة الرياضية و من خلال انجاز هذا البحث لاحظنا بعض الفروق و المتمثلة في الجانب الاجتماعي للتلميذ كما ان قلة المنشآت الرياضية لها دور اكبر في تقليل الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.



## Le résumé de la recherche :



L'éducation physique et sportive est l'un des phénomènes qui favorisent le progrès et l'évolution des sociétés, car elle vise à atteindre les objectifs Pédagogiques au sein des établissements, mais son rôle ne se fait pas qu'avec la maîtrise des autres sciences qui font partie de la formation de cette matière.

La psychologie se considère comme un support fondamental dans le système éducatif, c'est la raison principale qui nous a poussés à traiter ce sujet, en tenant compte à tous ses différents aspects.

De nombreux scientifiques ont cherché à consacrer ce principe au sein de l'établissement d'enseignement comme une base de construction dans la formation des générations et l'avancement de la société des ténèbres au monde de la lumière.

Notre étude vise à traiter l'aspect psychologique de l'élève au cours de la phase d'apprentissage, Nous avons essayé de répondre aux tendances psychologiques de l'élève à propos de la pratique de l'éducation physique et du sport, nous avons utilisé l'Approche descriptive et comparative qui correspond à notre étude ,nous avons choisis comme un corpus 120 élèves , En deux différentes phases, le moyen et le secondaire dans la wilaya de Relizane .

Notre étude se composera de deux chapitres : un théorique qui contient deux parties, et un deuxième chapitre pratique. Notre étude de terrain a duré près de deux mois, au cours de laquelle nous avons acquis les résultats suivants :



Les résultats de la recherche sont identiques à l'hypothèse générale, qui a été obtenue par la présence de différences significatives entre les élèves de la quatrième année moyen et les élèves de la troisième année secondaire à propos de la pratique de l'éducation physique et du sport.



En outre, une étude positive a donné les mêmes résultats sur la seconde hypothèse, par la présence de différences significatives entre les élèves de la quatrième année moyenne et les élèves de la troisième année secondaire « les garçons » à propos de la pratique de l'éducation physique et du sport.



Les résultats de la recherche pour la troisième hypothèse étaient négatifs en raison du manque de différences significatives entre les élèves de la quatrième année moyenne et les élèves de la troisième année secondaire « les filles » à propos de la pratique de l'éducation physique et du sport.

Nous avons essayé de fournir quelques suggestions et recommandations qui contribueront à la compréhension de la réalité à l'intérieur de l'institution éducative, nous avons vu qu'il est important que les responsables du secteur éducatif doivent donner une plus grande attention à la séance de l'éducation physique et du sport, Et cela peut donner des résultats s'il y a des ressources humaines avec une grande efficacité, Nous entendons le professeur et le matériel nécessaire qui assurent un climat approprié et qui facilite la diffusion de l'information dans des conditions favorables, en créant des différences dans les attitudes des élèves envers la pratique du sport





Grâce à la réalisation de cette recherche, nous avons remarqué certaines différences, parmi eux l'aspect social de l'élève, en outre, le manque d'installations sportives a un rôle plus important dans la réduction des tendances positives vers l'exercice de l'éducation physique et du sport.



### ملخص البحث:

تعد التربية البدنية و الرياضية احد ظواهر التقدم و الرقي داخل المجتمعات حيث تساهم في تربية النشا تربية سليمة و فعالة كما تعمل على تحقيق الاهداف التربوية داخل المؤسسة، و لا يتم ذلك الا عن طريق الاهتمام بالعلوم الاخرى، التي تدخل في تكوين مادة التربية البدنية و الرياضية، و يعتبر علم النفس من بين هذه المواد من حيث الدعامة الاساسية في منظومة التربية و لهذا وجب علينا الاهتمام اكثر بهذا الموضوع و الاحاطة بجميع جوانبه و قد سعى العديد من العلماء الى تكريس هذا المبدأ داخل المؤسسة التربوية باعتبارها اللبنة الاساسية في تكوين المجتمع و و تعليمه و النهوض به من عالم الطلومات الى عالم النور و الرقي و الازدهار.

و قد جاءت دراستنا من اجل تسليط الضوء على الجانب النفسي للتلميذ خلال مرحلة التعلم و قد حاولنا التطرق الى التوجهات النفسية للتلميذ نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية حيث استعملنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي المقارن الذي يتلاءم مع دراستنا و شملت دراستنا 120 تلميذا و تلميذة في طورين مختلفين - المتوسط و الثانوي - في ولاية غليزان و قسمت الدراسة الى جانبين نظري حيث احتوى على ثلاثة فصول و فصل تطبيقي حاولنا فيه تفرغ و حساب النتائج المقياس الموزع على التلاميذ و امتدت الدراسة الميدانية حوالي شهرين تحصلنا خلالها على النتائج التالية:

جاءت نتائج البحث مطابقة للفرضية العامة التي حققت من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات تلاميذ سنة رابعة متوسط و تلاميذ سنة ثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

كما أعطت نفس النتائج دراسة ايجابية حول الفرضية الثانية من خلال وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات تلاميذ سنة رابعة متوسط و ثالثة ثانوي - ذكور - نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

اما نتائج البحث بنسبة للفرضية الثالثة جاءت سلبية تحقق الفرضية الموضوع بسبب عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين لتجلهات تلميذات سنة رابعة و ثالثة ثانوي نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

و قد حاولنا تقديم بعض الاقتراحات و التوصيات التي من شأنها ان تساهم في فهم الواقع داخل المؤسسة التربوية حيث راينا انه لا بد من حث المسؤولين في قطاع التربية الى اعطاء اهتمام أكبر بحصة التربية البدنية و الرياضية داخل المؤسسة و قد يعطي هذا الاهتمام نتائجه اذ توفر لدينا امكانية بشرية ذات كفاءة عالية و نقصد بها استاذ المادة و امكانيات مادية تسمح بالقيام بحصة التربية البدنية و الرياضية في جو مميز كما تسهل ايصال المعلومة للمتلقي في ظروف حسنة، التي من شأنها خلق فروق في اتجاهات التلميذ نحو الممارسة الرياضية و من خلال انجاز هذا البحث لاحظنا بعض الفروق و المتمثلة في الجانب الاجتماعي للتلميذ كما ان قلة المنشآت الرياضية لها دور أكبر في تقليل الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.