



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية وعلم الحركة



بحث مقدّم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: تربية بدنية وعلم الحركة (النشاط البدني الترويحي)

بعنوان:

مساهمة الألعاب التروحية
في زيادة مشاركة التلاميذ خلال حصة
التربية البدنية و الرياضية.

- دراسة مسحية أجريت على أساتذة التربية البدنية بمتوسطات ولاية سعيدة -

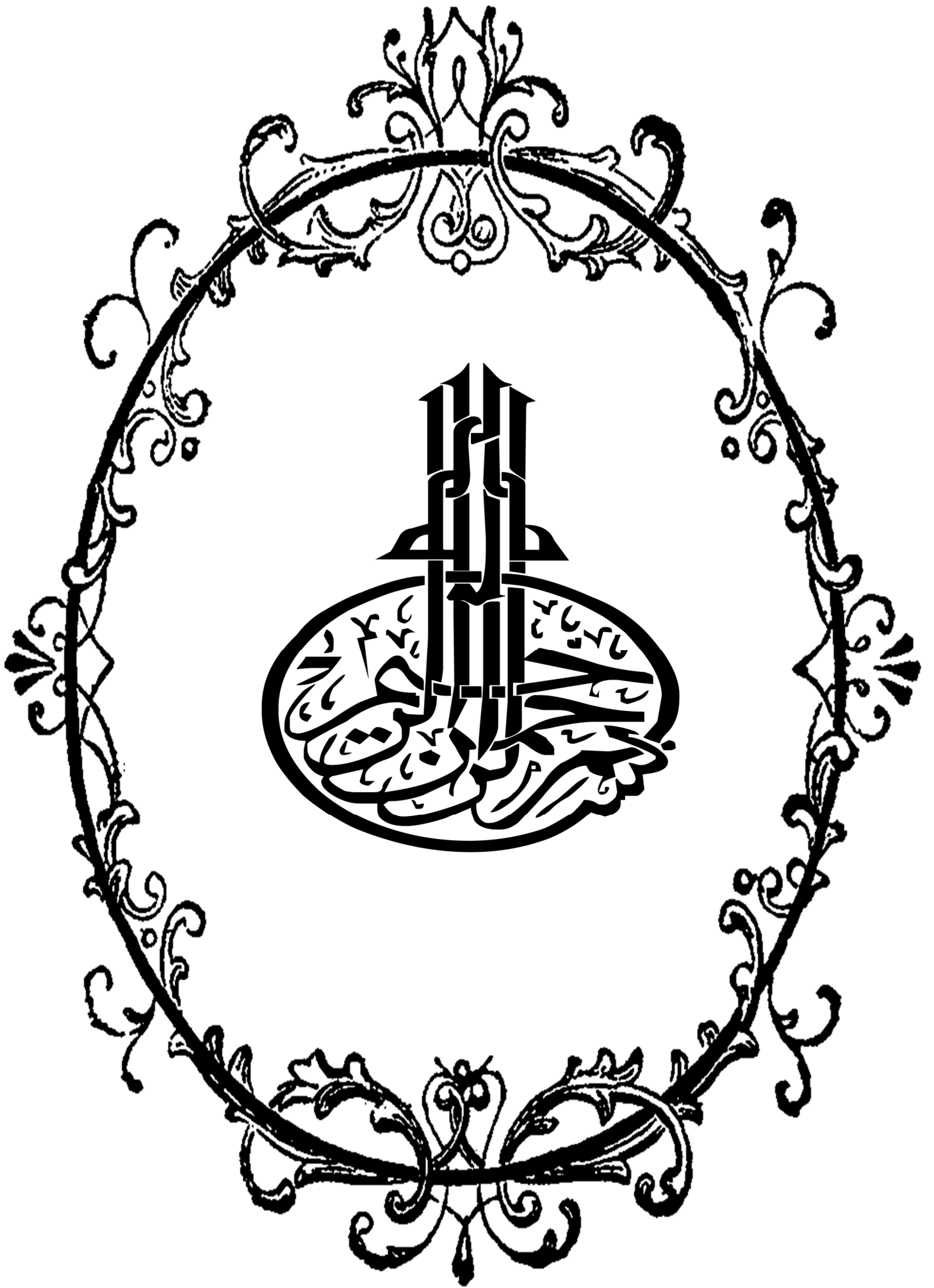
إشراف الأستاذ:

➤ د/ سنوسي عبد الكريم

إعداد الطالب:

➤ بن دامو عبد الحق

السنة الجامعية: 2020/2019



إهداء

قال عزّ وجلّ : " وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۖ إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِتْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا تَتَهَرَّهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا [23] وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذَّلِيلِ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيْتَانِي صَغِيرًا [24] "

سورة الإسراء

إلى نور العيون... وورمش الجفون والسر الملتون والحب المجنون في الغلب المفتون
والعقل الموزون والصدر الخنون، إلى البلسم الشافي والغلب الدافئ والحنان اللآفي
إلى التي أحاطتني بسياج حبها إلى أروع أم في الوجود أمي الحبيبة.

إلى الذي ناهت اللّلمات في وصفه وعجز اللسان في ذكر مآثره إلى سندي وعوني
وفدوني إلى النور الوضاء مصدر فخري وذخري إلى ذلك البنبوع الذي اغترف
منه الحنان... إلى الذي بعجز القلم واللسان على خطه في كلمات إلى من جعل
نفسه شمعة تحترق من أجل أن ينير دربي وإلى من نعب وشفي من أجل راحتي
وسعادتي إليك يا أبي الغالي.

إلى الشمس واللوكبين إلى الورود البهية التي فاسموني حنان الوالدين أختي أبة
وأخاوي علاء الدين وأسامة.

إلى رموز البراءة والصفاء: أشرف، بحبي، مربم، كوتر، سراج، فاطمة، رانية

زكرباء، إكرام، سارة، خديجة، إسماعيل، جمال..

إلى اللذين جعلوا من الضعف قوة أسانذي اللرام

إلى ظلاي التي لا تفارفتي، أصدقائي الأجزاء. فاروق، خالد، أحمد، حبيب، محمد
أسامة، سبد أحمد، الحاج، العربي، أيوب، طارق، عبد الرحيم، عثمان، عبد القادر

وإلى كل من ساهم من بعيد أو قريب في

إنجاح هذا الجهد المتواضع

وفقههم الله وسدّ خطاهم.

شكر وتقدير

الحمد لله الذي أنار لي درب العلم والمعرفة وأعانني على أداء هذا الواجب ووفقني إلى إنجاز هذا العمل.

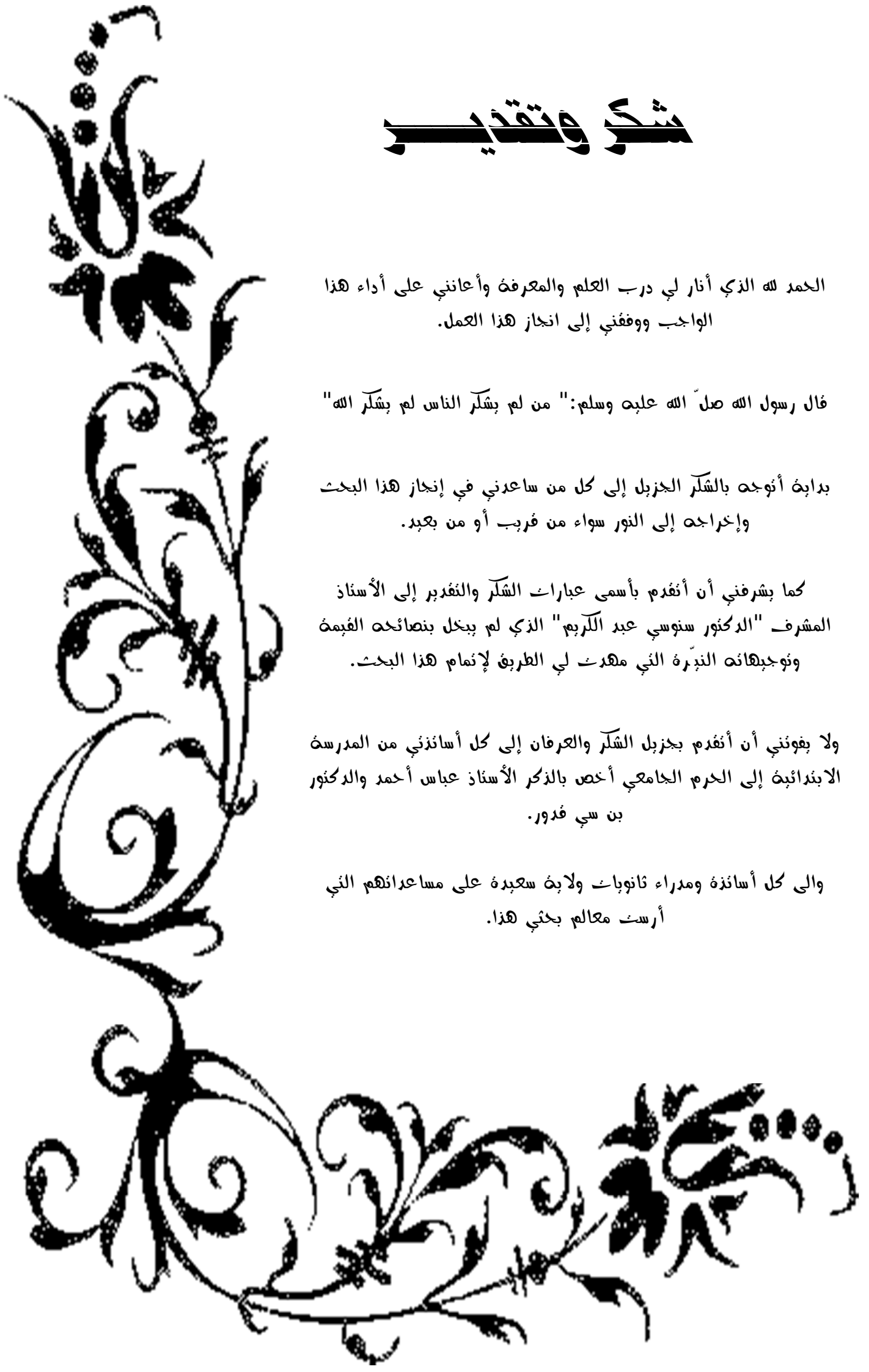
قال رسول الله صلّ الله عليه وسلم: " من لم يشكر الناس لم يشكر الله "

بدإبة أنوجه بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا البحث وإخراجه إلى النور سواء من قريب أو من بعيد.

كما يشرفني أن أقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير إلى الأستاذ المشرف " الدكتور سنوسي عبد الكريم " الذي لم يبخل بنصائحه القيمة وتوجيهاته النبيرة التي مهدت لي الطريق لإتمام هذا البحث.

ولا يفوتني أن أقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى كل أساتذتي من المدرسة الابتدائية إلى الحرم الجامعي أخص بالذكر الأستاذ عباس أحمد والدكتور بن سي فدور.

والى كل أستاذة ومدراء ثانويات ولاية سعيدة على مساعدتهم التي أرسى معالم بحثي هذا.



ملخص البحث:

باللغة العربية:

عنوان الدراسة: مساهمة الألعاب الترويحية في زيادة مشاركة التلاميذ خلال حصة التربية البدنية و الرياضية.

الهدف من الدراسة: معرفة مدى إسهام الألعاب الترويحية في زيادة مشاركة التلاميذ خلال حصة ت ب ر

فرضية الدراسة: تساهم الألعاب الترويحية في زيادة مشاركة التلاميذ خلال حصة ت ب ر.

العينة: 20 أستاذ لمادة التربية البدنية والرياضية موزعين على 10 متوسطات بولاية سعيدة، حيث تم اختيارهم بالطريقة المقصودة، وكانت نسبتها 35% من مجتمع البحث.

الأداة المستخدمة: استبيان موجه للعينة السابق ذكرها حيث تم تصميمه على شكل أسئلة مغلقة.

أهم اقتراح: ضرورة إدراج الألعاب الترويحية خلال حصة ت ب ر بغية زيادة نسبة ممارسة التلاميذ للحصة والارتقاء بالمستوى النفسي للتلاميذ واهتمامهم بالنشاط البدني الرياضي الترويحي.

الكلمات المفتاحية: حصة التربية البدنية والرياضية – الألعاب الترويحية.

Summary of research:

In English

Title of study : the contribution of recreational games in increasing pupil participations during EPS class .

Goal of study : knowing the extent of recreational games contribution in increasing pupil participations during EPS class.

Study hypothesis : recreational games contribute to increase pupil participations during EPS class.

The sample : 20 professor of physical education and sports Distributed in 10 middle schools in Saida State, Where they have been selected according to the purposed method, and their percentage was 35% of the research community.

Tool used : A questionnaire Directed to the Previously mentioned sample ,which was designed in the shape of Closed questions.

Important suggestion : recreational games must be included during EPS class In order to increase the rate of pupils practicing the share, upgrading their Psychological level and their interest in physical recreational sporting activity.

Key-words : physical education and sports Class – Recreational games

Résumé de la recherche:

En Français

Titre de l'étude: la contribution des jeux récréatifs à l'augmentation de la participation des élèves au cours d'EPS.

Objectif de l'étude: connaître l'étendue de la contribution des jeux récréatifs à l'augmentation de la participation des élèves au cours d'EPS.

Hypothèse d'étude: les jeux récréatifs contribuent à augmenter la participation des élèves au cours d'EPS.

L'échantillon: 20 professeurs d'éducation physique et de sport Répartis dans 10 collèges de wilaya de Saida Où ils ont été sélectionnés selon la méthode prévue, et leur pourcentage était de 35% de la communauté de recherche.

Outil utilisé: Un questionnaire adressé à l'échantillon précédemment mentionné, conçu sous la forme de questions fermées.

Suggestion importante: des jeux récréatifs doivent être inclus pendant les cours d'EPS afin d'augmenter le taux d'élèves pratiquant le partage, en améliorant leur niveau psychologique et leur intérêt pour l'activité sportive récréative physique.

Mots-clés: Cours d'éducation physique et de sport – Jeux récréatifs.

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
42	يوضح أسماء المتوسطات التي تم فيها توزيع الاستبيان	01

قائمة المحتويات

الموضوع الصفحة

إهداء	أ
شكر وتقدير	ب
ملخص البحث	ج
قائمة الجداول	د

قائمة المحتويات

الجانب التمهيدي التعريف بالبحث

مقدمة	02
1- الإشكالية	04
2- أهداف البحث	05
3- فرضيات البحث	05
4- أهمية البحث والحاجة إليه	05
5- مصطلحات ومفاهيم البحث	06
6- الدراسات السابقة والمشابهة	07
7- خلاصة	14

الباب الأول: الجانب النظري الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية

تمهيد	17
التربية البدنية والرياضية	17
1- نبذة تاريخية عن التربية البدنية والرياضية	17
1-1 التربية البدنية والرياضية في الحضارات القديمة	17
2-1 التربية البدنية والرياضية في العصور الوسطى	18

18	3-1 التربية البدنية والرياضية في العصر الحديث
19	2- مفهوم التربية
19	3- مفهوم التربية البدنية والرياضية
20	4- علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة
20	5- مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر
21	6- أهداف التربية البدنية والرياضية
24	7- درس التربية البدنية والرياضية
25	7-1 محتوى درس التربية البدنية والرياضية
27	خلاصة

الفصل الثاني: النشاط الرياضي الترويحي

29	تمهيد
29	1- النشاط البدني الرياضي الترفيهي والترويحي
29	1-1 معنى الترفيه والترويحي
29	2-1 ماهية الترويحي و الترفيه
30	3-1 مفهوم الترويحي و الترفيه عند بعض الباحثين
31	4-1 مفهوم النشاط البدني الرياضي الترفيهي
31	5-1 أغراض النشاط البدني الرياضي الترفيهي
32	6-1 خصائص النشاط البدني الرياضي الترفيهي
33	7-1 أهداف النشاط البدني الرياضي الترفيهي
34	8-1 مستويات المشاركة في مناشط الترويحي
36	خلاصة
37	خاتمة الباب الأول

الباب الثاني: الجانب التطبيقي
الفصل الأول:
منهجية البحث والإجراءات الميدانية

39	تمهيد
39	1- منهج البحث
39	2- الدراسة الاستطلاعية
40	3- مجتمع البحث
40	4- عينة البحث
40	5- متغيرات البحث
41	6- مجالات البحث
43	7- أدوات البحث
43	8- الأسس العلمية (سيكومترية الأداة)
44	9- صعوبات البحث
45	10- تحليل المضمون

الفصل الثاني:
تحليل ومناقشة الدراسات السابقة

48	1- تحليل الدراسات السابقة
48	2- مناقشة الدراسات السابقة
49	خلاصة
51	المصادر والمراجع

الملاحق

الكتاب

التعريف

التعريف بالبحث

مقدمة:

أصبحت التربية البدنية والرياضية من الأنشطة الإنسانية في وجدان الناس، وذلك على اختلاف أعمارهم وثقافتهم وطبقاتهم وتحتل مكانا بارزا في البرامج الدراسية فهي حركية في مظهرها، ووجدانية في أهدافها واجتماعية ونفسية في علاقاتها.

وعملية تدريس التربية البدنية والرياضية رغم سهولتها الظاهرية، إلا أنها تحتوي على كم هائل من التعقيدات حيث أن الأستاذ يتعامل مع أطراف بشرية غير متجانسة وذات فروق فردية وميول واتجاهات ونفسيات متباينة تجعل من توليها وضبطها بإطار ضيق أمرا غير منطقي إن لم نقل غير مقبول كما أصبح واجبا على جميع العاملين في مجال التربية البدنية والرياضية إطلاق يد التطوير والابتكار للوصول إلى إنجازات نواجه بها سرعة حركة الآلة في المجتمع وما واكبها من إهمال وخمول في حركة التلاميذ، فمهام أستاذ التربية البدنية والرياضية لم تعد تقتصر على الدور التقليدي المعروف للجميع بل أصبح واجبا عليه الابتكار والتجديد لترغيب تلاميذه في النشاط الرياضي وممارسته وذلك على أسس عملية تضمن استمرارية ومواصلة التعلم والممارسة الرياضية.

وتعتبر التربية البدنية والرياضية جزءا لا يتجزأ من المنظومة التربوية كسائر مواد التعليم الأخرى وهذا ما نصت عليه المادة 6 من الفصل الثاني من القانون 10-04 المتعلق بالتربية البدنية والرياضية المؤرخ في 18 أوت 2004 وهو أن "تعليم التربية البدنية والرياضية إجباري في كل أطوار التربية الوطنية"

فهي تساهم بقسط وافر في مساعي الدولة و أهدافها اتجاه تربية و تكوين الأجيال الصاعدة وتدرس وفق منهج متجانس يركز على الاستمرارية و التدرج في التعلم بهدف اكتساب التلميذ للمهارات الحركية المبنية على القدرات البدنية بالتوازي مع التكيف حسب مختلف الوضعيات ما جعل القائمين على قطاع التربية يدركون مكانتها و دورها الفعال في إعداد الفرد الصالح داخل المؤسسة التربوية و خارجها، ليهتموا بتوفير المنشآت الرياضية و الوسائل البيداغوجية اللازمة و تكوين أساتذة مختصين بمقدورهم تحمل المسؤولية وإيصال الرسالة كاملة مكتملة وكذا ترغيب و جلب اهتمام التلاميذ نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية وتشجيعهم على الميول نحو النشاط البدني الرياضي بطريقة أو بأخرى.

ومن بين الأنشطة الرياضية التي يمكن من خلالها جذب اهتمام التلاميذ واستمالتهم نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية الألعاب الترويحية التي تعد سلوكيات اجتماعية مهمة في الحياة اليومية للتلميذ فهي جزء مكمل للثقافة والتربية حيث تلعب دورا كبيرا في اعداد الفرد وذلك بتزويده بمهارات واسعة وخبرات كبيرة تسمح له بالتكيف مع مجتمعه وتحتل ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية في المجتمعات المعاصرة مكانة

خاصة فتعتبر الممارسة الرياضية بالنسبة لكل فئات المجتمع على اختلاف اجناسهم ومستوياتهم وأعمارهم ذات اهمية بالغة في تطوير وتنمية الشخصية والترفيه عن النفس وتقوية العضلات وتحسين العلاقات الاجتماعية مع الاخرين وتعمل على التخفيف من حدة التوترات والانفعالات التي تواجه التلميذ في حياته بصفة عامه مما أوجب على الأستاذ إدراج الألعاب الترويحية خلال حصص ت ب ر وذلك من أجل زيادة إقبال التلاميذ نحو حصص ت ب ر .

وقد قمنا في دراستنا هذه بالتطرق إلى هذا الموضوع نظرا لأهميته الكبيرة ,إضافة لتصحيح بعض المفاهيم وضبطها فيما يتعلق بدور الألعاب الترويحية في زيادة نسبة ممارسة التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط.

وقد سعينا في دراستنا هذه إلى معرفة مدى تأثير الألعاب الترويحية على اهتمام التلاميذ من كلا الجنسين بالمادة، وذلك باعتمادنا في البحث على آراء ووجهات نظر أساتذة المتوسط بصفتهم الأقرب لملاحظة مدى التأثير على أرض الواقع.

وقصد الإحاطة بجميع الجوانب في هذا الموضوع تم تقسيم بحثنا هذا إلى جانب تمهيدي تطرقنا فيه إلى طرح الإشكالية، أهداف البحث والفرضيات والتعريف بالمصطلحات والمفاهيم المتعلقة بالبحث وكذا عرض الدراسات السابقة والمشاهدة والتعليق عليها.

وتناولنا في الباب الأول (الخلفية النظرية للموضوع) فصلين اثنين، أما الفصل الأول يتعلق بالتربية البدنية والرياضية ويحتوي على نبذة تاريخية عن التربية البدنية ومفهوم التربية ومفهوم التربية البدنية والرياضية وكذا العلاقة بينهما، بالإضافة إلى التطرق إلى مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر وكذا أهدافها لنعرج بعد ذلك على درس التربية البدنية والرياضية.

أما الفصل الثاني فتطرقنا فيه إلى النشاط الرياضي الترويحي من ماهية الترويح إلى تعريفه عند بعض الباحثين مروراً بأغراض النشاط الترويحي وكذا الخصائص المميزة له وصولاً إلى أهداف النشاط الرياضي الترويحي , وتناولنا في متن الباب الثاني (الجانب الميداني للموضوع) فصلاً واحداً، تحدثنا فيه عن المنهج المستخدم في البحث وكذا مجتمع وعينة البحث وعرض المتغيرات الخاصة بالبحث ومجالات البحث وأدواته ومن ثم الأسس العلمية التي اعتمدها في الدراسة والطرق الإحصائية وصعوبات البحث وفي الأخير تطرقنا لتحليل المضمون .

نظراً لعدم استرجاع الاستثمارات الموزعة على الأساتذة بسبب تطبيق إجراءات الحجر الصحي الناجم عن انتشار وباء كورونا اكتفينا بفصل واحد في الجانب التطبيقي.

1- الإشكالية:

تحتل التربية البدنية مكانة متقدمة في حياة الشعوب المتحضرة ، كما تلعب دورا كبيرا في الحياة اليومية للفرد حتى أصبحت تلعب دورا كبيرا في إتزان شخصية الطفل، حيث يولد الطفل مزودا بعدة غرائز وميول (الذكاء، الفطنة، النباهة) تنتقل بالوراثة وتدفعه إلى أن يسلك سلوكا معيناً يحقق غرضا خاصا، وتعتبر الحركة أشد ميول الطفل الفطرية ظهورا وأبقاها في مراحل نموه فهي التي تدفعه إلى استكشاف بيئته ومعرفة كل ما يدور حوله و باعتباره كائن نشط ومستكشف فإن الجزء الأكبر من تعلمه يأتي من خلال الحركة (دراف عبد النور، 2017).

ويلاحظ اللعب مثل الجري ، المطاردة ، السباحة ، السباق ، والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل " ، بالإضافة إلى أهميته الكبيرة في التعلم والتسلية ، كما يعتبر من أهم النشاطات التي تساعد الأطفال في تفهمهم للمحيط الذي يعيشون فيه وأحد الوسائل الهامة التي يعبرون من خلالها على أنفسهم وعلى حالتهم الاجتماعية فالألعاب الترويحية تعتبر العامل الفعال الذي لا يتخلى عنه الطفل وهذا راجع لأهميتها الفيزيولوجية و النفسية و الاجتماعية خاصة لمرحلة التعليم المتوسط التي أكد عليها علماء النفس على أنها حالة قلق و توتر نفسي للمراهق و هذا راجع إلى النمو البيولوجي السريع.

وتمثل الألعاب الترويحية مدخلا لظاهرة اللعب حيث لا تعتبر جزء هام من النشاط المدرسي كما لا تشكل حيزا كبيرا في محيط الأنشطة المدرسية و خصوصا في حصة التربية البدنية و الرياضية وحيث أن مشاركة التلاميذ في عملية اللعب و بصورة عامة تؤدي إلى تنمية الجانب النفسي وميولهم نحو ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية فأكثر مايجلب انتباه التلاميذ في هذه المادة هو اللعب بأشكاله المختلفة سواء كان جماعي أو فردي لذا لفتنا إنتباهنا في هذا البحث إلى: مساهمة الألعاب الترويحية في زيادة مشاركة التلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

وجاءت دراستنا هذه لمعرفة ما إن كان تطبيق الألعاب الترويحية يساهم في زيادة ممارسة التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية إذ يمكننا طرح التساؤل التالي:

السؤال العام:

➤ هل تساهم الألعاب الترويحية في زيادة مشاركة التلاميذ خلال حصة ت ب ر ؟

2- أهداف البحث:

نختصرها في هدف عام وهو:

1- معرفة مدى إسهام الألعاب الترويجية في زيادة مشاركة التلاميذ خلال حصص ت ب ر .

3- فرضيات البحث:

1-3 الفرض العام:

➤ تساهم الألعاب الترويجية في زيادة مشاركة التلاميذ خلال حصص ت ب ر .

4- أهمية البحث والحاجة إليه:

إن أهمية أي بحث تتوقف على القيمة العلمية للظاهرة المدروسة وما يمكن أن تحققه من نتائج يستفاد منها على منصة البحث العلمي وتكمن أهمية بحثنا هذا في عدد من النقاط التي يمكن تلخيصها فيما يلي:

1-4 من الجانب العلمي:

إن هذا البحث يثري المكتبة الجامعية ويدعم الصرح العلمي بمعلومات ومعارف جديدة يعتمد عليها من يريد البحث في مثل هذه الموضوعات في هذا النوع من الدراسات.

2-4 من الجانب العملي:

➤ التعريف بالألعاب الترويجية ومدى مساهمتها في زيادة نسبة إقبال التلاميذ على حصص ت ب ر .

➤ حث الأساتذة على توظيف الألعاب الترويجية خلال حصص ت ب ر .

5- مصطلحات ومفاهيم البحث:**5-1 التربية البدنية والرياضية:****5-1-1 التعريف الاصطلاحي:**

عرفها روبرت بوبان (Robert Bouben) من فرنسا بأنها: «التربية البدنية هي تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسية والحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد» .

أما بيتر أرنولد (Peter Arnoled) من بريطانيا فيعرفها على أنها: «التربية البدنية ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تشري وتوافق الجوانب البدنية، العقلية، الاجتماعية، الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني» .

كما تعرف التربية البدنية والرياضية أيضا بأنها جزء من النظام التربوي الذي يمثل جانبا من التربية العامة التي تهدف إلى إعداد التلميذ إعدادا بدنيا ونفسيا وعقليا في توازن تام، حيث أنها تعتبر أكثر البرامج التربوية قدرة على تحقيق أهداف المجتمع، كما أن التربية مادة تعليمية تساهم بالتكامل مع المواد الأخرى وبطريقتها الخاصة في تحسين قدرات التلاميذ في مختلف المجالات (خريط مجيد ريسان وعبد الرحمان مصطفى الأنصاري، 2001، صفحة 07).

5-1-2 التعريف الاجرائي:

هي المادة الدراسية التي تدرس على المؤسسات التربوية باستعمال مختلف مظاهر وأشكال النشاط الرياضي كما تمثل جزءا من التربية العامة التي تسعى إلى تكوين شخصية التلميذ من جميع النواحي (النفسية، البدنية والاجتماعية) مستغلة في ذلك جهاز الانسان الحركي وهي على ثلاثة أشكال: درس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي والنشاط الخارجي.

5-2 درس التربية والرياضية:

وهو مادة تعليمية مقررة تكمل المواد الأخرى بالأخص في عملية تحسين قدرات التلميذ في مجالات متعددة (المجال الحركي، المجال البدني، المعرفي، العقلي والعاطفي) (مدير التعليم الثانوي، 1996، صفحة 11)، وهو عبارة عن حصة قوامها ساعتين مقررة رسميا على مستوى كافة الأطوار التعليمية.

5-3 الترويح الرياضي:

إن كلمة الترويح و الترفيه هي كلمة انجليزية تعني التجديد و الخلق و الابتكار وهناك نظريات و تفسيرات لها إذ أنها تفوق في مفهومها اصطلاح " اللعب " و يفسر الترويح والترفيه على انه رد فعل عاطفي أو حالة نفسية و شعور يحسه الفرد قبل و أثناء ممارسته لنشاط ما سلبيا أو ايجابيا هادفا، و يتم أثناء وقت الفراغ و أن يكون الفرد مدفوعا برغبة شخصية و يتصف بحرية الاختيار و غرضه في ذاته أي أن الترويح والترفيه أكثر من نشاط، فالنشاط ليس غاية في حد ذاته، أما الغاية فهي ذلك التغيير في الحالة الانفعالية والعاطفية و الإحساس بالغبطة و السعادة التي تعمل على شحن البطارية البشرية لمواجهة الحياة بما فيها من تعقيد.

6- الدراسات السابقة والمشاهدة:

لا شك في أن البحث العلمي سلسلة مترابطة الأجزاء وعلى الباحث أن يستعين في بحثه بكافة الدراسات التي تناولت نفس الظاهرة، ومن خلال مطالعتنا لبعض المذكرات وجدناها تشاركت في عدة نقاط مع دراستنا ومن هذه الدراسات نذكر ما يلي:

6-1 الدراسة الأولى:

من بين الدراسات المنجزة التي لها عالقة بالموضوع الذي نحن بصدد تناوله نجد : أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراة في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية من إعداد الباحث " بن عبد الرحمان سيد علي " بعنوان : إقتراح مجموعة من الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصص التربية البدنية والرياضية في تنمية الجانب النفسي والاجتماعي لمرحلة التعليم المتوسط ، تحت إشراف الدكتور " حريتي حكيم " حيث اجريت هته الدراسة على بعض المتوسطات ولاية البويرة .

وجاءت إشكالية البحث والتساؤلات على الشكل التالي:

التساؤل العام : هل لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء حصص التربية البدنية و الرياضية

انعكاس فعال في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ؟

هذا وكانت التساؤلات الجزئية موزعة على الشكل التالي :

-هل لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية دور في تعلم الاعتماد على النفس من خلال حصص التربية البدنية

والرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ؟

-هل لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية دور في الشعور بالانتماء من خلال حصص التربية البدنية والرياضية

لدى تلاميذ التعليم المتوسط ؟

في المقابل كانت فرضيات البحث مبنية على هذا الشكل:
الفرضية العامة: لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية المقترح أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية انعكاس فعال في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ، وبالنسبة للفرضيات الجزئية نذكر منها:

- لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية دور في تعلم الاعتماد على النفس من خلال حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.
- لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية دور في الشعور بالانتماء من خلال حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ وكانت لهته الدراسة عدة اهداف اهمها :
هدف الدراسة إلى التحقق من مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي وتحسين المستوى البدني لمرحلة التعليم المتوسط .
- إكساب تلاميذ المرحلة المتوسطة المهارات الاجتماعية وكذلك إبراز القيمة العلمية والعملية للألعاب الشبه الرياضية و إتبع الباحث في البحث المنهج التجريبي حيث كان الاكثر ملاءمة لهذه الدراسة و كانت العينة المختبرة تتمثل في 22 أستاذ في الطور المتوسط ، و إستعمل الباحث من أدوات البحث الأستبيان مكون من الباحث انه يمكن القول أن للألعاب الشبه الرياضية المقترحة دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط إن أحسنا وعرفنا كيفية استعمالها بوجه صحيح خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

2-6 الدراسة الثانية:

دراسة قيصر عبد القادر وذلك بعنوان " دور الالعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد" حيث كانت طبيعة الدراسة دراسة ميدانية لثلاثة فرق وطنية وهم كالتالي: المسيلة , سطيف وتمثلت إشكالية الدراسة في : هل لألعاب شبه الرياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد ؟
الفروض على الشكل التالي:

- الفرضية العامة : -لألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد.
- الفرضيات الجزئية : -الالعاب شبه الرياضية لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسن للطفل .
- تساهم الالعاب شبه الرياضية في الوصول بالطفل إلى الاداء الجيد للحركة.

وقد اعتمدوا على المنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية هذا وكانت أداة البحث هي تقنية الاستبيان وتمثله عينة البحث وشملت 20 مدرب لكرة اليد على مستوى ثلاثة ولايات من القطر الوطني حيث تم توزيع الإستمارات عليهم وذلك بغية تزويد بحثهم وكان من أهداف الدراسة :

- إبراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات الحسية الحركية .
- معرفة أهمية الألعاب الشبه الرياضية بالنسبة لمرحلة الطفولة من جميع النواحي النفسية والاجتماعية البدنية الصحية والخلقية.

وقد توصل هذا البحث إلى نتيجة مفادها أن :الألعاب شبه الرياضية لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسي للطفل بحيث تساهم في الوصول بالطفل إلى الاداء الجيد للحركة.

3-6 الدراسة الثالثة:

دراسة دراف عبد النور بعنوان: مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ المتوسط - دراسة ميدانية أجريت على مستوى متوسطات مدينة حاسي مسعود.

مشكلة البحث: هل تساهم الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط؟

حيث قام الطالب بقياس القدرات النفسية لدى الممارسين و الغير ممارسين للألعاب الشبه الرياضية وكانت أهداف الدراسة متمثلة في معرفة واقع الألعاب الشبه الرياضية في الوسط المدرسي و إبراز القيمة العلمية والعملية للألعاب الشبه الرياضية و معرفة ما إذا كانت تساهم في تنمية بعض القدرات النفسية حيث كانت الفرضية العامة كما يلي :

الفرضية العامة: توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية و الغير ممارسين في القدرات النفسية .

أما الفرضيات الجزئية كانت كما يلي :

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على مواجهة التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للألعاب شبه الرياضية القلق .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للألعاب شبه الرياضية.

أما بالنسبة للمنهج المتبع فكان المنهج الوصفي والأدوات المستعملة في الدراسة هي الاستبيان وبرنامج spss و حللت النتائج بالنسبة المتقوية .

حيث كانت أهم النتائج هي: تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية و أغلب الأساتذة يطبقونها في حصة التربية البدنية.

4-6 الدراسة الرابعة:

من إعداد الطالب أحمد عماد الدين يونس تحت عنوان : "تأثير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية على التكيف النفسي الإجتماعي لتلاميذ التعليم المتوسط دراسة مقارنة بين الممارسين والغير ممارسين " قسم التربية البدنية والرياضية بسكرة، رسالة ماجستير تخصص الارشاد النفسي الرياضي، السنة الجامعية 2011/2010.

الإشكالية: -هل ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تؤثر في التكيف النفسي الإجتماعي للتلاميذ ؟

الفرضيات:

الفرضية العامة: -إن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تؤثر في التكيف النفسي الإجتماعي للتلاميذ.

الفرضيات الجزئية :

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التكيف النفسي الإجتماعي بين تلاميذ المدارس المتوسطة الممارسين والغير ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التكيف النفسي الإجتماعي بين تلاميذ المدارس المتوسطة الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضية حسب الجنس.

المنهج المستخدم:

اعتمد الباحث على المنهج المقارن وذلك بمقارنة نتائج المقياس المطبق على التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية والغير ممارسين بالإجابة على نفس المقياس و مقارنة الإجابات.

العينة: لقد أجرى الباحث الدراسة على 165 تلميذ منهم 35 تلميذ غير ممارس لحصة ت ب ر من كافة متوسطات ولاية بسكرة والبالغ عددها 86 متوسطة تم اختيار العينة بصفة قصدية.

النتائج المتوصل إليها : وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التكيف النفسي الإجتماعي بين التلاميذ الممارسين والغير ممارسين لصالح التلاميذ الممارسين.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التكيف النفسي الإجتماعي بين تلاميذ المرحلة المتوسطة حسب الجنس.

- ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تؤثر في التكيف النفسي الاجتماعي للتلاميذ.

5-6 الدراسة الخامسة:

" دور التربية البدنية والرياضية في خفض السلوك العدواني للتلاميذ المراهقين " رسالة ماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، تخصص نشاط بدني تربوي، السنة الجامعية 2004-2005 وقد تمحورت الدراسة حول:

الإشكالية :

- ما مدى فعالية ممارسة التربية البدنية والرياضية في الثانوية في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ المراهقين ؟

الفرضيات:

الفرضية العامة : - ان لممارسة التربية البدنية والرياضية في الثانويات اهمية كبيرة في خفض السلوك العدواني لدى التلاميذ المراهقين.

الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان الجسدي بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين.

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية في العدوان اللفظي بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين.

المنهج المستخدم : لقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الذي يقوم على دراسة وتحليل وتفسير الظاهرة من خلال تحديد خصائصها وأبعادها.

العينة:

تم اجراء البحث على عينة من التلاميذ يقدرون ب111 تلميذ يمارسون التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة و111 تلميذ لا يمارسون التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة, وهي مختارة بطريقة عشوائية وقد توصل الباحث الى نتائج تدل على تأثير ايجابي لممارسة التربية البدنية والرياضية على السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ.

6-6 الدراسة السادسة:

دراسة قية رفيق وجاءت كالتالي:

عنوان الدراسة: "دور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من العنف المدرسي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة".

هدف الدراسة :

- معرفة مدى تأثير حصة التربية البدنية والرياضية في بناء شخصية سوية ومتوازنة لتلاميذ الطور المتوسط
- إبراز الأهمية الكبيرة التي تكتسبها حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة في التقليل من ظاهرة العنف المدرسي.

- إعطاء نظرة عن فترة المراهقة ومدى تأثيرها على تكوين شخصية الفرد .

- محاولة لفت إنتباه الدارسين لتوجيه بحوثهم حول التأثيرات النفسية لحصة التربية البدنية والرياضية.

مشكلة الدراسة:

هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في التقليل من العنف المدرسي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة؟.

فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة: لحصة التربية البدنية والرياضية دور هام في التقليل من العنف المدرسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

الفرضيات الجزئية :

-تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من السلوك العدواني اللفظي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة .

-تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من السلوك العدواني الجسمي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة.

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور فعال في توطيد العلاقات بين التلاميذ بعضهم البعض وبين التلاميذ والهيئة التدريسية في المرحلة المتوسطة.

إجراءات لدراسة الميدانية:

-مجتمع وعينة البحث :يتكون مجتمع البحث من تلاميذ السنة رابعة متوسطة الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية والبالغ عددهم 519 تلميذ من مختلف متوسطات بلدية قمار اما عينة البحث فهي مقصودة متكونة من 150 تلميذ موزعة على 5 متوسطات في بلدية قمار.

- المجال الزمني: خلال الفترة الممتدة ما بين شهر فيفري إلى غاية شهر ماي من السنة
المجال المكاني: لقد تم إجراء الدراسة الميدانية على متوسطات " خليفة بن حسن 1 و 2 والرويسي
بلقاسم والبشير الإبراهيمي، أحمد عربية "بلدية قمار.
المنهج المستخدم : لتحقيق أهداف الدراسة تم إتباع المنهج الوصفي.
الأدوات المستعملة في الدراسة: استمارة الاستبيان.
النتائج المتوصل إليها: توصلنا من خلال دراستنا إلى أهم النتائج التالية :
-تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من السلوك العدواني اللفظي عند تلاميذ المرحلة
المتوسطة.
-تساهم حصة التربية البدنية و الرياضية في التقليل من السلوك العدواني الجسمي عند تلاميذ المرحلة
المتوسطة.
-لحصة التربية البدنية والرياضية دور فعال في توطيد العلاقات بين التلميذ وزملائه والهيئة التدريسية في
المرحلة المتوسطة.
-لحصة التربية البدنية والرياضية دور في التقليل من العنف المدرسي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة.

خلاصة:

من خلال التعرض إلى الخطوات السابقة الذكر والمتمثلة في المقدمة وطرح الإشكالية وعرض أهداف البحث ثم صياغة الفرضيات، كما تطرقنا إلى تبيان أهميته البحث من الجانب العلمي والعملية إضافة إلى تحديد المفاهيم والمصطلحات، إلى جانب ذلك تفحصنا بعض الدراسات السابقة والبحوث المشابهة وأتبعناها بالنقد والتعليق، هذا وأن التعريف بالبحث أساس لا يستغنى عنه في خطة البحث العلمي لأنه يمكن الباحث فهم أبعاد بحثه من جهة ومساعدة القارئ على الفهم السليم للبحث والاستفادة منه من جهة أخرى.

الباب الأول

'الجانب النظري
للموضوع'

الفصل الأول

➤ التربية البدنية والرياضية

تمهيد:

ليس من الممكن حصر التربية البدنية والرياضية في مجرد تمارين وألعاب ترويحية ومسابقات فقط كما هو معتقد البعض، فهي تسمو لتمثل عنصرا هاما وجزءا فعالا من التربية العامة يعمل على تكوين الفرد من جميع النواحي التي تساعد على الاندماج في المجتمع بصورة تؤمن له الحياة السليمة والطيبة.

ولما كان من المهم أن نعطي للتربية البدنية والرياضية قيمتها الحقيقية تطرقنا إليها في الجزء الأول من هذا الفصل لنوضح المفهوم الحقيقي لها ونبرز أهدافها ومحتوى برامجها وكذا تطرقنا إلى درس التربية البدنية والرياضية ومحتواه حتى تتضح الصورة بشكل أفضل.

أولا: التربية البدنية والرياضية.**1- نبذة تاريخية عن التربية البدنية والرياضية:**

إن التربية البدنية والرياضية قديمة قدم الإنسانية فقد مرت في تاريخها بعدة مراحل تهتم أساسا بدراسة تاريخ النشاط البدني والرياضي للإنسان وذلك من أجل استخلاص الدروس والعبر من الماضي والتعرف على الأخطاء وتجنب الوقوع فيها في الحاضر والمستقبل، فقد كان لهذه الأخيرة حضور وتاريخ عريق في مختلف الحضارات القديمة.

1-1 التربية البدنية والرياضية في الحضارات القديمة:**❖ التربية البدنية والرياضية في الحضارة المصرية:**

إن ممارسة التربية البدنية في عصر الدولة المصرية القديمة حقيقة تاريخية، حيث لا تزال الشواهد والآثار محتفظة بما سجله المصريون القدماء على جدران مقابرهم وفي معابدهم وأوضحت بعض المصادر المصرية أن الألعاب الرياضية التي كان يمارسها الصبية والتلاميذ تدل على أن الرياضة كانت وسيلة تربوية، وذكر بعض المؤرخون أن المدرسة في مصر القديمة كانت تسمى " بيت التعليم"، وكانت التربية البدنية من بين مناهج الدراسة (قية رفيق، 2012، صفحة 17).

❖ التربية البدنية والرياضية في الحضارة الإغريقية والرومانية:

أما عن الحضارة الإغريقية فقد كانت هناك مدارس تعتمد أساسا على التربية البدنية وتسمى بالباريسترا وكذلك الجمنازيوم. أما الباريسترا فهي تتميز بالفخامة والاكتمال الفني وهي تختص بالفتيان حتى سن 15 حيث يتدربون على فنون الرياضة تحت إشراف متخصصين في حين أن الجمنازيوم عبارة عن مدرسة رياضية ذات مساحة كبيرة يشرف عليها مدير معين من الدولة ولا يسمح إلا لأبناء الطبقة الحاكمة ابتداء من سن

16، وقد كانت أيضا تقام مهرجانات تسمى بالألعاب الأولمبية وهذا كل أربعة سنوات وتشتمل على ألعاب القوى وكذا المصارعة وركوب الخيل، أما في الحضارة الرومانية فقد شجع الرومان الأطفال على ممارسة ألعاب ذات نشاط كالأرجوحات ومسابقات الجري والملاكمة وألعاب الكرة والصيد، إيماننا منهم بأن العقل السليم في الجسم السليم وقد نسبت هذه الحكمة إلى الروماني "جوفينال" وأكد المفكر الروماني "بلو تارك" على أهمية الأنشطة البدنية للأطفال وربطها بالأخلاق ونصح بالاعتدال فيها حتى يتجنب الأطفال الإرهاق (أمين أنور الخولي، 2001، صفحة 196).

2-1 التربية البدنية والرياضية في العصور الوسطى:

أما في العصور الوسطى فقد ظلت الفلسفة اللاهوتية تنظر نظرة شك للتربية البدنية وترى بأن التربية الروحية والعقلية هي أساس تربية الإنسان وهو ما أثر تأثيرا سلبيا كبيرا في تاريخ التربية البدنية في هذه الفترة (قية رفيق، 2012، صفحة 17).

3-1 التربية البدنية والرياضية في العالم الإسلامي:

أما الدين الإسلامي فقد حث على ممارسة الرياضة لقول الرسول صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "علموا أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل". وفي عصر النهضة أسس يوهان بيسداو عام 1774 مدرسة حب الإنسانية وفيها خصص ثلاث حصص لممارسة أنشطة ترويحية كالجمباز والألعاب (أمين أنور الخولي، 2001، صفحة 196).

4-1 التربية البدنية والرياضية في العصر الحديث:

أما في العصر الحديث (1997-1990م) فقد توحدت أهداف التربية البدنية وأصبح هناك اتفاق كبير فيما تقدمه هذه الأخيرة من تكوين المواطن الصالح في جميع المجالات وبالتالي فقد أصبح من حق الجميع ممارسة أنشطة التربية البدنية وهو تطور ملحوظ لتزول بذلك فكرة أن الرياضة تقتصر على فئة معينة، ومما يميز هذه الفترة هو الإقرار بأن التربية البدنية والرياضية قد أصبحت علما قائما على مبادئ بيداغوجية (قية رفيق، 2012، صفحة 19).

2- مفهوم التربية:**1-2 المفهوم اللغوي:**

بالعودة إلى معاجم اللغة، نجد أن كلمة تربية في اللغة لها ثلاث أصول لغوية: أما الأول: ربا، يربو، ربوا بمعنى زاد ونما، وأربيته: نمّيته، قال تعالى «ويربي الصدقات» (ابن منظور، 1994، صفحة 1572). وأما الثاني فهو: ربّي يربّي بمعنى نشأ وترعرع، عن أبي هريرة رضي الله عن النبي ﷺ أنه قال " هل لك عليه من نعمة تربّيها " رواه مسلم، تربّيها بضمّ الباء أي تراعيها وتصلحها. وأما الأصل الثالث فهو: ربّ، يربّ، بمعنى أصلحه وتولى أمره وساسه وقام عليه. وفي اللغة اللاتينية استخدمت التربية للدلالة على تربية النبات أو الحيوان، وتهذيب البشر، دونما تفريق بين هذه الأحوال جميعا.

2-2 المفهوم الاصطلاحي:

هي تلك العملية الواعية المقصودة وغير المقصودة، لإحداث نمو وتغير وتكيف مستمر للفرد، من جميع جوانبه الجسمية والعقلية، والوجدانية من زوايا مكونات المجتمع، وإطار ثقافته، وأنشطته المختلفة، الاجتماعية، الاقتصادية والثقافية والعلمية على أساس من خبرات الماضي وخصائص الحاضر واحتمالات المستقبل فتعمل على تشكيل الأجيال الجديدة في مجتمع إنساني في زمان ومكان معين وتنمية مكونات شخصياتهم المتفردة، وبما يمكنهم من تنميتها إلى أقصى درجة ممكنة من خلال ما يكتسبونه من معارف واتجاهات ومهارات، وبما تجعل كل فرد مواطنا يحمل ثقافة مجتمعه، متكيفا مع نفسه، ومع بيئته ومواقف الحياة المتغيرة ومنتجا يساهم في أحد مجالات العمل والإنتاج، وحاسا لقضايا أمته، والإنسانية جمعاء. لهذا فإن دور كاييم يرى بأن التربية تهدف إلى أن تثير وتنمي لدى الفرد حالات جسمية وعقلية يتطلبها منه مجتمعه المحلي الذي يعده للحياة (صالح عبد العزيز، 1968، صفحة 11).

3- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية والرياضية بين الباحثين حيث تعرف التربية البدنية بأنها هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط وهو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك، وذكرت لومبكين أن البعض يرى أن التربية البدنية والرياضية مرادف للتعبيرات مثل: الألعاب والمسابقات الرياضية وبعد تعريفها لكل من هذه التعبيرات أوضحت أن تضمين هذه المكونات في برامج التربية البدنية والرياضية يعتمد على كون هذه البرامج منظمة أو عفوية تنافسية أو غير تنافسية إجبارية أو

اختيارية، داخل نطاق المجال الوظيفي أو خارجه وغير ذلك من المتغيرات ولكنها أبت إلا أن تبدي برأيها في صياغة التعريف على النحو التالي: " التربية البدنية هي العملية التي يكتسب الفرد خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني "، ومن فرنسا وضع روبرت بوبان بأن التربية البدنية هي: " تلك الأنشطة المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسية الحركية بدف تحقيق النمو المتكامل للفرد (أمين أنور الخولي، 2001، صفحة 35). ومن بريطانيا ذكر بيتر أرنولد تعريفا للتربية البدنية حيث يرى بأنها: " ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط المباشر " (أمين أنور الخولي، 2001، صفحة 36).

ومن هنا نجد أن التربية البدنية لم تنحصر في مفهوم واحد، وإنما تعددت مفاهيمها بين العديد من الباحثين فكل منهم أعطى رأيه الخاص، ولكنهم يتفقون في مضمون واحد مفاده أن التربية البدنية تعمل على إنشاء الفرد وتكوينه في جميع المجالات البدنية، الاجتماعية، الانفعالية والعقلية من خلال النشاط البدني حتى يكون مواطنا صالحا يخدم وطنه.

4- علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة:

إن التربية البدنية هي أحد مقاصد التربية العامة لأنها تعتمد على أسس تربوية بالغة الأهمية بالنسبة للفرد ولهذا نجدها أصبحت تخصصا لممارسة أنشطة رياضية داخل المؤسسات التربوية (جامعات، مدارس، رياض الأطفال...) وذلك للمساهمة في الرفع من الثقافة والتطبيع الاجتماعي وغيرها من المقاصد التربوية حيث توصف هذه العلاقة بأنها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني والتي تنمي وتصون جسم الإنسان فحينما يلعب الإنسان أو يتدرب على الموازي أو يمارس التزحلق على الثلج أو يباشر أي لون من ألوان النشاط البدني التي تساعد على تقوية جسمه وسلامته فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت وهذه التربية قد تجعل حياة الإنسان أكثر رغدا أو بالعكس قد تكون من النوع الهدام (محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، صفحة 11).

والتربية البدنية جزء بالغ الأهمية من عملية التربية العامة، فقد جاء في الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضية الصادر عن اليونسكو في الفصل الثاني بعنوان (التربية البدنية والرياضية تمثلان الركن الأساسي الذي تقوم عليه التربية المستمرة في نظام التربية العامة)، لذا ينبغي أن نمي التربية البدنية والرياضية باعتبارها بعدين أساسيين للتربية والثقافة حسب قدرات كل إنسان وأن نمي كذلك إرادته والتحكم في

أهوائه وأن نمي اندماجه في مجتمعه وينبغي أن تضمن استمرارية النشاط وممارسة الرياضة طوال حياة الإنسان وذلك بواسطة تربية شاملة ودائمة (د أمين أنور الخولي، 1996، صفحة 151).

ومن هذا الأخير نجد أن العلاقة بين التربية البدنية والرياضية والتربية العامة تعتبر قوية جدا، الشيء الذي جعل الكثير من الباحثين يعرفونها بأنها جزء لا يتجزأ من التربية العامة.

5- مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر:

يؤكد ميثاق قانون التربية البدنية والرياضية بأن الشباب يشكل رأس مال للأمة، وتعد التربية البدنية في الجزائر نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل (خيرى سمير، 2001، صفحة 08).

وفي 23 أكتوبر 1976 صدر قانون التربية البدنية والرياضية، هذه الوثيقة الهامة تعتبر دستورا هاما يحدد الحقوق والواجبات لهذا المجال الهام والحساس، في كل المستويات من حيث المبادئ العامة للتربية البدنية والرياضية وكذا تكوين الإطارات ثم تنظيم الحركة الرياضية الوطنية والمجلس الوطني للتربية (محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، صفحة 07)، وقد شمل الدستور 6 محاور أساسية وهي:

- القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية في الجزائر.
- الجزائر تعليم التربية البدنية وتكوين الإطارات.
- تنظيم الحركة الرياضية الوطنية.
- التجهيزات والعتاد الرياضي.
- حماية ممارسي الرياضة.
- الشروط المالية.

أما الميثاق الوطني لسنة (1986) فقد نص أن التربية البدنية شرط ضروري لصيانة الصحة وتحير طاقة العمل ورفع القدرة الدفاعية لدى الأمة، فضلا عن المزايا التي توفرها للفرد تشجع وتطور خصالا معنوية هامة مثل: الروح الجماعية كما تحرس على تكوين الإنسان، كما أنّها عامل تعاوني نفسي وبدني، تمكن الطلبة من ممارسة مختلف أنواع الرياضة.

6- أهداف التربية البدنية والرياضية:

سنبين فيما يلي الأهداف الأكثر شيوعا في قوائم الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية لبعض المدارس العالمية:

❖ التنمية البدنية والعضوية:

تتم التربية الرياضية في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف أجهزة الإنسان بيولوجيا ورفع مستوى كفاءتها الوظيفية وإكسابها الصفات التي تساعد الإنسان على القيام بواجباته الحياتية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق، فمن خلال الأنشطة البدنية يكتسب الفرد القوة والسرعة والجهد العضلي والتحمل الدوري والتنفسي والقدرة العضلية، والرشاقة والمرونة، والتوافق العضلي العصبي، بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز القلبي الوعائي وبقية أجزاء الجسم مما يساعد على الارتقاء بمقومات وأسس اللياقة البدنية في الإنسان (محمد عبد الفتاح عنان، د عدنان درويش جلون، 1998، الصفحات 21-22).

❖ تنمية المهارات الحركية:

تعد من أهم أهداف التربية الرياضية، حيث تبدأ برامجها من فترة الطفولة لتنشيط الحركة الأساسية (الأصلية) وتنمية أنماطها الشائعة والتي تنقسم إلى:

- حركات انتقالية: كالمشي والجري والوثب.
- حركات غير انتقالية: كالثني واللف والميل.
- حركات معالجة وتناول: كالرمي والدفع والركل.

من ثم تأسس المهارة الحركية على هذه الأنماط، فهي مهارات متعلمة. فهي وإن كانت تتأسس على اللياقة البدنية والحركات الأصلية، إلا أن الاعتبارات الإدراكية والحسية لها أهميتها في اكتساب المهارات الحركية ومن أمثلتها: المهارات الرياضية التخصصية، فالمهارات الخاصة بكرة القدم منها على سبيل المثال (ترويض الكرة - ضرب الكرة بالرأس)، تختلف عن المهارات الخاصة بكرة اليد أو الطائرة أو نشاط رياضي آخر (محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، صفحة 24).

❖ التنمية المعرفية:

يتصل هذا الهدف بالجانب العقلي والمعرفي، وكيف يمكن للتربية الرياضية أن تساهم في تنمية المعرفة والفهم والتحليل والتركيب، من خلال الجوانب المعرفية المتضمنة في الأنشطة البدنية والرياضية، كتاريخ المسابقة أو اللعبة، وقواعد اللعب الخاصة بها وأساليب التدريب والممارسة، وقواعد التغذية وضبط الوزن الخاصة بها، ... الخ، من جوانب لها طبيعة معرفية لا تقل أهمية عن الجوانب الحركية والبدنية في النشاط الرياضي، فالأبعاد المعرفية للأنشطة الرياضية لها تأثير مباشر في تنمية المهارة الذهنية لدى الأفراد، والتي

بدورها تنفعهم في حياتهم اليومية، وتساعدهم على التفكير السليم واتخاذ القرارات في محلها المناسب. (محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، صفحة 24).

❖ التنمية الاجتماعية:

تساهم التربية البدنية والرياضية في غرس القيم الثقافية والخلقية التي تواجه أعمال كل مواطن وتساهم في تعزيز المحبة كي يتعدى ذاته في العمل وتنمية روح الانضباط والسعادة وتحمل المسؤولية (محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، صفحة 24)، كما تتسم بثناء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة والنشاط البدني عددا كبيرا من الخبرات والقيم المرغوبة والتي تنمي الجوانب الاجتماعية في شخصيته وتساعد في التطبيع والتنشئة الاجتماعية والتكيف مع مقتضيات نظم المجتمع.

❖ الترويح وأنشطة الفراغ:

يعد الترويح أحد الأهداف القديمة للتربية البدنية الرياضية، فعبير التاريخ مارست أغلب الشعوب ألوانا من النشاط البدني من أجل المتعة وتمضية وقت الفراغ والمشاركة الترويحية من خلال الأنشطة البدنية تتيح قدرا كبيرا من الخبرات والقيم الاجتماعية والنفسية والجمالية، التي تثري حياة الفرد وتضيف لها الأبعاد البهيجة المشرقة والنضرة المتفائلة للحياة، ذلك لأنها تمد الفرد بوسائل وأساليب للتكيف مع نفسه ومجتمعه، كما أن المشاركة في البرامج الرياضية تتيح فرص التنفيس عن مشاعر التوتر والشدة العصبي التي أصبحت تلازم حياتنا اليومية المعاصرة، وتوفر أيضا فرص اكتساب مهارات الاسترخاء والراحة والاستجمام، وفي التربية الرياضية يجب أن نعمل على إكساب الأفراد المهارات الرياضية التي يطلق عليها مهارات مدى الحياة والتي تمكن الفرد بعد تخرجه ودخوله لمعترك الحياة من مزاوله نشاط رياضي أو بدني ترويحي مفيد وممتع (د أمين أنور الخولي وآخرون، 1998، صفحة 26).

❖ التنمية النفسية:

ظهر دور التربية البدنية والرياضية من خلال تدريب التلميذ التي على التحكم في تعبيراته الانفعالية عن طريق اشتراكه في الألعاب المختلفة فاللعب يسمح للمراهق أن يمارس التحكم في عواطفه وطرح القلق والشعور بالثقة والتمتع بالبهجة (محمد عادل، كمال الدين زكي، 1965، صفحة 35).

كما أنها تكسب التلميذ قيما نفسية سلوكية منها: تحسين مفهوم الذات النفسية والذات الجسمية الثقة بالنفس، تأكيد الذات، إشباع الميول والاحتياجات النفسية، خبرة النجاح المرية، تنمية مستويات الطموح، والتطلع للتفوق والامتياز (د أمين أنور الخولي وآخرون، 1998، صفحة 23).

وقد جمع أنور أمين أنور الخولي دراسات بعض الباحثين في كتابه في علم النفس الرياضي ومنها الدراسة التي أجراها رائد علم النفس الرياضة أوجليفي تتكو على خمسة عشر ألف من الرياضيين، وأدلت نتائجها على أن تأثيرات التربية البدنية والرياضية الجانب النفسي هي:

- اكتساب الحاجة إلى تحقيق وإحراز أهداف عالية لأنفسهم ولغيرهم.
- الاتسام بالانضباط الانفعالي والطاعة واحترام السلطة.
- اكتساب مستوى رفيع من الكفايات النفسية المرغوبة مثل: الثقة بالنفس والاتزان الانفعالي والتحكم في النفس، وانخفاض القلق والتوترات العصبية وانخفاض في التعبيرات العدوانية.

7- درس التربية البدنية والرياضية:

درس التربية البدنية والرياضية كغيره من الدروس الأخرى المنهجية الأخرى له دور فعال ومميز في تحقيق الأهداف التربوية، ويمثل الدرس أغر وحدة تعليمية في المنهج المدرسي ويعد كحقل أساسي لتعليم وتربية النشأ (علي الدريدي، السيد علي مُجَّد، 1983، صفحة 19).

كما يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الإطار الذي تتجمع فيه كل الخبرات التربوية والرياضية المدرسية إضافة إلى ذلك يعمل الدرس على تنمية قدرات التلاميذ فهو أساس كل منهاج للتربية البدنية والرياضية (د مكارم علمي أبو هرجة - أ د مُجَّد سعد زغلول، 1999، صفحة 64).

ويقول الدكتور عدنان درويش جلون الدرس يجب أن يكون شاملا ويجب أن يجمع جميع رغبات التلاميذ في اللعب (قاسم حسن البصري، 1997، صفحة 100).

وحتى يكون درس التربية البدنية له دور فعال ومميز في تحقيق الأهداف التربوية يجب أن يشتمل على الصفات التالية:

- أن يكون للدرس هدف واضح معروف يرجى الوصول إليه سواء كان تربويا أو تعليميا أو الاثنان معا.
- أن تكون أوجه النشاط مبنية على أساس سليم سواء من الناحية النفسية أو التربوية.

- أن يتخلل الدرس نشاط حر تلقائياً يعث على السرور والبهجة ويجرّر التلاميذ من التشكيلات والنداءات الشكلية.
- أن يحقق مبدأ بث القيم والمعايير الاجتماعية وتكوين الاتجاهات الإيجابية نحو المدرسة والمجتمع.
- أن تتبنى أوجه النشاط اختيار طرق التدريس على الأسس العلمية للعلوم الأساسية للتربية البدنية والرياضية مثل علم التشريح، وعلم وظائف الأعضاء، وعلم الحركة... الخ.
- أن يعث الدرس على تعليم القيادة والريادة وحسن التبعية وذلك لتدريب التلاميذ على مواجهة المواقف المختلفة في الحياة العادية.
- كلما كان التعاون بين التلاميذ والمدرس في تنفيذ أوجه النشاط بعيداً عن الشكلية والتعقيد وقريباً من التلقائية والنشاط الحرّ الذي تظهر فيه قدرة التلاميذ على التنفيذ كلما ساعد ذلك لتحقيق هدف التعليم الذاتي كل حسب قدرته (مُحَمَّد سعيد عزمي، 2004، الصفحات 177-178).

1-7 محتوى درس التربية البدنية والرياضية:

بالرغم من اختلاف تقسيمات الدرس في السنوات الأخيرة إلا أنه لا توجد خلافات جوهرية، ولكن الخلاف الأساسي يتمثل في الشكل العام للتقسيمات الداخلية للدرس والتي تخضع بدون شك لآراء الخبراء الذين يقومون بوضع مناهج التربية البدنية ومهما حدث من تقسيمات فإن هناك اتفاق تام على أن الدرس يتكون من ثلاث أجزاء رئيسية تحدم بعضها البعض هي الجزء التمهيدي، الرئيسي والختامي.

1-1-7 الجزء التمهيدي: ويتضمن ما يلي:

- مراقبة اللباس الرياضي للتلاميذ.
- أخذ غيابات التلاميذ عن طريق المناداة.
- التذكير بهدف الحصة السابقة وإعطاء هدف الحصة المراد القيام بها.
- التسخين: ويعرف حسب j.l.a.ubiche و pradot.m (1986) على أنه:

" مجموعة الأنشطة المستعملة من أجل الوصول إلى الحالة المثلى من التحضير البدني والنفسي الضروري للتطبيق الشديد وهو يتم عن طريق جهد بدني يتطلب نشاط وظيفي لمختلف المحصلات التالية: الانقباض العضلي، النظام الدوري، النظام التنفسي " (p.seners, 2002, p. 185).

ويمكن تقسيم التسخين إلى تسخين عام وآخر خاص، أما الأول فيتمثل في الجري وكذا التسارع ويسمى

بالتحضير العصبي العضلي إضافة إلى التمديد العام أو ما يدعى بتحضير الذاكرة الحركية.
وأما الثاني فيتم بأنشطة خاصة كالجري مع تغيير الإيقاع وكذا التركيز على التمديد الخاص بنوع النشاط
(- jean-jacquessarthou, 2003, p. 157).

2-1-7 الجزء الرئيسي:

في الجزء الرئيسي من الحصة يجب تحقيق جميع الواجبات المحددة سلفا للحصة والتي تشمل تنمية الصفات البدنية والأساسية طبقا للمنهاج السنوي وكذلك تنمية المهارات الحركية وأيضا تطوير بعض المعارف النظرية للتلاميذ عن طريق التوجيه والإرشاد أثناء التعلم ثم تعويد التلاميذ على طرق التعامل الصحيحة والعادات التربوية (د ناهد محمود سعد. أ د نيللي رمزي فهميم، 2004، صفحة 85).

يتم تطبيق هذا الجزء عن طريق ثلاث مناهج للتعلم:

- منهج التابع
- منهج الدوران
- منهج الورشات مع التكرار الفردي للتلاميذ (p.seners, 2002, p. 169).

3-1-7 الجزء الختامي: للجزء الختامي من الحصة واجبات ثلاثة هي:

- تهدئة أجهزة الجسم.
 - التوجه إلى أحاسيس التلاميذ.
 - القيام ببعض الواجبات التربوية (د ناهد محمود سعد. أ د نيللي رمزي فهميم، 2004، صفحة 85).
- وفي هذا الجزء يقول (Pieron.m (1992): "انه يجب أن تسمح المرحلة النهائية بالرجوع التدريجي للهدوء ولا يجب التخلي عن بعض التمارين التنفسية، وكذل تمارين استرخاء وتمديد وهذا بعد مجهود بدني شديد". كما يمكن أن تتم عن طريق جري خفيفو هذه الطريقة تسمى (الاسترجاع الفعال) (p.seners, 2002, p. 198).

خلاصة:

من خلال ما درسناه في الجزء الأول من هذا الفصل يتجلى لنا المفهوم الصحيح للتربية البدنية والرياضية لكي تزال النظرة الخاطئة للعديد من الأشخاص عن هذه الأخيرة وكذا تتبين أهدافها في النظام التربوي ومدى منافعها في تربية الطفل أساساً تربية شاملة ومتكاملة ومساعدة التلميذ المراهق في توظيف جميع طاقاته النفسية البدنية، المعرفية ووعيه بهويته وكيفية التحكم في انفعالاته وهذا ما يجعل من التربية البدنية ذلك الجزء الذي لا يتجزأ من التربية العامة لها عدة أسس وأهداف تساهم في تنميتها وتحاول الوصول إلى تحقيقها.

الفصل الثاني

النشاط الرياضي الترويحي ➤

تمهيد :

تعتبر النشاطات البدنية بصفة عامة والنشطة الرياضية الترويحية بصفة خاصة سلوكيات اجتماعية مهمة في الحياة اليومية للتلميذ فهي جزء مكمل للثقافة والترفيه حيث تلعب دورا كبيرا في اعداد الفرد وذلك بتزويده بمهارات واسعة وخبرات كبيرة تسمح له بالتكيف مع مجتمعه وتحتل ممارسة الانشطة الرياضية الترويحية في المجتمعات المعاصرة مكانة خاصة فتعتبر الممارسة الرياضية بالنسبة لكل فئات المجتمع على اختلاف اجناسهم ومستوياتهم واعمارهم ذات اهمية بالغة في تطوير وتنمية الشخصية والترفيه عن النفس وتقوية العضلات وتحسين العلاقات الاجتماعية مع الاخرين وتعمل على تخفيف من حدة التوترات والانفعالات التي تواجه التلميذ في حياته بصفة عامة.

1- النشاط البدني الرياضي الترفيهي و الترويح:

1-1 معنى الترويح و الترفيه Recreation :

إن كلمة الترويح و الترفيه هي كلمة انجليزية تعني التجديد و الخلق و الابتكار وهناك نظريات و تفسيرات لها إذ أنها تفوق في مفهومها اصطلاح " اللعب " و يفسر الترويح والترفيه على انه رد فعل عاطفي أو حالة نفسية و شعور يحسه الفرد قبل و أثناء ممارسته لنشاط ما سلبيًا أو ايجابيا هادفا، و يتم أثناء وقت الفراغ و أن يكون الفرد مدفوعا برغبة شخصية و يتصف بحرية الاختيار و غرضه في ذاته أي أن الترويح والترفيه أكثر من نشاط، فالنشاط ليس غاية في حد ذاته، أما الغاية فهي ذلك التغيير في الحالة الانفعالية والعاطفية و الإحساس بالغبطة و السعادة التي تعمل على شحن البطارية البشرية لمواجهة الحياة بما فيها من تعقيد.

1-2 ماهية الترويح و الترفيه:

الترفيه و الترويح هو طريقة حياة و أسلوب معيشة يتميز بأنه يحوي نشاطا. قد يكون نشاطا عنيفا كما في الرياضات والألعاب العنيفة أو نشاطا هادئا كما في قراءة كتاب أو سماع موسيقى، ويتعدد النشاط الترفيهي والترويحي بتعدد اهتمامات الأفراد. ما هو متذوق لفرد ما غير متذوق للآخر بل إن ما يعتبره الفرد نشاطا ترويحيا وترفيهيا في وقت ما لا يكون كذلك في وقت آخر، ولم يشعر الفرد بذلك الشعور الذي يتصف بالسعادة، والمميز في النشاطات الترفيهية والترويحية وبالتالي لا تصبح ممارسة نشاط ما، نشاطا ترويحيا بل عادة ونتيجة لذلك بنقل الفرد إلى ممارسة نشاط آخر يوفر التجديد والشعور بالسعادة ويحتم ذلك أن يكون الفرد ملما بنشاطات ترويحية وترفيهية عديدة لتحقيق سمة التجديد.

1-3 مفهوم الترويح و الترفيه عند بعض الباحثين:

- إن مصطلح الترويح Recreation يعني إعادة الخلق إذ أن المقطع الأول من المصطلح Re يعني إعادة بينما الجزء الثاني منه يعني الخلق، و يفهم أيضا من مصطلح الترويح على انه التجديد أو الإنعاش كحصائل comes out لممارسة مناشطه.
- ويرى " رومني " Romney أن الترويح هو نشاط و مشاعر و رد فعل عاطفي، و انه سلوك و طريقة لتفهم الحياة.
- بينما يوضح " ناش " Nash أن وقت الفراغ هو تلك الأوجه من النشاط. التي تجلب للفرد السعادة، و تتيح له الفرصة للتعبير عن الذات و تتفق و دوافع الفرد و تتوافر فيها حرية الاختيار.
- و يشير " دي جرازيا " De Grazia إلى الترويح بأنه النشاط الذي يسهم في توفير الراحة للفرد من عناء العمل و يوفر له سبيل استعادة حيويته .
- بينما يرى " كراوس " أن الترويح (KRAUS) هو تلك الأوجه من النشاط أو الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ، و التي يتم اختيارها وفقا لإدارة الفرد، و ذلك بفرض تحقيق السرور و المتعة لذاته، و اكتسابه للعديد من القيم الشخصية و الاجتماعية (مُجد الحمامي، صفحة 29).
- في حين يؤكد " برايتبل " Brightbill على أن الترويح يعد أسلوب للحياة و انه يعمل على تنمية الفرد الممارس لأوجه مناشطه في وقت الفراغ.
- و كذلك يرى كل من " جراي " Gray و " جرين " Greben أن الترويح يعد حالة انفعالية تنتاب الفرد نتيجة لإحساسه بالوجود الطيب في الحياة بالرضا، و أن الترويح يتصف بالمشاعر المرتبطة بالإجادة، الانجاز، الانتعاش، القبول، النجاح، القيمة الذاتية، السرور، التدعيم الايجابي لصورة الذات Self image كما انه يعد من المناشط المرتبطة بوقت الفراغ و المقبولة اجتماعيا.
- و يوضح كل من " كارسلون " Carslon " ماكلين " Marclean " ديب " Deppe بيترسون " Peterson أن الترويح هو نشاط و حالة وجدانية و نمط اجتماعي منظم ، أو انه أسلوب لاستعادة حيوية و قوى الفرد للعمل، أو انه الاختيار الإرادي للخبرة في وقت الفراغ.
- و لان الترويح في حياة الإنسان و في حياة المجتمعات، ينادي " جو دوي " John Dewey بضرورة استبدال مصطلح "الترويح" بمصطلح "التربية الترويحية" حيث أن الخبرات المتمثلة في المناشط الترويحية تعد خبرات تربوية و أن تلك المناشط تعد من أهم مظاهر الحياة الإنسانية في العصر الحديث.
- و كذلك يرى " تشارلز بيوتشر " Charles Bucher أن الترويح هو الارتباط الجاد بأوجه النشاط التي يمارسها الفرد في أوقات الفراغ و التي يكون من نواتجها الاسترخاء والرضا النفسي.

1-4 مفهوم النشاط البدني الرياضي الترفيهي :

النشاط البدني الرياضي الترفيهي في مفهومه الخاص هو تلك الألعاب أو الرياضات التي تمارس في أوقات الفراغ والحالية من المنافسة الشديدة أو بمعنى آخر هي الرياضات التي تمارس خارج الإطار الفيدرالي و التنظيمي فالنشاط البدني الرياضي الترفيهي يمثل وسيلة من وسائل شغل أوقات الفراغ و لهذه الأسباب نرى أن النشاط البدني الرياضي يحتل مكانة هامة في حياة الشعوب و خاصة المتطورة منها، و هو نشاط بدني رياضي مبني على مبدأ المتعة و المتضمن فلسفة الحياة و هي فلسفة Heros في فرنسا، الغرب مثل هناك نوعين من النشاط: النشاط الرياضي الترفيهي الفدرالي التابع للرأسمالية أما الثاني فهو النشاط البدني الرياضي الترفيهي التابع للمتعة و اللذة وتحقيق السعادة والسرور أي الغبطة بأقصى درجاتها. (امين أنور الخولي، 1996، صفحة 77).

1-5 أغراض النشاط البدني الرياضي الترفيهي:

إن احتياج الفرد للترويح يجعله يبحث يوما بعد يوم عن الحياة الغنية بالمعاني والبهجة و السعادة، حياة تتسم بالاتزان بين العمل و الترويح و لذلك فان فلسفة الترويح كأحد مظاهر الحياة اليومية من تعبير طبيعي تلقائي لبعض اهتمامات و احتياجات الفرد تتغير، بل تتعدل من خلال الممارسة، و يمكن أن تلخص أغراض الترويح تبعا للاهتمامات و الرغبات التي يمكن اعتبارها دوافع لممارسة الأنشطة الترويحية و تتمثل في :

1-5-1 غرض حركي:

إن الدافع للحركة و النشاط يعتبر دافعا أساسيا لجميع الأفراد و يزداد في الأهمية لدى الصغار و الشباب، والغرض الحركي أساس النشاط البدني في البرنامج الترويحي.

1-5-2 غرض الاتصال بالآخرين :

تعتبر سمة محاولة الاتصال بالآخرين من خلال استخدام الكلمة المكتوبة أو المنطوقة هي سمة يتميز بها كل البشر، فالنشاط البدني الرياضي الترفيهي يشبع الرغبة في الاتصال بالآخرين و تبادل الآراء و الأفكار.

1-5-3 غرض تعليمي:

عادة ما تدفع الرغبة في المعرفة إلى التعرف على كل ما هو في دائرة اهتمام الفرد، و عادة ما يبحث الفرد عن اهتمامات جديدة تمهد للفرد معرفة ما يجمله (امين أنور الخولي، 1996، صفحة 92).

1-5-4 غرض ابتكاري فني :

تنعكس الرغبة في الابتكار و الإبداع الفني على الأحاسيس و العواطف والانفعالات، وكذلك تعتمد الرغبة لابتكار الجمال تبعا لما يتذوقه الفرد، وما يعتبره الفرد خبرة جمالية من حيث الشكل و اللون و كذلك الصوت أو الحركة، هذه الأنشطة التي يعبر الفرد من خلالها عن أحاسيسه و مشاعره و يستكشف إمكاناته ويلصقها و يحاول أثناءها نقل هذه المشاعر و الأحاسيس و الأفكار إلى الآخرين.

1-5-5 غرض اجتماعي:

إن الرغبة في أن يكون الفرد مع الآخرين من أقوى الرغبات الإنسانية، فالإنسان اجتماعي بطبعه، وهناك جزء ليس بالقليل من النشاط البدني المنظم أو الغير المنظم يعتمد أساسا على تحقيق الحاجة إلى الانتماء.

1-6-6 خصائص النشاط البدني الرياضي الترفيهي:

1-6-1 الهادفة: بمعنى أن النشاط البدني الرياضي الترفيهي يعد نشاطا هادفا و بناءا، إذ يسهم في تنمية المهارات و القيم و الاتجاهات التربوية و المعرفة لدى الفرد الممارس لمناشطه و من ثم فان الترويح يسهم في تنمية و تطوير شخصية الفرد .

1-6-2 الدافعية: بمعنى أن الإقبال و الارتباط بمناشطه و يتم وفقا لرغبة الفرد و يدافع عن ذاته للمشاركة في مناشطه و من ثم تكون المشاركة إرادية .

1-6-3 الاختيارية: بمعنى أن الفرد يختار نوع النشاط الذي يفضله عن غيره من المناشط الترويحية الأخرى للمشاركة فيه، و ذلك يسمع بان يقوم الفرد باختبار مناشط الترويح الرياضي أو الترويح الخلوي أو الترويح الاجتماعي أو الترويح الثقافي أو الترويح الفني أو الترويح التجاري أو الترويح العلاجي، كما يسمح باختيار احد أنواع تلك المناشط المختلفة.

1-6-4 يتم في وقت الفراغ: و ذلك يعني أن النشاط البدني الترفيهي أهم المناشط التربوية والاجتماعية لاستثمار أوقات الفراغ التي يكون الفرد خلالها متحررا من ارتباط العمل أو من أية التزامات أو واجبات أخرى.

1-6-5 حالة سارة: و هذا يفيد أن النشاط البدني الترويحي يجلب السرور و المرح إلى نفوس المشاركين فيها

و بذلك يكونوا في حالة سارة أثناء مشاركتهم فيه.

1-6-6 التوازن النفسي: و ذلك يعني أن المشاركة في النشاط البدني الترويحي تؤدي إلى تحقيق الاسترخاء و الرضا النفسي و كذلك إشباع الميول و حاجات الفرد النفسية مما يحقق له التوازن النفسي.

1-6-7 تسمى بالمرونة.

1-6-8 التجديد.

1-6-9 نشاط بناء.

1-6-10 جاد و غرضه في ذاته.

1-6-11 يمارسه كل الأجناس و الألوان و الأديان.

1-6-12 متنوع و أشكاله متعددة.

الإحساس بالسعادة يعتبر الدافع الرئيسي وراء ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي وليس المكسب المادي.

7-1 أهداف النشاط البدني الرياضي الترفيهي:

إن المحور الأساسي للترويج هو السعادة فهناك بعض الأحاسيس و المشاعر التي يكتسبها الفرد من خلال ممارسته للنشاط البدني الرياضي الترفيهي تتمثل في الإخاء والانجاز و الابتكار و الإبداع، و الشعور بالغبطة لما يتمتع به الفرد من قدرات بدنية وعقلية و عاطفية، و تذوق الجمال و الاسترخاء و السعادة عند خدمة الآخرين و على أساس ما ذكرنا، تتعدد أهداف النشاط البدني الترفيهي:

1 الشعور بالسعادة عند الابتكار والإبداع.

2 الشعور بالسعادة عند الانتماء والشعور بالألفة والأخوة والصدقة.

3 الشعور بالسعادة عند المخاطرة وممارسة خبرات جديدة.

4 الشعور بالسعادة عند الانجاز.

5 الشعور بالسعادة عند التمتع بصحة جيدة.

6 الشعور بالسعادة عند استخدام القدرات العقلية.

7 الشعور بالسعادة عند ممارسة خبرات عاطفية.

8 الشعور بالسعادة عند التمتع بالجمال.

9 الشعور بالسعادة عند مساعدة الغير.

10 الشعور بالسعادة عند الاسترخاء.

-في حين يرى كل من الدكتور كمال درويش و الدكتور مُجَّد مُجَّد الحماحمي أن أهمية الترويج تحدد في العناصر التالية:

1 تنمية وتطوير الشخصية الإنسانية المتكاملة.

2 اكتشاف الحياة بمنظور التفاؤل.

- 3 إثراء الحياة الفردية والحياة الأسرية.
- 4 تحقيق السعادة والحرية للفرد.
- 5 إشباع الحاجات الإنسانية المرتبطة بوقت الفراغ.
- 6 تحديد نشاط وحيوية الفرد.
- 7 إشباع الميول والدوافع المرتبطة بالترويج.
- 8 الحد أو التخلص من القلق والاكتئاب النفسي.
- 9 تقدير وتحقيق الذات والتعبير الذات.
- 10 تنمية المفهوم الايجابي للذات.
- 11 تحقيق التوازن النفسي.
- 12 البعد عن روتين الحياة.
- 13 التأمل.
- 14 الإبداع والابتكار.
- 15 تطوير الصحة العقلية.
- 16 تنمية الخبرات الحياتية.
- 17 تنمية المواهب والقدرات.
- 18 تحقيق التنمية الذاتية للفرد.
- 19 الارتقاء بالتذوق الفني والجمالي.
- 20 تكوين العلاقات الإنسانية.
- 21 تقدير قيمة العمل الجماعي.
- 22 التخلص من الضغوط وأعباء العمل.
- 23 زيادة القدرة على الانجاز.
- 24 التوازن الاجتماعي.

8-1 مستويات المشاركة في مناشط الترويج :

يوضح "ناش " Nach مستويات المشاركة وفقا لما يلي:

1-8 المستوى الأول: و يتضمن المشاركة الابتكارية Créative participation في العديد من المناشط و التي تتيح للفرد الابتكار و الإبداع في أداءه و أهمها: التأليف، الابتكار، النماذج و التصميمات، العروض.

- 2-8 المستوى الثاني: و يتضمن المشاركة الايجابية و التي تتيح للفرد المشاركة الفعلية في النشاط و تحقيق التنمية الذاتية للفرد، و من أهمها: المباريات و المسابقات الرياضية، التمثيل المسرحي، العزف الموسيقي، الخدمات البيئية، المعسكرات، الرحلات، الرسم، لعب الشطرنج.
- 3-8 المستوى الثالث: و يشمل المشاركة الوجدانية EMOTIONAL و التي تسمح بالمشاركة الوجدانية للفرد من خلال الاستمتاع و تتمثل في: قراءة القصص و الروايات، مشاهدة الأفلام و المسرحيات و التمثيلات و كذا التلفزيون، و الاستماع إلى البرامج الإذاعية، الاستماع إلى الموسيقى و مشاهدة البرامج و المسابقات الرياضية، زيارة المعارض و المتاحف.
- 4-8 المستوى الرابع: و تتضمن المشاركة السلبية و التي تتيح للفرد ممارسة النشاط الترويحي أو الاستمتاع بها و من ثم فان ذلك المستوى لا يرقى إلى درجة التأثير الانفعالي أو الوجداني في الفرد و من أهمها: لقاء الأقارب و الأصدقاء، التسلية و الترفيه، اللهو و استهلاك الوقت، تبادل الحديث مع الآخرين، الجلوس حول المائدة.
- 5-8 المستوى الخامس: يشمل المشاركة التي تلحق الأذى أو الضرر بالفرد Harmful to Self و ذلك: كالإدمان للمخدرات و للخمر، ارتكاب أفعال غير تربوية، لعب الميسر.
- 6-8 المستوى السادس: و يشمل المشاركة التي تلحق الأذى أو الضرر بالمجتمع Harmful to Society و ذلك: كارتكاب الجرائم، التصرف الديني، أعمال العنف.

خلاصة :

من خلال عرضنا لهذا الفصل الذي خصصناه حول كل ما يتعلق بالترويح الرياضي فان الملاحظ تتبع النظريات العلمية و كذلك تحليل الآراء و الافكار الخاصة بموضوع الترويح بوجه عام تبين لنا ان الترويح الرياضي بكل اشكاله سواءا تعلق الامر بممارسة الرياضات الفردية او الجماعية او حتى التنزه في الحدائق العامة و المنتجعات من اجل السياحة و تجديد الطاقة من خلال اغلب الدراسات الاكاديمية التي اكدت على الدور الفعال الذي يحققه الترويح على الفرد من توازن نفسي و تحقيق التفاعل الاجتماعي و كذلك تفريغ الانفعالات و الضغوطات النفسية وبالتالي فان الترويح الرياضي عامل مهم في في سيورة حصة التربية البدنية و الرياضية وتعزيز اتجاهات التلاميذ نحو ممارستها.

خاتمة الباب الاول:

الغاية من عرض الجانب النظري هذا وضع الارضية المناسبة للمرور الى الجانب التطبيقي و قد حاول الطالب الباحث من خلال هذا العرض تسليط الضوء اولا على التربية البدنية والرياضية التي تعتبر المتنفس الوحيد للتلاميذ في الطور المتوسط لما لها من اهمية بالغة في اعداد الفرد من جميع الجوانب بالاضافة الى اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية وذلك من خلال التطرق الى مفاهيمها العامة واهدافها وابعادها والمكانة المرموقة التي توليها المنظومة التربوية لها اما فيما يخص الترويح الرياضي الذي يعتبر العنصر الالهم في دراستنا فقد حاولت توضيح مفاهيمه ومكوناته واهميته والحاجة اليه وابعاده في سيرورة الحصة ومدى ارتباطه باهتمام ومشاركة التلاميذ في حصة ت ب ر .

الباب الثاني

'الجانب الميداني
للموضوع'

الفصل الأول

'منهجية البحث
والإجراءات الميدانية'

تمهيد:

بعد دراسة الجانب النظري الذي تضمن شرح الجوانب المتعلقة بالموضوع وإعطاء شرح لكل جانب وذلك بالاستعانة بالدراسات والبحوث السابقة، سأحاول في هذا الجزء الإمام بالموضوع ودراسته دراسة ميدانية حتى أعطيه مفهوما علميا وتربويا وذلك باستخدام أداة الاستبيان مع الأساتذة حتى أستطيع الكشف عن نوع الانعكاس لإدراج الألعاب الترويحية في حصة التربية البدنية والرياضية على نسبة ممارسة التلاميذ لخصّة ت ب ر، وبالتالي الإجابة على كل التساؤلات التي طرحتها في بداية البحث والتأكد من صحة الفرضيات.

1- منهج البحث:

من أجل تحليل ودراسة المشكلة التي تم طرحها، واستجابة لطبيعة الموضوع الذي نحن بصدد دراسته من الجانب التطبيقي، اعتمدنا على المنهج الوصفي، الذي يعرف بأنه استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية... إلخ (الغنام و الزوغي، 1974، صفحة 51).

ويعد هذا المنهج من أحسن الطرق التي يعتمد عليها في الكثير من الدراسات كونه يتسم بالموضوعية وذلك لأن المستجوبين يجدون كامل الحرية في التطرق لآرائهم، وبناء على ذلك فهو المنهج المناسب لموضوع دراستنا هذه.

2- الدراسة الاستطلاعية:

حيث تم القيام بدراسة استطلاعية وذلك من خلال زيارة بعض المتوسّطات على مستوى ولاية سعيدة أين قام الطالب الباحث بتوزيع الاستبيان الأولي على مجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية والمقدرين بعشر أساتذة من أجل الوقوف على نقائص وثغرات الاستبيان قبل التوزيع النهائي له، كما تم الخروج ببعض الملاحظات التي خصّت بعض الأسئلة من الاستبيان التي لم تكن واضحة وحملت بعض الأخطاء في الصياغة، فعن طريق الدراسة الاستطلاعية خرجت بمجموعة من الملاحظات أهمها:

- التحقق من الأسس العلمية للاستبيان.

- التعرف على المعطيات الميدانية ومدى تكيف الدراسة معها.

- إعادة صياغة بعض الأسئلة وجعلها أكثر دقة ووضوح.
- حذف وإضافة بعض الأسئلة سواء كلياً أو جزئياً.
- معرفة مدى قابلية الفرضيات للاختبار ميدانياً.

3- مجتمع البحث:

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث وذلك بغرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي وقد تمثل مجتمع بحثنا في أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط موزعين على متوسطات ولاية سعيدة والبالغ عددهم حوالي 55 أستاذ.

4- عينة البحث:

يمكن تعريف عينة البحث على أنها "مجموعة فرعية من عناصر مجتمع بحث معين" (موريس انجرس ، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون ، 2004 ، صفحة 298،301)

وعملاً بالمعايير المنهجية للبحوث العلمية، وحتى تكون النتائج أكثر صدق وموضوعية فقد مت أخذ نسبة تفوق (30%) من المجتمع الأصلي لأفراد مجتمع البحث لنحصل في الأخير على عينة قوامها 20 أستاذ.

أما فيما يخص خصائص العينة فقد تم اختيار أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطريقة المقصودة بحيث يكون الأساتذة قد عايشوا المرحلتين، قبل إدراج الألعاب الترويحية وبعد إدراجها في حصة ت ب ر دون الأخذ بعين الاعتبار الشهادة العلمية والسلم.

5- متغيرات البحث:

تكتسي مرحلة تحديد متغيرات البحث، أهمية كبيرة، لهذا يمكن القول أنه لكي تكون فرضية البحث قابلة للتحقق ميدانياً، فإنه لا بد من العمل على صياغة وتجميع كل متغيرات البحث بشكل سليم ودقيق، إذ أنه لا بد أن يحرص الباحث كل الحرص على التمييز بين متغيرات بحثه وبين بعض العوامل الأخرى التي من شأنها أن تؤثر سلباً على مسار دراسته.

➤ المتغير المستقل:

هو عبارة عن تلك العوامل التي تؤثر على المتغير التابع، وفيما يخص البحث بين أيديكم المتغير المستقل هو:

- الألعاب الترويحية في حصص ت ب ر .

➤ المتغير التابع:

هي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث إلى قياسها، وهي تتأثر تبعاً للمتغير المستقل (Angers, M, 1996)، وفيما يخص بحثنا هذا المتغير التابع هو:

- نسبة ممارسة التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية.

6- مجالات البحث:

- المجال البشري: اشتملت عينة البحث 20 أستاذاً لمادة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط موزعين على مستوى 10 متوسطات بولاية سعيدة، وذلك من أصل مجتمع البحث الذي قوامه حوالي 55 أستاذاً وهو مجموع أساتذة المادة في الطور المتوسط بالولاية ككل.
- المجال المكاني: أجريت هذه الدراسة في ولاية سعيدة على مستوى مؤسسات التعليم المتوسط والتي بلغت 10 متوسطات أسماؤها كالتالي:

✓ الجدول رقم (01) يوضح أسماء المتوسطات التي تم فيها توزيع الاستبيان

عدد الأساتذة	البلدية	اسم المتوسطة
2	الحساسنة	مخلوف قاسم
3	سعيدة	مجاجي
2	بوخرص	زحوف قدور
2	سعيدة	شاوش عبدالكريم
1	المعمورة	الإخوة بلحجار
2	سعيدة	عرايي مُجَّد
2	سعيدة	مولود فرعون
2	سعيدة	بلقصير
2	الحساسنة	المتوسطة الجديدة
2	الحساسنة	عون علي

➤ المجال الزمني: تم إجراء البحث في الفترة الممتدة ما بين (شهر ديسمبر إلى غاية شهر ماي) من السنة.

حيث تم جمع المادة النظرية للموضوع وترتيبها وصياغتها في شكلها النهائي في الفترة الممتدة ما بين (شهر ديسمبر إلى غاية شهر فيفري).

كما تمّت الإجراءات الميدانية على طول الفترة الزمنية أوائل شهر مارس إلى غاية شهر ماي 2020 بداية بإعداد استمارة الاستبيان وعرضها على الأستاذ المشرف ومجموعة أساتذة محكمين، مروراً بضبط الاستمارة النهائية، ختاماً بتوزيع الاستبيان من يوم 02 إلى 05 مارس 2020، ثم بعد ذلك تعذر علينا استرجاع الاستمارات لاستكمال الجانب التطبيقي بسبب الوباء الذي انتشر في الجزائر والعالم ككل و تطبيق إجراءات الحجر الصحي.

7- أدوات البحث:

من أجل اختبار الفرضيات المقترحة لبحثي هذا والوقوف على مدى تحقيقها وانطلاقاً من أهدافه تمّ

إعداد:

➤ استبيان:

حيث قمت باستخدام الاستبيان باعتباره الطريقة الأنجع، كونه يسهل عملية جمع المعلومات المراد الحصول عليها قصد التحقق من الفرضيات السابقة وبالتالي الإجابة على الإشكالية المطروحة.

ويعرف الاستبيان بأنه عبارة عن مجموعة من الأسئلة المرتبطة بطريقة منهجية وهو وسيلة لجمع المعلومات مباشرة من مصدرها الأصلي حيث يتم وضع هذه الأسئلة في استمارة وتوزع على الأشخاص المعنيين.

وقد تم توجيه الاستبيان الخاص ببحثي هذا لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط موزعين على عشر متوسطات بولاية سعيدة، وكان شكل الاستبيان مغلقاً حيث احتوى على 21 سؤالاً تتم فيها الإجابة بنعم أو لا وذلك عن طريق وضع العلامة (X) في الخانة المناسبة.

8- الأسس العلمية (سيكومترية الأداة):**8-1 الصدق:**

تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساساً بنتائج الاختبار، حيث يحدد "كيورتن" الصدق باعتباره تقدير للارتباط بين الدرجات الخام للاختبار والحقيقة الثابتة ثباتاً تاماً.

وقصد التأكد من صدق أداة الدراسة قمت باستخدام صدق المحكمين للتحقق بأن الاستبيان يقيس ما أعدّ له حيث قمت بتوزيع نسخ أولية من الاستبيان على 5 أساتذة من معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم يشهد لهم بمستواهم العلمي وتجربتهم الميدانية ليحكموا مدى وضوح أسئلة الاستبيان ومناسبتها للفرضيات، والاستفادة من اقتراح ما يروونه ضرورياً من تعديلات أو إعادة صياغة للعبارات أو حذفها نهائياً.

وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبدتها المحكمون، قمت بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر، وكذا إعادة ترتيبها وفق آراء الأساتذة المحكمين دائما.

8-2 الثبات:

قبل إجراء التحليل فإنه لابد من التأكد من صدق أداة القياس المستخدمة، لأن الصدق (الموثوقية) يعكس درجة ثبات أداة القياس ويستعمل معامل الثبات (Cronbach's Alpha) لقياس مدى ثبات أداة القياس من ناحية الاتساق الداخلي لعبارات الأداء (جودة، 2008، صفحة 298).

حيث قام الطالب بتوزيع الاستبيان خلال الدراسة الاستطلاعية على عينة من عشر أساتذة، وتم تفرغ النتائج في برنامج SPSS V22 لحساب معامل ألفا كرونباخ للثبات، وتصدر الإشارة أن هذه العينة لم تشملها الدراسة الأساسية، وقد بلغت قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ $\alpha=0.730$ وهي درجة جيدة كونها أعلى من النسبة المقبولة (0.6) وهذا ما يفسر ثبات الاستبيان الموجه إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

8-3 الموضوعية:

يقصد بالموضوعية أن يكون لأسئلة الاستبيان نفس المعنى عند مختلف أفراد عينة البحث، فيجب أن يكون السؤال المطروح دقيقا لا يقبل التأويل، وللتأكد من الشروط السابقة يجب القيام بدراسة استطلاعية وهذا ما قام به الطالب الباحث حيث تم التقرب من بعض المتوسطات قصد عرض الاستبيان على مجموعة من الأساتذة للتحقق من الشروط المذكورة آنفا، فتمت إعادة صياغة بعض العبارات وحذف بعضها الآخر ليصبح الاستبيان أكثر دقة ووضوحا وبالتالي موضوعيا.

9- صعوبات البحث:

من أهم الصعوبات التي واجهت الطالب الباحث في إنجاز بحثه ما يلي:

- نقص المراجع التي تناولت الألعاب الترويحية في النشاط البدني الرياضي.
- تفشي وباء كورونا المستجد مما صعب من استكمال البحث.
- الالتزام بإجراءات الحجر الصحي.

10- تحليل المضمون:

من خلال التمعن في محتوى الدراسات السابقة والوقوف على مختلف نتائجها وتحليل مضمونها تبين لنا أن نتائجها تباينت كالتالي:

أطروحة الباحث الباحث " بن عبد الرحمان سيد علي " بعنوان : إقتراح مجموعة من الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الجانب النفسي والاجتماعي لمرحلة التعليم المتوسط ، والتي توصلت إلى أن الألعاب الشبه الرياضية المقترحة لها دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط إن أحسنا وعرفنا كيفية استعمالها بوجه صحيح خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

وهو ما أكدته دراسة دراسة دراف عبد النور بعنوان: مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ المتوسط من خلال نتائجها التي نصت على أن الألعاب الشبه الرياضية الترويجية تساهم في تنمية بعض القدرات النفسية.

وهذا ما أشرنا إليه في الفصل الثاني من الجانب النظري بأن التوازن النفسي من خصائص الترويح و ذلك يعني أن المشاركة في النشاط البدني الترويحي تؤدي إلى تحقيق الاسترخاء والرضا النفسي وكذلك إشباع الميول و حاجات الفرد النفسية مما يحقق له التوازن النفسي (كمال درويش وآخرون، 1990).

أما دراسة أحمد عماد الدين يونس تحت عنوان : "تأثير ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية على التكيف النفسي الاجتماعي لتلاميذ التعليم المتوسط دراسة مقارنة بين الممارسين والغير ممارسين " خلصت نتائجها إلى أن ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تؤثر في التكيف النفسي الاجتماعي للتلاميذ.

كما جاءت دراسة ياسين برحو بعنوان دور التربية البدنية والرياضية في خفض السلوك العدواني للتلاميذ المراهقين " و التي تسوصلت إلى التأثير الإيجابي لممارسة التربية البدنية والرياضية على السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ وبالتالي ضرورة جذب التلاميذ نحو حصة ت ب ر .

و التي اتفقت معها دراسة قية رفيق التي جاءت بعنوان : "دور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من العنف المدرسي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة" والتي توصلت إلا أن لحصة التربية البدنية والرياضية دور في التقليل من العنف المدرسي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة.

وهذا ما أكدته كل من "جراي" Gray و "جرين" Greben أن الترويح يعد حالة انفعالية تنتاب الفرد نتيجة لإحساسه بالوجود الطيب في الحياة بالرضا، وأن الترويح يتصف بالمشاعر المرتبطة بالإجادة، الانجاز، الانتعاش، القبول، النجاح، القيمة الذاتية، السرور، التدعيم الايجابي لصورة الذات Self image وهذا ما ذكرناه في متن بحثنا في الفصل الثاني من الجانب النظري.

وقد واكبت دراستنا ان أهم ما جاءت به الدراسات السابقة التي تطرقت في مجملها لتأثير الألعاب الرياضية الترويحية على الجانب النفسي للتلاميذ وميولهم لممارسة التربية البدنية وكذا مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوازن النفسي للتلاميذ, من خلال التشابه الواضح بين بحثنا و البحوث السابقة من عدة جوانب اثرت الدراسة بعدة مفاهيم و طرق استخلاص البيانات والتي كن نأمل من خلالها تحقيق نتائج أكثر دقة ومصداقية، وعليه نوصي الأساتذة في الطور المتوسط بضرورة إدراج الألعاب الترويحية خلال حصص تربية بدنية بزيادة نسبة ممارسة التلاميذ للحصة والارتقاء بالمستوى النفسي للتلاميذ واهتمامهم بالنشاط البدني الرياضي الترويحي.

الفصل الثاني

تحليل ومناقشة الدراسات
السابقة والبحوث المشابهة

1- تحليل الدراسات السابقة:

تلقي الدراسات السابقة والمرتبطة الضوء على الكثير من المعالم التي تفيد هذه الدراسة، كما أنارت لنا الطريق بتحديد أسلوب وخطة الدراسة، وقد استخلصنا من العرض السابق للدراسات والبحوث مايلي: استخدمت أغلب الدراسات السابقة التي أشرنا إليها المنهج الوصفي، وهو المنهج المناسب لطبيعة هذا النوع من الدراسات، والتي تعتمد على تقييم الوضع الراهن وكشف نواحي القوة والضعف، استخدمت الدراسات السابقة أيضا أدوات البحث لجمع المعلومات كالاستبيان والإختبارات والملاحظة، حيث أفادتنا في:

- تجنب بعض المشكلات المعيقة للتقدم في البحث، وتشكيل برنامج للقيام بالعمل خلال فترة التحضير للمذكرة وتحديد المراجع الخاصة في مجال الدراسة الحالية.
- اختيار المنهج والعينة وأدوات جمع البيانات المناسبة، وكيفية بناء الاستبيانات.
- كيفية اختيار القوانين والمعادلات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وكيفية عرض البيانات وتحليلها هذا وكانت أوجه الشبه بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية تتمثل في:

المنهج المتبع و هو المنهج الوصفي وكذلك مجتمع البحث و العينة أساتذة و تلاميذ الطور المتوسط وكذلك في الأدوات المستعملة 'الإستبيان' و إختبار المهارات النفسية.

أما بالنسبة إلى أوجه الإختلاف بين الدراسات السابقة ودراستنا فتمثلت في :حجم العينة وطريق إختيار هته الأخيرة و كذا أساليب التحليل الإحصائي و عنوان الدراسة.

2- مناقشة الدراسات السابقة:

رغم ثراء الدراسات السابقة وتناولها للعديد من الجوانب إلا أنها لم تعطي الاهتمام لبعض النقاط الرئيسية في الموضوع إضافة أن بعض الدراسات لم توفق إلى حد بعيد في إخراج الاستبيان بشكل موضوعي بحت، في حين بعضها الآخر لم تتمكن من تحديد حجم العينة بنسبة كافية تسمح بتعميم النتائج على أفراد المجتمع الأصلي.

أما فيما يخص دراستنا هذه فقد وبعد رصد فجوات الدراسات السابقة تم فيها التطرق إلى مشكلة جديدة تمثلت في مدى انعكاس تطبيق الألعاب الترويحية في حصة التربية البدنية والرياضية على نسبة ممارسة تلاميذ المتوسط ذكورا وإناثا لحصة التربية البدنية والرياضية لتركز بشكل واضح على الأثر الميداني للألعاب الترويحية على مشاركة وحضور التلاميذ للحصة، وقد استخدمنا في معالجة المشكلة المذكورة أنفا المنهج الوصفي لكونه المناسب لهكذا مواضيع وكانت عينة البحث 20 أستاذ للمادة موزعين على 10 متوسطات بولاية سعيدة تم اختيارهم عن قصد بحيث يكون الأساتذة قد عايشوا المرحلتين، مرحلة قبل تطبيق الألعاب الترويحية في حصة التربية البدنية والرياضية


ومرحلة ما بعد تطبيقها، كما تم استخدام استبيان كأداة لجمع البيانات حيث تم تصميمه وصياغة بنوده في الشكل النهائي بعد أن عرض على 5 أساتذة متوسط في سياق الدراسة الاستطلاعية وبعدها على 5 أساتذة محكمين بمعهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم قصد التأكد من مدى صدقه وخضوعه للموضوعية.

خلاصة:

من خلال هذا الباب تم إيضاح الخطوات المنهجية التي اتبعها الباحث من أجل ضبط الإجراءات الميدانية الخاصة بالدراسة وكذا بيان أهم الطرق والأدوات المستعملة في جمع المعلومات وتنظيمها كما قمت بعرض هذه الطرق والأدوات بالتفصيل وتوضيح كيفية استعمالها بالإضافة إلى المجالات التي تمت فيها الدراسة من مجال بشري ومكاني وزماني كما قمت بتحديد كل من مجتمع وعينة البحث الذي تمحورت حوله الدراسة، كل هذه الإجراءات تعمل على جمع المعلومات في أحسن الظروف وعرضها في أحسن الصور بيد أن جمع هذه المعلومات ليس هو الغاية وإنما هو الوسيلة للوصول إلى نتائج مصاغة بطريقة علمية تساعد على إيجاد حلول للمشكلة المطروحة سابقا.

كما أضفنا جزءا هو الآخر جد هام ويتمثل في تحليل الدراسات السابقة التي وجدناها ترتبط بصفة واضحة المعالم مع ما فرضناه في بداية البحث وكذا مع هدف الدراسة العام , إذ توصلت أغلبها إلى الدور الفعال الذي تلعبه الألعاب الترويحية في ميول زيادة مشاركة تلاميذ المتوسط خلال حصص التربية البدنية والرياضية لما تقدمه من مرح وسرور للتلاميذ إضافة إلى جو المنافسة في إطار اللعب الهادف وخلق الروح الرياضية والوصول إلى تحقيق المتعة في إطار تحقيق الأهداف المنشودة.

كل هذه الدلالات الملاحظة ميدانيا ترمي إلى سياق واحد ألا وهو أن الألعاب الترويحية تساهم في زيادة مشاركة تلاميذ المتوسط في حصص ت ب ر .



قائمة المصادر والمراجع

قائمة المراجع:

قائمة المراجع العربية:

الكتب:

1. إبراهيم احمد سلامة. (2000) المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية. الإسكندرية: منشأة المعارف.
2. خريط مجيد ريسان وعبد الرحمان مصطفى الأنصاري. (2001). 1700 تمرين في اللياقة البدنية لجميع الأعمار (الإصدار 1). عمان. دار الشروق للنشر.
3. ابن منظور. (1994). لسان العرب. القاهرة: دار المعارف.
4. أكرم زكي خطايبية. (1997). المناهج المعاصرة في التربية الرياضية. القاهرة: دار الفكر.
5. أمين أنور الخولي. (2001). أصول التربية البدنية والرياضية المدخل، التاريخ، الفلسفة (الإصدار 3). القاهرة: دار الفكر العربي.
6. أمين أنور الخولي، أسامة أنور كامل. (1998). التربية الحركية للطفل، (الإصدار 2). القاهرة: دار الفكر العربي.
7. أمين أنور الخولي، عدلي بيومي. (1991). الجمباز التربوي للأطفال والناشئين. القاهرة: دار الفكر العربي.
8. بسطوسي احمد . (1994). سباقات المضمار وسباقات الميدان. دار الكتاب الحديث.
9. بسطوسي احمد. (1994). أسس ونظريات الحركة. دار الكتاب الحديث.
10. حسن عبد الجواد . (1987). الكرة الطائرة الحديثة. دار العلم للملايين.
11. د أمين أنور الخولي. (1996). الرياضة والمجتمع. الكويت: عالم المعرفة.

12. د أمين أنور الخولي وآخرون. (1998). التربية البدنية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية. القاهرة: دار الفكر.
13. د مكارم علمي أبو هريرة - أ د مُجَّد سعد زغلول. (1999). مناهج التربية الرياضية (الإصدار 2). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
14. د ناهد محمود سعد. أ د نيللي رمزي فهميم. (2004). طرق التدريس في التربية الرياضية (الإصدار 2). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
15. صالح عبد العزيز. (1968). التربية وطرق التدريس (الإصدار ج 1). مصر: دار المعارف.
16. علي الدريدي، السيد علي مُجَّد. (1983). مناهج التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق (الإصدار 1). دار الفرقان.
17. قاسم حسن البصري. (1997). نظرية التربية البدنية. بغداد: مطبعة الجامعة.
18. محسن مُجَّد حمص. (1997). المرشد في تدريس التربية الرياضية. القاهرة: منشأة المعارف .
19. مُجَّد الحماحي. (1999). فلسفة اللعب (الإصدار 1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
20. مُجَّد سعيد عزمي. (2004). أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق. دار الوفاء .
21. مُجَّد عادل، كمال الدين زكي. (1965). التربية الرياضية للخدمة الإجتماعية. القاهرة: دار النهضة العربية.
22. مُجَّد عبد الفتاح عنان، د عدنان درويش جلون. (1998). التربية البدنية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية. القاهرة: دار الفكر العربي.
23. محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي. (1992). نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية (الإصدار ط 2). الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

24. امين أنور الخولي. (1996). الرياضة والمجتمع. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.
25. صلاح أحمد . (2000). الأساليب الإحصائية في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. مصر: المطبعة الانجلو مصرية.
26. ليلى عبدالعزيز زهران. (1999). الأصول العلمية والفنية لبناء المناهج التربوية الرياضية. القاهرة: دار زهران.
27. مُجّد السيد على . (2002). تكنولوجيا التعليم والوسائل التعليمية. القاهرة: دار الفكر العربي..

المصادر:

1. ابن منظور . (1994). لسان العرب، المجلد التاسع، القاهرة، دار المعارف.

التقارير:

2. مديرية التعليم الأساسي . (2005). منهاج التربية البدنية والرياضية. الجزائر، وزارة التربية.
3. وزارة التربية الوطنية. (2006). المناهج والوثائق المرافقة. الجزائر، مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد.
4. مدير التعليم الثانوي. (1996). مناهج التربية البدنية والرياضية. الجزائر.

المذكرات:

1. دراف عبد النور. (2017). مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط 12-15 سنة . مذكرة تخرج ، (صفحة 05).
2. بختاوي مُجّد، بوزيد أحمد. (2000-2001). دور ت.ب.ر في تحسين القدرات الإدراكية الحسية – الحركية لتلاميذ الطور الثاني من التعليم الأساسي. مذكرة.
3. خيرى سمير . (2001). أثر وحدات تعليمية مقترحة تنمية صفة القوة الانفجارية عند تلاميذ الطور الأساسي للمرحلة العمرية 14-15 سنة. رسالة ماجستير، 08.

4. عبد الكريم صونيا، زاوي حسيبة. (2001-2000). دراسة علاقة المرئي بالمتربي في حصة ت ب ر لتلاميذ الطور الأول (6 إلى 9 سنوات). مذكرة ماستر، 12.

5. قية رفيق. (2012). دور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من العنف المدرسي عند تلاميذ المرحلة المتوسطة. جامعة محمد خيضر بسكرة: مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية.

مواقع الأنترنت:

1. موقع تكنولوجيا التعليم <http://www.khayma.com/education-technology>

قائمة المراجع الأجنبية:

1. - jean-jac quessarthou. (2003). **Enseigner l'EPS de la réflexion didactique a l'action pédagogique.** Paris, Edition action.
2. p.seners. (2002). **La leçon d'EPS.** Paris. France, Editions vigot.
3. Angers, M. (1996). **Initiation pratique à la méthodologie des sciences humaines** (éd 2). Québec, CEC Inc.



قائمة الملاحق