الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس- مستغانم-
معهدالتربية البدنية والرياضية
قسم نشاط تربوي رياضي مدرسي

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية

دور دروس التربية البدنية والرياضية في ضبط السمات الإنفعالية لدى تلاميذ الطور الثانوي

بحث وصفي مسحي أجري على تلاميذ الطور الثانوي لثانويتي فرناكة و محمد بن احمد عبد الغني بولاية مستغانم

من إعداد الطلبة:
- قفايفية إلياس
- عيشور سهام

تحت إشراف الأستاذ:
أ.د. حرشـــاوي يوسف

السنة الجامعية: 2019/2018

كلمة شكر

نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد

في إنجاز هذا العمل المتواضع

و في مقدمتهم الدكتور حرشاوي يوسف الذي أشرف على هذه المذكرة

والحق أنه لولا توجيهاته السديد ما كان لهذا العمل أن ينجز

في فترة قياسية بهذه الكيفية.

كما نتوجه بالتحية والشكر والعرفان إلى كل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم

إهداء

نحمد الله تعالى الذي قدرنا على شرب جرعة ماء من هذا العلم الواسع،

فالعلم لا يتم إلا بالعمل و إن العلم كلاشجرة والعمل به كالشجرة.

فأهدي ثمرة جهدي إلى الذي طالما تمنيت إهداءها وتقديمها في أحلى طبق

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار، إلى من علمني حرفا في هذه الدنيا الفانية

والذي أهدائي أبجدية الياسمين والقلب الكبير والعطاء

بدون انتظار إلى أجمل اسم بكل افتخار "أبي العزيز".

إلى أمي الغالية الحنونة التي تحت قدميها الجنة، أرجوا من الله أن يمد في عمرها .

إلى أعز صديق والعزيز محمد بوترعة الذي ساندني في مشواري الدراسي.

إلى إخواتي من بعيد ومن قريب.

إلى جميع أصدقائي في المسار الدراسي وخاصة زميلي "إلياس"

سهام

إهداء

أنا الطالب قفايفية إلياس أهدي هذا العمل المتواضع
إلى ينبوع العطاء الذي زرع في نفسي الطموح و المثابرة و النور
الذي أنار لي درب النجاح أبي الشريف
و إلى نبع الحنان أمي الغالية فاطمة
و إلى كل من ساندني و شجعني في رحلتي على التميز و النجاح
و إلى كل من علمني حرفا على رأسهم

الأستاذ المشرف يوسف حرشاوي

و أهديه إلى توأم روحي "محمد" إلى زملائي "نجيب" ، "علاء"

،" سيد أحمد"، ""توفيق و" وليد"

و زميلاتي وخاصة "سهام"

و أساتذتي الذين دعموني وحفزوني من أجل النجاح

إليكم جميعا الشكر و التقدير و الإحترام .

أهدي هذا البحث المتواضع

راجيا من المولى عز وجل أن يجد القبول و النجاح.

إلياس

قائمة الجداول والأشكال

1. قائمة الجداول:

الرقم	العنوان	الصفحة
01 يمثل	مفتاح المقياس الحاص بالسمات الانفعالية	57
02	يمثل معامل الثبات و الصدق للمقياس المقترح	57
03	يوضح الفرق في درجة الكلية لجميع الأبعاد في سمات الانفعالية بين الذكور المدينة والذكور الريف.	65
04	يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الرغبة.	67
05	يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الإصرار	69
06	يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الحساسية.	71
07	يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد التحكم.	73
08	يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الثقة.	75
09	يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الضبط الذاتي بالمسؤولية.	79

2. قائمة الأشكال:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد الرغبة.	68
02	يبين الفروق في النسب المئوية بين الذكور والإناث الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد الإصرار	70
03	يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد الحساسية.	72
04	يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد التحكم.	74
05	يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد الثقة	76
06	يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد المسؤولية.	78
07	يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد المسؤولية.	80

الفهرس

قائمة المحتويات	الصفحة
إهداء	ب
كلمة شكر	ج
قائمة المحتويات	
قائمة الجداول	و
قائمة الأشكال	ز
الفهرس	ح
التعريف بالبحث	
1. مقدمة	2
2. مشكلة الدراسة	3
3. أهداف البحث	4
4. الفرضيات	4
5. التعريف بمصطلحات البحث	5
6. أهمية البحث	8
7. الدراسات السابقة	9
8. التعليق على الدراسات	14
9. نقد الدراسات	15
الإطار النظري	
الفصل الأول: التربية البدنية الرياضية	
تمهيد	**19**
1.التربية:	**20**
2.مفهوم التربية البدنية والرياضية:	**21**

1.2.التربية البدنية:	**21**
2.2.مفهوم التربية الرياضية:	**22**
3.2.تعريف التربية البدنية والرياضية	**22**
3. أهمية التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي:	**23**
4. أهداف التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي:	**24**
5. علاقة التربية العامة بالتربية البدنية والرياضية:	**25**
خلاصة الفصل:	**27**

الفصل الثاني: السمات الإنفعالية والمراهقة

تمهيد:	**29**
1. نظرية السمات:	**30**
1-1. السمات السطحية والسمات المنبعية:	**30**
1-2. تعريف الانفعالات:	**31**
1-3. تعريف السمات الإنفعالية:	**32**
1-4. معايير تحديد السمات:	**33**
1-5. خصائص الانفعالات	**34**
1-6. فوائد ومضار الانفعالات :	**35**
1-7. نظرية السمات	**36**
1-8. معايير تحديد السمة (خلال 1978):	**36**
2-1. تعريف المراهقة:	**37**
2-2. تحديد مراحل المراهقة	**39**
2-3. تحديد المرحلة المتوسطة (15-18 سنة):	**40**
2-4. خصائص النمو في مرحلة المراهقة	**40**
2-5. مشاكل المراهقة في المرحلة الثانوية:	**44**
2-6. الممارسة الرياضية عند الفتاة المراهقة:	**46**

2-7.دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المراهق:	**47**
2-8. أهمية التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمراهق	**48**
2-9. العوامل المؤثرة في مرحلة المراهقة:	**49**
خلاصة:	**51**
الإطار التطبيقي:	
الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية	
تمهيد	**54**
منهج البحث	**54**
عينة البحث	**54**
متغيرات البحث	**55**
مجالات البحث	**55**
أداة البحث	**55**
الدراسة الإستطلاعية	**56**
الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة	**56**
الوسائل الإحصائية	**58**
خلاصة:	**62**
الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج	
تمهيد	**64**
عرض و تحليل النتائج	**65**
الاستنتاجات	**81**
مناقشة و تحليل النتائج في ضوء الفرضيات	**82**
الإقتراحات والتوصيات	**84**
خلاصة عامة	**85**
قائمة المصادر والمراجع	**88**

الملاحق
ملخص البحث

1. مقدمة :

إنّ درس التربية البدنية و الرياضية يعتبر الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي كما هو موجود في كل مناهج التربية الرياضية .

لذلك تعتبر المؤسسة التعليم الثانوي إحدى ركائز المؤسسات الاجتماعية في تكوين جيل الغد و توجيههم توجيهًا سليمًا يتماشى مع الأهداف كما تلعب دورًا في تكوين و تربية شبابنا من النّاحية النفسية و الاجتماعية ولما تكتسبه التربية البدنية و الرياضية من أهداف سامية تخدم كل متطلبات الشباب في كل الجوانب خاصة الجانب النّفسي ، فلقد أصبحت علمًا وفنًا له أصوله و مبادئه و أهداف تعزّز من خلاله عملية التعلم و اكتساب المهارات في عصرنا هذا الذي نعيش فيه ، و الذي يتسم بالتطوير السّريع الذي لم يسبق له في مجالات المعرفة و البحث العلمي ، و لقد أصبحت التربية البدنية و الرياضية أو دروس التربية البدنية و الرياضية تشغل مكانًا واضحًا في ثقافة كل مجتمع متحضر متطور ، وواقع التربية البدنية و الرياضية لم تعد حركات أو مهارات بل أصبحت علمًا له أصوله وقواعده كأن ترتقي ببعض السمات النّفسية و الانفعالية بطريقة إيجابية للفرد قصد تكامل الشخصية المتزنة ، و إنّ فلسفة التعليم من أجل التعليم أو من أجل المعرفة في حد ذاتها قد انتهت وأصبح الاهتمام بالتعليم يرتكز على تعليم و تربية الفرد بهدف تكوين الشخصية ناضجة متزنة ذات أبعاد نفسية إيجابية ، أي أن تعمل و تهتم بنمو التلميذ اجتماعيا و صحيا و نفسيا .

و تعتبر مرحلة المراهقة من المراحل الأساسية في حياة الناشئ و أصعبها لكونها تشمل على عدة تغيرات في كل المستويات إذ تنفرد بخاصية النمو السريع ، الغير المنتظم و قلة التوافق العضلي العصبي بالإضافة إلى النمو الانفعالي حيث يمكن اعتبارها فترة عواطف و توتر شدة تكتنفها للأزمات النفسية كما تسودها المعاناة و الصراع و القلق و المشكلات مع صعوبة التوافق فهي تتصف بالاندماج و التقلبات العاطفية.

وقد تبث عن الدروس السابقة التي تناولت موضوع دروس التربية البدنية و الرياضية عن الوظيفة الانفعالية التي تلعبها في ضبط الجوانب البدنية و العقلية و النفسية و الاجتماعية و كان اختيارنا لذا الموضوع من أجل إبراز دور دروس التربية البدنية و الرياضية في ضبط السمات الانفعالية أثناء مرحلة المراهقة .

و لقد تطرقنا في دراستنا لهذا الموضوع بالتعريف للبحث و قسمنا بحثنا إلى جانبين:

1– الجانب النظري : و جاء فيه فصلين :

- ✓ **فصل الأول** : تكلمنا فيه عن التربية البدنية و الرياضية و دورها الفعال في تحقيق أهداف التربوية.
- ✓ **فصل الثاني** : فتناولت فيه السمات الانفعالية و ذلك بدراسة خصائصها و أهم هذه السمات و تأثيرها على انفعالية التلميذ المراهق
- ✓ وفصل تطرقت إلى مرحلة المراهقة التي شملت على أنواع هذه المراهقة و خصائصها .

و في **الجانب التطبيقي** تناولت فصلين :

الأول : يشمل منهجية البحث و إجراءاته الميدانية ، قمت بتقسيم الإشمارات الإست بيانية على التلاميذ و في **الفصل الثاني** قمت بعرض النتائج و تحليلها و مناقشتها .

2. مشكلة الدراسة:

يعتبر درس التربية البدنية أحد الدعائم الأساسية في تكوين و تربية الأفراد في مختلف الجوانب النفسية المعرفية و الاجتماعية على الرقي و الازدهار و التطور الاجتماعي ،و علما أن التربية في الأساس هي عملية التفاعل و النمو بين الفرد و مجتمعه ، و من الطبيعي أن الممارسة الرياضة تختلف بطبيعتها ومتطلباتها عن كثير من الممارسات الأخرى حيث تتطلب سمات معرفية و بدنية و إنفعالية مميزة .

و هذه السمات التي يكون بعضها متوافر لدى التلاميذ قبل دخوله المجال الرياضي ، فإن الممارسات الرياضية المنتظمة و خوضها عبر المنافسات تعمل على تدعيم السمات وزيادة ضبطها.

والممارسات الرياضية هي موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد سلوك وهذا الموقف يتعامل فيه التلميذ بكل ما لديه من قدرات بدنية و عقلية و انفعالية من أجل تأكيد امتلاكه لهذه القدرات وعليه ارتأينا نحن الطالبان الباحثان في هذا البحث العمل على معرفة دور دروس التربية البدنية و الرياضية في ضبط سمات الانفعالية لتلاميذ الطور الثانوي و لهذا جاء طرح التساؤل العام كالآتي :

- إلى أي مدى تساهم دروس التربية البدنية و الرياضية في ضبط السمات الانفعالية للتلاميذ المراهقين ؟
- و من هنا نقوم بطرح التساؤلات الفرعية التالية :
- هل هناك اختلافات جوهرية في أبعاد السمات الانفعالية بين تلاميذ الطور الثانوي ؟
- هل هناك تباين في أفضلية السمات الانفعالية لدى التلاميذ ؟

3. أهداف البحث

- التعرف على اختلافات جوهرية في أبعاد السمات الانفعالية لدى تلاميذ الطور الثانوي .
- معرفة أفضلية السمات الانفعالية أثناء الممارسة الرياضية عند التلاميذ المرحلة الثانوية لذكور المدينة و ذكور الريف.
- محاولة الوصول إلى التغيرات الممكن أن تطرأ عند التلاميذ من الناحية النفسية من خلال ممارسة النشاط الرياضي .

4. الفرضيات

- توجد اختلافات جوهرية في إبعاد السمات الانفعالية بين ذكور الريف و ذكورالمدينة لصالح ذكور المدينة.
- تتباين أفضلية السمات الانفعالية لدى الذكور الريف وذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية.

5. التعريف بمصطلحات البحث :

1. مفهوم التربية البدنية و الرياضية :

لقد ميّز الدكتور أمين نور الحولي بين مفهومين التربية البدنية و الرياضة فالمفهوم الأول إعتبره تربويًا إنطلاقًا من تسميتها و الثّاني إجرائي راجع لطبيعة التربية البدنية و الرياضة .

- **مفهوم التربوي :**

يرى المفكر جون ديوي أنّ التربية البدنيّة و الرياضية أسلوب للحياة و طريقة مناسبة لمعايشة الحياة و تعاطيها من خلال خبرات الترويج البدني و اللياقة البدنية هي المحافظة على صحة و ضبط الوزن و تنظيم الغذاء و النشاط ، وهو مفهوم يتسّق مع التربية طول الحياة .

وهي ترافق حياتنا نظرًا لصيغتها التربويّة ، فالتربية هي " نقل التراث الثّقافي من جيل قديم إلى جيل جديد بعد تعديله، و قد تكون عملية نقل التراث مقنّنة كما في الوضع المدرسي و قد غير ذلك " (أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح، عدنان درويش جلول، 2008، صفحة 30)

هي الوحدة المصغّرة التي تبني و تحقق بنتائج و إتساق محتوى المنهج ، و تنفيذ درس التربية البدنية و الرياضية أهم واجبات المدرّس ، ولكل درس أغراضه التعليمية من المنظور السلوكي (حركي ، وجداني ، معرفي) و تتكون الوحدة التعليمية بعد ..... دروس التربية

(شحاتة محمد إبراهيم، 1995، صفحة 136)

- **المفهوم الإجرائي :**

لقد صنّف أمين أنور الخلوي ثلاثة أسس للمفهوم الإجرائي للتربية البدينة و الرياضية :

– **مجموع أساليب و طرق فنية :** تستهدف إكساب القدرات البدنية و المهارات الحركية و المعرفية و الإتجاهات .

– **مجموع نظريات ومبادئ** : تعمل على تبرير و تفسير و استخدام الأساليب الأساسيّة الفنية .

– **مجموع القيم ومثل** : تشكل الأهداف و الأغراض و تكون بمثابة محاكات وموجهات للبرامج و الأنشطة (نفس المرجع ، ص 29).

وفي هذا السياق يجدر بنا ذكر تعريف الدكتوران عوض بسيوني و فيصل ياسين الشامليء اللّذان اعتبرا التربية البدنية و الرياضية عملية توجيه للنّمو البدني و القوام الإنساني بإستخدام التمارينات البدنية و التدابير الصحيّة و بعض الأساليب التي تشترك مع الوسائط التربوية لتنمية النّواحي النّفسية و الإجتماعية (محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ، 1992، صفحة 95)

أ. **المراهقة** :

- **التعريف الإجرائي**: هي أصعب المراحل التي يمر بها الفرد حيث تطرأ عليه تغيرات مختلفة .

إصطلاحا : هي تلك المرحلة التي يمكن ما مدى نضج الوظائف الجنسية و قدرة الفرد على التناسل و تنتهي بسن الرشد و إشراف القوى العقلية المختلفة على إتمام النضج (فيزلي طيب الله، 2006-2007)

ب. **السمات الإنفعالية** :

- **الإنفعالية** : تعد مرادفة لشدة الإستجابة ، و تتألف من مستويات عديدة وهي ذات صبغة وجدانية لها مثيراتها و مظاهرها ووظائفها و نتائجها (محمد حسن علاوي، 2002)

ج. **السمات الإنفعالية** : هي عبارة عن كمية من الإنفعالات التي يمتلكها الفرد ، وهي نتائج تفاعلات نوعية عديدة .

إنّ السمة الإنفعالية فيها مستويات عديدة جد معقدة .

و من خلال التعاريف السابقة أصبح لدى الباحث المام بطبيعة السمة الإنفعالية ،و كيفية قياسها وتعريفها إجرائيا ، و أصبح من المناسي أن يحدد السمات الإنفعالية السبع ، و هي السمات التي تم إختيارها لهذه الدراسة معتمدا على مقياس توماس .أ. تتكون من (بني جابر جودت وآخرون، 2002، صفحة 90)

الرغبة الإصرار ، الحساسية ، ضبط التأثر ، الثقة ، المسؤولية ، ضبط الذات .

د. مفهوم الإنفعالات :

- **المفهوم الإصطلاحي :**

هي الأحوال النّفسية التي يحدثها الإحساس باللّذة و الألم وهي ثلاثة أنواع (اللّذة ، الآلم ، الهيجان) وتُعرف أيضًا بأنّها الإحساس بأثر الفعل اللذيذ أو المؤلم ، وهي حالات داخلية تصف جوانب معرفة خاصة و إحساسات و ردود أفعال فيزيولوجية و سلوك تعبيري معيّن ،كما تظهر في أشكال عديدة فجأة و يصعب التحكم فيه (مختار محمد إسماعيل، 1969، صفحة 93).

- **المفهوم الإجرائي :**

بما أنّ لكل نتيجة سبب فسبب حدوث الإنفعال هو منبهات تعمل كعوامل إستشارة داخلية (ألم مفاجئ في المعدة ، تذكر خبر مفزع) أو خارجية كرؤية منظر مفزع أو سماع خبر مؤثر).

كما أنّ للإنفعال تأثيرًا بالغًا على عدة نواحي في الفرد منها تأثير في العقل ، في الجسم ، في الحياة و على صحته .

و يعرفها بعض علماء النّفس بأنّها إستجابات فيزيولوجية و سيكولوجية مؤثرة في الإدراك و في التعليم و الأداء (لندال دافيدون، 1988، صفحة 480).

6. أهمية البحث

تعد دراسة مفهوم السمات الإنفعالية و مستوى الأداء من أهم دراسات علم النفس الرياضي المعاصر ، و هي التي يكون فيها الفرد موضوع الدراسة ، فتحديد السمات الإنفعالية لدى الإنسان يعد من الأمور البالغة الأهمية في فهم الشخصية الإنسانية و تمتاز هذه السمات و مستوى الأداء بالفردية ،فكل فرد شخصيته الخاصة توجه سلوكه و تأثر على تعامله مع الآخرين .

لذا تتبع أهمية أهمية هذه الدراسة من خلال محاولتها فهم شريحة مهمة من المجتمع ومحاولة النهوض بها بنمو نفسي إجتماعي سليم و تظهر أهمية هذه الدراسة من خلال تركيزها على أبعاد العلاقة القائمة بين السمات الإنفعالية و مستوى الأداء في النشاط البدني الرياضي من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية و إن الموضوع المرسوم في هذا البحث هو دور هذه الحصة في ضبط السمات الإنفعالية عند تلاميذ المرحلة الثانوية للمستويات الثلاث:و هي دراسة مسحية نريد من خلالها إبراز و تحديد نوع السمات الإنفعالية التي تساعد الممارسة الرياضية على ضبطها بين تلاميذ الطور الثانوي.

وقد أردنا من خلال بحثنا هذا محاولة تسليط الضوء على الأهمية البالغة للرياضة من ناحية السمات الإنفعالية و تصحيح الرؤية الخاطئة و المعتقد السائد في مجتمعنا حيث يظن الكثير من الناس أن التربية البدنية و الرياضية مقتصرة على تنمية بعض الجوانب الصحية و الجسمية إلى حد الجوانب المعرفية.

7. الدراسات السابقة

عرض الدراسات:

- **الدراسة الأولى:**

تاريخ البحث 2009/2008.

– **إسم ولقب الباحث:** زمامن عبد الرحمان– ومبارك ميلود

- **عنوان البحث** : دور حصة التربية البدنية و الرياضية و تنمية تطويرهما في السمات الشخصية لدى التلاميذ.

- **مشكلة البحث** : من خلال المفاهيم السابقة استهدف في هذه إلى معرفة دور و أهمية درس التربية البدنية و الرياضية في تنمية و تطوير بعض أهم السمات الشخصية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الأمر الذي داعهما إلى حل الإشكالية التالية :

"هل حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تنمية تطوير بعض السمات الشخصية لدى التلاميذ".

- **هدف البحث**: تم إختيار الباحثين هذا البحث من أجل التوصل إلى معرفة دور و أثر ممارسة التربية البدنية و الرياضية في تنمية بعض أهم السمات الشخصية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

- **فرض البحث**: فرضية عامة: إن ممارسة التربية البدنية و الرياضية تساهم بشكل كبير و إيجابي في إكتساب و تنمية و تطوير بعض أهم السمات الشخصية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

- **منهج البحث** : استخدام الباحثان المنهج المسحي الوصفي

- **عينة البحث** : وتمثلت من 240 تلميذ وتلميذة تتراوح أعمارهم مابين 15-18 على ثانويتين بولاية معسكر و مستغانم ، و تم اختيار العينة عشوائيا.

- **أهم نتيجة** : تساهم حصة التربية البدنية و الرياضية في إكتساب و تنمية السمات الإنفعالية لدى التلاميذ.

- **عرض الدراسة الثانية** :

-تاريخ البحث 2006-2007

- **إسم و لقب الباحث** : بن عودة إبراهيم و أخرون.

- **عنوان البحث** : درس التربية البدنية و الرياضية و أثرها على الإنفعال لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

- **مشكلة البحث** : حول الباحثون في بحثهم التطرق للكشف عن الأثر الحقيقي للتربية البدنية و الرياضية على التلاميذ من حيث تأثيرها السلبي و الإيجابي على الحالة و من هنا طرح الإشكالية :

1- هل لدرس التربية البدنية و الرياضية أن يؤثر على على الإنفعال لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

2- هل يمكن لدرس التربية البدنية و الرياضية أن يؤثر أحيانا بالسلب على الحالة الإنفعالية لتلاميذ المرحلة الثانوية .

- **أهداف البحث** : تهدف الدراسة إلى :

- إبراز التربية البدنية و الرياضية على الحالة الإنفعالية عند المراهقين .
- إبراز أهمية فترة المراهقة التي لها تأثير بالغ على تكوين ملامح الشخصية للفرد حيث يصعب تغيرها فيما بعد.
- إيضاح أهمية التربية البدنية و الرياضية و ما تكتسبه من أبعاد نفسية إجتماعية و تربوية.
- إبراز الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في التخلص من الإنفعال السلبي لدى المراهق .
- محاولة إظهار مدى تأتير التربية البدنية و الرياضية على الحالة الإنفعالية الإيجابية عند تلاميذ المرحلة الثانوية .

- **منهج البحث** : منهج وصفي .

- **عيّنة البحث و كيفية إختيارها** : شملت عينة البحث 150 تلميذ و تلميذة في مرحلة الثانوية موزعين على ثمانية ثانويات بولاية مستغانم : إدريس السنوسي- صليحة ولد قابلية متقن أول نوفمبر –حاسي ماماش ، متقن ماسرى و كان إختيار العينة عشوائيا .

- **أدوات البحث** : إستمارات إستبيانية .

- **أهم نتيجة:** ممارسة الألعاب و الأنشطة الرياضية المتعددة أثناء درس التربية البدنية و الرياضية أثر إيجابي على الراحة النفسية .

- **أهم توصية** : محاولة توجيه سلوك التلاميذ إلى الأحسن و ذلك ينطبق القوانين و الأسس التربوية و لا يتم ذلك إلى إذا كانت شخصية المربي فعالة أثناء الحصة .

- **الدراسة الثالثة**

-تاريخ البحث2007-2008.

- **إسم ولقب الباحث** : منور يوسف و أخرون .

- **عنوان البحث** : دور التربية البدنية و الرياضية في تفادي مشاكل نفسية عند المراهق في المرحلة الثانوية (14-17) سنة بالخصوص القلق و الخجل.

- **مشكلة البحث** : قد يحرص التلاميذ في المرحلة الثانوية إلى المشاكل الحسية قاسية قد تتطور إلى تغيرات و'اضطربات في سلوكه ،مما تجعله عرضة تصرفات وتزول هذه المشاكل بصفة تلقائية ،وذلك بإهتمام رجال التربية بوضع مناهج خاصة بالتربية البدنية والرياضة ومن هنا كالطرح الباحثون إلى تساؤل التالي :

1- هل عن طريق التربية البدنية والرياضة يمكن تفادي المشاكل النفسية القلق والخجل التي يتعرض لها المراهق في المرحلة الثانوية (14-17) سنة.

- **عرض البحث** :

1- التربية البدنية و الرياضية تساعد المراهق على التخلص .

2-التربية البدنية و الرياضية تساهم في إدماج الفرد داخل الجماعة من خلال الأنشطة .

3-أستاذة التربية البدنية والرياضية دور فعال في تجنب المراهقين هذه المشاكل النفسية .

- **أهداف البحث** :

1- أهمية الممارسة الرياضية من حيث الدور الذي تلعبه في النمو المنظم للمراهقين و ذلك في جميع الميادين النفسية ، العقلية و الإجتماعية و النفسية.

2- معرفة إلى أي مدى يكون تأثير التربية البدنية و الرياضية على الحالة النفسية لدى المراهق بعد نهاية النشاط

3- إيجاد نوعية التأثير و التأثر التي تحدث عند التلاميذ من خلال ممارسة النشاط الرياضي .

- **منهج البحث:** مسحي .

- عينة البحث و كيفية إختيارها.

- **العينة الأولى** : تحتوي هذه العينة على 180 تلميذ موزعين كما يلي زمورة 70 تلميذ ثانوية معسكر 60 تلميذ ثانوية مستغانم 50 تلميذ .

- ومن كل ثانوية ثلاث أقسام سنة أولى ، سنة ثانية ، سنة ثالثة ، كان التوزيع عشوائيا.

- **العينة الثانية:** خاصة بالأساتذة و تحتوي على 14 أستاذ وزعت عليهم إشمارات إستثنائية خاصة بهم .

- **أدوات البحث** : إشمارات إستبيانية .

- **أهم نتيحة توصل إليها الباحثون** : أن للتربية البدنية و الرياضية دور في توجيه الرغبات التي تتأثر بالطاقة الزائدة توجيها و تعطي للمراهق فرصة للتحرر من الكبث.

- **أهم توصية** : إعطاء أهمية و عناية كاملة بتكوين الأساتذة في سيكولوجية المراهق و ميدان علم النفس الرياضي حتى يساعدهم و يهيئ لهم الإختبارات النفسية .

الدراسة الخامسة :

دراسة أجراها أحمد أمين فوزي (1986) هدفت التعرف على السمات الإنفعالية للاعبي المراكز المختلفة في كرة السلة ، أظهرت النتائج تميز لاعبي كرة السلة عن غير الرياضيين بإرتفاع متوسط درجاتهم في سمات الثقة

بالنفس و الإتزان الإنفعالي والمثابرة و الحرص و الحيوية و الإستعراض ، و أنه لا توجد إختلافات بين مراكز اللعب في كرة السلة سوى في الثقة بالنفس و الثقة الحيوية (أحمد أمين فوزي ، ، 2003 ، صفحة 158).

الدراسة السادسة :

ومن بين الدراسات التي أجريت في الجزائر و التي تمس أحد المتغيرات دراسة أوزنجة (1987) هدفت على أثر بعض السمات الإنفعالية و الكفاية التربوية عند المعلم على التحصيل الدراسي ، فقد إستخدم المنهج الوصفي في صورة المسح التحيلي و إختبار الإنفعالات ، وتوصل أن السمات الإنفعالية و الكفاية التربوية عند المعلم ترتبط بعلاقة إرتباطية مع التحصيل الدراسي ، وهذه العلاقة دالة إحصائيا (أوزيجة العيد، 1987).

و قد أجرى الأنصاري (2000) دراسة هدفت إلى التعرف على السمات الإنفعالية لدى الشباب الكويتي، من الجنسين وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين الأولى كانت 1129 من طلاب المدارس الثانوية العامة، بواقع 350 طالب 797 طالبة، والثانية قوامها 938 من طلاب جامعة الكويت بواقع 306 طالب و 638 طالبة وتم استخدام مقياس الإنفعالات الفارقة (DES) وقد دلت نتائج الدراسة أن الخزي والخجل، الغضب والحزن، الخوف الإرتباك والإكتئاب والندم والفزع والسخط، كانت أكثر السمات الإنفعالية التي يعاني منها الشباب بوجه عام، كما كشفت نتائج الدراسة عن فروق جوهرية بين الجنسين في الخزي والخجل، الغضب والحزن، الخوف والإرتباك والإكتئاب والندم والفزع والسخط (الأنصاري بدر محمد، 2000، الصفحات 121-152)

8. التعليق على الدراسات :

– حل الدراسات الواردة قد تعدت على أهمية التربية البدنية و الرياضية و تأثيرها على الحالة النفسية و الإنفعالية عند التلاميذ و المراهقين بحيث كلما كان تأثيرها قويا كان إنعكاسها إيجابيا في نفسية و إنفعالية التلاميذ كذلك و مثل دراسة الطالبين زمام عبد الرحمان و مبارك ميلود تحت عنوان :

"دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تنمية و تطوير بعض السمات الشخصية لدى التلاميذ و التي توصل فيها الطالبان الباحثان إلى أهمية و دور حصة التربية البدنية و الرياضية في إكتساب السمات المرتبطة بالشخصية عند التلاميذ و دراسة الطلبة الباحثون بن عودة إبراهيم تحت عنوان " درس التربية البدنية و الرياضية و أثرها على الإنفعال لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، و التي توصل فيها الطلبة الباحثون إلى ممارسة الألعاب و الأنشطة الرياضية المتعددة أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية أثر إيجابي في الراحة النفسية للتلاميذ و دراسة الطلبة الباحثون مبرر يوسف و اخرون " تحت عنوان"دور التربية البدنية و الرياضية دور فعال في توجيه الرغبات التي تتأثر بالطاقة الزائدة توجيها يعطي للمرهق فرصة التحرر من الكبث و من خلال كل هذه توصلت إلى معرفة دور الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية و تأثيرها الفعال في إنفعالية و تحقيق الراحة النفسية لهم.

- **أهم النقاط المشتركة :**

- إستخدم الباحثون المنهج المسحي لدراسات مشكلات أبحاثهم.
- كل الأبحاث تدور في مجال علم النفس الرياضي .
- أغلب البحوث توصلت إلى أهمية التربية البدنية و الرياضية في دعم و تنمية الإنفعالات الإيجابية و إعطاء الراحة النفسية للتلاميذ و أثرها على الأداء الرياضي .
- كل البحوث تدور حول ممارسة النشاط الرياضي المدرسي .
- توصل كل الباحثون إلى ضرورة الإهتمام بالجانب النفسي عند التلاميذ.

- **النقاط التي تختلف فيها :**

- اختلفت البحوث في مواضيع دراستها فمنهم من خص بحثه على الأساتذة أما البحوث الأخرى تعلقت بالتلاميذ .
- الإختلاف في تواريخ إنجاز البحوث و مدتها .

– إختلاف في كيفية إختيار العينة و مكانها.

9. نقد الدراسات :

مقارنة الدراسات بدراسة الحالية :

أندرجت الدراسة الحالية في نفس مضمون الدراسات المشابهة و السابقة المذكورة حيث كانت تهدف إلى التعرف على أثر درس التربية البدنية و الرياضية على بعض السمات الإنفعالية لتلاميذ المرحلة الثانوية وهذه السمات الرغبة المسؤولية الشخصية الحساسية ، ضبط التوتر ، ضبط الذاتي ، الثقة حيث جاءت دراسة الطلبة الباحثون بن عودة إبراهيم و أخرون تحت عنوان " درس التربية البدنية و الرياضية اثره على الإنفعال لدى تلاميذ و التي توصل فيها الطلبة الباحثون إلى أهمية ممارسة الألعاب و الأنشطة الرياضية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية أثر إيجابي في الراحة النفسية لتلاميذ بالإضافة إلى دراسات أخرى التي توصلت إلى أهمية التربية البدنية و الرياضية و إسهامها الفعال من الناحية النفسية و الإنفعالية لدى التلاميذ ، أما بالنسبة لدراستي حيث تكونت عينة بحثي من تلاميذ المرحلة الثانوية (15-18) سنة بمدينة مستغانم و هي ثانوية بن زازة مصطفى و ثانوية معروف شارف فرناكة ، و تم توزيع الإستمارات الإستبيانية على 31 تلميذ و تلميذة ، و بعض عرض و تحليل و مناقشة النتائج توصلت إلى أن درس التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية وتطوير السمات الإنفعالية عند تلاميذ المرحلة الثانوية بشكل فعال و إيجابي.

تمهيد:

التربية العامة هي عملية إحداث تغيير في شخصية الفرد بحيث يؤدي هذا التغيير إلى تشكيل الشخصية ونموها في شتى أنواعها، وعلى الطريق المرغوب فيه فرديا وجماعيا.

كما تعتبر ضرورة اجتماعية إذ لا بد أن يكون الفرد عضوا نافعا في المجتمع الذي يعيش فيه يتفاعل معه ويأخذ منه ويعطيه.

وتعتبر التربية البدنية والرياضية من أهم المواد التي تمنح لمحبيها أو التلاميذ الذين يمارسونها داخل المؤسسات التربوية قسط من الراحة والنشاط، وكذا تعتبر أحد أهم العناصر التي يبعد التلاميذ عن الانحرافات وترشدهم نحو الطريق السوي ولذا سنتطرق في هذا الفصل إلى مفهوم وأهداف وأهمية التربية البدنية والرياضية وانطلاقا من المدخل الشامل " التربية البدنية والرياضية كوسيلة تربوية مهمة في تنمية الرياضة لفتيات الطور الثانوي.

إضافة إلى ذلك أن التلميذات في هذا الطور يكن في مرحلة المراهقة باعتبارها مرحلة يمر بها الناشئ في حياته وهي عبارة عن سلسلة من التغيرات لذا تعتبر منعطف خطر في حياة المراهق، ولهذا وجب علينا دراسة خصائص المرحلة العمرية التي تمر بها المراهقات في الطور الثانوي.

أولا. التربية البدنية والرياضية

1.التربية:

لغة:التربية لفظ مشتق إما من "ربي" فيقال ربي بني فلان ربوا وربوءا بمعنى نشأ فيهم، وإما من "ربا" وربا الشيء أنه نما وزاد، ويقال "ربى" تربية، تربى الولد بمعنى غداه ونشأه ونمى قواه الجسدية والعقلية والخلقية. (الفارابي، 1994، صفحة 89)

وهكذا فإن المعنى اللغوي يجمع من بين التنشئة والتقوية والتهذيب.

اصطلاحا: تعتبر التربية ذات معنى شامل وواسع تختلف باختلاف المجتمعات والأزمنة، فهناك من يعرفها بأنها عملية تدريب تأتي عن طريق الدراسة والتدريس ويعرفها أخر بأنها مجموعة من الخبرات التي تمكن الفرد من فهم الخبرات الجديدة بطريقة أفضل وهناك من يعرفها بأنها طريقة لتعديل السلوك، وتعني النمو والتكيف. (عزمي، 2004، صفحة 13)

ويعرف "فايز مراد دندش" التربية في كتابه (في أصول التربية) كما يلي: "إن التربية هي عملية تشكيل وإعداد الفرد انسانيين في مجتمع معين في زمان ومكان معينين حتى يستطيعوا أن يكتسبوا المهارات والقيم والاتجاهات وأنماط السلوك المختلفة التي تيسر لهم عملية التعامل مع البيئة الاجتماعية التي ينشئون أفراد فيها ومع البيئة المادية أيضا.(دندش، 2004، صفحة 16)

2.مفهوم التربية البدنية والرياضية:

1.2.التربية البدنية:

لقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية اهتماما كبيرا نظرا لما تم اكتشافه من أثار إيجابية بناءة تساعد على إعداد شخصية المواطن سواء من الناحية العقلية أو البدنية أو النفسية أو الاجتماعية حتى أنها أصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع على عكس ذلك مازال يعتقد كثير من الناس أن التربية البدنية هي مختلف أنواع الرياضات أو أنها عضلات وعرق أو أذرع وأرجل قوية، أنها تربية الأجسام، ولهذا تعددت مفاهيم التربية البدنية من عالم لأخر، فرغم اختلافهم في شكل تعريفها فأنهم يتفقون في المضمون وأهم التعارف نذكرها في ما يلي :

فعرفها ناش: بأنها جزء من التربية وبأنها تستغل دوافع النشاطات الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنمية من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية والانفعالية وهذه الأعراض تتحقق حيثما يمارس الفرد أوجه نشاط التربية البدنية سواء كان في الملعب أو في حمام السباحة .

وعرفها نيكسول وآزنز: "بأنها ذلك الجزء من التربية التي تنص الأنشطة القوية التي تتضمن عمل الجهاز العضلي وما ينتج عن الاشتراك في هذه الأوجه من النشاط من التعلم."

وعرفها" فولتمر واسيلنجر: "بأنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني". (عزمي، 2004، صفحة 11)

و التربية البدنية هي العملية التي يكتسب الفرد من خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني.(الخولي أ.، 1996، صفحة 36)

2.2.مفهوم التربية الرياضية:

إن التربية الرياضية هي تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط والتي تنمي شخصية الفرد وليست جزءا يضاف إلى البرنامج المدرسي كوسيلة لتشغل الطلاب ولكنها على العكس من ذلك جزء حيوي من التربية، فعن طريق منهاج التربية الرياضية وتوجيهها توجها صحيحا، يكتسب الطلاب المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة، وينمون اجتماعيا إما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي سيسبغ على حياتهم السعادة باكتسابهم الصحة الجسمية والعقلية.

وتتناول التربية الرياضية نشاطاتها المتعددة في الحياة الاجتماعية والمقدرة على التفكير، بجانب عنايتها بالصحة ونمو الأعضاء الحيوية ومن أجل رفع المستوى الحضاري بجوانبه السياسية والاقتصادية، فهي عملية تتم عن طريق اللعب ولهذا فهي أعمق أثر عند الأفراد من أي نوع أخر من أنواع التربية .

إذا التربية الرياضية هي عنصر وجزء أساسي من التربية وأسلوب من أساليبها ولون من ألوانها ولهذا يمكننا اعتبارها نظاما تربويا باعتبار أن تركيزها الأساسي ينصب على دراسة حركة الإنسان ونشاطه البدني. (الخولي م.، 1990، صفحة 19)

3.2.تعريف التربية البدنية والرياضية : عندما نريد أن نتكلم عن العلاقة الموجودة بين النشاط البدني والرياضي والتربية فإننا نسلط الضوء مباشرة على مفهوم أخر وواسع، يسع ليشمل كل أنواع الأنشطة البدنية والجوانب النفسية والعقلية للفرد وهو مفهوم التربية البدنية والرياضية .

كما عرفها "ويست بوتشر وآثيرا": هي تلك العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني وإثراء الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والوجدانية للفرد باستخدام النشاط البدني كأداة لتحقيق أهدافها. (الخولي أ.، 1996، صفحة 35)

وذكر "بتر أرنولد" تعريفا للتربية البدنية والرياضية على أنها ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب العقلية الاجتماعية، الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي غير النشاط البدني المباشر. (الخولي أ.، 1996، صفحة 36)

وهي نظام تربوي له أهدافه التي تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العان من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسيط تربوي يتميز بخصائص تعليمية وتربوية عامة..(عنان،إدريس، 1998، صفحة 19)

3. أهمية التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي:

إن التربية البدنية والرياضية تساعد على تحسين الأداء الجسماني للتلميذ وإكسابه المهارات الأساسية وزيادة قدراته الجسمانية الطبيعية، أما عن الخبرات الأساسية للممارسة الأنشطة الرياضية تمد التلميذ بالمتعة من خلال الحركات المؤدات في المسابقات والتمرينات التي تتم من خلال تعاون التلميذ مع الأخرين، أما المهارات التي يتم التدريب عليها بدون استخدام أدوات أو باستخدام أدوات أو الأجهزة الكبيرة تؤدي إلى اكتساب المهارات التي تعمل على شعور التلميذ بقوة الحركة والتربية البدنية والرياضية عملية حيوية في المدارس بمراحلها المختلفة، ولها دور أساسي في تنمية اللياقة البدنية للتلاميذ، والتلاميذ عادة ما يرغبون في ممارسة الألعاب التي بها روح المنافسة وعادة ما يكون التلاميذ لهم القدرة على الاندماج في المجتمع بشكل جيد وقادرين على التعامل مع الجماعات ويمكنهم عقد صداقات مع زملائهم ووجود برنامج رياضي يشتمل على أنشطة تعمل غلى إظهار الفروق الفردية بين التلاميذ وتشجيعهم لهم أمر هام جدا.(فهيم، 2004، صفحة 24)

تلعب التربية البدنية والرياضية دورا كبيرا في الطور الثانوي، إذ يكون التلاميذ يمرون بمرحلة المراهقة ويظهر ذلك من خلال درس التربية البدنية والرياضية الذي يضمن النمو الكامل و المتزن للتلاميذ، فالتربية البدنية عامل رئيسي في تنمية صفة التوافق بين العضلات والأعصاب والتنسيق في كل ما يقوم به التلاميذ.

أما من الناحية التربوية فوجود التلاميذ في مجموعة واحدة خلال حصة التربية البدنية والرياضية تحت عملية التفاعل بينهم ويكتسبون كثيرا من الصفات التربوية، إذ يكون الهدف الأساسي هو تنمية السمات الخلقية كالإحساس بالحب والصداقة والزمالة والتعاون والمسامحة...الخ، و الهدف الأساسي هو تنمية السمات الخلقية كالإحساس بالحب والصداقة والزمالة والتعاون والمسامحة...الخ.

أما من الناحية الاجتماعية فإنها تلعب دورا كبيرا في تنشئة المراهق، إذ تكمن أهميتها في زيادة أواصر الصداقة والأخوة بين التلاميذ والاحترام واتخاذ القرارات الجماعية والمساعدة على التكيف. (عبده، 1994، صفحة 37)

فالتربية البدنية والرياضية هي عملية توجيه للنمو البدني وقيام الإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدابير الصحية التي تشترك مع الوسائط التربوية بتنمية الجوانب النفسية والاجتماعية والخلقية ولكن على مستوى المدرسة فهو يتضمن النمو الشامل والمتزن للتلاميذ ويحقق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم السنية واستقلال قدراتهم الحركية للاشتراك في أوجه النشاط التنافسي داخل وخارج المدرسة. (ياسين، صفحة 30).

4. أهداف التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي:

- العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ من خلال ممارسة كافة البرامج والأنشطة الخاصة بالتربية البدنية والرياضية والعمل على تنمية القوام السليم مع الهيئات المدرسية المعنية بالصحة العامة.
- تنمية الصفات البدنية لدى التلاميذ، وذلك في ضوء طبيعة الخصائص السنية والأولويات التي تحددها طبيعة البيئة ومستوياتهم المختلفة .
- تعليم المهارات الحركية للأنشطة الرياضية التي تتفق للمستوى السني للمرحلة .

- التدريب على تطبيق المهارات الفنية والخططية وصولا إلى تنمية القدرات الحركية والمهارات البدنية الخاصة من خلال الأشكال التنافسية داخل الدرس وخارجه .
- تنمية المهارات البدنية العامة النافعة للمستقبل في إطار التنمية المستديمة للحياة .
- رعاية النمو النفسي لتلاميذ المرحلة الثانوية بالتوجيه السليم لإبراز الطاقات الإبداعية وذلك في ضوء السمات النفسية في هذه المرحلة السنية .
- تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتبعية و التعرف على الحقوق و الواجبات وتنمية صفات التعارف والاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة.
- العمل على نشر الطاقات الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة وتقديم الخبرات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية والصحة العامة المناسبة مع القدرات العقلية وبرامج المواد الدراسية الأخرى .
- الاهتمام بالجانب الترويحي من خلال النشاط المدرسي وخارجه. (حسنين، 1995، صفحة 107).

5. علاقة التربية العامة بالتربية البدنية والرياضية:

التربية البدنية والرياضية هي تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة النشاط والتي تنم وتصون شخصية وجسم الفرد، فعندما يتدرب الإنسان فهو لون من ألوان التربية التي تساعد على تقوية وسلامة الجسم.

فالتربية البدنية والرياضية ليست جزء يضاف إلى البرنامج المدرسي كوسيلة لشغل الطلاب ولكنها على العكس من ذلك فهي جزء حيوي من التربية فعن طريق توجيهها توجيها صحيحا يكتسب الفرد المهارات اللازمة عند قضاء وقت فراغه بطريقة مفيدة، وينمون اجتماعيا كما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي يضفى على حياتهم السعادة باكتسابهم الصحة العقلية والجسمية.(عزمي، 2004، صفحة 14)

ومن هذا الصدد يرى أن التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من التربية وأنها دافع من دوافع النشاطات الموجودة في الشخص لتنميته من الناحية المعنوية والتوافقية والانفعالية.(عمراني، 1990)

ويمكن تلخيص ذلك في النقاط التالية:

- تسهم التربية البدنية في دراسة التفرد لأغراض التوجه الصحيح والسليم والتنمية لقابليته المختلفة.
- التربية تهدف إلى النمو المتكامل والإعداد المهني والتربية الرياضية تساعد في ذلك وتسهيل تحقيقه.
- التربية الرياضية عماية نمو مستمر والتربية تهدف إلى زيادة خبرات الفرد اليومية.
- التربية الرياضية تساعد على تطوير وظائف الأجهزة الحيوية للجسم لتنشيط الدورة الدموية والجهاز البولي والجهاز التنفسي والتربية تسهم في تطوير الخبرة والمعرفة والتجربة العلمية. (حساسنة، 2006، صفحة 19)

إذن فالتربية البدنية تقوم على تنمية الإدراك والحركة لأجل تكوين العقل والجسم معا، ومنطلقها أن معرفة الجسد أساس التلاؤم على المحيط ان هذه المعرفة هي قاعدة كل نشاط تفتحي، فالتحكم في الجسد والحركة واكتساب المرونة شرطان ضروريان لكل فعل إبداعي يمكن أن يدرج في منظومة التربية عموما.

خلاصة الفصل:

وكخلاصة القول التربية البدنية والرياضية والتربية لهما علاقة واضحة في المعنى، والهدف والمظهر الذي يكون المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق النشاطات الرياضية المختلفة بغرض تحقيق أسمى المثل الإنسانية تحت إشراف قيادة صالحة ومؤهلة تربويا.

تمهيد:

تلعب السمات الانفعالية دورا كبيرا في المجال الرياضي، وخاصة داخل المنافسات الرياضية المختلفة، لما هذه السمات من أثر إيجابي في الحفاظ على الطاقة النفسية المثلى للاعب أثناء المنافسات بعيدا كل البعد عن الطاقة النفسية العالية التي تؤدي باللاعب إلى تشتت التفكير، والتوتر المبالغ فيه، وعدم الثقة بنفسه، وتلعب الانفعالات دورا هاما بالغ الأثر في حياة اللاعب الرياضي، إذ ترتبط بسمات شخصيته وسلوكه ودوافعه وحاجاته، وبأنواع الأنشطة التي يمارسها.

عملية النمو الشاملة والمتكاملة، لها ركن هام وهو الانفعالية لأنها أحد الأسس التي تعمل في بناء الشخصية السرية، حيث يعمل على تحديد وتوجيه المسار النهائي الصحيح لتلك الشخصية بكل ما تحمله من عواطف وأفكار، وما تحققه من الأفعال وأنماط السلوك المختلفة.

كما سنتطرق في هذا الفصل إلى التعرف على بعض السمات الانفعالية الأساسية، ومدى تأثيرها في اتخاذ بعض المواقف.

1. نظرية السمات:

إذا تعمقنا في نظريات الأنماط، نجد أن هذه النظريات تقوم على حصر عدد السمات أو الصفات، سواء النفسية أو الاجتماعية أو الجسمانية، ووضعها تحت نمط من الأنماط، ونظرا لما يوجه لنظريات الأنماط من انتقادات برى بعض العلماء أن الحكم على شخصية الفرد يكون بالتعرف على السمات النفسية الموجودة فيه، ففي رأيهم أن الشخصية من مجموعة ما لدى الفرد من السمات، وإذا كانت السمات موجودة فإننا نتمكن من قياسها كأبعاد للشخصية، فالشخصية تبعا لذلك تكون كالشكل الهندسي الذي له أبعاد يمكن قياسها لمعرفة خصائصه.

1-1. السمات السطحية والسمات المنبعية:

ولقد لجأ العلماء إلى التحليل العالمي لنتائج اختيارات الشخصية، لبيان السمات الأساسية التي تقيسها هذه الاختيارات ويرى كاتل والآخرين 1940 أن هناك سمات يمكن ملاحظتها بسهولة، تبدو في التفاعل مع الآخرين، وتبدو هذه السمات فريدة من السطح في شخصية الفرد وتتعدل مثل هذه السمات بسهولة، وتسمى بالسمات السطحية مثل: الحيوية والمرح.

وهناك من السمات ما لا يتم التعبير عنها مباشرة، ولكن يتم التعبير عن طريق السمات السطحية، وهذه قد تكون عامة أو تكون فريدة، وكذلك السمات السطحية (د. سعد جلال، 2001، الصفحات 175-176).

1-2. تعريف الانفعالات:

والانفعال هو استجابة وجدانية شعورية تصاحبها حركات تعبيرية وتغيرات جسمية تتوقف شدتها تبعا لنوع المثير وشدته.

ويعرف "فوزي" الانفعال بأنه حالة من التوتر الجسمي النفسي تنزع بالفرد إلى القيام بالنشاط اللازم لاستعادة توازنه الذي اختل، وتمثل السمات الانفعالية أحد أبعاد الشخصية التي يمكن قياسها لمعرفة خصائصها

وتعني السمات الانفعالية المميزة للسلوك الانفعالي، وتمثل الأسلوب العام لفاعلية الشخصية، وتعطي مجموعة متنوعة من الاستجابات النوعية على أهمية التعرف إلى المحتوى الانفعالي للمساهمة فيتطور الأداء الرياضي لدى اللاعب إلى ضرورة اهتمام برامج التدريب الحديثة بتنمية الجوانب النفسية للاعب بجانب تحقيق الإنجازات الرياضية العالية (علاوي، 1998).

ويرى "محمد" أن الإعداد البدني، والمهارى، ولخططي أصبح لا يكفي لإحراز الفوز والتفوق، بل أصبح ضرورة الإعداد النفسي كعملية تربوية تعمل على تشكيل، وتطوير الدوافع والاتجاهات الإيجابية، بالإضافة إلى التوجيه والإرشاد النفسي، ويرجع ذلك إلى ارتباط المنافسات الرياضية بالعديد من المواقف الانفعالية، والتي تتميز بقوتها، ومن خلالها قد تصطبغ الحالات الانفعالية للاعب ببعض حالات الاستثارة الشديدة التي تنعكس تأثيرها الانفعالية تبعا لدرجتها بشكل مباشر على مستويات الأداء التي يظهرها الفرد في غضون المنافسة، كما أنها تؤثر بدرجة كبيرة على شخصية الفرد مما يتطلب معه التحكم في انفعالاته وتعلم إخضاعها لسيطرته وذلك باعتبار أن الجانب الانفعالي الشخصية: هو الإطار السلوكي الذي تنظم فيه التجمعات السلوكية المسئولة عن دوافع الفرد وأهدافه المسئولة عن اتزانه الانفعالي، وتكامل انفعالاته والنشاط الرياضي يزخر بأنواع متعددة من الخبرات الانفعالية التي تتميز بقوتها والتي تؤثر بشكل واضح على السلوك الفرد ويتطلب ذلك كله من الفرد الرياضي القدرة على التحكم في انفعالات، وإخضاعها لسيطرته كما أن ديناميكية الحالات الانفعالية في أثناء المباريات التي تتميز بالتغير الدائم السريع من انفعال معين لانفعال اخر مغاير من أهم العوامل التي تؤثر بصورة واضحة على المستويات

التي يظهرها الفرد في المنافسة الرياضية، أو قد تحول الفوز إلى هزيمة والنجاح إلى الفشل والعكس صحيح (جابر،ر ،ر، 2011).

إن أبعاد السمات الانفعالية تمثل وحدة ديناميكية واحدة تتأثر بأي موقف وإن اختلاف درجة السمة عن الأخرى يرجع لطبيعة هذا الموقف وتتضمن السمات الانفعالية الأبعاد التالية : (عبد الرحمن راشد، 2005).

1-3. تعريف السمات الإنفعالية: إذا كان الأداء الحركي الرياضي ينطلق ويتجه ويستمر من الدوافع الرياضية، فإن السمات الإنفعالية هي المسؤولة عن تكوين هذه الدوافع وتشكيلها وتثمينها، وهي كذلك مسؤولة عن إعطاء هذا الأداء نمطا معينا من حيث الشكل والمضمون، وهذه السمات الإنفعالية يمكن تصنيفها إلى نوعين، السمات الإنفعالية العامة والخاصة.

1-3-1. السمات الانفعالية الأساسية:

- الرغبة: وتمثل الدافع الشخصي لمزاولة الرياضي والكفاح من أجل التفوق والامتياز والحاجة إلى الإنجاز.
- الإصرار وتعني القدرة على تحديد قرارات معينة والسعي نحو تحقيقها حتى في مختلف الظروف الصعبة مع تحمل المسؤولية نتيجة هذا القرار.
- الحساسية: وتمثل بعدا اجتماعيا وتعني القدرة على التفوق مع الاخرين والتكييف مع الظروف المحيطة والحصول على المتعة من الأداء الرياضي الناجح.
- ضبط التوتر: وتعني القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعتري للاعب من قلق ومعالجة الضغوط الانفعالية بطريقة منتجة واستغراق وقتا قصيرا في الاضطراب.
- الثقة بالنفس: هي قدرة الفرد على قبول التحديات وإنجاز الأهداف الواقعية للتعرف على نواحي القدرة والضعف وتحسين المهارات الفردية.

- المسؤولية: تعني تحمل المسؤولية في الأداء الرياضي أثناء المنافسات الرياضية بما تتضمنه في الإرادة للمواجهة وبذل الجهد في محاولة تصحيح الأخطاء والمعالجة الواقعية المتوازنة بين المسؤولية والشعور بالألم.
- الضبط الذاتي: وتعني القدرة على الالتزام وتطوير خطط اللعب مع الاحتفاظ بالمرونة الكافية لتغييرها عندما تكون صالحة وأيضا تعرف اللاعب على قدرته وإمكانية تطوير نظامه الخاص.

1-4. معايير تحديد السمات:

لقد وضع "البرت" معايير لتحديد السمات، هي:

- للسمة أكثر من وجود اسمي، بمعنى أنها عادات على مستوى أكثر تعقيدا.
- إن السمة أكثر عمومية من العادة (عادتان أو أكثر تنظمان وتنسقان معا لتكوين السمة)
- السمات دينامية (بمعنى أنها تقوم بدورها الدافع في كل سلوك)
- السمات ليست مستقلة عن بعضها البعض (ولكنها ترتبط عادة فيما بينها).
- إن أي سمة قد ينظر إليها على ضوء الشخصية التي تحتويها أو على ضوء توزيعها بالنسبة للمجموعة العام من الناس (أي أن السمات قد تكون فريدة) (زمام عبد الرحمن، مبارك ميلود، 2008-2009)

.

1-5. خصائص الانفعالات

تتميز الخبرات الانفعالية بالخصائص التالية:

- **الذاتية :**

تحمل الخبرات الانفعالية دائما طابعا ذاتيا,اد تختلف من فرد لاخرتبعا لدرجة إدراكهللأشياء المادية المحيطة به و بالمواقف المختلفة التي يمر بها كذلك بالنسبة لعلاقته بالآخرين فالفرد قد يغضب أو يحس بالضيق يرى ظاهرة أو شخصا ما بينما بالنسبة لشخص اخردلك يستدعي الفرح و السرور و قد لا يستوجب الأمر بالنسبة لشخص ثالث .

- **التعدد :**

تمتلئ حياة الفرد بمختلف الحالات الانفعالية التي لا عدد لها ولا حصر كالفرح, الحزن ,الخجل .من المصطلحات التي تعبر عن الأنواع العديدة للحالات الانفعالية.,

- **الاختلاف في الدرجة**

تكون الانفعالات مختلفة في درجتها كالفرح عند رؤية صديق والفرح عند النجاح في امتحان و الفرح للفوز بمنافسة رياضية لا يكون سيان و لكنه يكون متفاوت في الشدة أو الدرجة ولدلك يمكن النظر إليه على انه أحادي البعد يمتد على خط مستقيم من اقل إلىأعلىدرجة .

- **الارتباط بالتغيرات العضوية و التغيرات الخارجية**

ترتبط الانفعالات المختلفة بكثير من المظاهر و التغيرات الفسيولوجية الداخلية لأعضاء الجسم المختلفة وكذلكبأنواع متعددة من المظاهر التغيرات الجسمية الخارجية التي كثيرا ما تعبر عن نوع الانفعال.

1-6. فوائد ومضار الانفعالات :

- **الفوائد :**

من بين أهم فوائد الانفعالات المعتدلة أو النشطة ما يلي :

– تسهم في قدرة الفرد على بدل المزيد من الجهد و تعمل كدافع للفرد توجهه و تديره نحو الأداء و محاولة تحقيق الأهداف كما تساعده على المقاومة ومواجهة الأحداث و مجابهة الصعاب.

– تساعد الفرد على الاستمتاع بوقته نظرا لحاجته إلى درجة معينة من الانفعالات السارة والمنشطة.

– تساعد على المزيد من التفاهم الاجتماعي بين الأفرادو تسهم في التفاهم المشترك بينه

– لا يستطيع الفرد أن يحيا دون انفعالات تميز سلوكه أوأدائه

- **المضار**

من بين الأضرار الحادة وغير السارة ما يلي :

– تؤثر على العمليات العقلية العليا كالإدراك و الانتباه والتذكر و التفكير اد تسهم في الوقوع في أخطاء الإدراك.

– تعمل على تشتيت الانتباه وعدم القدرة على التركيز ولا تساعد على التذكر الجيد للأحداث أثناء الانفعال كما تعيق التفكير .

– تقلل من قدرة الفرد على الفهم الصحيح للمواقف و من القدرة على النظرة الناقدة للأحداث ولا تساعد على إخضاع سلوك الفرد لإرادته الأمر الذي قد يؤدي إلى عدم القدرة على التحكم في السلوك.

– التراكم المستمر لحدة الانفعالات وما يصاحبها من تغيرات فسيولوجية ينجم عنه بعض الأمراض النفس جسمية كارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب أو الميل للسلوك العدواني أو محاولة الهرب من المواقف و عدم القدرة على مواجهتها.

1–7. نظرية السمات

تصف سمات الشخصية عن طريق سماتها الأساسية لان السمة صفة أو خاصية مميزة للفرد عن غيره وقد تكون فطرية وراثية أو مكتسبةكما أن نظرية السمات تفترض أن سمة الشخصية هي سمة ثابتة نسبيا لدا فالشخص الواحد يتوقع له التصرف بنفس الطريقة في مواقف مختلفة كما يفترض أيضاأنالأفراد يختلفون فيما بينهم في السمة الواحدة أي درجة السمات ذات العلاقة فكل إنسان يتصف بدرجة معينة من القلق لكن البشر لا يتساوى في درجة قلقه بشكل عام أو عندما يتعرض لموقف محرج .

1-7-1. النظرية السلوكية :

تصنف هده النظرية في اعتمادها على مواقف السلوك الظاهري أساسا للتعبير عن الشخصية ثوراندیك و انس و سكان ران هؤلاء العلماء يرون أن البيئة تؤثر على الفرد ويعتبرون الاستجابة هدا التأثيرأساس الشخصية .

1-7-2. النظرية الحركية :

ينظر علماء هده النظرية إلى الشخصية أنها عبارة عن تفاعل النواحي الفيزيولوجية والمجتمع و الأدوار التي يقوم بها الفرد و أن هدا التكوين الحركي هو الذي يكون الشخصية تقسم هده النظرية مكونات الشخصية إلى مكونات جسمية مكونات مستمدة من الجماعة مكونات مستمدة من الدور و مكونات مستمدة من الموقف .

1-8. معايير تحديد السمة (خلال 1978):

- يستند بعض العلماء إلى وجود السمات وإمكانية تحديد الحقائق التالية وهدا نقلا عن مرجع علم النفس التربوي الرياضي لسعد جلال و محمد العلاوي.
- أن السمة قد تكون عادات علي مستوي أكثر تعقيدا بمعنى أن السمة أكثر عمومية من العادة هدا بالإضافةإلى اختلاف الأفراد فيما بينهم في العادة الواحدة فكلنا نغضب في مواقف معينة غير إننا نختلف في درجته و طريقة التعبير عنه بدرجات مختلفة.

- ثبات الشخصية و باضطرابها فالشخص الواحد يتصرف بشكل واحد في المواقف المتشابهة فلكل فرد عادته الثابتة التي لا تتغير
- أن السمات غير مستقلة عن بعضها حيث ترتبط بينها ايجابيا لان مصدرها هو شخصية الفرد كما أن بعض السمات تميل إلىأن تتجمع معا مكونة لما يسمى السمات العامة أو المشتركة.
- أن السمات تتعادل ثقافيا قسمة السيطرة في الرجال و الأنوثة في السيدات على سبيل المثال يمكن أن تاخد قدرا اكبر من دعم المجتمع و ينتج عنها بعض الأنماط السلوكية المحددة .

ثانيا: المراهقة و خصائص المرحلة العمرية (15-18)

2-1. تعريف المراهقة:

- **لغويـا:** تفيد كلمة "المراهقة" من الناحية اللغوية الاقتراب والدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم "راهق" بمعنى اقترب من الحلم ودنا منه. (الزعبلاوي، 1998، صفحة 14)، والمراهقة باللغتين الفرنسية والإنجليزية "Adolescence" مشتقة من الفعل اللاتيني " Adolescere " وتعني الاقتراب والنمو والدنو من النضج والاكتمال. (السيد, فؤاد البهي، 1975، صفحة 275)
- **اصطلاحا:** المراهقة هي إحدى مراحل النمو البشري تبدأ من بداية البلوغ الجنسي وتنتهي بالوصول إلى النضج أي اكتمال وظائف الإنسان الجسمية والعقلية وقدرتها على أداء رسالتها ، ويعرفها مصطفى فهمي أن كلمة مراهقة ADOLESCENCE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLESERE ومعناه التدرج نحو النضج البدني الجنسي والانفعالي والعقلي وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية الجنسية نستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج

الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة بدء النضج ".

(فهمي، 1986، صفحة 189)

إن المراهقة مصطلح نصفي لفترة أو مرحلة من العمر والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ويكون قد اقترب من النضج العقلي والجسدي والبدني، وهي الفترة التي تقع ما بين مرحلة الطفولة وبداية مرحلة الرشد، وبذلك المراهق لا يعد طفلا ولا راشدا إنما يقع في مجال تداخل هاتين المرحلتين حيث يصفها عبد العالي الجسماني" بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصلون إليه من وسائل وغايات" . (الجسماني، 1994، صفحة 195)

ويعرف "دوبيس "المراهقة بأنها فترة التحولات الجسمية النفسية التي تحدث بين الطفولة وسن الرشد، هذا حسب التعريف الكلاسيكي، والمراهقة عبارة عن مرحلة عبور تتم فيها تغييرات من جانبين أساسيين هما:

- تغييرات جسمية: تتعلق بالنضج الفيزيولوجي والجسمي بوجه عام حيث يكتمل نمو الأعضاء داخليا وخارجيا.
- تغييرات نفسية : تتمثل في ظهور حاجات عاطفية ومشاعر جديدة خاصة بالغرائز الجنسية إلى جانب نمو الوظائف العقلية كقدرة التفكير المنطقي و التجريد.(M.debesse, 1959, p. 6)

وتصب كل التعاريف السابقة في مضمون واحد أو معنى أشمل للمراهقة هو أن المراهقة هي تلك الفترة التي ينتقل فيها الطفل من الاعتماد على الآخرين إلى راشد مستقل بذاته وبالتالي إلى النضج في جميع النواحي السيكولوجية والبيولوجية والاجتماعية التي تقربه إلى الحلم واكتمال النضج، كما أنها تختلف في فترات دوامها من مجتمع لآخر حسب العادات والتقاليد والمناخ السائد وطبيعة المجتمع.

2-2. تحديد مراحل المراهقة:

قد اختلف العلماء في تحديد فترة المراهقة، متى تبدأ؟ وكم تدوم في حياة الإنسان ؟ وفي أي سنة تنتهي؟ كما اختلفوا في تحديد مراحل النمو بدايته و نهايتها نظرا لوجود مقياس موضوعي خارجي تخضع له هذه التقسيمات، وفيما يلي مراحلها نوردها كما جاءت في كتاب "علم النفس النمو للطفولة والمراهقة ":

2-2-1. المراهقة المبكرة (12-14 سن): تمتد منذ بدأ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي السنة الأولى إلى السنة الثانية بعد البلوغ لاستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفردفي هذه المرحلة المبكرة يسعى المراهق إلى الاستقلال و يرغب دائما في التخلص من القيود و السلطات التي تحيط به و يستيقظ لديه إحساس بذاته و كيانه و يصاحبها التفطن الجنسي الناتج عن الاستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية و نمو الجهاز التناسلي عند المراهق.

2-2-2. المراهقة الوسطى (15-17 سنة) : يطلق عليها أيضا المرحلة الثانوية ، و ما يميز هذه المرحلة هو بطء سرعة النمو الجنسي نسبيا مع المرحلة السابقة ، و تزداد التغيرات الجسمية و الفيزيولوجية من زيادة الطول و الوزن واهتمام المراهق بمظهره الجسمي و صحته الجسمية و قوة جسمه و يزداد بهذا الشعور بذاته.

2-2-3. المراهقة المتأخرة (18-21 سنة): يطلق عليها مرحلة الشباب، حيث أنها تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة التي يتخذ فيها اختيار مهنة المستقبل و كذلك اختيار الزواج أو العزوف ، و فيها يصل النمو إلى مرحلة النضج الجسمي و يتجه نحو الثبات الانفعالي والتبلور لبعض العواطف الشخصية مثل: الاعتناء بالمظهر الخارجي و طريقة الكلام و الاعتماد النفس و البحث عن المكانة الاجتماعية ، و تكون لديه عواطف نحو الجماليات ثم الطبيعة و الجنس الأخر. (زهران، صفحة 263)

2-3. تحديد المرحلة المتوسطة (15-18 سنة):

تتلازم مرحلة المراهقة المتوسطة مع نهاية التعليم الأساسي وبداية التعليم الثانوي، حيث يصعب تحديد بداية ونهاية المراحل جميعها تتداخل ببعضها البعض إلا مرحلة المراهقة الأولى والتي يمكن تحديدها ببداية النضج الجنسي وعلى ذلك تعتبر مرحلة المراهقة المتوسطة أنها مرحلة اكتمال ونضج ورشد المراهق ليس جنسيا فقط بل اجتماعيا وعقليا وجسميا وبذلك يبدأ المراهق في تغيير ثوب الطفولة لارتداء ثوب الرجولة ثوب الاستقرار والتوافق والانسجام.

ويضيف "حامد زهران" أن قدرة المراهق في تلك المرحلة تزداد في أخذ القرار والتفكير السليم والاختيار والثقة بالنفس والاستقلالية في التفكير والحرية في الاستكشاف، حيث يؤثر ذلك كله على الشخصية المتكاملة. (زهران، 1995، صفحة 325)

2-4. خصائص النمو في مرحلة المراهقة: يؤدي الانتقال من المدرسة الأساسية إلى المدرسة الثانوي إلى الشعور بالنضج والاستقلال، ومرحلة المراهقة تختص عن باقي مراحل النمو في حياة الفرد بشيء هام ألا وهي التحولات او التغييرات التي تطرأ عليه من الناحية الجسمية، العقلية، النفسية، الانفعالية، الاجتماعية والحركية والتي تؤثر بصورة بالغة على حياته في المراحل اللاحقة، و تصادف المراهقة مرحلة التعليم الثانوي لذا وجب علينا دراسة خصائص النمو للمراهقين في المرحلة الثانوية.

2-4-1. النمو الجسمي:

تتميز هذه المرحلة بالبطيء في النمو الجسماني، ويلاحظ استعادة الفتى أو الفتاة لتناسق شكل الجسم، كما تظهر الفروق المميزة في تركيب جسم الفتى أو الفتاة بصورة جلية، ويزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر من نمو العظام حتى يستعيد الفرد اتزانه الجسمي، ويصل الفتيان إلى نضجهم البدني الكامل تقريبا. (يحياوي، 2009، صفحة 137)

2-4-2. النمو الحركي:

يظهر في هذه المرحلة الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك والاضطراب الحركي وتأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية في تحسن و رقي لتصل الى درجة عالية من الجودة كما يلاحظ ارتقاء بمستوى التوافق العضلي الحسي.

وفيها يكتسب الفرد ويتعلم مختلف الحركات وإتقانها وتثبيتها إلى ذلك فان عامل زيادة قوة العضلات الذي يتميز به الفتى يساعد الكثير على إمكانية ممارسة أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية كالجمباز والتمرينات الفنية. (يحياوي، 2009، صفحة 137)

2-4-3. النمو الفسيولوجي:

يتابع النمو الفيسيولوجي في هذه المرحلة تقدمه نحو النضج بالنسبة لكل من النبض وضغط الدم، فنلاحظ هبوطا نسبيا ملحوظا في النبض الطبيعي، مع زيادته بعد مجهود فكري وهذا دليل على تحسن ملحوظ في التحمل الدوري التنفسي مع ارتفاع قليل في ضغط الدم، ومما يؤكد تحسن التحمل في تلك المرحلة انخفاض الاكسجين عند الجنسين مع وجود فارق لصالح الأولاد، هذا بالإضافة إلى توازن غددي مميز والذي يلعب دورا كبيرا في التكامل بين الوظائف الفيسيولوجية، الحركية، الحسية والانفعالية للفرد، والتي تعمل على اكتمال في تكوين شخصية الفرد المتعددة الجوانب. (يحياوي، 2009، صفحة 139)

2-4-4.النمو الاجتماعي:

يتميز النمو الاجتماعي في هذه المرحلة بالتغير الواضح الذي يتمثل في إعادة تنظيم العلاقات الاجتماعية يشكل مستوى جيد يتفق مع مستوى النضج الذي وصل إليه المراهق، كما يخضع سلوكه لعدة تغيرات تتميز بأنواع من

التحول تشير إلى نمو الحساسية الاجتماعية ،كما تظهر هناك فروق أساسية بين اتجاهات المراهقين في الطبقة الاجتماعية المختلفة.

وفيما يخص سلوك المراهقين يظهر في الاهتمام المتزايد بالمظهر الشخصي والنزعة الاستقلالية ، والانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس ، وينمو لديه الوعي والمسؤولية الاجتماعية . (ناصر، 2008، صفحة 96)

2-4-5. النمو العقلي:

النمو العقلي من الخصائص المهمة لأن فهم ومعرفة ما يحدث للمراهق على المستوى العقلي يساعدنا على فهم شخصيته وتوظيف المعارف والمعلومات في العملية التربوية، وتشير معظم الدراسات أن منحنيات نمو الذكاء في هذه الفترة لا تظهر على هيئة قفزة سريعة كما هو الحال في النمو الجسمي.

كما يلاحظ في هذه الفترة القدرة على اكتساب المهارات والمعلومات وعلى التفكير والاستنتاج ،كما تؤخذ الفروق الفردية في النواحي العقلية بالوضوح وتبدأ قدرة واستعدادات المراهق في الظهور خاصة في الانتباه والملاحظة والادراك والنقد. (حامد عبد السلام زهران، 1986، صفحة 143)

2-4-6. النمو الانفعالي:

يشكل النمو الانفعالي جانبا أساسيا في عملية النمو في مرحلة المراهقة، وتعتبر دراسته هامة جدا وضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق بل لتحديد وتوجيه مسار شخصيته ككل، والخوض إلى أعماق ذاته المتحولة بكل ما تحمله من عواطف (ميخائيل ابراهيم أسعد، 1992، صفحة 302)

ويرى" عبد الرحمان العيسوي": أن النمو الانفعالي يمتاز بحدة الانفعال حيث يغضب ويتوتر المراهق لأسباب تافهة كما يمتاز بالانفعال بالتقلب و سرعة التعبير، ومعظم الانفعالات المراهق راجع لشعور بأنه أصبح رجلا ويرى أن المحيطين به يعاملونه كطفل، وهذا من جانب الوقوع في العديد من الصراعات النفسية الاخرى.(ابراهيم، 2015، صفحة 35)

2-4-7. النمو الجنسي:

في هذه المرحلة يصاحب النضج الجنسي ظهور مميزات يطلق عليها "الصفات الجنسية الثانوية" مثلا عند البنات تنمو عظام الحوض بحيث تتخذ شكل حوض الانثى واختزان الدهن في الارداف ونموها وكذلك أعضاء أخرى كالرحم والمهبل والثديين. (عبد الرحمان العيسوي، الصفحات 212-213)وفي هذه المرحلة يلاحظ الحب المتعدد والاهتمام بالجمال والرغبة في جذب انتباه أفراد الجنس الاخر والمعاكسة وحب الاستطلاع الجنسي. وفي نهاية المرحلة يصل جميع البنين والبنات إلى النضج الجنسي. (حامد عبد السلام زهران، 1986، صفحة 359).

2-5. مشاكل المراهقة في المرحلة الثانوية:

إن مشاكل المراهقة من المشاكل الرئيسية التي تواجه المراهقين في هذه المرحلة، فالمسؤولية توجه إلى المجتمع نفسه والمدرسة والهيأة الاجتماعية، وكل المنظمات التي لها علاقة بالأطفال فكلها مسؤولة عن حالات القلق والاضطراب في حياة المراهقين في الوقت الحالي.

2-5-1. المشاكل النفسية:

من المعلوم ان هذه المشاكل تؤثر في نفسية المراهق وانطلاقا من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التحرر والاستقلال وتورثه لتحقيق هذا التطلع بشتى الوسائل والأساليب فهو لا يخضع لقيود البيئة وتعاليمها وأحكام المجتمع وقيمته الخلقية والاجتماعية بل أصبح يمحص الأمور ويناقشها ويزنها بتفكيره وعقله، وعندما يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه ولا تفيد موقفه ولا تحس بأحاسيسه الجديدة، ولهذا فهو يسعى دون قصد لأن يؤكد بنفسه تأثره، تمرده، عناده، فإذا كانت كل من الأسرة والمدرسة والأصدقاء لا يفهمون قدراته ومواهبه، ولا تعامله كفرد مستقل، ولا تشبع فيه حاجاته على حين فهو يجب أن يحس بذاته وأن يكون شيء يذكر يعرف كل قدراته وقيمته. (يعقوب،1984 ، صفحة 54)

2-5-2. المشكلات الانفعالية:

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحا في عنف انفعاله وحدتها واندفاعاتها، وهذا الاندفاع الانفعالي ليس أساسية نفسية خالصة، بل يرجع ذلك إلى التغيرات الجسمية، فإحساس المراهق ينمو جسمه وشعوره بأن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجل وصوته قد أصبح خشنا فيشعر المراهق بالزهو والافتخار وكذلك يشعر في الوقت نفسه بالحياء والخجل من هذا النمو الطارئ، كما يتجلى بوضوح خوف المراهق من هذه المرحلة الجديدة التي ينتقل إليها والتي تتطلب من أن يكون رجلا في سلوكه وتصرفاته. (معوض، 1971، صفحة 73)

2-5-3. المشاكل الاجتماعية:

إن مشاكل المراهقة تنشأ من الاحتياجات السيكولوجية الأساسية مثل الحصول على مركز ومكانة في المجتمع وإحساسه بأنه فرد مرغوب، وفيما يلي سنتناول كل من الأسرة والمدرسة والمجتمع كمصدر سلطة على المراهق.

- **الأسرة:**

لا يريد المراهق أن يعامل معاملة الصغار لذلك نجد أنه يميل إلى نقد ومناقشة كل ما يعرض عليه من أراء وأفكار، ولم يعد يتقبل كما ما يقال له بل يصبح له مواقف وأراء وأفكار يتعصب لها أحيانا لدرجة العناد.

إن شخصية المراهق تتأثر بالصراعات والنزاعات الموجودة بينه وبين أسرته وتكون نتيجة هذا الصراع إما بالخضوع المراهق أو امتثاله أو تمرده أو عدم استسلامه.

- **المدرسة:**

إن المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهق أوقاته وسلطة المدرسة تتعرض لثورة المراهق، فالطالب يحاول ويريد أن يتحرر من هذا القيد الذي تفرضه المدرسة عليه، وبحكم طبيعة هذه المرحلة من العمر بل إنه يرى أن السلطة المدرسية أشد من سلطة الأسرة فلا يستطيع المراهق أن يفعل ما يريد في المدرسة ولهذا فهو يأخذ مفهوم سلبيا للتعبير عن ثورته كاصطناع الغرور والاستهانة بالدرس، وقد تصل الثورة أحيانا لدرجة التمرد والخروج عن السلطة المدرسية والمدرسين بوجه خاص لدرجة تصل إلى العدوان. (معوض، 1971، الصفحات 72-73)

- **المجتمع:**

إن الإنسان بصفة عامة والمراهق بصفة خاصة يميل إلى الحياة الاجتماعية أو العزلة، فالبعض منهم يمكنهم عقد صلات اجتماعية بسهولة للتمتع بمهارات اجتماعية تمكنهم من كسب الأصدقاء والبعض الأخر يميلون إلى العزلة على الأخرين لظروف اجتماعية نفسية وكل ما يمكن قوله في هذا المجال أن الفرد لكي يحقق النجاح الاجتماعي وينهض بعلاقاته الاجتماعية لا بد أن يكون محبوبا من طرف الأخرين وأن يكون له أصدقاء وأن يستمر بتقبل الأخرين. (معوض، 1971، صفحة 74)

2-5-4. المشاكل الجنسية:

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد للجنس الأخر، ولكن التقاليد في مجتمعه تقف حائلا دون أن ينال ما ينبغي، فعندما يفصل المجتمع الجنسية فإنه يعمل على إعاقة الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق تجاه الجنس الأخر وإحباطها، وقد يتعرض لانحرافات وغيرها من السلوك المنحرف، بالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى أساليب ملتوية لا يقرها المجتمع كمعاكسة الجنس الأخر للتشهير بهم أو الغرق في بعض العادات والأساليب المنحرفة. (نعمي عادل وأخرون، 2008، الصفحات 95-96)

2-6. الممارسة الرياضية عند الفتاة المراهقة:

إن الممارسة الرياضية للفتاة المراهقة لها دور كبير حيث أنها بمثابة المادة المكيفة والنشيطة لشخصيتها ونفسيتها لكي تحقق بذلك فرص اكتساب الخبرات والمهارات الحركية التي تزيدها رغبة وتفاعلا في الحياة، بالإضافة إلى ما قلنا فإن للفتاة المراهقة خصائص جسمية وفيزيولوجية تمكنها من أن تحقق النتائج الباهرة بممارستها للرياضة، وهذا في شتى المجالات، ولعل خير دليل على قولنا هو ما تسجله المراهقات في جميع المنافسات الرياضية المحلية والدولية، إذ أن لمرونتها الجسمية وخفتها الحركية، وتوافقها الشكلي دور بالغ في آداها المميز للتقنيات الرياضية .

ولقد صرحت كثير من الرياضات الأمريكيات المحترفات بأن مستقبلهن الرياضي إنما هو موقوف بسنوات المراهقة. (الخولي أ.، 1996، صفحة 113)

ومع كل هذا لم تزل المراهقة الجزائرية ولم تصل إلى ما وصلت إليه المراهقة الغربية، من حيث الاهتمام في المجال الرياضي نتيجة اللامبالاة التي تميز بها المعنيين زيادة على هذا المعوقات التي تواجه الفتاة.

2-7.دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المراهق:

تتميز الدوافع بالطابع المركب نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية ومجالاتها , والتي تحفز المراهق بالممارسة وأهميتها ذلك بالنسبة للفرد الرياضي أو بالنسبة للمجتمع الذي يعيش فيه فلكل فرد دافع يحثه للقيام يعمل ما ولقد حدد الباحث "رويدك" أهم الدوافع المرتبطة بالأنشطة الرياضية وقسمها إلى قسمين:

- **دوافع مباشرة :**

– الإحساس بالرضى والإشباع بعد نهاية النشاط العضلي نتيجة الحركة .

– المتعة الجماعية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.

– الاشتراك في التجمعات والمنافسات الرياضية .

- **دوافع غير مباشرة :**

– محاولة اكتساب الصحة والياقة البدنية عن طريق ممارسة الرياضية.

– الإحساس بضرورة الدفاع عن النفس , انقباض الوزن الزائد.

– الوعي بالشعور الاجتماعي إذ يرى المراهق وجوب المشاركة في الأندية والسعي للانتماء للجماعة والتمثيل الرياضي.

– تحقيق النمو العقلي والنفسي.(tomnas, 1993, p. 227)

2-8. أهمية التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمراهق: التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة ، وميدان هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدينة، العقلية، الانفعالية، والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني التي اختيرت لغرض تحقيق هذه الأهداف، وعلى مستوى الدراسة فهو يحقق النمو الشامل والمتزن للتلميذ ويحقق اختياراته البدينة والرياضية التي لها دور هام جدا في عملية التوافق بين العضلات والأعصاب وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلميذ من الحركات وهذا من الناحية البيولوجية . إذا فممارسة نشاطات التربية البدنية

والرياضية لها تأثير على جسم المراهق من الناحية البيولوجية وكذلك فهي تأثر على الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ.

أ) من الناحية النفسية: ولقد أثبتت الدراسات النفسية الحديثة أن التربية البدنية تلعب دورا هما في الصحة النفسية، وعنصرا هاما في بناء الشخصية الناضجة السوية، كما أن التربية البدنية تعالج كثيرا من الانحرافات النفسية بغرض تحقيق التوافق النفسي للفرد.

كما أن التربية البدنية تشغل الطاقة الزائدة للفرد، فيتحرر بذلك من الكبت والانعزال اللذان يتحولان بمرور الزمن إلى مرض نفسي حاد.

فالتربية البدنية والرياضية لها دور هام في إدماج فرد ضمن الجماعة ، حتى يبتعد عن العقد النفسية كالأنانية وحب الذات، ويتضح جليا أن للرياضة دور كبير في عملية إشعار السرور والتعبير عن الانفعالات الداخلية للممارسين وتطوير عواطفهم

ب) من الناحية الاجتماعية :إن عملية الاندماج للفرد في المجتمع يفرض عليه حقوقا وواجبات ويعلمه التعاون والمعاملات والثقة بالنفس، ويتعلم كيفية التوفيق بينما هو صالح له وللمجتمع ويتعلم من خلالها أهمية احترام الأنظمة والقوانين في المجتمع ،وهذه العلاقة الوثيقة موجودة بين التربية البدني والجانب الاجتماعي ، حيث أنه لا يمكن أن ينمو الفرد نموا سليما إلا أذا كان داخل الجماعة، فالإنسان اجتماعي بطبعه. (القادر، 2010، صفحة 41)

2-9. العوامل المؤثرة في مرحلة المراهقة:

- يتأثر المراهق في طفولته بسلوكه الاجتماعي بخبرات طفولته الماضية والجو المحيط في مراهقته ومدى خضوعه للجماعة التي نشأ فيها.

- تحتاج النشأة الصحية للمراهق إلى طفولة سوية تحيا في جو يدللها او ينبذها، إنما يستقيم بها بين الطرفين دون تفريط أو إفراط.
- يتأثر المراهق في نموه الاجتماعي بالجو النفسي المهيمن على أسرته وبالعلاقات القائمة بين أهله، ويكتسب اتجاهاته النفسية لتقليد أبيه وأهله وذويه وبتكرار خبراته العائلة الأولى وتعميمها بانفعالاته الحادة التي تسيطر على الجو التي تحيا فيه إطار الأسرة المستقرة الثابتة الهادئة المطمئنة، تعكس هذه الثقة وذلك الاطمئنان على حياة المراهق فتشبع بذلك حاجاته إلى الطمأنينة وتهيء له جوا مثاليا لنموه، والأسرة التي تثور غاضبة للأسباب التافهة وتبغض الناس وتميل إلى الانتقام والغيرة لا تشكل إلا أفرادا مرضى.
- النظام النفسي يخفف الفرد في مراهقته من علاقته بالأسرة، ويتصل أكثر بزملائه وأقرانه، لذا يجب على الأسرة مساعدته في هذا التحرر.
- للمستوى الاجتماعي والثقافي والاقتصادي للأسرة أثر عميق على سلوك المراهق وعلى نموه الاجتماعي يختلف سلوك الفرد تبعا لاختلاف المدراج المختلفة لأسرته.
- البيئة الاجتماعية المدرسية أكثر تباينا واتساعا من البيئة المنزلية وأشد خضوعا لتطورات المجتمع الخارجي من البيت، وتكفل المدرسة المراهق ألوانا مختلفة من النشاط الاجتماعي الذي يساعده على سرعة النمو واكتمال النضج، ويتأثر المراهق في نموه الاجتماعي بعلاقاته بمدرسته، نفوره منهم أو حبه لهم. (زيدان، بدون سنة، الصفحات 164-165).

خلاصة الفصل:

انطلاقا مما تناولناه في هذا الفصل توصلنا إلى أن للتربية البدنية والرياضية أهمية ودور كبير في حياة الفرد والمجتمع وخاصة في المؤسسات التعليمية حيث أنها تركز على حياة الفرد فكريا بدنيا ونفسيا واجتماعيا، فهي حقا الوسيط في العملية التربوية والتعليمية لأنها تخاطب العقل والجسم مع الجانب النفسي للإنسان وبالتالي أهميتها في مرحلة التعليم الثانوي تكتسي طابع جد مهم نظرا لأن التلميذ في هذه المرحلة يكون في سن المراهقة، وهو في حاجة إلى عناية بدنية وعقلية ونفسية واجتماعية والتربية البدنية تلعب هذا الدور المهم إذا ما طبقت بالشكل الصحيح .

وطبعا التربية البدنية لا يتم تجسيدها دون أستاذ يسهر على تطبيق مبادئها في برامجها المسطرة بطريقة علمية، وحصة التربية البدنية والرياضية لها مكانة هامة في حياة المراهق و نموه لدورها الهام في تنمية مختلف الأنظمة من أجل نمو متناسق، مما يستوجب ضرورة معرفة خصائص هذه المرحلة حتى نعرف كيفية التعامل مع هذه الفئة

وتكوينها من جميع النواحي، وهذا لا ينطبق على الذكور فقط إنما ينبغي على الأستاذ عدم إهمال الفتيات أثناء الحصة وإعطائهم الفرص في المشاركة في الأنشطة الرياضية المختلفة.

تمهيد:

من اجل الوصول إلى حل لمشكلة البحث المطروحة حول معرفة فروق جوهرية في أبعاد سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية باختلاف فئاته و مستوياته العلمية وعليه كان من الضروري على الطالبان الباحثان توضيح المنهجية المتبعة و إجراءاتها الميدانية و هي كما يلي .

2-1-1 منهج البحث:

استخدم الطالبان الباحثان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملاءمته لهذه الدراسة و أهدافها و ذلك للتعرف على فروق جوهرية في أبعاد سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية على مستوى ولاية مستغانم.

2-1-2 عينة البحث:

تمت الدراسة على عينة من ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية بمختلف أنواعه فردي وجماعي على مستوى بعض ثانويات ولاية مستغانم، ،تم اختيارها بالطريقة مقصودة فروق جوهرية في أبعاد سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية, حيث تم توزيع المقياس الخاص بالسمات الانفعالية.

2-1-3-متغيرات البحث: يمكن تحديد متغيرات البحث كما يلي:

2-1-3-1-المتغير المستقل: وهو المتغير الرئيسي الذي يفترض أنه المؤثر في المتغير التابع، وهو دور دروس التربية البدنية والرياضية.

2-1-3-2-المتغير التابع :وهو يتأثر بالمتغيرات المستقلة .في بحثنا هذا يتمثل المتغير التابع في السمات الإنفعالية

2-1-4-مجالات البحث:

2-1-4-1-المجال البشري:

تمثل المجال البشري لهذه الدراسة في أفضلية السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية، أما العينة فتكونت من 31 ممارسين.

2-1-4-2-المجال المكاني: أجريت هذه الدراسة في ثانويات محمد بن أحمد عبد الغني بحي 05 جويلية و ثانوية معروف الشارف بفرناكة ولاية مستغانم

2-1-4-3-المجال الزمني:

قمنا بالدراسة النظرية ابتداءا من شهر جانفي إلى غاية نهاية شهر فيفري ثم أجريت عليها بعض التغيرات في الثلاث أشهر الأخير من خلال التعرض إلى الجانب التطبيقي.

تمت الدراسة التطبيقي من بداية شهر مارس إلى غاية أواخر شهر ماي.

2-1-5-أداة البحث : تمثلت أداة البحث في المقياس الخاص بالسمات الانفعالية نظرا لملائمته مع موضوع البحث.

الجدول (01) :يمثل مفتاح المقياس

الأبعاد	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
فقرات الاجابية	5	4	3	2	1
فقرات السلبية	1	2	3	4	5

2-6-الدراسة الإستطلاعية:

تمت الدراسة الاستطلاعية يوم: 2019/03/04 على عينة عددها 10 من ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية .بعد توزيع المقياس على عينة مقصودة قصد إيجاد المعاملات العلمية الآتية:

2-6-1-المعاملات العلمية: قام الطالبان الباحثان بإجراء بعض المعاملات العلمية للتحقيق من صلاحية المقياس في الدراسة الحلية و اشتملت على:

2-6-2-صدق الأداة: بعد أن تحكيم أداة البحث (المقياس السمات الانفعالية) من طرف السادة الخبراء على مستوى معهد التربية البدنية و الرياضية التابع لجامعة مستغانم (الملحق1).

- عينة الدراسة الاستطلاعية :أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة عددها 10 من ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية.

2-1-7الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

2-1-7-1-الثبات: يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة او الاتساق او استقرار نتائجه فيم لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين. (مقدم، 1993، صفحة 152)

كما يقول فان فالين(Van Valin) عن ثبات الاختبار "إن الاختبار يعتبر ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين و تحت نفس الشروط. (حسانين م، 1995، صفحة 193)

واستخدام الطالبان الباحثان إحدى طرق حساب ثبات الاختبار وهي طريقة "تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه" (معامل الارتباط Test –Retest) للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار. وعلى هذا أساس قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات (نفس العينة، نفس الأماكن، نفس التوقيت، نفس التلاميذ.).

2-1-7-2-الصدق:

صدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. (حسنين، 1995ص193) وباستعمال الوسائل الاحصائية التالية تم حساب ثبات و صدق الاختبار.

معامل الارتباط "ر" لبيرسون

-حساب معامل الثبات:

-2-1-7-3معامل الثبات و الصدق للمقياس:

جدول (02) يمثل معامل الثبات و الصدق للمقياس المقترح .

المحاور	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معامل الثبات	معامل الصدق	ر.جدولية
الرغبة	10	09	0.05	0,99	097	0,602
الإصرار				0,96	0,98	
الحساسية				0,98	0,99	

التحكم				0,97	0,98	
الثقة				0,95	0,97	
الضبط الذاتي بالمسؤولية				0,92	0,99	
المسؤولية				0,96	0,98	

قيمة "ر" الجدولية 0,602عند مستوى الدلالة 0.05 ن= 10

يتبين من خلال هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط للمقياس تراوحت (محصورة) ما بين (0.97-0.99) بالنسبة إلى الصدق و(0.92-0.99) بالنسبة إلى الثبات بالرجوع إلى جدول الدلالات الارتباط البسيط لبيرسون لمعرفة ثبات و الصدق الاختبار عند مستوى الدلالة 0.05 و هذه القيم دالة إحصائيا بالمقارنة مع "ر" الجدولية التي بلغت 0,602 وعليه يتبين للطالبان الباحثان أن المقياس الذي تم بناءه بغرض قياس السمات الانفعالية لدى ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية يتميز بدرجة ثبات و صدق عاليتين عند مستوى الدلالة 0.05

2-1-7-4- الموضوعية: تعتبر الموضوعية من أكثر المشاكل التي تؤثر في الثبات لذلك لابد من الدقة المتناهية في إجراء الاختبار وتسجيل النتائج (فرحات، 2003، صفحة 170) .

ويعرفها محمد حسن علاوي: "هي مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية كالتحيز". (علاوي و محمد، 1986، صفحة 169)

إن الطالبان الباحثان استخدم في بحثه هذا المقياس بعد تقديمه إلى مجموعة من المحكمين الذين تتوفر فيهم درجة الدكتوراه فما فوق على مستوى معهد التربية البدنية و الرياضية التابع لجامعة مستغانم ،وذلك بغرض التحكيم ثم بعد ذلك تقديمها على مجموعة من ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية وذلك لقياس مدى صعوبة عباراتها ، (مقياس السمات الانفعالية)

فتبين أن فقرات وعبارات أداة القياس التي تم بناءها سهلة وفي متناول المختبرين.

وبناء على الخطوات السابقة يمكن للطالبان الباحثان أن يستخلص أن أداة الدراسة (مقياس السمات الانفعالية) يتميز بدرجة عالية من الثبات والصدق و الموضوعية.

2-1-8-الوسائل الإحصائية:

بعد استرجاع المقياس الموزعة على عينة البحث والمقدرة ب 31 ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية ثم تفريغها باستخدام وتهيئتها للمعالجة الإحصائية حيث تمت بالمعادلات التالية:

- ❖ النسبة المئوية .
- ❖ المتوسط الحسابي.
- ❖ الوسيط.
- ❖ الانحراف المعياري.
- ❖ معامل الارتباط "ر" لكارل بيرسون.
- ❖ معامل الإلتواء.
- ❖ اختبار"**ت**" للفروق بين المتوسطات.

- تمت المعالجة بـExce

من أجل فهم كيفية استعمالها يكون توضيحها كالتالي:

❖ **النسبة المئوية** :

يتم حسابها كما يلي :

❖ **المتوسط الحسابي**

$$\frac{\sum س}{ن} = \text{و.....} \quad \text{(ابراهيم، 1999، صفحة 135)}$$

حيث أن

$\bar{س}$: هو المتوسط الحسابي المراد حسابه.

مج : مجموعة قيم س .

ن : عدد قيم س .

❖ **الوسيط** :

✓ **طريقة حساب الوسيط** :

– ترتيب المفردات وفقا لمقدارها تصاعديا أو تنازليا .

– يسجل عدد القيم أو المفردات (ن) .

– تم تحديد ترتيب الوسيط .

– يحب مقدار قيمة الوسيط .

الوسيط هو القيمة التي تتوسط القي, (رضوان، 2003، صفحة 138)

❖ **معامل الالتواء** :

$$\text{معامل الإلتواء} = \frac{3(\text{و} - \vec{\text{س}})}{\text{ع}}$$ ..... (حسنين، 2000، صفحة 79)

ع = الانحراف المعياري

س$\vec{}$ = المتوسط الحسابي

و = الوسيط

❖ **الانحراف المعياري** :

$$\text{ع} = \sqrt{\frac{\sum(\text{س} - \vec{\text{س}})^2}{\text{ن}}}$$ (الحكيم، 2004، صفحة 146)

ع : الانحراف المعياري.

س: درجات معيارية.

س̄: المتوسط الحسابي.

ن: عدد الأفراد .

مج: اختصار لكلمة مجموع .

❖ **معامل الارتباط لبيرسون** :

نكتب معادلة الارتباط لبيرسون كالتالي :

$$ر = \frac{ن\ (\text{مج ص})-(\text{مج})(\text{مج ص})}{\sqrt{(ن\ \text{مج س}^2-(\text{مج س})^2).(ن\ \text{مج ص}^2-(\text{مج ص})^2)}}$$ ..... (الشربيني، 1995، صفحة 132)

حيث أن :

مج س : مجموع قيم الاختبار (س) .

مج ص : مجموع قيم إعادة الاختبار .

مج $س^2$: مجموع مربعات قيم الاختبار س .

مج $ص^2$: مجموع مربعات قيم إعادة الاختبار .

(مج $س^2$): مربع مجموع قيم الاختبار س .

(مج $ص^2$): مربع مجموع قيم إعادة الاختبار ص .

مج (س.ص) مجموع القيم بين الاختبار القبلي س والاختبار البعدي ص

ن : عدد أفراد العينة

- اختبار (ت) (T-TEST) :

$$\frac{م_2 - م_1}{\sqrt{\left[\frac{ن_2/1 + ن_1/1}{2 - ن_2 + ن_1}\right] \times \frac{ن_1 ع_1^2 + ن_2}{}}}$$

خلاصة الفصل:

إن أي بحث مهما كانت درجته العلمية مرتبط بشكل وثيق بإجراءات البحث الميدانية، لأن جدوى جوهر الدراسة مكنون في كيفية ضبط حدود البحث الرئيسية. وعليه حاول الطالبان الباحثان من خلال هذا الفصل وضع خطة محددة لأهداف البحث لأجل تحديد المنهج الملائم لطبيعة البحث و مشكلته الرئيسية، كما تم تحديد مجالات البحث وتحديد أدواته اللازمة لجمع البيانات والمعلومات الكافية بطريقة علمية وكيفية استخدامها مع تحديد الوسائل الإحصائية المناسبة والتي تساعد في عرض وتحليل النتائج بغية الإجابة على تساؤلات إشكالية البحث.

تمهيد:

تتطلب منهجية البحث عرض وتحليل النتائج ومناقشتها، وعلى هذا الأساس اقتضى الأمر عرض وتحليل النتائج التي ألت إليها الدراسة وفق طبيعة البحث و إجراءاته.حيث قام الطالبان الباحثان بتفريغ المقياس في جداول قصد معالجة نتائجها الخام إحصائيا.

2-2-1.عرض نتائج المقياس الخاص بالسمات الانفعالية:

على ضوء أهداف البحث و فروضه يعرض الطالبان الباحثان نتائج البحث في جداول تبين المقارنة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

محاور الفرق (الرغبة,الاصرار,الحساسية,التحكم,الثقة,الضبط الذاتي بالمسؤولية,المسؤولية) لدى الذكور المدينة والذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية :

2-2-2 الفرق في درجة الكلية لجميع مجالات الأبعاد في سمات الانفعالية بين

الذكور المدينة والذكور الريف.

الجدول رقم(3) :يوضح الفرق في درجة الكلية لجميع الأبعاد في سمات الانفعالية بين **الذكور المدينة والذكور الريف.**

		الرغبة	الإصرار	الحساسية	التحكم	الثقة	الضبط الذاتي بالمسؤولية	المسؤولية	مجموع الأبعاد
الذكور المدينة	متوسط حسابي	22	20.81	19.38	17.62	23.12	18.06	17	19,71
	انحراف معياري	6.57	6.28	6.35	7.36	6.2	5.05	5.11	6,38
	الوسيط	24 .5	21.5	18.5	18	24.5	17.5	16.5	19
	معامل الالتواء	-1.14	-0.33	0.42	-0.15	-0.66	0.33	0.29	0,33
الذكور الريف	متوسط حسابي	16.93	15.66	14.87	15.66	18.06	13.46	12.8	15,31
	انحراف معياري	5.14	6.06	5.4	6.67	6.09	1.47	4.3	5,69
	الوسيط	16	16	17	17	17	13	13	15
	معامل الالتواء	0.54	-0.22	-1.18	0.6-	0.46	0.93	-0.14	0,16
ت.الجدولية		2.05							
ت المحسوبة		2.4	2.32	2.13	0.77	2.29	2.5	2.4	5,31
الفرق		دال	دال	دال	غير دال	دال	دال	دال	دال

- ذكور المدينة: بلغ المتوسط الحسابي في الدرجة الكلية عند الذكور المدينة (19,71) وبانحراف معياري (6,38)، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة (0.33). وهذه القيمة محصورة مابين (-3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا.
- ذكور الريف: بلغ المتوسط الحسابي في الدرجة الكلية عند ذكور الريف (15,31) وبانحراف معياري (5,69)، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة(0.14-) وهذه القيمة محصورة مابين (-3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا.
- أما فيما يخص قيمة الانحراف المعياري لدى العينتين فهو يمثل قيمة كبيرة عند كلتا العينتين مما يدل على تباعد القيم المتمركزة حول متوسطها الحسابي.
- ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسطين لدى العينتين تم استخدام اختبار "-ت ستيودنت" والتي بلغت قيمتها (5,31). وهذه قيمة اكبر من قيمة- ت- الجدولية المقدرة ب 2.05عند مستوي الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 29 أي وعليه نقول انه يوجد فرق دال إحصائيا بين العينتين في الدرجة الكلية للأبعاد سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف لصالح ذكور الريف،
- الاستنتاج:نستنج من التحليل ومناقشة النتائج أن سمات الانفعالية عند ذكور المدينة اكبر من سمات الانفعالية عند ذكور المدينة.

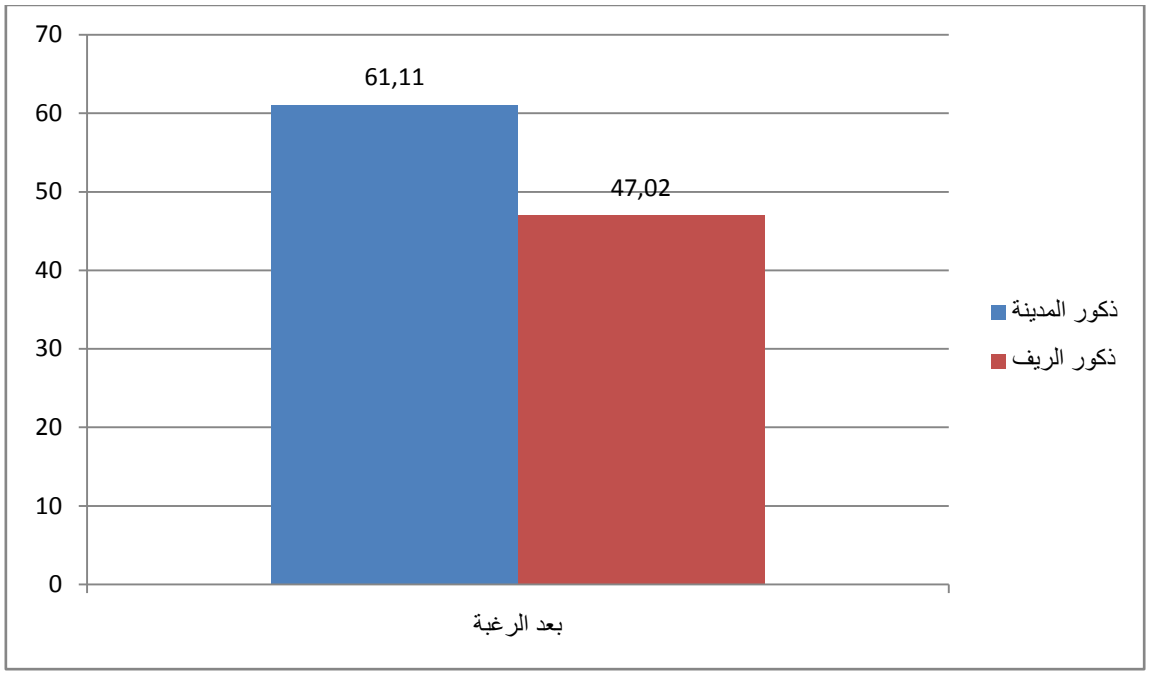
2-2-3. توجد فروق جوهرية في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص محور الرغبة.

جدول (4) يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الرغبة.

السمات الانفعالية		المتوسط الحسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء	النسبة المئوية %	ت المحسوبة	ت الجدولية	الفرق
بعد الرغبة	الذكور المدينة	22	6,57	24,5	1,14-	61,11%	2,4	2,05	الفرق دال
	ذكور الريف	16,93	5,14	16	0,54	47,02%			

- ذكور المدينة:بلغ المتوسط الحسابي لدى الذكور المدينة (22) وبانحراف معياري (6,57) وهذا ما يبين ان النتائج متمركزة حول المتوسط الحسابي ،كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة -1,14وهذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا، وبلغت النسبة المئوية (61,11%).
- ذكور الريف: فيما بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور الريف(16,93) وبانحراف معياري 6,57، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,54وهذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا, وبلغت النسبة المئوية(47,02 %)، .
- ولمعرفة دلالة الفرق بين العينتين استخدم الطالبان الباحثان اختبار "-ت ستيودنت" حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (2.4). وهذه قيمة اكبر من قيمة - ت- الجدولية المقدرة ب(2.05) عند مستوي الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 29 , وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية.

الاستناتج:ومنه يستنتج الطالبان الباحثان أن الذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية لديهم رغبة انفعالية أكثر من نظرائهم الذكور الريف و يتجلى من خلال المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري أي أن الذكور المدينة أكثر انفعالا من الذكور الريف.



الشكل رقم (01) يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد الرغبة.

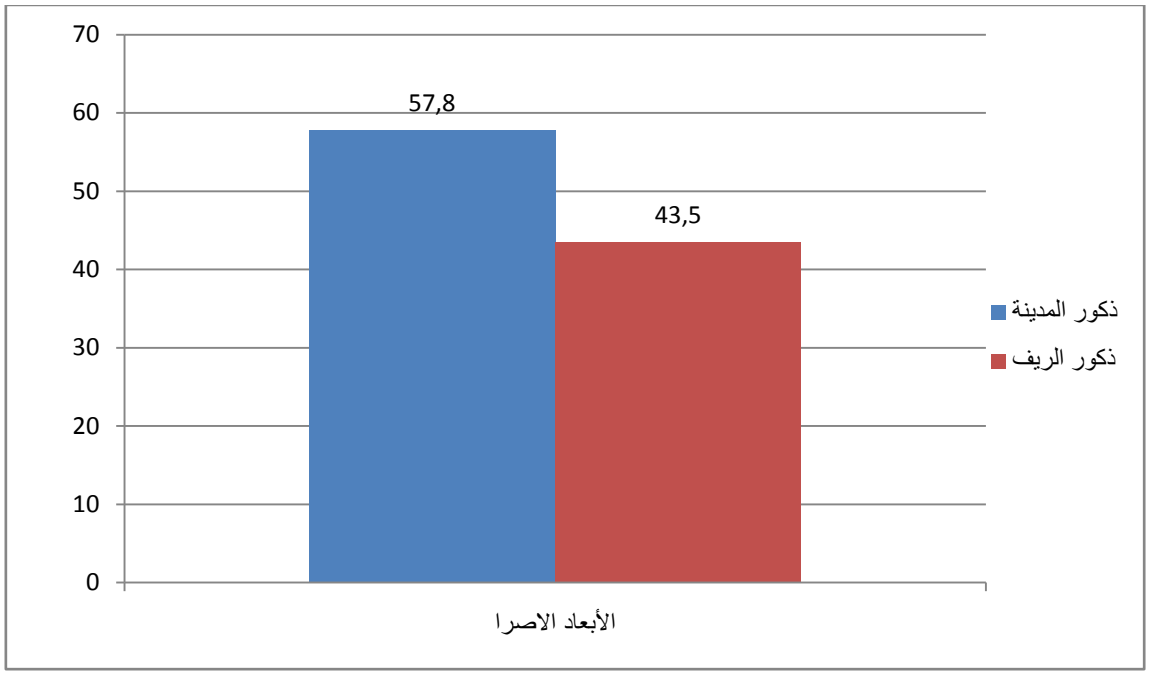
4-2-2. توجد فروق جوهرية في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الإصرار.

جدول (5) يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية ضالبدنية والرياضية في بعد الإصرار.

السمات الانفعالية		المتوسط الحسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء	النسبة المئوية %	ت المحسوبة	ت الجدولية	الفرق
بعد الإصرار	الذكور المدينة	20,81	6,28	21,5	0,3-3	57,8%	2,32	2,05	الفرق دال
	ذكور الاناث	15,66	6,06	16	0,2-2	43,5%			

- ذكور المدينة: بلغ المتوسط الحسابي لدى الذكور المدينة (20,81) وبانحراف معياري (6,28) وهذا ما يبين ان النتائج متمركزة حول المتوسط الحسابي ،كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة -0,33وهذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا، وبلغت النسبة المئوية (57,8%).
- ذكور الريف:فيما بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور الريف(15,66) وبانحراف معياري 6,06، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,22-وهذه القيمة محصورة مابين (-3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا, وبلغت النسبة المئوية(43,5 %)، .
- ولمعرفة دلالة الفرق بين العينتين استخدم الطالبان الباحثان اختبار "-ت ستيودنت" حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (2,32). وهذه قيمة اكبر من قيمة- ت- الجدولية المقدرة ب(2.05) عند مستوي الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 29 , وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية.

الاستنتاج:ومنه يستنتج الطالبان الباحثان أن الذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية لديهم إصرار انفعالي أكثر من نظرائهم ذكور الإناث و يتجلى من خلال المتوسطات الحسابية و الانحراف الانفعالي أي أن الذكور المدينة أكثر انفعالا من ذكور الريف.



الشكل رقم (2) يبين الفروق في النسب المئوية بين الذكور والإناث الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد الإصرار.

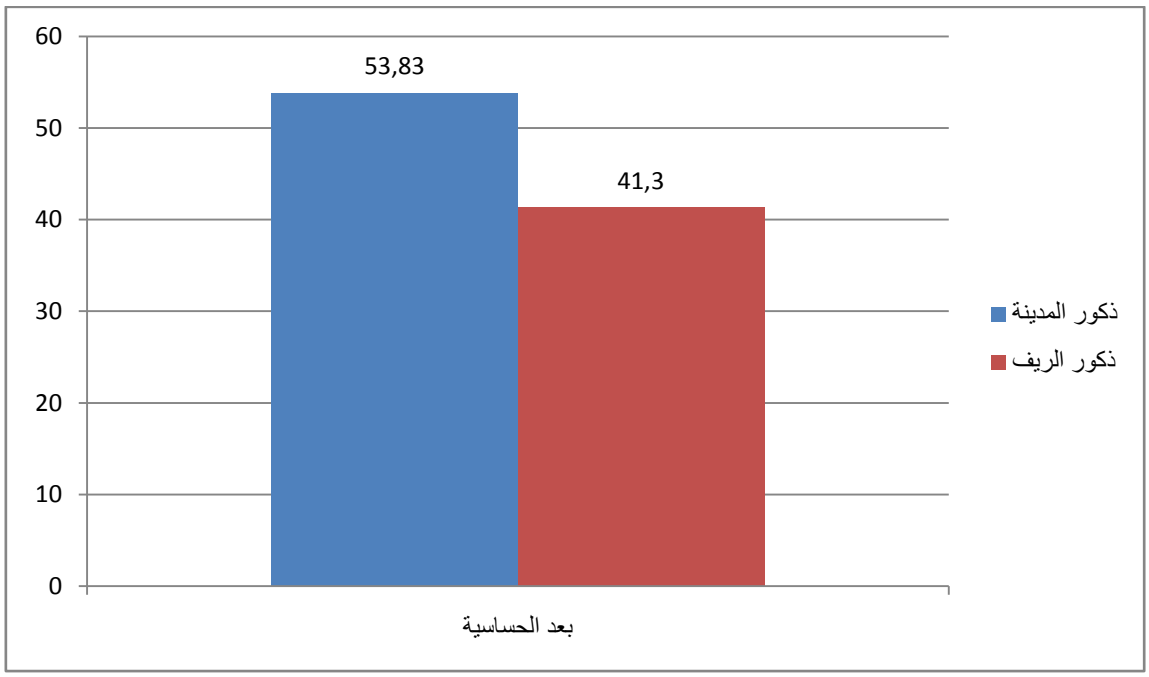
2-2-5. توجد فروق جوهرية في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الحساسية.

جدول (6) يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الحساسية.

الانفعالية السمات		المتوسط الحسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء	النسبة المئوية %	ت المحسوبة	ت الجدولية	الفرق
بعد الحساسية	الذكور المدينة	19,38	6,35	18,5	0,42	53,83%	2,13	2,05	الفرق دال
	ذكور الريف	14,87	5,4	17	1,1-8	41,3%			

- ذكور المدينة:بلغ المتوسط الحسابي لدى الذكور المدينة (19,38) وبانحراف معياري (6,35) وهذا ما يبين ان النتائج متمركزة حول المتوسط الحسابي ،كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,42هذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا، وبلغت النسبة المئوية (53,83%).
- ذكور الريف: فيما بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور الريف(14,87) وبانحراف معياري 5,4، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 1,18-وهذه القيمة محصورة مابين (-3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا, وبلغت النسبة المئوية(41,3%).
- ولمعرفة دلالة الفرق بين العينتين استخدم الطالبان الباحثان اختبار "-ت ستيودنت" حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (2,13). وهذه قيمة اكبر من قيمة- ت- الجدولية المقدرة ب(2.05) عند مستوي الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 29 , وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية.

- الاستنتاج:ومنه يستنتج الطالبان الباحثان أن ذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية لديهم حساسية انفعالية أكثر من نظرائهم ذكور المدينة و يتجلى من خلال المتوسطات الحسابية و الانحراف المعياري أي أن ذكور المدينة أكثر انفعالا من ذكور الريف.



الشكل رقم (3) يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد الحساسية.

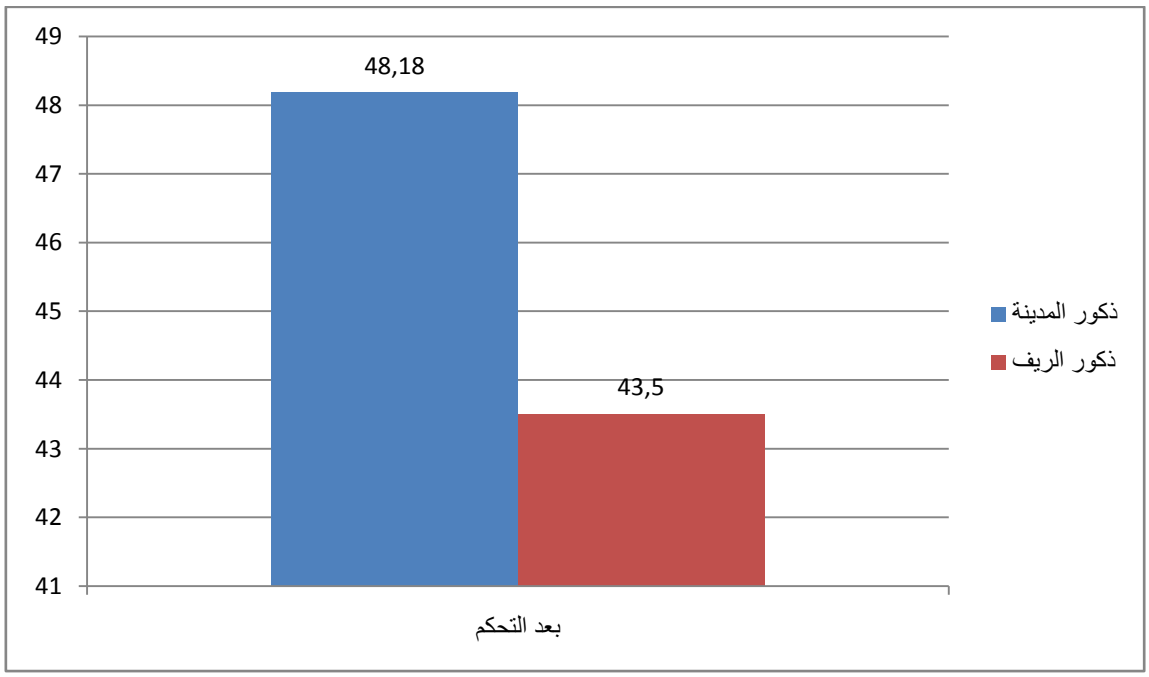
2-2-6- توجد فروق جوهرية في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد التحكم.

جدول (7) يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد التحكم.

السمات الانفعالية		المتوسط الحسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء	النسبة المئوية %	ت المحسوبة	ت الجدولية	الفرق
بعد التحكم	ذكور المدينة	17,62	7,36	18	0,1-5	48,18%	0,77	2,05	الفرق غير دال
	ذكور الريف	15,66	6,67	17	0,6-	43,5%			

- ذكور المدينة: بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور المدينة (17,62) وبانحراف معياري (7,36) وهذا ما يبين ان النتائج متمركزة حول المتوسط الحسابي ،كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,15-هذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا، وبلغت النسبة المئوية (48,18%).
- ذكور الريف: فيما بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور الريف(15,66) وبانحراف معياري 6,67، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,6-وهذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا, وبلغت النسبة المئوية(43,5%).
- ولمعرفة دلالة الفرق بين العينتين استخدم الطالبان الباحثان اختبار "-ت ستيودنت" حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (0,77). وهذه قيمة أقل من قيمة – ت- الجدولية المقدرة ب(2.05) عند مستوي الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 29 , وهذا ما يبين أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح ذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية.

– الاستنتاج: ومنه يستنتج الطالبان الباحثان أن كلا من ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية لديهم تحكما انفعاليا و يتجلى من خلال المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري.



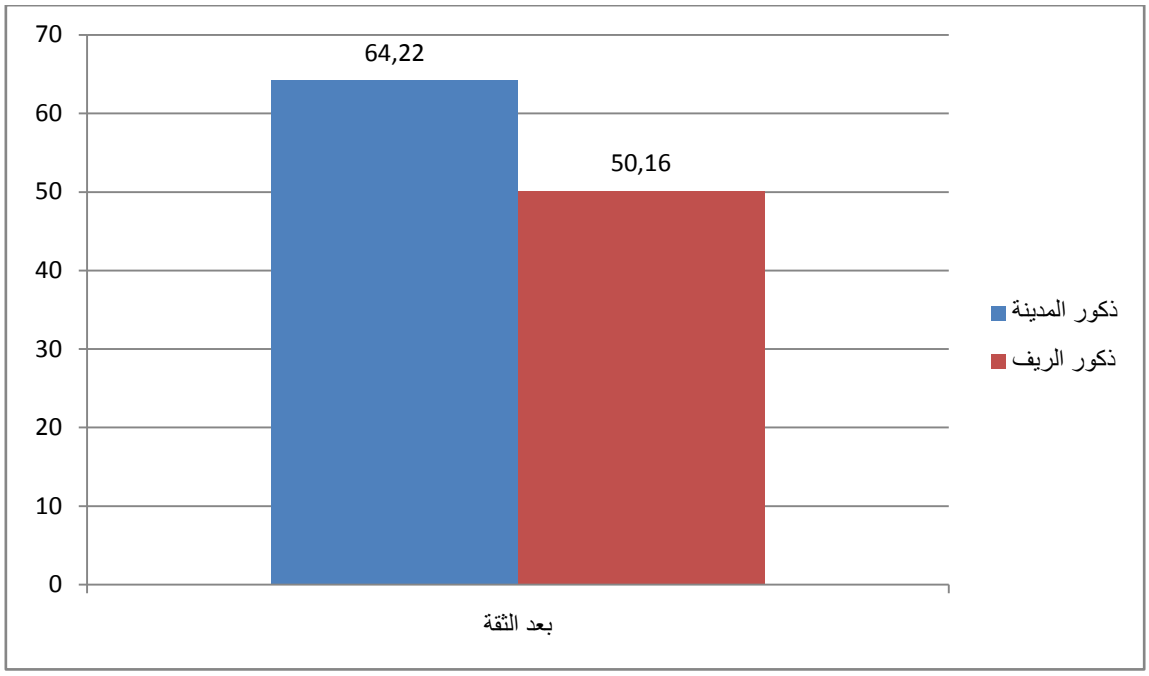
الشكل رقم (4) يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد التحكم.

2-2-7- توجد فروق جوهرية في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الثقة.

جدول (8) يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الثقة.

السمات الانفعالية		المتوسط الحسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء	النسبة المئوية %	ت المحسوبة	ت الجدولية	الفرق
بعد الثقة	ذكور المدينة	23,12	6,20	24,5	0,66-	64,22%	2,29	2,05	الفرق دال
	ذكور الاناث	18,06	6,09	17	0,46	50,16%			

- ذكور المدينة: بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور المدينة (23,12) وبانحراف معياري (6,20) وهذا ما يبين ان النتائج متمركزة حول المتوسط الحسابي ، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,66-هذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا، وبلغت النسبة المئوية (64,22%).
- ذكور الريف: فيما بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور الريف(18,06) وبانحراف معياري 6,09، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,46وهذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا, وبلغت النسبة المئوية(50,16%).
- ولمعرفة دلالة الفرق بين العينتين استخدم الطالبان الباحثان اختبار "-ت ستيودنت" حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (2,29). وهذه قيمة اكبر من قيمة- ت- الجدولية المقدرة ب(2.05) عند مستوي الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 29 , ودرجة الشك 5% وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح ذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية.
- الاستنتاج:ومنه يستنتج الطالبان الباحثان أن ذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية لديهم ثقة انفعالية أكثر من نظرائهم ذكور الريف يتجلى من خلال المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري أي أن ذكور المدينة أكثر ثقة من ذكور الريف.



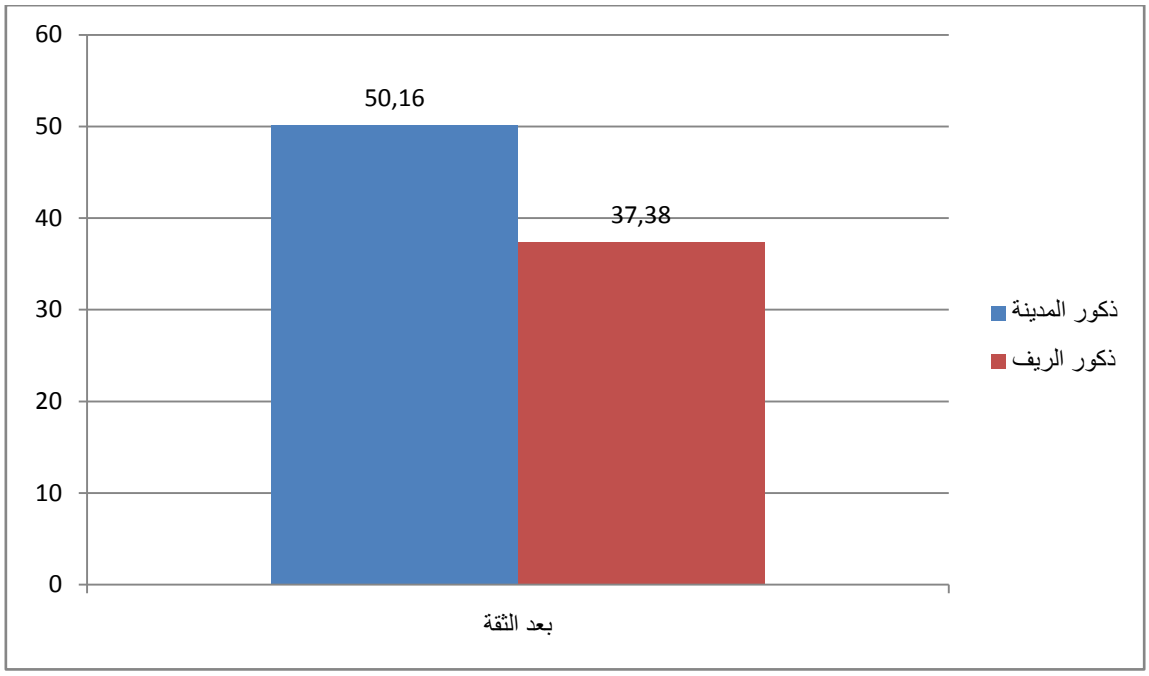
الشكل رقم (5) يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد الثقة.

2-2-8- توجد فروق جوهرية في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الضبط الذاتي بالمسؤولية.

جدول (9) يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الضبط الذاتي بالمسؤولية.

السمات الانفعالية		المتوسط الحسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء	النسبة المئوية %	ت المحسوبة	ت الجدولية	الفرق
بعد الضبط الذاتي بالمسؤولية	ذكور المدينة	18,06	5,05	17,5	0,33	50,16%	2,50	2,05	الفرق دال
	ذكور الريف	13,46	1,47	13	0,93	37,38%			

- ذكور المدينة المبلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور المدينة (18,06) وبانحراف معياري (5,05) وهذا ما يبين ان النتائج متمركزة حول المتوسط الحسابي ، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,33هذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا، وبلغت النسبة المئوية (50,16%).
- ذكور الريف : يما بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور الريف(13,46) وبانحراف معياري 1,47، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,93وهذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا, وبلغت النسبة المئوية(37,38%).
- ولمعرفة دلالة الفرق بين العينتين استخدم الطالبان الباحثان اختبار "-ت ستيودنت" حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (2,50). وهذه قيمة اكبر من قيمة- ت- الجدولية المقدرة ب(2.05) عند مستوي الدلالة 0.05 وبدرجة حرية29وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح ذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية.
- الاستنتاج: ومنه يستنتج الطالبان الباحثان أن ذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية لديهم ضبط الذاتي بالمسؤولية أكثر من نظرائهم ذكور المدينة و يتجلى من خلال المتوسطات الحسابية و الانحراف المعياري و أي أن ذكور المدينة أكثر ضبط الذاتي بالمسؤولية من ذكور الريف.



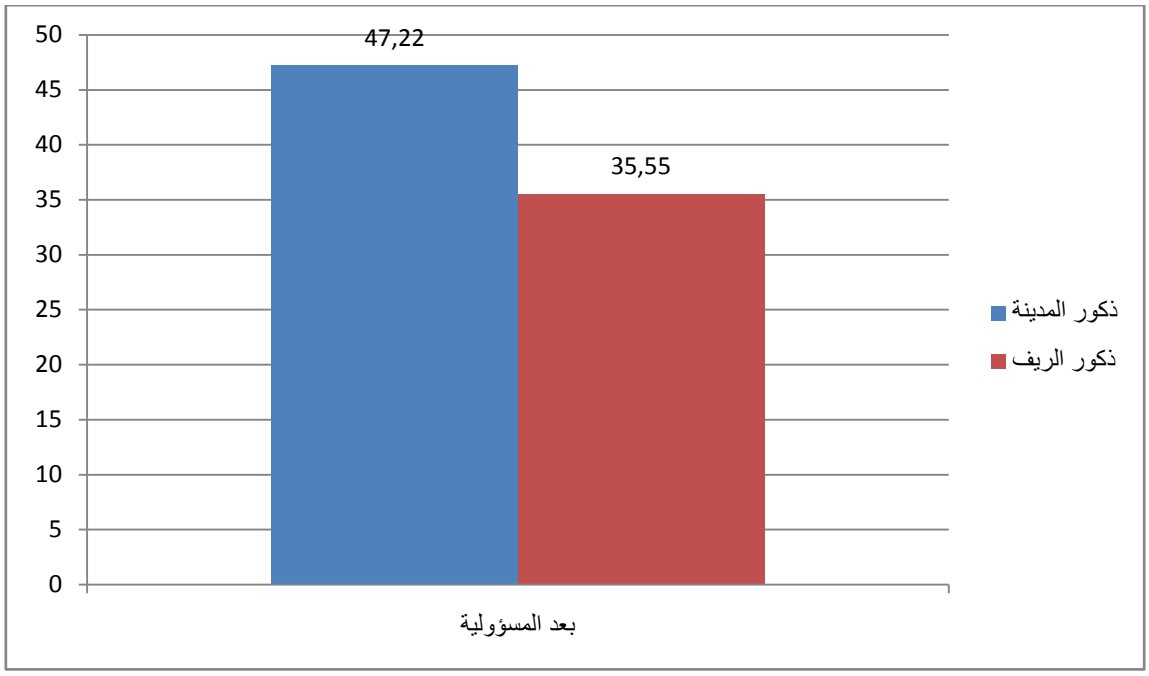
الشكل رقم (7) يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد المسؤولية.

2-2-9- توجد فروق جوهرية في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد المسؤولية.

جدول (10) يوضح الفرق في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد المسؤولية.

السمات الانفعالية		المتوسط الحسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء	النسبة المئوية %	ت الجدولية	ت المحسوبة	الفرق
بعد المسؤولية	ذكور المدينة	17	5,11	16,5	0,29	47,22%	2,05	2,40	الفرق دال
	ذكور الريف	12,8	4,30	13	-0,14	35,55%			

- ذكور المدينة: بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور الريف (17) وبانحراف معياري (5,11) وهذا ما يبين ان النتائج متمركزة حول المتوسط الحسابي ، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,29هذه القيمة محصورة مابين (- 3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا، وبلغت النسبة المئوية (47,22%).
- ذكور الريف: فيما بلغ المتوسط الحسابي لدى ذكور الريف(12,8) وبانحراف معياري 4,30، كما بلغ معامل الالتواء لدى هذه العينة 0,14-وهذه القيمة محصورة مابين (-3.3) ما يبين أن النتائج تتوزع توزيعا اعتدا ليا, وبلغت النسبة المئوية(35,55%).
- ولمعرفة دلالة الفرق بين العينتين استخدم الطالبان الباحثان اختبار "-ت ستيودنت" حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (2,40). وهذه قيمة اكبر من قيمة- ت- الجدولية المقدرة ب(2.05) عند مستوي الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 29 أي درجة الثقة 95% ودرجة الشك 5% وهذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح ذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية.
- الاستنتاج:ومنه يستنتج الطالبان الباحثان أن ذكور المدينة الممارسين للتربية البدنية والرياضية لديهم مسؤولية انفعالية أكثر من نظرائهم ذكور الريف و يتجلى من خلال المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري أي أن ذكور الريف أكثر مسؤولية من ذكور المدينة.



الشكل رقم (7) يبين الفروق في النسب المئوية بين ذكور المدينة وذكور الريف الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد المسؤولية.

2-2-2 الاستنتاجات:

2-2-2-1 توجد الفروق عند مستوى الدلالة 0,05 في درجة الكلية لجميع مجالات المحاور في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف لصالح ذكور المدينة.

2-2-2-3 توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الرغبة لصالح ذكور المدينة.

2-2-2-4توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الإصرار لصالح ذكور المدينة.

2-2-2-5 توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الحساسية لصالح ذكور المدينة.

2-2-2-6 لا توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد التحكم.

2-2-2-7 توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الثقة لصالح ذكور المدينة.

2-2-2-8 توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الضبط الذاتي بالمسؤولية لصالح ذكور المدينة.

2-2-2-9 توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين

ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد المسؤولية لصالح ذكور المدينة.

- **2-2-3**: مناقشة و تحليل النتائج في ضوء الفرضيات

مناقشة الفرضية الأولى :

من أجل التحقق من فرضية البحث الأولى والتي كانت:

توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين فيما ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الرغبة لصالح ذكور المدينة.

من خلال النتائج في الجدول رقم(3) قد بلغت النسبة المؤوية لكل من ذكور المدينة61,11% وفيما يخص ذكور الريف بلغت 47,02%ما يبين انها نسب لصالح ذكور المدينة، وهذا ما يعني أنه توجد فروق بين ذكور المدينة وذكور الريف ، وبالتالي الفرضية الأولى محققة.

مناقشة الفرضية الثانية :

من أجل التحقق من فرضية البحث الثانية والتي كانت:

توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الإصرار لصالح ذكور المدينة.

من خلال النتائج في الجدول رقم(4) قد بلغت النسبة المؤوية لكل من ذكور المدينة 57,8%وفيما يخص ذكور الريف بلغت43,5%ما يبين انها نسب لصالح ذكور المدينة، وهذا ما يعني أنه توجد فروق بين ذكور المدينة وذكور الريف ، وبالتالي الفرضية الثانية محققة.

مناقشة الفرضية الثالثة :

من أجل التحقق من فرضية البحث الثالثة والتي كانت:

توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الحساسية لصالح ذكور المدينة.

من خلال النتائج في الجدول رقم(5) قد بلغت النسبة المؤوية لكل من ذكور المدينة 53,83%وفيما يخص ذكور الريف41,3%ما يبين انها نسب لصالح ذكور الريف، وهذا ما يعني أنه توجد فروق بين ذكور المدينة وذكور الريف ، وبالتالي الفرضية الثالثة محققة.

مناقشة الفرضية الرابعة :

من أجل التحقق من فرضية البحث الرابعة والتي كانت:

لا توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد التحكم.

من خلال النتائج في الجدول رقم(6) قد بلغت النسبة المؤوية لكل من ذكور المدينة 48,18%وفيما يخص ذكور الريف43,5%ما يبين أنها نسب متقاربة، وهذا ما يعني أنه لا توجد فروق بين ذكور المدينة وذكور الريف ، وبالتالي

الفرضية الثالثة محققة.

مناقشة الفرضية الخامسة :

من أجل التحقق من فرضية البحث الخامسة والتي كانت:

توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الثقة لصالح ذكور المدينة.

من خلال النتائج في الجدول رقم(7) قد بلغت النسبة المؤوية لكل من ذكور المدينة 64,22% وفيما يخص ذكور الريف 50,16%ما يبين أنها نسب لصالح ذكور المدينة، وهذا ما يعني أنه توجد فروق بين ذكور المدينة وذكور الريف ، وبالتالي الفرضية الخامسة محققة.

مناقشة الفرضية السادسة :

من أجل التحقق من فرضية البحث السادسة والتي كانت:

توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد الضبط الذاتي بالمسؤولية لصالح ذكور المدينة.

من خلال النتائج في الجدول رقم(8) قد بلغت النسبة المؤوية لكل من ذكور المدينة50,16% وفيما يخص ذكور الريف37,38%ما يبين أنها نسب لصالح ذكور المدينة، وهذا ما يعني أنه توجد فروق بين ذكور المدينة وذكور الريف ، وبالتالي الفرضية السادسة محققة.

مناقشة الفرضية السابعة :

من أجل التحقق من فرضية البحث السابعة والتي كانت:

توجد فروق جوهرية عند مستوى الدلالة 0,05 في سمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص المسؤولية لصالح ذكور المدينة.

من خلال النتائج في الجدول رقم(9) قد بلغت النسبة المؤوية لكل من ذكور المدينة 47,22%وفيما يخص ذكور المدينة وذكور الريف 35,55%ما يبين أنها نسب لصالح ذكور المدينة، وهذا ما يعني أنه توجد فروق بين ذكور المدينة وذكور الريف ، وبالتالي الفرضية السابعة محققة.

الإقتراحات والتوصيات:

- يجب الإهتمام بدرس التربية البدنية والرياضية خصوصا في المرحلة الثانوية لأنها الفترة التي تكون أكثر حساسية بالنسبة لفئة المراهقة.
- يجب الإهتمام بالجانب النفسي ويكون ذلك من قبل أساتذة التربية البدنية والرياضية في إعطاء نصائح و إرشادات نفسية.
- إعطاء بعض من الحرية للتلميذ المراهق في التعبير عن آرائه خلال درس التربية البدنية والرياضية.
- محاولة إعطاء فرص للتلميذ في تحمل المسؤولية القيادية لزملائه في درس التربية البدنية والرياضية.
- إجبارية ممارسة التربية البدنية والرياضية والإعفاء يكون بتقرير صادر من طبيب المؤسسة التربوية.
- تحسيس التلاميذ بأهمية التربية البدنية والرياضية و أهميتها البالغة في تطوير سماتهم الإنفعالية.
- تنظيم المنافسات الرياضية بين الأقسام والمؤسسات لتطوير الروح التنافسية.
- يوصي الوالدين بتشجيع التلميذ لممارسة الرياضة وهذا لمساعدته على النمو السليم والمتوازن من جميع النواحي.
- مساعدة التلاميذ الذين لديهم أزمات نفسية كالإنطواء والخجل على الإندماج لتحمل المسؤولية ورفع ثقتهم.
- توعية جميع الأولياء للإهتمام بهذه الفئة باعتبار الأسرة إحدى المتغيرات التي تؤثر على انفعال التلاميذ.

خلاصة عامة:

إن درس التربية البدنية والرياضية له دور كبير في دعم وتنمية المهارات الحركية والعقلية عند التلاميذ إضافة إلى كونها فضاء لإخراج مكبوتاتهم والتعبير عن أنفسهم لما يحتويه هذا الدرس على نشاطات جماعية مختلفة، كما أن التربية البدنية والرياضية تساهم بقسط وافر في بلورة وتنمية السمات الإنفعالية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بطريقة إيجابية.

وعند تحديد نتائج هذه الدراسة عن طريق عرض و تحليل الإستبيان، وجدت أن النتائج المتحصل عليها بينت أهمية درس التربية البدنية والرياضية و يعتبر من أهم الوسائل التربوية التي تلائم سن المراهقين، في تنمية ودعم السمات الإنفعالية الإيجابية وحسب هذه السمات الستة التي درستها، تحقق لي تطوير أهم السمات الشخصية لدى تلاميذ المراهقة الثانوية، وتوصل فيها الطالبين إلى معرفة أهمية ودور هذه الحصة في اكتساب وترسيخ السمات المرتبطة بالشخصية عند تلاميذ، بحيث تؤثر في نموهم النفسي و الإجتماعي و الأخلاقي.

أما بخصوص دراسة الطلبة الباحثون بن عودة إبراهيم وآخرون، جاؤوا بفرضية عامة يهدفون من خلالها حول تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على الحالة الإنفعالية لتلاميذ المراهقة الثانوية، و عند تحليلهم للنتائج توصلوا لإثبات هذه الفرضية واستنتجوا بأن لحصة التربية البدنية والرياضية دور واضح في التأثير على انفعالية وحالة التلميذ لأنه تسمح له بتفريغ كل أنواع الإنفعالات والسلوكيات غير السليمة.

وجاءت دراسة الطلبة الباحثون منور يوسف و آخرون بفرضية عامة تستهدف معرفة دور التربية البدنية والرياضية في تفادي المشاكل النفسية التي تواجه المراهق في مرحلة الثانوية، وقد ثبت افتراضهم وتوصلوا إلى معرفة أن ممارسة الأنشطة الرياضية المتعددة في الإطار التربوي والبيداغوجي بها أثر إيجابي في تفادي المشاكل النفسية على المراهق.

بالرغم من كل الإفتراضات التي جاءت بها هذه الدراسات، فهي تشمل تقريبا نتيجة واحدة، لتحقيق فرض واحد وهو أن للتربية البدنية و الرياضية أثر فعال و إيجابي من الناحية النفسية و الإنفعالية عند التلاميذ و المراهقين.

قائمة المصادر والمراجع

أ. المصادر باللغة العربية:

1. أحمد أمين فوزي ، ، . 2003مبادئ علم النفس الرياضي :2003 .دار الفكرالعربي.

2. الأنصاري بدر محمد .(2000) .السامات الإنفعالية لدى الشباب الكويتي من الجنسين .الكويت :مجلة العلوم الإجتماعية.

3. الخولي ,أ .أ .(1996) .أصول التربية البدنية الرياضية –مدخل –تاريخ –الفلسفة .القاهرة :دار الفكر العربي.

4. الخولي ,م .ا .(1990) .أسس بناء برامج النربية الرياضية .القاهرة :دار الفكر العربي.

5. الفارابي ,ع .ا .(1994) .معجم علوم التربية–مصطلحات البيداغوجيا والديداكتيك .دار الخطابي للنشر والتوزيع.

6. أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح، عدنان درويش جلول .(2008) .التربية الرياضية المدرسية، ط .4 القاهرة :دار الفكر العربي.

7. أوزيجة العيد .(1987) .دراسة تحليلية لأثر بعض الصفات الإنعالية والكفاية التربوية عند المعلم على التحصيل الدراسي .بوزريعة –الجزائر :معهد علم النفس والتربية –أطروحة دكتوراه غير منشورة.

8. بني جابر جودت وآخرون .(2002) .المدخل إلى علم النفس .عمان :مكتبة دار الثقافة والنشر.

9. جابر،ر ،ر .سلسلة العلوم الإنسانية .غزة –فلسطين :مجلة جامع الأزهر.

10. حساسنة ,ا .م .(2006) .تعليم التربية الرياضية .الأردن :دار جرير للنشر والتوزيع.

11. د .سعد جلال .(2001) .القياسي النفسي .مصر –القاهرة :دار الفكر العربي.

12. دندش ,ف .م .(2004) .في أصول التربية .الاسكندرية :دار دنيا للطباعة والنشر.

13. زمام عبد الرحمن، مبارك ميلود .(2009–2008) .دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض صفات الشخصية لدى التلاميذ .مستغانم –الجزائر :جامعة مستغانم :مذكرة ليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية.

14. زهران ,ح .ع .(1995) .علم النفس النمو –الطفولة والمراهقة .القاهرة :عالم الكتاب.

15. زيدان ,م .م) .بدون سنة .(دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام .

16. شحاتة محمد إبراهيم .(1995) .دليل القياسات الجسمية ، إختبارات الأداء الحركي . الإسكندرية :دار المعارف.

17. شحاتة محمد إبراهيم. (1995). دليل القياسات الجسمية ، إختبارات الأداء الحركي. الإسكندرية: دار المعارف.

18. عبد الرحمن راشد .(2005) .دراسة السمات الإنفعالية للاعبي خماسي كرة القدم .

19. عبده ,ش .ب .(1994) .اسس التربية البدنية .القاهرة :مكتبة الأنجلو مصرية.

20. عزمي ,م .س .(2004) .أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية .الاسكندرية :دار الوفاء.

21. علاوي .(1998) .موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين .القاهرة، مصر :مركز الكتاب والنشر.

22. عمراني ,ع .ا .(1990) .نظرية التربية البدنية والرياضية .الجزائر :ديوان المطبوعات الجامعية.

23. عنان،إدريس ,أ .أ .(1998) .التربية الرياضية المدرسية .Vol)ط .(4القاهرة :دار الفكر العربي.

24. فهيم ,ن .م .(2004) .طرق التدريس في التربية الرياضية .الاسكندرية :مركز الكتاب للنشر.

25. فيزلي طيب الله .(2007-2006) .دور التربية البدينة والرياضية في تقويم السلوك المضطرب لدى المراهق .

26. قاسم حسن حسين فتحي .(1999) .الموهوب الرياضي .عمان :دار الفكر العربي.

27. لندال دافيدون .(1988) .مدخل إلى علم النفس .القاهرة -مصر :ماكجروميل للنشر.

28. محمد حسن علاوي .(2002) .سيكولوجية المدرب الرياضي .القاهرة :دار الفكر العربي.

29. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ .(1992) .نظريات وطرق التربية البدنية .الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية.

30. محمد يعقوبي .(1998) .معجم الفلسفات -أهم المصطلحات .الجزائر :الميزان للنشر.

31. مختار محمد إسماعيل .(1969) .مبادئ علم النفس، ط .3سوريا :مطبعة المعارف.

32. معوض ,م .خ .(1971) .مشكلات المراهقين في المدن والأرياف .القاهرة -مصر :دار المعرفة.

33. نعمي عادل وأخرون .(2008) .أهمية المراقبة الطبية والصحية لدى لاعبي كرة القدم فئة أصاغر .الجزائر :جامعة المسيلة.

ب. المصادر باللغة الأجنبية:

34. tomnas, e. (1993). Manuel de ledenciation sport. paris: evigot.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

استبيان موجه الى التلاميذ

يشرفنا ان تضع بين أيديكم هذا الإستبيان في إطار إنجاز بحث ميداني لإنجاز مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي بعنوان **دور دروس التربية البدنية والرياضية في ضبط السمات الإنفعالية لدى تلاميذ الطور الثانوي**

نرجو منكم ملأ الإستبيان بالإجابة على هذه الأسئلة بصدق لمساعدتنا على الوصول إلى المعلومات الصحيحة بوضع العلامة (+) في الخانة المناسبة لتكونوا قد ساهمتم في إثراء هذا البحث العلمي ولكم فائق الإحترام والتقدير

ت	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	لا أعتبر لعبي ذا قيمة ما لم يقترب من أحسن مستوى					
2	يمتلكني الخوف من المنافس العدواني					
3	المضايقات البسيطة تشتت تركيزي أثناء اللعب					
4	أستطيع الإحتفاظ بتفكيري هادئا أثناء اللعب					
5	أنا واثق كل الثقة في قدراتي على الأداء					
6	أعتذر عندما أخطئ او حينما اكون غير موفق في اللعب					
7	افكر في كيفية اللعب					
8	امارس اللعب اساسا بقصد الترويح					

9	ابدي رأيي بصراحة إذا كان لي بعض الملاحظات على اللعب					
10	تكون اعصابي قوية اثناء اللعب					
11	تكثر اخطائي اثناء اللعب					
12	افتقر للثقة في ادائي اثناء اللعب					
13	لا اهتم بما ارتكبه من أخطاء					
14	لا أفكر في كيفية اللعب					
15	اريد ان اكون احسن لاعب في الملعب					
16	افضل الابتسامة في مواجهة غضب المنافسين حرصا على عدم تماديهم في ذلك					
17	اتأثر باراء الاخرين في مستوى ادائي الرياضي					
18	استطيع ان احتفظ بهدوئي رغم مضايقة الأخرين لي					
19	أتوقع الفوز قبل اللعب					
20	أخطائي في اللعب تجعلني في حالة سيئة لعدة أيام					
21	في حصة التربية البدنية والرياضية التزم بالإنضباط سواء في التدريب أو اللعب					
22	أفضل اللعب مع اللاعبين الذين لا يجعلون من المباراة صراعا					
23	اتحمل المسؤولية كاملة في اللعب					
24	عصبيتي (نرفزتي) تؤثر على أدائي					
25	أخشى الهزيمة حتى قبل اللعب					
26	أفكر في الأخطاء التي قد يقع فيها المنافس أكثر من تفكيري في اللعب					
27	أتعجل في الإنتقال من طريقة إلى أخرى لتحسين مستواي					
28	لا أشعر بالميل للعب إلا في حالة وجود التحدي					
29	عندما يظهر الغضب على المنافسين أحاول تجاهلها خشية زيادة غضبهم					
30	أي تعليق جارح يمكن أن يؤثر على أدائي أثناء اللعب					
31	يمتلكني الشعور بعدم المبالاة أثناء اللعب					
32	أستمتع بوقت اللعب لأنني أحسن التصرف فيه					
33	أميل إلى قوياء تحدي المنافسين الأ					

34	أشعر بالضيق عند الفشل أكثر من شعوري بالفرح عند النجاح					
35	أحاول البحث عن طرق متعددة لكي أكون أكثر كفاءة في لعبي					
36	أستمتع باللعب على الرغم من إرتكابي العديد من الأخطاء					
37	أتصف بالإصرار في اللعب					
38	أثناء اللعب احاول عزل تفكيري كلية عن ما يدور حولي					
39	أخشى الوقوع في المواقف الحرجة					
40	يضايقني أن المنافس سوف يهزمني					
41	أحاول أن اتجنب التفكير فيما وقعت فيه من أخطاء					
42	لا أعرف ما ينبغي علي عمله حتى يبدأ اللعب					

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Université Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem
Institut d'Education Physiques et Sportives
جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم
معهد التربية البدنية و الرياضية

مستغانم: ..... 17 أفريل 2019

قسم : تربية بدنية و رياضية

الرقم 316 / 04 / 2019

إلى السيد (ة): مدير ثانوية فرناكة مستغانم

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة الطالبين:

-- [illegible]

-- [illegible]

-- المسجلان في السنة الثانية ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي للسنة الجامعية 2018-2019 .

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام

قسم التربية البدنية
أمضاء: د. جرباش براهيم

إمضاء المدير

معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروبة
ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر
الهاتف: 35/36/33 10 45 (0) 213+ الفكس: 28 10 30 45 213+
البريد الإلكتروني: ieps@univ-mosta.dz ou istaps@univ-mosta.dz

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Université Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem
جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم
Institut d'Education Physiques et Sportives
معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم : تربية بدنية و رياضية

مستغانم: ....09..../04/2019.....

الرقم: 362 / 04 / 2019

إلى السيد (ة): مدير ثانوية محمد بن احمد عبد الغني 05 جويلية مستغانم

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة الطلبة:

- قنايفية الياس
- عيشور سهام

- المسجلان في السنة الثانية ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي للسنة الجامعية 2018-2019 .

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام

رئيس قسم التربية البدنية
أ. شرياش براهيم

عمار تريعة
09 جوان 2019

معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروبة
ج ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر
الهاتف: 35/36/33 45 10 (0) 213+ الفكس: 28 10 30 45 213+
البريد الإلكتروني: ieps@univ-mosta.dz ou istaps@univ-mosta.dz

ملخص البحث

تهدف الدراسة إلى معرفة دور و أهمية دري التربية البدنية والرياضية على ضبط السمات الإنفعالية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وكان الفرض من هذه الدراسة بتأثير درس التربية البدنية الرياضية على هذه السمات عند التلاميذ واشتملت العينة على 31 تلميذ و تلميذة موزعين على ثانويتين بمدينة مستغانم وتم اختيارها بطريقة عشوائية، وهذا لتعميم النتائج حيث تقدر نسبة النتائج حيث تقدر نسبة هذه العينة بـ 5% من المجتمع الأصلي واستعنت المقياس الخاص بالسمات الانفعالية الملائم لعينة بحثنا كأداة مستخدمة لدراسة هذا الموضوع وفي الأخير توصلت إلى نتيجة تهدف إلى أهمية و دور درس التربية البدنية و الرياضية على ضبط السمات الإنفعالية لدى المرحلة الثانوية، وهذا لتحقيق أغراض إيجابية منها زيادة الرغبة والثقة و تطوير سمة المسؤولية الشخصية وغيرها عند التلاميذ وعلى هذا الأساس بالعناية بهذه الفئة من التلاميذ و هذا التكوين أساتذة مختصين في مجال علم النفس الرياضي يهتمون بإعطاء نصائح و إرشادات نفسية تخدم صالح التلميذ المراهق أثناء ممارسته لدرس التربية البدنية والرياضية.

Résume de mémoire

L’étude de l’éducation sportive a un rôle très important surtout les critères réactionnels des élèves en période secondaire. Mon but c’est étudie l’influence de l’éducation sportive sur ces réactionnels des élèves et l’enchantelles était compose de 313 élèves (2 sexes féminin et masculin) repartis sur trois lycée au niveau de la ville de Mostaganem, dont le choix était fait aléatoirement et ce pour général les résultats. Cet échantillon représente 5% de population sportive, j’ai utilisé des imprimés convenables à l’échenillons de mon exposé pour étudie ce thème.

En fin, j’ai eu des résultats qui montrent l’importance et le rôle de l’éducation sportive, et son influence sur certain critères réactionnelles des élèves en secondaire et cela pour réaliser des résultats sportifs.

Permettre et aider les élèves d’avoir le sens de responsabilité personnelle, et sur ce principe je souhaite qu’on prenne soin et qu’on vielle sur cette population d’élèves des spécialistes dans le domaine de la phycologie sportive, qui s’occuper de ces élèves on leur donnant des consignes sur le plan psychologique sportif, qui aideront l’adolescent pendant la pratique des études de l’éducation sportive.

Memory summary

Memory summary

The study of sports education has a very important role, especially the reaction criteria of secondary school students. My goal is to study the influence of sports education on these reactions of students and the enchanting was composed of 313 students (2 sexes female and male) distributed on three high school at the level of the city of Mostaganem, whose choice was done randomly and this for general results. This sample represents 5% of the sporting population; I used appropriate printings at the end of my presentation to study this theme.

In the end, I had results that show the importance and role of sports education, and its influence on certain reaction criteria of secondary school students and that to achieve sports results.

Allow and help students to have the sense of personal responsibility, and on this principle I wish that we take care and that old on this population of students specialists in the field of sports psychology, who care of these students they are given instructions on the psychological sports, which will help the teenager during the practice of studies of sports education..